

Charismaa Newspaper

كاريزما



السبت (1-30) أبريل 2023 العدد 62 - السنة السادسة

الهدف بين يديك Saturday - (April 1 - 30) - 2023 - Volume No. 6 - Issue No. 62

Tel.: +1 (626) 261-9969

Email: info@charismadaily.com

Editor-in-chief
Wael Loutfalla

الناشر ورئيس التحرير
وائل لطف الله

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



www.charismadaily.com



نشاطات الزيارة الأولى لوزيرة الدولة للهجرة وشؤون المصريين بالخارج السفيرة سها جندى للحالية المصرية بكاليفورنيا

EXCLUSIVE

حوار صحفي خاص لصحيفة كاريزما
مع وزيرة الدولة للهجرة
وشؤون المصريين بالخارج
سعادة السفيرة سها جندى



كل ما يهم المهاجر المصري والعربي
بين يديك

نزل التطبيق - App الخاص بـ كاريزما على تليفونك
باسم كاريزما ديلي charisma daily بالعربي أو الإنجليزي



تصوير عزت ريس

VAN NUYS - PANORAMA DENTAL CENTER
Mahfouz Gereis DDS
دكتور محفوظ جريس
All insurance and union plans accepted
نقبل جميع أنواع التأمينات
Complete Dental Service:
Teeth Whitening, White Filling
Dental Implants, dentures, Root Canal and Extractions
Special Treatment for Snoring and sleep disorders
(using removable dental appliance)

24 Hours Emergency Service

خدمات كاملة للأسنان:
تجميل وتبييض الأسنان - حشو الأسنان (حشو أبيض بلون الأسنان)
علاج العصب - زراعة الأسنان
أطقم الأسنان الكاملة والجزئية
معالجة خاصة للشخير وأمراض النوم بأجهزة خاصة للفم

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

www.vnpanoramadental.com
8227 Van Nuys Blvd. panorama City, CA 91402
Tel: (818) 989-3074 Fax: (818) 989-3357

TERMIKEPESTCONTROL.COM
Got termite? Call Termike
Pest Control

TERMIKE
PEST CONTROL
اتصل لتحديد فحص مجاني الان
CALL 714-222-1326 TODAY
TO SCHEDULE A FREE TERMITE INSPECTION
with experienced termite inspector **Mickael Labib**

100% SATISFACTION GUARANTEED

OUR TERMITE SERVICES

Structural Fumigation - Low Cost Termite Fumigation - Fumigation Warranty	Termite Control Service - Localized Termite Treatment - Preventive Solutions	Termite Damage Repair - Dryrot, Fungus & Termite - Prevent Future Damage
--	---	---

\$200 OFF FIRST TERMITE CONTROL SERVICE
TERMIKE Just mention this ad when you contact us. Can not be combined any other offer. One coupon per customer. Expires 12/31/2022

\$50 Pest Control Service for on going Service
TERMIKE Just mention this ad when you contact us. Can not be combined any other offer. One coupon per customer. Expires 12/31/2022

20955 Pathfinder Road, Suite 100, Diamond Bar, CA 91765
Tel: (714) 222-1326 Fax: (909) 843-6350 info@termikepestcontrol.com

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.gihanthomaslaw.com
موضوع ثقة الجالية العربية
متخصصون في جميع خدمات الهجرة

حصار نشاط وزيرة الدولة للهجرة وشؤون المصريين بالخارج السفيرة سها جندي خلال رحلتها إلى الولايات المتحدة الأمريكية - كاليفورنيا



نخبة من أبناء الجالية الأرمينية في كاليفورنيا من المستثمرين من ذوي الأصول المصرية، وذلك في إطار المبادرة الرئاسية "إحياء الجذور"، حيث كان اللقاء بحضور السفير أحمد شاهين، قنصل مصر العام في لوس أنجلوس، وأرداشز كاساخيان، عمدة مدينة جليندال بكاليفورنيا، وزيزيت مولينز، عضو مجلس مدينة باربانك، وهاري ليون، رئيس مجلس مدينة كريستوفالي، وفايكين بابازيان، رئيس المركز الأرميني للعائلة وحقوق الإنسان، ومجموعة كبيرة من المستثمرين الأمريكيين الأرمين ذوي الأصول المصرية، حيث أعربت سيادتها عن سعادتها بهذا اللقاء، وأكدت على أن العلاقات المصرية الأرمينية علاقات قوية ضاربة بجذورها في عمق التاريخ، موجّهة الدعوة إلى المستثمرين الأرمين بكاليفورنيا لزيارة مصر حتى يتفقدوا الفرص الاستثمارية فيها.

11) تقدمت السفيرة سها جندي وزيرة الهجرة بأصدق التهاني القلبية لأبناء مصر في الخارج والداخل بمناسبة حلول شهر رمضان المعظم شهر الصيام والتضرع والعمل الجاد، وقالت في تهنيتها: "إن الشهر الكريم يعد بمثابة فرصة عظيمة لإعلاء قيم التعاون والإحسان والرحمة والمغفرة.. فكل عام وأنتم بخير وأعاد الله عليكم الشهر الكريم باليمن والبركات وحفظ الله تعالى مصرنا الحبيبة".

الوفد المشارك في فعاليات الزيارة الرسمية الأولى للولايات المتحدة الاميريكية، وكان الحفل بحضور عدد كبير من أبناء الجالية المصرية في كاليفورنيا. وفي ختام الفاعلية، منحت وزيرة الهجرة، درع الوزارة إلى السفير أحمد شاهين، تقديراً لجهده الكبير في دعم الجالية المصرية في كاليفورنيا وولايات الغرب التي تقع في نطاق مسؤولياته والعمل على حل مشكلاتهم، بجانب الدور البارز الذي قام به لإنجاح هذه الزيارة، معربة عن شكرها لكل المصريين بالخارج الذين لا يتأخرون لحظة عن تلبية نداء الوطن.

7) قامت السفيرة سها جندي وزيرة الهجرة، بزيارة مقر ايباشية الأقباط الأرثوذكس في لوس أنجلوس التي تأسست عام 1995، للقاء نيافة الأنبا سرابيون مطران لوس أنجلوس وجنوب كاليفورنيا وهاواي. وقد قدمت السفيرة سها جندي التحية والتقدير لنيافة الأنبا سرابيون وللأساقفة الأنبا أبراهام والأنبا كيرلس والآباء الكهنة، وطلبت منهم الصلاة لمصر، وأشارت إلى سعادتها بلقاء المصريين بالولايات المتحدة الأمريكية، وأنها تشعر برضا المواطنين بأن الدولة ترعاهم وهو دور تقوم به الكنيسة المصرية دوماً والتي لها دور وطني بجانب دورها الديني.

8- لبت السفيرة سها جندي وزيرة الهجرة، دعوة اتحاد المصريين بالخارج في الولايات المتحدة، للتعرف على أعضائه والنظر في آليات عمله، ضمن برنامج زيارة سيادتها لكاليفورنيا، وقالت إن الاتحاد نجح خلال عام في تحقيق أثر طيب وحراك إيجابي بين الجالية المصرية في الولايات المتحدة، مشيرة إلى دور الاتحاد الفاعل لخدمة الجالية المصرية في الساحل الغربي وكاليفورنيا، مؤكدة أن الاتحاد يمثل نموذجاً هاماً في العمل المجتمعي، كونه واحد من أكبر منظمات المجتمع المدني بالخارج برئاسة رجل الأعمال الأستاذ رأفت صليب رئيس الاتحاد بأمريكا والنائب م. هشام ستيته وم. عصام يوسف.

9) التقت السفيرة سها جندي وزيرة الهجرة أكثر من 25 من أبرز المستثمرين المصريين المقيمين في ولايات الغرب الأمريكي، والذين برعوا في مجالات متنوعة من بينها التكنولوجيا والصناعات الخضراء، والصناعات التعدينية وإدارة الثروات، وتكنولوجيا تحليل المياه، ورفع الكفاءات التدريبية، وتكنولوجيا المعلومات، والبتترول والغاز الطبيعي، والطاقة الجديدة والمتجددة، والصناعات الدوائية والطبية، وتحديث البنية التحتية وشبكات الاتصالات، حيث استعرضت جهود الدولة المصرية في دعم الاستثمار وإجراء تعديلات جوهرية على قانون الاستثمار بما يخدم المستثمرين أنفسهم، بجانب إطلاق خارطة الاستثمار الصناعي في مصر، لتوضح مختلف الفرص المتاحة والمناطق الجغرافية المختلفة، ما يسر على الراغبين في الاستثمار إيجاد المجال المناسب، مؤكدة أن الدولة المصرية حريصة على دعم الاستثمارات وتلبية احتياجات السوق المحلي الذي يتجاوز الـ 110 مليون نسمة، وهو بالطبع ميزة كبرى لأي مستثمر، بجانب توفير فرص العمل للشباب وتوفير بدائل للهجرة غير الشرعية.

10) التقت السفيرة سها جندي وزيرة الهجرة،

الإيطالي تؤكد حرصه على أن يكون التعاون بين مصر وإيطاليا فاعلاً ومثمراً بما يخدم دعم العلاقات التاريخية بين البلدين والتأكيد على قوتها، فيما لفت السيد وزير الداخلية الإيطالي إلى التعاون القائم بين مصر وإيطاليا في إطار المدرسة الفندقية الإيطالية بمحافظة الفيوم واقترح أن يتم العمل على التوسع في هذا النموذج في قطاعات أخرى.

3) في إطار ثالث جولاتها الخارجية، استهلّت السفيرة سها جندي وزيرة الهجرة، زيارتها إلى الولايات المتحدة الأمريكية للمشاركة في فعالية "الشبكة المصرية للسرطان ECN" لإطلاق حملة تبرعات بهدف دعم مستشفى 57357 لسرطان الأطفال أيضاً بمناسبة مرور عام على تأسيس الاتحاد العام للمصريين بالخارج بأمريكا، وذلك بحضور السفير أحمد شاهين، قنصل مصر العام في لوس أنجلوس، والسيدة فرح خان عمدة مدينة إيرفين في لوس أنجلوس، والسفير الحسيني عبد الوهاب قنصل مصر السابق في لوس أنجلوس، والدكتور هشام الصيفي، رئيس الشبكة المصرية للسرطان بالولايات المتحدة الأمريكية، ورجل الأعمال الأستاذ رأفت صليب رئيس الاتحاد العام للمصريين بالخارج بأمريكا ونائب رئيس الاتحاد المهندس هشام ستيته ونخبة من أبرز أبناء الجالية المصرية، وأشادت سيادتها بما تم استعراضه عن التجربة المصرية الرائدة لمستشفى سرطان الأطفال 57357، والتي جذبت تبرعات خلال الفعالية بلغت حوالي 600 ألف دولار، مضيفة أن هذا الصرح لا بد أن يستمر في تقديم خدماته بهذه الكفاءة والتميز.

4) على هامش زيارتها لولايات المتحدة الأمريكية، التقت السفيرة سها جندي وزيرة الهجرة، السيدة فرح خان عمدة مدينة إيرفين الأمريكية، لبحث تعزيز التعاون مع المدينة التي تضم عدداً كبيراً من الجالية المصرية، وكذا بحث تدشين توأمة مع المدن المصرية. وتناول اللقاء مناقشة مشروعات الطاقة الجديدة والمتجددة، حيث إنه مجال اهتمام وتخصص السيدة عمدة إيرفين، كما تم الاتفاق على أهمية مواصلة التعاون بين الجانبين المصري والأمريكي في هذا المجال.

5) التقت السفيرة سها جندي وزيرة الهجرة، بنحو 350 من رموز الجالية المصرية في كاليفورنيا، واستهلّت السيدة الوزيرة بالتأكيد على حرصها للتواصل مع كافة المصريين بالخارج، بمختلف دول العالم، لمعرفة طلباتهم واحتياجاتهم والرد على كافة استفساراتهم. وأدارت الوزيرة حواراً مفتوحاً مع المشاركين حرصت خلاله على استعراض استراتيجية عمل الوزارة منذ تولي سيادتها المسؤولية في أغسطس الماضي، متضمنة أهم المحفزات والتهيئات التي عملت عليها الوزارة استجابة لطلبات المواطنين بالخارج والتي تتضمن التيسيرات والخدمات في عدة مجالات.

6) في إطار زيارة سيادتها إلى الولايات المتحدة الأمريكية، نظم السفير أحمد شاهين، قنصل مصر العام في لوس أنجلوس، حفل استقبال رسمي للسفيرة سها جندي، وزيرة الدولة للهجرة وشؤون المصريين بالخارج، في "بيت مصر" وذلك على شرف سيادتها وبحضور

تشتر وزارة الدولة للهجرة وشؤون المصريين بالخارج، تقريراً تسلط من خلاله الضوء على نشاط السفارة سها جندي وزيرة الهجرة، وذلك خلال الفترة الماضية وهو كالآتي:

1) في إطار توجيهات السيد رئيس الجمهورية، ترأست السفيرة سها جندي وزيرة الهجرة، أولى اجتماعات "اللجنة الوطنية الدائمة لمناصرة الطلاب المصريين بالخارج" لدراسة مدى ملائمة اتخاذ الإجراءات القانونية لوضع بعض المعايير الاستثنائية للطلاب العائدين من روسيا وأوكرانيا، من أجل قبولهم بالكليات المناظرة بالجامعات الأهلية، وقد أكدت السفيرة سها جندي أننا سنعمل جاهدين على ضمان مستقبل أولادنا، والحرص على حياتهم في المقام الأول، مشيدة بجهود وزارتي الخارجية والتعليم العالي منذ اندلاع الأزمة.

2) استقبلت السفيرة سها جندي وزيرة الهجرة، ماتيو بيانتيديوزي، وزير الداخلية الإيطالي، لبحث إنشاء وتدعيم قنوات شرعية للهجرة إلى إيطاليا، ومن ثم تعزيز التعاون الإيجابي لمكافحة الهجرة غير الشرعية. وفي هذا الإطار، اقترحت السيدة الوزيرة التعاون مع الجانب الإيطالي في تدشين تعاون مصري - إيطالي لتأهيل الشباب المصري لسوق العمل في إيطاليا، موضحة أن زيارة السيد وزير الداخلية

الإتحاد العام للمصريين بالخارج بالولايات المتحدة الأمريكية



لزيارة موقعنا للتواصل والإشراك في العضوية وصفحات الـ Social Media



www.egyptiansunited.org



www.charismadaily.com
Email: info@charismadaily.com
Email: infocharismaaa@gmail.com
Email: waelloutfalla@yahoo.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 ورئيس التحرير
وانسل لطف الله
المستشار السياسي والإقتصادي
د. م. هون جندي
الإشراف على الموقع الإنجليزي
نيفين لطف الله
أزياء وموضة
د. منسى أحمد شلبي
هاكليس فايق
رياضة
كابتن / إيهاب محمد
كابتن / سمير ونيس
فنون وديكور
سامر رياضي
نيرمين هوريس
نيفين مفرج
منال شوكت
علاقات عامة
محمد - عليا - حسن - مارينا - ماجي
أبو الفين - يوسف - مجدي
كل كاتب مسؤول عن كتاباته

وزيرة الهجرة تستهل زيارتها لأمريكا بالمشاركة في فعالية العشاء الخاص - "الشبكة المصرية للسرطان ECN" بالتعاون مع الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا



تكريم من الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا
لوزيرة الهجرة المصرية سعادة السفيرة / سها جندي

تكريم من الشبكة المصرية للسرطان ECN - بأمريكا
لوزيرة الهجرة المصرية سعادة السفيرة / سها جندي



تصوير صحفي / عزت رنس - عنتر بارح

- كما أوضح شاهين أن الشبكة المصرية للسرطان نجحت في أن تكون من العلامات البارزة في مجال تقديم الخدمات الطبية وأيقونة للعمل الأهلي ودعم مصر في المجالات الصحية والاجتماعية، مؤكدا حرصه على حضور كل فعالياتها ودورها في دعم مستشفى 57357 للأطفال مرضى السرطان الذين يحتاجون للعلاج، متابعا: "شرفت أن أكون جزءا من ECN لمدة ٣ سنوات، وأشكركم أنكم سمحتم لي أن أكون جزءا من العائلة الكبيرة في كاليفورنيا".

- وفي سياق متصل، أشاد الدكتور محمد العريان، الخبير الاقتصادي المصري العالمي، في كلمة مسجلة له، بالجهود المبذولة، معترضا عن عدم مشاركته لارتباطه بعمل في المملكة المتحدة، معربا عن تطلعه للمشاركة في الفعاليات المقبلة، كما أعلن عن تبرعه بمبلغ 300 ألف دولار لصالح مستشفى 57357 وأيضا في كلمة مسجلة له شارك الدكتور فاروق الباز العالم الكبير والذي عمل بوكالة ناسا بدور المؤسسة الكبير من البدايات وأيضا دور الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا برئاسة رجل الأعمال الأستاذ رأفت صليب.

- وبدوره، أشاد الدكتور هشام الصيفي، رئيس الشبكة المصرية للسرطان بالولايات المتحدة الأمريكية، بجهود السفيرة سها جندي وزيرة الهجرة والسفير أحمد شاهين، وكافة الداعمين للشبكة المصرية للسرطان، وكذلك دور الجالية المصرية في دعم المؤسسة لتستمر في تقديم خدماتها لأطفالنا، مؤكدا أن عليهم التعاون في هذه المهمة الإنسانية، مستعرضا دور الشبكة المصرية للسرطان "ECN"، ونجاح مستشفى 57357 في الوصول إلى نسبة شفاء 71.5%.

وفي الختام، أوضح الصيفي أن هناك جهودا كبيرة مبذولة لتنفيذ توسعات فيها من أجل أن تستقبل مزيدا من الحالات قبل تفاقمها، معربا عن شكره للمتطوعين ومقدمي الفعالية، وما بذلوه حتى تخرج بهذه الصورة الراقية.

