



Charismaaa
Newspaper

كاريزما
أخباري قباركي
كل يوم معك

Charismaaa Newspaper
P. O. Box 280572, Northridge, CA 91328
USA



CharismaaaNewspaper



Charismaaa info

Tel.: (626) 261-9969 - السنة الثالثة العدد 31 - يوليو 2020

الاربعاء (31-1) يوليو 2020 العدد 31 - السنة الثالثة
الهدف بين يديك Wednesday - (July 1 - 31) - 2020 - Volume No. 3 - Issue No. 31

www.charismadaily.com

Editor-in-chief
Wael Loutfalla

الناشر ورئيس التحرير
وائل لطف الله

www.charismadaily.com

هل اللحم المشوي
ضار بالصحة؟

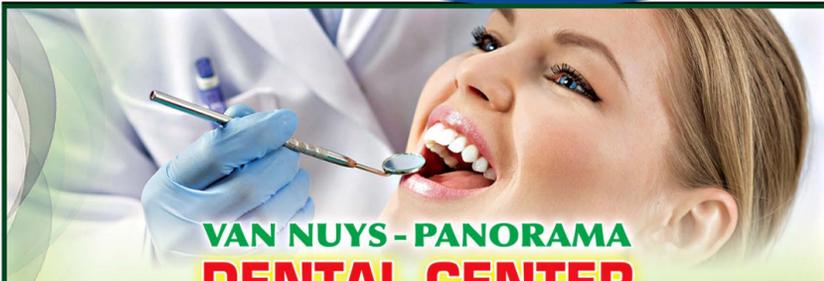
10 تحذيرات تحميك
من ضياع مئات الآلاف
في المستقبل

كيفية تحسين
Credit
Score؟!

ثورة يوليو هل هي بهجة التاريخ؟

ماذا تعرف عن أزمة الكورونا؟!





**VAN NUYS - PANORAMA
DENTAL CENTER
Mahfouz Gereis DDS**

دكتور محفوظ جريس
www.vnpanoramadental.com

24 Hours Emergency Service
All insurance and union plans accepted
نقبل جميع أنواع التأمينات
Complete Dental Service:
Cosmetic dentistry, teeth Whitening, White Filling, Crowns and Bridges
Dental Implants, Full and partial dentures
Root Canal and Extractions
Special Treatment for Snoring and sleep disorders
(using removable dental appliance)
خدمات كاملة للأسنان:
تجميل وتبييض الأسنان - حشو الأسنان (حشو أبيض بلون الأسنان)
تنظيف وحشو العصب - زراعة الأسنان
إطعم الأسنان الكاملة والجزئية
معالجة خاصة للشخير وأمراض النوم

Complementary Oral Hygiene Kit
with Your First Dental Exam

We accept all major credit cards
Free parking in rear

We accept Medi-cal . Financing available

M. GEREIS, D.D.S.
8227 Van Nuys Blvd. panorama City, CA 91402
Tel: (818) 989-3074 Fax: (818) 989-3357

كاريزم Charismaaa Newspaper

معكم في كل مكان

إعلاناتكم

Charismaaa Newspaper
P. O. Box 280572 Northridge CA 91328

www.charismaaa.com

Email: infocharismaaa@gmail.com

wael@charismaaa.com

Tel: 626-261-9969



مكتب المستشار

جيهان توماس



الهجرة و اللجوء
محاكم الترحيل
الإستئناف بالمحاكم الفيدرالية
جميع أنواع الفيزا الإستثمار، البيزنس و العمل
الإقامة عن طريق العائلة

Tel: +1-310-203-2242 Fax: +1-310-203-2287

Email. gihanthomaslaw@yahoo.com

Address: 611 Wilshire Blvd. Ste 907, LA, CA 90017

www.usa-immigrationlaws.com

موقع ثقة الجالية العربية

متخصصون في جميع خدمات الهجرة

هل اللحم المشوي ضار بالصحة؟ وما أفضل طرق الشواء؟

كيف تتجنب المواد السامة في الخضار!

غير الناضجة، وكلما كانت الطماطم حمراء ناضجة قلت فيها نسبة السولانين. الكرفس والجزر الأبيض والبقدونس تحتوي على مادة فوركومارين، التي لها تأثيرات سامة حين تعرضها لأشعة الشمس، ما يعني أن تناول كمية كبيرة أي حوالي 450 غرام من هذه الخضروات (الكرفس والجزر الأبيض والبقدونس) في وجبة الطعام، تحتوي على كمية كافية من مادة فوركومارين، لتسبب أضرار للجلد لدى التعرض لأشعة الشمس وتترك عليها بقعا تشبه "بقع حروق الشمس". ولهذا السبب تنصح ريتسمير بعدم الإكثار من أكلها. أيضا تسخين الزيت لدرجة عالية مضر للصحة ويمكن أن يسبب السرطان، لذا يجب عدم تسخين الزيت أو الدهون الأخرى مثل الزبدة لدرجة حرارة عالية جدا.

DW

www.charismaaa.com

Email: infocharismaaa@gmail.com
Email: wael@charismaaa.com

Charismaaa Newspaper
P. O. Box 280572,
Northridge, CA 91328 - 0572 USA

لكل الجالية العربية بأمريكا
ثقافية - فنية - إجتماعية - سياسية - إقتصادية
رياضية - موضه - أمومة وطفولة - شباب

Tel: +1 626-261-9969

الناشر و رئيس التحرير

وائل لطف الله

المستشار السياسي والاقتصادي

د. هون جندى

إشراف الملحق الإنجليزي

نيشين لطف الله

أزياء وموضة

د. هسي أحمد شلبي

جاسمين فايق

رياضة

كابتن / إيهاب مهدي

كابتن / هاني عزيز

فنون وديكور

سامر رياض

نيرمين هوريس

نيشين مفرح

هنال شوكت

علاقات عامة

مهدي - قلبا - هسن - بارينا - ماهي

أبو العنين - يوسف - مجدي

كل كاتب مسؤول عن كتاباته

وما يقدم لهم على المائدة، فيحرصون على أن يكون صحيا. لكن ذلك لا يكفي، لأنه يجب الاهتمام بطريقة تحضير الطعام أيضا، إذ أن بعض الخضار والفواكه تحتوي على مواد ضارة، إذا تم طبخها بطريقة معينة أو أكلها نيئة. فالفاصوليا الخضراء والحمص والعدس وغيرها من البقوليات تحتوي على مادة فازين الضارة التي تسبب الإسهال والتهاجات مترافقة بنزيف حاد في الأمعاء الدقيقة يمكن أن تكون قاتلة إذا كان الالتهاب شديدا، حسب ما ينقل موقع "شبيغل أونلاين" عن زيلكه ريسماير، من الجمعية الألمانية للتغذية. وحتى تناول كمية قليلة من الفاصوليا الخضراء النيئة تكفي للإصابة بالتهاب ونزيف في المعدة والأمعاء.

لذا ينصح بطبخ الفاصوليا، حيث يغير ذلك من التركيب الكيميائي لمادة الفازين فتصبح غير ضارة. أما حبوب الحمص اليابس فيجب أن تتقع في الماء لمدة لا تقل عن 12 ساعة وتغيير مائها أكثر من مرة خلال ذلك، ومن ثم طبخها في مياه جديدة نظيفة لنحو ساعتين قبل أكلها. نبات الريحان أيضا يمكن أن يكون ضارا، لأنه يحتوي على مادة ميشلوغينول، التي أظهرت نتائج الأبحاث بعد تجربتها على القوارض أنها من المواد المسببة للسرطان، حسب أيفونسو لامبين الباحث في المعهد الألماني لتقييم المخاطر. لكن لم يتضح ولم تثبت الأبحاث بعد فيما إذا كانت هذه المادة ضارة للبشر أيضا، والكمية التي يحتويها الريحان والتي يمكن أن تكون ضارة، لهذا السبب ينصح لامبين بعدم الإكثار من أكله والاكْتفاء بأكله من وقت لآخر. البطاطا أكثر الخضار شعبية واستهلاكها في العالم، وتؤكل مقلية ومطبوخة ومشوية لوحدها أو مع خضروات أخرى، لكنها يمكن أن تكون خطيرة ومضرة للصحة أيضا إذا لم ينتبه المرء لطريقة تحضيرها. فقشرتها والأجزاء المخضرة منها تحتوي على مادة سولانين السامة، لذا تحذر زيلكه ريسماير من أكل "البطاطس المخضرة أو التالفة، كذلك يجب عدم أكل قشور البطاطس حتى لو كانت مقلية، إذ أن حرارة الزيت رغم أنها عالية، فإنها لا تقضي على مادة سولانين السامة". التي تسبب الآما في المعدة والأمعاء والغثيان، بل وحتى مشاكل في التنفس في حالات شديدة. أما الطريقة المثالية لطبخ البطاطا وعدم فقدانها لما تحتويه من فيتامينات ومعادن فهي سلقها مع قشورها، ثم تقشيرها وأكلها حسب موقع "شبيغل أونلاين" الألماني. الجزء الأخضر من الطماطم ويحتوي على مادة سولانين السامة، لذلك يجب تجنب أكلها وأيضا تجنب أكل الطماطم الخضراء

مع مواد تسمى "الأمينات" في اللحم مكوّنة أمينات النتروز التي قد تسبب السرطان.

- أفضل اللحوم للشواء هي اللحوم الخالية من الدهون والدهم يوصي خبراء التغذية بعدم الإفراط في أكل اللحوم عموما. ويقولون إن أفضل اللحوم للشواء هي تلك الخالية من الدهون والتي لا يمكن أن تنزل قطرات دهونها على جمر الشواء، ولذلك فإنهم يوصون بلحم الطيور. أما ما يحذرون منه عند شواء أنواع اللحوم الأخرى هو تصاعد الدخان على اللحم أو نزول قطرات من دسم اللحم على جمر الشواء، كما أسلفنا.

- لا تأكل اللحوم والخضراوات المشوية المتفحمة وما ينطبق على اللحم ينطبق كذلك أيضا على شوي الخضراوات، فلا ينبغي بلوغ لون الخضراوات إلى درجة الاسوداد، وكذلك ينبغي عدم أكل المناطق المتفحمة منها. لكن الأخصائيين يؤكدون على أن الخضار تحتوي كمية أقل من المواد الضارة (الأمينات العطرية الحلقية غير المتجانسة) وذلك لأن بروتيناتها أقل من اللحوم.

- الشوايات الكهربائية والغازية أفضل من الشواء على الفحم ويرى المختصون أن الشوايات الكهربائية والغازية أفضل من الشواء على الجمر، لأنها تنتج دخانا أقل، ويشددون على أنه ينبغي عدم نزول دسم اللحم أو دهونه على النار المتهبة أو على لفائف التسخين المعدنية.

- ينبغي الموازنة بين نكهة الطعام وطريقة تحضيره، يعترف خبراء التغذية بأن اللحم المشوي يفقد جزءا من نكهته وطعمه حين يتم وضعه على رقائق الألمنيوم التي تفصله عن الجمر، لكنهم يؤكدون على أهمية الموازنة بين نكهة الطعام وطريقة تحضيره، بحيث يكون الأكل لذيذا وفي الوقت الوقت ذاته صحيا. ويرى المختصون أن التصاق اللحم على رقائق الألمنيوم ليس ضارا، لكنهم يشددون على تجنب اختراق النار لرقائق الألمنيوم الفاصلة بين اللحم والموقد الذي تشوى عليه، وتفادي الاحتراق الزائد للحوم عند الشواء.

كيف تتجنب المواد السامة في الخضار!
لا يكفي أن نهتم بنوعية وجود ما نأكله وإنما بكيفية طبخ وتحضير طعامنا أيضا. حيث أن بعض الخضار والفواكه يمكن أن تحتوي على مواد ضارة، إليكم بعض النصائح لدى الطبخ وتحضير الطعام لتجنب مخاطر تلك المواد الضارة. يهتم كثيرون بنوعية وجود طعامهم

حين تشوي اللحم قد نشعر بمخاوف وعدم الارتياح لأن ثمة من يقول إن المشاوي قد تسبب السرطان أو إن الدخان المتصاعد على اللحم هو مثل تدخين منات السجائر وهذا ليس بعيدا عن الحقيقة، ولكن لا ينبغي القلق إذا اتبعت النصائح التالية. قد يقرأ الإنسان على صفحات الإنترنت أو يسمع البعض يقول إن شوي كيلو غرام واحد من اللحم يجعل اللحم يحتوي على كمية كبيرة من مادة البنزوبيرين المسرطنة وإن أكل اللحم المشوي يعادل تدخين منات السجائر. لكن خبراء يقولون، وفق ما ينقل موقع شبيغل الإلكتروني الألماني، إن ذلك غير صحيح، رغم احتواء اللحم المشوي على البنزوبيرين، وذلك لأنه لا يمكن مقارنة استهلاك اللحم المشوي بتدخين السجائر، لأن دخان السجائر لا يحتوي فقط على البنزوبيرين بل كذلك على عدد من المواد الأخرى التي قد تسبب السرطان أيضا، كما أن هناك فرقا كبيرا آخر وهو أن تناول البنزوبيرين عن طريق الرتين يختلف عن تناوله عن طريق المعدة ومروره عبر الأمعاء. ويقول خبراء في الجمعية الألمانية للتغذية إن شواء اللحم في حد ذاته لا يكون خطيرا إذا اتبع الإنسان بعض النصائح:

- لا تضع اللحم مباشرة فوق الجمر أسوأ ما يمكن عمله عند شواء اللحم هو وضع اللحم مباشرة فوق الجمر واسوداد لون اللحم. لذلك يستحسن وضع الجمر إلى جانب اللحم وليس تحته مباشرة. وقد يقول البعض إن عملية الشواء تتطلب أن يكون الجمر تحت اللحم، ولكن خبراء التغذية يحذرون من ذلك، ويررون تحذيرهم بأن دخان الفحم يحتوي على مواد مسرطنة (هيدروكربونات عطرية متعددة الحلقات).

- تتجنب سقوط قطرات دهون اللحم أو دسمه على الجمر الشوي الطويل يؤدي إلى تكون فئنة إضافية من المواد الضارة (الأمينات العطرية الحلقية غير المتجانسة)، ومن السيئ جدا كذلك نزول قطرات من دهون اللحم على الجمر وتصاعد المزيد من تصاعد الدخان نتيجة لذلك.

وفي حالة الشواء على الفحم يوصى بفصل اللحم عن الجمر برقائق الألمنيوم حين يكون الجمر تحت اللحم، وخصوصا عند احتواء اللحوم على الكثير من الدهون والدهم أو حين يكون قد تم تغطيسها من قبل بسوائل أخرى. كما لا ينبغي شواء اللحوم المحفوظة صناعيا المحتوية على أملاح النتريت مثل النقانق واللحم المدخن، وذلك لأن هذه الأملاح تتحد

الأسئلة الشائعة حول جائحة كورونا

كيف أتجنب الإصابة بعدوى فيروس كورونا (كوفيد-19) عندما أحيي الآخرين؟

للمنظمة العالمية لصحة الحيوان: <https://www.oie.int/en/scientific-expertise/specific-information-and-recommendations/questions-and-answers-on-2019nov/el-coronavirus> وتواصل المنظمة رصد آخر الأبحاث في هذا المجال وفي غيره من المواضيع المتعلقة بكوفيد-19. وستحدث هذه المعلومات إذا ظهرت نتائج جديدة.

ما هي مدة بقاء الفيروس على الأسطح المختلفة؟

أهم ما ينبغي معرفته عن بقاء فيروس كورونا على الأسطح هو أن بالإمكان تطهيرها منه بسهولة بواسطة محاليل التعقيم المنزلية العادية التي تقتل الفيروس. وقد أظهرت الدراسات أن بمقدور الفيروس المسبب لكوفيد-19 أن يبقى على البلاستيك والفولاذ المقاوم للصدأ لمدة 72 ساعة وعلى النحاس أقل من 4 ساعات وعلى الورق المقوى (الكرتون) أقل من 24 ساعة.

