



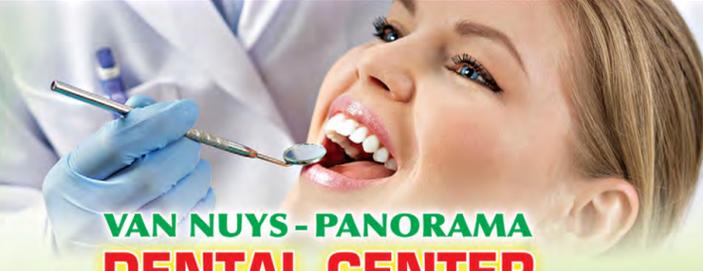
قوانين حوادث السيارات في ولاية كاليفورنيا

السرقه عند الأطفال
الأسباب والوقاية والعلاج

العناد عند الأطفال:
الأنواع، المظاهر، الأسباب، العلاج!

المأكولات التي تحتوي على
سعات حرارية عالية

تسجيل العقارات في الشهر العقاري وإلغاء الإعتراف بالعقود الابتدائية - مصر



**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 المستشارية

جيهان توماس



الهجرة و اللجوء

محاكم الترحيل

الإستئناف بالمحاكم الفيدرالية

جميع أنواع الفيزا الإستثمار، البيزنس و العمل

الإقامة عن طريق العائلة

Gihan Thomas

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

Email. gihanthomaslaw@yahoo.com

Address: 930 Colorado Blvd, Unit 2, Los Angeles, CA 90041

www.usa-immigrationlaws.com

موقع ثقة الجالية العربية

متخصصون في جميع خدمات الهجرة

تصفيات المونديال.. فوز إسباني سهل وإنجلترا "تخطف بولندا"

حققت إسبانيا فوزا مقنعا بنتيجة 3-1 على ضيفتها كوسوفو في تصفيات كأس العالم 2022، رغم الخطأ الفادح من الحارس أوناى سيمون بالخروج من منطقة الجزاء ليكلف فريقه هدفا.

ومنح داني أولو إسبانيا تقدما مستحقا في الدقيقة 34 بتسديدة رائعة من فوق رأس حارس الضيوف، بينما جعل فيران توريس النتيجة 2 - صفر بعدها بدقيقتين.

وهيمنت إسبانيا على المباراة تماما واستحوذت على الكرة، لكنها سمحت لكوسوفو بالعودة إلى اللقاء في الدقيقة 70 عندما فقد سيمون الكرة عقب خروجه مسرعا من منطقة الجزاء، لينقض بيسار حليمي عليها ويسجل هدف الضيوف الوحيد بتسديدة من مدى بعيد.

وأعاد أصحاب الأرض فارق الهدفين بعدها بخمس دقائق بفضل ضربة رأس من جيرار مورينو، لتحقق إسبانيا الفوز وتتصدر المجموعة الثانية بـ7 نقاط من 3 مباريات.

ضربة قوية لراموس قبل "موقعة" ليفربول

ضربة قوية تعرض لها ريال مدريد الإسباني، بإصابة قائده سيرجيو راموس، خلال قيادة منتخب بلاده بتصفيات أوروبا المؤهلة لمونديال 2022. وأعلن ريال مدريد حامل لقب الدوري الإسباني، أن القائد سيرجيو راموس تعرض لإصابة في الساق.

وخرج راموس في الدقيقة 86 من مباراة انتهت بفوز إسبانيا 3-1 على كوسوفو في تصفيات كأس العالم 2022 يوم الأربعاء.

مباراة ليفربول

وأعلنت مصادر إسبانية أن مشاركة راموس أمام ليفربول باتت "شبه مستحيلة"، مع الإصابة الجديدة التي ستبعده عن الملاعب لمدة شهر على الأقل.

وسواجه ريال مدريد غريمه ليفربول في ربيع نهائي دوري أبطال أوروبا، يومي 6 و14 أبريل الجاري. وترقب متابعي كرة القدم مواجهة راموس والمصري محمد صلاح، خاصة وأنه اللقاء الأول لهما وجهالوجه، منذ تسبب راموس بإصابة صلاح في نهائي البطولة عام 2018.

كما سيغيب راموس عن صفوف "الميريغي" في قمة الدوري الإسباني أمام برشلونة، 10 أبريل المقبل. وسيضطر ريال مدريد للاعتماد على مدافع بديل مثل الإسباني ناتشو أو البرازيلي إيدير. للعب في خط الدفاع أمام ليفربول وبرشلونة.

الأولمبياد.. قرعة نارية لمنتخب مصر ليد وحلم الميدالية قائم

قادت القرعة المنتخب المصري لكرة اليد إلى التواجد في مجموعة نارية بأولمبياد طوكيو تضم الدنمارك بطل العالم، والسويد الوصيف بالنسخة الأخيرة، واليابان أصحاب الأرض، مما يضع فريق الفراعنة في اختبار صعب خلال الممثل الرياضي الأهم في العالم. ويكشف أمين صندوق اتحاد اليد المصري عن اجتماع لجنة المنتخب مع المدير الفني للفريق القومي، الإسباني روبرتو غارسيا بارونديو من أجل مناقشة الخطة الموضوعية لتجهيز المنتخب لأولمبياد طوكيو والوقوف على احتياجات الفريق لسرعة توفيرها. ويتابع خشية: أوضع المدرب الإسباني برنامجا متكاملًا للمنتخب المصري يشمل مواعيد تجمع الفريق لإقامة معسكرات مكثفة فضلا عن حاجته لإقامة مباريات ودية مع منتخبات من المستوى الأول في كرة اليد، والتي متبعة المحترفين في الدوريات المختلفة. وكانت مصر قد تأهلت إلى أولمبياد طوكيو بعد فوزها ببطولة أفريقيا عقب فوزها على تونس داخل صالة رادس. وفي كأس العالم لليد أفضت حصد الفراعنة المركز السابع بعد أداء مشرف في مباريات المجموعات وفي الأدوار التالية.

وتعبر مشوار رجال اليد في مصر خلال البطولة التي أقيمت على أراضيهم بعد الحسارة بشق الأنفس من الدنمارك بدور الثمانية، حيث انتهى الوقت الأصلي للمباراة والأشواط الإضافية بالتعادل ورجحت كفة الدنمارك خلال الرميات الجزائية. ويتكرر مجدي أبو المنجد، المدرب العام لمنتخب اليد خلال المونديال: "مصر تلعب في المجموعة الأصعب وهو أمر متوقع لأن الفرق التي تصل إلى الأولمبياد هي الأفضل عالميا، لكن حظوظنا كبيرة في التتويج بميدالية".

وجاءت تصريحات إبراهيم فيفتش خلال مقابلة مع الاتحاد الأوروبي لكرة القدم "فيفا" على قناة "ديسكفوري" في السويد، مضيفا أنه "خطأ" أن يدوس الرياضيون خارج حدودهم. وتابع: "لا أتأطى الشأن السياسي. هو الخطأ الأول الذي يرتكبه الناس عندما يصبحون من المشاهير وضمن حالة ما. أتبع خارج هذا الإطار. فقط قم بما تقوم به بشكل أفضل لأنه لن يبدو جيدا. وكان جيمس ساعد في تأسيس منظمة أكثر من تصويت التي عززت من إقبال الناخبين في المناطق ذات الغالبية من ذوي الأصول الإفريقية. ووجدت هذه المنظمة أكثر من 40 ألف متطوع للعمل في صناديق الاقتراع خلال الانتخابات الفيدرالية التي أجريت في نوفمبر 2020.

حرصاً على سلامته النفسية.. لاعب يتوقف عن التنس

قال لاعب التنس الفرنسي المخضرم جيل سيمون إنه سيتوقف بصفة مؤقتة عن المشاركة في بطولات اللعبة لفترة لم يحددها من أجل الحفاظ على سلامته النفسية.

وكان سيمون (36 عاما) وصل للمركز السادس عالميا وهو أعلى تصنيف يحققه طوال مسيرته في 2009 لكنه لم يحرز أي لقب منذ 2018، بينما يحتل حاليا المركز 68 عالميا.

وكتب سيمون عبر موقع تويتر: "في ظل عدم رغبتني في السفر والمشاركة في البطولات في هذه الظروف فإني وللأسف مضطر للتوقف عن المشاركة في المنافسات من أجل الحفاظ على سلامتي النفسية". وأضاف سيمون "أتمنى أن تتحسن أحوالي المعنوية بأسرع ما يمكن".

وسبق لسيمون الصعود لدور الثمانية في بطولتي أستراليا المفتوحة وويملدون، لكنه خرج من الدور الأول في البطولة الكبرى الأولى للموسم الحالي بعد هزيمته 6-1 و6-2 و6-1 أمام اليوناني ستيفانو ستيتيباس.

بنزيمما أمام القضاء في قضية الابتزاز الجنسي

سيمثل الدولي الفرنسي السابق كريم بنزيمما، نجم ريال مدريد الإسباني أمام محكمة في فرنسا، بين 20 و22 أكتوبر المقبل، بتهمة "التواطؤ بمحاولة الابتزاز" بشريط جنسي عام 2015، لزميله السابق ماتيو فالبوينا، بحسب ما أفاد مكتب المدعي العام في مدينة فيرساي ولكالة فرانس برس. ويواجه المهاجم البالغ 33 عاما عقوبة سجن تصل إلى 5 سنوات، وغرامة قدرها 75 ألف يورو، في القضية التي يحاكم فيها 4 رجال آخرين بتهمة محاولة الابتزاز، حيث يحاكم أحدهم أيضا بتهمة خيانة الأمانة.

ويتهم بنزيمما بتحريضه فالبوينا على دفع مبلغ من المال للمبتزين، الذين هددوا بالكشف عن فيديو حميم له، وقد اعترف الأول حينها بتدخله في الموضوع بطلب من أحد المبتزين.

الكرة النسائية في ليبيا تنفض غبار الإرهاب وتستعد لرفع الحظر

يوما بعد يوم، تنفض ليبيا غبار الحرب والإرهاب الذي ضرب البلاد على مدار 10 أعوام، لتؤكد عزم الشعب الليبي إنجاز السلطة الجديدة ومساعيها لاستعادة الدولة مؤسساتها، وتعافي قطاعاتها المختلفة، لا سيما الرياضية منها، وتحديد كرة القدم. هذه المرة، جاء البرهان في كرة القدم النسائية في ليبيا، التي تستعد لرفع الحظر عنها، كما حدث سابقا مع المنتخب الأول للرجال، وهو ما سيدعمه انتصار سعاد الشيباني مؤسسة الكرة النسائية الليبية، ومؤسسة الاتحاد الرياضي بولاية رابعة، كعضوة لها ضمن الاتحاد الليبي لكرة القدم بعد حصولها على ثقة أعضاء الجمعية العمومية للعبة. سعاد الشيباني قالت في تصريحات إن نجاحها في ولاية رابعة يحفزها على النهوض أكثر بكرة القدم الليبية وتحديدا النسائية منها، في المحافل المحلية والعربية والدولية. وأكدت أن كرة القدم النسائية في ليبيا ستشهد طفرة في الملاعب، فضلا عن تنظيم المسابقات والتي ستمت بشكل دوري ومنتظم للنهوض باللعبة خلال الفترة المقبلة.

جميس يرد على إبراهيم فيفتش: أنا الشخص الخطأ للعبت معه

رد نجم كرة السلة الأمريكي ليبرون جيمس بقسوة على تصريحات نجم كرة القدم السويدي زلاتان إبراهيم فيفتش، بعدما قال الأخير أنه لا يمكن "للملك" أن يكون مؤثرا بشكل كبير خارج ملاعب كرة السلة، كما يفعل في داخلها غامزا عن تعاطيه مع الشأن السياسي. ويعتبر نجم لوس أنجلوس ليكرز من المؤثرين في المجتمع الأمريكي كونه أحد المندمين بإحداث تغييرات جذرية، مركزا في الوقت ذاته جهوده واهتماماته على قساوة تعامل الشرطة والاعادة العنصرية تجاه أصحاب البشرة السمراء. رفع جيمس صوته عاليا بعد مقتل جاكوب بلايك (مواطن أمريكي من أصل إفريقي) على يد شرطي أطلق النار عليه، ويسكنون السيف الماضي، كما وقف بوجه الرئيس السابق دونالد ترامب، وعمل مع عديد من نجوم الدوري الأمريكي للمحترفين لكرة السلة "إي بي إيه" من أجل حمل أصحاب البشرة السمراء على التصويت بكثرة في الانتخابات الأمريكية الأخيرة التي فاز بها جو بايدن. وصرح جيمس عقب فوز فريقه على بورتلاند ترايل بلايزرز

102-93: "أنا الشخص الخطأ للعبت معه لأنني أقوم بواجبي". رد جيمس على تصريحات نجم ميلان الإيطالي "إيرا" الذي اعتبر أنه على الرياضيين "البقاء بعيدا عن السياسة"، ذاكرة بالاسم جيمس وطالبه بالكف عن نشاطاته السياسية، ومما قاله الهدف السويدي: "ليبرون) ظاهرة بما يفعله، ولكن لا أحب عندما يكون للناس حالة ما، فيعمدون إلى التعاطي بالشأن السياسي في الوقت ذاته".

www.charismadaily.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 - موضة - أمومة وطفولة - شباب

Tel: +1 626-261-9969

الناشر و رئيس التحرير

وانسل لطف الله

المستشار السياسي والاقتصادي

د. م. جهون جنددي

إشراف الملحق الإنجليزي

نيفيس لطف الله

أزياء وموضة

د. هسي أحمد شلبي

جياكلين نايين

رياضة

كابتن / إيهاب محمد

كابتن / هاني عزيز

فلور وديكور

سامر رياض

نيرمين مورييس

نيفيس مفرج

هنال شوكت

علاقات عامة

محمد - عليا - حسن - ماريانا - ماجي

أبو الفين - يوسف - مجدي

كل كاتب مسؤول عن كتاباته

المأكولات التي تحتوي

على سعرات حرارية عالية



الأطعمة ذات السعرات الحرارية العالية أو ذات طاقة كثيفة:

الدهون:

تُعدّ كثافة الطاقة (بالإنجليزية: Energy density)؛ كميّة الطاقة أو السعرات الحرارية الموجودة في وزن مُعيّن من الطعام، وتُعرّف قيمتها بشكل عام بعدد السعرات الحرارية في غرام واحد من الوزن بوحدة سعر حراري غرام، ويُساهم اختيار المأكولات منخفضة الكثافة في تناول سُعرات حرارية أقلّ في الغرام الواحد مقارنةً بالمأكولات مرتفعة الكثافة، وبالتالي للحصول على نفس المقدار من السعرات الحرارية لنوعين من الأغذية فإنّه يُمكن تناول جزء أكبر من الطعام ذي الكثافة المنخفضة مقارنةً بالطعام ذي الكثافة المرتفعة فمثلاً تحتوي 14 حبة من اللوز والتي يمكن تناولها بسهولة على 100 سرعة حرارية، في المقابل يحتوي كوب من الخضراوات المقطعة على 25 سرعة حرارية أي أنّ ما يعادل 4 أضعاف هذه الكمية يساوي سعرات اللوز.

الزيوت:

وتشمل الزبدة، والزيوت بمختلف أنواعها، بما فيها؛ زيت الكانولا، وزيت الزيتون، وزيت الذرة، وزيت بذور القطن وزيت بذور الكتان، وزيت دوار الشمس.

المكسرات:

مثل؛ اللوز، والكاجو، والبندق، والبقول السوداني، والبقان، وزبدة البقول السوداني.

البذور:

مثل؛ بذور الكتان، واليقطين ودوار الشمس، وبذور السمسم والطحينة، ومعجون السمسم.

الأفوكادو:

الذي يُعدّ من المصادر الغنية بالدهون الصحية حيث توفر الثمرة الواحدة من الأفوكادو كبيرة الحجم قرابة 322 سرعة حرارية.

الفواكه المجففة وعصير الفواكه:

تحتوي الفواكه المجففة على نسبة عالية من السعرات الحرارية والسكريات بما فيها؛ الجلوكوز، والفركتوز، ويعود ذلك لإزالة الماء أثناء عملية التجفيف مما يسبب تركّز السكريات والسعرات الحرارية بداخلها في حيز صغير، وفيما يأتي ذكر بعض الأمثلة على نسبة السكر الطبيعي في بعض الفواكه المجففة:

- الزبيب: 59%.
- التمور: 64-66%.
- البرقوق: 38%.
- المشمش: 53%.
- التين: 48%.

أما بالنسبة لعصير الفاكهة فإنّه بشكل عام لا يُعدّ صحياً مقارنةً بالفاكهة نفسها، بالرغم من شربه مباشرةً بعد عصره، حيث إنّه يؤثر في مستوى تنظيم سكر الدم، بالإضافة إلى أنّه يرتبط بزيادة مستوى السعرات الحرارية

المستهلكة مقارنةً بتناول الفاكهة الكاملة.

الألبان كاملة الدسم واللحوم عالية الدهون: وهي بحسب الآتي:

الألبان:

توفر الحصة الواحدة منها 160 سرعة حرارية، مثل؛ الحليب كامل الدسم المكتف، ولبن الزبادي المصنوع من حليب كامل الدسم، وحليب الماعز.