والتي جذبت تبرعات خلال الفعالية بلغت حوالي 600 ألف دولار، مضيفة أن هذا الصرح لا يبد أن يستمر في تقديم خدماته بهذه الكفاءة والتميز الذي يشهد به الجميع.

- وأكدت الوزيرة أن الدولة المصرية حريصة على دعم مستشفى 57357، وكافة المؤسسات التي من شأنها توفر كافة أشكال المساعدة للفئات الأكثر احتياجا لتقوم بدورها الرائد وتؤدي مهمتها الإنسانية على أكمل وجه، معربة عن شكرها لدعوة الشبكة للمشاركة في دعم مستشفى 57357.

- وأضافت وزيرة الهجرة أن مستشفى 57357 بجانب مهمتها الإنسانية فإنها تقدم خدماتها العلاجية للأطفال، فهم من سيقود مستقبل مصر وعماد نهضتها، موجهة تحيتها للدكتور هشام الصيفي، ومثمنا دور الشبكة المصرية لعلاج السرطان فيما تقدمه من خدمات جليلة.

- وأكدت السفيرة سها جندي أن الدولة المصرية تقدم خدمات متميزة في مختلف المجالات ومن بينها المبادرات الرئاسية في قطاع الصحة، والتي لاقت إشارات دولية، كونها تقدم خدماتها للمصريين والوافدين على حد سواء، دون تمييز أو تفرقة.

- وفي السياق ذاته، رحب السفير أحمد شاهين، قنصل مصر العام في لوس أنجلوس، بالسفيرة سها جندي وزيرة الهجرة في زيارتها الأولى للولايات المتحدة الأمريكية، مضيفا أنها وزيرة من الطراز الفريد الذين نجحوا في إحداث فارق منذ اليوم الأول، حيث استطاعت تحقيق أفكار وأحلام سعى المصريون بالخارج عشرات من السنوات لتحقيقها.

- وأضاف شاهين أن السفيرة سها جندي تتابع عن كثب أوضاع الجاليات المصرية في الخارج بصر وسعة صدر، سواء في اللقاءات الشخصية أو التواصل ضمن لقاءات مبادرة "ساعة مع الوزيرة" والتي تستمر لمدة ساعات، موضعا أن هذه شهادة الجاليات، مؤكدا أن وزارة الهجرة هي الظهير الحكومي لنحو 12 مليون مصري بالخارج.

وزيرة الهجرة تستهل زيارتها للولايات المتحدة بالمشاركة في فعالية "الشبكة المصرية للسرطان ECN" لدعم مستشفى 57357 لسرطان الأطفال بالتعاون مع الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا.

- حملة تبرعات "الشبكة المصرية للسرطان ECN" تجمع 600 ألف دولار لصالح مستشفى 57357.

- السفيرة سها جندي: مستشفى 57357 تقدم خدماتها الإنسانية والعلاجية للأطفال مجانا وعلينا دعم جهودها.

- قنصل مصر في لوس أنجلوس: وزيرة الهجرة استطاعت تحقيق أفكار وأحلام سعى المصريون بالخارج عشرات من السنوات لتحقيقها.

- رئيس الشبكة المصرية للسرطان بالولايات المتحدة: هناك جهود كبيرة لتنفيذ توسعات في مستشفى 57357.

- استهلّت السفيرة سها جندي، وزيرة الدولة للهجرة وشؤون المصريين بالخارج، زيارتها إلى الولايات المتحدة الأمريكية بالمشاركة في فعالية "الشبكة المصرية للسرطان ECN" لإطلاق حملة تبرعات بهدف دعم مستشفى 57357 لسرطان الأطفال، وذلك بحضور السفير أحمد شاهين، قنصل مصر العام في لوس أنجلوس، والسيدة فرح خان عمدة مدينة إيرفين في لوس أنجلوس، والسفير الحسيني عبد الوهاب قنصل مصر السابق في لوس أنجلوس، والدكتور هشام الصيفي، رئيس الشبكة المصرية للسرطان بالولايات المتحدة الأمريكية ورجل الأعمال الأستاذ رأفت صليب رئيس الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا والنائب المهندس هشام ستيته، ونخبة من أبرز أبناء الجالية المصرية.

- ومن ناحيتها، أشادت السفيرة سها جندي بما تم استعراضه عن التجربة المصرية الرائدة لمستشفى سرطان الأطفال 57357،



تكریم من الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا للسفير أحمد شاهين قنصل مصر بيلوس أنجلوس والساحل الغربي

تكریم من الشبكة المصرية للسرطان ECN - بأمريكا للسيدة فرح خان عمدة مدينة إيرفين الأمريكية



تكریم من الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا للدكتور / هشام الصفي - استاذ جامعة تكساس بأمريكا

تكریم من الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا للدكتور / طارق حسنين - استاذ قسم الهندسة والعلوم بجامعة تكساس بأمريكا

تكریم من الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا للسيدة / دينا التوانسي - مديرة منطقة سان فرانسيسكو بوزارة العمل بأمريكا



وزيرة الهجرة المصرية تلتقي بأعضاء الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمریکا فی مؤتمرهم الأول برئاسة الأستاذة رأفت صليب



لوس أنجلوس، بدور اتحاد المصريين بالولايات المتحدة، حيث إن الاتحاد يقوم بدور هام في تعزيز الروابط مع المواطنين المصريين، كما أنهم حريصين على تقديم مختلف الخدمات بشكل جيد بالتنسيق مع السفارة والقنصلية العامة في مختلف الأمور التي تعني وتهتم الجالية المصرية، معبرا عن سعادته من انطلاق الاتحاد من الساحل الغربي وكاليفورنيا.

- من جانبه، رحب أستاذة رأفت صليب رئيس اتحاد المصريين في أمريكا، بالسفيرة سها جندي وزيرة الهجرة، مشيدا بجهودها المبذولة لخدمة المصريين بالخارج، وحرصها على لقائهم في مختلف دول العالم، مستعرضا كشف حساب لجهود الاتحاد خلال الفترة الماضية بعد مرور نحو سنة على التأسيس، إذ نجح الاتحاد في التواصل والتواجد مع الجالية في 22 ولاية ويسعى إلى الوصول لباقي الولايات، مقدما الشكر أيضا لسفير مصر في واشنطن والسادة القناصل، وقال إن الاتحاد يسعى لدعم الدولة من خلال تنفيذ فعاليات ترويج للدولة بدأت برحلة شارك فيها 55 من الجالية.

- كما عرض رئيس الاتحاد اللجان المختلفة للاتحاد، وقال إنه أكبر اتحاد في الولايات المتحدة الأمريكية، وتم تقسيم أعضائه إلى لجان لخدمة كافة المواطنين المصريين بمختلف اهتماماتهم واحتياجاتهم، حتى يؤدي عمله بمنهجية مستمرة، تضمن تقديم مختلف الخدمات للمصريين هناك، مضيفا أنه يتم الإعداد لمزيد من الرحلات والزيارات بسبب الأثر الجيد واللقاءات التي تم تنظيمها، كما تم إطلاق حملة لدعم تحويلات المصريين بالخارج عبر البنوك الوطنية لتعزيز الاحتياطي النقدي وزيادة الاستثمارات في الاقتصاد المصري.

الجالية المصرية في الساحل الغربي وكاليفورنيا برئاسة رجل الأعمال الأستاذة رأفت صليب رئيس الإتحاد بأمريكا والنائب م. هشام ستيتيه وم. عصام يوسف، مؤكدة أن الإتحاد يمثل نموذجا هاما في العمل المجتمعي، ونحن سعداء بما يقوم به أعضاؤه من جهد في سبيل خدمة المواطنين، كونه واحد من أكبر منظمات المجتمع المدني بالخارج، كما أننا نحرص دائما على متابعة جهود وأنشطة الكيانات المختلفة.

- وقالت وزيرة الهجرة إن الجالية المصرية في الساحل الغربي تعد واحدة من أهم الجاليات المصرية بالخارج، حيث تتميز بالتنوع بين أعضائها، من أطباء ورجال أعمال ومستثمرين ومهندسين وغيرهم من المجالات الحيوية والهامة، والتي انعكست على تشكيل عضوية الإتحاد وأصبح بالفعل لدينا قانات مهمة ومؤثرة داخل المجتمع الأمريكي.

- وأكدت السفيرة سها جندي على حيوية التواصل مع المصريين بالخارج ودورهم المهم كسفراء لمصر خارجيا، لما يبذلونه من جهد للترويج للصورة الصحيحة لمصر داخل هذه المجتمعات، كما أن الوزارة حريصة على التواصل المستدام مع كافة أعضاء الجالية المصرية في غرب أمريكا ومد خطوط الاتصال مع الأجيال الجديدة من المصريين بالخارج والتي تصل إلى الجيل الرابع في الولايات المتحدة الأمريكية والساحل الغربي على وجه الخصوص.

- وتابعت وزيرة الهجرة: "أنا مستعدون لتقديم أي نوع من الخدمات والدعم لهذه الجالية المميزة والهامة، ونستمع باهتمام بالغ لأفكارهم ورؤاهم وكذلك احتياجاتهم ووضعها في الاعتبار". - من جانبه، أشاد السفير أحمد شاهين قنصل عام مصر في

في أول مؤتمر بعد مرور سنة على تأسيسه قام الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا برئاسة رجل الأعمال الأستاذة رأفت صليب وحضور سعادة السفير أحمد شاهين والسيد محمد بدر نائب السفير وبعض من أعضاء اللجان التأسيسية للإتحاد بمؤتمر كبير بحضور وزيرة الهجرة المصرية سعادة السفيرة سها جندي.

- وزيرة الهجرة: ندعم جهود مختلف كيانات المصريين بالخارج لخدمة جالياتنا.

- اتحاد المصريين بالخارج يستعرض أهم إنجازاته منذ التأسيس ويشيد بزيارة وزيرة الهجرة إلى الولايات المتحدة الأمريكية.

- لبت السفيرة سها جندي، وزيرة الدولة للهجرة وشؤون المصريين بالخارج، دعوة اتحاد المصريين بالولايات المتحدة، للتعرف على أعضائه والنظر في آليات عمله، وذلك على هامش زيارة سيادتها ولقاءها بالجالية المصرية في الولايات المتحدة الأمريكية، بحضور السفير أحمد شاهين قنصل عام مصر في لوس أنجلوس، ضمن برنامج زيارة سيادتها لكاليفورنيا.

- واستهلّت السفيرة سها جندي اللقاء بتوجيه الشكر للقنصل العام أحمد شاهين على جهوده لإنجاح الزيارة، وبما حققه من ترابط مع الجالية، وقالت إن الإتحاد نجح خلال عام في تحقيق أثر طيب وحراك إيجابي بين الجالية المصرية في الولايات المتحدة، وعبرت وزيرة الهجرة عن سعادتها بتجمع الجاليات مشيدة بضم الإتحاد لقانات مصرية مشرفة، مضيفة: "أنتم سفراء لمصر وقوة ناعمة.. قادرون على ترك أثر حول العالم بأخلاقكم وبعلمكم ورقمكم".

- وأشارت السفيرة سها جندي بدور الإتحاد الفاعل لخدمة

وزيرة الهجرة تزور مقر إبارشية الكنيسة القبطية الأرثوذكسية في لوس أنجلوس وجنوب كاليفورنيا وهاواي



جيدة مع الجميع ومنها القوى العظمى في العالم، وما تحقق من تعديل في مسار دول كانت تقف في مواجهتنا وعادت بمكانة مصر بفضل إدارة الرئيس السيسي للملفات المصرية وعلى رأسها علاقاتنا بمختلف الدول، مشيرًا إلى أن تطوير وتعزيز القوة العسكرية المصرية حقق أيضا معادلة توازن صعبة لتعزيز قدرة ومكانة مصر والتعقل في استخدام هذه القدرة بفضل حكمة وقيادة الرئيس السيسي، وأشار نيافته إلى أن الأبرشية تغطي معظم كاليفورنيا، وهناك كنيسة هونولولو حيث يقطن عدد من المصريين ويحدث أحيانا توافد على أوقات مختلفة من المصريين مثلما حدث مع شركة أوراسكوم التي كانت تنفذ مشروعات وبوجود مصريين، مشيرًا إلى السعي للحفاظ على الروح المصرية ودعم للصناعة المصرية خاصة المنتجات التي تعتمد على الحرفية المتميزة كتصنيع قطع خشبية من مصر مثل "حامل الأيقونات"، وأضاف: "كما صنعنا بوابات لبيت الراهبات في مصر صناعة متميزة"، موضحين أن المواطنين المصريين يتميزون بذكاء فطري واضح وعند حصولهم على التدريب على المهارات المختلفة يكونوا على أعلى مستوى، مشيرًا إلى جهود الكنيسة المصرية في تنوع الكهنة والخدام والأساقفة لنتسوع المواطنين وتقديم رعاية لكل الأفكار باختلاف وتنوع فكرهم مع توالي الأجيال والتي وصلت إلى الجيل الرابع، موجهة تحية تقدير للسفير أحمد شاهين وجهود وزارة الخارجية المصرية، كما أشاد بجهود رجل الأعمال الأستاذ رافت صليب والاتحاد العام للمصريين في الخارج بالولايات المتحدة الأمريكية.

- الأنبا سربايون مطران لوس أنجلوس وجنوب كاليفورنيا وهاواي بالولايات المتحدة الأمريكية، من مواليد 10 نوفمبر 1951 هو أول رئيس ومطران لإبارشية لوس أنجلوس وجنوب كاليفورنيا وهاواي، ولد في محافظة أسيوط بمصر وتخرج في كلية الطب (جامعة أسيوط)، وبعد تخرجه زاول مهنة الطب بأسوان إلى أن انضم للرهبنة وصار راهبا.

الأم مصر لزيادة التواصل مع الدولة والتعرف على الإنجازات التنموية العملاقة وإعادة ربطهم بجذورهم التي تنتمي لحضارة عظيمة وأرض مباركة، وهو ما حدث مع وفد لوجوس الذي نظمته الكنيسة المصرية أو رحلات الجيلين الثاني والثالث التي تنظمها وزارة الهجرة وأخرها وفد مدرسة فلويباير من كندا، مشمئة أثر تلك الزيارات والمعسكرات على الأبناء وعلاقتهم بالوطن، ومن جانبه، قال السفير أحمد شاهين إن الكنيسة القبطية في الخارج تعتبرها بيت مصر، وطلب من الأنبا سربايون نقل طلب الجالية لزيارة قدااسة البابا تواضروس الثاني بابا الإسكندرية وبطريك الكرازة المرقسية لكاليفورنيا، حيث كانت آخر زيارة لقيادته عام 2015، مشيدًا بما تقوم به الكنيسة من خدمة للمصريين بالخارج، ومنها ما يقام من معارض مصرية ترويجية للمنتجات البديوية والتقليدية والتي لها طلب من المصريين في كاليفورنيا، من جانبه، رحب الأنبا سربايون بالوزيرة والوفد المرافق إلى كاليفورنيا، مشيدًا بنشاط سيادتها والإنجازات التي تحققت منذ توليها المهمة مشيرًا لنجاح الزيارة وما تبعها من تغطيات واهتمام إعلامي بنتائجها، وما استهلته من حضور فعالية لجمع التبرعات لمستشفى 57357 وتحقيق رقم جيد لدعم علاج الأطفال، ولقاءات الجالية والمستثمرين للترويج للدولة المصرية والقطاعات المختلفة، قائلًا إن تعداد الجالية في تزايد وأصبح هناك الجيل الرابع، حيث بدأت الكنيسة في أمريكا من 1969 وتحرص على ربط الأسر والمواطنين المهاجرين، مشيدًا بجهود وزارة الهجرة وما تقدمه من جهود وتحركات على الأرض مع المصريين بالخارج حول العالم، وأشاد نيافته بحكمة قيادة الرئيس عبد الفتاح السيسي رئيس الجمهورية، وما حققه من تعزيز لمكانة مصر وعلاقاتها الدولية وبالسياسة الخارجية المصرية والتي تحافظ على الدولة المصرية وفي وقت يعاني العالم من صراعات دولية تسببت في تصاعد الانقسامات وانهيار العديد من الدول، ووسط هذا العالم تقف مصر كأحد أهم الدول المستقرة وتتمتع بعلاقات

- السفيرة سها جندي: الكنيسة المصرية دومًا لها دور وطني بجانب دورها الديني.

- الأنبا سربايون: حكمة قيادة الرئيس السيسي حققت تعزيزًا لمكانة مصر وتميز علاقاتها الخارجية وسط عالم يموج بالصراعات والانقسام الشديد.

- قامت السفيرة سها جندي، وزيرة الدولة للهجرة وشؤون المصريين بالخارج، بزيارة مقر إبارشية الأقباط الأرثوذكس في لوس أنجلوس التي تأسست عام 1995، للقاء نيافة الأنبا سربايون مطران لوس أنجلوس وجنوب كاليفورنيا وهاواي، وذلك بحضور السفير أحمد شاهين، قنصل عام مصر في لوس أنجلوس، والأستاذ رافت صليب رئيس اتحاد المصريين بالولايات المتحدة والوفد المرافق للسيدة الوزيرة.

كما شارك في استقبال الوفد المصري الأنبا أبراهام الأسقف العام في لوس أنجلوس بالولايات المتحدة الأمريكية، وأسقف مساعد الخدمات الاجتماعية في الإبارشية ونائب رئيس لجنة العلاقات المسكونية في المجمع المقدس للكنيسة القبطية الأرثوذكسية، وكذلك الأنبا كيرلس، الأسقف العام للتعليم المسيحي لإبارشية الأقباط الأرثوذكس في لوس أنجلوس وجنوب كاليفورنيا وهاواي وهو أول أسقف أمريكي المولد للكنيسة القبطية الأرثوذكسية وحضور مجموعة من الآباء الكهنة.