كالعادة، نظف يديك جيداً عن طريق فركهما بمنظف كحولي لليدين أو غسلهما بالماء والصابون. وتجنب لمس عينيك أو فمك أو أنفك.

كيف تتسوق بصورة آمنة؟

عندما تذهب للتسوق، حافظ على مسافة متر واحد على الأقل بينك وبين الآخرين، وتجنب لمس عينيك وفمك وأنفك. قبل أن تبدأ بالتسوق، قم بتعقيم مسكّة عربة أو سلة التسوق، إن أمكن. وفور عودتك إلى المنزل، اغسل يديك جيداً وكذلك بعد مناولة مشترياتك وتخزينها. ولم تسجل حالياً أي حالات إصابة مؤكدة بكوفيد-19 انتقلت عن طريق الأطعمة أو مبيعاتها.

كيف تغسل الفواكه والخضروات؟

تشكّل الفواكه والخضروات مكوناً هاماً في أي نظام غذائي صحي. وينبغي غسلها كما تفعل في الظروف العادية: قبل لمس الخضار والفواكه، اغسل يديك جيداً بالماء والصابون. ثم اغسلها جيداً بمياه نظيفة جارية، خصوصاً إذا كنت تأكلها نيئة.

هل المضادات الحيوية فعالة في الوقاية من مرض كوفيد-19، أو علاجه؟

كلا. لا تقضي المضادات الحيوية على الفيروسات، وإنما تكافح العدوى البكتيرية فقط. وبما أن مرض كوفيد-19 منشؤه فيروس، فإن المضادات الحيوية لا تنفع في مكافحته. ولا ينبغي استعمال المضادات الحيوية كوسيلة للوقاية من مرض كوفيد-19، أو علاجه. ولكن قد يصف الأطباء في المستشفى المضادات الحيوية للمرضى المصابين بمضاعفات كوفيد-19- الوخيمة لمعالجة عدوى بكتيرية ثانوية أو الوقاية منها. وينبغي التقيد بصرامة بتعليمات الطبيب لدى استعمال المضادات الحيوية لعلاج حالات العدوى البكتيرية.

هل يمكن أن أصاب بعدوى كوفيد-19 عن طريق براز شخص مصاب بالمرض؟

في حين تشير الاستقصاءات الأولية إلى احتمال وجود أثر للفيروس في البراز في بعض الحالات، فلم ترد أي تقارير عن حدوث انتقال لعدوى كوفيد-19- من البراز إلى الفم. بالإضافة إلى ذلك، لا توجد حتى الآن بيانات على قدرة الفيروس على البقاء في الماء أو مياه الصرف الصحي.

من فيروس كورونا الجديد للحصول على مزيد من المعلومات بهذا الشأن. اتبع النصح الصادرة عن السلطات الصحية الوطنية بشأن استخدام الكمامات. كم من الوقت يستغرق ظهور الأعراض بعد التعرض لعدوى كوفيد-19؟

تستغرق المدة من وقت التعرض للإصابة بكوفيد-19- إلى حين بدء ظهور الأعراض نحو خمسة إلى ستة أيام، ولكنها يمكن أن تتراوح من 1 إلى 14 يوماً.

ما هو الرابط بين مرض كوفيد-19 والحيوانات؟

ينتشر مرض كوفيد-19- عن طريق الانتقال بين البشر. ونعرف الكثير بالفعل عن فيروسات أخرى من فصيلة فيروسات كورونا، ونعلم أن معظم هذه الأنواع من الفيروسات حيوانية المصدر. والفيروس المسبب لمرض كوفيد-19- (يسمى أيضاً فيروس كورونا- سارس-2) هو فيروس جديد في البشر. ولم يؤكد بعد المصدر الحيواني المحتمل لكوفيد-19- ولا يزال البحث مستمراً. وتواصل المنظمة رصد آخر الأبحاث في هذا المجال وغيره من المواضيع المتعلقة بكوفيد-19- وستحدث هذه المعلومات إذا ظهرت استنتاجات جديدة.

هل يمكن أن أصاب بعدوى كوفيد-19 عن طريق حيوانات الأليفة أو أي حيوانات أخرى؟

أظهرت الاختبارات التشخيصية نتائج إيجابية تؤكد إصابة العديد من الكلاب والقطط (القطط المنزلية والتمور) بعدوى كوفيد-19- بعد مخالطتها أشخاصاً مصابين بالعدوى. إضافة إلى ذلك، يبدو أن سنانير الزباد أيضاً معرضة للإصابة بالعدوى. وتبين في ظروف مختبرية أن كلاً من القطط والزياد لديها القدرة على نقل العدوى إلى حيوانات أخرى من نفس الفصيلة. غير أنه لا توجد بيانات تدل على قدرة هذه الحيوانات على نقل مرض كوفيد-19- إلى البشر والتسبب في انتشاره. فعدوى كوفيد-19- تنتشر بشكل رئيسي عن طريق القطط التي يفرزها الشخص المصاب بالعدوى عندما يسعل أو يعطس أو يتكلم.

واكتشف الفيروس كذلك لدى النمس المجنحة في المزارع، حيث يرجح أنها أصيبت بالعدوى من عمال المزارع. وفي حالات قليلة، تبين أن النمس المصابة بالعدوى من البشر قد نقلت الفيروس إلى أشخاص آخرين. وتعدّ هذه أولى حالات يبلغ فيها عن انتقال الفيروس من الحيوان إلى الإنسان.

تُظهر نتائج التجارب المخبرية كذلك أن القطط والنمس لديها القدرة على نقل العدوى إلى حيوانات أخرى من نفس الفصيلة. ومن الممكن أن يكون بمقدور هذه الحيوانات نقل العدوى إلى البشر أيضاً. وما زلنا في طور جمع البيانات واستعراضها للتوصل إلى فهم أفضل لنطاق هذا الانتقال من الحيوان إلى الإنسان.

وما زالت المنظمة توصي الأشخاص المصابين بكوفيد-19- والأشخاص المعرضين لخطر الإصابة به بالحد من مخالطة حيوانات الرفقة وغيرها من الحيوانات. وينبغي الحرص دوماً على تطبيق تدابير النظافة الأساسية عند التعامل مع الحيوانات ورعايتها. ويشمل ذلك غسل اليدين بعد التعامل مع الحيوانات أو مع طعامها أو لوازمها، فضلاً عن تجنب التقبيل أو اللق أو الطعام المشترك. ويمكن الاطلاع على المزيد من التوصيات بهذا الشأن على الموقع الإلكتروني

طبية فيما كان ذلك أن يحمي الأشخاص القريبين منه من الإصابة بالعدوى.

وكذلك إذا اضطر شخص مريض للذهاب إلى مرفق الرعاية الصحية فعليه أن يضع كمامة طبية.

كل شخص يقدم الرعاية المنزلية لمريض مصاب بكوفيد-19- لماذا؟ ينبغي أن يرتدي القائمون على رعاية مرضى كوفيد-19- كمامة طبية لحماية أنفسهم. فالمخالطة القريبة والمتكررة ولفترة طويلة مع شخص مصاب بكوفيد-19- يجعل مقدم الرعاية أكثر عرضة لخطر الإصابة بالعدوى.

وقد يختار صانعو القرار على المستوى الوطني التوصية باستخدام الكمامات الطبية لأفراد معينين استناداً إلى نهج قائم على المخاطر. ويراعي هذا النهج الغرض من استخدام الكمامة ومستوى مخاطر التعرض وشدها والظرف وجدوى الاستخدام وأنواع الكمامات الممكن استخدامها.

كيف ترتدي الكمامة على النحو الصحيح

إذا قررت أن ترتدي كمامة فاتبع الإرشادات التالية:

- 1- قبل لمس الكمامة، نظف يديك بفركهما بمطهر كحولي أو بغسلهما بالماء والصابون.
- 2- تفقد الكمامة وتأكد من خلوها من الشقوق والثقوب.
- 3- حدد الطرف العلوي من الكمامة (موضع الشريط المعدني).
- 4- تأكد من توجيه الجهة الصحيحة من الكمامة إلى الخارج (الجهة الملونة).
- 5- ضع الكمامة على وجهك. اضغط على الشريط المعدني أو الطرف المقوى للكمامة ليتخذ شكل أنفك.
- 6- اسحب الجزء السفلي من الكمامة لتغطي فمك وذقنك.
- 7- لا تلمس الكمامة ما دمت ترتديها للحماية.
- 8- بعد الاستخدام، اخلع الكمامة بنزع الشريط المطاطي من خلف الأذنين مع الحرص على إبعادها عن وجهك وملابسك لتجنب ملامسة أجزاء الكمامة التي يحتمل أن تكون ملوثة.
- 9- تخلص من الكمامة المستعملة على الفور برميها في سلة مهملات مغلقة. لا تستخدم الكمامة المستعملة مرة أخرى.
- 10- نظف يديك بعد ملامسة الكمامة أو رميها، إما بفركهما بمطهر كحولي أو بغسلهما بالماء والصابون إذا كانتا متسختين بوضوح.

هل توصي منظمة الصحة العالمية بارتداء كمامات طبية لتجنب نشر عدوى كوفيد-19؟

لا توجد أدلة حالياً تؤيد أو تنفي جدوى ارتداء الكمامات (الطبية أو غيرها) من الأشخاص الأصحاء في المجتمع عموماً. غير أن المنظمة تعكف على دراسة المعارف العلمية السريعة التطور بشأن الكمامات وتحديث إرشاداتها في هذا الشأن بشكل مستمر.

يوصى بارتداء الكمامات الطبية أساساً في مرافق الرعاية الصحية، ولكن يمكن النظر في استخدامها في ظروف أخرى أيضاً وينبغي أن يقتصر استخدام الكمامات الطبية بالتدابير الرئيسية الأخرى للوقاية من العدوى ومكافحتها مثل نظافة اليدين والتباعد الجسدي.

لماذا؟ يوصى باستخدام الكمامات الطبية وأقنعة التنفس من نوعي N95 و FFP وما يكافهما، للعاملين في مجال الرعاية الصحية حصراً أثناء تقديم الرعاية للمرضى. فالمخالطة اللصيقة لأشخاص مصابين بعدوى كوفيد-19- المؤكدة أو المشتبه فيها وملامسة البيئة المحيطة بهم هي الطرق الرئيسية لانتقال العدوى، مما يعني أن العاملين في مجال الرعاية الصحية هم الأكثر عرضة للإصابة بالعدوى.

المرضى الذين تظهر عليهم أعراض كوفيد-19- لماذا؟ أي شخص مريض تظهر عليه أعراض خفيفة مثل الأوجاع العضلية أو السعال الخفيف أو احتقان الحلق أو التعب، ينبغي أن يعزل نفسه في المنزل ويضع كمامة طبية وفقاً لتوصيات المنظمة بشأن الرعاية المنزلية للمرضى المشتبه في إصابتهم بعدوى كوفيد-19-. والقططيات التي يفرزها الشخص عندما يسعل أو يعطس أو يتكلم يمكن أن تنشر العدوى. وقد تصل هذه القططيات إلى وجوه الآخرين القريبين من المريض أو تحط على أسطح البيئة المحيطة به. وإذا عطس الشخص المصاب بالعدوى أو سعل أو تكلم وهو يرتدي كمامة

المرضى الذين تظهر عليهم أعراض كوفيد-19- لماذا؟ أي شخص مريض تظهر عليه أعراض خفيفة مثل الأوجاع العضلية أو السعال الخفيف أو احتقان الحلق أو التعب، ينبغي أن يعزل نفسه في المنزل ويضع كمامة طبية وفقاً لتوصيات المنظمة بشأن الرعاية المنزلية للمرضى المشتبه في إصابتهم بعدوى كوفيد-19-. والقططيات التي يفرزها الشخص عندما يسعل أو يعطس أو يتكلم يمكن أن تنشر العدوى. وقد تصل هذه القططيات إلى وجوه الآخرين القريبين من المريض أو تحط على أسطح البيئة المحيطة به. وإذا عطس الشخص المصاب بالعدوى أو سعل أو تكلم وهو يرتدي كمامة



GOLDEN WAY INSURANCE SERVICES, INC.

License 0K12292



Samy Beshay
CA License # OD91467



Auto • Home • Business • Health • Life

Stop paying too much for insurance, we can save you \$\$\$.
We are authorized agent for more than 60 insurance companies

*Why you pay more, if you can pay less
with our great insurance companies*



Tel: 888 440 0411 - Cell: 714 335 4400 - Fax: 888 880 1647

www.goldenwayins.com
Email: samy@goldenwayins.com

تتقدم أسرة صحيفة كاريزما بأرق التهاني القلبية للعروسين ماجى سلامة وعريسها عادل بشرى بالاحتفال بالزواج السعيد بالرفاء والبهين تهنئة من ماما ياسمين أمين وماهر سلامة وسمير سلامة وأشرف سلامة .. الف مبروك للعروسين



أجمل التهاني للعروسين
ماجى سلامة وعادل بشرى



إصدار كتاب جديد "الزهد كطريق للحرية"

الكثير بالتفكير بجدية بتغيير أو تعديل أسلوب حياتهم نحو الأفضل. والتفكير بالعمل الجاد من أجل الحد من ظاهرة الفقر مما يضعنا أمام أهمية دورنا في حب عمل الخير ومساعدة الغير وصنع الصلاح. وأخيراً، تأتي أيضاً أهمية الكتاب الجديد للتحذير من العواقب السلبية من حب النفس وتناسي أننا نعيش كلنا ضمن عائلة ووطن ومجتمع ومدعوون إلى معرفة حقوقنا وواجباتنا نحو الله وأنفسنا وغيرها.

مبارك

الجديد إلى عرض الجانب التاريخي لإنشاء ونشاط هذه التيارات المختلفة، وأيضاً يكشف لنا كتابه ما إذا استطاعت هذه التيارات المختلفة على التأثير الإيجابي على المجتمعات المحيطة بالمناطق الجغرافية التي إنتشرت بها، وإذا استطاعت بالفعل رسم طريق إيجابي في مسيرة الإصلاح الفكري والأخلاقي وتوطيد مبدأ المساواة ومساعدة الغير والزهد. وأيضاً بعد مطالعة الكتاب الجديد، يمكن أن يبدأ

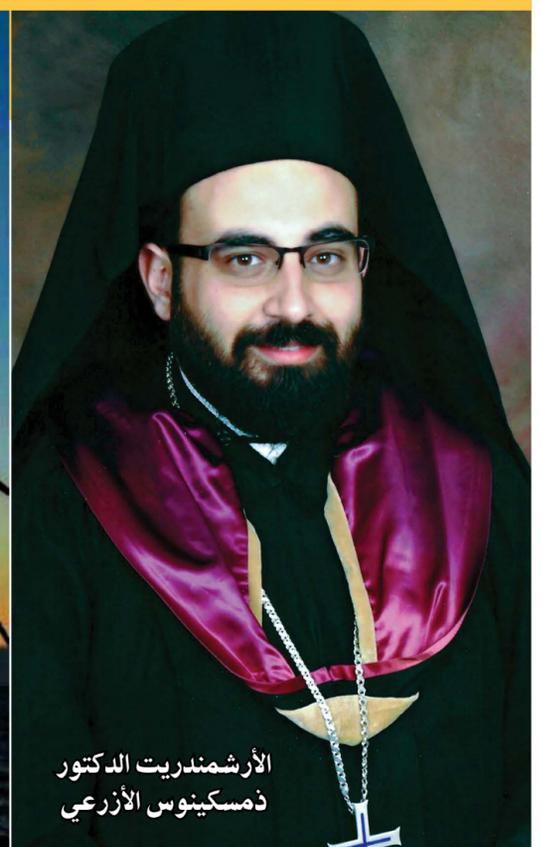
تبارك صحيفة كاريزما لقدس الأرشمندرت الدكتور ذمسينوس الأزري، بمناسبة إصدار كتابه الجديد "الزهد كطريق للحرية". يكمن هدف الكتاب الجديد لقدسه في محاولة التعرف على العوامل النفسية والروحية والفلسفية الناتجة عن وجود عدة تيارات روحية وفلسفية منذ آلاف السنين تحث على حياة الزهد والتقشف وعدم التبذير والإسراف، وكهدف نظري يهدف كتابه

الزهد كطريق للحرية

من وجهة نظر لاموتية وفلسفية
وإجتماعية

الزهد كطريق إلى الحرية

يجب أن ندرك أنه من الضروري جداً أن يُسيطر الإنسان على شهواته وذلك من وجهة نظر مسيحية لأجل ممارسة أفضل للوصايا الإنجيلية. فلا ينبغي إفساد الحاضر بالرغبة في أشياء نفتقر لها، ولا بد من الإنتباه إلى أن الأشياء التي لدينا الآن كانت في الماضي من رغبتنا، فالثراء الموافق للطبيعة محدود وسمل، أما الثراء الذي يقع تخيله وفق آراء باظلة فلا حدود له وهو صعب المثال، والفقر الذي يُعاس على حاجات طبيعتنا ثراء عظيم وعلى العكس بالنسبة لمن لا يعرف حدوده فالثراء فقر مُطلق.