اللحوم:

تحتوي بعض اللحوم الدهنية على كثافة عالية من السعرات الحرارية بما فيها لحم الضأن، وقطع اللحم البقري الدهنية حيث إنّ كلّ 100 غرام من قطع لحم البقر المشوي الذي يحتوي على نسبة من الدهون تُعادل 10% تقريباً تحتوي على 217 سرعة حرارية، وفي المقابل فإنّ الـ 100 غرام من لحم الضأن المشوي توفر 258 من السعرات الحرارية، ومن الجدير بالذكر أنّ ما يُقارب الـ 100 غراماً من اللحم هي في الحقيقة كمية قليلة، ويُقدّر حجمها بحجم ورقة اللعب أو الشدة، ولذا من الأفضل اختيار حوم قليلة الدهون.

أغذية غير صحية بسعرات حرارية عالية

يطلق على الأطعمة ذات الكثافة المرتفعة في الطاقة التي تحتوي على كمية عالية من السعرات الحرارية والمنخفضة في المغذيات بالسعرات الحرارية الفارغة (بالإنجليزية: Empty calorie food)، وهي تُعدّ خيارات قليلة القيمة الغذائية؛ حيث إنّها تحتوي على سعرات حرارية تزيد بشكل كبير عن محتواها من العناصر الغذائية المفيدة، مثل؛ الفيتامينات والمعادن، وعادةً ما تكون من ضمن الأغذية المصنعة التي ترتبط بخسارة هذه العناصر الغذائية المفيدة وتُضاف لها بالمقابل الدهون، والملح والسكريات المضافة عوضاً عنها، وفي ما يأتي ذكر بعض الأمثلة على هذه الأغذية:

اللحوم والأجبان المصنعة:

توفر الحصة الواحدة من مصادر اللحوم والأجبان العالية بالدهون والمصنعة 100 سرعة حرارية بما فيها جبنة الشيدر والنقانق، واللحوم المصنعة باستخدام 8 غرامات أو أكثر من الدهون لكل 28

غراماً من هذه اللحوم، مثل؛ البسطرمة (بالإنجليزية: Pastrami)؛ وهو اللحم البقري المملح والمتبل والمجفف، والسلامي.

الكربوهيدرات الأخرى والسكريات والحلويات:

حيث إنّ الحلوى، ورقائق البطاطس المقلية تُعدّ غنيّة بالسكريات والدهون، وبالتالي فإنّها ذات سعرات حرارية كثيفة وسهلة الأكل بالإضافة إلى أنّ المعجنات والكعك تُعدّ غنيّة أيضاً بالسعرات الحرارية وسهلة الأكل أيضاً.

الصلصات الجاهزة المرتفعة بالدهون:

يُنصح بتجنب استخدام بعض الصلصات الجاهزة والتوابل، مثل: المايونيز، والبيستو، وتبيلة الرانش وذلك لكونها غنية بالسعرات الحرارية.

الوجبات الجاهزة:

تُعدّ هذه الوجبات من ضمن الأطعمة الأكثر كثافة في الطاقة من ناحية السعرات الحرارية، حيث إنّ متوسط وجبة واحدة من الوجبات السريعة يحتوي على ضعف السعرات الحرارية للوجبة الصحية العادية، الأمر الذي يرتبط بزيادة الوزن والسمنة، وذلك بحسب دراسة نشرت في مجلة Obesity Reviews عام 2003.

المشروبات السكرية والغازية:

التي تُمثّل أيّ مشروب يحتوي على السكريات المضافة أو المحليات الصناعية الأخرى، مثل: شراب الذرة عالي الفركتوز والسكر، وعصير الفاكهة المركز، وغيرها بالإضافة إلى مسحوق المشروبات المحلاة وكذلك مشروبات الرياضة والطاقة أيضاً.

ما هي السعرات الحرارية:

تُشير السعرات الحرارية (بالإنجليزية: Calories) إلى الوحدة الأساسية للطاقة الناتجة عن استهلاك الطعام والشراب كما أنّها تُعبّر عن الطاقة التي يستخدمها الجسم عند ممارسة النشاط البدني، وتجدر الإشارة إلى أنّ بعض الأغذية تحتوي على سعرات حرارية أكثر من الأغذية الأخرى كما تحتوي الدهون على سعرات حرارية أكثر من البروتينات، والكربوهيدرات.



تسجيل العقارات في الشهر العقاري وإلغاء الإعراف بالعقود الابتدائية - مصر



الالكترونية، لمعرفة تفاصيل القانون بعد الاعلان عن عدة تعديلات، بدأت من شهر مارس 2021، ويعرض لكم من خلال التقرير التالي، تأثيرات القانون علي الشقق السكنية بعد التطبيق.

تأثيرات القانون علي الشقق:

بالنسبة لتأثيرات قانون الشهر العقاري علي الشقق السكنية، فإنه لن يتم الاعتراف أو التعامل بعقود بيع الشقق الحاصلة على حكم صحة التوقيع أمام الجهات الحكومية، من أجل نقل ملكية عدادات المياه والكهرباء والغاز والتليفون باسم صاحب شقة اشتراها بموجب عقد صحة التوقيع، ولن يكتفي بالعقد الحاصل على الصحة، وجاءت التفاصيل كالتالي:

- إذا كان عقد الشقة ينتمي للعقد الابتدائي، يكون على مالك هذا العقد إقامة دعوى صحة نفاذ عقد بيع في المحكمة ليحصل لاحقاً على حكم وتستكمل إجراءات التسجيل.

- تحصل كل وحدة أو عقار على رقم قومي للتعامل به أمام الجهات الحكومية مثل الضرائب العقارية والأحياء والمحافظة.

- في حالة عدم وجود الرقم قومي الناتج عن تسجيل الوحدة أو العقار، والحصول على رقم شهر نهائي لن تستطيع التعامل بعقد الوحدة أمام أي جهة حكومية وبالتبعية غير حكومية .

مميزات تسجيل الوحدات في الشهر العقاري

هناك عدد من المميزات ترجع على الوحدة السكنية المسجلة بالشهر العقاري، وهي:

- التمكن من الحصول على كافة المرافق مثل الغاز والكهرباء والتليفون.
- الحصول على قرض من البنوك بضمان الشقة.
- حماية الوحدة السكنية، من الاعتداء أو النصب الذي يحدث في بعض الأحيان.

السكنية المختلفة إلا بعد دفع ضريبة التصرفات العقارية المفروضة على البائع للعقار بنسبة 2.5% من الثمن الموجود بالعقد الخاصة ببيع الوحدة السكنية.

ضوابط لتجنب النصب عند شراء عقار جديد

هناك بعض النصائح من المهم أن تعرفها إذا كنت مُقبلاً على خطوة شراء عقار جديد في مصر سواء كان سكني أو تجاري، لتجنب عمليات النصب والخداع عند شراء شقة عليك بالتالي:

- تأكد جيداً من اسم وسمعة الشركة العقارية التي تنوي التعامل معها، ولا تقبل على خطوة شراء عقار ما من شركة لا تعرف أي تفاصيل عن تاريخها أو سابقة أعمالها.

- تأكد من وجود رخصة لبناء العقار، وتحقق من مدة سريانها ومن عدد الأدوار التي تسمح بها لتأكد من سلامة المبنى وأنه غير مُعرض لأن يتم إزالته في أي وقت.

- يفضل الرجوع لرئاسة الحي التابع له العقار والتأكد من أنه لا يتعدى على أراضي الدولة.

- إطلع على مستندات ملكية العقار، وتأكد أن المالك له حق البيع قانونياً.

- راجع بنود الحقوق والالتزامات وتحديداً ما يخص قيمة الأقساط ومواعيد الدفع وموعد التسليم النهائي والشروط الجزائية.

تعديلات قانون الشهر العقاري ومميزات تسجيل الشقق السكنية 2021 تصدر قانون الشهر العقاري الجديد البحث على منصات التواصل الإجتماعي حيث يطالع الكثير من المتابعين المواقع

صحة ونفاذ في حال تسلسل الملكية.

- الأراضي التي لم يتم تسجيلها حتى الآن بالشهر العقاري، لن يتمكن ملاكها من استخراج أي تراخيص تخصها قبل تسجيلها.

شروط تسجيل العقار عند البيع والشراء لكي تتمكن من تسجيل العقارات التي تم شرائها من تاريخ صدور قانون الشهر العقاري الجديد عليك بالتالي:

- إحضار أصل العقد الابتدائي على أن يوقع عليه كل الأطراف.

- رفع دعوى صحة ونفاذ على عقد البيع الابتدائي.

- الحصول على شهادة من المجلس المحلي أو مجلس المدينة تنص على أن العقار خالي من مخالفات البناء.

- وجود أصل بطاقة الرقم القومي للبائع والمشتري.

موعد تطبيق القانون الجديد لتسجيل العقارات

كان من المقرر أن يبدأ تطبيق قانون الشهر العقاري الجديد بداية من يوم 4 مارس 2021، على ألا يتم الاعتراف مجدداً بالعقود الابتدائية والعقود المأخوذ حكم بصحة التوقيع عليها بداية من فبراير 2021، ويكون الاعتراف بالعقود المسجلة بالشهر العقاري فقط.

بشرى سارة بتأجيل قانون الشهر العقاري لعامين

بتوجيهات من الرئيس السيسي تم تأجيل تنفيذ القانون لعامين حتى عام 2023، ليتمكن المواطن من فهم القانون ودراسته وتقنين وضع عقاره، كما ألغت التعديلات الجديدة الحظر الذي كان ينص على منع توصيل المرافق للوحدات

قانون الشهر العقاري الجديد:

عند شراء عقار جديد سكني أو تجاري أو إداري يكون عليك التأكد من قانونية وضعه وملكيتته فيفضل أن يكون له ما يعرف بالعقد الرسمي أو العقد الأخضر ومسجل في الشهر العقاري، وسعيًا قد أصدرت الحكومة المصرية قرارًا جديدًا بشأن تسجيل المرافق والعقارات، ينص القرار على أنه لن يتم الاعتراف فيما بعد بالعقود الابتدائية أو العقود التي صدر لها حكمًا بصحة التوقيع عليها، وهذا القرار يُغلق أبواب النصب أو الاستيلاء على العقارات، إلا أنه يواجه أيضًا برفض من الكثيرين.

ما هو العقد الابتدائي؟

العقد الابتدائي هو عقد عُرفي بين البائع والشاري، لا يكون مُسجلاً أمام الشهر العقاري، وغالبًا ما يتم الحصول على حكم بصحة التوقيع على هذا العقد لإضفاء الشرعية عليه، وليس لإثبات أو نقل ملكية فمن المهم معرفة أن العقد الابتدائي لا يعتبر ناقلاً للملكية العقارات، فملكية العقارات لا تنتقل إلا بتسجيلها فقط.

تفاصيل قانون الشهر العقاري الجديد:

بحلول موعد بداية تطبيق قانون الشهر العقاري الجديد، لن تعترف الحكومة سوى بالعقود المسجلة بالشهر العقاري، ولن يتم إدخال أو نقل ملكية عدادات المرافق كالمياه والكهرباء والغاز إلا بعد تسجيل عقد البيع رسميًا بالشهر العقاري، لذلك يفضل قبل شراء شقة جديدة التأكد من تسجيلها.

- العقود التي تم شراؤها قبل تاريخ صدور هذا القرار، لن يتم القيام بأي من الإجراءات تجاهها إلا بعد تسجيلها.

- العقارات المورثة يجب على مالكيها إشهار حق الإرث، حيث أنه لن يتم الأخذ فيما بعد بإعلام الوراثة، أو رفع دعوى

ماذا تعرف عن الصيام المتقطع؟!!



خسارة الوزن الزائد:

إن حمية الصيام المتقطع تساعد على خسارة الوزن كونها تعمل على الاتي: تقلل من كميات الطعام المتناولة خلال النهار، وبالتالي تنخفض السعرات الحرارية الداخلة للجسم.

تساعد على تحسين عمليات الأيض، مما يؤدي إلى حرق المزيد من الدهون في الجسم.

مخاطر الصيام المتقطع:

مع أن فوائد الصيام المتقطع عديدة وكثيرة إلا أنها تأتي مع عدة مخاطر محتملة يجب إدراكها ومعرفتها جيدًا، وأهمها الاتي:

مشكلات واضطرابات هضمية متنوعة.

زيادة الوزن الناتجة عن الإفراط في تناول الطعام خارج ساعات الصيام.

أعراض جانبية قد تنشأ عند البدء بالصيام المتقطع، وتتناهى تدريجيًا مع اعتياد الجسم على ذلك، ومنها: التعب، والضعف العام.

تأثير الصيام المتقطع سلبيًا على الخصوبة عند النساء.

نصائح عامة لنجاح الصيام المتقطع:

للحصول على النتائج المرجوة والصحية من الصيام المتقطع يفضل اتباع القواعد والإرشادات الهامة الاتية:

أخذ قسط من الراحة كلما احتاج الجسم لذلك وتجنب الأنشطة القاسية خلال فترة الصيام.

تضمين الطعام المحبب في الحصص المقررة خارج ساعات الصيام ولو بكميات قليلة لتجنب أي إفراط أو حرمان.

استخدام بعض منكهات الطعام الصحية بوفرة، لأنها تساعد على كبح الشهية، وتزيد من الشعور بالشبع لفترات أطول، خاصة الثوم، والحل، والأعشاب الصحية المختلفة.

اختيار الأطعمة الصحية التي تتضمن سعرات قليلة جدًا وحجمها كبير، مثل: الأفوكادو، والفراولة.

الحصول على كميات كافية من الماء طوال الوقت، وتناول مشروبات عشبية ساخنة خالية من السكر خلال فترة الصيام.

6. تقوية الوجبات:

في هذا النوع من الصيام المتقطع فقط يجب القيام بتقوية بعض الوجبات الرئيسية خلال اليوم، فيمكن تفويت وجبة أو وجبتين مع الحرص هنا على أن تكون الوجبات المتناولة صحية وكافية. هذا النوع من الصيام المتقطع قد يناسب العديد من الفئات، حيث يتم تناول الوجبات فقط عند الشعور بالجوع وتركها عندما لا يشعر الشخص بالجوع.

7. الأسلوب العسكري:

هذا النوع من الصيام المتقطع هو الأكثر حدة وقسوة ضمن الأساليب المذكورة أعلاه.

يعتمد على القيام بتناول كميات قليلة جدًا من الطعام غالبًا ما تتكون من الخضروات والفواكه فقط خلال فترة 20 ساعة من الصيام، مقابل تناول وجبة رئيسية كبيرة ليلاً خلال فترة 4 ساعات التي يسمح فيها بتناول الطعام بشكل طبيعي.

يجب أن تحتوي الوجبة الرئيسية الليلية على كميات كافية ومتوازنة من الكربوهيدرات، والبروتينات والعناصر الغذائية الهامة الأخرى.

يجدر بنا التنويه هنا إلى أن مخاطر هذا النوع من الصيام المتقطع عديدة، فقد لا يحصل الجسم على كفايته من الألياف الغذائية وبعض العناصر الهامة، مما يؤدي لرفع فرص الإصابة بالسرطان، ويقلل من مناعة الجسم.

فوائد الصيام المتقطع:

تبين أن الصيام المتقطع، خاصة من نوع 16:8 يرتبط بالعديد من الفوائد الصحية والجمالية، وهذه أهمها:

إبطاء الشيخوخة:

وجد أن الصيام المتقطع قد يساعد بشكل كبير على تأخير شيخوخة الجسم ومظاهر تقدم العمر.

المساعدة في الوقاية من مرض السكري قد وجد أن الصيام المتقطع يقلل الجلوكوز في الدم بنسبة 3- إلى 6% لدى المصابين بمقدمات السكري، بينما لا يحدث أي تغير في نسبة الجلوكوز لدى الأصحاء.

من جهة أخرى وجد أن الأنسولين يقل أيضًا في الجسم بنسبة 11- إلى 57% بعد مرور 3 أسابيع من الصيام المتقطع.

ولكن يجب التنويه إلى أن هذه الطريقة من الصيام المتقطع قد تنطوي على بعض المخاطر والأعراض المزعجة، مثل: التعب والصداع، خاصة في الفترات الأولى من اتباعه وهي أعراض قد تصبح أقل حدة مع اعتياد الجسم على هذا النمط من الصيام المتقطع. كما يفضل لجوء المبتدئين إلى صيام عدد ساعات أقل قبل الوصول لحد 24 ساعة كاملة لتعويد الجسم بشكل تدريجي.

3. الصيام يوم بعد يوم:

يعتمد هذا الأسلوب على الصيام في يوم وتناول الطعام بشكل طبيعي في اليوم التالي وهكذا وهنا قد يختار الشخص أحد الأساليب التالية: تجنب تناول أي أطعمة صلبة في يوم الصيام.

تجنب تناول أطعمة تزيد سعاتها الحرارية عن 500 سعرة حرارية في يوم الصيام. قد تبين أن الصيام المتقطع بهذا الأسلوب قد يساعد بشكل كبير على خسارة الوزن، وعلى تحسين صحة القلب، وجهاز الدوران خاصة عند الأشخاص المصابين بالسمنة. لا يفضل اتباع هذا النوع من الصيام المتقطع من قبل المبتدئين أو المصابين بحالات مرضية معينة.