- في بداية اللقاء، قدمت السفيرة سها جندي التحية والتقدير لنيافة الأنبا سربايون والآباء الكهنة، وطلبت منهم الصلاة لمصر، وأشارت إلى سعادتها بلقاء المصريين بالولايات المتحدة الأمريكية، وأنها تشعر برضا المواطنين بأن الدولة ترعاها وهو دور تقوم به الكنيسة المصرية دومًا والتي لها دور وطني بجانب دورها الديني، وأشادت وزيرة الهجرة بتنوع الجالية وما يحققونه من نجاحات كبيرة تدعو للفخر، مؤكدة أنهم سفراء دانمين للوطن، معبرة عن أهمية تنظيم رحلات الجيلين الثاني والثالث للوطن

وزيرة الدولة للهجرة وشؤون المصريين بالخارج سعادة السفيرة سها جندى وحوار خاص لصحيفة كاريزما

EXCLUSIVE



حوار وائل لطف الله - مها سارة

المصريين بالخارج، والمسئولة عن إنهاء كافة الإجراءات الخاصة بالمستثمرين المصريين العاملين بالخارج ومتابعتهم، كما تم تنظيم مؤتمر "مصر تستطيع بالاستثمار والتنمية" ضمن سلسلة مؤتمرات مصر تستطيع، حيث تم عرض الفرص الاستثمارية على المستثمرين المصريين بالخارج، بالإضافة تنمية الروابط مع المواطنين المصريين بالخارج عن طريق تزويدهم بالمعلومات والمواد الإعلامية وإجابة رغباتهم وإستفساراتهم بما يساعدهم على التعرف بصفة دائمة ومستمرة بالفرص الاستثمارية المتاحة وتخطيط مساهماتهم في المشروعات القومية، وتفعيل مشاركتهم في خطة التنمية الشاملة.

■ ما الذي أضيف من تعديلات في القانون الخاص بسيارات المصريين في الخارج وخصوصاً جلبها إلى أمريكا، وهل هذا القانون مناسب لأمريكا أم يناسب أكثر للدول العربية؟

موضوع سيارات المصريين بالخارج كان مطلب اساسي لكافة الجاليات المصرية في مختلف دول العالم وكان مطلبهم منذ أكثر من 20 عاماً ومنذ اليوم الأول عملت على تنفيذ هذا المطلب بعد الإستماع لمطلبهم في مؤتمر الكيانات مع الجهات المعنية والمتخصصة في مصر، التقيت بوزراء المالية والتجارة والصناعة ورئيس البنك المركزي ووزير الإتصالات، وبالفعل إستجابت هذه الجهات لمطالب المصريين بالخارج، اليوم يستطيع المصري بالخارج أن يستجلب سيارة بدون دفع رسوم أو جمارك أو كاهه هذه الأمور فقط سيضع وديعه بنكيه بقيمه الجمارك وسيستردها بعد خمس سنوات من وضع الوديعه وكذلك عملنا على تنفيذ كاهه مطالب المصريين بالخارج على هذا القانون من خلال وضع بعض التعديلات التي تيسر من إستجلاب السيارة ومنها رفع مد فترة إستيراد السيارة من سنة إلى خمس سنوات يستطيع المصري بالخارج ان يستجلب السيارة في خلال خمس سنوات كذلك مدة الأربع شهور زادت لتصل إلى ستة أشهر تنتهي في منتصف مايو المقبل كل ذلك حتى نشجع المصريين بالخارج ان يستفيدوا من هذا القانون الذي يعد إنجاز كبير يخدم كاهه شرائح المصريين بالخارج كذلك تم إعادته النظر في الرسوم أو الجمارك الموضوعه على السيارات وتم تقليل الضريبة الجمركية بنسبة 70% وبالتالي يستطيع أي مصري بالخارج أن يدخل على التطبيق الخاص بقانون السيارات المصريين بالخارج ويحدد السيارة التي يريد أن يستجلبها إلى مصر.

■ ما الدور المقرر أن تقوم به الشركة المصرية لاستثمار أموال المصريين بالخارج؟ وماذا عن دور الحكومة؟

تم إطلاق "شركة المصريين بالخارج للإستثمار" وتسمية أعضاء مجلس التأسيس، فهم نخبة من أبرز المستثمرين ورجال الأعمال المصريين بالخارج، بمشاركة الدكتور فخري الفقي، رئيس لجنة الخطة والموازنة بمجلس النواب وخبير صندوق النقد الدولي السابق.

■ ماذا عن أهم المحاور والجلسات لثالث جولتك الخارجية للولايات المتحدة الأمريكية بكاليفورنيا؟ وما انتطباعك عن هذه الجولة والجولات السابقة؟

حريصون ضمن استراتيجية وزارة الهجرة على التواصل مع أبنائنا في شتى أنحاء العالم، سواء في لقاءات مباشرة أو عبر برنامج زووم ضمن مبادرة "ساعة مع الوزيرة" أو في لقاءات نستقبل فيها الخبراء والعلماء ورموز الجاليات في وزارة الهجرة لنتناقش ونتحاور سويا حول أبرز المحاور والخدمات والمحفزات التي يمكن تقديمها للمصريين في الخارج، ونتيجة لذلك نجحنا في تقديم محفزات مختلفة في عدد من المجالات على مدار الأشهر الماضية منذ تولي حقيبة وزارة الهجرة، بجانب الحرص على تعزيز الخدمات المقدمة للمصريين بالخارج وإدماجهم في خطط التطوير والتنمية التي تجرى في مصر، وكذلك التواصل مع الأشقاء لضمان إستفادة أكبر وفرص عمل أفضل للمصريين بالخارج مع تدريبهم وتأهيلهم على ثقافة المجتمع الذي سيعملون فيه.

■ كيف تلعب وزارة الهجرة دوراً مهماً في حل مشاكل المصري المهاجر من تسهيل أوراق وروتين وهذا بدوره يعمل على إحباط المبادرات من المهاجر؟

تعمل وزارة الهجرة على دعم كافة المصريين بالخارج والتنسيق مع كافة المؤسسات المعنية لتذليل أية عقبات تواجهه ولهذا عادت وزارة الهجرة إلى الحكومة المصرية مما يؤكد أهتمام القيادة السياسية بهذه الشريحة من المصريين فهم في القلب وفي قلب أيضاً عملية التنمية، فهذه التنمية تستهدف كافة المصريين سواء بالداخل أو بالخارج.

■ كيانات وجمعيات وإتحادات للمصريين في الدولة الواحدة هل هذا يضعف أم يقوى كيان الجالية هناك؟ وهل الجاليات المصرية متكاتفه مع بعضها البعض؟ وماذا عن إنشاء قاعدة بيانات دقيقة لهم؟

نحن في وزارة الهجرة ناقش بشكل دوري خطط العمل المستقبلية وأبرز الملفات ضمن إستراتيجية العمل 2023-2024، حيث نتواصل مع المصريين بالخارج على إختلاف فئاتهم وبشتى السبل الممكنه.

نحن نقف على مسافة واحدة مع كافة الكيانات المصرية بالخارج ونعمل على التعاون سويا وتم تنفيذ وتنظيم 3 نسخ من المؤتمر الخاص للكيانات المصرية بالخارج، وكان من حسن الحظ ان يكون أول فعالية لي عقب أداني اليمين الدستورية أمام السيد الرئيس كان مؤتمر الكيانات فكانت فرصة جيدة للقاء معهم والتعرف عليهم وعلى إحتياجاتهم وأفكارهم.

■ كيف تعمل الوزارة على نقل إستثمارات المصريين بالخارج إلى مصر؟

تعمل الوزارة على جذب إستثمارات المصريين بالخارج إلى مصر عن طريق العديد من الآليات منها وحدة المستثمرين

إنشاء شركة مساهمة للمصريين بالخارج تعد أحد أبرز مطالب المصريين بالخارج سواء من كبار المستثمرين الذين إستجابوا لطلب المشاركة في التأسيس، أو صغار المستثمرين الراغبين في الحفاظ على مدخراتهم وتميبتها.

الشركة يديرها بالكامل المصريين بالخارج من المستثمرين أصحاب الخبرات المتميزة في مجالات المال والأعمال، والذين يديرون شركات عالمية حققت نجاحاً في السوق المصري، وتم الإتفاق على وضع خارطة طريق للإجراءات التي سيتم إتخاذها، وفقاً لخطط العمل، سواء الإجراءات اللوجيستية أو إجراءات التأسيس، بالتنسيق مع مختلف جهات الدولة، للاتفاق على كافة الخطوات فيما يتعلق بإطلاق الشركة وصندوق الاستثمار، وكذلك شكل الطرح في البورصة المصرية والبورصات العالمية.

■ ما الذي تقدمه وثيقة التأمين على الحياة للمهاجرين وخصوصاً في أمريكا من نقل جثامين وخلافه؟

أطلقت وزارة الدولة للهجرة وشؤون المصريين بالخارج وثيقة التأمين على المصريين العاملين في الخارج يستهدف منح الحماية التأمينية للمصريين بالخارج، حرصاً من الدولة المصرية على حماية أبنائنا العاملين بالخارج ورعايتهم في جميع أنحاء العالم، ومن ضمنها نقل الجثامين.

تم العمل بالتعاون مع الهيئة العامة للرقابة المالية وإتحاد شركات التأمين، على أن تكون الآلية الخاصة بتطبيق التأمين للمصريين العاملين في الخارج مبسطة لكي تشمل كافة المصريين بالخارج في كل دول العالم.

■ ما هو معرض لوجوس وما هي فائدة نشاطاته على الجالية المصرية والأسر المغتربة في الخارج؟

ملتقى لوجوس حدث وطني يعرض لشباب مصر بالخارج التجربة المصرية وإنجازاتها في كل المجالات، فقد تم تنظيم زيارات للمشروعات القومية ولقاء مع السيد رئيس مجلس الوزراء للتحديث مباشرة مع الشباب.

ان مثل هذه البرامج لها دور كبير في تنمية الولاء والإنتماء لدى الشباب تجاه وطنهم كما إنها تدعم ربطهم به، والحفاظ على هويتهم الوطنية والثقافية.



■ ماذا عن آليات التواصل مع المصريين بالخارج وكيف تتابعين أحوالهم في كل دول العالم؟

التواصل مع المصريين بالخارج، على إختلاف فئاتهم، بشتى السبل الممكنة، يعد من أعمدة وزارة الهجرة، وهذا يتجلى في مبادرة "ساعة مع الوزيرة"، والتي تعقد أسبوعياً، للقاء الجاليات المصرية بالخارج، وعرض المحفزات وحل مشكلاتهم، والإستماع لمقترحاتهم في مختلف المجالات، للعمل على حلها بمختلف الوسائل، بالتنسيق مع وزارات ومؤسسات الدولة المصرية كافة، كما أن الوزارة حريصة على ربط المصريين بالخارج بالوطن، وإشراك ممثلي مختلف الجهات المعنية للرد على استفسارات المصريين بالخارج، وحرصنا أيضاً على زيارة الجاليات المصرية بالخارج في أكبر تجمعات في المملكة العربية السعودية والإمارات للإستماع لكافة المطالب والمقترحات وطرح مختلف المحفزات والتيسيرات التي نفذتها الوزارة للمصريين بالخارج، ومن خلال مكتب الشكاوي وإدارة الإتصال، تتابع موقف المصريين بالخارج على مدار 24 ساعة، لحل مشكلاتهم، والوقوف بجانبهم في الأزمات، بجانب منصات التواصل الإجتماعي ومجموعات العمل التي تتفاعل مع المصريين بالخارج، ونشر كل ما يتعلق بخدمة المصريين بالخارج، سواء في التعليم، الإستثمار، الإسكان، التأميمات، الجمارك، وغيرها.

■ ماذا عن مركز حوار الشباب والمنصة الإلكترونية واندماج الشباب المهاجر بالشباب المقيم في مصر وتبادل الثقافات والتعلم؟

مركز وزارة الهجرة حوار شباب المصريين الدارسين بالخارج تأسس ليكون أول مركز يجمع هؤلاء الشباب، حيث نعمل جاهدين في وزارة الهجرة للتواصل معهم وتوفير كافة المعلومات لهم بكل شفافية ووضوح أينما كانوا باختلاف شرائحهم وتخصصاتهم. هذا المركز هو نقطة الإتصال وهو أيضاً فرصة للاحتفال بأهم إنجازاتهم. ورسالة من وطنهم بأنهم ليسوا بمفردهم أينما كانوا، فالمركز هو جزء من إستراتيجية وزارة الهجرة العامة لربط الشباب المصري ببلده مصر، لإعطائهم الفرصة لإفادة وطنهم والاستفادة منه. ولكن هذا ليس هدفنا الوحيد، بل نعمل أيضاً على إعطاء الشباب المصري الفرصة لإعادة إكتشاف وطنهم الأم، لزيارتها ومعرفة المزيد عنها والتعرف عليها بشكل أكبر لمواجهة الصور السلبية التي يتم الترويج لها عن مصر في الخارج. فهم سفراننا، وصوتنا في الخارج، كما تم مشاركة 6 من شباب الدارسين في قمة المناخ بشرم الشيخ cop27 ذوي التخصصات البيئية وتم رفع توصياتهم لدولة رئيس الوزراء والوزارات المعنية.

■ وماذا عن تحويلات المصريين بالخارج وتسهيلاتهم، وكيف يمكن لوزارة الهجرة دعمها وزيادتها؟

تحويلات المصريين بالخارج مصدر مهم للعمله الصعبه، لكننا لا ننظر للمصري في الخارج من جانب تحويل المدخرات فقط، لكن الإستجابة لمطالبه والعمل من اليوم الأول على وضع عدد من المحفزات والميزات للمصريين بالخارج لزيادة ربطهم بالوطن وتوفير تيسيرات بالخدمات التي يحتاجها منها تخفيضات على تذاكر الطيران للأسر على مدار ٢١٩ يوم وكذلك قانون السيارات الجديد، ووحدات سكنية وأراضي مخصصة، باقات من المحفزات تساهم في استقرار التحويلات المصرية بالخارج في ظل تحديات إقتصادية عالمية، كثير من الأمور التي نعمل عليها والأساس فيها هو خدمة المواطن المصري بالخارج، وبالتالي لا بد أن يشعر أن الدولة المصرية تقدم له ميزه وتقدم له محفزات تجعله يكون أكثر حرصاً على الإستفادة من هذه المحفزات والميزات ورأينا خلال الشهور الماضيه أن المصريين بالخارج إستجابوا لهذه المحفزات وشعروا باهتمام الحكومة.

■ ما الهدف من نشر مبادرة «اتكلم عربي»، وأى تأثير لها على أبناء المصريين بالخارج وخصوصاً الجيل الثالث المولود بأمريكا؟

في البداية أود أن أشكر الفريق محمد عباس حلمي وزير الطيران المدني، لتعاون سيادته في إطلاق المرحلة الثانية من المبادرة الرئاسية "اتكلم عربي- جذورنا المصرية" وإصدار توجيهات بنشر فيديوهات عن أهداف المبادرة على شاشات العرض في عدد من المطارات المصرية، وكذلك في صالات 1، 2، 3 بمطار القاهرة الدولي، وذلك للترويج للمبادرة الرئاسية ونشر أهدافها بين الجاليات المصرية بالخارج، من مستقلى طائرات الشركة الوطنية "مصر للطيران"، حيث تعد وزارة الطيران المدني من أبرز الوزارات الداعمة للمصريين بالخارج، والتي قدمت كذلك محفزات متميزة لهم، وبالتأكيد كل ذلك يستهدف الحفاظ على الهوية المصرية، وتعزيز وترسيخ روح الإنتماء لدى الأجيال المصرية الناشئة بالخارج، حيث إنهم في حاجة ماسة لتعريفهم بحضارتهم وتاريخهم العريق. كما ننظم محاضرات عن الحضارة المصرية في المدارس الدولية وننقلها عبر صفحاتنا إلى أبنائنا في الخارج لتعميق إرتباطهم بالوطن وثقافتهم وحضارتهم العريقة، بدأنا بزيارة

المدرسة الأوروبية الألمانية مع الدكتور وسيم السبسي الذي حدثهم عن الطب في مصر القديمة وأبهرهم بمدى التقدم في مجالات العلوم من الاف السنين سقت حضارات العالم.

■ كيف تتواصل الوزارة مع الحالات التي تعاني من الأمراض أو المشكلات الصحية في الخارج وخصوصاً لمن ليس لهم أهل؟

إننا حريصون على متابعة أحوال المصريين بالخارج، حول العالم، بالتعاون مع جميع وزارات ومؤسسات الدولة المصرية، مؤكدة أن مصر سند للمصريين في الخارج في أي مكان ولا تتخلى عنهم في أي موقف، ومثل هذه الحالات تشهد تضافر جهود كافة الجهات المعنية مع وزارة الهجرة، فقد نجحنا بالتعاون مع وزارات "الخارجية والطيران المدني والصحة" والكنيسة المصرية بالخارج، في نقل شاب مصري حالته الصحية متأخره من موزمبيق على عدة مراحل وتقديم الرعاية الطبية له في المستشفى المصري القبطي في كينيا، عقب نقله من دولة موزمبيق إليها، وتم توفير رعاية مركزة بطائرة مصر للطيران وبدورها نقلته إلى القاهرة من نيروبي بصحبة طبيب من المستشفى القبطي، وتقديم كل التيسيرات لإنقاذه وسرعة نقله وإنهاء كافة الإجراءات اللازمة وبدء خطة علاج متكاملة في مستشفى دار الشفاء.

■ ما أبرز فعاليات زيارة كاليفورنيا ونتائجها وملاحظاتك عن الجالية؟

سعيدة بالجولة الخارجية الثالثة والتي زرت خلالها ولاية كاليفورنيا وفخورة بنجاح كافة أهداف الزيارة وخاصة اللقاء مع الجالية والتي تجاوز عدد الحضور ٣٥٠ شخص من أقطاب المصريين بكاليفورنيا، هذه الجالية التي تضم من ذوي المكانة والريادة في مجالاتهم، فالمصريين أينما كانوا هم جالية متميزة تنجح في الدوبان في مجتمعاتهم وترك اثر مهم ورائع، فالجالية في كاليفورنيا متميزة جداً وتدعو للفخر، تجمع بين تحقيق نجاحات كبرى وأيضاً الإحتفاظ بالعادات والتقاليد الأصيلة ليثبتوا إنهم أبناء الحضارة العظيمة ويشاركون الآن في بناء مجتمعات جديدة.