الأرشمندرت الدكتور
ذمسينوس الأزري

الأرشمندرت
ذمسينوس الأزري



الجدل للنشر

مؤسسة جيني للهجرة والضمان الإجتماعي

إخدم والدك أو والدتك وأحصل على \$3400 شهرياً



الإسم الأكثر ثقة لدى الجالية العربية
في معاملات الهجرة والجنسية
مركز متكامل لإدارة الهجرة والجنسية
أفضل الطرق أماناً للنجاح
بإمتحان الجنسية الأمريكية



تيسر وسارة للجالية العربية أينما كنتم في أمريكا
أحصل على الجنسية الأمريكية
بدون إمتحان

خدمات الضمان الإجتماعي

راتب العجز وعدم القدرة علي العمل SSI- SSA
المعونات الصحية Medi-Cal
الإجور المدفوعة لأفراد العائلة للإعتناء بذويهم
سماع الدعاوى والإستئناف بقضايا الجنسية
يمكن زيادة المساعدات المالية التي تحصلون عليها
أحصل على الحد الأعلى من المعاش الشهري وهو \$930

خدمات الهجرة

الإقامة عن طريق العمل أو الأقارب أو الزواج
الحصول على تراخيص العمل وتجديدها
تجديد تأشيرات الدخول
إستخراج وثائق السفر
طلبات رفع القيود عن طلبات الإقامة
الحصول على الإقامة بطريق القرعة العشوائية

يمكنك الإستفادة من تقديم إمتحان الجنسية الأمريكية باللغة العربية
إذا كنت فوق 55 عاماً، وتحمل الجرين كارت منذ 15 عاماً
أو إذا كان عمرك 50 عاماً أو أكثر وتحمل الجرين كارت منذ 20 عاماً

خدماتنا تشمل أيضاً

Notary & Live scan Fingerprint Services

ترجمة وتصديق الوكالات - كاتب عدل - بصمات الأصابع
الشحن - صور جوازات السفر

Tel:(818) 242-8196

Fax:(818) 2393197

1436 W . Glenoaks Blvd., Glendale, CA 91201



بقلم / الأرشندريت خاص لجريدة كاريزما



د. زكيون الأزعي

مشاكل الحياة الزوجية (الجزء الثامن)

إفشاء أسرار البيت

الخلافات الزوجية من وقت لآخر أمر طبيعي الحدوث، ولكن الإفصاح عن أسرار البيت بين الأصدقاء والأقارب أمر يزيد من الخلافات حتى الطلاق أحياناً. فكل الزوجين مطالبان بكمالات أسرار العائلة، سواء كانت تلك الأسرار خاصة بالعلاقة الزوجية أو بمشكلات البيت، فخرج المشكلة خارج أسوار المنزل يعني استمرارها، خصوصاً إذا نُقلت إلى أهل أحد الزوجين حيث لا يكون الحكم عادلاً في الغالب لأنهم يسمعون من طرف واحد! إن ترويح أحد الزوجين عن نفسه بنشر أخبار الحياة الزوجية وبث همومها بين الآخرين مهما كانت درجة قربانته خطأ كبير! حيث يولد في النفوس النفور ويزيد الفجوة بين الزوجين إتساعاً عندما يعرف أحدهما بأن نصفه الآخر قد باح بأسراره أو إنتقده في غيابه! ان المشاكل والخلافات الزوجية أمر طبيعي ووارد في أغلب البيوت وهي لا تعني أبداً أن الزوجان يكرهان بعضهما بعض، لأن إجتماع شخصين في مكان واحد يجعل الخلاف أمراً متوقفاً، ولكن من أكبر الأخطاء التي يرتكبها الأزواج تجاوز أسوار البيت بهذه المشكلات وعرضها على مسامع الآخرين. ان أغلب المشاكل في الحياة الزوجية سرعان ما تنتهي وتنتاشي مسباتها بعد وقت، وسرعان ما ينساها أصحابها ولكن في كثير من الأحيان يقوم الآخرون بنشر تلك المشكلات فيساهمون بشكل مباشر أو غير مباشر في إضرار نيرانها من جديد، وقد يكون النقل غير الصحيح لما قاله أحد الزوجين أحد أهم أسباب تطور المشكلة، ولا ننسى مبالغة بعض الأشخاص في نقل الكلام! ان الشريك الذي يفشي بالأسرار الزوجية لم يتلق على الأرجح تشنة روحية واجتماعية سليمة

ومتزنة، تمنعه من الكشف عن خصوصيات علاقته الزوجية. وأيضاً الكشف عن الأسرار الزوجية للغرباء يؤثر بشكل سلبي على الأطفال، حيث يعيشون حالة من القلق والنقص أمام تلك الأسرار التي يخجلون من سماعها، كما يعيشون حالة من الوسواس، حيث يعتبرون أن كل من ينظر إليهم يتحدث عن أسرار والديهم. من المهم أيضاً أن لا تسمح الأسرة لنفسها بالحديث في أسرار الآخرين، سواء الأقارب أو الجيران أو الأصدقاء لأن ذلك سيؤدي إلى وصول هذه الأسرار إلى الأبناء الذين ربما يتناقلونها بينهم دون إدراك ووعي لخطورة ذلك، فعلى الأهل أن يعودوا أبناءهم على عدم نقل المعلومات والأخبار، وكذلك على الكبار أن يحرصوا على عدم الحديث في خصوصياتهم أمام الأطفال حتى الصغار منهم، مع أنه للأسف بعض الكبار يطلبون من الصغار البحث عن الأخبار والأسرار لنقلها لهم... ان إفشاء أسرار المنزل، أيًا كانت هذه الأسرار ومن ثم نقلها هنا وهناك بطريقة خاطئة يُسبب الكثير من المشاكل، وقد يتسبب في خراب البيوت، فيجب على الأزواج عدم إفشاء أي سر من أسرار البيت. ولنتذكر قول الكتاب المقدس:

"فَلْيَجِبْ كُلُّ وَاحِدٍ امْرَأَتَهُ هَكَذَا كَنَفْسِهِ، وَأَمَّا الْمَرْأَةُ فَلْتَهَبْ رَجُلَهَا (أفسس 5: 33) وَأَيْضاً "لِيُوفِ الرَّجُلُ امْرَأَتَهُ حَقَّهَا الْوَاجِبَ، وَكَذَلِكَ الْمَرْأَةُ أَيْضاً الرَّجُلَ (1 كورنثوس 7: 3)".

يتبع...



فاطمة ناعوت

f.naoot@hotmail.com

الكاتبة الصحفية و الشاعرة
الإعلامية المتميزة

كيف أشرق نور 30 يونيو؟

هذه شهادتي للتاريخ. (موعدنا ٣٠ يونيو)، كانت العبارة التي أختتم بها جميع مقالاتي منذ قررنا قبل سنوات سبع تطهير عرش مصر من سرطان الإخوان، وإسقاط الجواسيس الذين سرقوها بليل، فيما نحن غافلون. على مدى شهرين كاملين بدأت الحشد ليوم عظيم من عمري؛ بكامل عدتي وعتادي. أسلحتي هي: (القلم) في مقالاتي (الحاسوب) في التغريدات والبوستات (الحنجرة) على شاشات الفضائيات والإذاعات والمحاضرات، و(اللافتات) أحملتها وأجوب الطرقات والشوارع. تخلل ذلكما الشهرين (اعتصام المثقفين) الذي أشرق مع بداية يونيو ٢٠١٣. وكان "اعتصام المثقفين" الشرارة التي انطلقت من دار الأوبرا تضامناً مع "مديرة دار الأوبرا" آنذاك، "د. إيناس عبد الدايم" وزير الثقافة الحالية، التي قرر وزير الثقافة الإخواني آنذاك "علاء عبد العزيز" إقالتها. ولم نقبل، نحن الشارع الثقافي هذا العبث فخرجانا من دار الأوبرا لنحتل وزارة الثقافة، واعتصمنا بها لا نبرحها أبداً حتى نمنع الوزير الإخواني من دخولها. قاومنا بلطجية الإخوان الذين تحزروا بنا، ولقنا البلطجيين "أحمد المغير، وعمرو عبد الهادي"، الإخوانيين الهاربين الآن، درساً لا ينسيه. أجاج اعتصامنا حماس الشعب المصري ضد خونة الأوطان. وتضاعفت مطالبنا من إقالة وزير الثقافة الإخواني (عدو الثقافة والفنون)، إلى إسقاط المرحوم "مرسي العياط" (عدو الوطن) عن عرش مصر. رددنا على تحريم الفنون بأن رقصنا "زوربا" مع فرقة باليه القاهرة في الشارع أمام وزارة الثقافة في شارع "شجر الدر" بالزمالك، وشاركتنا جموع الشعب المصري من المازة وخراس العقارات وسبائس الجراجات، فكانت تظاهرة شعبية راقصة فانقة الجمال. من داخل الاعتصام هتفت للإخوان: "أهلا بكم في عش الدبابير، موعد رحيلكم أن أيها الإخوان". فالمتقف قد يصمت ويغض الطرف مادام غشه الثقافي مُحضناً وشرفته الإبداعية في أمان. فإذا ما تهتد ذلك العش خطر ما، خرج عن صمته وانفض. وهو ما كان. التحم المثقفون والفنانون والأدباء على قول واحد وقرار: "لامحل للإخوان في ديارنا". وبضنا في مقر وزارة الثقافة قرابة الشهر. هنا أيقنت أن إسقاط الإخوان بات وشيكاً. حين تمطع أحد أعضاء حزب النور السلفي، وهرف قائلا: "الباليه فن العراة!!" ثم أفتى بتحريره، سألتني صديقتي البالبرينا التحيلة "نيفين الكيلاني" والدمع في

عينيها: (هل أجسامنا مثيرة للشهوات حقاً ونحن نرقص الباليه؟) فأجبتها بسخط: (من تثر شهواته الفراشات فعيناه ليستا في رأسه، بل في مكان آخر!) هنا أدركت أن إسقاط الإخوان بات قاب قوسين أو أدنى. فالإخوان وحزب النور وتيار الإسلام السياسي والتكفيريون، جميعهم تنوعت مختلفته على نغمة نشاذ واحدة تكره العلم والفن والحياة، بقدر ما يكرهون الوطن. شكرت الرجل الذي فضح فكرهم المريض حين كشف أنه لم ير في راقصة الباليه الساحرة إلا الشهوة الدنسة، وطلبت من فرقة باليه القاهرة أن يهبطوا من برجهم العاجي/ خشبات مسارح الأوبرا، ويقدموا رقصة للناس في الشارع، كما كان يفعل فنانون التروبادور في إسبانيا. وبالفعل استجابوا ورقصوا الباليه في الشارع ورقصنا معهم. أمسك بيدي راقص الباليه الأول بمصر "هاني حسن" وهو يعلمني خطوات الرقصة ومعى منات المصريين من مختلف المشارب والمستويات. أقسمنا نحن المثقفين ألا نقص اعتصامنا، حتى لو أقبيل الوزير المزعوم، حتى يلتحم اعتصامنا بثورة ٣٠ يونيو الشعبية الخالدة. وكانت لوحة المثقفين التي رسمناها باعتصامنا الطويل القطعة الفنية الأرقى والأكثر أناقة بين كل ما أنتجته الشعوب من قطع فنية خالدة. وحين حان يوم ٣٠ يونيو، هدرت جموع الشعب من كل صوب تنادي بسقوط الخونة عن عرش بلادنا. ساندنا وحما مشوارنا وبارك إرادتنا الشعبية، جيشنا المصري العظيم. وجرت المياه في النهر من جديد. كنا على يقين من أن بداية النور والتنوير والانعتاق سوف تبدأ في اليوم التالي لإسقاط مرسي العياط، يوم ٣ يوليو ٢٠١٣. لكن مشوار التنوير مازال طويلاً وشانكاً وقاسياً، لأن البناء عسير بعد طول هدم مظلم ومنظم بدأه أعداء الحياة منذ نصف قرن يضربون خاصرة التنوير بمعاول الظلام والتجهيل ومحاربة الفكر والعلم والفنون. طويل مشوارنا التنويري حتى نوقد ما يكفي من شموع لمحو الظلام الذي رسمه الظلاميون في أركان مصر وجوانبها. دعونا نوقد شموع التنوير في مصر ونعمل بجد كما يعمل الرئيس السيسي بجد، حتى نهض بمصر؛ وتكلم ثورتنا بالنجاح، ويغمر قلب مصر الفرخ. مصر اليوم تنهض في وثبات متسارعة لا يراها إلا أعمى أو كذوب. وسوف يشرق غد قريب على مصر، وهي "قد الدنيا". "الدين لله والوطن لمن يحب الوطن".

عن الصرى اليوم



لواحد كان الصبح ييفطر معنا! أنه هذا الوجه.. ..
.. الصديق، الذي يغمس يده معك في الصحافة، ويخونك كيهودا الإسخريوطي!
.. وحارسك، الذي في بيتك ويطعنك كبروتس!
.. والبدوي، الذي يدعس على جنودنا، كما يدعس على ترابنا!
.. والفلسطيني، الذي يتنكر لحضن وحنان مصرنا!
.. والمصري، الذي فضل أن يخون وطنه، وهو يدل عليها بأصابعه الأربعة!
.....
هذا هو وجه الموت، وهو لا يخيف إلا أهل الشر! ...



خاص لجريدة كاريزما

أنكار

بقلم عادل عطية

كاتب وصحفي

وجه الموت!

ربما لأنني أريد أن أستوعب ما قاله القديس «فرنسيس الأسيزي»، الذي ألف كتاب: "أنشودة إلى أختي الشمس" فعند موته، أراد أن يوضع على التراب بعد أن كرر: "مجداً لك يا ربي لأجل أخي الموت، الذي لا يفلت منه كائن حي!" إلى أن قرأت رسالة من نقيب

شهاد على أرض سيناء، إلى أمه - وجدها زملاؤه في جيب برته العسكرية -، يكشف فيها عن ذلك الوجه الذي في الظلام! قال في رسالته: «فيه أعداء منهم ناس بتضحك في وشنا الصبح، ولما الليل يبجي ويبدأ ضرب النار ونرد عليهم، بنروح نشوف اللي مات، ونلاقي جثة

"هناك شيان لا يمكن أن يحدث فيهما المرء: الشمس، والموت!" أمام هذه الكلمات التي كتبها الأديب الفرنسي «لاروشفوكو» تساءلت: هل للموت وجه؟! .. يخاطبني البعض، بنبرة منطقية: ليس للموت وجه ولكننا نراه من خلال آثاره المؤلمة! وهل هناك أفتنة بلا وجه؟! .. فهذه هي الأفتنة:

.. سيارة مسرعة كالعاصفة!
.. أعاصير تلوي ذراع الحياة!
.. زلزال يغربل الأرض!
.. أمراض وبائية أبادية!
ويبقى وجه الموت، والرغبة الفلسفية في التحديق فيه!