4. الصيام لمدة 16 ساعة:

هذا هو مبدأ الصيام المتقطع الأكثر شيوعًا والذي شرحنا تفاصيله في مقدمة المقال وهو ما يسمى بحمية 16:8، وهذا النوع من الصيام المتقطع مناسب بشكل خاص للذين لم ينفج معهم أسلوب الصيام لمدة 12. قد يساعد هذا النوع من الصيام المتقطع بشكل خاص على مكافحة العديد من الأمراض، مثل: السمنة، والسكري وأمراض الكبد، والالتهابات المختلفة.

5. الصيام لمدة يومين في الأسبوع:

يساعد الصيام المتقطع من نوع 5:2 على التقليل من كمية السعرات الحرارية التي يتم تناولها أسبوعيًا خاصة خلال أيام الصيام، وعادة ما: يحصل الرجال في هذا النوع من الصيام المتقطع فقط على 600 سعرة حرارية خلال يوم الصيام.

تحصل النساء على 500 سعرة حرارية خلال يوم الصيام. يفضل أن لا يتم القيام بالصيام ليومين متتاليين بل تضمين أيام يتم فيها تناول الطعام بشكل عادي بين يومي الصيام المحددين، ولكن لا زالت الدراسات المتعلقة بفوائد هذا النوع من الصيام محدودة جدًا.

لحمية الصيام المتقطع العديد من الفوائد الصحية للجسم، كما أن لها العديد من الأساليب المختلفة والتي تستطيع اختيار ما يناسب منها، تعرف عليها في هذا المقال.

أظهرت العديد من الدراسات فوائد الصيام بمفهومه الديني المتعارف عليه، وهذا ما جعل بعض خبراء التغذية يستلهمون حمية جديدة تعرف بحمية الصيام المتقطع، تعتمد على مبدأ الصيام ولكن بشكل مختلف قليلًا، فلنتعرف عليها بالمقال الاتي:

ما هي حمية الصيام المتقطع؟

حمية الصيام المتقطع هي حمية تعتمد بشكل رئيس على الامتناع عن تناول الطعام لساعات معينة خلال اليوم الواحد أو لأيام معينة في الأسبوع، ولها عدة أشكال وأساليب. إن الهيئة الأكثر شيوعًا لحمية الصيام المتقطع هي تناول الطعام خلال فترة 8 ساعات فقط من اليوم، والامتناع عنه خلال فترة 16 ساعة التالية من باقي اليوم، وهو ما يعرف بحمية 16:8. من الممكن القيام بالصيام المتقطع من نوع 16:8 إما يوميًا، أو يومًا بعد يوم أو خلال أيام معينة فقط في الأسبوع. والصيام المتقطع هو أحد الأنظمة الغذائية سهلة الإتباع والفعالة، خاصة أنها لا تتضمن الكثير من القواعد الصارمة أو الحرمان من المواد الغذائية.

أساليب الصيام المتقطع:

من الممكن القيام بالصيام المتقطع عبر اتباع أكثر من أسلوب، وهذه أهم أساليب الصيام المتقطع الشائعة:

1. الصيام لمدة 12 ساعة في اليوم:

يعد هذا الأسلوب أحد الأساليب المناسبة جدًا للمبتدئين بشكل خاص، حيث يعتمد هذا الأسلوب من الصيام على الامتناع عن تناول الطعام الصلب لمدة 12 ساعة متواصلة من اختيار الشخص، وتناول الطعام الصحي خلال فترة 12 ساعة المتبقية. يساعد الصيام المتقطع هنا على تحويل الدهون المخزنة في الجسم إلى طاقة الأمر الذي يسبب خسارة الوزن.

2. الصيام ليوم كامل أسبوعيًا:

يرتكز هذا النوع من الصيام على الامتناع عن تناول الطعام بشكل تام لمدة 1-2 يوم أسبوعيًا أي 24 ساعة متواصلة في كل مرة، مع السماح بتناول السوائل فقط في فترة الصيام مثل: الماء، والقهوة، والشاي بدون سكر.

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

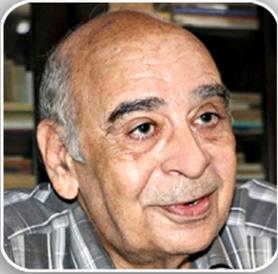
Notary & Live scan Fingerprint Services

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 د. أحمد الخيسي

قاص وكاتب صحفي مصري

دينيس سميث.. الأجندة الخفية للعولمة

العولمة تتناقض اقتصاديا مع مصالح الشعوب النامية فإن الكاتب يحدثنا عما يسميه "الإذلال" لمن يغني خارج السرب، ويحدد ثلاثة أنواع من الإذلال الدولي في مقدمتها ذل الاحتلال المباشر كما جرى في العراق وإرغام الشعب على التبعية، ويستشهد في ذلك السياق بجرائم الأمريكيين في معسكر "أبو غريب". وهناك نوع آخر من الإذلال الدولي بحرمان الدول المارقة من الانتماء إلى المنظمات الدولية ثم استخدام النبذ والتنجية كوسيلة إذلال آخر. لهذا يرى دينيس سميث أن إحدى النتائج المباشرة للعولمة هي: "تشريد البشر واقصائهم على نحو يولد الاحساس بالسخط". وإذا كانت العولمة تمثل هجوما شرسا لرؤوس الأموال العالمية، فلا ينبغي لذلك الهجوم أن يحرمنا من الاستفادة بالانجازات العلمية المرافقة له وهذا بالضبط ما تم من قبل حينما غزا نابليون بونابرت مصر، ووقف الشعب المصري كله ضد الغزو لكنه أخذ من الغزو أسلحة التطور: تنظيم الجيش، وإقامة أعمدة النور في الشوارع، والمسرح، وغير ذلك. علينا ونحن نواجه العولمة بالوطنية أن نأخذ من غزوة السوق الحرة أفضل ما لديها من علوم وتكنولوجيا وقدرات. علينا أن نستفيد إلى أقصى درجة من أن بوسعنا ونحن في شبرا أن ندخل مكتبة نيويورك، وأن بإمكاننا من باب اللوق أن نتجول في متاحف فرنسا. يقترب العالم من أن يكون قرية كونية واحدة، لكنها قرية مقسمة إلى قمم وسفوح، يحصل فيها ثلاثمائة وخمسون مليونيرا على دخل يساوي ما يحصل عليه ملياران ونصف مليار إنسان! ويبقى على شعوب العالم الثالث، أو النامي، أن تستفيد من العولمة إلى أقصى درجة وهي تحاربها بفكر آخر، ونظريات اقتصادية أخرى. هذا والإفان "التمن المدفوع من الحرية.. سيكون فادحا" على حد قول دينيس سميث. فاتي أن أنبه إلى أن كتاب "الأجندة الخفية للعولمة" صادر عن المركز القومي للترجمة وقد ترجمته على أمين علي.

يحذر العالم الاقتصادي المرموق دينيس سميث في كتابه "الأجندة الخفية للعولمة" من أنه: "إذا لم تغير العولمة اتجاهها وتطوي شراعتها فإن الثمن المدفوع من الحرية وحقوق الانسان سيكون فادحا". ترى ما الذي وجده سميث في العولمة بحيث تمثل خطرا على الحرية؟. يبدأ سميث بتعريف العولمة بأنها: "انصهار تدريجي للعلاقات بين المجموعات والمجتمعات حتى تلتقي العلاقات في النهاية من أدنى العالم إلى أقصاه"، أي حتى تصبح للعالم صورة واحدة تقريبا. ومع أن العولمة اتجاه بدأتها الامبراطوريات القديمة إلا أنها تلقت دفعة قوية على حد قول الكاتب بعد: "انهيار حائط برلين في 1990 وتفسخ الاتحاد السوفيتي بحيث وجد "البطل الأمريكي" نفسه القوة الوحيدة بين أنقاض الامبراطوريات الزائلة". وهكذا قاد البطل الأمريكي ويقود عملية العولمة بصفتها الرئيسية كحركة اقتصادية تحلق بأجنحة العلم والتكنولوجيا والنظريات دفاعا عن مصالح الدول الكبرى والشركات متعددة الجنسية وتحقق أهدافها بقفزات الأموال عبر الحدود وتقليص أو حتى تحطيم دور الدول وإزاحة الهويات الوطنية والثقافات القومية لصالح مفاهيم ومصالح رأس المال. ويتم ما يسميه دينيس سميث "الانصهار التدريجي" للمجتمعات على أساس حركة "السوق الحرة"، وجدير بالذكر هنا ما لاحظته وزير خارجية اليابان "ناكومورا" ذات يوم من أن: "ما تسميه أميركا اقتصاد السوق الحرة هو نوع خاص من الحرية يتحرك بالقنابل والصواريخ كلما ظهر أن هناك بلدا آخر يحقق تفوقا اقتصاديا" ذلك أنه ما أن تتعارض السوق الحرة مع المصالح الرأسمالية العالمية حتى تتحرك الصواريخ لترسيخ حرية السوق لصالح البلدان الأقوى. وفي هذا الإطار يذكرنا دينيس سميث بأن تلك السوق الحرة مرتبطة بالتلويح بالعقوبات عن طريق صندوق النقد الدولي ومنظمة التجارة العالمية على الدول التي تتخذ طريقا خاصا لتنمية مواردها، أو تضع العوائق أمام تدفق الاستثمارات الأجنبية إلى بلدانها. ولأن



بقلم فاطمة ناعوت

f.naoot@hotmail.com

الكاتبة الصحفية والشاعرة
الإعلامية المتميزة

هل أنت متسامح دينيا؟ است مسامحة!

يكون إلا مع "عدو" أو "مرض". فمريض السكر "يتعايش" مع مرضه. والشخص "يتعايش" مع جار السوء. لكنك "تعيش" مع أسرتك وأصدقائك وجيرانك الطيبين. (التعايش) فلسفياً ولغوياً يشبه (التسامح)، كلاهما يحمل معنى "الجبر والاضطرار". فأنت (تسامح مع عدوك)، (وتسامح من أساء إليك)، (وتسمح لإنسان بما ليس له). وجميعها معان مغلوطة حال الكلام عن بشر أحرار يعتقدون عقائد مختلفة يعيشون معاً على أرض واحدة أو في كون واحد. فالمختلف عنك عقدياً ليس عدوك، ولست تمنحه ما ليس من حقه، حين تحترم اختلافه عنك. الأخطر من كل ما سبق، هو أنك حين تسمح بشيء، فأنت بالضرورة تملك حق "الأ" تسمح به. فمثلاً: (أسمح لك باستخدام قلبي)، جملة صحيحة. ولكن: (أسمح لك باستخدام قلبي!!) جملة غير صحيحة. فمن حقي "الأ" أسمح لك باستخدام قلبي، ولكن هل من حقي ألا أسمح لك باستخدام قلبي؟! الأمر ينطبق على حرية العقيدة. فليس من حقي أن (أسمح أو أتسامح مع) ألا يدين إنساناً بديني؛ ببساطة لأنني لا أملك الحق في "الأ" أسمح أو أتسامح مع ذلك. هو حرٌ بقدر ما أنا حرّة، ولا تفضل من أهدنا على الآخر. وبناءً على ما سبق، فإنني حين أرفض التعرّات الطائفية وأحاربها، فلست "مسلمة متسامحة"، بل أنا إنسانٌ طبيعي ناضجٌ أعرف حدودَ حقوقي فلا أتجاوزها، وأعرف واجباتي فأؤديها. وحين زار الرئيس / "عبد الفتاح السيسي" الكاتدرائية لتهنئة أشقائنا المسيحيين في عيدهم، كان حاكماً عادلاً يعرف حقوق مواطنيه كرئيس ناضج مستنير مثقف، ويدرك واجباته تجاه أبناء وطنه. وحين حارب المصريون جميع حروبهم معاً مسلمين ومسيحيين، لم يكونوا "متسامحين دينياً"، بل مصريون وطيون ناضجون يقفون في وجه عدو واحد. وحين خرجنا في ثورتنا ١٩١٩، ٢٠١٢ معاً مسلمين ومسيحيين، "لم نكن متسامحين دينياً" بل سلطنا سلوك المواطن الناضج الذي خرج لينصر وطنه ضد الاحتلال الإنجليزي وضد الاحتلال الإخواني. وحين نختصم، نحن جبهة التنوير، المتطرفين الذين يكفرون الناس على صفحاتهم ومنابرهم، فنحن لسنا متسامحين؛ بل بشرٌ أسوأ عاقلين غير مرضى. لسنا متسامحة دينياً حين أحب البشر دون النظر إلى عقائدهم، بل إنسانٌ حرٌ يشكر الله على نعمة العقل. "الدين لله، والوطن لمن يحترم الوطن." المصري اليوم

"التسامح الديني"، عبارة طبية نسمعها دائماً من القامات الدينية الرصينة في المجتمع المصري. والمقصود بها المناداة بالعيش في سلام بعيداً عن الشقاكات الطائفية التي تهدم الوطن وتعرقل رحلة النهوض والتنمية. والعبارة دائماً يقولها فمٌ وطني مسالم، يكره العنف ويرجو أن يحيا الناس في سلام ومحبة لكي يعملوا ويعمرّوا الوطن بعيداً عن النزاع العقدي الذي لا يُفضي إلا للدماء والفواجع والهدم. واليوم أريد أن أتأمل معكم تلك المفردة: "تسامح"، لنقفز منها خطوة للأمام. دعونا نردّ الكلمة إلى المعجم؛ لنقف على معناها اللغوي الدقيق. في المعجم "الوسيط" نجد: (تسامح الشخص في الأمر: تساهل فيه وتهاون). مثال: (لا تتسامح الدولة مع الخونة والمتأمريين). نكتشف هنا أن "التسامح" يأتي مع الجرائم والدنايا. فليس وارداً أن نقول مثلاً: (المعلمة تتسامح مع ذكاء تلميذها)، بل نقول: (تسامحت المعلمة مع الأخطاء الإملائية، حين أعجبها موضوع التعبير). وفي "لسان العرب": (السماح والسماحة: الجود والعتاء عن سخاء). وفي الحديث يقول الله تعالى: "أسمحوا لعبدي كإسماحه إلى عبادي"، أي كونوا كرماء مع عبدي مثلما هو سخيٌّ مع عبادي. وسمح لي فلانٌ، أي سمح لي بشيء (بوسعه منعه). ويقال: "سمحت الناقة" إذا (انقادت). والسماحة: المساهلة في الطعان، وهو الطعن في العرض والشرف. والخلاصة أن كلمة: "سَمَحَ"، تُقال عند التكرم بالعتاء والتفضل بالواقفة، أو الاتباع والانقياد. فهل ترون الكلمة مناسبة ودقيقة لغوياً، حال الكلام عن (احترام) حق الآخر العقدي، في اعتناق ما يشاء من أديان؟! إن احترام مسلمٍ مسيحياً، أو احترام مسيحيٍّ مسلماً، هل يُعد ذلك تفضلاً وسخاءً من قويٍ لضعيف؟ هل هو مذلةٌ وخنوعٌ من ضعيفٍ لقويٍّ؟ لا هذا ولا ذلك. كلا المعنيين خطأً ومعيّبٌ ولا يرضاه إنسانٌ حرٌّ في مجتمع حرّ. فحين تحترم المختلف عنك دينياً وتحتبه فلا تحاربه ولا تقتله ولا تزدرى دينه، فلا أنت ذليلٌ تابع، ولا أنت كريمٌ مُتفضل. إنك فقط إنسانٌ سويٌّ ناضجٌ نجوت من مرض الطائفية الذي يبثي به سفاحون أهرقوا الدماء في الحروب الدينية من الصهاينة والصليبيين والدواعش. وحين "تعايش" مع المختلف عنك دينياً فأنت فقط إنسانٌ طبيعي عاقل. وقد وضعت كلمة: (تتعايش) بين مزدوجين؛ لأنني أرفضها أيضاً، وأستبدلُ بها كلمة أرقى هي: (العيش). فالتعايش لا

لا يوجد آله، فانه يكون جاهلاً. وعلى هذا الأساس فيكون يوم 1 أبريل هو يومه وعيده.

ديماس والمسيح هل تقابلا قبل الصليب؟

توجد قصص كثيرة في التقاليد والكتب القديمة تدور حول رحلة المسيح والعائلة المقدسة الى مصر ... ومنها: والقصة التالية. ان عصابة من اللصوص هاجمتهم في الطريق الى مصر وأرادت قتلهم والاستيلاء على ما معهم، إلا أن رئيس العصابة نظر الى الطفل الصغير ورأى فيه نورانية عجيبة تشع منه فلم يرد أن يلحق به وبالعائلة المقدسة أي ضرر ونظر اليه قائلاً: أيها الطفل الصغير يبدو انه سيكون لك شأن غير عادي في المستقبل ... فإذا جاءت ساعة احتجت فيها الى رحمتك فاذكرني واذكر هذه اللحظة ولا تنسى ما فعلته لك! ويقال ان اسم هذا اللص كان ديماس ... وانه هو اللص الذي صلب عن يمين المسيح بعد ثلاثين سنة من هذه الحادثة وقال له عندما رأى الجلال والنورانية والقدرة على المغفرة لأعدائه " اذكرني يارب متى جنت في ملكوتك ". وأجابه السيد المسيح " الحق اقول لك انك اليوم تكون معي في الفردوس " (لوقا: 23: 43).