أولاً :- من أجل الجالية المصرية بأمريكا:

- 1- العمل على تواجد جالية مصرية متضامنة قوية داخل الولايات المتحدة والإجتهد لتوحيد أبناء الجالية في أمريكا من جميع الأعمار والأطياف ومختلف التوجهات على أساس وطني إجتماعي وديموقراطي خالي من الحسابات الشخصية لربط الجالية المصرية بعضهم ببعض بشكل أقوى ووحدة أكبر لنصبح على قلب رجل واحد نسعى لتوحيد أهدافنا وقوتنا لصالح جاليتنا ولبلدنا الحبيبة مصر.
- 2- المساعدة وتسهيل نقل الجُتامين إلى بلدنا مصر لمن توفاه الله وليست لدى أهله المقدرة المالية أو لمن لا يوجد له أقارب هنا في أمريكا.
- 3- مساعدة أعضاء الجالية في حل بعض المشاكل التي تواجههم في أمريكا مع الجهات الحكومية المصرية داخل مصر وأيضا الممتثلة في السفارة والقنصليات الأربعة الموجودة في الولايات المختلفة.
- 4- مساعدة الجيل الثاني على التواصل مع الأجيال السابقة لنقل الخبرات لهم في داخل الولايات المتحدة في المجالات السياسية والعملية ليصبحوا القوة الناعمة لمصر والمصريين في المستقبل داخل أمريكا.
- 5- الوصول إلى تحقيق قاعدة بيانات صحيحة لأبناء الجالية المصرية بأمريكا سواء إقامة قانونية أو غير قانونية أو مؤقتة وربطهم بحبل التواصل ببعضهم في شتى المجالات حتى تكون قوتنا هي وحدتنا في أمريكا.

ثانياً:- من أجل مصر الحبيبة:

- 6- المساهمة في توضيح صورة مصر الحقيقية أمام المجتمع الأمريكي والتواصل مع متخذي القرار من أعضاء الحكومات الأمريكية ومجلسي الشيوخ والنواب في كل ما يتعلق بالملفات الساخنة التي تصل إليهم مشوهة أو ناقصة.
- 7- العمل على إبراز ما تم من تطوير قوانين مصر لتشجيع مناخ الإستثمار الحقيقي في مصر للأمريكان والمصريين من خلال أولاً: تشجيع السياحة بكل أنواعها إلى مصر من خلال برامج سياحية ترفيهية وتاريخية ودينية وأثرية متمثلة في (رحلة العائلة المقدسة بمصر) بالإضافة إلى مختلف أنواع سياحة المؤتمرات والسياحة الصحية والسياحة البحرية.
- 8- التواصل بين العلماء المصريين بأمريكا ونظرانهم في مصر لنقل الخبرات في المجالات الصحية والعلمية والهندسية والصناعية.
- 9- المساعدة على تبادل المعسكرات الشبابية بين شباب الجيل الثاني بأمريكا وذات الأعمار السنوية للشباب المقيم بمصر لنقل الخبرات في المجالات بينهم.
- 10- مساهمة العلماء المصريين في المجالات الطبية والعلمية والتعليمية من خلال قوافل تزور مصر بالتنسيق مع الوزارات المختلفة خدمة المواطن المصري في جميع محافظات مصر.

(هدفنا: نعمل معاً لمصر والمصريين)

(توطيننا في إسهاننا... أنا المصري)

والخدمات التي نجحوا في تقديمها للجميع منذ تأسيسه، ورأيت جهده العظيم وما يحظى به من تأييد كبير من أقطاب الجالية المصرية هناك.

كما سعدت بلقاء الجالية الارمينية ومدى الحب الذي لمستهم لديهم لمصر واستعدادهم للعودة لمصر والإستثمار في الوطن الذي إستضافهم من عشرات السنوات ويكون له كل محبة وتقدير وفخورة بهم ومنتظرهم في مصر.

وشرفت بلقاء عمدة إيرفين وعمدة جيليندال وكان هدفهم دعم العلاقات المصرية الأمريكية على المستوى السياسي والإقتصادي وتوأمة مدن مصرية وأمريكية.

سعيدة ان هذه الجولة الثالثة لي بالخارج أحد عناوين النجاح وفخورة بأبناء الوطن في كاليفورنيا ومحبتهم وسام على راسي وما قالوه أي واحدة منهم شرف كبير جداً وانتظر كل من تعهد بالعودة لمقابلي وليري الوطن الأم والمنحبة التي يحملونها وما لمسوه من كل المزايا والمحفزات من قانون سيارات إلى تأمين أو إسكان أو تعليم أو طيران هم يستحقون منا كل إهتمام وفخورة دوماً بوجودي بين المصريين بالخارج وانتظرهم دائماً في أرض الوطن.

■ ماذا تقولين لصحيفة كاريزما والإعلام المصري المقام في أمريكا وخصوصاً كاليفورنيا؟

للإعلام المصري في الخارج دور كبير في التصدي للمعلومات المغلوطة التي يتم الترويج لها ضد الدولة المصرية وتوضيح الحقائق بشفافية ووضوح، فعليكم مسنولية كبيرة في هذا الشأن بالإضافة إلى أن الإعلام والصحافة من المؤكد أن يساهموا في ملف الحفاظ على الهوية الوطنية والثقافة المصرية من خلال برامج تستهدف تلك الموضوعات.

- كل الشكر والتقدير لسعادتك معالي الوزيرة السفيرة سها جندى من أسرة صحيفة كاريزما عنهم وائل لطف الله وكل مصري مقيم في أمريكا وشكراً جزيلاً لاختصاصنا لهذا الحوار الصحفي القيم والممتلئ بالمعلومات والمعرفة الكبيرة عن الوطن الأم وكل ما هو جديد يهم المهاجر المصري والعربي في أمريكا ويربطهم بمصر أم الدنيا، لك منا كل التقدير والإحترام فنحن جميعاً نقدر مجهوداتكم العظيمة من أجل مصر الحبيبة بقيادة الرئيس المحبوب رئيس جمهورية مصر العربية عبد الفتاح السيسي ونعمل جاهدين في مجال الإعلام والصحافة للتصدي للمعلومات المغلوطة وتوصيل صورة مصر بشكل يليق بها وبأولادها في الداخل والخارج.

كما يسعى جاهداً الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا برئاسة رجل الأعمال الأستاذ رأفت صليب على تبني وتطبيق الأهداف التالية:

سعدت أيضاً بالاجتماعات الهامة التي شملت كبار المستثمرين الذي نجح السفير أحمد شاهين القنصل العام في جمعهم حول مائدة حوار واحدة، ومن خلال الجريدة أود أن أحيي السفير شاهين وأقدم له شديد تهاني على ترتيب هذه الزيارة الناجحة.

لقاء المستثمرين المصريين بولايات الغرب الأمريكي كان لقاء مبهراً أكدوا كونهم من قيادات مجتمعاتهم في مجال الأعمال، المشهود لهم عالمياً وشمل اللقاء ٢٥ من كبار رجال الأعمال تعرفوا من خلاله على أهم المستجدات الإستثمارية في وطنهم مصر، وتعرفوا على المميزات الجديدة وكيف يدخلوا إلى السوق المصري ويحققوا نجاحات ماثلة لما حققوه في الولايات المتحدة الأمريكية، كانت جلسة مطولة ومليئة بالحوارات والإنجازات وسعدت بالحوار الثري وإطلاعي على التجربة الأمريكية والازمة التي تمر بها الولايات المتحدة والتي هي جزء من الازمة العالمية.

سعدت بإحاطتهم بالتنمية الاقتصادية الحادثة في مصر والرخصة الذهبية التي تمنحها الدولة لتجاوز أي عقبات للجادين لتنفيذ فوري لأعمالهم.

كما اطلعتهم على المزايا الكثيرة للمستثمرين والبنية التحتية المتميزة الاعلى حالياً في العالم. والتي تعزز من كون مصر من أفضل وأهم مواقع الإستثمار العالمي، سعدت أيضاً بزيارة متميزة لكنيسة المصرية بلوس أنجلوس والقاء مع نيافة المطران الانبا سرابيون والأساقفة والكهنة فالكثيرة القبطية لها دور ريادي حول العالم، وتقدم المحبة لابناء الوطن بالخارج.

وسعدت بحضوري الحدث الخاص بـ ECN والدور الرائد لدعم مستشفيات السرطان في مصر وعلي راسها مستشفى 57357 وهذا الحدث الذي حقق نتائج غير مسبوقة بأكثر حملة تبرعات تصل الي ٢٠ مليون جنيه مصري لتمثل القيمة الأكبر من الفعاليات المختلفة في عيدها الـ ١٥، وسعدت برسائل دكتور محمد العريان الإقتصادي العالمي ودكتور فاروق الباز ودعمهم للشبكة وجهودها وكونهم من علامات ورموز المصريين بالخارج.

وكنت فخورة بالاجتماعات التي التقيت فيها مع رموز الجالية، في لقائي في بيت السكن التي نظمها السيد السفير لعدد آخر من أقطاب الجالية والمنظمات المصرية الموجودة في كاليفورنيا وولايات الغرب، وأنشطتهم الإجتماعية والعلمية والفنية.

وشرفت بإختيار سفيرة لوزارة الهجرة للقدرات الخاصة الدكتورة مارينا نخلة وما تمثله من جمال الشكل والروح وقدرتها على نثر المحبة والرفي والنجاح.

أيضاً تواجدت في المؤتمر الخاص بالإتحاد العام للمصريين في الخارج بالولايات المتحدة الأمريكية وتابعت الآليات المختلفة

ST. MARK FAMILY DENTAL

818-992-4600

دكتور / ماجد النجار

General and Cosmetic Dentistry



حشو عصب - تجميل الأسنان - جراحة الفم - أطقم كاملة وجزئية - أسنان أطفال



Root canal - Teeth Whitening Zoom

Digital X-ray - Veneers

Implant - Crown, Bridge

Denture - Periodontics

YOUR SMILE IS OUR PRIORITY

20913 Sherman way, CANOGA PARK, CA 91303

stmarkfamilydental@gmail.com

www.stmarkfamilydental.com

Adel Lotfy عادل لطفى

COMMERCIAL
Real Estate



Broker Associate

MGR
Real Estate

Commercial Brokerage



DRE# 01104445

Sales, Purchases,
Leases & 1031 Exchange.

Commercial Properties,

Businesses, Residential, Residential

Income & Property Management.

لكافة احتياجاتكم

في كاليفورنيا

من شراء وبيع

العقارات التجارية

والإستثمارية والسكنية والأراضي

Cell: 714-742-7888-Direct: 949-878-7930

Email: adellotfy21@aol.com



LAW OFFICES OF

JOHN MIKHAIL

www.lawofficejohn.com



المهامى جون ميخائيل

نحن نقدم العربيه الإستشارة مجانية

معكم فى الأوقات الصعبة FREE Consultation

إصابات العمل - التعويضات - حوادث السيارات

No Risk: No Attorney Fee if No Recovery Car Accidents

Serving all of Southern California

(310)806-1231

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.



شريف للهجرة

تراجم - تصديق كل المستندات - الجنسية ومشاكلها - كاتب عدل
لم الشمل - اللجوء - التعامل مع السفارات - رخص القيادة الدولية

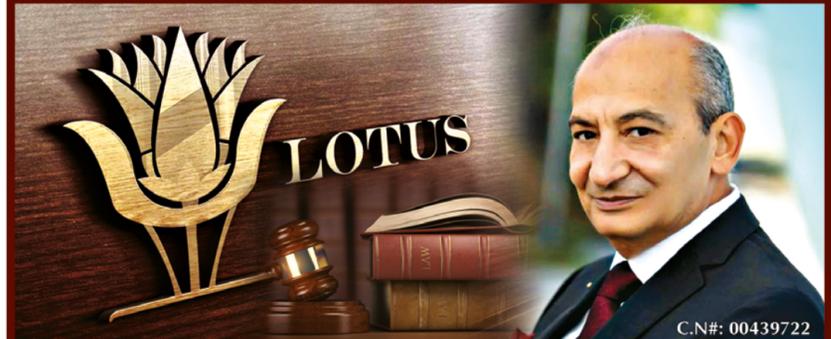
714-491-0748

www.immigrationland.net

Email: immigration_center@hotmail.com

Packages & Cruises For Emergency: 714-924-6286

1811 W.Katella# 211, Anaheim, CA 92804



لوتس LOTUS

مكتب محاماه مصرى بكاليفورنيا

عاطف منصور (عاطف داوس) AKA.

Egyptian legal consultant in California
Supreme Court Attorney in Egypt

مستشار للقوانين المصرية بأمرىكا وعضو نقابة محامين كاليفورنيا

C.N# 00439722

مهامى بالنقض والدستورية والإدارية العليا بمصر

- إذا كان لديك إستشارة قانونية متعلقة بالقوانين المصرية أو قضية بالمحاكم المصرية فنحن أول مكتب محاماه مصرى معتد بكاليفورنيا.
- نحن نوفر عليك مشقة وعناء السفر.
- خبرة كاملة في كافة المجالات والقوانين المصرية (المدنى - الجنائى التجارى - الأحوال الشخصية - الميراث والوصية - الشهر العقارى - قانون الإيجارات - قانون الضرائب - قانون العمل - الإستثمار - تأسيس الشركات محاكم مجلس الدولة والقضاء الإدارى).

للإستشارة والمزيد من المعلومات إتصلوا بنا على

Phone: + 1(818) 818-2590

Email: ATEFDAWES@YAHOO.COM

A LITTLE PLANNING MAKES A BIG DIFFERENCE



GIVE YOUR FAMILY PEACE OF MIND

Let me show you the emotional and financial benefits of pre-planning your funeral arrangements. Call now for your free Final Wishes Organizer.

FOREST LAWN®

FUNERALS • CREMATIONS • CEMETERIES



Trevena Hanna

Planning Advisor
Forest Lawn - Covina Hills

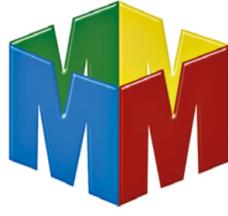
626-367-9417 Cell 626-732-2403 Office
thanna@ForestLawn.com

Cemetery License CES 60080
Life Insurance License 4192548
CDI License No 0D08477

Funeral planning is funded through the purchase of whole life insurance from National Guardian Life Insurance Company, Madison, WI (NGL). A qualified Forest Lawn planner, who has been both licensed by the state and appointed as an agent of NGL, can answer any questions. Forest Lawn is an agent of NGL. National Guardian Life Insurance Company is not affiliated with The Guardian Life Insurance Company of America, aka The Guardian or Guardian Life.

Covina Hills FD 1150 • 21300 Via Verde Dr., Covina, CA 91724

Forest Lawn Memorial-Parks & Mortuaries



**MASHNEY
LAW OFFICES**

The Law Firm to Trust

خبرة أعوام طويلة
وموضع ثقة العرب الأمريكيين
لحمايتك أنت وعائلتك
منذ عام 1992

Protecting You & Your Family Since 1992

المحامى سامى المشنى



- Auto accidents
- Personal injury
- Workers compensation



- حوادث السيارات
- الإصابات الشخصية
- تعويضات العمال

Tel: 800-555-665



Mashney Realty, Inc.
License # 01835909



**MASHNEY
REALTY**

All Your Real Estate Needs

خبرة عريقة - خدمة سريعة - ثقة معهوده - كافة خدمات بيع وشراء العقارات

42 Years Combined Professional Experience

**سكنى - تجارى - محطات وقود - وحدات شقق سكنية - مستودعات تجارية - أراضى - إدارة العقارات - تأشيرات الاستثمار
(مدراء الشركات يمكنهم الحصول على فيزا المدير العام ثم الجرين كارت بعد سنة)**



**Victoria Abbey
Realtor**



**Sami Mashney
Real Estate Broker**



**Wissam Zalzali
Realtor**

فرصة استثمارية ممتازة - لأنحة كبيرة من العقارات تناسب ميزانيتك وإستثمارك

Tel: 714-612-0157

335 N Brookhurst St, Anaheim, CA 92801

www.MashneyLaw.com



إستلم
عربيتك الآن
بدون Credit
لدينا جميع
التسهيلات

S. Wannas
Auto Sales

بيع وشراء كافة أنواع السيارات
سيارات أوروبية - يابانية - أمريكية
تشكيلة واسعة من السيارات المستعملة بأفضل الأسعار

نتحدث اللغة العربية

Best Extended Car Warranties

Available Cars for
Drivers / Approved



Show me the



Firsttime Buyer
Bad Credit
No Credit
Repossessions



General Manager
Ehab Hanna
Visit Our Website
www.stwannas.com

Cell: (909) 703-1841
Office: (909) 703-1509
Fax: (909) 341-6007
Email: stwgm@stwannas.com

Corporate office:
14848 Central Ave #59 Chino, CA 91710

Retail office:
1680 S E St B-95 San Bernardino, CA 92408

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



تقديم سارة 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



قصة قصيرة بقلم / جون مرجان

خاص لجريدة كاريزما



الأم مدرسة... لعب وفن وهندسة

وبالطبع لم أكن أنا لأقف هكذا مكتوف الأيدي في تلك اللحظات الحرجة... قمت واقف من طولي من منظر الدم

وينظرة من فوق لتحت ناولتني إحدى الممرضات قطنه مشبعة بمحلول ما حتى استفيق مما أنا فيه من غثيان وشعور بالدوار.

وفجأة توقفت أنفاس الجميع وتعلقت عيونهم وهي تتابع رأس المفعوص شجاع السبما وهي تظهر للنور... واخيرا خرج إلى العالم.