بقلم **سالم فريد سليم**

كاتب وصحفي

خاص لجريدة كاريزما

المدينة الفاضلة حلم الرئيس



المشاع بين سكان المدينة الفاضلة فان كل شئ متوفر لدى كل انسان وانا اقدان بينهم وبين الكثير من الامم حيث يقول كل انسان ان ماقد حصل عليه ملك خاص له وانه اموال خاصة وانا استمسك جيدا بما قاله افلاطون ان كل الناس يجب ان يحصلوا ويتمتعوا بحصص متساوية من الثروة والامتعة لانه حيث ينتزع كل انسان يتخذ القابا معينة ويتمسك بادعاءات ما ويختطف اكبر قدر يستطيع الحصول عليه بحيث نجد ان قلة هي التي تتقاسم فيما بينها كل الثروات فلن يترك للباقيين سوى العوز والفاقة وهنا تستحضرني كلمات الرئيس عبد الفتاح السيسي رئيس جمهورية مصر العربية في تخيله لمصر في المستقبل القريب وكأنه قارئ جيد لكتاب توماس مور فهو ليس قارى جيد فقط او يحلم باشياء في الخيال وانما استطاع ان ينفذ منها الكثير على ارض الواقع فحلم الرئيس يتحقق ولكن ليس بافكار توماس مور القديمة وانما بالدولة الحديثة المتقدمة المتمثلة في المدن الحديثة الالكترونية كالعاصمة الادارية الجديدة والمدن الجديدة حديثة الانشاء والتي لم تنتهي بعد فهل سيكون هناك اكثر من مدينة فاضلة في مصر في مختلف المجالات؟ سؤال ستجيب عنه الايام القادمة.

رجعت بذاكرتى التاريخية لعدة قرون سابقة الى العصر الذى عاش فيه توماس مور مؤلف كتاب المدينة الفاضلة في القرن 16 وقد كان مور قائدا سياسيا ومؤلفا وعالما انجليزيا ولد في لندن واصبح محاميا عام 1501 ثم اصبح وزيرا للعدل وهكذا تبدو ملامح ومقتطفات من احب الكلمات في كتابه المدينة الفاضلة التي ترنوا الى العدالة والسمو واليكم اجزاء من المشهد الجميل الذى اراد توماس مور تخيله للمدينة الفاضلة واحلامه التي لم تتحقق لاننا نعيش على الارض وليس في السماء ويذكر توماس مور في كتابه ان كل انسان في المدينة الفاضلة ياخذ انتاجه الى المخزن العام ويتسلم منه حسب ماتطلبه احتياجاته ولا احد يطلب اكثر مما يكفيه لان الامان من الحاجة يصدده عن الجشع ويتناول الناس الوجبات على مائدة مشتركة ولكن للمرء ان ياكل في بيته ان شاء وليس في المدينة الفاضلة عملة ولاشراء بثمن رخيص ولابيع بثمن غال وافات الغش والسرقة والنزاع على الملكية غير معروفة وسكان المدينة الفاضلة احرارا بمعنى الحرية من الجوع والخوف ولكنهم ليسوا احرارا في ان يعيشوا على حساب الاخرين ويقول مور ايضا فلما كان كل شئ على

خاص لجريدة كاريزما

بقلم **سلوى رزق**

كاتبة وصحفية

أوراق من شجرة حياة

هل تفكيرى صحيح؟



والتفكير السبى والحلول البشرية.. ولقد اعطانا الله وعودا كثيرة بانه لن يتركنا ابدا مادامنا نطلبه (قالا ها انا معكم كل الأيام وإلى إنقضاء الدهر: متى 28-20). (تعالوا الي يا جميع المتعبين وانا اريحكم: متى 11-28).. (فماذا نقول لهذا ؟ ان كان الله معنا فمن علينا: رو 31:8) والان عرفنا ان التفكير الصحيح هو الذى يستند على المبادئ الدينية والروحية والاعتماد على الله في كل مشاكلنا باننا نرفع صلوات حارة من أجل أن يتدخل الله في حل هذه المشاكل ودانما اعمال الله كاملة فهو الخالق الذى يعرف كيف تحل مشاكل خليفته النفسية والروحية وحتى الجسدية، نحن نحتاج أن نرفع قلوبنا الى الله لنجد رحمة وشفاء وسلاما وطمانينة في هذه الأوقات لان العالم جميعه ين من كثرة الامراض والايوتة والكوارث الطبيعية التي تلاحقنا، ياليتنا نسلم لله كل حياتنا لانه هو المعنى بنا حياً صادقاً أكثر وأفضل مما نحب أنفسنا، أرجو أن يعطينا الله ان تتبع الحلول الإلهية كالصلاة والصوم والصدقة ويحضرني الان شين لطيفا كنت اشاهده لعائلتنا وانا شابة في المدرسة حينما اسمع عن مشكلة مع العائلة فكنت اسمعهم يقدمون اى نوع من العطاء لاي شخص محتاج وفعلا الرحمة تبعد كثيرا من المشاكل وصدقت هذه الاية العميقة (طوبى للذى ينظر المسكين في يوم الشر ينجيه الرب المزمور 141:1).

هل تفكيرى صحيح؟ انه سؤالى لنفسي لقد اخذنا النصيحة العظمى من الكتاب المقدس في (سفر الامثال 3 - 5:6 قائلا: توكل على الرب بكل قلبك وعلى فهمك لا تعتمد)، دانما الانسان منا يتخيل ان تفكيره صحيح في كل نواحي الحياة. الحياة مليئة بالمواقف الصعبة وبالمشاكل التي تحتاج الى التفكير كثيرا قبل الشروع في تنفيذ اى فكرة حلها فتعالوا بنا سويا ننظر لانا ناس نجحوا في حياتهم وننظر كيف كانوا يفعلون مع كل موقف من مواقف الحياة العديدة فاود ان نذكر القديسة مونيكا التي صلت بدموع مرة طوال 22 سنة حتى ينقذ الله ابنها الشاب الفاشل أوغسطينوس من حياة الخطية والذى أصبح أسقف في شمال أفريقيا وأيضا من أهم الشخصيات التي تفسر الكتاب المقدس وله مؤلفات كثيرة وأهمها كتب اعترافات أوغسطينوس، القديسة مونيكا كان تفكيرها صحيح لانها إتخذت الحل الالهى في حل هذه المشكلة الكبيرة، تخيلوا أم لشاب فاشل تصلى من أجل رجوعه لربنا وان يكسب حياته الأبدية والعملية والنفسية والجسدية وعلى العكس حينما ترون أما أخرى لشاب فاشل وتتخذ الحلول البشرية التي من الممكن ان يقبل على الانتحار بانها تفوضه عند اقاربه ودانما ما تناديه يا فاشل ولا تحاول ان ترفع صلاة من اجله، فهناك فرق كبير بين التفكير الصحيح والحلول الإلهية

نقبل المديكال
نقبل جميع أنواع التأمينات

KDG
KEROMINA DENTAL GROUP
DR. L. LOTFY DDS
USC graduate

We accept medi-cal, union plans and all other insurances.

- Deep Cleaning
- Root Canal
- Extractions
- White Filings
- All Porcelain
- Crowns & Bridges
- Whitening
- Cosmetics Dentures
- Flexible partials
- Implants

تنظيف عميق للأسنان واللثة
تجميل وتبييض الأسنان - حشو الأسنان
تنظيف وحشو العصب - زراعة الأسنان
أطقم الأسنان الكاملة والجزئية

X-ray - Exam - Gift W/Visit
Kids All Ages Welcome
Free

للمتحدثين باللغة العربية - for Arabic speakers customers
Phone: (310) 625-0256
Phone: (323) 213-3676 - (323) 268-3395
Address: 5711 E Beverly Blvd East Los Angeles, Ca 90022 USA
www.kerominadentalgroup.com
Email: kerominadental@gmail.com

LAW OFFICES OF JOHN MIKHAIL
www.lawofficejohn.com

المحامي
جون ميخائيل
(310) 806-1231
معكم في الأوقات الصعبة
إصابات العمل - حوادث السيارات
Work Injuries / Compensation
Car Accidents

الإستشارة مجانية FREE Consultation

Notice
Making a false or fraudulent workers' compensation claim is a felony subject to up to 5 years in prison or a fine of up to \$50,000 or double the value of the fraud, whichever is greater, or by both imprisonments and fine.

NourWithLove
Beautiful handmade jewelry with a wide varieties
For more collection, visit our store (NourWithLove) on amazon & Etsy
#beads #weavedjewelry
#handmadejewelry #beadedjewelry
Email: semha200@yahoo.com
Also you can see the New Collections on Instagram or facebook

Special order is available upon your request



Pierre Edward Mohareb

خبير القروض العقارية

خاص لجريدة كاريزما



ما هو تعريف كلمة Credit Score

تتأثر درجة الائتمان **Credit Score** بخمسة عوامل مهمة قد تساعدك على رفع من درجة إئتمائك، أو قد تخفض من درجتك وبالتالي حرمانك من سلف بنكية أو قروض أو الاستفادة منه، لكن بنسبة فائدة عالية تصل الي 30%.

العامل الأول:

سجل تسديديك للديون التي عليك الذي يُشكل نسبة 35% من درجة إئتمائك، فكلما دفعت الدين الذي عليك في الوقت دون تأخير كلما حصلت على نقط إضافية وبالتالي الرفع من درجتك على العكس، تتخضع درجتك إن لم تدفع في الوقت المحدد أو لم تدفع ما عليك من دين.

العامل الثاني:

ما قيمة ديونك الإجمالية يأخذ هذا العامل نسبة 30% من درجة إئتمائك فدرجة الإئتمان تتأثر بقيمة قروضك وبعده أنواع القروض التي تتوفر عليها وترتفع في حالات إستعمالك لنسبة منخفضة.

العامل الثالث:

طول مدة تاريخك الإئتماني ومدة التاريخ الإئتماني تعتمد على طول فترة المعاملة فكلما كانت المدة طويلة في تسديد إلتزاماتك الشهرية من فواتير وخلافة كلما كانت درجة إئتمائك كبيرة وهي تؤثر بنسبة كبيرة.

العامل الرابع:

أنواع القروض يؤثر على درجة الإئتمان بنسبة 10% فكلما كانت أنواع القروض التي تتوفر عليها مختلفة كلما ارتفعت درجتك ومن أمثلة هذه القروض نذكر قرض عن السيارات عن المنزل بطاقة القرض **Credit Card** وغير ذلك.

العامل الخامس:

مستجدات أنشطتك من حيث تعاملك مع البنوك، ففتح أو مجرد طلب فتح حساب لبطاقة إئتمان جديدة وبشكل متعدد قد يخفض من درجة إئتمائك. نصيحتي لمن يود بناء تاريخه المالي أن يبدأ بالحصول على الـ **Secured Credit Card** و الإلتزام المطلق بتسديد كافة الفواتير في وقتها... وعند التسديد يتم دفع مبلغ أكبر من الـ **Minimum Payment** المطلوب منه وأن لا يستعمل مبلغ كبير من الكردت كارد وأن يبقى مبلغ بسيط لا يتجاوز 30% من المبلغ الكلي للكردت... و أيضاً تجنب التقديم المتكرر على أي كردت كارد أو قرض مصرفي أو قرض سيارة خصوصاً إذا تم رفضك مسبقاً ففي هذه الحالة عليك الإنتظار وعندما تصبح متأكداً من تحسن نقاطك من خلال الإشتراك بأحد مواقع متابعة الكردت الشخصي مقابل رسوم شهرية تتراوح ما بين 10 - 15 دولار أو موقع كريدت كارما **www.creditkarma.com** وهذا مجاني لمتابعة الـ **Score**.

دمتم في أمان الله وتمنيتي لكم بمستقبل مشرق وسعيد
لإستفساراتكم رجاء التواصل من خلال:

Email: pierre@petramortgage.com

أو بالإتصال Ph: +1 800-840-4469 - Fax: +1 817-900-7219

ندعوكم لزيارة موقعنا **www.petramortgage.com**

للمهاجرين إلى أمريكا حديثاً والمقيمين فيها **credit history** موضوع خاص بالكردت الذي أقصده هو ليس ذلك الكارد البلاستيكي المصرفي الذي يتم استعماله للمشتريات، بل ما أقصده هنا هو التاريخ المالي بكل جوانبه و متعلقاته بدءاً من تسديد إيجار السكن الشهري وقوائم الماء والكهرباء والهاتف و الإنترنت و تأمين السيارة و أي قوائم (**Utilities**) أخرى، و إنتهاءً بفواتير أقساط السيارة و المنزل (في حالة الشراء بالتقسيط) و تسديد قوائم الكردت كارد. هنا في أمريكا توجد ثلاثة مكاتب رئيسية للكردت و شخصياً أشبه هذه المكاتب بثلاثة قضاة، فهذه المكاتب تراقب كل ما يقوم به الفرد الأمريكي والمقيم بأمريكا (وأقصد بالفرد الأمريكي هو كل من يسكن في أمريكا و له سوشيال سكيوريتي نمبر و حساب مصرفي) فتراقب كل تحركاته المالية بدون أن يشعر فهي تراقب بصمت عن طريق البنوك ومعارض السيارات و شركات الخدمات الأساسية والحكومة ومكاتب العقارات... الخ، وتصدر أحكامها وتقاريرها بناءً على ما تجمعها من معلومات حول الفرد. ويعتبر أهم هذه المكاتب أو القاضي الأعلى لاله من نفوذ واسع في القارة الأمريكية

أسماء هذه المكاتب الثلاثة هي:

Equifax, Experian, Transunion هذه المعلومات التي يتم جمعها في هذه المكاتب الثلاثة تتحول الى تقارير مالية مفصلة، وتتحول هذه التقارير في النهاية إلى أرقام (نقاط) أو ما يسمى هنا بالـ **Credit Score** !!! الشيء الجيد في هذا أن الفرد الأمريكي من حقه أن يتطلع على نقاطه هذه متى يشاء، وذلك من حقه أيضاً أن يحصل على تقرير سنوي مجاني من هذه المكاتب الثلاثة ليكون على إطلاع كامل بوضعه المالي أو سمعته المالية في أمريكا، ومع هذا فالكثير جداً من الأمريكيين مشتركين في شركات أو مكاتب تزودهم بالتقرير بشكل شهري أو فصلي مقابل إيجور شهرية متفق عليها وهذه المكاتب كثيرة منها **My Credit Keeper** و **Auto Theft Protection** و **Credit Score** و لهم مواقع على الإنترنت.

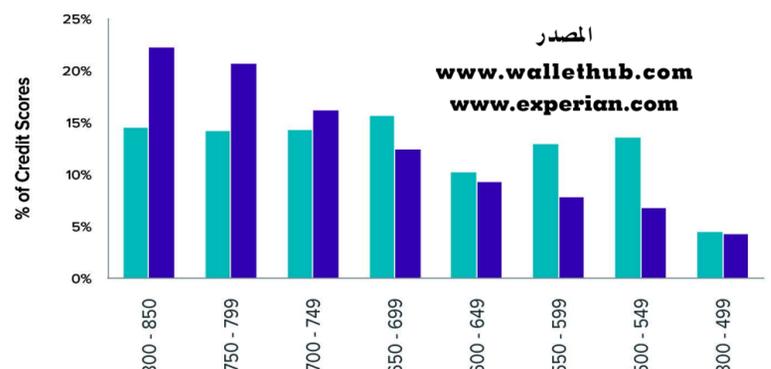
نقاط الكردت Credit Score

تتراوح نقاط الكردت ما بين 309 ضعيف جداً و 839 ممتاز، كلما قلت الدرجات تقل الثقة في التعاملات المصرفية وكلما زادت الدرجات يشعر البنك بالثقة في هذا الشخص للتعامل معه بأمان ولإعطائي القرد المطلوب ويكون التقييم على ست تصنيفات هي:

التصنيف ===== النقاط ===== إسم التصنيف بالإنجليزي

غير مصنف Unrated	يعني عدم كفاية بيانات الكردت فلا يتم حسابها
Very Weak	300 - 499 ضعيف جداً
Fair	500 - 599 ضعيف
Good	600 - 699 جيد
Very Good	700 - 799 جيد جداً
Excellent	800 - 850 ممتاز

ونسبة الأفراد مقابل كل تصنيف و حسب النقاط:





أزمة الكورونا تينا



بقلم / مرجريت إكلاديوس
margaretkladiou@yahoo.com

خاص لجريدة كاريزما



لمنع دخول الأوبئة، أسوة بما كان متبعاً في ذلك الوقت بالبلدان الأخرى.. وبالفعل دعا محمد على الهيئات القنصلية للاجتماع في 18 أكتوبر سنة 1831م، وفيه هذا الاجتماع تم تشكيل هيئة أطلق عليها "مجلس الصحة" وتم انتخاب لجنة فرعية مكونة من خمس قناصل سميت "القومسيون القنصلي الصحي" مهمتها تقرير عدد أيام الحجر الصحي أو المراقبة لمنع دخول الأوبئة...