أين كنوز الكنيسة؟

اهتمت الكنيسة المسيحية منذ نشأتها بالفقراء والمرضى والأرامل والضعفاء والذين لا معين لهم وليس لهم أحد يذكرهم. وتقول قصة انه أيام الاضطهاد الروماني الدموي اقتحمت السلطات الرومانية كنيسة مسيحية بحثاً عن الكنوز التي أشيع انهم يحفظونها. وسأل القائد الروماني الشماس لورينيتوس قائلاً: أرني مكان الكنوز التي عندكم فوراً. فأشار الشماس الى الأرامل والأيتام والمرضى والفقراء الذين ترعاهم الكنيسة، وقال له: " هؤلاء هم كنوز الكنيسة ". فقد آمنت الكنيسة دائماً بأننا نخسر ما نحفظه ونربح ما ننفق.

خاص لجريدة كاريزما



نظم القس اغسطينوس حنا

قص قصيرة وطرائف

ابنتي. وبعد دقائق من الزيارة عندما فهموا اننا والعروسة موافقون، سألوا: "وما طلبكم بخصوص الشبكة؟" فقلت: كتاباً مقدساً.

فضحكوا وظنوا انها نكتة أو عظة وقالوا: - طبعاً ... طبعاً. بدل الكتاب نجيب لها اثنين وثلاثة، ولكننا نسال عن الشبكة ... هل لكم شروط خاصة بخصوص الشبكة؟ - كتاباً مقدساً فقط لا غير. (هكذا) قرر الاستاذ عياد والد العروس مكرراً بكل إصرار وتأکید انه يعني ما يقول وانه مع الكتاب المقدس لا يريد شيئاً. وذهب العريس الى دار الكتاب المقدس وأشتري اكبر كتاب مقدس مذهب وغلافه مصنوع من الصدف وقدمه الى خطيبته بالإضافة الى خاتم ماسي (أماظ) سوتير عالي الثمن.

محكمة بفلوريدا تقرر يوم أجازة للملحدين!

رفع أحد الملحدين قضية أمام محكمة بولاية فلوريدا ضد أعياد الميلاد والقيامة والفصح. ووكيل محامياً للدفاع في دعوى التمييز العنصري ضد المسيحيين واليهود. وكان الجدل يدور حول نقطة انه ليس من العدالة والمساواة ان يكون للمسيحيين واليهود أعياد وأجازات بينما لا يتمتع الملحدون بنفس الحقوق فيكون لهم أيام أعياد وأجازات ماثلة! وبعد المناقشة حكم القاضي برفض الدعوى. وفي الحال وقف محامي المدعى (الملحد) يحتج ويقول: " يا عدالة القاضي أنا لا أصدق كيف ترفض هذه الدعوى؟ فالمسيحيون يحتفلون بالكريسماس وعيد القيامة واعياد اخرى، واليهود عندهم الفصح ويوم الكفارة (Yom Kippur) ويوم الأنوار (Hanukkah) ورأس السنة (رأس السنة) إلا ان موكلى وباقي الملحدين ليس لهم مثل هذه الأجازات. وهنا جلس القاضي على حافة كرسيه وقال: " ولكن أنت عندكم ... أن موكلك أيها المحامي جاهل ومتعمد التجاهل. أجاب المحامي: يا سيادة القاضي، نحن ليس عندنا علم بوجود أي أعياد أو أيام خاصة للملحدين. فقال القاضي: " أن التقويم يقول ان أول أبريل هو كذبة أبريل (April Fool) أي يوم الحمقى والجهال. ويقول مزمور 14: 1 قال الجاهل في قلبه ليس آله وهذا هو نفسه رأى هذه المحكمة، فاذا كان موكلك يقول انه

وفرحت الخطيبة وأسرنتها التقيية بالكتاب المقدس بأعتبره الشبكة الأصلية الأغلى والأعظم، وقبلت الخاتم الماسي على انه "فوق البيعة!". مثال جميل ... وقدوة حسنة رائعة لبت الجميع يقتدوا بها ويتعلموا منها على أساس أن الكتاب المقدس هو أعظم ثروة وأغلى كنز، وهو الأساس الصخري الذي يبنى عليه البيت المسيحي القوي السعيد الثابت في مواجهة عواصف الحياة.

ألم يقل رب المجد يسوع في ختام موعظته الخالدة على الجبل: " أشبهه برجل عاقل من يسمع كلامي ويعمل به كمن بنى بيته على الصخر. فاذا جاءت الرياح والأمطار والعواصف وصدمت ذلك البيت فإنه يثبت ... " (متى: 7: 21).

أسلحة الحرب العالمية الرابعة!

سئل العلامة الشهير اينشتاين:
- ماذا تظن في أسلحة الحرب العالمية الثالثة وهل تستعمل فيها القنابل الذرية؟
- لا أعرف. ولكني أعرف ان الانسان سيستعمل في الحرب العالمية الرابعة البنبلة والقوس والسهم!
- ماذا تعنى؟

- أعنى ان الانسان استعمل كل ما وصل اليه من معرفة وعلم في تدمير الحضارة والمدنية وابداء الانسانية والخلبقة كلها، واخترع أسلحة وقنابل أكبر من آدميته بحيث فقد السيطرة عليها، وسوف يعود الى عصر انسان الغاية يستعمل القوس والسهم! وهو الذى قال أيضاً انه يكى عندما استخدمت أبحاثه في الطاقة الذرية لصنع أول قنبلة ذرية فجرت في جزر هيروشيما ونجازاكي في الحرب العالمية الثانية. وقال وقتها: لو عرفت انها ستستخدم هذا الاستخدام الهدام الرهيبة لما اخترعتها وأضاف ان الفرق بين الطاقة الذرية والقنبلة الذرية هو مثل الفرق بين الكهرباء والكرسى الكهربائي!

ما نوع استعدادك؟

بعدما ألقى الواعظ عظته عن الاستعداد للابدية وفجائية الموت وقرب مجي المسيح سأل المستمعين: كم منكم مستعدين الآن لو جاء المسيح في هذه اللحظة؟ ورفع قلته منهم أيديهم. وعندئذ صاح الواعظ: "يا ملاك ميخائيل اقطع كل يد كذابة". فأسرعوا وانزلوا أيديهم !!!

شبكة أنتى كتاباً مقدساً

روى لى رجل الله المبارك الأرشيدياكون عياد عياد، واعظ جمعية أصدقاء الكتاب المقدس وأستاذ الوعظ بالأكليريكية السابق منذ نحو نصف قرن مضى، وهو الآن في السماء ... قصة خطبة ابنته فقال: تقدم (فلان) وهو وكيل نيابة مع والديه لخطبة

من منا لا يملك حلم جميل يريد تحقيقه؟ الحياة عطية من الله لأنفسنا لا بد أن نبني هذه الأرض ونحقق أحلامنا وطموحاتنا وكثير منا يعيش على أمل تحقيق ما يطمح اليه ويقف حائراً أمام أهدافه فلماذا لا نتغلب على مخاوفنا من مخاطر متابعة تحقيق أحلامنا؟

قد تكون الطريق وعرة ودهاليز الحياة مليئة بالمغامرات فلماذا لا نسير بخطى ثابتة نمهدا بأنفسنا فالحياة ارادة وثقة بالله لذا لا بد أن نغتنم كل فرصة تأتي ونصمم على النجاح وأثناء مسيرتنا لا نغفل عن وجود أشخاص في حياتنا كانوا عوناً لنا فتمتعة الوصول الى تحقيق الاحلام تتطلب جهد وشجاعة ومشاركة وقوة وصبر وهمة وطموح وعطاء فهي منظومة متكاملة لا بد من التعاون لبناء ذاتنا ومن الممكن أن نواجه تحديات تقف في طريق أحلامنا من خلال أشخاص يعبطون من عزيمتنا ويستغبون أفكارنا ويتمنون لنا الفشل وبالمقابل نجد من يحبنا ويتمنى لنا النجاح فلا نستطيع أن تجعل الجميع يتمنون لنا الخير فماذا نصنع عندها؟

هنا تظهر شجاعة المرء وقوة صبره ينطلق بأفكار ليصل إلى قمة العطاء والنجاح جاعل شعاره ومقصده سر على الدرب تصل واجر في سفينة أحلامك وكن ذو طاقة إيجابية تثير حياة الآخرين لأنها لا تعرف المستحيل تعرف على نفسك قبل أن تحلم لتجد ما يناسبك اختر احلام تناسب مواهبك ومهاراتك وان يكن الحلم قابل للتحقيق محبب على قلبك لتستطيع تحمل مشاق الرحلة إلى حلمك فالطريق إلى الحلم أهم من الحلم ذاته لكل انسان أحلامه الخاصة التي يتمنى

خاص لجريدة كاريزما



نظم فاري يوسف

اعلامى ومقدم برامج

أحلم وحقق حلمك وأفتخر!!

ويسعى لتحقيقها في أسرع وقت ممكن ولكن إذا نظرنا نظرة عامة إلى الواقع الذي نعيش فيه لوجدنا بأن البعض قد فشل في الوصول إلى هذه الأحلام والبعض الآخر نجح وذلك لأنه قام باتباع بعض الطرق والخطوات الفعالة لتحقيق الحلم.

يعتبر الطريق الى تحقيق الحلم هو ما يحيي الحالمون في هذا العالم المليء بالتحديات والعواقب ولعل لحظة تحقيق الحلم هي ما يسعى إليه كل منا فنجد من يضع الخطط ومن يسعى جاهداً ومن يحاول مراراً فلا يكل ولا يمل وما يشغلنا في هذه اللحظة هو تلك الخاطرة التي تجول بخاطرنا والتي تقول كنت أظن الأمر مستحيلاً ولكني فعلتها!

ولكي نتجح في تحقيق كل أحلامك التي تتمناها عليك أولاً أن تصدق هذه الأحلام وألا تحلم بأشياء لن تستطيع تحقيقها في يوم من الأيام أي بمعنى آخر لا تحلم بأشياء تتجاوز قدراتك المادية والمعنوية والجسدية فيمكنك مثلاً أن تحلم بتأسيس شركة كبيرة أو بانشاء مشروع كبير ومميز ولكنك لا تستطيع أن تحلم ببناء منزل في الفضاء وذلك لأن هذا الحلم صعب المنال وصعب التحقيق واعلم أن طريق الحلم محفوف بالعواقب والتحديات الصعبة فاثبت وكن نفسك فقط

سبيل الوصول إلى الحلم شرع لا يقبل الجدل أو المروعة وإني لأذكر كلما كانت ابتساماتي أكبر وقناعاتي أكثر عندما قابلت من الإحباطات ما يزيد لقد كانت لحظات الحرمان والقسوة والوحدة هي الوقود الذي حركني من أجل الوصول إلى هنا.. من أجل أن أحقق حلمي وأتحرر فقد كانت أياماً ثقيلة وليالي طويلة ولكني استطعت التغلب على هذه العواقب وفعلتها لاني لم أجد غير روح المحارب بداخلي لأهدم كل هذا ونجحت ولم أكن اتصور أن تأتي لحظة نجاحي هكذا في أكثر اللحظات التي ظننت أنها لن تحدث فيها أبداً!

نعم جميعنا لدينا أحلام ربما تكون هذه الأحلام لها علاقة بالدراسة أو العمل أو ممارسة رياضة وأحياناً العاطفة أو القيام برحلة في مكان ما في العالم ربما تكون لتحسين وضعك المالي والمهارات الإجتماعية وغيرها من الأشياء التي يريد تحقيقها الإنسان أحياناً يكون من الصعب الحفاظ على حلمك على قيد الحياة، ومن الممكن ان يبقى الحلم مجرد احلام يقظة لفترة طويلة جداً لكن الهم هو محاولة تحقيق الأحلام رغم الصعوبات والعقبات التي تعترض طريقك حتى اذا فشلت فقد نلت شرف المحاولة واكتسبت درس جديد يساعد في المرات القادمة، واكثر الاشخاص الذين نجحوا في حياتهم تعرضوا للحظات فشل في البداية قبل وصولهم للقمة ومرحلة تحقيق الأحلام وتركوا لنا عبارات عن تحقيق الأحلام كانت لنا بمثابة المرشد وشعاع النور الذي ينير عقولنا وطرقاتنا دتمت في تحقيق احلامكم وأفتخروا بذلك يا سادة.

ولم يكن طريق الحلم بالنسبة لي سوي أمل بدأت أخطوه منذ زمن طويل حتى وصلت لما أنا عليه الآن. أمن بذاتي وأثق بمهاراتي وأعرف تماما أن قدراتي لا حدود لها تلك الثلاثية هي ما يؤمن به الحالم في هذا العالم لم يحتاج الأمر كثير من التفكير فإما المقاتلة والدفاع عن الحلم أو الاستسلام!

وما اعتدت أن أقبل بالخيار الثاني ما حبيت وهذه العواقب الممتدة أمامي بهذا الطريق لن تدلها سوى قدم قوية وثابتة وأحلام تثير فحسب الطريق فقد يحتاج هذا الطريق صبر وإيمان ومثابرة لبلوغ منتهاه ربمانعتبت كثيراً وفكرت كثيراً في الاستسلام ولكني ولكن ما إن أحسست باقترب بلوعي لهدي حتى تغير كل شيء وهان كل ما قاسيت في عيني وأري في طريقي هذا سباق طويل وعلي أن أبلغ خط النهاية كانت أبلغ العقبات هي التي صدرت من نفسي بحق ما أفعل وكنت دائماً أغلق صفحة قديمة لأبدأ من جديد وما بلغت هدي إلا بقوة الإيمان والإرادة والتركيز على حلمي فقط، والان تهون جميع اللحظات التي قضيتها أجتهد وأبذل ما بوسعي لكي أصل إلى ما أنا فيه إنها اللحظة التي لا تنسى ولا ينسى كل ما مرتت به للوصول إليها فالشقاء في



من العولمة الثقافية والاجتماعية كغزو الهمبرجر والبيتزا للعالم. وأما عن سبب اعتبار العولمة الثقافية التأثير السلبي للعولمة الثقافية على الاختلافات الثقافية والثقافات المحلية أو الوطنية، فالعولمة الثقافية مؤثرة وغير متأثرة، بمعنى أنها عولمة باتجاه واحد، حيث يتم تصدير المنتجات الثقافية العالمية من الدول القوية والكبيرة باتجاه الدول النامية والفقيرة، ما يؤثر سلباً على الانتاج الثقافي الأصيل في الدول المستوردة لصالح تقليد النمط العالمي.

ومن أمثلة المشاكل الناتجة عن العولمة الثقافية أن الزي التقليدي في الدول النامية على الرغم أنه مجرد زي يتناسب مع طبيعة أصحابه ومناخهم وظروفهم؛ أصبح إشارة على التخلف وعلى الجميع أن يتخلى عن الزي التقليدي لصالح الكاوبوي الأمريكي والموضة العالمية ليكون مواكباً للعصر.

4. العولمة التقنية والتكنولوجية: تعتبر العولمة التقنية أو تكنولوجيا العولمة هي العمود الفقري لمختلف مظاهر وأشكال العولمة، فوجود الوسائل السهلة مثل الانترنت ووسائل التواصل الاجتماعي والوسائل المتطورة بتبادل المعلومات هو السبب الفعلي لتطور مفهوم العولمة.

5. أشكال أخرى للعولمة: هناك العديد من المحاولات والتجارب التي يمكن تصنيفها كمظهر من مظاهر العولمة، منها مثلاً العولمة البيئية أو العولمة الأيكولوجية التي تهدف إلى تعميم النظام البيئي في العالم لمواجهة التحديات المناخية والبيئية، ومنها أيضاً عولمة التعليم وعولمة العمل الخيري والتطوعي وعولمة الموضة وغيرها من المظاهر التي يمكن تصنيفها كمظاهر أساسية أو فرعية للعولمة.

بقلم

م. مجدي عزيز

كاتب وشاعر ومحلل سياسي
خاص لجريدة كاريزما

العولمة Globalization



يؤمن لها العزلة الامنة، وإنما تسعى للاندماج في النظام الاقتصادي العالمي قدر الممكن للاستفادة من عمليات التبادل والارتباط الاقتصادي.

2. العولمة السياسية: وقد ظهرت العولمة السياسية لأول مرة في العالم الحديث من خلال عصبة الأمم بعد الحرب العالمية الأولى، ثم الأمم المتحدة ومجلس الأمن في الحرب العالمية الثانية، وهناك الكثير من الأمثلة على العولمة السياسة بعضها يتمثل بتحالفات الدول وبعضها يتمثل في النزعات والصراعات الدولية الهادفة إلى بسط السيطرة والنفوذ. والجدير بالذكر هنا أن جزءاً من الحرب الباردة بين المحورين الشيوعي والرأسمالي كانت على العولمة، وحاول كل من الطرفين بشتى الوسائل عولمة العالم على طريقته سياسياً واقتصادياً وثقافياً، فكان الهدف هو عولمة الشيوعية مقابل عولمة الرأسمالية.