العجيب أن كل هذا الألم الذي قاسته أم العيال وحالة الإعياء الشديدة التي كانت عليها لم يمنعها من طلب الطفل حتى تراه... وبمجرد ان وضعه الطبيب على صدرها ارتسمت إبتسامة مرهقة على وجهها الشاحب من فرط الإعياء واعطت المفعوص الذي كاد ان يقتلها قبلة حانية

ويكبر المفعوص الصغير وكل المفاعيص وتظل ماما هي البداية والنهائية... الأول والآخر

أول من يلعب ويداعب الطفل هي (ماما)... أول من يساعده ويشجعه على الفن سواء كان الرسم أو الغناء أو التمثيل هي (ماما)... أول من يهندس له حياته ويقوم بكل شيء في دقة متناهية من أجله هي (ماما).

حقيقي الأم مدرسة... لعب وفن وهندسة

وأنا من خلفهم لإخراج الواد لمدة ليست قليلة ولا حياة لمن تتادي... وكأنما عرف المفعوص الصغير حقيقة العالم الخارجي فقرر البقاء بالداخل.

وفيما كان الطبيب يحاول سحب شجاع السبما الوسطاني كان هذا المفعوص يطل علينا برأسه قليلا ثم يدخل ثانياً (حركات عيال).

وفجأة هبت إحدى الممرضات وقررت المساعدة وأخذت تحاول في جذب الطفل مع الدكتور بينما زميلتها الأخرى أخذه في تلقين أم العيال إرشادات الولادة (خدي نفس عميق... اخرجي النفس بقوة... خدي نفس عميق... اخرجي النفس بقوة) والست أم العيال يا ولداه ما فيهاش نفس من أساسه.

للحظة ذكرني هذا المشهد بجماعة الصيادين وهم على الشاطئ يحاولون سحب الشبك (وهيلا هيلا يا أبو العباس وهيلا هيلا يا مساعد الناس) وللحظة شعرت بأن كل من في الحجرة يلد وليس فقط أم العيال.

واشدد الموقف خطورة عندما كادت أم العيال أن تتوقف عن التنفس من شدة الألم وهنا قرر الطبيب عمل جراحة سريعة لإنقاذ الموقف... وطلب من الممرضة المشرط والمقص وبدأ في عمل الجراحة... لحظات والدم ظروف الدنيا والجو انكهرب وحالة شديدة من التوتر سادت على الجميع

من فينا لم يضحك بل ولايزال يضحك كلما شاهد مسرحية العيال كبرت وخاصة عندما قال رمضان السكري (الاب) معاتباً زوجته (زينب) جملة الشهيرة.

يا زينب... يا زينب الأم مدرسة... لعب وفن وهندسة. ضح المسرح بالضحك من وقع الجملة التي لم ولن تخلو يوماً من تلك الحقيقة.

حقيقي الأم مدرسة... لعب وفن وهندسة.

الأم مدرسة يدخلها الطفل وهو مازال نطفة... مجرد خلية تسعى إلى التكوين وتحتاج إلى من يقيتها ويرعاها... يتخرج منها بجسده واما روحه فتظل معلقة بهذا الكائن الوحيد الذي يكمن فيه سر الحياة.

لن أنسى أبداً يوم ولادة الواد إبني شجاع السبما الوسطاني... كانت الغالية أم العيال تملأ المستشفى صراخاً يجعل أي امرأة تتراجع عن قرار الأمومة بل تتراجع عن فكرة الزواج من الأساس.

ودخلت الغالية أم العيال غرفة العمليات وسط حراسة مشددة وطبعاً دخلت أنا معها كما فعلت وقت ولادة المحروس الكبير... ويا ريتني ما دخلت.

ظلت الغالية أم العيال تنازع وتجاهد ومعها الطبيب والممرضات

طوبى لمن اخترته وقبلته ليسكن في ديارك إلى الأبد

على رجاء القيامة إنتقلت إلى الأمجاد السمائية السيدة / جلوريا بوليس



تتقدم أسرة جريدة كاريزما Charisma Newspaper

عنهم وائل لطف الله بأخلص التعازي القلبية

لرجل الأعمال وسكرتير الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا

الأستاذ / أشرف عزيز في وفاة زوجته

والعزاء لجميع أفراد الأسرة

كما تتقدم أسرة

الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا

بالتعازي القلبية له ولأسرة

عنهم رجل الأعمال ورئيس الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا

السيد / رأفت صليب

الأسرة تتقدم بوائز الشكر لكل من تفضل بمواساتهم

سواء بالحضور أو بالاتصال أو بالبرق

نياحا لروحها الطاهرة

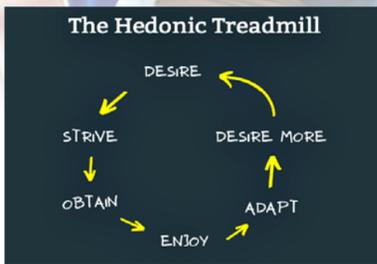
الرب يعوض الجميع على تعب محبتكم

في أحضان القديسين والشهداء

هل الأمريكيون حقاً أسعد شعوب العالم؟

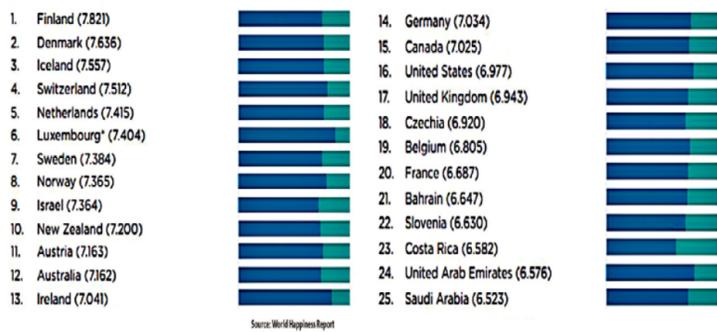
بثلم / جاك عطا الله - خبير تمويل عقاري

خاص لجريدة كاريزما



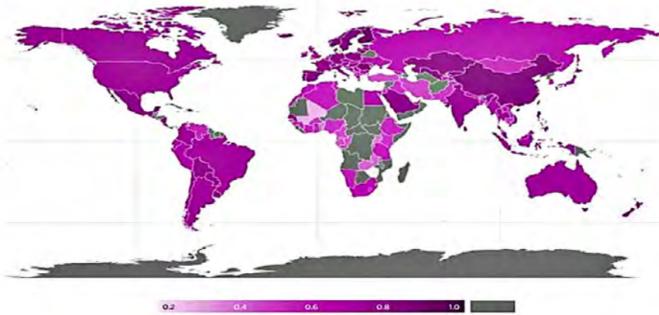
السعادة شعور جميل يتمنى الجميع التمتع بيه في ظل مشاكل الحياة اليومية والظروف المحيطه بنا التي تسبب الإحباط تاره والحزن تاره اخرى. فليس هناك شخص على وجه البسيطة لا يبحث عن السعادة ويتمنى ان يعيش سعيد. البعض يظن ان السعادة موجوده في الدول الغنية ذات الإقتصاد القوى والبعض الآخر يظن ان سعادة الشعوب تعتمد على دور الحكومات في إسعاد شعوبها. ويظن الكثيرون ان الأمريكيين هم أسعد شعوب العالم كونهم يعيشون في أقوى دولة إقتصادياً وعسكرياً وبين هذا وذاك دعونا نناقش مفهوم إقتصاديات السعادة وعلاقة السعادة بإقتصاد الدول. في العصور الماضيه إهتمت كل الدول بالنتائج المحلي الإجمالي GDP ونصيب الفرد GDP Per Capita كنوع من النمو الإقتصادي الذي يعكس بدوره على المواطن مما يزيد من سعادته ورضاه عن الحكم والقاده. ولكن في الآونه الأخيره ظهر مفهوم جديد عن إقتصاديات السعادة وهو قياس مدى تأثير النمو والإزدهار الإقتصادي في الدوله على سعادة المواطنين ورضاهم. وأصبحت الأمم المتحده تصدر تقريراً سنوياً عن السعادة على مستوى الدول الأعضاء من خلال شبكة حلول التنمية المستدامة World Happiness Report أظهرت الدراسات ان النمو الإقتصادي وزيادة نصيب الفرد من الناتج المحلي الإجمالي للدوله يزيد من فرص سعادة المواطنين ورضاهم. فحصول الفرد على وظيفه يزيد من إستقراره المادى والإجتماعى ويساعد على تقويه قدرته الشرائيه مما يزيد من سعادته. في عام 2010 أظهرت بعض الدراسات في الولايات المتحده الأمريكيه انه إذا كان دخل الفرد السنوى 75 الف دولار فإنه سيكون سعيد ولكن تقل درجه السعادة مع إرتفاع التضخم وإنخفاض القدره الشرائيه. وايضاً إذا تحول الفرد من العمل بدوام جزئى الى العمل بدوام كامل يزيد من سعادته. أيضاً الدول التي تقدم مساعدات ومنح لمواطنيها في مجالات التعليم والصحة والنقل تساهم بشكل كبير في سعادة ورضاه المواطنين عن أنفسهم وعن الحياة بشكل عام. ولكن في المقابل أيضاً أظهرت الدراسات أن سعادة الأفراد لا تتوقف فقط على النمو الإقتصادي والدخل لان هناك عوامل اخرى مثل حرية الرأى والتعبير والحصول على التقدير والمكانه الإجتماعية والتوازن بين العمل والحياة الأسريه وغيرها عوامل كثيره. طبقاً لنظرية المنفعه الحديه المتناقصه Law of diminishing utility فعلى الرغم من سعادة الأفراد من التحول في العمل من وظيفه بدوام جزئى الى وظيفه بدوام كامل إلا أن سعادتهم تبدأ تقل مع زياده ساعات العمل مما يعكس بالسلب. كذلك أيضاً الدخل .. فكلما زاد الدخل زادت سعادة الفرد إلى أن يصل إلى حد معين يختلف من شخص لآخر يصبح فيه الدخل ليس مصدراً للسعادة.

Figure 2.1: Ranking of happiness 2019-2021



أشار التقرير أيضاً الى قياس رضاء المواطنين عن التوازن في أوجه الحياة المختلفه حيث إحتلت فنلندا ومالطا المركز الأول حيث أن 90% يشعرون بالتوازن بين أوجه الحياة المختلفه. يليهم في المراكز التاليه كل من سويسرا (88.7%) رومانيا (88.3%) البرتغال (88.2%) ليتوانيا (88.1%) النرويج (87.5%) سلوفينيا (87.2%) الدنمارك (87.1%) وهولندا (86.9%). في المقابل يأتي كل من كمبوديا (55.1%) الكاميرون (49.4%) الكونغو برازافيل (48.0%) الغابون (46.5%) زامبيا (44.0%) بنين (42.5%) أوغندا (41.9%) لبنان (39.1%) مالي (32.1%) وأخيراً زيمبابوي (20.2%) كأقل شعوب يشعرون بتوازن في حياتهم.

Figure 6.1: Global distribution of people's life being in balance population



Note: Grey regions denote places for which there is no data.

Source: World Happiness Report

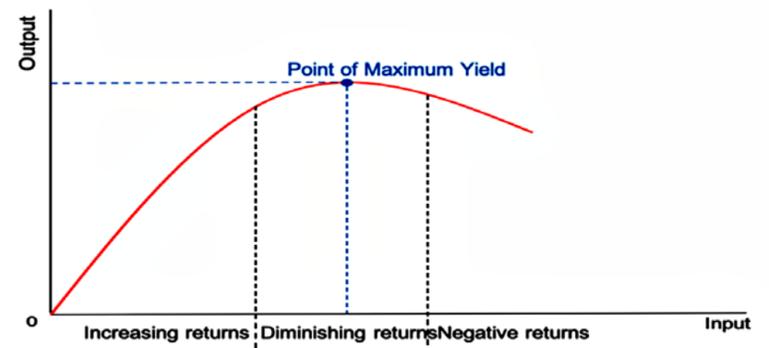
بعض الأبحاث أيضاً وجدت تأثير كبير لمواقع التواصل الإجتماعى على درجه سعادة الأفراد. فالأفراد الذين يقضون وقت أطول على مواقع التواصل الإجتماعى هم الأقل سعادة من غيرهم حيث يكونون في مقارنه دائما بين انفسهم وبين ما يشاهدون من نجاحات الآخرين وممتلكاتهم التي لا يستطيعون تحقيقها. أيضاً من يتابعون أخبار الحروب وحوادث العنف في جميع أنحاء العالم والتي لا علاقة لهم بها يؤلّد لديهم شعور بالخوف ويقلل درجه السعادة. كثير من الأبحاث وجدت أيضاً أن الأشخاص الذين يقضون أوقات في العمل المجتمعى وخدمة الآخرين او ممن يشاركون غيرهم بالوقت والمجهود دون مقابل يشعرون بسعادة أكثر بكثير من غيرهم لرضاهم عن أنفسهم وإحساسهم بأهميه ما يقومون به. في النهايه يمكن القول ان السعادة ليست مرتبطه بالظروف الإقتصادية وحسب بل هناك عوامل أخرى كثيرة تساعد في تحديد درجه السعادة لدى الأفراد. فالنمو الإقتصادي للدوله يساعد على زيادة درجه السعادة ولكن لا يحدد السعادة.

السعادة لا تُستورد.. بل من داخلنا تولّد.

يمكنكم متابعه المزيد من خلال صفحه الـ Facebook

LoanBag Jak Ataalla جاك عطا الله

ليس الدخل وحده بل أيضاً بعد مقر العمل عن مكان السكن يقلل من سعادة الفرد لقضاءه وقت طويل في التنقل. بالإضافة الى الديون التي تسبب القلق وتقلل من سعادة الأفراد. التضخم أيضاً يلعب دوراً هاماً في عدم السعادة للأفراد بسبب خطر فقدان قيمة مدخراتهم. وجد الإقتصاديون أيضاً نظريه تسمى بالـ References - income hypothesis وهى مقارنة مستوى معيشتى بمن اسكن واعيش حولهم. فلو كنت ذا دخل متوسط واسكن في منطقته فقيره فسأشعر بالسعادة واننى افضل من الآخرين بينما إذا سكنت في حى سكنى للأثرياء سأشعر بعدم السعادة لإحساسى بأننى أقل على الرغم من أن دخلى لم يتغير في الحالتين. ففى بعض الأبحاث المبنيه على بيانات الدخل من التعداد السكاني في الولايات المتحده وجد الباحثون أن الأمريكيين كانوا أكثر سعادة عندما كانوا يعيشون في أحياء غنيه في المقاطعات الفقيره طالما أن الفقراء لا يعيشون بالقرب منهم. وهذا ما يقودنا الى ما يعرف باسم Hedonic Treadmill وهو التعود على وسائل الراحة المختلفه مما تفقدنا قيمتها في إسعادنا. فسعدتنا بإختراع أول تليفون محمول في العالم لم تبقى كما هى الآن لأنه فقد قيمته لأننا إعتدنا الآن وجود التليفون المحمول بل واصبح جزء أصيل من حياتنا فوجوده لا يشكل سعادة بل فقدها يسبب مشاكل.



ليس الدخل وحده بل أيضاً بعد مقر العمل عن مكان السكن يقلل من سعادة الفرد لقضاءه وقت طويل في التنقل. بالإضافة الى الديون التي تسبب القلق وتقلل من سعادة الأفراد. التضخم أيضاً يلعب دوراً هاماً في عدم السعادة للأفراد بسبب خطر فقدان قيمة مدخراتهم. وجد الإقتصاديون أيضاً نظريه تسمى بالـ References - income hypothesis وهى مقارنة مستوى معيشتى بمن اسكن واعيش حولهم. فلو كنت ذا دخل متوسط واسكن في منطقته فقيره فسأشعر بالسعادة واننى افضل من الآخرين بينما إذا سكنت في حى سكنى للأثرياء سأشعر بعدم السعادة لإحساسى بأننى أقل على الرغم من أن دخلى لم يتغير في الحالتين. ففى بعض الأبحاث المبنيه على بيانات الدخل من التعداد السكاني في الولايات المتحده وجد الباحثون أن الأمريكيين كانوا أكثر سعادة عندما كانوا يعيشون في أحياء غنيه في المقاطعات الفقيره طالما أن الفقراء لا يعيشون بالقرب منهم. وهذا ما يقودنا الى ما يعرف باسم Hedonic Treadmill وهو التعود على وسائل الراحة المختلفه مما تفقدنا قيمتها في إسعادنا. فسعدتنا بإختراع أول تليفون محمول في العالم لم تبقى كما هى الآن لأنه فقد قيمته لأننا إعتدنا الآن وجود التليفون المحمول بل واصبح جزء أصيل من حياتنا فوجوده لا يشكل سعادة بل فقدها يسبب مشاكل.

أمثالنا الشعبية : تعرف على أصل أشهر أمثالنا الشعبية وسبب قولها

إعداد: نيرمين فرج - الرسومات للفنان المصري: مهنس أبو العزم

على رأسه ريشة:

طبعاً سمعنا هذا المثل العربي الشهير والذي يعد من أشهر الأمثال الشعبية في بلدنا العربية وهو للدلالة على الشخص المميز مطلقاً بينما بمرور الوقت أصبح للدلالة على الشخص المميز ولكن بطريقة سلبية، وبشبه هذا المثل؛ المثل الآخر الذي يقول من على رأسه بطحة يحس عليها، وقصة هذا المثل تعود إلى سنوات عدة حيث كان هناك رجل فقير سرقت دجاجاته من كن الدجاج الذي يملكه، والأمر تكرر كثيراً لدرجة فاقت الحد، فذهب إلى شيخ مسجد القرية التي كان يسكن فيها وشكا إليه سرقة دجاجاته، فقال أن غداً سيكشف له السارق، وبالفعل كان اليوم التالي هو يوم الجمعة واجتمع رجال القرية كلهم للصلاة فبعد الصلاة تحدث الشيخ وطلب من المصلين عدم مغادرة المسجد وأخبرهم أن هذا الرجل الفقير تسرق دجاجاته وأن هذا فعل مشين ولا ينبغي على هذا الشخص الذي يسرق أن يفعل هذا وأنه لم يكتف فقط بالسرقة، بل بجاحته أتى للصلاة ولا زالت آثار الريش على رأسه، فمسح اللص رأسه وقام بكشف نفسه بسبب غبانه وذكاء الشيخ، ومن هنا أصبح التعبير على رأسه ريشة واشتقت منه فيما بعد: من على رأسه بطحة يحس عليها، للتدليل على من يرتكب خطأ لا بد وأنه سيكشف نفسه بنفسه بسبب شعوره بالتوتر، ليصبح أهم وأشهر الأمثال الشعبية التي نداولها بيننا يومياً.