وفي عام 1835 شكلت لجنة أخرى للإشراف على الحجر الصحي سميت (بمصلحة الكورنتينية) كانت تحت إشراف القنصل الإنجليزي (كامبل)، والقنصل الروسي (دوهاميل) وظلت كذلك حتى عام 1856 حيث اتحدت مصلحة الكورنتينية التي تختص بمنع دخول الأوبئة إلى البلاد مع مجلس الصحة الذي يختص بالشؤون الصحية الداخلية في مجلس واحد سمي (مجلس الطب الخصوصي)، ولقد تم تغيير اسمها في سبتمبر عام 1880 إلى (مجلس عموم الصحة المصري ومشورة الكورنتينات المختلطة بالإسكندرية)...

ثم تحول الإشراف على الحجر الصحي إلى (مصلحة الصحة البحرية والكورنتينات) في ديسمبر 1880م وغير اسمها مرة أخرى إلى (مجلس الصحة البحرية والكورنتينات) بالإسكندرية وأصبح عمله مقصوراً على مسائل الحجر الصحي ..

بينما نقل مجلس عموم الصحة إلى القاهرة وأصبح مختصاً بجميع المسائل الصحية الداخلية بالبلاد..

واهتم هذا المجلس الطبي بفرض نظام معقد يضم الخدمات الصحية داخل المدينة فكان هناك الكشف الدوري على الأشخاص ..

وكلفوا مشايخ الحارات بتبليغ عن المتوفيين حيث يكلف الحكيم باشا بالذهاب لكشف المتوفيين وفي نفس الوقت يقوم بالكشف على كل أسره المتوفي بما فيهم الإناث .. وفي حالة ثبوت ان المتوفي او احد أفراد المنزل مرضي بأي أمراض وبائية يصدر تصريح بذلك من اجل اتخاذ الإجراءات الوقائية مثل : غلق المنزل ووضعه تحت الكورنتينه .. وتخيير المنازل بأنواع من الأعشاب الخاصة و المستخدمة في التعقيم والتغلب على الأمراض .. والاهتمام بتهوية المنزل لطرد رياح الوباء منه .. لكن عندما كان يصعب فعل ذلك مع الكثير من الفقراء فكانوا يؤخذون بمعزل طبي خارج المدينة يسمى «لازاريت او لازارتوو»!!!

والد لازارتوو كلمة إيطالية تأتي من اسم سان لازار او القديس لعازر الذي قد مات وأحياه السيد المسيح و سمي بذلك الاسم تيمناً بقصه اقامته من الموت و حيث ان المريض والموبوء يكون على حافة الموت و يتمني الهرب منه و شفاؤه كمن يموت و يتمني من يقيمه ..!!!! ومع مرور الوقت اصبح ال لازارتوو هو الحجر الطبي في اوربا ..

والفرق بين الكورنتينه و ال لازارتوو هو ان ال لازارتوو مكان بعيد يرسل اليه المرضى الموبئين للعزل خارج المدينة الي ان يشفي و يعود لمدينته او يتوفاه الله .. اما الكورنتينه هي حجر على الحيز ككل .. ويرجح ان ال لازارتوو احد أسباب تسمية حي الازريطه بالإسكندرية رغم انها كانت تبعد عنها في ذلك الوقت .. وتم إنشاء المحاجر الطبية وقتها رغم وجود معارضه من بعض الفقهاء و علماء الدين والمشايخ في مصر والشام الذين راؤوا انها انتهاك لحرمة الموت وتأخير الدفن مما جعله مخالف للشرع في نظرهم!!!!!!

الطاعون الذي لا تتقل المرض الي المصريين .. وفي العام التالي كان الطاعون قد انتشر في مختلف نواحي الدلتا ولذلك عبر الباشا عنرغبته في إقامة حجر صحي (كورنتينا) في مدينته الإسكندرية ..

ويحجز فيه المسافرين والبحارة والسفن الذين يصلون من مناطق مصابة بالطاعون، على أساس أنه من المحتمل أن يكون المرض منتشر بينهم وذلك للمتابعة و تلقي العلاج ومن ثم الاستشفاء والتمكن من دخول البلاد بعد التأكد من التعافي التام وعدم وجود أي ضرر علي الأشخاص داخل البلاد..

وكانت هناك سيدة تدعى خديجة هانم قد بعثت برسالة لمحمد علي تبليغه فيها بتخصيص خمسين من العساكر واليوزباشية وخمسة من "القواصين" (القناصة) للقصور الخاصة بالوالي لحجرها صحياً وتم تعيين أحد الإفرنج الأجانب مأموراً بذلك العمل ومباشرته علي اكمل وجه ..

وتظهر الرسالة أنه تم تطبيق الحجر الصحي خوف الباشا قبل تفشي طاعون عام 1813 خاصة لوجود الجيش المصري الذي أسسه وأعدّه جيداً لحماية البلاد فقام بـ أمر الطبيب الفرنسي الشهير انطوان بارثيليمي كلوت / Antoine Barthelemy الشهير بـ (كلوت بك) بوضع أسس وبإنشاء كورنتينات ومحاجر صحيه لحماية البلاد والجيش من اي تفشي اي عدوي ...

وبدأت إنشاءها في المواني في الإسكندرية و السويس والقصير ورشيد ودمياط والجيزه وعلى المسكرات وأطلق على الأول في ما بعد اسم الازريطة والثاني كان في القصير بطور سيناء بعدما ضرب الوباء للحجاز...

ثم قام بـ إنشاء مجلس الحجر طبي سنة 1831 م بإشراف انطوان كلوت بك والقناصل الأوربيين ..

وكان طلاب وخريجوا المدرسة الطبية التي أنشأها محمد علي وأبرزهم البقلي باشا يتابعون الحالات مع الأطباء الأوربيين المنتدبين للإشراف على الحجر الصحي في المواني علي لسفن الخارجة من مصر الي خارج البلاد و متجهه الي اوربا بغرض الترحال و التجاره حتي لا تتوقف الحركة التجارية لمصر.. وأصبح الحجر الصحي في مصر بمثابة مكان للتطبيق العملي للطلاب والخريجين والأطباء الأجانب والمصريين وذاع صيته بين الأقطار بينما أنشئ مجلس الحجرالصحي في الدولة العثمانية عام 1838م.. أن مصر في التاريخ الحديث لم تشهد الحجر الصحي بكامل معناه إلا عام 1831 حيث ضرب وباء الكوليرا (الهواء الاصفر) البلاد وقضى على نصف الحجاج وتوفي بسببه 150 ألفاً منهم 36 ألفاً في القاهرة... ونتج عنه استماع محمد علي لنصيحة قنصل فرنسا في الإسكندرية ميمو Memo بتكليف أطباء لتشكيل إدارة صحية في العام نفسه وهكذا ظهر أول حجر صحي عربي لم تابعة الكوليرا..

فعلى أثر انتشار الكوليرا في الإسكندرية سنة 1831م انتشاراً شديداً خشي محمد علي باشا من أن يؤثر ذلك على أهلها و علي الوافدين عليها و ان يؤثر تأثيراً سلبياً على سمعة مصر وعلى تجارتها الخارجية .. أراد محمد علي باشا إنشاء هيئة ذات صيغة أجنبية موثوق بها يكون من اختصاصها تقرير ما تراه من الاحتياطات

الذي فتك بالبلاد و«جائحة الطاعون» او «الموت الأسود» والذي كان السبب الرئيسي وراء اتجاه المسؤولين نحو إنشاء أماكن خاصة للحجر الصحي و«العزل» والتي كانت عبارة عن أكواخ تقع خارج أسوار المدن!!

تم اجبار القادمين من الخارج والسكان على العزل الصحي خوفاً من دخول العدوي الي مدينتهم وقت انتشار الطاعون الأسود..

وحيث ان إيطاليا معروفة عبر العصور بانها مزار ديني ضخم و مفتوح و يأتي اليها ملايين السياح علي مر العصور بالملايين سنوياً مما جعلها سهله و خصبه علي انتشار ونقل الوباء بسهولة...!!!

وكان نظام الكورنتينية يتبع قواعد محددة وقوانين تحكمت حتى تحفظ المواني في مكان بعيد عن انتشار الأوبئة والأمراض ..

استمر نظام الكورنتينية مزدهر في حوض البحر المتوسط ولكنه تطور بصورة ظاهره في مصر في عهد الحملة الفرنسية وفي عهد محمد علي باشا و ظهر نظام الحجر الصحي في مصر ايام الحملة الفرنسية علي المنازل فكان كل منزل مصاب يعزل باكملة ويعلم عليه و يقوم ساكنيه بعزل و نشر متعلقاتهم الشخصيه علي اسطح المنازل مقابلاً لشمس لا يام للتأكد من خلو المرض وحيث الاعتقاد السائد بأن الهواء المتجدد مع اشعه الشمس المباشرة تقضي علي الامراض..

وقد اعتمد الفرنسيون فعل «الكرنتينا» أي الحجر الصحي وذلك لحماية جنودهم من الطاعون، وهو ما فعله نابليون بونابرت حين دخل مصر إذ كانوا يشددون في أمر الحجر الصحي خاصة على موانئ الإسكندرية...

فمن المعروف ان نابليون بونابرت أمر بإنشاء أول محجر صحي في مرتفع جنوبي شرقي الإسكندرية لمراقبة الوافدين لها بحرا بعد انتشار الطاعون وأسند إدارته للفرنسي بلانك وقد تلتته أربعة محاجر صحيه اخري في مدينته القاهرة...

وللأسف لم تحقق تدابير الحجر الصحي غايتها وقت ذاك إلى التشدد بالإجراءات ...

ومعروف إذ كانت أخبار المصاب تنقطع عن أهله وذلك حتى يشفي وإذا توفي تحرق ثيابه وتغلق داره لمدة أربعة أيام ويحجز كل من قام بغسله أو دفنه كما يُمنع تشييعه..

ولذلك نجد ملاحظه هامه ذكرها التاريخ وهي ان المصريون قد فزوا للآرياف هارين من المحاجر الصحية مما اضطر الفرنسيين للانسحاب من المناطق الموبوءة خوفاً علي تفشي المرض بينهم ...!!!

ونجد انه عندما تولى محمد علي باشا حكم مصر عام 1805 أصبحت العناية بالصحة العامة من أهم أولوياته لا سيما وبالأخص في بلد كثر فيه الأمراض والأوبئة ..

وقد شكلت هذه الأمراض الوبائية عائق أمام أفكار ومشروعات محمد علي لتحديث مصر، حيث أزهق الطاعون والكوليرا او المعروفة بالهواء الاصفر أرواح الآلاف من الضحايا وأثار ذلك انتباهه إلى خطر ضياع الموارد البشرية مما جعله يفكر في تطبيق نظام الحجر الصحي...!!!

ففي عام 1812 اقترح طبيب محمد علي باشا وهو الإيطالي جيتاني بك ((Gaetani)) عليه أن يحد من دخول السفن الآتية من إستانبول التي أصيبت في ذلك العام بوباء

الكرنتينا أو الكورنتينا لفظ اعجمي يكاد يكون غير معتاد سماعه في الزمن الحالي ولكنه يعبر عن الحجر الصحي أو العزل الاجباري أو المكان و المحجر الصحي الذي يعزل فيه الأشخاص، أو الحيوانات خوفاً من خطر العدوى..

وتتوقف مدة الحجر الصحي وظروفه على الوقت الضروري لتوفير الحماية في مواجهة خطر انتشار أمراض بعينها وهي وسيلة ناجحة في الحد من انتشار الأمراض المعدية في وقت أنشأها..

وكلمة كرتينا او كورنتينة او كورانتينا مأخوذة من الكلمة الإيطالية **quarantina** بمعنى ال اربيعينات 40 ومن كلمة **quaranta** بمعنى أربعين (كورنتا). او كرانت **Quarante** بالفرنسية...!!! و انتشر ذلك اللفظ او المصطلح قديماً و استخدم بكثرة ففي كل دولة من دول العالم تقريباً كان هناك حي غالباً ما يكون قريباً من موانئ التجارة القديمة أو حدود المدن الكبرى والعاصمة؛ يعرف باسم «الكرنتينا»..

وفي الوقت الذي عرف نظام الحجر الصحي او العزله الالزامية بالكورنتينا ظهرت أنظمة اخري من الحجر الصحي عرفت بال لازاريتوو والد سوليوو واختلفت بحسب ظروف وأساليب تطبيقها...!!!

كما أطلق الأتراك على الحجر الصحي او العزل الطبي لفظ تحفظخانه...!!!

وعن تاريخ الكورنتينا..فعرفت قديماً منذ عهد الرومان وإن أول وباء وصل إلى الإسكندرية في عصر الإمبراطور جوستينيان عام 420 أتى إليها من إثيوبيا !!

كذلك ظهرت حالات الحجر الطبي او العزل كما ذكرت في التوراة او كتاب العهد القديم وكانت تخصص لهم مدن العزل لـ البرص والمجذومين و اصحاب الأمراض التي تطلب العزل ..

وظهرت كذلك في العهد الجديد حيث كان المرضى يعزلون في مغاور وأبار مخصصة لذلك بعيداً عن قراهم وبلداتهم، ولعل أشهر ما في تاريخ عن الحجر الصحي حكاية الرجال العشرة البرص حينما شفاهم السيد المسيح - انظر الي المرجع بالكتاب المقدس العهد الجديد انجيل لوقا (لوقا 17-19:11)..

وظهرت كذلك في العصور الوسطي في جميع بلاد حوض البحر المتوسط أقيمت الكورنتينات (جمع كورنتينة) في المدن الرئيسة وخاصة الساحلية التي ترسو بها السفن..

وصار لهذه المحاجر الصحية موظفون يُشرفون عليها ويأمرون بحبس القادمين إليها لمدة من ال أيام المتفق عليها حين التأكد من سلامتهم وخلوهم من الأمراض ..

وانشأت الكورنتينا او الكورنتيلات من اجل السيطرة علي اي أوبئة حينما كانت تحدث اي إصابات او عدوي ووفيات علي المراكب القادمة لترسو في المواني فكانت تدخل منطقة الكورنتينة بعيداً عن أرصفه المواني لمدة ٤٠ يوم و توضع تحت المراقبة التامة حتي التأكد من شفاء من عليها تماماً ...

وأول مدينة في حوض المتوسط تطبق ما يعرف بالحجر الصحي كانت فينسيا او البندقية في إيطاليا عام 1348 بهدف احتواء انتشار مرض الطاعون الاسود





وقد عينت الحكومة لتلك الكورنتينة حراساً أشداء لحماية الأطباء والمرضى والمرضى من اعتداءات اللصوص وكذلك دفع أجرة لهم لتوصيل الحجاج إلى بئر عنبر في فقط. ..

وكان العلاج في الكورنتينا يبدأ باشتباه فعزل ثم إعطاء عقاقير للتخفيف من الوباء ..