3. العولمة الاجتماعية والثقافية: وهي من أخطر أنواع ومشاكل العولمة، حيث تتمثل العولمة الاجتماعية والثقافية بالمنتجات الثقافية التي تأخذ صفة العالمية مثل بعض الروايات والكتب والأفلام السينمائية والشخصيات الدرامية، ومثال ذلك سلسلة هاري بوتر الشهيرة وقبلها سلسلة شارلوك هولمز ودراكولا وغيرها، وينظر البعض إلى عادات الطعام أيضاً كجزء

بدأت مع تطور قدرة البشر على الانتقال عبر البر والبحر لأهداف تجارية واستكشافية أو استعمارية وعسكرية، فإيجاد رسومات جدارية في الصين عن تجار فينيقيين مثلاً يعتبر شكلاً من أشكال العولمة القديمة، كذلك الدعوات الدينية التي عبرت الشرق القديم إلى العالم تعتبر شكلاً من أشكال العولمة القديمة، وتعتبر نظريات ابن خلدون واختراعات الزهراوي وابن الهيثم شكلاً من أشكال العولمة الثقافية والعلمية... الخ. بالتالي كانت العولمة تتطور مع تطور وسائل النقل والاتصال التي تسهل انتقال الثقافات والمعارف وحركة التجارة والغزو، وهذا يفسر لماذا أصبحت العولمة مفهوماً واسعاً ومهماً في العالم الحديث مع ابتكار شبكة الانترنت ووسائل النقل الحديثة فضلاً عن تشريعات التجارة الدولية والاتفاقيات التي تسهل انتقال البشر ورؤوس الأموال بين دولة وأخرى وإذا أردنا ذكر أبرز أنواع وأشكال العولمة يمكن القول:

1. العولمة الاقتصادية: إذا كنت قد طرحت على نفسك سؤال "لماذا واجه العالم كله أزمة اقتصادية عام 2008 على الرغم أنها أزمة مصارف في أمريكا؟" فالجواب هو العولمة الاقتصادية والتجارية، الدول اليوم لم تعد تسعى للاكتفاء الذاتي الذي

ما معنى العولمة؟ وما هو تعريف العولمة باللغة ومعنى مصطلح العولمة؟ العولمة في اللغة العربية مشتقة من كلمة (عالم) والفعل عولم أي جعله عالمياً واشتقت كلمات أخرى على نفس المنوال وبنفس المعنى مثل الكونية والكوكبية، فالمعنى اللغوي للعولمة في اللغة العربية أن يكون الأمر عالمياً، فإذا تحدثنا عن عولمة الثقافة مثلاً نقصد بذلك جعل ثقافة العالم على نسق واحد "عالمي" والأصل الإنجليزي لكلمة العولمة Globalization مشتق أيضاً من كلمة Global (عالمي).

وإذا أردنا تحديد معنى العولمة اصطلاحياً سنجد عشرات التعريفات المختلفة للعولمة والتي تختلف باختلاف موقف صاحبها من قضية العولمة، فمن يرى أن العولمة هي مسح للثقافات والديانات والمذاهب الفكرية وتحويل العالم إلى سيادة مركزية واحدة في كل المجالات سيعتقد بالتالي أن العولمة شكل من أشكال الاستعمار فيما يختص مؤيدو وعرابو العولمة الأمر بجملة "العالم قرية صغيرة".

والأصل في استخدام مصطلح العولمة هو عالم الاقتصاد، حيث يشير مصطلح العولمة إلى التجارة الدولية التي تسهل تدفق البضائع والأشخاص والمعلومات عبر الدول، لكن بعد انهيار الاتحاد السوفيتي وسيادة القطب الواحد على العالم -الولايات المتحدة الأمريكية أخذت العولمة تتبلور أكثر في مجالات مختلفة [2]، ابتداءً بتصدير أنماط الحياة الأمريكية للعالم في الطعام والشراب واللغة وليس انتهاءً بتصدير الفدرالية والديموقراطية على الطريقة الأمريكية، وبذلك اكتسب المصطلح شعبية أكبر ودار حوله جدل أكثر سخونة مظاهر العولمة المبكرة ويمكن القول أن أولى مظاهر العولمة

تقبل المديكال
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

للعملاء الناطقين 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



وان لم يستطيع السفر الى بلاد اخرى ويتضح هذا جليا لنا نحن المشاهدين والمتابعين للموهبة الشابة الصغيرة ماريادوارد ابنة الفنان الكوميدي متعدد المواهب ادوارد فهي تجمع عدة مواهب وعدة لغات مثل والدها الفنان ادوارد الذي يستطيع ان يجمع بين موهبة الكوميديا والتراجيديا وايضا الادوار الجادة كدوره الرائع مسلسل الزيق والذي قام فيه بدور ضابط المخابرات المصرية في اليونان مع الفنان الكبير شريف منير.

وفي النهاية الفنان العالمي سفيرا للإبداع والثقافة والفن الجميل والارتقاء بذوق المجتمعات البشرية. ويظل الفنان حيا لا يموت باعماله التي تركها حتى وان رحل عن عالمنا.

خاص لجريدة كاريزما

بقلم **سالم فرديسليو**

كاتب وصحفي

طريق ماريادوارد الى العالمية

بثقافته الوحيدة التي لا يعرف غيرها اما الفنان العالمي فله معايير اخرى يقاس على اثرها منها تعدد المواهب والجرأة والحضور والقبول من الجمهور او المشاهدين واخيرا تنوع اللغات والثقافات لديه فينتقل في هذه الحالة الى العالمية بسرعة شديدة وغير متوقعة في ظل التكنولوجيا الحديثة المتاحة حاليا حتى



والرقص والتمثيل المتنوع والاستعراض واشهر الفنانين اللذين اجادوا وابدعوا في هذا المجال هو الفنان الكبير سمير صبري فليس كل من ولد بجوار هوليد او عاش في كنفها يعتبر فنانا عالميا فمن يتحدث بلغة واحدة او ينتمي لثقافة واحدة يعتبر فنانا محليا لانه يخاطب مجتمعه الذي عاش فيه فقط

بعيدا عن السياسة قررت ان اكتب هذا المقال لنسترخى معا قليلا على وسادة الفن والفنانين بعيدا عن السياسيين والاحداث السياسية التي كرهتها شعوب العالم فالفنان عكس السياسي هو محبوب ومبدع وسفيرا للنوايا الحسنة كالثقافة والفن الراقى والابداع مما يغير حياتنا الكئيبة ويجعل الحياة افضل بفضل الترفيه والتقليل من ضغوط الحياة اليومية ويظهر ابداع الفنان من خلال الموهبة والثقافة والثقة بالنفس وتعدد اللغات التي يستطيع من خلالها ان ينطلق بسرعة الى العالمية حتى وان لم يسافر خارج بلاده التي ولد وعاش فيها وما يميز الفنان العالمي عن الفنان المحلي تعدد المواهب او ان يكون فنانا شاملا فيحترف الغناء بعدة لغات والعزف على الآلات الموسيقية

منتصف القرن الثامن عشر...
تم بناء الجناح الجنوبي عام 1750 ، والشرقي عام 1758 وأقيمت الكنيسة الصغيرة عام 1764 والثانية الكبيرة عام 1801...

والجناح الشمالي والغربي من النصف الثاني من القرن التاسع عشر ، وانتهى البناء على نطاق واسع عام 1896 كنيسة القديسين كيرلس وميثوديوس ورفع برج الجرس..

من بين الآثار العديدة والأشياء المقدسة الأخرى المحفوظة في الدير أيقونة العجائيلودة الإله "الأكاثيست" والذي يحتفل بعيدها في العاشر من أكتوبر..

بما أن جبل أثوس يستخدم التقويم اليولياني التقليدي وهو اليوم الذي يحتفلون فيه باسم يقع 10 أكتوبر حاليًا في 23 أكتوبر من التقويم الجريجوري الحديث...

يوجد في الدير اليوم 15 راهبًا ناسكًا ..

يضم دير Zograf مكتبة ذات أهمية كبيرة للثقافة البلغارية حيث تحافظ على مخطوطات العصور الوسطى مثل نسخة من القرن الخامس عشر من عاطفة القديس نعم من أوهريدو عاطفي من القرن الرابع عشر للقديس باراسكيفي و المسودة الأصلية لبيزوس من Hilendar's Istoriya Slavy-anobolgarskaya وتاريخ زجراف..

تحتوي المكتبة الرهبانية على 388 مخطوطة في الكنيسة السلافية و 126 مخطوطة باليونانية بالإضافة إلى حوالي 10000 كتاب مطبوع..

تم اكتشاف ميثاقي ملكي بلغاري من العصور الوسطى و هما ميثاق زجراف وميثاق ريلافي مكتبة الدير..!!

10- دير دوشياريو **Dochiarou**

(باليونانية: **Μονή Δοχειαρίου**) ..

هو دير أرثوذكسي شرقي في ولاية جبل أثوسالرهبانية في اليونان..

تم تأسيسه في أواخر القرن العاشر أو أوائل القرن الحادي عشر..

الدير مكرس لذكرى رؤساء الملائكة ميخائيل وجبرائيل وتحتفل بعيدة في 8 نوفمبر (21 على الطراز الجريجوري ..

بحلول نهاية القرن الخامس عشر، وفقًا لرواية احد الحجاج الروس أشعيا و الذي كان يقصد الدير كان الدير صريبيًا..

يضم الدير أيضًا أيقونة السيدة العذراء "Gorgoepikoos" أو "هي سريعة السمع" [الصلوات]..

يحتل الدير المرتبة العاشرة في هرم الأديرة الأثونية..

تحتوي المكتبة على 545 مخطوطة 62 منها على ورق وأكثر من 5000 كتاب مطبوع. في عام 2011 كان بدير دوشيارو 53 راهبًا متعبداً ..

يتبع في العدد القادم ..



بقلم / **مرجريت إقلاديوس**
margaretkladios@yahoo.com

خاص لجريدة كاريزما

رحلة لجبل أثوس .. بستان العذراء (هدية والدة الإله) Journey to Mount Athos 6

تعرض دير زجراف للنهب والحرق من قبل الصليبيين الذين يعملون بأوامر منالإمبراطور البيزنطي ميخائيل الثامن بالولوجوس في عام 1275م مما أدى إلى مقتل 26 راهبًا..

وشمل هؤلاء إيغومين (رئيس الدير) توماس وكذلك الرهبان بارسانوفوس ، سيريل ،ميخا سيمون ، هيلاريون ، جيمس، أيوب ، سيبريان ساباس، جيمس، مارتينيان، كوزماس سيرجيوس، بول، ميناس، إيوساف إيوانيسيسوس، أنتوني، بارثينوس، أثومبوس دوتميان، وأربعة أشخاص عاديين..

كان سبب هذا الهجوم هو معارضة الرهبان الأثونيين لاتحاد ليون، الذي دعمهالإمبراطور لأسباب سياسية.

بعد شق بروتوس (الرئيس المنتخب لجبل أثوس) وقتل العديد من الرهبان في فاتوبيديوايفيرون واديرة أخرى ، هاجم اللاتين زجراف ..

يتم إحياء ذكرى استشهادهم سنويًا في 10 أكتوبر (23 أكتوبر حسب التقويمالجريجوري) في جميع أنحاء الكنيسة الأرثوذكسية الشرقية..

داهم مرتزقة الشركة الكاتالونية الكبرى الجبل المقدس لمدة عامين (1307-1309) ونهبواالعديد من الأديرة ونهبوا كنوز العالم المسيحي وأرهبوا الرهبان..

من بين 300 دير في أثوس في بداية القرن الرابع عشر لم يتبق سوى 35 ديرًا بنهاية القرنالرابع عشر ..

لكن الدير تعافى بسرعة بمساعدة المنح والدعم من أباطرة Palaeologue وأمراء إمارةالدانوب..

أعيد بناء المباني في أواخر القرن الثالث عشر بمساعدة مالية من الإمبراطور البيزنطيأندرونيكوس الثاني بالولوجوس..

تم منح الدير أيضًا العديد من ميتوشيا (ممتلكات) في أجزاء من رومانيا وبلغارياوروسيا وتركيا الحديثة لكنه يحتفظ اليوم فقط بتلك الموجودة في اليونان..

يتواجد الدير في شكله الحديث منذ القرن السادس عشر ..

بينما تعود مبانيه الحالية إلى

كما اعتادنا فيرحلاتنا السابقة و التي أبحرنا فيها داخل الجبل المقدس أثوس تعرفنا على لمحاتسريعه عن خمسة من الأديار المقدسه وهانحن نستكملعملاً في هذه الجولة تلك الرحله للتعرف على لمحات تاريخيه عن ثاني خمس أديار مناديار جبل أثوس المقدس ونستكمل البقيه في أعداد أخرى متتاليه بإذن الله ..

6- دير كوتلوموسيون **Koutloumousiou** (باليونانية: **Μονή Κουτλουμουσιου**) أو (**Κουτλουμούσι**) ..

هو دير أرثوذكسي شرقي في ولاية جبل أثوس الرهبانية في اليونان..

يحتل الدير المرتبة السادسة في هرم الأديرة الأثونية..

نشأ الدير بمساعدة فويغود نيكولاي ألكسندر وباساراب وفلاديسلاف فلايكو منوالاشيا) الاطلاق في رومانيا) ، بينما ساهمت فويغود والكثير من الاطلاق الأخرينبتبرعات مالية كبيرة من اجل هذا الدير ..

من بين كنوز الدير أكبر بقايا و اجزاء من الصليب المجيد للسيد المسيح ..

تحتوي مكتبة الدير على 662 مخطوطة وحوالي 3500 كتاب مطبوع..

ومتواجد في الحياه الرهبانية للدير 26 راهبًا ناسكًا و عاملاً..

7- دير بانتوكراتور **Pantokrator** (باليونانية: **Μονή Παντοκράτορος**) ..

هو دير أرثوذكسي يوناني في ولاية جبل أثوس الرهبانية في اليونان..

يقع هذا الدير على الجانب الشمالي الشرقي من شبه جزيرة أثوس وهو مكرس لتجليلالرب..

يحتل الدير المرتبة السابعة في هرم الأديرة الأثونية..

تم تأسيسه في حوالي عام 1360 شرًاكة من قبل القائد العسكري اليكسيوس و القائد چون بعد فترة طويلة كدير) ايديور (و عاد إلى نظام (الكنوبيتيك) في عام 1992 ، وهوآخر دير على جبل أثوس يقوم بذلك..

سُمح لثلاثة عشر أبًا من دير **Xenophontos** الأثوني بالانتقال إليه وانتخب القسيسمونك فيساريون رئيسًا للدير..

توفي بعد فترة وجيزة من استقالته من الدير في عام 2001 ، وانتخب القسيس مونكجبرائيل خلفته..

تضم المكتبة بالدير 350 مخطوطة و 3500 كتاب مطبوع..

وثائق الدير مكتوبة باللغتين اليونانية والتركية ويضم الدير اليوم حوالي 30 راهبًا..

يعد الراهب البارز بنيامين الذي من ليسبوس و الذي رُسم راهبًا في الدير في أواخرسبعينات القرن الثامن عشر أصبح شخصية بارزة في عصر التنوير اليوناني الحديث.



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



وفاة الحاج سقاو..



بقلم / هبونييل نبيل

مستشار وخبير مالي مدير إدارة التخطيط والراجحة - مصر

خاص لجريدة كاريزما

المدرسة في كل عيد بعدما أصر المرحوم "عبد المبدي أمين" مدير المدرسة على عدم قطع العادة حتى بعد خروجه على المعاش لتستمر 22 سنة حتى خرج والدي علي المعاش.

عزيزي القارئ:

ربما تكون من جيل أصبح يسأل نفسه هل يجوز تهنئة المسيحيين في أعيادهم.. وتستمع الى فتوى تحرم وأخرى تبيح وثالثة تحذر من التفريط..

بين هذا وذاك.. يتمتع جيبي بذكريات لا تعرفها أنت وامتعت انا بذكري طفل جلس يوماً مع الحاج سقاو ليلعب معه بلعبته الجديدة... قبل أن يعطية العيدية.. ربع جنيه بحاله" متعلما منه التمتع بالمحبة التي لا تُفترق.. رحم الله كل حاج سقاو.

الفاتحة علي روح الحاج سقاو والمرحوم عبد المبدي أمين.

عائلة والده كثيرون بحكم انهم من أقدم عائلات نجع حمادي... قبل أن يسحب الحاج سقاو الطبق من يد احد الاساتذه و هو يقول (كفايه اكل انت فاكر نفسك في لوكاندة "بايسي") وتعالى ضحكات الباقيين و ترتمس علامات الاستغراب علي المدرس الصغير القادم من مركز دشنا الذي لا يعرف أن لوكاندة "بايسي" كانت مكاناً لمبيت الحميمير القادمة من الأرياف أيام الملكية في مقابل قرش صاغ واحد..

توفي الحاج سقاو في الصيف منذ ثلاثون عاماً، يومها أتى "فراش" المدرسه ليلعب والدي أنهم يحتاجونه في المدرسة بوجه عطته الدموع قبل أن تصرخ والدتي التي نسيت انها وضعت الاكل علي البوتجاز فأحترق وهي تخرج مسرعة خلف والدي الي منزل الحاج سقاو..