امسك الخشب:

لعل هذه المقولة هي أغرب ما يمكن تسمعه في باب الأمثال الشعبية لأنك لا تعرف تحديداً لماذا يجب على أن أمسك بالخشب بغرض التبرك والحماية من الحسد؟ وما علاقة الخشب بذلك؟ هل تعلم أن هذا ليس مثلاً ذو أصل عربي، بل هو عالمي حيث هناك تعبير شائع بالإنجليزية يقولون فيه "touch the wood" ولعلك تستغرب كيف يعرفون هذا التعبير وما علاقة الأجانب به؟ ولكنك ستستغرب عن علاقتك أنت به وستبحث عن كيف انتشر هذا التعبير ليصبح أحد الأمثال الشعبية المشهورة، هذا المثل أصله وثني حيث كان يعتقد الأقدمون أن هناك أرواحاً خيرة تعيش في الأشجار، وبالتالي صار الإمساك بالأشجار يقصد به التبرك والحماية، ثم لاحقاً بعد انتشار المسيحية في العالم تم استخدام هذا التعبير للإشارة إلى الصليب الخشبي، ويروى أنه في عهد الإمبراطور قسطنطين كان جموع المؤمنين بالمسيحية يسيرون في مسيرات عامة أشبه بالموكب ويمسكون الصليب الكبير والمشاركون في المسيرة يلمسونه بغض التبرك والحماية من الحسد

ثم بعد ذلك وضع الصليب الخشبي الكبير في كنيسة القسطنطينية وصار الناس يمسكون به بغرض التبرك والتطهر والحماية من الحسد، وصار استخدام تعبير الإمساك بالخشب للدلالة على التطهر والحماية ثم تم استعمال التعبير على نطاق أوسع كي يصلنا ونستعمله وليصبح أحد الأمثال الشعبية المشهورة في حياتنا اليومية.

يا عيب الشوم:

يروى في هذا المثل الشعبي أنه كان هناك فتاة بدوية تنتزه في الصحراء وكانت ترتدي ثوباً أبيض، وبينما هي تتجول إذ صادفت وردة من نوع اسمه "الشوم" وهو ورد جميل جداً ولكنه يفرز ألوان على الملابس والجلد، وعندما أخذتها الفتاة لتلعب بها وجدت أن ثوبها الأبيض قد أصبح مبقعاً ببقع الألوان التي أفرزتها الوردة، فرددت: "يا عيب الشوم"، ومن هنا أصبحت الكلمة تدل على الشيء المريب السئ، ويرجح أن يكون المقصود بالشوم أيضاً "الشوم" أي العيب المشؤوم شديد الحزني والعار، ولكن بعض القبائل العربية تسهل الكلمات فتحذف الهمزة منها، وعلى أي حال يعتبر هذا التعبير من أشهر الأمثال الشعبية للدلالة على العيب الشديد.

مثل القبط بسبعة أرواح:

يضرب هذا المثل في الشخص الذي يتعرض للعديد من المصائب والمشكلات والحوادث ويخرج منها من غير سوء أو إصابات أو خسائر، حيث يقال أنه مثل القبط بسبعة أرواح، ولعل التشبيه بالقبط تحديداً لأن القبط تستحق إطلاق هذه الصفة عليها، فلعلك لاحظت من قبل أن القطة تقفز من ارتفاع شاهق ولا يؤثر فيها ذلك إطلاقاً بل على العكس تشعر أنه يكسبها حيوية حيث تقوم تجري بعدها مباشرة وكأنها لم تقفز من ارتفاع كبير للتو، وذلك يرجع إلى مرونة عضلات القطة وقدرة جسدها على امتصاص الصدمات، وبالتالي من الطبيعي أن تقفز من ارتفاعات شاهقة دون أن تمس بسوء أو يؤثر ذلك فيها، وتلهم هذه المقولة الأقدمين ليطلقوا أحد أشهر الأمثال الشعبية.

القشة التي قصمت ظهر البعير:

أحد الأمثال الشعبية الشهيرة، ويضرب في الشخص الذي تحمل كثيراً ثم جاء موقف تافه جداً جعله ينفجر أو ينهار، ويروى أنه كان هناك شخص مسافراً حمل على جملة أمته كثير بما ينوء بجملة ثلاثة جمال، وليس جملاً واحداً، وأخيراً تبقى شيء صغير جداً بوزن القشة، فوجد أن الجمال قد انهار وسقط، فقال الناس هذه هي القشة التي قصمت ظهر البعير، وبذلك أصبحت هذه القصة أصلاً لأشهر الأمثال الشعبية، وتضرب في أن كثرة الضغط قد يؤدي إلى الانفجار، وكثرة تحميل الأعباء قد يؤدي إلى الانهيار.



المتعوس متعوس ولو علقوا في رقبته فانوس:

يحكى انه في يوم من الايام كان هناك رجلين يعملان في مجال التجارة، وكانوا اخوات، وكانوا متميزين في تجارتهم، حيث انهم كانوا يساعدون بعضهم البعض في تسهيل العمليات التجارية، وذات يوم حدثت مشكلة كبيرة لأحد الأخوات جعلته يفقد كل أمواله، وبالتالي فقد تجارته، وأصبح فقيراً. ولكن هذا الرجل رغم فقد تجارته وأمواله، إلا انه كان لديه كرامة وعزة في نفسه، فلم يكن يقبل اى اموال من اى شخص، حتى أن كان هذا الشخص هو أخوه الذي كان يعمل معه في مجال التجارة، وظل هذا الرجل بعد فقدان تجارته على هذا الحال، وذات يوم اراد أخيه أن يساعده بمبلغ من المال حيث أنه أصبح فقيراً بسبب فقد تجارته. فكر الأخ الغنى كثيراً في كيفية مساعدة أخيه الذي فقد تجارته لأنه يعلم أنه لم يقبل منه أموال، ففكر في طريقة يعطي بها أخيه الفقير أموال دون أن يتسبب في جرح مشاعر أخاه، فطلب من اخاه ان يأتي إليه في يوم، ووضع صرة من الدنانير في الطريق الذي يمشى منه أخوه، وبالتالي سيجد أخيه الفقير صرة الدنانير، وبهذه الطريقة ينجح الأخ في اعطاء اموال لأخيه دون أن يجرح مشاعره. وبالفعل دعا الأخ الغنى أخاه الفقير ووضع له صرة من الدنانير في الطريق الذي يسير منه، ولكن عندما وصل الرجل الفقير إلى بيت اخاه الغنى، لم يقل اى شيء عن صرة الدنانير فأراد الاخ الغنى أن يسأل أخاه هل وجد أموال في الطريق وهو قادم إليه ام لا؟ وبالفعل قام الأخ بسؤال أخيه الذي فقد تجارته، ولكن كان الرد صامداً، حيث قال له الأخ الفقير أنه: "زاهن نفسه اليوم انه يسير إلى بيت اخيه مغلق العينين". فرد الاخ الغنى على أخيه الفقير قائلاً "المتعوس متعوس ولو علقوا في رقبته فانوس"، ومنذ ذلك الوقت أصبح هذا المثل "المتعوس متعوس ولو علقوا في رقبته فانوس"، مثلاً شعبياً كبيراً، تتداوله حتى الان وذلك في المواقف التي تعبر عن سوء الحظ رغم اقتراب الفرص.

الي خدته القرعة تاخده أم الشعور:

مثل شعبي نردده باستمرار وخاصة الزوجات اللاتي يعانين من بعض المشكلات مع أزواجهن. والعلاقات الزوجية دائماً تكون تربة خصبة لاختراع أمثال جديدة، والمثل الشعبي: "الي خدته القرعة تاخده أم الشعور، معناه سخريه الزوجه من نظر زوجها لامرأة أخرى. ولم تكن الأمثال الشعبية قديماً تستحدث من العدم، لكنها كانت وليدة مواقف معينة حدثت بالفعل فقبل عنها المثل، وترجع حكاية المثل الشعبي "الي خدته القرعة تاخده أم الشعور" إلى امرأة جميلة تزوجت من رجل فقير قبيح المنظر ولم يحسن معاملتها وتحملت معه فقره وعبويه وسوء معاملته لها، وذات يوم أخبرها إنه سيتزوج من فتاة أخرى شابة وفانقة الجمال، حزنت زوجته كثيراً على أيام عمرها التي أضاعتها معه وشبابها وجمالها اللذان اختفيا بسبب المعيشة الضنك التي رأتها معه وقالت له "الي خدته القرعة تاخده أم الشعور" لتأكدوا أن زوجته الجديدة ستلقى نفس مصيرها وستتغير حالها وجمالها قريباً.

لو كان فيه خير ما رماه الطير:

هذا واحد من الأمثال الشعبية المشهورة التي راجت، واعتادت الألسن قولها في البلدان العربية، والمقصود بهذا المثل، أن الشيء المتروك من قبل لا خير فيه، فعندما يقبل أحد لأخذه، يقال: "لو كان فيه خير ما رماه الطير"، فلو كان المتروك ذا فائدة، لتبارى الآخرون في الحصول عليه. قصة مثل "لو كان فيه خير ما رماه الطير" المقصود بالطير، هو: "الباز أو الصقر"، والذي من صفته التسلط على غيره من الطيور، وقد اعتاد شيوخ العرب تدريبه على صيد جميع أنواع الطيور والعودة بها إليهم، فهي هواية متعارف عليها منذ القدم كصيد الأسماك وغيرها من الحيوانات والطيور البرية، وكان العرب يطلقون على الصقر لقب الطير، فيقول البعض: "لقد أرسلت الطير ليحضر لي صيداً ثميناً"، وهو بذلك يقصد صقره الذي رباه ودربه على الصيد مذ كان صغيراً. لقد كان من عادة الباز أن يأتي بأنواع عديدة من الطيور، إلا البومة إذ إنه لرائحتها النتنة يبادر الصقر إلى التخلص منها بمجرد إن يلتقطها؛ فيقتلها ويرميها، وقد أطلق على البومة بسبب رائحتها تلك أن لا خير فيها، أي أن المقصود بالمثل: "لو كان في البومة خير ما كان رماها الصقر"، ورغم انتشار المثل وتداوله إلا أنه يعتبر ظالم بعض الشيء، فالصقر هنا هو القاتل والبومة هي الضحية، ورغم ذلك تمتعت بأنه لا خير فيها، وكان الخبير كله في الصقر.

مثل القبط بسبعة أرواح:

يضرب هذا المثل في الشخص الذي يتعرض للعديد من المصائب والمشكلات والحوادث ويخرج منها من غير سوء أو إصابات أو خسائر، حيث يقال أنه مثل القبط بسبعة أرواح، ولعل التشبيه بالقبط تحديداً لأن القبط تستحق إطلاق هذه الصفة عليها، فلعلك لاحظت من قبل أن القطة تقفز من ارتفاع شاهق ولا يؤثر فيها ذلك إطلاقاً بل على العكس تشعر أنه يكسبها حيوية حيث تقوم تجري بعدها مباشرة وكأنها لم تقفز من ارتفاع كبير للتو، وذلك يرجع إلى مرونة عضلات القطة وقدرة جسدها على امتصاص الصدمات، وبالتالي من الطبيعي أن تقفز من ارتفاعات شاهقة دون أن تمس بسوء أو يؤثر ذلك فيها، وتلهم هذه المقولة الأقدمين ليطلقوا أحد أشهر الأمثال الشعبية بذلك.



البيت المصري

The House Of Egypt

تتقدم أسرة مؤسسة البيت المصري

المهندس / هشام ستيه - الدكتور / طارق حسنين - الدكتور / طارق شاكر

وجميع أعضاء مجلس الإدارة

بأخلص التهاني القلبية

للإخوة الأقباط بمناسبة

عيد القيامة المجيد

وإحتفالات شم النسيم

كل عام وأنتم بخير

Happy
Easter!

www.thehouseofegypt.com

MOHAMED SALAH

131
TOP-SCORING AFRICAN PLAYER

129
LIVERPOOL'S TOP SCORER

104
MOST LEFT-FOOTED GOALS

32
MOST GOALS IN A 38-GAME SEASON

أجرى التحقيق / سيمير ونيس

خاص لجريدة كاريزما

مو صلاح... ملهمة مصرية على أراضى أوروبية

أفضل المحترفين بلا منازع... مصرية وأفريقيًا
حصد الألقاب هوأيته المنفضة آخرها الهداف التاريخي لنادي ليفربول

10 محطات في 10 سنوات



المتحف البريطاني ضمن مقتنيات المتحف من الآثار الفرعونية المحبوبة لدى المجتمع الإنجليزي. ولا نغفل جداريته المشهورة بأشهر شوارع مدينة نيويورك والتي لم يغفل أى زائر للمدينة العالمية زيارة الجدارية أجنبية كان أو عربيًا.

تكريم الاعب عالميا وسرقة منزله محليا!!:

وباتت شهرة محمد صلاح هي الأقوى على الإطلاق فهو أفضل لاعب مصري -عربي- أفريقي على الإطلاق وبلا منازع، ولا نقرأ إلا كل خيرا عن هذا الاعب الموهوب غير ما طالعنا الصحف المصرية مؤخرا عن خبر سرقة محتويات منزله الخاص بالتجمع الخامس بالقاهرة الكبرى ولا يمر يومان إلا وألقت المباحث المصرية القبض على مرتكبى الواقعة والتي لم يغفل عنها وسائل الإعلام العالمية!!

نقمة رفع سقف مرتب صلاح :

تمسك الاعب بقرار رفع سقف مرتبه الإسبوعى إلى 400 ألف جنيه استرليني كشرطا أساسيا للتجديد له واعتقد أن صلاح ليس في حاجة لتلك الزيادة إلا أنه يريد الإستمرار في تحطيم الأرقام القياسية ليس في الملعب فقط بل على طاولة المفاوضات أيضا، فهو بالفعل أعلى أجر يتقاضاه أى لاعب كان له شرف إرتداء قميص لليفربول فقد فاق عقد المدافع الهولندي فيرجل فان دايك الذى يتقاضى 220 ألف جنيه استرليني. وكادت مفاوضات صلاح مع الإنفيلد تبوء بالفشل حيث أن النادى تمسك بسقف التعاقدات وحيث وجد أن صلاح يغالى في مبلغ التعاقد ويجب مراعاة تعاقدات زملائه في الفريق، وحتى وصلت مفاوضات التجديد إلى مبلغ 350 ألف جنيه استرليني أسبوعيا! ورغم تلك الزيادة التاريخية في تاريخ النادى العريق إلا أننا بصدد أسوء موسم على الإطلاق للاعب المصرى!!

وجهة الاعب القادمة وهل سيتمسك به لليفربول:

رغم أن موسم 2022-23 هو حصد صلاح لواحد من أفضل ألقابه وهو انتزاعه للقب الهداف التاريخي الأول لليفربول ب 129 هدفا (والجريدة ماثلة للطبع) إلا أنه الأسوء على الإطلاق منذ انتقال النجم من نادى روما في 2017 وحيث مازال يتعثر حتى في التأهل لدورى الأبطال للموسم القادم وأيضا لقلته أحراره للأهداف (11 هدفا حتى الآن!!) مقارنة بتصدر النرويجى أرلينج هالاند 28 هدفا قائمة هدافى البريمير ليغ.

فهل سوء النتائج هذه ستجبر صلاح على الرحيل إلى نادى آخر؟! والإجابة فقط عند الاعب، فالليفربول متمسك به وتارك الأمر لصلاح وقيمة عرض النادى طالب صلاح أيا كان، وهناك العديد فإن رحل ميسى عن باريس سان جيرمان إلى الهلال السعودى سيكون جه صلاح القريبه. كذلك هناك إهتمام خاصا بالاعب من أنشيلوتى مدرب ريال مدريد ولا يخفى إهتمام نادى بارشيلونا ويوفنتوس به وسوف تتضح الأمور للجميع عن قريب!!

ماذا قدم صلاح لمنتخبنا القومى المصرى:

لايختلف إثنان على نجومية محمد صلاح وما فعله لمنتخب مصر سواء الأول أو الأولمبى، فترتيب صلاح الهداف التاريخى هو الثانى ب 49 هدفا من 84 مباراة ويأتى قبله في الترتيب لاعب الأهل/الزمالك حسام حسن ب 69 هدفا. ولانستطيع تهميش دور نجم لليفربول في وصول منتخبنا لتصفيات كأس العالم في روسيا 2018 رغم الخروج من دور المجموعات. نعم الجميع يتوقع المزيد من لاعبنا التقدير وعلى أقل تقدير الحصول على كأس الأمم الافريقية المقامة اوائل العام القادم بكونت ديفوار وأيضا صعود منتخبنا لنهائيات كأس العالم 2026 والمقامة باشتراك أمريكا وكندا والمكسيك خاصة بعد زيادة عدد الفرق المؤهلة من قارة أفريقيا إلى 10 فرق الأمر الذى صرح به رئيس الفيفا فالنتينو مورا بأن من أسباب زيادة المنتخب المؤهلة إلى 48 فريقا هو عدم فقد لاعبين عظماء أمثال صلاح وهالاند ومحرز كأس العالم القادمة، فهل تفعلها مصر!!..هل!!

القروى الذى كان في وقت ما لا يملك ثمن مواصلاته للذهاب للمعب التدريب!!

والذى فاق رقم الإنجليزي روى فولر والمسجل في موسم 2005: 2006 ب 128 هدفا ومن قبله ستيفن جيرالد 120 هدفا ومن قبلهما مايكل أوين 118 هدفا. تلك الأسماء لا تقل أهمية عن أسماء محمود الخطيب أو حسن شحاتة أو على أبو جريشة من مصر.