وقد اعتمد على مناعة المريض مشيراً إلى أن الكورنتينا انحصرت عملها بمواسم الحج بدليل وثيقة موجودة تشير إلى أجور الغفراء ابتداء من 9 توت (شهر أيلول/ سبتمبر وفقاً لتقويم الفرعوني) من عام 1859 حتى 26 منه ووثائق أخرى مدونة فيها أجور الغفراء في موسم الحج فقط. ويضيف المؤرخ القصري أن شخصاً كان يُدعى السمان هو مؤسس المسجد الملحق بالكورنتينا وكان تاجراً قادماً من اليمن تعهد بمصاحبة الحجج واقتطع جزءاً من الكورنتينا لإقامة المسجد ..

ومشيراً كذلك إلى وجود باب عتيق مؤدي لغرفة تكشف عن عذابات المعزولين بالكورنتينا حيث خصصت للتخلص من جثث ضحايا الكوليرا عبر تغطية الجثة بالجير السلطاني لتتاكل تماماً...!! وفي عام 1864، تم تعيين الدكتور «كارل بنيامين كلوسنجر» العالم والطبيب ألماني الجنسية في عهد الخديو إسماعيل لمدة عشر سنوات في نفس موقع المستشفى وكانت تسمى الرسوم والعوائد الصحية بالصحة والكورنتينات وأضيفت بعض المباني للحجر الصحي وجرت ترميمات في عهد سعيد باشا. وكانت ثاني أشهر واهم كورنتينه في مصر هي، كورنتينة الإسكندرية.

كما حول إبراهيم باشا منطقة الأزارطة بالإسكندرية إلى حجر صحي أيضاً هناك منطقة في غرب الإسكندرية في منطقة سيدي القباري اسمها (الكورنتينا) وكانت حجر صحياً يضا واسمها مشابه لأحد الأحياء في لبنان وسوريا وفلسطين ويعود تاريخ المبني 1843 .. أن إقامة «الكورنتينات» في الإسكندرية يعود إلى زمن الكوليرا في عصر محمد علي عام 1831، والذي كان أكثر الأوبئة فتكاً في تاريخ مصر، ففي غضون شهرين أودى المرض بحياة 150 ألف من مجموع السكان البالغ عددهم ثلاثة ملايين ونصف المليون نسمة.. حيث اجتمع مع مجلس حماية المدينة الساحلية من الوباء وجمع 17 من ممثلي القناصل وعينوا لجنة من خمسة رجال ليكونوا أول «مجلس حجر صحي» بالإسكندرية.

وقد تمثلت الخطوة الأولى في تطويق المدينة ونشر الأطباء وحد انتشار الوباء كما سبقوا ذكرنا سالفاً .. والمبني حالياً هو المركز الأفريقي لصحة المرأة ويقع أمام مسجد القائد إبراهيم بالإسكندرية .

كورنتينة الجزيرة :
أقام محمد علي باشا وولده إبراهيم بك كورنتينة أخرى بالجزيرة .. إذ نودي على الأهالي ممن يملك قوته وقوت عياله مدة 60 يوماً ألا يخرج من البلدة وأعظمهم محرم بك ثلاثة أيام لقضاء احتياجاتهم وتدير أمورهم قبل ما يتم تطبيق الـ ٦٠ يوماً من العزل الاجباري ...!!

اما في الزمن الحالي وبالاخص عندما اجتاحت العالم فيروس كورونا (كوفيد 19) واصبح كالشيخ والضباب الذي يخيم على العالم بأثره وبات اشبه بكابوس يخيم على العالم بأثره وبدأت اعداد المرضى في تكاثر يصارع الزمن في الانتشار ومهدداً الحياة بأكملها على وجه البسيطة فاصبحت المستشفيات مجهزه بأكملها لتلقي الوافدين من المرضى وانتشرت وتبوعت اماكن الحجر الطبي والصحي نظراً لاعداد الرهيبه مقابل عدد المشافي حول العالم فبات العزل منزلي واصبح الدور الاول للعزل متمثلاً في المستشفيات ثم بدأ ايجاد حلول جانبية و بديله متمثلة في دور الرعاية والمدارس والفنادق وامتد لاقامة مستشفيات ميدانية في مخيمات طبية وامتد أيضاً الي الملاعب الرياضية والمدن الطلايه ومباني البلديات الضخمة او الحدائق الواسعه ولتشبيد الاماكن المجهزه لاستقبال ورعايه المرضى و انشاء معازل وكورنتينة بداخلها..

دمتم بخير ومعافين..

تعانى الإهمال لعدم تنفيذ أى مشروعات لترميمها حتى أصبحت مهددة بالانهيار رغم تسجيلها ضمن قائمة الآثار المصريه ..!!!!

وكان القادمون من الخارج عبر ميناء القصير البحرى، ممن يشتهه في مرضهم يحجزون في الحجر الصحي 40 يوماً حتى تثبت سلامتهم من الأمراض الوبائية بعد تحصينهم ضدها وعزلهم صحياً..

ومع بداية القرن الـ19 تغير حال مدينة القصير بعدما صارت مديرية مستقلة ومع كثرة المقيمين والوافدين ومرور وفود الحجاج عليها ذهاباً وإياباً في موسم الحج وكثرة عدد التجار وأصحاب المهن والحرف ومرور عساكر الهجاة إلى الأراضى الحجازية كان لزاماً على الوالى محمد على إنشاء مبنى الكورنتينة لعزل الحجاج إن ظهرت عليهم الأمراض المعدية..

في 1836م أصدر محمد على باشا أمراً إلى وكيل الجهادية بإنشاء حجر صحي بجوار ميناء القصير البحرى بعد أن ظهر الهواء او الريح الأصفر (الكوليرا) بجهاث الحجاز وخوفاً من انتقال العدوى عن طريق الحجاج الوافدين .. كما أمر بإيفاد متخصصين ونفر عارفين جداً بأصول الكورنتينة لحفظ ووقاية أهل القصير وعمل حجر على الحجاج كما سبق وذكرنا سالفاً .. وفي 15 رمضان 1270هـ، أمر الخديو عباس باشا الأول محافظ القصير حسن بك فتحى بشراء منزل لعمل إستيائية «مستشفى» واشترى منزل «أحمد حسين عمر زين» بجوار ساحل البحر(استراحة اللاسكى) بمبلغ ثلاثة آلاف قرش، وأربعة عشر قرشاً ونصف صرفت من خزينة القصير .. وأستعمل مستشفى في عهد عباس وسعيد باشا وكان له حكيمة دفتر يسمى الدكتور«محمد أفندى نجا البقلى» حكيمة بندر القصير وكان له مساعد (تمرجى) يسمى خليل بن خليل وممرض آخر يدعى محمد التمرجى..

الكورنتينة كان بها إقامة للمرضى ومؤون الطعام وتعيين لزوم إقامتهم .. وكان يقيم بها حسب ما وجد بوثيقة (غرة صفر 1275 هـ / 1858م) حوالى 87 من المرضى والغفراء «المقاطع» وعند خروجهم كان يصرف لهم من المون والزاد والطعام و«البقسماط» وكان منهم عابرو سبيل الذين لا تسمح حالتهم بالإقامة في الأحواش والتي كانت بمثابة فنادق ربما كانت أسعارها ليست في متناولهم..

وتحول مركز الصدقة المصرية للحجاز إلى مكان للحجر .. والحقيقة أنه كان مكاناً مخصصاً لجمع الغلال التابعة للحرمين والمسماة بـ«رسم صدقة مكة» و«رسم صدقة المدينة» ثم تحول إلى مكان للحجر الصحي للوافدين من وإلى القصير.. أن الغلال كانت تنقل للشونة من الصعيد لتحملها السفن إلى الحجاز ..

كما كانت تُجمع فيها المواد الغذائية التي تحتاجها جيوش إبراهيم باشا التي قضت على الحركة الوهابية في عصر محمد علي...

ويذكر أن الشونة فقدت وظيفتها بسبب تحول طريق الحج للسويس وإنشاء خط سكة حديد القاهرة - السويس نهاية القرن التاسع عشر، لتتحول إلى محجر صحي لعدة أسباب منها مساحتها الواسعة وحمايتها بالأسوار مبينا أن المبني الخارجي للشونة غير منتظم الأضلاع اذ يبلغ طول ضلعه 73 متراً وتحيطه أسوار ارتفاعها ستة أمتار وسماكتها 80 سنتيمتراً .. واستخدمت مساحته المكشوفة لعزل المرضى...

وكان مبنى الكورنتينا التابع للشونة في عصر والي مصر سعيد باشا ملحقاً بحوش صغير فيه حجرتين إحداهما صغيرة والأخرى كبيرة تطل على الحوش ويغطيها سقف من أفلاق النخيل وعروق خشبية مبلطة بطبقة من الإسمنت القديمة وكان مبنى لإدارة الحجر والكشف على المرضى وإعطائهم الأمصال ..

وكان ملحق به مسجد تم تأسيسه في مطلع كانون الثاني/ يناير عام 1935، ويتميز بلوحة منبره التي تحمل أسماء مؤسسيه كالعمدة وأمور البلد وخمسة مشايخ ..

وكان المسافرون حينما ينزلون من القوافل البحرية و السفن كان لا بُد أن يوضعوا في الكورنتينا "الحجر الصحي" مدة أربع وعشرين ساعة..

وفي موقع الكورنتينا يتم تجميع ممتلكاتهم وتخيبرها بالبودرة لتنظيفها والقضاء على أي جراثيم تكون قد علفت بها، ومن ثم وجب على الجميع أن يكونوا عرايا تماماً حتى يتم رشهم بالبودرة مثلهم مثل أمتعتهم.. !!

وفي داخل الميناء نفسها استخدم الباعة الموجودين في الأكشاك الخشبية الصغيرة طريقة للتعامل مع الوافدين على السفن وقتما ينزلون منها ويودون شراء الطعام من البائع في الميناء صاحب الكشك و الذي بدوره يصبح في وجه المشتري من بعيد قانلاً: لا تقترب! لا تقترب!!

وكان يوجد هناك بلاطة من الرخام عند الكشك لوضع النقود عليها مقابل الطعام الذي يضعه هو الآخر على البلاطة ولا بد من حملة بعد ذلك ..

ربما كان هذا الإجراء خوفاً من نقل عدوى مرض أو وباء ولذلك كانت البلاطة الرخامية هي الوسيط بين البائع والمشتري حتى لا يحدث تلامس بينهما الي ان يتم دخوله الي الكورنتينه لتطبيق العزل الطبي التام عليه ومعرفة هل هو حامل المرض ام لا ...!!!

ثم انتقل الحجر الصحي للحجاز أواخر القرن الـ19 ولم يُفصل الحجر عن الإدارة الصحية إلا في زمن الملك عبد العزيز آل سعود عام 1926..

وأن «الكورنتينا» كانت تطلق في مدينة جدة على منطقة الحجر الصحي بجوار ميناء جدة الإسلامى..

وكان الحجر الصحي يتألف من جزيرتي أبي سعد والواسطة الواقعتين إلى الجنوب من جدة. وبعدها توالت بناء الكورنتينا في بلاد الشام والحجاز والقدس والأردن ولكن كاتأهمها وأشهرها تلك الواقعة في مصر ...!!!

ظهر أيضاً إجراء حجر صحي يسمى بـ«السولبيو ومعناه تجريد .. او تجريد من الملابس وهو قد يشبه الـلازارتوو نسبياً ولكن يختلف بأن المريض يدخل عاري تماماً بدون اي ملابس حتى لا تكون الملابس هي مصدر نقل الوباء والمرض ويدخل للغسل مع لاقامه ٢٠ يوم متواصل للتأكد من خلو المريض من الوباء ثم يتم الإفراج عنه اذا لم يظهر عليه أعراض المرض و يذهب لمنزله اي انه خالي من الوباء .. واعتبرت هذه الإجراءات من الأساسيات في حد المرض والوباء المنتشر..

وكانت تدون كل الحالات في سجلات و مكاتبات خاصة بالصحة ومراقبه تفشي الوباء في المناطق واتخاذ اللازم لها.. واشتهرت الكورنتينه في مصر في عده مناطق منها الإسكندرية والقصير ..

كورنتينة طور سيناء او القصير: لايعلم الكثيرون أن انشاء حجر صحي في مصر عبر المنافذ للكشف على القادمين من خارج البلاد كان منذ قديم الأزل وكانت مصر من أقدم وأولى دول العالم في إقامة حجر صحي وكان ذلك عبر الموانئ المصرية..

قبل نحو ٢٠٠ عام أقام محمد علي باشا، «كورنتينة الطور بالقصير» ..

وأصدر أمراً بعد ظهوره لوكيل الجهادية وهو ما يعادل وكيل وزارة الدفاع حالياً بإيفاد متخصصين بـ«الكورنتينة» لوقاية أهل القصير ..

وأقام حجراً على الحجاج خوفاً من انتقال العدوى عبرهم ولحجز المشتبه فيهم بالعدوى من القادمين عبر ميناء القصير البحرى لتكون هذه الكورنتينة أقدم مكاتب الحجر الصحي في مصر..

وكان من المعتاد بعد عصر محمد علي بأن يتم الكشف على الحجيج وإذا اكتشف أنأحدهم مصاب بوباء يحجز في أحد الأحواش التي تعادل الفنادق حالياً وبقي الأمر على هذه الحال حتى عصر الخديوي سعيد الذي أنشأ مبني مخصصاً للحجر. غير أنها وبمرور الزمن تحولت إلى «خراية»

مما جعل منهم معارضين لمحمد علي في مصر وإبراهيم باشا ابنه في الشام فاضطروا لاتخاذ اللازم للرد عليهم والوقوف ضد معارضتهم لنظام الحجر والوقايه ضد الأمراض بحجة خوفهم و خوف الناس من الإجراءات التي تتخذها الدولة في اللازارتوو ...!!!

فالصورة التي وصلت للناس ان هذا المكان يشير للموت وغير معروف الطرق والأساليب التي تتخذها الدولة في رعايه المرضى..

فأصبح الناس يعبرون عن خوفهم من ناحيه ومن ناحيه اخري الإجراءات المشددة التي تتخذها الدولة مع عائلة المريض او المتوفي من تشميع وعلق البيوت والعلاجات والرعايه والتبخير في المنازل ..

فأصبح الموضوع في صوره كابوس يدهام فكر المصريين والمتمثل في المشايخ والفقهاء والذي قد وصل لحد الدروشه و الاتكاليه الكامله في موضوع التعامل مع الوباء ..

لدرجه انهم كانوا يتخلصوا من الجثث و الموتى بالقائم في الشوارع وفي مناطق قد تكون بعيداً عن مرمى بصر الحكومه حتي لا يعرفها احد ويضطروا بتطبيق الحجر الصحي لأهل المتوفي جمله...!!!

وتخوفاً من الإشاعات المنتشرة حول إمكانية دفن المتوفي بالجير الحي وبدون كفن او تقسيل مما ادي الي تفهم محمد علي في مصر و ولده إبراهيم في بلاد الشام لموقف الناس وخوفهم وبدأ في تهدئة شعب مصر و الشام و لكنه اصر على تعميم نظام الحجر الصحي بدرجاته والوقايه و العلاج على البلاد واعلامهم بعدم الدفن بأكفان ضروره لما يحدث من تفشي الوباء .. الحقيقه وان كان الغرض من إنشاء الكورنتينة كان الحيلولة دون انتشار الأوبئة والأمراض المعدية وخصوصاً الطاعون بعد أن صارت البلاد عامرة بمواكب الحج المسيحي الآتية من أوروبا، فكان لا بُد من الانتباه لخطر الأوبئة التي كان شبحها يلاحق للناس والذي ظل المسيطر على فكر الناس لسنوات طويله ...!!!

و نتيجة لذلك ولارتباط ولاهتمام إبراهيم باشا في بلاد الشام اصدر الأوامر الصارمة بإقامة الحاجر الصحية علي نهج وسياسه ابيه في مصر لتجنب نقل الأوبئة العديده لجنوده من قبل السياح الأجانب الذين فتحت لهم البلاد وسهلت لهم طرق الوصول للقدس ..