ولكن لم تتوقف زيارات مدرسي

يقول الناظر الحاج سقاو كلمته الصباحية في طابور المدرسه.. لم أكن أعرف كل هذا وانا في الحضانة.. كل ما اعرفه انه في عيد الميلاد بعد أن نسهر في الكنيسة لساعة 1 ص علي أن أستيقظ مبكراً لأن الاساتذه قادمون.. الاساتذة زملاء أبي في المدرسة الذين يصرون ان يأتوا لتهنئه مدرس الانجليزي بالعيد.. في منتصف النهار تكون الشقة الصغيرة ممتلئة بـ 14 مدرس..

ولا تكفيهم غرفة الصالون فتجدهم في بقية الشقة بينما يحمل كل منهم طبقا عليه قطع الكحك الناعم و الغريبة و الفايش بالسمنه البلدي عمال الست الوالده.. وأجلس أنا على رجل الحاج سقاو وانا اعتب عليه أنه لم يذهب للكنيسة بالأمس، مثل أي طفل لم يسمح له عمره بمعرفة الفرق بين الديانات و إنما يعرف أن أفراد

من هو الحاج أحمد محمد سقاو؟ بالتأكيد أنت لا تعرفه عزيزي القارئ ولكنه يحمل ذكرى في داخل الكبار في نجع حمادي..

هو ناظر مدرسة الاعدادية الجديدة في أوج مجدها.. عندما كان الدخول إليها فرحة لا تضاهيها فرحة إلا التخرج منها إلى الثانوية... المدرسة الأحداث في المحافظة والمبنية وسط اراضٍ زراعية تجعل الوجود بداخلها يساوي الجنة بما فيها... ولكن دعني أعرفك على الأستاذ الذي يحمل خزانه طويله.. وصفاره معدنية مستوردة ثمنها يفوق سُدس مرتبه..

هو الأستاذ نبيل أديب لبيب.. مدرس اللغة الانجليزية.. يطلق كلمته الشهيرة "ثابت".. الكلمة المعتادة في العسكريه.. لينتفض الطلاب وقوفا مع فرد اليمين بجوار الجسم ورفع الذقن إلى أعلى كمثل العسكري في الجيش.. بعدها



خاص لجريدة كاريزما

بقلم كريستين عادل

كاتبة وصحفية

مكانك في وجدانك

في الوقت نفسه ليس كل مكان إرتاحت قلوبنا لوجودنا فيه نستطيع أن نمكث فيه وقتاً طويلاً أو طوال العمر. قد لا يكون في صالحنا أو قد يكون هناك قواعد في هذا المكان تمنع المكوث فيه وقتاً طويلاً.

كما أن ليس كل مكان لم نرغب التواجد فيه، نعرف أن نتخلص من تواجدنا فيه بسهولة. ولكن كلما كان في الإمكان إختيار مغادرة مكان لم نرتج إليه وعدم الرجوع إليه مرة أخرى كلما كان أفضل. وإن كان في الإضطراب الرجوع إليه فحاول إختصار مكوثك في هذا المكان.

مكانك في وجدانك، جزءاً من ذكرياتك، وأيضاً من مستقبلك. كلما إستطعت أكثر من كل مكان أسعدك لكي تُعالج به كل مكان لم يسعدك.

التواجد في مكان عملٍ يضايقك أو مكان دراسة لا ترغب فيه. مكان تعرفت فيه على أشخاص لا تريد أن تتذكرهم في حياتك أو مكان مازال يذكرك بتجارب شخصية مؤلمة بالنسبة لك. مكان ممكن أن تسمع فيه أحاديث تُتعب أفكارك و نفسيتك وما إلى ذلك. كل هذه أيضاً أصبحت أماكن من تاريخك. صحيح أنها طبعاً أختاماً غير مرغوب بها ولكنها جزءاً أيضاً من حياتك.

إذاً كلما كان المكان مريحاً لقلبك إرتبط وجدانك بعبقه. وصعب محو آثاره من فكريك حتى الممات.

وكلما كان المكان مزعجاً لقلبك أراد ذهنك التخلص منه مهما طال عمرك فيه. وإنعكس بدوره على ذكرياتك شنت أم أبيت.

تجتمع فيه مع أصدقائك. مكان كنت تأخذ فيه علاجاً. في كل الأحوال أصبحت هذه الأماكن جزءاً من تاريخك ووجدانك. كلما مررت بها طبعاً أختاماً في حياتك.

بينما هناك مكان حينما تدخله أيضاً لأول مرة تشعر بأن نبضات قلبك تهمس في أذنيك: "هيا لنمض سريعاً من هذا المكان". وهذا ليس فقط بسبب أنك شعرت بعدم الإرتياح للمكان، فربما أيضاً لأنك شعرت بالقلق أو الخوف تجاهه.

أماكن لا ترغب أبداً في الذهاب إليها ولكنك تضطر التواجد فيها باستمرار أو أحياناً. وذلك لتنجز مهام معينة كالتسوق في مكان مزدحم أو دفع فواتير منزلية. الذهاب إلى مصالح حكومية.

هناك مكان حينما تدخله لأول مرة تشعر بإرتياح نفسي عميق في داخلك وأنت لا تريد أن تغادره بسرعة.

وذلك لأنك شعرت بشيء ما يناديك في هذا المكان. شيء من شخصيتك أعجبك وأعطاك شعور البهجة حينما وجدت في هذا المكان وأعطاك الرغبة في تكرار زيارته مراراً وتكراراً بسيطاً كان أو فاخراً.

ومكان قد تكون عرفته منذ زمن وتعودت عليه وأعطاك شعور الإرتياح أو البهجة كلما وجدت فيه كبيتك أو بيت العائلة. مكان عبادتك أو محل باعة أو جامعتك.

مكان عملك أو مكان نميت فيه موهبة عندك. مكان تعرفت فيه على شخص عزيز عليك أو مكان



عادل لطفى Adel Lotfy

COMMERCIAL
Real Estate



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: adellofty21@aol.com



Evergreen Realty



Della Fahim



REALTOR®

Cal BRE# 01983293

TOI
WOR
PLACE
2014

TOI
WOR
PLACE
2015

TOP
WOR
PLACES
2018

TOP
WOR
PLACES
2017

TOP
WOR
PLACES
2016



Direct: (949) 280-8887

DellaFahim@msn.com

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



لو عايز تعمل إعلان
عن نشاطك التجارى
أو مشروعك أو أى خدمة
بتقدمها لجمهور معين
إحنا بننتجلك الفيديو ده
وبأقل التكاليف الممكنه

+1 626-261-9969

إتصل الآن

من أى مكان فى العالم على



Charisma Dally كاريزم

www.charismadaily.com



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 والملايس - 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 الاتصال على الرقم التالي



السرققة عند الأطفال الأسباب والوقاية والعلاج

د. موسى أنجيل موسى موهبي

بمعالجة الأمر بروية وتأنى، وذلك بأن يعيد ما سرقه إلى الشخص الذي أخذه منه مع الاعتذار منه ودفع ثمنه إذا كان الطفل قد صرف واستهلك ما سرقه.

3- مواجهة المشكلة:

معالجة الأمر ومجاوبته بجدية سيؤدي إلى الحل الصحيح وذلك لخطورة الموقف أو السلوك وذلك يتطلب معرفة السبب وراء سلوك الطفل لهذا المسلك الغير مناسب ووضعه في مكان الشخص الذي سرقه وسؤاله عن ردة فعله وشعوره إذا تعرض هو لذلك.

4- الفهم:

يجب علينا أن نفهم لماذا قام الطفل بذلك وما هي دوافعه وذلك قد يكون مرجعه إلى الحرمان الاقتصادي بسبب نقص مادي يشعر به الطفل أو لمنافسة زملائه ممن يملكون النقود، وقد يكون السبب الحرمان العاطفي وذلك لشعور الطفل بالحرمان من الحنان والاهتمام ممن هم حوله، وقد يكون لعدم إدراك الطفل لمفهوم السرقة وما الفرق بينها وبين الاستعارة، وبالتالي الفهم الصحيح للسبب يترتب عليه استنتاج الحل المناسب، فإذا كان الدافع اقتصادياً يتم تزويد الطفل بما يحتاجه من نقود وإفهامه بأن يطلب ما يحتاجه. أما إن كان الحرمان عاطفياً فيجب إظهار الاهتمام به وباحتياجاته وقضاء الوقت الكافي معه وقد يكون لعدم الإدراك وهنا يجب التوضيح للطفل ما تعني السرقة وما الفرق بينها وبين الاستعارة، وشرح القواعد التي تحكم الملكية له بأسلوب بسيط وتجنب العقاب حتى لا يترتب عليه الكذب.

5- عند حدوث السرقة:

يجب عدم التصرف بعصبية ويجب ألا تعتبر السرقة فشل لدى الطفل، ولا يجب أن تعتبر أنها مصيبة حلت بالأسرة، بل يجب اعتبارها حالة خاصة يجب التعامل معها ومعرفة أسبابها، وحلها وإحسان طريقة علاجها ولكن دون المبالغة في العلاج، وألا تكون هناك مبالغة في وصف السرقة، والمهم في هذه الحالة أن نخفف من الشعور السيئ لدى الطفل بحيث نجعله يشعر بأننا متفهمون لوضعه تماماً، وألا نوجه تهمة السرقة للطفل مباشرة.

5- المراقبة:

على الأهل مراقبة سلوكيات أطفالهم كالسرقة والغش ومراقبة أنفسهم؛ لأنهم النموذج لأبنائهم، وعليهم مراقبة سلوكياتهم وألفاظهم وخصوصاً الألفاظ التي يلقبون بها الطفل حين يسرق كما يجب أن يشرح له أهمية التعبير ومعرفة الأهل أن الأطفال حين يقعون في مشكلة فإنهم بحاجة إلى مساعدة وتفهم الكبار ومناقشتهم بهدوء.

يجب: ألا يصاب الآباء بصدمة نتيجة سرقة ابنهم وألا يأخذوا في الدفاع عنه حتى لا يتطور الأمر ويبدأ الطفل بالكذب توافقاً مع دفاع أهله عنه بل الواجب أن يتعاونوا من أجل حل هذه المشكلة.

الراحة، وقد يكون سبب الكبت إحباط أو طفل جديد.

طرق الوقاية:

1- تعليم القيم:

على الأهل أن يعلموا الأطفال القيم والعادات الجيدة، والاهتمام بذلك قدر الإمكان، وتوعيتهم على أن الحياة للجميع وليس لفرد معين، وحثهم على المحافظة على ممتلكات الآخرين، حتى في حال عدم وجودهم، نشوء الطفل في جو يتسم بالأخلاق والقيم الحميدة يؤدي إلى تبني الطفل لهذه المعايير.

2- يجب أن يكون هناك مصروف ثابت للطفل:

يستطيع أن يشتري به ما يشعر أنه يحتاج إليه فعلاً حتى لو كان هذا المصروف صغيراً، ولو كان مقابل عمل يؤديه في المنزل بعد المدرسة، يجب أن يشعر الطفل بأنه سيحصل على النقود من والديه إذا احتاج لها فعلاً.

3- عدم ترك أشياء يمكن أن تخزي الطفل وتشجعه للقيام بالسرقة:

مثل النقود وغيرها من الوسائل التي تساهم بتسهيل السرقة باعتراضهم.

4- تنمية وبناء علاقات وثيقة بين الأهل والأبناء:

علاقات يسودها الحب والتفاهم وحرية التعبير حتى يستطيع الطفل أن يطلب ما يحتاج إليه من والديه دون تردد أو خوف.

5- الإشراف المباشر على الطفل:

بالإضافة إلى تعليمهم القيم والاهتمام بما يحتاجونه فالأطفال بحاجة إلى إشراف ومراقبة مباشرة حتى لا يقوم الطفل بالسرقة وإن قام بها تتم معرفتها من البداية ومعالجتها، لسهولة المعالجة حينها.

6- ليكن الوالدان ومن يكبرون الطفل سناً هم المثل الأعلى للطفل:

بمعاملته بأمانه وإخلاص وصدق، مما يعلم الطفل المحافظة على أشياءه وأشياء الآخرين.

7- تعليم الأطفال:

حق الملكية حتى يشعرون بحقوقهم في ملكية الأشياء التي تخصهم فقط، وتعلمهم كيف يردون الأشياء إلى أصحابها إذا استعاروها منهم وبيادتهم.

العلاج:

1- التصرف بحكمة:

عند حدوث سلوك السرقة يجب على الأهل البحث عن الخطأ والأسباب التي دعت إلى ذلك السلوك سواء كان ذلك من داخل البيت أو من خارجه والتصرف بأقصى سرعة.

2- السلوك الصحيح:

يجب أن يفعل الأهل ما يرونه في صالح أطفالهم وذلك

مفهوم السرقة:

السرقة: هي محاولة ملك شيء يشعر الطفل أنه لا يملكه، وعليه يجب على الطفل أن يعرف أن أخذ شيء ما يتطلب إذنًا معينًا لأخذه، وإلا اعتبر سرقة.

والسرقة: مفهوم واضح لدينا نحن الكبار نعرف أبعاده وأسبابه وأضراره، ونحكم على من يقوم به الحكم الصحيح، ونستطيع تحاشي أن نكون الضحية.

أما الطفل فإنه لا يدرك تمامًا مفهوم السرقة وأضرارها على المجتمع ونظرة الدين والقانون والأخلاق إليها.

والسرقة: تقلق الأهل أكثر من غيرها في سلوك الأطفال وهو ما يدعوه الأهل بسلوك المجرمين، وبالتالي فإنهم يظهرون اهتمامًا كبيرًا بذلك، ففي كل عام يذهب حوالي 25000 طفل إلى الإصلاحية بسبب السرقة.

ويتعلم الأطفال أن السرقة عمل خاطئ إذا وصف الآباء والأمهات هذا العمل بالخطأ وعاقبوا أطفالهم في حال الاستمرار في ممارسته بذلك يبدأ مفهوم السرقة بالتبلور لدى الطفل.

أسباب السرقة:

إن الأطفال يسرقون لعدة أسباب وهم يدركون أن ما يأخذونه يعود لغيرهم وهناك عدة أسباب للسرقة منها:

1- يمكن أن يوجد لدى الأطفال نقص ما في بعض الأشياء وبذلك يضطر للسرقة لتعويض ذلك النقص، والبعض من الأطفال تؤثر عليهم البيئة التي يعيشون بها وخاصة إذا كان أحد الوالدين متوفى، أو كان الوالد مدمناً على الكحول أو أن تكون البيئة نفسها فقيرة وهذه عناصر تساعد الطفل على أن يسرق لزيادة شعوره بالنقص في مثل هذه الظروف.

2- شعور بعض الأهل بالسعادة عندما يقوم ابنهم بسرقة شيء ما وبهذا يشعر الطفل بالسعادة ويستمر في عمله.

3- بعض الأطفال يقومون بعملية السرقة لإثبات أنهم الأقوى خصوصاً أمام رفاقهم السوء، ولعلمهم يتنافسون في ذلك، وبعضهم يشعر بمتعة هذا العمل.

4- قد يسرق الطفل رغبة في تقليد من هم أكبر منه سناً، الوالد أو الأخ أو غيرهم ممن يؤثرون عليه في حياته.

5- الأطفال من الطبقات الدنيا يسرقون لتعويض ما ينقصهم بسبب فقرهم لعدم وجود نقود يشترون بها، أو يحصلون على ما يريدون، فالأطفال يقومون بسرقة ما يمنعه الأهل عنهم وهم يشعرون باحتياجهم له، فإنهم يعملون على أخذه دون علم الأهل.

6- قد يكون دافع السرقة إخراج كبت يشعر به الطفل بسبب ضغط معين، ولذا يقوم بالسرقة طلباً للحصول على



العناد عند الأطفال: الأنواع، المظاهر، الأسباب، العلاج!



للتوجيهات والأوامر بشكل سليم وهادئ؛ فالمعزّزات المادية واللفظية وغيرها تترك لديه انطباعاً عن فوائد الطاعة والانصياع للأوامر والاستجابة لها كما يجب التركيز على الاستجابات الإيجابية للطفل وتعزيزها، والثناء عليه ووعده بالمزيد من المكافآت عند استمراره بالسلوكيات الإيجابية التكيفية.

- عقابُ الطفل بشكلٍ مباشرٍ عند مُمارسته للعناد فكما ذكر فإنّ الطاعة تجلب التعزيزَ والمكافآت فالعناد يجلب العقاب، كحرمان الطفل من مصروفه في اليوم التالي إذا لم يذهب إلى النوم في الموعد المحدد.

- عدم وصف الطفل بأنه طفل عنيد على مسمع منه، أو مُقارنته بمن حوله من الأطفال الطبيعيين؛ فإنّ هذا يُؤصّل العناد بشكلٍ أكثر في نفسية الطفل وطريقة استجاباته، بالإضافة إلى عدم إلقاء الأوامر بصيغة النفي والرفض فهذا يوحى له بالعناد ويفتح له الباب للمُعارضة.

طرق التعامل مع الطفل العنيد:

- مشاركة الطفل في الأفعال المختلفة:
يجب أن يعلم الآباء والأمهات جيداً أن الأطفال حساسين جداً للكلمات والأفعال من الآخرين، لذا يجب أن يعمل الوالدين على تغيير أسلوب التعامل مع الطفل ومحاولة مشاركته في أفعاله، حيث إنه ليس من السهل أن يتخلى الطفل عن تمسكه بمواقفه المختلفة، كما يجب محاولة تجنب الدخول في معارك مع الطفل لتوفير الوقت والطاقة وتجنب الإحباط.