دورى الأبطال... البطولة الأفضل على قلب صلاح:

منذ معرفة صلاح بكرة القدم كانت ولا تزال بطولة الـ دورى أبطال أوروبا للأندية Champions League أو الدورى الأوروبى وهى البطولات الأفضل لقلب الاعب الفذ صاحب الـ 30 خريفا فلم ولن ننخيل بطولة دون صلاح منذ إحترافه بنادى بازل السويسرى وتبلورت أحلامه بحصوله على البطولة الأكبر والأعرق مع ناديه لليفربول وذلك عام 2019 ضد توتنهام وإحرازه هدف المباراة من ضربة جزاء.

صلاح وتحطيم الأرقام القياسية... تحطيمًا!!:

19 مرة لاعب الشهر في لليفربول
4 مرات لاعب الشهر في الدورى الإنجليزي.
مرتين هدف الشهر في الدورى الإنجليزي.
10 مرات لاعب الشهر من رابطة اللاعبين المحترفين "BBC" لأفضل لاعب إفريقي في العام.
مرتين أفضل لاعب في إنجلترا من رابطة اللاعبين المحترفين..
مرتين أفضل لاعب في إنجلترا من رابطة النقاد الرياضيين..
3 مرات الحذاء الذهبى لهداف الدورى الإنجليزي..
مرة أفضل لاعب في الدورى الإنجليزي.. موسم
مرة أفضل صانع أهداف في الدورى الإنجليزي.
مرتين أفضل لاعب في الدورى الإنجليزي من رابطة النقاد..
مرتين جائزة جمهور لليفربول لأفضل لاعب في الموسم..
3 مرات جائزة لليفربول لأفضل لاعب في الموسم..
مرتين جائزة تصويت الجمهور من رابطة اللاعبين المحترفين..
مرة تشكيل الموسم في دورى أبطال أوروبا.
مرة تشكيل العام من وسائل الإعلام الرياضية الأوروبية.
جائزة أونز الذهبية..
مرة جائزة بوشكاش لأفضل هدف.
مرة هدف كأس العالم للأندية.
مرتين لاعب العام من رابطة المشجعين.
مرة أفضل هدف في العام
مرة جائزة القدم الذهبية.
مرة أفضل لاعب إفريقي الاتحاد الدولي للتاريخ والإحصاء.
مرتين أفضل لاعب إفريقي في العام من الاتحاد الدولي للتاريخ .

أرقام صلاح مع لليفربول:

التعميرات الحاسمة	الأهداف	المباريات	البطولة
14	41	63	دورى أبطال أوروبا
0	0	1	السوبر الأوروبى
1	0	2	كأس العالم للأندية
0	1	2	ملحق دورى الأبطال
57	129	205	الدورى الإنجليزي
1	1	3	الدرع الخيرية
1	5	11	كأس الاتحاد الإنجليزي
0	1	4	كأس الرابطة
تمريرة حاسمة 74	هدفاً 178	مباراة 291	عدد أهداف صلاح مع لليفربول

تمثالاً وحذاءً وجداريةً بأكبر متاحف البريطانى:

أصبح صلاح أول لاعب عربي في التاريخ يصنع له متحف مدام توسو العالمى للشمع تمثالاً خاصاً به كما أنه ثالث لاعب كرة قدم يتم عمل تمثال له بالمتحف بعد ديفيد بيكهام، وكريستيانو رونالدو، وذلك على مدار 185 عامًا، أي منذ افتتاح المتحف في عام 1835، وجاء ذلك بعد أقل من عامين من وضع حذاء صلاح في

محمد صلاح ابن قرية نجريج دخل تاريخ كرة القدم من أوسع أبوابه وكتب اسمه واسم مصر بأحرف من ذهب، محققاً تاريخاً ولا أروع!

تتغنى به مدينة لليفربول (مليون نسمة) بأستادها المعدل وسعة 50 ألف متفرج ينشدون بنفس واحد... مو صالح.. مو صالح الملك المصرى!!

لقد صعب صلاح المهمة على أى مهاجم يأتى بعده على كسر أرقامه القياسية ووصل لقلب الجميع لـ Superhero

- نبذة عن الفرعون المصرى:

ولد محمد صلاح حامد محروس غالى في قرية نجريج التابعة لمدينة بسيون محافظة الغربية بتاريخ 15 يونيو عام 1992.
- ترعرع صلاح في كنف عائلة بسيطة كانت ظروفها المادية صعبة، مما أثر على حياة صلاح الأكاديمية فلم يقدر على الالتحاق بالجامعة.
- ظهر شغف صلاح بكرة القدم منذ الصغر بفوزه بدورى بيبسى للمدارس وانتقاله للعب بنادى المقاولون العرب وكان وقت ذاك عليه السفر أكثر من 6 ساعات ولزم الأمر استقلال 6 اتوبيسات يومياً للتدريب بالقاهرة الكبرى والرجوع في نفس اليوم نظير عشرة جنيهات يأخذها من والده عن كل مرة ناهيك عن التعب والمجهود البدنى جراء ذلك.
محمد صلاح متزوج من ماجى صادق ولديه منها بنتان مكة وملك وأسرته الجميلة تقيم بمنطقة ميرسى سايد بمدينة لليفربول ناديه المفضل منذ نعومة أظفاره كما ذكر.

- غياب تام من قبل قطبى الكرة المصرية لإحتواء موهبة صلاح:

وجد عدلى القيعى مدير لجنة التعاقدات بنادى الأهلى وقت ذاك أن مستوى صلاح عادى وموهبته لا ترقبه للعب بنادى في حجم الأهلى!!
أما نادى الزمالك فقد حاول التعاقد معه، بيد أنهم إعتبروا تكلفه الصفقة كبيرة جداً قياساً على عمر صلاح، لذا غصوا الطرف عنها!! ولكن عام 2012 حمل مفاجأة كبيرة لصلاح، فقد قرر نادى بازل السويسرى التعاقد معه، فكان ذلك تجربته الاحترافية الأولى في القارة الأوربية كما سنذكر.

تدرج صلاح نحو الأفضل بعالم الساحرة المستديرة:

-انتقل صلاح موسم 2013-2012 من المقاولون العرب إلى بازل مقابل 2.2 مليون جنيه استرليني.

- انتقل في شتاء موسم 2014-2013 إلى تشيلسى مقابل 14.5 مليون جنيه استرليني.

- انتقل في شتاء موسم 2015-2014 إلى فيورنتينا على سبيل الإعارة لمدة نصف موسم.

- انتقل في صيف موسم 2016-2015 إلى روما ليلعب موسماً على سبيل الإعارة من تشيلسى، ثم انتقل بشكل كامل إلى روما مقابل 15 مليون يورو.

- انتقل في صيف 2018-2017 إلى لليفربول مقابل 42 مليون يورو.

الهداف التاريخي لنادى لليفربول بالدورى الإنجليزي:

فعلها صلاح وحطم المستحيل بتعظيمه أرقام عظماء كرة القدم الإنجليزية والتي أرخ الجميع انها من المستحيل كسرهما إلا بعد حين و فقط عن طريق مارد المصباح السحرى!!
وبالفعل جاء ذلك الحين وذاك السوبر هيرو المنتظر ألا وهو المصرى

هل ضغطك عالي؟!!



بقلم دكتور. باسم أيوب
Dr. Basim Ayoub, MD, FHM, DABOM

خاص لجريدة كاريزما

www.eat4healthy.com

يمكن ضغطك بقالو سنين عالي جدا ونفسك تعرف ليه؟
هل لازم أدوية وعقاقير لكل الناس مش دواء واحد ولا اتبين و
لا حتى ٤ ولا ٥ ولساااه عالي؟!!

والناس بيتيجي المستشفيات في أمريكا وأكيد كل مستشفيات
العالم بأرقام خزعية مرعبة وهم أصلا على كل الأدوية ديه!
طيب ليه؟ وإزاي؟ والحل إيه؟!!

في زمن بقينا فيه عايشين مبدأ قرص وكبسولة لأي مرض
كان!

دون أدنى محاولة حقيقية من بعض بل العديد من الأطباء
لتشخيص حلقة الوصل بين كل أمراض العصر من ضغط
عالي ومقاومة إنسولين وسكري النوع ٢ وكوليسترول مرتفع
والزهايمر وسرطان وأمراض مناعة ذاتية والتهابات مختلفة
وتصلب شرايين يؤدي لأزمات قلبية وسكتات دماغية، و
يتعجب متخصصي الطب الوظيفي وعلم التغذية العلاجية و
الطب البديل من هذه الطريقة المنهجية التي من شأنها دعم
مبيعات الأدوية والعقاقير دون محاولة جادة لتغيير أسلوب
الحياة!.

ومن المعروف أن الضغط العالي في أكثر من ٩٠٪ من الحالات و
الناس غالبا بسبب كام حاجة من اللي تحت دول إن ما كانوا
كلهم في البعض منا!

- يا ترى كام واحد منكم عانى من ضغط الدم المرتفع وما فيش
طبيب واحد كلمه عن ولا ناقشه في كل الحاجات اللي تحت
مذكورة؟

من كام يوم دخلت المستشفى عندي بأمريكا وضغطها
١٥٠/٢٢٠ في الطوارئ وكادت أن تصاب بنزيف في المخ، وهو
ما شفته منات المرات في حياتي بسبب ضغط أعلى وأحيانا
أقل من هذا، وشفته من حوالي سنة شاب في مقتبل عمره
يعاني من مرض السمنة فقد كان وزنه حوالي ٢٠٠ كجم و
كان ضغطه في تذكرة الدخول ١٧٠/٢٨٠ يعني بالعالمية ده كان
قرب قلبه ينفجر من كتر الضغط العالي ولا زي ما بنقول في
مصر "هيطق من جنبه"!

إيه اللي وصلنا للمرحلة المتأخرة ديه وإحنا في ريعان الشباب،
يعني حتى قبل تصلب الشرايين المتأخر بسبب تقدم العمر؟!
الحاجات اللي ممكن تؤدي لضغط دم عالي وهذا ليس محاولة
مني لحصرهم بل مناقشة أكثرهم شيوعا!

لو كنت لا تتفاد من رقم ١٣ سأعطيك سببا آخر للتخوف من
هذ الرقم الأسطوري الأصل!

1- هل تعاني من قلة نوم يعني أقل من ٧-٨ ساعات ليلا
وتشحن موبايلك بالليل جنبك بكل عناية لـ ١٠٠٪ ومش فارق
معاك ولا يمكن نسييت تشحن كمبيوتر مخك ١٠٠٪؟ وعجبي!
ما فيش صحة ولا سعادة دون قسط يومي وافر من نوم
صحي ليلى! هل تعرف عزيزي القاري أنك قد تكون مديونا
لمخك وبالتالي جسمك بعد شهور حرمان نوم، قد تكون
مديونا بنوم قد يحتاج تعويضه بالكامل -علميا- إلى حوالي ١٠
ليالي تعويضية بنوم زائد عن المعتاد ونوم صحي كل ليلة دون
منبهات صباحية للإستيقاظ (لغاية لما يصحو لوحدهم يعني)
لتصل إلى حالة النشاط الجسدي والتركيز والصفاء الذهني و
السعادة العصبية البيولوجية والصحة الجسمانية -منها ضغط

و معظمها بتزود نسب الالتهابات والضغط المرتفع وتصلب
الشرايين ورفع أكسدة الكوليسترول السيء LDL وتقليل
الكوليسترول الجيد HDL وزيادة خطر الزهايمر وارتشاح
الأمعاء مما يؤدي إلى العشرات من أمراض المناعة الذاتية
وفوق كل ده مرض السمنة اللي كان مرض نادر تقريبا ٢٪ في
القرون الماضية ويقتررب الآن من نصف المجتمع حوالي ٤٢٪ في
أمريكا الأم مثلا!.

7- التدخين المسنول عن حوالي ٩٠٪ من سرطان الرئة، له دور
كبير جدا في ارتفاع الضغط أيضا (التدخين ده باشا في حته
سفاح لوحده بيقتل الملايين سنويا).

8- ضغط عصبي هائل من (العيش والعيشة واللي عايشينها يا
حووورية على رأي محمد صبحي في مسرحيته الهمجي).

9- أكل قبل النوم مباشرة، بدل ما نسب ٣-٤ ساعات بين آخر
وجبة والنوم "الصحي" الهادي اللي بينضف الجسم و لا أروع
إعادة تدوير Recycling؟ للمخ و الكبد والشرايين.

10- زيادة سكريات وسكر لدرجة بعد ما كنا بنستهلك من
حوالي قرنين ثلاثة بالكثير ملعقة سكر واحدة غلابة يا عيني
يوميا! دلوقتي بقينا مربى أدمية تمشي وقربت تلتق في
الأرض من "حلاوتها"، بقينا بنستهلك حوالي ٢٠-٥٠ ملعقة
سكر مضاف يوميا للفرد في اكل صناعي ودقيق ابيض و
خلافه من الأكل الصناعي الهزيل السريع المريع فاقد الشيء
لا يعطيه! فاقد الحياة! اكل فعلا ميت!.

11- قلة جوع وصيامات متقطعة (أيوه حضرتك قريت
صح) قلة صيام جوع صحي،، "ما تجوع ما تزعلش" كان
عنوان فيديو من فيديوهاتنا، ضمن الحطة الإلهية لصحتنا
فترات جوع بعد فترات شبع وعيد! زي زمان، دلوقتي بقينا
بنعيد في اليوم ٣ مرات وفي شركات بتحاول تقنعنا نعيد ما
بينهم كمان ثلاث مرات في سناسك والذي منه! وده بيرفع
مقاومة الإنسولين على المدى الطويل ويتخن وأهم حاجة
مش "بنتدوق" حلاوة طعم الصيام الإقطاعي بالماء والجوع
اللي علميا عن طريق عملية الإلتهام الذاتي Autophagy قد
تساعدك على التخلص من معظم مشاكل العصر التي تنجم
عن الطاقة الزائدة ومقاومة الأنسولين وتصلب الشرايين
والضغط المرتفع ودهون الكبد الخ.

12- علاقات سامة مع ناس تحرق الدم وترفع الضغط وتزود
من هورمونات الستيروئيد المزمع وعلى رأسها الكورتيزول (و
ما أكثرهم اليوميين دول).

١٣. كحوليات وبيرة وكده يعني:

عزيزي القاريء لتوخي الدقة العلمية،

أحب أن أنوه أنني لا أتكلم عن ضغط له علاقة بالغدد الصماء
ولا الكلى الخ وهي حالات نادرة عموما أقل من ١٪، بل ما
يسميه الأطباء ضغط "دون سبب"

Essential or Primary Hypertension رغم كل اللي قلته
ووضحته فوق دول بيقولو "دون سبب" لا ياراهل؟!
ولا يمكن يلزقوها في الجينات (والله بريئة براءة الذنب من دم
ابن يعقوب)...

وإذا عرف السبب بطل العجب! صح ولا مش صح؟!!

تكتوكاية توطي الضغط و لا مش تكتوكاية؟

دم طبيعي طبعاً- اللي ربنا خالقك علشان تعيش بيهم طول
الوقت! بس عمرنا ما بنعرف طعمهم بجد بسبب تقصيرنا
في نومنا! ياريت "نفوووق" و "نناااام" بقى والكناية مقصودة
هنا!.

2- قلة رياضة ومشى، الرياضة بتقلل مقاومة الإنسولين وهذه
الأخيرة بترفع ضغط الدم جدا، والرياضة بتجدد شباب المخ،
وعلى سبيل المثال عن طريق تعزيز مادة اسمها بي دي إن إف
BDNF في المخ وهي من شأنها تجديد شباب المخ والتشجيع
على تكوين خلايا مخية وعصبية جديدة وبالتالي منع مرض
الزهايمر، والرياضة تشجع أيضا على إفراز هرمون أيريسين
Irisin من العضلات وهذا أيضا يساعد على خفض السكر في
الدم ومنع مقاومة الأنسولين وتحويل الدهون البيضاء إلى
نوع ثاني خالص من الدهون -نفسك فيها من زمان- للأسف
فقدناها في الطفولة "الدهون البيج" ولونها غامق لإحتوائها
على مايتوكونديريا أكثر بكثير من الدهون البيضاء مما يؤدي
إلى زيادة الحرق جدا أضعاف مضاعفة وبالتالي التخسيس
وخفض ضغط الدم طبيعياً دون أدوية!.

3- زيادة ملح مضاف للأكل في الأكل الصناعي وسندوتشات
اكل بره! وأكياس اكل الإدمان!! ملهاس لازمه! وعلى سبيل
المثال بعض أنواع أكل المايكرويف قد تحتوي على أضعاف
كميات الملح التي يحتاجها جسمك في اليوم بحاله في وجبة
واحدة فقط، والفراخ اليوميين دول قد تحتوي على ملح
مضاف لتحتفظ بالسوائل فتزن أكثر حوالي 20% وطبعاً باقي
أنواع أكل بره من مطاعم فاست فود اللي مليانة إضافات ملح
وهرمونات ومسرطنات ومواد حافظة والمذيبات وملونات
ونكهات الطعم! من الآخر ده أكل ماسخ، لاعبين فيه كيميائيا
ومعملياً ليحلوه في فمك عن طريق اللعب على مركز السعادة
وبالتالي الإدمان بالمخ مثلا الـ Nucleus Accumbens وهي
من أهم مراكز المكافأة لك في المخ وبالتالي التحكم في زيادة
الإنبساط والإنشكاك والمتعة من الأكل!.

الآكل الصناعي بيشتغل عليها براءة مدروسة شريفة و
صحتك آخر حاجة تفرق معاهم للأسف! لازم نرجع ناكل
"أكل ربنا" بتاع جدودنا بقى زي ما ربنا خلقه مش متبستر
ومتفتر ومتعمق ومتملح ومحفوظ ومكيس وملعب ومحل
الخ الخ!.