وقد طلب إبراهيم باشا من القناصل الأوروبيين وخصوصاً القنصل الفرنسي هنري جبي إقامته من أجل حماية جيشه من الأمراض كالطاعون الأسود الذي انتشر عدة مرات في المناطق المجاورة..

ويذكر أنه في سنة 1840 صار طاعون بالشام فأصر علي إنشاء الكورنتينا وأنشئت المستشفيات في مدن الشام لمداوة ورعاية المرضى وجهزت وأُخفت بها غرف للحجر الصحي فأقيمت الكورنتينا لمواجهة ذلك وجعلت من مبنيين أحدهما للمصابين والآخر للمحجوز عليهم حين التأكد من خلوهم من المرض..

وكانت الإجراءات المعمول بها في عموم بلاد الشام تفرض عزل أية قرية أو منطقة ينتشر بها الطاعون أو الأوبئة اي انها كانت شبيهة بما يحدث في مصر تحت ولايه الباشا وابنه ...!!! وبعد إنشاء كورنتينة بيروت عام 1834 تأثرت الحركة في يافا جراء قلة الحجاج بالإضافة إلى أن النزول في بيروت سيجبر الحجاج الأوروبيين القادمين للقدس على عبور طريق أطول نحو القدس ..

فكان محجر الكورنتينا قبل عشرات السنين مرافقا لمرفأ بيروت وقد كانت الغاية منه استقبال ركاب السفن «الملوحة بشارة صفراء»، إشارة إلى احتمالية وجود مصابين بوباء فتاك... الأمر الذي دفع وفد عن طائفتي الأرمن والأرثوذكس في القدس للتوجه إلى إبراهيم باشا سنة 1835 طالبين منه بناء الكورنتينة في يافا غير أنه رفض ذلك وأبدى موافقته أن تكون في حيفا ثم وافق بعد ذلك بفترة على إقامتها في يافا فأقيمت غرب المدينة والعمل بها سنة 1836.



Wednesday - (July 1 - 31) - 2020
Volume No. 3 - Issue No. 31

www.charismadaily.com

14

كاريزم

WORKERS' COMPENSATION ATTORNEY

محامي تعويضات الأعمال

CONTACT US TO SET UP A FREE CONSULTATION TODAY

☎ 877-299-1555 ✉ NICK@NICHOLAS.LEGAL



NICHOLAS.LEGAL

- Work Place Injuries إصابات العمل
- Wrongful Termination إنهاء العمل بطريقة غير مشروعة
- Sexual Harassment at Work التحرش الجنسي في العمل
- Discrimination التمييز العنصري

If we do not win your case, then we do not charge!*
Call for a **FREE** consultation today!



Disclaimer: This is a legal advertisement. Attorney Nicholas Abdelsayed. California Bar #307019. *If your case is accepted, no fee will be assessed unless you recover. The fee will be assessed as a percentage of the recovered monetary sum. Costs associated with the case will not be assessed even if you recover nothing.

Adel Lotfy عادل لطفى



Broker Associate



MGR
Real Estate

Commercial Brokerage

Sales, Purchases,
Leases & 1031 Tax-Free
Exchange, Residential,
Residential Income
& Commercial Properties

لكافة إحتياجاتكم
في كاليفورنيا
من شراء وبيع
العقارات السكنية
والتجارية والإستثمارية والأراضي

Cell: 714-742-7888-Direct: 949-878-7930
Email: adellotfy21@aol.com



Evergreen Realty

HOME SMART

Della Fahim

REALTOR®

Cal BRE# 01983293



Direct: (949) 280-8887

DellaFahim@msn.com

27802 Vista Del Lago, Ste. E2, Mission Viejo, CA 92692



Samer Fayek " Walls & Ceilings " رسم اسقف و حوائط

إدخل على الفيس بوك على الصفحة دي



Samer Fayek " Walls & Ceilings " رسم اسقف و حوائط

Home



Liked

رسم على الشط والمابس - تابلوهات زيتية - رسم أسقف وحوائط - رسم على الوبيليا

Call Now

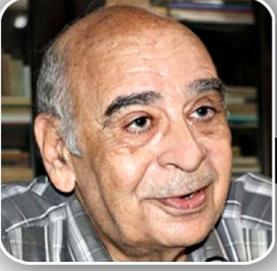
Send Message



+ 20 (122) 462-7546

للتواصل والحصول على طلباتكم
من جميع أنحاء العالم رجاء الإتصال على الرقم التالي

ثورة يوليو.. بهجة التاريخ



خاص لجريدة كاريزما

بقلم: **واحد الخيسي**

قاص وكاتب صحفي مصري

تغمره المخاوف؟ و كنت أظنه كتلة من الصخر .. فإذا به بشر بحاجة إلي سند؟ قدر لي أن أشهد يوم رحيله ، وأن أرى نعشه يشق السماء ، وأن أسمع الأرض ترتج تنقل هتاف الوداع إلي السحاب ، وأن تتساقط على يدي دموع الفلاحات في شوارع ميدان التحرير . يومها أصبح واضحا أن العرس قد انفض ، وأن البهجة تلملم ذيولها ، وأن الموسيقيين يجمعون آلتهم ليغادروا التاريخ . يقولون : ما الذي بقى من الثورة ؟ ما ثمارها ؟ وما الذي بقى من كل الثورات في العالم ؟ لا شئ سوى درس واحد : أن الناس في الثورة يختلفون ويصبحون أفضل، وأبل، وهذه هي جائزة كل الثورات، وجائزة كل الأبطال الذين يبذلون أعمارهم من أجل بلادهم . وسيبقى الرجل الذي زين مصر بورد البهجة حيا في ضمائر شعبه. ما الذي منحنا إياه ثورة يوليو الأحلام، وما الذي يهبه لنا الأدب والفن والموسيقى والحب؟ حزمة من الأحلام تشق الظلمة كالشعاع. في الذكرى الثالثة والستين للثورة أنصت من جديد إلي أغنياتها ، وأهازيجها وتستولي على قلبي رجفة إعزاز عميق وأرى ملء الفراغ ذلك الوجه المشيع بالكبرياء والصرامة وأحلام أمته وأسمع الصوت النحاسي الرنان يغمر قلبي بنور التحدي: "باسمكم جميعا"

تمتد إلي أبناء جيل الستينات من شعراء وكتاب ونقاد . ثم تمزق الجميع بطعنة النكسة . عام 1968 دخلت إلي المعتقل وقضيت نحو عامين ونصف العام . ولم يفقد عبد الناصر أبدا قدرته الهائلة على أن ينقل لمصر كلها شعورا بمسئوليته عنها ، وبأبوته ، ووطنيته . وكان الحزم القاطع الذي يبدو على وجه عبد الناصر والصرامة التي اكتسبتها تقاطيع وجهه تتجلى ترنيمة بأحلام الثورة في صوت عبد الحليم . ملأت الأغنية القوية العذبة الجو كطائر ابيض ضخم بأن مصر ترتقي ، وتعلو ، وتتحدى ، وتهتف بصوت عبد الناصر النحاسي الرنان يتحدى الاستعمار الأمريكي "فليشربوا من البحر!" وشاعت كالنور أمنيات لم تفقد ألقها : أن يكون لكل فلاح قيراط يزرعه ، وأن يغدو لكل عامل نصيب في مصنعه ، وأن يمسي خير بلدنا كلها للشعب .. كله بأجمعه ! وكانت صورة عبد الناصر وراء كل تقدم : الاستقلال والتأميم والسد والتصنيع والتعليم المجاني والتنمية . وأذهلني فيما بعد أن أعلم أن عبد الناصر كان قلقا إلي أقصى درجة إلي حد أن أحد رجال المخابرات السوفيتية كتب بعد لقائه به: "كانت أظافر يدي عبد الناصر مقروضة حتى اللحم" . متى كان يأكله القلق وهو الذي وهب الجميع الشعور بالجسارة ؟ ومتى وكيف كانت

على العساكر المصريين جالسين في فناها ينظفون بنادقهم ، ويأكلون . أية حرب ؟ العدوان الثلاثي على مصر . واستهوتني صورة البنادق على الأرض ، فكنت أحمل طعامي وأنقله إلي العساكر في مدرستي لكي يدعوني أتفحص البنادق . وبعد أيام هرولت مع باقي العيال إلي حقل غير بعيد حين سمعت أن الأهالي أمسكوا بجندي إنجليزي كان يهبط بالباراشوت . ومنحتني البنادق وصورة الجندي الأشقر المضطرب بين أيادي الأهالي شعورا عجيبا بقوة بلادي . بدءا من عام 1960 انشق نهر الثورة الواحد ليصب في نهرين : صوت عبد الناصر القوي ونظرة عينيه الصريحة المخلصة وعالم الإنجازات الباهرة ، وعالم آخر من حكايات سرية عن المعتقلات ، والعسكري الأسود ، ودموع عائلات كثيرة . وتضافر الليل والنهار في إحساسي بالثورة . لغز هذا الشعور المركب لم أستطع أن أحله إلي الآن. عام 1966 بدأت ظلال القضبان

كتبت هذا المقال عام 2004 ومازال نابضا بأفكاري .. عشرة أعوام هي تقريبا عمر ثورة يوليو الحقيقي منذ بزوغها إلي نكسة 1967. وما هي عشرة أعوام ؟ لا شئ بقياس الزمن. ومع ذلك كانت تلك الأعوام بهجة التاريخ المصري كله، البهجة التي انقضى على ذكرها 63 عاما. حين قامت الثورة كان عمري أربعة أعوام. كل ما أذكره حينذاك أن أبي كان بعيدا عنا، معتقلا ، وأمي تعمل مضطرة في مدينة نائية ، ونحن في رعاية جدي وجدتي. عام 53 خرج والدي فانتقلنا من شارع السروجي في الجيزة لنسكن في شارع مجاور. وكان عندنا راديو فيلبس في الصالة منه عرفت أن بلدا اسمها الجزائر تقاوم الاحتلال وأن ثورة يوليو تقدم الدعم لها . ولم يمض وقت حتى قيل لنا ونحن صغار : لا تاتوا إلي المدرسة ، فقد قامت الحرب. كنا نطوف حول مبنى مدرستنا لتتفرج

من لم يرض بالكف أخذ بالنبوت



بقلم: **هسويل نبيل**

مستشار رخيص مالي مدير إدارة التخطيط والراجحة - مصر

خاص لجريدة كاريزما

أمام القاضي .. نظر الأول للثاني بتعال قائلا : أرفض أن أكون مع هذا الشخص، إنه حرامي غسيل .. فنظر القاضي له قائلا: و معاليك جاي السجن ليه ؟؟ أجاب .. أنا حرامي جزم من الجامع .. أسرق من مكان شريف مش زي حرامي الغسيل !!! فأجابه الحرامي الآخر: ولكن أنا أكسب أكثر منك...!! كلاهما مُدان، وتحت الحكم .. وكلاهما لم يتعلم الدرس ، ولا يفكران في التوبة الضحك .. ولكن احذر أن تكون رافضا للتعلّم لأنك ترى أنك مُتدين مثل الرجل الأول .. أو حرامي نظيف مثل الثاني ... يا عزيزي .. تعلّم ان تتعلّم .. تعلّم أن تكون تلميذا ..

ظل يرفض.. حتى اقترب الإعصار، و دمر البيت، و مات الرجل.. و صعد إلى السماء معاتباً الله.. لماذا لم ترسل نجتك وتقدني؟؟ أجاب الله : لقد أرسلت لك ثلاث مرات ولم ترغب ..!!! أرجوك لا تضحك .. فنحن هذا الرجل كم مره أخبرت مُدخنا أو مدمن مخدرات أن يقلع عن طريقه فيجييك: "لما رينا يريد" .. إنه مثله ينتظر معجزة من الله لكي يتعلم أن يكون أفضل ...!! للأسف نحن ننتظر من الآخرين أن يساعدونا، و لكننا لسنا على استعداد أن ندفع ثمن المساعدة .. ننتظر من الآخرين أن يشعروا بتعبنا، و لكننا لا نشعر بهم .. و تقول نكتة: إن مسجونين اجتماعا

التعليم الذي يناسب أهواءهم.. من هؤلاء مثلاً؟! الذين يطلبون الله على مزاجهم!! تحضرني عنهم قصة بعنوان: "أنتظر الله .." يُحكى أن إنساناً مؤمناً كان في وسط بلدة، عندما هاجت عليها أعاصير وزوايع .. وانحسر في بيته بعدما تخربت الطرق وتعطلت.. جاء إليه أحد جيرانه قائلا: هيا اركب معي لنهرب.. و لكنه قال : لا الله سيرسل إلي نجدة ... بعدها أتت عربة إسعاف وقالوا له: هيا .. فقال: لا أنا انتظر نجدة الله هو وعد في كتابه أنه سينجدي .. و تكرر الأمر مرة ثالثة و

دراسة عن الذكاء الإنساني، قديما قالوا: من لم يرض بالكف أخذ بالنبوت.. والنبوت هو عصا غليظة، يستخدمها الناس قديماً في الضرب.. ضربة واحدة منه كفيلاً بعمل كسر جميل في عظامك. أو "تربنة" في دماغك ومعنى المثل أن من لا يرضى بالضرب من كف والده أو معلمه ستدور الأيام عليه، و سيأخذ من الحياة ضربات أقوى و أصعب .. فلا يوجد معنى للحياة بدون أن تتعلم منها.. و لا يوجد هدف إن لم يكن يومك أفضل من أمسك .. و لكن هناك فعلاً من يرفضون التعلّم .. ليس لأنهم أغبياء أو جهلة.. ولكن لأنهم يطلبون



Tel: (626) 261 9969

www.charismaaa.com

Email: infocharismaaa@gmail.com

- Ⓞ تصميم وتنفيذ جميع أعمال المطبوعات والمرئيات.
- Ⓞ **Business Cards - Brochures - Posters - Flyers**
- Ⓞ تصميم الlogos.
- Ⓞ تصميم وتنفيذ أغلفة كتب وصفحات الجرائد والمجلات.
- Ⓞ تصميم وتنفيذ إعلانات الجرائد والمجلات للشركات التجارية وغيرها.
- Ⓞ تصميم وتنفيذ الإعلانات التلفزيونية المختلفة والمونتاج.
- Ⓞ الpromos والتعليق الصوتي وتصوير الإعلان وعمل جرافيك للpromos
- Ⓞ تصميم عبوات التعبئة والتغليف وكل ما يخص المطبوعات.
- Ⓞ تصميم وتنفيذ ال Banners بأحجام مختلفة لجميع الأنشطة والشركات.
- Ⓞ مطبوعات على الهدايا بمختلف أنواعها والطباعة والرسم على ال T-Shirts وغيرها من أعمال التصميم المتميزة ورسوم الكاريكاتير والفنون التشكيلية.

- Ⓞ **Design business logos**
- Ⓞ **Design covers and pages of newspapers and magazines**
- Ⓞ **Design business advertisements for Newspapers and magazines**
- Ⓞ **Design of various TV commercials and voiceover montage**
- Ⓞ **Advertising photography and graphic work for promos**
- Ⓞ **Design packaging containers for all products and process them for printing**
- Ⓞ **Design different sizes Banners**
- Ⓞ **Design gift's prints of various kinds as well as T-Shirts prints**
- Ⓞ **Distinctive designs, drawing cartoons and all fine arts**

معشوقتي



عبير حلمي - مصر

فأصابني الغرام وتحكمت الأقدار

أحُكْ فَأَنْتِ عَشْقِي وَالغَرَامُ
الدُّمُوعُ مِنْ عَيْنَيْهَا كَادَتْ تَنْهَارُ

فَتَسَاقَطَتْ زَخَاتِ عَلَيَّ وَجَنَّتِي
فَمَدَدَتْ يَدَيَّ لِأَحْجَبَ تِلْكَ الْأَمْطَارُ

فَأَمْسَكَتْ بِيَدِي وَتَنَهَدَتْ
لَتَلِقَ يَدَاكَ بِيَدِي كَيْ لَا أَحْتَارُ

كيف أُصدق ما بداخلي من خيال
فيراودني الشكَّ وحبيرة الأفكار

هل ينيق الحب دوماً!!!!!!
أم حسب الظروف والاختيار؟

بصمة على الخد وإليك القرار
لا ترحلي ولا تدعيني للانهار

هل سكتني حضني دعوة انبحار
ما كان الحب يوماً بالإجبار !!