- التفاوض:

يتوجب على الأم والأب محاولة إجراء عملية تفاوض مع الطفل بهدف محاولة فهمه والوصول معه للحل المناسب، على سبيل المثال يمكن طرح الأسئلة الآتية عليه:

(كيف يمكن أن أساعدك؟)
(ما الذي يحصل معك؟)

- إلهام الطفل:

يمكن استخدام بعض القصص عن الشخصيات الناجحة والهادفة في العالم بهدف إلهام الطفل وتحفيزه على أن يقوم بواجباته المختلفة.

كل هذا يدفعه للعناد لمحاولة استعادة ذاته التي أهملت. - الشعور بالظلم والقهر من قبل الأشخاص من حوله، وتلقّي الأوامر المثالية والطلبات التعجيزية من قبل الوالدين؛ ممّا يرفع مستوى التوتر للطفل فينفس عمّا بداخله بالسلوك العنادي الشديد.

- عدم تلبية وإشباع حاجات الطفل الرئيسية كشعوره بالجوع الشديد، أو النعاس، أو التعب، مما يؤثر على التوازن النفسي لديه وارتفاع مستوى التوتر فيجعله ذلك يحوم بشكل غير مستقر ومُعانِد فيجب أن يكون هذا العناد مؤشراً لمن حول الطفل بأنّه يحتاج لتلبية حاجة ما أو الحصول على شيءٍ مُعيّن.

- تقليد الطفل لمن حوله من الكبار؛ فالنمذجة هي أكثر الأساليب التعليمية فعاليةً مع الأطفال كأن يرى الطفل أخاه الكبير وهو يرفض طلبات والديه ويتجاهلها، فهو يظنّ بأنّ هذا السلوك لائق.

- يُعدّ العناد أحياناً مؤشراً على الأزمات النفسية التي يمرّ بها الطفل؛ كشعوره بالغيرة من الأخ الأصغر أو تعرّضه للمنافسة الشديدة، أو الشعور بالعجز والملل، فتظهر ردّات فعله بشكلٍ سلبيٍّ ومُعارض.

علاج العناد عند الأطفال:

- أثر البيئة المحيطة بالطفل؛ فالبيئة التربوية البناءة والتنشئة الأسرية السليمة تخلق طفلاً سويّاً متصالحاً مع من حوله ومع ذاته، خالياً من المشاكل النفسية والاضطرابات السلوكية، فيجب إحاطة الطفل بجوٍّ من الحب، والعطف، واللين، والكلام اللطيف، والنقاش الدافئ المبني على التواصل الودّي والإقناع وشرح الأسباب، بالإضافة إلى تلبية حاجاته وإشباعها، والاستجابة لطلباته العادلة والمنطقية.

- تجاهل الطفل في حال سلوكه نهج العناد وحرمانه من استشارته؛ ففي حال رفضه القيام ببعض الأعمال ومُقابلة سلوكه بالتجاهل فهو يفقد قيمة هذا العناد وما سيجنه عليه، وبالتالي سيتراجع عن عناده لعدم تحقيقه غرضه. - مكافئة الطفل وتعزيزه في حال استجابته

العناد عند الأطفال هي مشكلة تربوية وحالة من الامتناع والاحتجاج يُدبها الطفل تجاه التعليمات والإرشادات الموجهة إليه مع التشبّث والإصرار على الرفض، دون إبداء أيّ مُبرّرٍ أو مُسوِّغٍ مقنع.

مظاهر العناد عند الأطفال:

- رفض الأوامر وعصيانها.
- عدم أداء المهام بشكلٍ مباشر، والتأخّر في الاستجابة بالإضافة إلى التسويف.
- الإصرار على مُمارسة السلوكيات المتبوذة وغير اللائقة.
- الاستجابات المبالغ فيها، والغضب لأنفه الأسباب.
- الإصرار على سلوك الاستبداد والاستيلاء في سبيل الحصول على أهدافه.
- يرى الطفل نفسه دائماً في موضع المصيب وصاحب الحق، ويرفض الانصياع والتنازل عن آرائه.

أنواع العناد عند الأطفال:

1- العناد العرضي:

يكون هذا العناد أنيياً ولحظياً، ويحدث بشكلٍ طبيعي نتيجةً للتقلبات النفسية وتغيرات المزاج، وهو عارضٌ يزول بزوال مُسببه.

2- العناد المتكرّر:

هو العناد المدموم والمرفوض اجتماعياً وتربوياً، وهو مُقاومة ورفض وتجاهل التعليمات والأوامر بشكلٍ مُستمر مع إبداء المبررات غير المنطقية وغير المقنعة.

3- العناد المرضي:

هذا النوع من العناد نادرٌ جداً يُرافق الأمراض النفسية والعصائية، وهو يحتاج عادةً للاختصاصيين النفسيين لعلاجّه.

أسباب العناد عند الأطفال:

- القيود التي تُفرض على مهارات الطفل الحركية والمعنوية؛ ففرض الحدودية على حركة الطفل سواءً بسبب ضيق المكان أو كثرة التحف والأشياء التي قد تؤذيه، بالإضافة إلى إهمال حاجاته للحركة واللعب والنشاط البدني مع ضعف محاورته والتواصل معه،

بقلم / عبير حلمي - مصر

أنت المسؤول!



للتكامل والتناغم وتكملة مسيرة الحياة بالتعاون والمشاركة .
هناك من هو مشغول ببناء نفسه وشخصيته وكيانه في المجتمع ومن هو منشغل عن كل ذلك ببعض التفاهات ،
هناك باحث للعلم والمعرفة وصاحب إثبات و واقع يدل عليه
وهناك من ينتظر القرار ولا يؤتى له بل يفرض عليه وهو في غفلة .
أنت من ؟ أسأل نفسك ؟
أقاند أنت ؟ أم تنتظر القائد لتكن تابع ،
أنت من؟ صاحب بصمة أم صاحب فراغ لا يؤتى بشئ أبدا .
كن كما تريد ولكن ما تصدقه عن نفسك داخلك ... هو ما يصدقه عنك الآخرين ،
مهما من من السنين فأنت ما تعرفه وما تحكم عليه بعقلك وذهنك وقلبك فقط وليس ما يحكم عليه الناس ،
الأحلام تتحقق بالكفاح والمثابرة والعند مع الذات وليس العند مع الآخرين ،
من مصلحتك أن تكون حكيم الفكر وأثبت على خطواتك وعلى خطة عملك بالحياة ،
كن مسؤول ، و لو كل فرد فينا أصبح ينظر لنفسه كمسؤول هتفرك معنا كلنا الحياة ،
هيبصيح لكل فرد هدف مهم جدا .
وعندما أكون مسؤول وتحت المسؤولية فاكون أو لا أكون ،
ركز في كلامك و في أفعالك و في قراراتك و في كل معلومة تصل لك أو تخرج منك ،
فهناك عقول تدفع ثمن عقول أشبعت منها وهناك قلوب تستأنس بقلوب تقربت لها ،
وهناك من يريد فشلك دون أن تدري وأن لم يفصح عما يبيتن ،
وهناك من يريد السيطرة عليك لمصلحة شخصية ولا تدري أيضا
كن حذر في علاقاتك و في اختيار أصدقاءك ،
كن حذر من القوة الناعمة المؤثرة في حياتك وبقدر علمك و عييك بقدر ما تكون صانع قرار ،
وبقدر ذلك الوعي هتعلم من معك ومن ضدك و الصح من الخطأ والصديق من العدو ،
هناك من يسعى للتدمير بيت روح الفشل والاستسلام والتطرف ... الخ
وهناك بث أفكار لغرض ما .
نحن أصبحنا في عالم به الحروب ليس السلاح والتيران ،
بالعكس أصبح عدوك هو أقرب ما لك للأسف وهو من يكون الذكي أكثر منك فقط ويستطيع السيطرة عليك ويطوعك ويجعلك تفعل ما يريد دون أن تشعر ،
عدوك قوي وذكي ولا يلتفت غير لمصلحته فقط وأنت أيضا المسؤول وحده دون غيرك ،
احذر من الخداع والمخادع وصاحب المصلحة والمفسد والمدمر وقائد الشغب وحماس المنطرف وأكذوبة العابد ،
فها أنت دائما المسؤول .

عن كلماتك .. عن تصرفاتك
عن أفكارك .. وعن قراراتك
مسؤول عن تأثيرك في قلوب الآخرين
أنت مسؤول لو كنت ذو كلمة
أو معلم أو كاتب أو صحفي أو مرتم أو واعظ أو أو
أو، كل واحد في دائرته هناك أناس يسمعون لك و يتأثرون بك،
أنت مسؤول عندما تكون قدوة،
مسؤول عندما تتصدر المشهد فيجب أن تكون إيجابيا ولا تكون سلبي،
وتكون مسؤول عن نتيجة كلاهما،
مسؤوليتك أنت قبل أي أحد آخر.
أنت مسؤول عن نفسك وعن من حولك،
زوجتك أبناءك أخواتك جيرانك أصدقاءك،
وعن كل من ينظر لك أنك كبير، وقدوة وصاحب كلمة وصاحب رأي ومسؤولية و وعد ... الخ
فأنت بالفعل مسؤول...
دع كلامك للبيان وليس للهدم ،
عاقبة كل كلمة ثمن غالي، كل لفظ، كل فكر، كل قرار له رد فعل خطير جدا دون أن تدري،
هناك مجتمعات تبني أو تهدم بالفكر والكلمة والقلم ،
ثورات تقوم وحروب تأتي بسبب فكرة أو قرار بسيط مقترح،
اختراعات ومهام صعبة تنفذ بسبب قرار أو هدف محدد داخل العقول، تقدم أو تخلف شعوب بسبب حكمة قادة ورؤساء كل في موقعه،
وكل راع مسؤول عن رعيته مهما كانت ولو من فرد واحد،
كل مسؤول بجده فهو مسؤول عن شعب وأمة بأكملها،
بشرط أن كان صاحب فكر ومنهج وعقيدة،
كل مسؤول عن أحداث بسببه رغم أنه يزعم أنه غير مسؤول ،
أن لم تكن مسؤول تلك اللحظة ، لكنك مسؤول بالمجمل احذر ،
لأنك تلقى بالكلمات ولا تلتفت لثمارها ،
كن مسؤول عن أفعالك ولا تهرب من الميدان وتقول لا أعلم من أين هذا الفكر أو التصرف أو هذا التطرف ،
ربما في يوم لم تكن تستطيع شرح فكرتك وهذا ما بني عليه وترامك ،
كن حذر أن كلمتك تم استيعابها بالفعل ،
ونصيحتك سليمة وعن دراسة ووعي ،
و لو أنت بالفعل كبير كن كذلك فعلا وقولا ،
وعندما تصيح قدوة ، كمل مشوارك ولا تتراجع أو تتسحب
واجه الخطأ وعالجه، مهمل كانت العواقب أفضل مليون مرة من تركها وتقول ليس لي دخل بها .
كن صاحب موقف شجاع واجه نفسك بالحقيقة ،
إذا حدث بسببك خطأ ما ، واسعى في حل المشكلة سريعا،
كن مسؤول ، فكلمة اليوم هي وعد وميثاق وتاريخ للغد ،
تصرفك اليوم هو عواقب متتالية من التصرفات والتجاذبات أو الفشل لا قدر الله ،
كن صاحب صاحبك في المحن والشدة ،
عطاءك اليوم هو في زمام الرد لك غدا ،
كن مسؤول عن أفعالك وعن أقوالك ليس الفعل وحده ما يقتل .
أحيانا تتلفظ بكلمات تكون أشد وأصعب مليون مرة دون أن تدري
لا تكن تابع بقودك غيرك من هم أصحاب السيطرة على العقول .
ليس هناك أحد أفضل منك على الإطلاق ،
امشي قدوما ثابت الحظى ملكا .
كل شخص أخذ نصيبه ٢٤ قيراط كاملين من الله دون محاباه أو تفضيل ،
التفاوت بيننا من صنع الإنسان وهو بحكمة الهية



وصية المحبة والسلام

بقلم / م. مجدى عزيز - أمريكا

سلامى أترك لك
سلامى أنا أعطيك
ليس كسلام العالم
فسلامى أنا يكفيمك
معكم على الدوام
ومن شرور الدنيا يحميكم

حبا كثيرا أحببتكم وعلى كفى قد نقشتكم
لتحبوا بعضكم بعضا كما أنا قد أحببتكم
ولتملأوا العالم بالسلام ولا يوجد بينكم خصام
ولا تغرب الشمس على غضبكم فالغضب بداية الآثام

وغضب الإنسان لا يصنع بر الله
ولا يعنيه سلطان ولا جاه
وبقدر استطاعتكم سالموا جميع الناس
فالسلم وصية من وصاياه

إملأوا الدنيا بالسلام والود
واصنعوا محبة لكل أحد
ولا توجدوا مكانا لحقد أو حسد

وكما كنت أجول أصنع خيرا
وأشفى كل مرض وضعف في الشعب
جولوا أنتم هكذا تمموا لي برا
وانزعوا عنكم كل بغضة في القلب

فتكونوا كالتلاميذ إن حفظتم وصاياي
ونفذتموها بلا تمييز لتنالوا من عطايي

م / مجدى عزيز

سلسلة أصل الأشياء - قرأت لك

صناعة الزجاج:

تعود تاريخ صناعة الزجاج إلى نحو سنة 3500 قبل الميلاد في بلاد الرافدين، ولكن من المحتمل أن يكونوا مقلدين لمنتجات زجاجية أقدم صنعت في مصر القديمة. حيث نشأت حقيقة تلك الحرفة المعقدة. تُرجح بعض الدلائل الأثرية الأخرى أن أول زجاج حقيقي صنع في الساحل الشمالي لسوريا أو في بلاد الرافدين أو مصر. أما أقدم القطع الزجاجية المعروفة، في منتصف الألفية الثانية قبل الميلاد، فكانت خرزات زجاجية، ربما وجدت بالمصادفة أثناء بعض عمليات صناعة المعادن (كخبث) أو خلال إنتاج الفايبرس وهو مادة سيراميكية تشبه الزجاج كانت تصنع بطريقة مشابهة لعملية التزجيج. عُومل الزجاج كمادة فاخرة، وعلى ما يبدو، تسببت الكوارث التي حلت بالبشر في نهاية العصر البرونزي إلى توقف صناعته لفترة. بدأ التطوير الأصلي لتقنيات صناعة الزجاج في جنوب آسيا سنة 1730 ق.م في الصين القديمة، ومع ذلك يبدو

أن صناعة الزجاج بدأت في مراحل متأخرة، مقارنة بصناعة الخزف والصناعات المعدنية. في الإمبراطورية الرومانية، انتشرت القطع الزجاجية في جميع أنحاء الإمبراطورية بين العامة وفي الصناعة والجنائز. كما وجد الزجاج الأنجلوساكسوني في إنجلترا في حفريات المواقع الاستيطانية والمقابر. استخدم الزجاج في إنجلترا الأنجلوساكسونية في صناعات متعددة شملت الأواني والخرز والنوافذ، وحتى في المجوهرات.

كيفية صنع الزجاج:

تبدأ عملية صنع الزجاج بتجهيز المواد الأولية على شكل بودرة أو حبيبات ليتم مزجها مع بعضها البعض بنسب محددة، ومن ثم يتم إدخال المزيج إلى الفرن بدرجة حرارة عالية جداً، مما يسبب انصهار الرمل لذا يتم إضافة كربونات الصوديوم لتقليل درجة الانصهار، ويتفاعل الرمل مع كربونات الصوديوم لتكوين سليكات الصوديوم والذي يعرف باسم (الزجاج المائي) لأنه يذوب في الماء، لذا يتم إضافة الحجر الجيري إليه لتكوين خليط من

يتم إخراج الأدوات الزجاجية من الفرن لصقلها، وتقطيعها، وتصنيفها.

خصائص الزجاج

يتميز الزجاج بخصائص عدة قد تميزه عن الكثير من المواد الصناعية الأخرى، نذكر من هذه الخصائص ما يأتي: **الشفافية:** يعد الزجاج من المواد التي تتميز بشفافية صافية ومتجانسة، حيث تمر الأشعة والموجات الضوئية تحت الحمراء إلى ما فوق البنفسجية بشكل محدود.

عكس الضوء وكسره: حيث يتراوح معامل انكسار الزجاج ما بين 1.46 و 2.18. القساوة: تُعرف القساوة بأنها مقاومة الخدش أو الاحتكاك، وعلى الرغم من أن الزجاج جسم هش وسريع التحطم، إلا أنه قادر على مقاومة عوامل الخدش والاحتكاك.

مقاومة المواد الكيميائية: يستطيع الزجاج مقاومة المحاليل الكيميائية عدا حمض الفلورودريك (HF) والمنصهرات القلوية التي تحلل الزجاج بسهولة، ومن الممكن أن يؤثر الماء على الزجاج إذا عُرض له لمدة طويلة.

سليكات الصوديوم والكالسيوم ليصبح مقاوماً للذوبان في الماء، وفي هذه الأثناء قد يتم إضافة مواد كيميائية أخرى للخليط مثل أكسيد الكروم للحصول على زجاج باللون الأخضر، أو أكسيد الكوبالت للحصول على زجاج الأزرق، بعد ذلك يبرد مصهور الزجاج ببطء حتى يصل إلى مرحلة التشكيل في الدرجة المطلوبة. وتتم هذه العملية إما بالنفخ والتشكيل اليدوي عن طريق صب المصهور في القالب والنفخ بالقلم أو بالمنفاخ، أو باستخدام التشكيل الآلي عن طريق صب المصهور والنفخ آلياً، وأثناء هذه العملية يفقد الصهير حرارته بسرعة، لذا يجب أن تتم عملية التشكيل بأسرع وقت، وبعد إتمام عملية التشكيل يتم تبريد الزجاج ببطء وبالتدرج لتجنب تشققه، وتكسره، وتكوّن مناطق الضعف فيه بفعل التغير المفاجئ في درجة الحرارة، حيث يتم وضع الأدوات والمصنوعات الزجاجية في فرن التبريد بدرجة حرارة تتراوح ما بين 400 و 600 درجة مئوية إلى أن تبرد تدريجياً، بعد ذلك



بقلم / خير التامين / سامي بشاي

CA License: 0D91467
Covered CA
Certification: 500006082
خاص لجريدة كاريزما

قوانين حوادث السيارات في ولاية كاليفورنيا

- الدخل المفقود • فقدان العمل أو فرص العمل • القدرة على الكسب المفقودة • فقدان
- الانتفاع بالمتكبات • مصاريف الدفن

الأضرار غير الاقتصادية هي تلك التي يصعب حسابها، بما في ذلك:

- المومعانة • الاضطراب العاطفي • عجز • غير مريح • الكرب العقلي • الاضطراب العاطفي
- التشويه • فقدان الاتحاد أو المودة أو الرفقة في حين أن العديد من الولايات تفرض قيوداً على أنواع معينة من الأضرار، مثل الأضرار غير الاقتصادية، فإن كاليفورنيا ليس لديها حد من هذا النوع. ومع ذلك، يوجد في ولاية كاليفورنيا قانون فريد يحظر على الشخص الذي ليس لديه تأمين على السيارات استرداد الأضرار غير الاقتصادية مثل الألم والمعاناة أو الضيق العاطفي، بغض النظر عن ثبوت أنه مخطئ في الحادث. لا يزال بإمكان هذا الفرد تقديم مطالبة بناءً على تلف المتكبات والأجور المفقودة والتنفقات الطبية والأضرار الاقتصادية الأخرى ضد الطرف المخطئ. تحديد المسؤولية غالباً ما ينحصر تحديد المسؤولية في تحديد مدى إهمال أحد الأطراف، مما يعني أن شخصاً ما قاد السيارة بطريقة لا يقودها الشخص الحكيم إلى حد معقول. الشخص الحكيم بشكل معقول يلتزم بقوانين المرور ويظهر درجة معقولة من الحذر.

من أمثلة الإهمال ما يلي:

- القيادة المشتتة • القيادة تحت تأثير المخدرات أو الكحول • مخالفة قوانين المرور أو الإشارات • عدم الاحتفاظ بالمسافة المناسبة بين سيارته والسيارة التي امامه • السرعة
- قواعد الطريق في بعض الحالات، توجد قاعدة قيادة معينة لم يتبعها أحد سائقي السيارات. تتضمن بعض القواعد التي قد تكون متضمنة ما يلي:

- حدود السرعة - يجب على السائقين الالتزام بجميع حدود السرعة المعلنة. تم تصميم هذه الحدود لساعات النهار وظروف القيادة المثلى. يجب على السائقين تقليل سرعتهم عندما تكون ظروف القيادة غير مثالية.

- الاحتياط - يجب على السائق الذي يدخل الطريق أن يخضع لحركة المرور القادمة وأن يتخذ الحيلة المناسبة. ينطبق هذا على ترك ممر أو زقاق أو طريق آخر للدخول إلى طريق أو طريق سريع آخر. يجب على السائق التأكد من وجود وقت كافٍ لدخول الطريق دون تعطيل حركة المرور.
- مسافة المتابعة - يتم دائماً العثور على السائقين الذين اصطدموا بالمركبات التي أمامهم على خطأ بسبب وقوع الحادث لأنهم لم يحتفظوا بمسافة كافية بين سيارتهم والسيارة التي أمامهم. إذا توقفت السيارة التي أمامك فجأة، يجب أن يكون لديك الوقت الكافي للتوقف أيضاً حتى لا تتسبب في وقوع حادث.
- القيادة المشتتة - يجب على السائقين تجنب استخدام الأجهزة الإلكترونية أو الانخراط في أشكال أخرى من القيادة المشتتة التي تشغل أعينهم أو تفكيرهم عن الطريق أو رفع أيديهم عن عجلة القيادة. هذه مجرد أمثلة قليلة لقواعد الطريق التي يحتمل أن تكون ذات صلة. يمكن لمحامي الإصابة الشخصية ذو الخبرة مراجعة الظروف المحددة المحيطة بحادثك لتحديد القواعد التي قد تكون قد انتهكت ومن قبل من. قد يتعين على القاضي أو هيئة المحلفين أن يقرروا ما إذا كانت هذه القواعد قد انتهكت عند تحديد ما إذا كان سيتم منح تعويض لضحية حادث. تحقيق التأمين في العديد من حالات حوادث السيارات، تقوم شركة التأمين بتعيين مسؤول تسوية المطالبات لإجراء تحقيق في الحادث. قد يحصل هذا الضابط على حسابات شفوية أو مكتوبة بشأن الحادث من المؤمن له والسائق الآخر. يمكن أيضاً الاتصال بالشهود لشرح ما رأوه. قد يطلب مسؤول تسوية المطالبات إثبات الأضرار، مثل الفواتير الطبية والتقارير الطبية ووثائق الأجور المفقودة.

نظام الإهمال المقارن الخاص:

تستخدم كاليفورنيا نظام إهمال مقارن خاص لتحديد المسؤولية عندما تكون مسؤولية أكثر من شخص أو كيان واحد متورطاً في مطالبة إصابة شخصية. بموجب هذا النظام، يكون كل شخص مخطئاً في حادث مسؤولاً عن جزئه من الخطأ. يضمن هذا النظام أن ضحايا الحوادث سيكونون قادرين على تغطية جزء على الأقل من الأضرار التي يتعرضون لها. بالإضافة إلى ذلك، يمنع الطرف المتضرر من الحصول على تعويض بسبب مساهمته في الحادث.

على سبيل المثال: إذا كان هناك سائقان متورطان في الحادث، فيمكن لأحد السائقين تشغيل لافتة توقف. قد يكون السائق الآخر مسرعاً. قد يكون السائق الأول مخطئاً بنسبة 70 في المائة بينما وجد أن السائق الثاني مخطئ بنسبة 30 في المائة. إذا تعرض السائق المصاب لأضرار بلغ مجموعها 100000 دولار، فسيتم تخفيض الأضرار التي تلقاها بنسبة 30 في المائة إلى 70 ألف دولار. بالإضافة إلى ذلك، سيكون السائق الثاني مسؤولاً عن 30 بالمائة من خسائر السائق الأول.

في بعض حوادث السيارات، قد يكون هناك خطأ من أطراف متعددة. يسمح قانون ولاية كاليفورنيا بأن يتحمل أكثر من شخص المسؤولية المالية عن الأضرار الناجمة عن هذا النوع من الحوادث. يتحمل كل طرف المسؤولية المالية إلى درجة الخطأ الذي يرتكبه.

حتى إذا ساهم الضحية في وقوع حادث، فلا يتم منعه من استرداد تعويض من الأطراف الأخرى المخطئة عن الحادث.

ويعني الجانب "الخالص" لهذا القانون أنه يمكن لضحية الحادث الحصول على تعويضات، بغض النظر عن درجة خطأ الضحية. على سبيل المثال، إذا كان السائق مسؤولاً بنسبة 90 في المائة عن الحادث، فإنه لا يزال بإمكانه رفع دعوى ضد الطرف الآخر مقابل 10 في المائة المتبقية من إجمالي الأضرار. في العديد من الولايات الأخرى، يُسمح لضحية الحادث فقط باسترداد التعويض إذا كان هو أو هي مخطئاً بنسبة 50 في المائة أو أقل عن الحادث أو إذا كانت المسؤولية المشتركة للأطراف الأخرى تتجاوز درجة إهمال المدعي.

ينطبق هذا النظام في الحالات التي يحدد فيها القضاة أو هيئة المحلفين مسؤولية الأطراف. ومع ذلك، فإنه ينطبق أيضاً عندما يقوم مسؤول تسوية مطالبات التأمين على السيارات بتقييم مطالبة. قد يتخذ قراراً بشأن درجة خطأ كل طرف معني ثم يقدم عرض تسوية بناءً على هذا القرار

رافقتك السلامة أثناء قيادة سيارتك مع أطيب الأمنيات

وارحب بجميع اسئلتكم المتعلقة بكافة أنواع التأمين على اليميل التالي

samy@goldenwayins.com

وزيارة موقعنا

www.goldenwayinsurance.com

ما هو قانون حوادث السيارات في كاليفورنيا؟

يوجد في ولاية كاليفورنيا مجموعة متنوعة من القوانين التي قد تنطبق في حالة وقوع حادث سيارة. تحدد هذه القوانين كيفية التعامل مع مطالبات التأمين، والأضرار المتاحة ومتى يجب رفع الدعوى، إذا لزم الأمر. من المهم أن يفهم الأشخاص المتورطون في حادث سيارة في ولاية كاليفورنيا هذه القوانين وكيف يمكن أن تؤثر على مطالبهم. الحد الأدنى من متطلبات التأمين: يتطلب قانون ولاية كاليفورنيا أن يكون مالكو السيارات مسؤولين مالياً عن أي حوادث يتورطون فيها. يتطلب قانون التأمين في الولاية تغطية جميع السيارات بتأمين 15/30/5 كحد أدنى، مما يعني أنه يوفر تغطية قصوى لـ ... :

- 15000 دولار عن إصابة أو وفاة شخص واحد
- 30.000 دولار أمريكي للإصابة أو الوفاة لأكثر من شخص
- 5000 دولار للأضرار التي تلحق بالمتكبات

يجب أن يكون لدى سائقي السيارات دليل على التأمين متوفر في الحال في حالة تعرضهم لحادث. يجب عليهم إظهار دليل التأمين هذا عند التورط في حادث سيارة عندما يطلب تطبيق القانون رؤيته أو عند تجديد أو الحصول على تسجيل السيارة. قد يؤدي عدم تقديم إثبات التأمين إلى إصدار غرامات أو حتى فقدان امتيازات القيادة.

تغطية السائقين غير المؤمن عليهم:

يتطلب قانون ولاية كاليفورنيا من شركات التأمين أن تقدم تغطية للإصابات الجسدية لسائقي السيارات غير المؤمن عليهم وغير المؤمن عليهم. تغطي هذه الأنواع من التغطية الإصابات والأضرار التي تلحق بالمتكبات التي تسبب بها سائق السيارة الذي لم يكن لديه تأمين أو لم يكن لديه تأمين كافٍ توفر تغطية الإصابات الجسدية للسائقين غير المؤمن عليهم مبلغ تغطية مسؤولية المؤمن عليه. يمكن أن تعوض تغطية السائق غير المؤمن عليه الفرق بين المبلغ المغطى بتأمين السائق غير المؤمن عليه والأضرار الفعلية. إذا رفضت هذه الأنواع من التأمين، فيجب عليك القيام بذلك كتابةً.

أشكال أخرى لتأمين السيارات:

التأمين المذكور أعلاه هو ببساطة الحد الأدنى الذي تطلبه الدولة. يمكنك شراء تأمين إضافي. نظراً لأن كاليفورنيا نظام تأمين قائم على المسؤولية التصريحية، إذا تسببت في وقوع حادث، فيمكن للطرف المتضرر رفع دعوى قضائية ضدك وطلب تعويض عن الأضرار التي تكبدها مقابل أي مبالغ تزيد عن تلك التي يغطيها التأمين الخاص بك. لهذا السبب، يشترى العديد من الأشخاص التأمين التكميلي، بما في ذلك:

- زيادة تأمين المسؤولية • تغطية المدفوعات الطبية • تغطية شاملة • تغطية الاصطدام
- تغطية السرقة

متطلبات الإبلاغ عن الحوادث في ولاية كاليفورنيا:

يتطلب قانون الولاية من سائقي السيارات المتورطين في حادث التوقف عند مكان الحادث، والتحقق مما إذا كان أي شخص قد أصيب، وتقديم المساعدة لأي شخص أصيب، وتبادل المعلومات مع السائق الآخر.

يتطلب قانون كاليفورنيا للمركبات 20008\$ من سائق المركبة المتورطة في حادث سيارة أو من يوب عنه تقديم تقرير مكتوب بشأن الحادث إلى دورية الطرق السريعة في كاليفورنيا أو إلى قسم الشرطة حيث وقع الحادث إذا نتج عنه إصابة أو وفاة خلال 24 ساعة من وقوع الحادث. إذا استجاب ضابط إنفاذ القانون لموقع الحادث، فسيقوم بإعداد تقرير مكتوب ولن يُطلب منك تقديم تقرير منفصل.

يتطلب قانون كاليفورنيا للمركبة 16000\$ من أي شخص متورط في حادث سيارة أن يقوم بالإبلاغ عن حادث إلى DMV في غضون 10 أيام من حدوثه إذا كان ينطوي على أي مما يلي:

- موت شخص • إصابة الإنسان • أضرار في المتكبات تزيد عن 750 دولار يتضمن تقرير الحادث المعلومات التالية:

- أسماء وعناوين السائقين وكل من أصيب في الحادث • وقت وتاريخ ومكان الحادث
- تاريخ الميلاد، ومعلومات رخصة القيادة وغيرها من المعلومات عن السائقين
- معلومات التأمين • شرح أضرار المتكبات والإصابات

ماذا تفعل في حالة وقوع حادث بولاية كاليفورنيا؟

من المهم للأشخاص المتورطين في حادث سيارة في كاليفورنيا أن يفهموا ما يجب عليهم فعله. أهم شيء هو الاتصال برقم 911 في حالة وجود إصابات وتحتاج إلى مساعدة طبية فورية. إذا كنت قادراً، تحقق من السائق والركاب الآخرين للتحقق من وجود إصابات. يجب إبلاغ الحادث للشرطة أو السلطة المحلية التي تتعامل مع حوادث السيارات. تستجيب بعض أقسام الشرطة لكل حادث بينما قد يستجيب البعض الآخر فقط بناءً على شدة الحادث وموقعه.

يجب على السائقين تبادل المعلومات مع بعضهم البعض، بما في ذلك ما يلي:

- الأسماء • عناوين • أرقام الهاتف • رقم رخصة القيادة • لوحة الترخيص VIN
- معلومات التأمين، بما في ذلك اسم شركة التأمين ورقم الوثيقة إذا كان هناك أي شهود، فيجب عليك الحصول على أسمائهم ومعلومات الاتصال بهم في حال احتجت إلى الاتصال بهم بعد وقوع الحادث. يجب على الأفراد المتورطين في الحادث بذل قصارى جهدهم لتوثيق مكان الحادث. يجب أن يلتقطوا صوراً لما يلي:-

- مكان الحادث • الضرر الذي يلحق بكل مركبة • ضوابط حركة المرور • عوائق بصرية
- أي ضرر في المتكبات على الطريق • أي علامات قريبة قد تكون ذات صلة يفضل أن تكون هذه الصور من زوايا مختلفة.

إذا تعرضت للإصابة، يجب أن تطلب العلاج الطبي وأن تشرح لمقدمي الخدمات الطبية أنك تعرضت لحادث سيارة. يجب عليك أيضاً إخطار شركة التأمين الخاصة بك بالحادث أو بدء مطالبة بمطالبة التأمين الخاصة بالطرف المخطئ.

الأضرار المتورطة في حوادث السيارات في ولاية كاليفورنيا:

ينص قانون ولاية كاليفورنيا على أن ضحايا الإصابة الشخصية لهم الحق في استرداد الأضرار التي لحقت بهم بسبب إهمال الآخرين. تقسم كاليفورنيا والعديد من الولايات الأخرى الأضرار إلى فئات مختلفة. الفئات الأكثر شيوعاً هي الأضرار الاقتصادية والأضرار غير الاقتصادية. تشمل الأضرار الاقتصادية تلك الخسائر المرتبطة بخسارة اقتصادية معينة. تشمل الأضرار، مثل: تكاليف إصلاح أو استبدال السيارة • المصاريف الطبية السابقة والمستقبلية



GOLDEN WAY INSURANCE SERVICES, INC.

License OK12292



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.goldenwayinsurance.com
Email: samy@goldenwayins.com

Charisma Daily كاريزما

Charisma Daily

Download on the
App Store



GET IT ON
Google Play

www.charismadaily.com

Charisma
Daily

الرئيسية

أقسام

من نحن

أتصل بنا

English



P.O. Box 280572, Northridge,
CA 91328 USA
+1(626) 261-9969
info@charismadaily.com

Powered by Bluesoftec