لا تهجري ذه أضعب قرار
فأنا دائماً العاشق المحترار

هل تتركي قلبي ينتحر ،
أم عذاب حُبِّك هو الانتحار ؟

دَلَّ حَبِّي يُلُوحُ لِكَ بِالْإِنْتِصَارِ
وسيطل حُبُّكَ هُوَ دَعْوَةُ انْفِجَارِ

دُمُوعُ قَلْبِي أَبَدًا لَا تَشْتَكِي
فانتصري أو ارحلي باستمزار

وَإِذْ تَحَسَسْتِي دُمُوعِي بِيَدِكَ !
قَلْبِي بِحُبِّكَ يَشْتَعَلُ كَالنَّارِ

أَيُصَدِّقُ الْعَاشِقُونَ
عَاشِقًا مَجْرُوحًا فِي الْإِنْتِظَارِ !؟

عاشقُ رَسْمِ عَشْقِهِ عَلَى كُلِّ جِدَارِ
عَاشِقٌ قَدْ عَبَّرَ بِالْحُبِّ أَعْلَى الْبِحَارِ

هَذَا هُوَ عَشْقِي أَنَا يَا مَحْبُوبَتِي
فمعشوقتي خوريته من بنات الأفكار

كاريزما تهني الإعلامية عبير حلمي
على إصدار وتوزيع (إبداع الروح)
الف مبروك



سؤالك عني..

ملاك ميخائيل - مصر

** زادي من الدنيا سؤالك عني
سل يا حبيبي ،ها اليك جوابي
إني بخير إذ أراك أمامي
والوصل يشفي في الحقيقة ما بي
والهجر يضنيني ويوقف نبضتي
رحماك ؛ خفف لوعتي وعذابي
هل تستبيح الظلم في دنيا الهوى؟!
رفقاً بقلبي في الهوى وشبابي
دع عنك هجري أفتديك بعمري
قد أنكرتني مذ نأيت ثيابي
إن كان في صبر القلوب ثواب
فلقد أضعت مدى الحياة ثوابي
فالحب يا كل الحياة حياتي
والحب زادي في الدنا وشرابي
أضحت حياتي مذ عرفتك فرحة
بل كرمة طرحت على أبوابي
أحلى الجنى ، واخضر قلبي بالمنى
والآن يحدو الدهر فيك ركابي
إن كنت يا بدر البدور تحبني
أو كنت تكبر في الغرام عتابي
لا تتليني بالغياب فإني
في الهجر أخشى أن يضيع صوابي
عانقتني وبالشوق أخبرتني

ربيع الحياة...

ملاك ميخائيل - مصر

أضأت المروج بوجه أغز
وجددت من حسننها مآندثر
فألبتها سندسى الثياب
وكانت يبابا...عرايا الشجر
وأنت ستبقى روح الحياة
وفرحة يضىء قلوب البشر
تبت المباحج في أنفص
شجتها المتاعب فيما عبر
وجنت فحيتك كل النجوم
وولى السحاب وغيض المطر
وغنت طيور الربى فرحة
وفاح العبير بروض عطر
فصار الوجود لنا جنة

تشوق النفوس ؛ وتسبى الفكر
فما أنت الا طبيب حنون
تزيل الهموم وتمحو الضجر
لياليك أمنية العاشقين
وحلم الصبا؛ والشباب النضر
نسيمك يشفى جراح القلوب
ويجمع بالحب شمل الأسر
وبين رباك يطيب اللقاء
وفي أمسياتك يحلو السهر
وكم ننتشى بعبير الزهور
فتمكث في الروض حتى السحر

قد اشتد فينا الحنين اليك
وبتنا على لهفة ننتظر
فأنت أجل وأحلى الفصول
واشراق وجهك يمحو الكدر
بدونك تبدو الربوع قفاراً
كبادية لا تروق النظر
وها أنت تلهمنى ما أقول
فأشدو سرورا بضوء القمر

أفكار شائكة

أين يسوع؟!

في عيد الميلاد، نذكر بابا نويل. وفي عيد القيامة، نهتم بالبيض، والدجاج والأرانب، وننسى يسوع!
عادل عطية

على تقاطعاتك أنشد خلاصاً!

على جبينك المشرب نحو السماء..
كثبت علتي،
والعناء..
أنا الذابح، والمذبح، والضحية!
أنا الخطية!
على ذراعيك المفرودين؛
للعناق..
احتضن أئامي وحدي!
متسمرا بالعذاب وحدي!
نازفاً من الآلام وحدي!
ما أكثر ساكبي دموع الرياء..
كأن الأرض سماء!
كأن الوهم بهاء!

عادل عطية

عندي كلام

شرعت بعدض الأقلام والآراء في الآونة الأخيرة بعد تفشي الوباء في مناقشة إمكانية نقل العدوى عن طريق الملعقة (المستير) التي يتناول بها الأقباط من دم السيد المسيح في نهاية القداس. وبالبحث في هذا الموضوع من مصادر علمية متنوعة وموثوق بها، تبين أن عدوى الفيروس تنتقل من شخص إلى آخر عن طريق الجهاز التنفسي وليس الهضمي حيث أن الفيروس يموت عند وصوله إلى جوف الإنسان، وبناء عليه لا يوجد ضرر من تناول عدة أشخاص من نفس المستير. خلص الكلام.

مجدى عزيز

مين إنت؟!

مجدى عزيز

انت مين يا حشره ونكره إنت مين
حاسس بيك ولكن موش شايفك
وزي ما يجي في الودن طنين
انت بتيجي خفاش أعمى مالوهش عينين
محتار فيك من شر عمالك
ومهمان تعمل انا موش هاييك
وعارف علاجك بس مين
علاجك توبه وصلوه وتقوى
والرجوع للرب، أمين
ومع مين ابعت علاجك مع مين

إنت مين ياللي انا موش عارفك إنت مين
جيت مينين ياللي انا موش فاهمك رايح فين
طايح في الناس بشمال ويمين
هوا انت وباء وللا انت هجين
وللا انت اونطه وناس هايجين
شبابا كانوا او عواجيز دايبين
اجري منك تجري ورايا
شايفك قدامي ف كل مرايا
بانهار وكمان باليل
زاد الهم وطال الويل

وحدك إنت

ملاك ميخائيل

وأنت التي بيتها أضلعي
وأنت التي أفتديها بروحي
وأذرف في بعدها أدمعي
وحدك من صنتها بفؤادي
وفي كل نبض أراها معي
وحدك حق على هواها
وطيفك في العين والمسمع
فأنت لي الكون والعمر أنت
وأنت الأميرة واني الرعي

ملكنت فؤادي فلا تجزعي
ولو ألف طيف أتوا مضجعي
ولو قيل : إنى (صريح الغواني)
فردى الوشاة ولا تسمعي
إن يدعو صبوتي في غرام
فردى الكلام إلى المدعي
وإن يسفلوا بافتراء علينا
فظلي على قدرك الأرفع
فأنت التي عندها سر قلبي



الأستاذ / جوزيف جبره
يرحب بكم
الإستشاره مجانيه

JOSEPH GABRA, CPA
Tax, Insurance, Retirement services
CA Insurance Lic# 0H46205

Phone: 805-335-2460 Fax: 805-335-2451
E-mail: Joseph4cpa@yahoo.com
Web: www.accountingrivers.com





10 تحذيرات تحميك من ضياع مئات الآلاف في المستقبل



بقلم / خبير التأمين / سامي بشاي

خاص لجريدة كاريزما
CA License: 0D91467
Covered CA
Certification: 5000006082

فيجب عليك مراجعته وثيقته تأمين الحياة بعد استلامها للتأكد من أسماء المستفيدين من وثيقته تأمين الحياة حتى لا تكون هناك اخطاء مقصوده او غير مقصوده في الاسماء التي اختارتها كمستفيدين من وثيقتك.

1- هناك تنوع كبير واختلافات كبيره بين وثائق التأمين علي الحياة المختلفه ومنتجات مختلفه من شركه لاخري وليست شركه واحده هي الافضل في كل انواع وثائق تأمين الحياة وليست كل شركه لديها كل انواع وثائق تأمين الحياة كمثال لذلك هناك وثائق تأمين علي الحياة تغطي الامراض مثل **Terminal , Critical and Chronic Illness**

هذا النوع من وثائق تأمين الحياة ليس متاحا في جميع شركات تأمين الحياة وهناك نوع اخر من وثائق التأمين يسمى **Return of Premium** متاح فقط في عدد قليل من الشركات وكذلك نسبه الفوائد او المبالغ النقدية المتراكمة تختلف من شركه لاخري لذا يفضل التعامل مع **Broker** لانه يكون وكيلًا لكثير من شركات التأمين ويمكنه اختيار افضل شركه تأمين علي الحياة حسب وثيقته تأمين الحياة التي ترغبها.

أرحب بجميع أسئلتكم المتعلقة بكافة أنواع التأمين علي البريد الإلكتروني التالي

samy@goldenwayins.com

ولا تسوا زياره موقعنا الالكتروني

goldenwayinsurance.com

الممكن ان تكون اختيار جيد لبعض الاشخاص والبعض الآخر لا . فعليك بدراسه البدائل الاخري التي تناسبك عند الوصول الي سن المعاش مثل **IRA Account , Profit Sharing plan , Money Purchase Plan , Governmental plans , and 401 K plan**

7- بعض وكلاء التأمين يخذعون عملائهم للحصول علي عمولات كبيره مع عدم توضيح بنود وثيقته تأمين الحياة للمؤمن عليه فمثلا يشتري المؤمن عليه وثيقه تأمين علي الحياة بمبلغ 250 الف دولار وهو يعتقد انها وثيقه **Whole Life** ويكتشف في المستقبل ان 10 الاف فقط من مبلغ وثيقته تأمين الحياة **Whole Life** وان مبلغ ال 240 الف دولار عباره عن وثيقته **Term** لفترة محدده وليست مدي الحياة.

8- يحاول احد وكلاء التأمين الغير امناء ان يبيع وثائق تأمين عن طريق ان يطلب من بعض الاشخاص ان يرشحوا اصدقائهم واقناعهم ان يشتروا منه تأمين علي الحياة ويقوم باعطاء هذا الشخص نسبه كبيره من عمولته حوالي 50% من عمولته وهذا غير قانوني لشخص ليس لديه رخصه تأمين لنفس نوع وثيقته التأمين .

9- من المعروف ان اطراف وثيقه التأمين علي الحياة **Insured** المؤمن عليه **Beneficiary** المستفيد من وثيقه التأمين **Agent** الوكيل التاميني **Owner** مالك وثيقه التأمين اذا كان يختلف عن المؤمن عليه

التوقف عن الدفع في المستقبل.

3- من المعروف ان تكلفه تأمين الحياة للمدخن تكون عاده اعلي في التكلفه حوالي الضعف او اكثر فيحاول بعض وكلاء التأمين اعطاء المؤمن عليه اشياء تظهر ان المؤمن عليه غير مدخن في التحليل التي يجريها المؤمن عليه قبل شراء وثيقته تأمين الحياة. وهذا الامر في غايه الخطوره لان شركه التأمين لديها كافه المعلومات من خلال تاريخك الطبي وفي حاله اكتشاف الغش في اجراء التحليل الطبيه لا تقوم شركه التأمين بدفع مبلغ وثيقته التأمين في حاله الوفاه مما يعرض الاسر في المستقبل لمشاكل ماليه.

4- هناك انواع من وثائق تأمين الحياة لا يكون مبلغ القسط الشهري ثابت كمثال لذلك يكون قسط وثيقته تأمين الحياة 20 دولار شهريا لمدة 5 سنوات بعد مرور 5 سنوات تتغير قيمه القسط الشهري وتصبح 50 دولار مثلا وهذا الخطأ ربما يكون مقصودا من وكيل التأمين لاغرائك بشراء وثيقته تأمين علي الحياة سعرها رخيص لان الوكيل التاميني يحصل علي اغلب عمولته في اول عام ولا يهتم اذا كنت تستمر في سداد وثيقته التأمين ام لا.

5- عند شراء وثيقته تأمين علي الحياة لفترة محدده يجب عليك التأكد من ان هذه الوثيقه قابله للتحويل للنوع الاخر من التأمين علي الحياة وهو النوع المستمر مدي الحياة **Whole Life , Universal**

6- ليست وثائق تأمين الحياة افضل اختيار للحصول علي اموال عند سن التقاعد لكل الاشخاص فمن

إذا كنت تنوي شراء وثيقته تأمين علي الحياة فعليك أولا أن تفكر في احتياجاتك وفهم أنواع التأمين المتاحة في السوق، واليك بعض التحذيرات التي يجب عليك تجنبها لحماية أسرتك ومستقبلها.

1- قبل شراء وثيقته تأمين علي الحياة يجب عليك فهم الفروق المختلفه بين أنواع تأمين الحياة فهناك نوع تأمين علي الحياة لفترة محدده تبدأ من سنه حتى 30 سنه وهي تناسب الاشخاص الذين يرغبون في توفير الاحتياجات الماليه المستقبليه لاسرتهم اذا حدث مكروه لعائل الاسره . فبعض الاسر ترغب في تأمين حتي ينتهي اولادهم من دراستهم او حتي تنتهي الأسرة من دفع أقساط البيت وهناك نوع اخر من التأمين علي الحياة مستمر مدي الحياة مثل **Universal , Whole life**

ويكون هذا النوع اعلي في التكلفه من **Term Life Insurance** ويحتوي علي اموال نقدية متراكمة وهنا يجب عليك فهم ودراسه نسبه الفائد والقيمه النقدية المتراكمة المضمومه والقيمه النقدية الغير مضمونه لان القيمه النقدية الغير مضمونه عاده تكون اكبر من القيمه النقدية المضمونه.

2- يحاول بعض وكلاء التأمين بيع وثائق تأمين عاليه التكلفه للحصول علي مبلغ عموله اعلي فيحاول ويركز علي بيع نوع معين من التأمين علي الحياة فيجب عليك شراء وثيقته تأمين علي الحياة تناسب مع احتياجاتك التامينية ويكون قسط التأمين في حدود مقدرتك الماليه حتي لا تواجه



Charisma Daily

كاريزما

www.charisadaily.com

موقع إلكتروني مختلف

لكل الجالية العربية بأمريكا

لإعلاناتكم رجاء الإتصال على

+1 (626) 261-9969

Email: info@charismdaily.com

waelloutfalla@yahoo.com



مذاق مختلف



<https://www.facebook.com/Charismaaa-Newspaper-871950182912038/>
<https://www.facebook.com/groups/167452554053478/>



Charismaaa Newspaper P. O. Box 280572 Northridge CA 91328

How to Start?



إمتلك منزلك .. إحصل على قرضك الآن!



Petra Mortgage
NMLS#1425955

- نحن نستطيع مساعدتك بجديده ونهتم بك بشكل حقيقي
- منحك القرض والحصول عليه هو من أولوياتنا
- إجراء اتنا هي الأسرع على الإطلاق
- لدينا أنواع مختلفة من القروض تناسب مع أصحاب الأعمال الخاصة
- مقدم يبدأ من 3% فقط
- فريق عمل متكامل في خدمتك
- نحن نقدم المساعدة التي تحتاجها بشكل دقيق
- المساعدة في جميع أنواع القروض العقارية الخاص بك
- إعادة تمويل منزلك أو شراء أول منزل خاص بك
- لدينا الخبرة الكافية لحصولك على القرض المطلوب

- We care about you
- Giving you the loan is our first priority
- Fast Closing
- Down payment starting from 3 %
- Professional team at your service

www.petramortgage.com

Email: pierre@petramortgage.com

800-840-4469