4- نقص مضادات أكسدة وفيتامينات ومعادن وألياف بسبب
قلة خضروات وفاكهة وبقول ومكسرات صحية وحبوب
كاملة وبدور صحية وزيتون صحي زي زيت الزيتون و
الأفوكادو مثلا، ونقص في البهارات والأعشاب الصحية و
الشاي الأخضر.

5- زيادة رهيبية في استهلاك اللحوم والسمنك والفراخ و
السندوتشات اللي هي الدقيق الأبيض الفاضي السعرات اللي
كان زمان جاي من حبة قمح كاملة مش ملعوب في جيناتها
GMO مليانة فيتامينات ومعادن ومضادات الأكسدة والألياف
ذائبة وغير ذائبة وبقى دلوقتي "أبيض يا ورد"! ولا في الواقع
الميرير "مهيب بستين هباب" رغم بياضه الناصع (بوظ الجليل
كله).

6- زيوت مهدرجة وغير صحية وكانولا وذرة وعباد شمس
وبذرة العنب وخلافه من زيوت ابتلونا بيها شركات الأكل

برج الحمل (21 مارس - 20 أبريل):
قد تعيش فترة إرباك وفشل أو خسارة بسبب كوكب عطارد الذي يعقد لك الاتصالات مع الآخرين ويعرقل أمامك سير المفاوضات أو ربما تعترض استقرار وظيفتك للمخاطر. حاذر من سوء تفاهم أو اصطدام بأراء الآخرين. لا تجازف بسمعتك ولا تخالف التعليمات.
إنها أسوأ فترات الشهر وأكثر توتراً وقد تقع خلالها ضحية ظلم واستفزاز. فترة دقيقة وشائكة قانونياً.



برج الثور (21 أبريل - 21 مايو):
سارع إلى ترتيب أوضاعك قبل 21 لأن الظروف تكون داعمة ومشجعة تماماً. تكتشف الصديق وتعزز بعض التحالفات الضرورية. إنها فترة تقارب وانفتاح على المنافسة. كذلك انتقال المريح إلى برجك اعتباراً من تاريخ 10 يحبس فيك الحماسة ويشجعك على السفر والتنقل والانتقال إلى منزل جديد ويجعلك تدخل دورة فلكية مناسبة تعذك بالنجاح على كافة الأصعدة ابحث عن أساليب جديدة للتوافق. بينما سيكون الأسبوع الأخير فترة تقييم وجردة حسابات، تمنحك مستعاً من الوقت للعودة عن مشروع أو قرار.



برج الجوزاء (22 مايو - 21 يونيو):
يصل هذا الشهر تقبلاً تضطر خلاله للتكيف مع ظروف ليست سهلة. لكنك تنجح بفضل البوثة والمهارة التي تتمتع بهما. لا تنصك الجراة ولا الشطارة. أنت انيق وماهر في الحوار، سلس في النقاش وطيف في المواجهة. يتحدث الفلك عن وجود الشمس في برج الحوت حتى تاريخ 20. ستكون الفترة الأولى هذه مقلقة ومتشجعة تسبب لك التوتر تكثر متطلبات الآخرين وقد يفرضون عليك وجهات نظرهم وأرائهم.
قد يكون شهر الفرص والمبادرات لكن النجاح لن يأتي بسهولة.



برج السرطان (22 يونيو - 23 يوليو):
كم هو جميل هذا الشهر وكه هو واعد بفرض لتعزيز الوضع ولاستعادة الموقع. إن وجود الشمس في برج الحوت حتى تاريخ 22 هو بمثابة ضوء أخضر وعلامة رضى للانطلاق. انتهت فترة التباكي والتذمر وحان الوقت لتواجه الحياة بتفاؤل وعزيمة. ابتداء من تاريخ 21 موعد انتقال الشمس إلى برج الحمل ستدخل مرحلة مهمة هذه السنة. تجد نفسك منشغلاً بهوموم دراسية أو مهنية أو اجتماعية. تقوص في واجباتك وتشعر بالقلق لأهميتها. حاذر من الارتجال.



برج الأسد (24 يوليو - 23 أغسطس):
قد تعيش لحظات صعبة ومرة هذا الشهر قد تواجه بعض المعوقات كما الخصام والنزاع مع الحبيب وربما تخسر ثقتك أو تخسره كلياً. يكون الجو العام معاكساً لتوقعاتك وتكون طابعك صعبة الأمر الذي قد يعكس سلباً على استقرار وتناغم العلاقة الحالية. تنسجم لك الحياة ويلطف كوكب الزهرة الأجواء وربما يجلب الحب والصدقات وحتى الزواج على حين غرة في النصف الثاني من الشهر.



برج العذراء (24 أغسطس - 23 سبتمبر):
إنه بالتأكيد شهر صعب ومعقد فلا تستخف بواجباتك ولا تظن أن الساحة خالية من الأعداء أو المعاكسات. يحمل الشهر ظروفاً محرجاً وقد يشوه سمعتك أو يزعجك في مشاكل أنت بغنى عنها. حاذر من عدو متخفي أو صديق متصنع. حاذر من مسؤول يكشفك أو يتقلب ضدك. لن تتحسن الظروف قبل تاريخ 21. وعندئذ يتوجب المجاملة لتلطيف الجو وتصحيح الأخطاء. من الضروري تجنب المجازفات هذا الشهر قد الإمكان لأن الحظ لن يدعمك كلياً.



برج الميزان (24 سبتمبر - 23 أكتوبر):
تتغير الأجواء تدريجياً فيبعد هدوء واسترخاء الشهر السابق تظهر تأثيرات فلكية متناقضة هذا الشهر فتارة تطفئ التأثيرات العنابية والسلبية. لا يبشر الجو العام بالهدوء التام. هناك مناورات ولقاءات تجري وراء الكواليس ربما لإفشاء مخططاتك أو لإزاحة الأضواء عنك. قد يكون هناك خصم أو منافس قوي عليك اتخاذ جميع التدابير لحماية استقرارك على مختلف المسد من التراجع. سوف تتعرض لتحديات واضحة في حقل اختصاصك أو ربما في مجال اجتماعي لذلك من الضروري أن تحصن وضعك وإن تنفادي اختلاق العداوات.



برج العقرب (24 أكتوبر - 22 نوفمبر):
كم هو جميل هذا الشهر وكه هي ميزة تأثيراته الإيجابية ولا أباغ بالقول بأنه قد يكون من الأشهر المتأثرة لاسيما في أسابيعه الثلاثة الأولى. سيفتح لك الفلك أبواباً كانت موصدة ومقفلة في وجهك كما يقدم لك فرصاً للتعرف إلى مجتمعات نافذة وقوية. تأتي الحلول من خلال معارف بعيدة وتتدخل ظروف غريبة لصالحك، لتسير الأمور بصورة جيدة بل أفضل مما كنت تتوقع.



برج القوس (23 نوفمبر - 22 ديسمبر):
تكون بحاجة لمن يقف بجانبك ويساعدك لتحسين ظروفك المهنية ولكن للأسف لا تجد إلا الوجود الوهمية والكاذبة، اعتمد على نفسك وقف في الظل وراقب ما يدور حولك لتعرف كيف تتصرف لأن الأمور غير واضحة ومع ذلك ستتغير الأمور للأفضل في منتصف الشهر. اليوم الأفضل: الخميس. سوف يحاول الحبيب تأجيل الارتباط متذرعاً بالظروف المادية الصعبة فتقرر العمل لمساعدته.



برج الجدي (23 ديسمبر - 20 يناير):
تتحسن الظروف وترتفع العنويات بشكل كبير تتعزز العنويات وتستعيد القدرة على التفاوض والدفاع عن حقوقك. إنه شهر ناجح تكثر خلاله الاجتماعات واللقاءات والامتنحانات لكن لا خوف عليك. تكسب توجهاتك صدى مهماً جداً حيث يتوقف الكثيرون لمراقبتك والتصفيق لك. كما يشكل هذا الشهر محطة سنوية مهمة تتعزز خلالها الروابط وتقوى العلاقات العامة ويشهد الإيمان والثقة بالنفس. تتحرر هذا الشهر من القيود وتجد أمامك الطريق سالكة بحيث تختفي المشاحنات بينك وبين الزملاء وتظهر حكمة ونضجاً في التعامل مع المعطيات اليومية.



برج الدلو (21 يناير - 19 فبراير):
كن حكيمًا فالظروف داعمة ومؤيدة حالياً لكن من يضمن لك أنها ستكون داعمة حتى نهاية العام؟ لا تشتت طاقتك ولا تهمل أولوياتك. الشهر يبشر بلقاءات إيجابية وسوف تساعدك الديناميكية التي تسكنك فتلتف الأنظار وتحرز تقدماً. أدعوك إلى إقامة حسابات دقيقة وعدم التسرع في إطلاق الأحكام أو القيام بخطوات تحتاج إلى وقت ودراسة. تسكنك مشاعر إيجابية ولا تزال الأجواء رومانسية تشجع على البوح بالخواطر والأفكار والتعبير عن الرأي.



برج الحوت (20 فبراير - 20 مارس):
تواجه في الأسبوع الأول من الشهر أمر يحدد مدى قدراتك وقوة شخصيتك! كن واقعيًا وعقلانيًا ومتفهماً لما يجري حولك حتى تنجح في التعامل معه! وسوف تكون في الأسبوع الثالث من الشهر أمام مفاجأة لم تكن تتوقعها فيها الخير والدهشة من حجم الأرزدهار لأعمالك بالإضافة إلى تحقيق أحد أحلامك. اليوم الأفضل: الخميس.
ها قد وصلت إلى أفضل أشهر العام. ها قد أصبحت الشمس في برجك. تناسك مواقع الكواكب وترسل أجمل تأثيراتها لتتبر دريك بالنجاح والرياح وبالتالي سيكون شهراً مشمراً وغنياً على كافة الأصعدة. لا يستطيع أحد منافستك. اطو صفحة الماضي وانظر بموضوعية إلى الأمور إذ لا بد أن تترك مكان من الخطأ وتكتشف أسباب الفشل السابق.



كتب مسيحية ونبذات وتقص وطرائف للقس أنطونيوس هنا

تطلب الكتب من مكتبة كنيسة مار يوحنا الحبيب
كرفينا - كاليفورنيا
(562) 900-2695
(909) - 592 - 8847

ST. JOHN COPTIC CHURCH (COVINA, CA)
SCAN ME
FOLLOW US, RECEIVE UPDATES & FIND IMPORTANT CHURCH RESOURCES

شالوم وإبشالوم!
أو السلام المتجدد والسلام الموجود

العلاقة كلمة الله بالصلاة

العمل الفردي

شخصيات في الظل

THE DIVINITY OF CHRIST

Rollito ICE CREAM

للحفلات والمناسبات
رجاء الإتصال على الرقم التالي
909-513-6518
info@rollitoicecream.com
www.rollitoicecream.com

Fady Georgy
(714) 485-3608
@GMobileDetailing
PREMIUM WASHES
CERAMIC COATING
PAINT CORRECTION

الشركة الأمريكية لخدمات الكهرباء

تركيب نجف
تركيب وحدات اضاءة

Upgrade panel
Troubleshooting
Rewiring all hours
All Electrica work
Licenes and
Insuerins

100% SATISFACTION
GUARANTEED

تعديت لوحة المفاتيح
تصليح الفيض والمفاتيح
تغيير اسلاك كل المنزل
وكل أعمال الكهرباء
رخصة وتأمين

WE PROVIDE
EXCEPTIONAL
ELECTRICAL
SERVICES
for residential and
commercial
Properties in Los
Angeles and Orange
County.

EMERGENCY
REPAIR
SERVICES

www.usaelectriciansservice.com
Tel.: 8889125714 - 6264930181



كيف يكون الإحترام واجب؟



بقلم / ماريان إدوارد - أخصائية إرشاد أسرى وتعديل سلوك

خاص لجريدة كاريزما

معا يعمل الروح القدس فيهم وعند خضوعهم له يكون لهم نفس الفكر والروح فيكونوا معا في توافق وانسجام واحترام ويتغيروا جميعا معا الى تلك الصورة عينها.

في المذبح العائلي تتعلم كل الأسرة المبادئ المسيحية ليست الروحية فقط عن الله والعلاقة معه بل أيضا عن العلاقات الأسرية العملية مثل محبة الرجل لزوجته وخضوع الزوجة لرجلها واحترام الأبناء لابائهم وعدم إغاضة الآباء لابنائهم.

5- يحتاج الأبناء الى تعلم القيم والمبادئ:

يدفع بنا المجتمع الأمريكي الى الاعتقاد بأن بعض المبادئ التي نشأنا عليها كأباء في مصر ليست لها قيمة هنا أو أن الحرية في أمريكا تدفع الشخص الى عمل أي شيء يخطر بباله وكأنه يحيا بدون مبادئ طالما أنه من وجهة نظرهم لا يؤثر على الآخر.

ولكننا كأباء نحاول أن نحيا مختلفين عن هذا المجتمع وان لا نسمح لأولادنا ان ينجرّفوا مع تيارات هذا المجتمع الحر لأن الحرية بلا قيود تكون حرية مخربة لذا عندما نشأ أولادنا من المهم أن نسمح لهم بالحرية ولكن الحرية بمفهومها الصحيح مع وجود ضوابط لهذه الحرية وتعليمهم المبادئ والقيم التي تحافظ على أنسانيتهم وعلى كرامتهم والتي تجعلهم أن لا يهينوا أنفسهم ويحترمهم الآخرين وفي نفس الوقت الحرية مع الضوابط التي تسمح لهم باحترام الآخرين، وهذا النوع من المبادئ والقيم لا يختلف باختلاف المجتمع فالاحترام واجب في كل المجتمعات وفي كل العصور ومن جيل الى جيل.

6- يحتاج الأبناء أيضا إلى مرونة الآباء:

في الحقيقة ليست كثرة القوانين التي يضعها الآباء لأولادهم حتى يتبعوها هي التي تجعلهم يحترمهم وليس القسوة الشديدة والتسلط هو الذي يجعل الأبناء يهابوا كلمة ابائهم ويقدرّوها ويحترمونها ولا تعتقد من كلامي هذا أن التراخي والتساهل والتدليل هو الذي يقود الأبناء الى محبة الآباء وبالتالي الخضوع والطاعة والاحترام، كلاهما غير صحي فليس الحزم الشديد أو التدليل الزائد ينفع ويصلح لتربية الأبناء سواء في البلاد النامية أو في بلاد الحريات كبلاد المهجر انما يحتاج الأبناء ان يجدوا أب وأم محبين وفي نفس الوقت حازمين، يعاملونهم بطريقة المرين المحبين والحازمين المحبين فيكونوا الآباء مرنين ومظهرين المحبة في أمور تصلح للمرونة ولا تؤذيهم بل تعلمهم المسؤولية وأن يكون الآباء حازمين وفي نفس الوقت مظهرين المحبة في أمور لا تتفق مع المبادئ والقيم الصحيحة فالمحبة لا تتعارض مع الحزم.

وهذا يحتاج من الآباء ان يكونوا مميزين متى يفعلوا هذا ومتى يفعلوا تلك.

7- يحتاج الأبناء الى وجود آباءهم:

يحزن الآباء على الحال الذي وصل اليه أبنائهم من عدم احترام الكبير وتقدير الآخر واستهتار بالدراسة وغيرها كثير، ولكن كيف سيتعلم الأبناء الصبح ان لم يكن الاب موجود معهم متفاعل في حياتهم مشتركاً معهم في حياتهم - بعض الآباء في أمريكا تضطر الى العمل طوال اليوم خارج المنزل ويتوقعوا ان أولادهم يسلكون جيدا في غيابهم، كيف يسلكون ان لم يجدوا من يدلهم على الطريق، كيف يميزون الصواب من الخطأ؟!

مهما كانت الأعذار التي تقودك الى تواجدك خارج المنزل بعيدا عن أولادك وعن تربيته فانت بلا عذر، لا تلوم إلا نفسك ان لم تجد أبنائك حولك في يوم من الأيام يعيشون كما تتمنى ولكن الوقت مازال أمامك للتعامل مع الأمر، خذ مكانك كأب وكرّب أسرة وكن متواجداً مع أبنائك إسمع لهم وحاورهم وعلمهم وكن قدوة صالحة لهم والرب معك.

2- يحتاج الأبناء أن يروا أحترام الوالدين لبعضهما البعض:

إحترام الشخص للآخر يجعل الآخرين من بعيد أو قريب يبادلونهم نفس الاحترام ونفس التعامل فإن كانت الزوجة تحترم زوجها وتقدره في غيابه أو في حضوره ولا تشكوه للآخرين او تتعته بكلمات غير لائقة أمام الأولاد أو حتى مع نفسها فإن هذا سيولد هيبية واحترام للأب اما اذ شاهد الأولاد وسمع تسلط الأم على الأب وعدم إحترام سلطته وكلمته بالمنزل وكيف تعامله الأم او تهينه بكلمات قذف او سب وإهانات مستمرة فكيف نتوقع أن يحترم الأبناء الشخص الذي لم تحترمه أمهم، مهما حاول أحد أن يقنعهم بأهمية إحترام الكبير وإحترام الآخر فلن يستطيعوا ان يتجاوزوا اذ هم يروا في حياتهم العملية غير ذلك وكما نعرف جميعا يتعلم الأبناء بالمشاهدة والمعايشة أكثر بكثير من التلقين.

وعلى الصعيد الآخر من المهم أن يحترم الأب الأم كشخص بذاته وليس شخصية تابعة فهي شخص له قيمته المنفصلة عن الزوج فيحترم استقلالها ويحترم رأيها ويقدره فلا يسعى الى ادارة المنزل بنفسه متجاهلا وجودها منفردا بقراراته بل من علامات إحترام الزوج لزوجته هو إشراكها معه في كل القرارات والحوار المستمر معها بطريقة لائقة تشجع الأبناء على احترام الكبير منهم ومحاورتهم بأسلوب مهذب.

3- يحتاج الأبناء أن يروا إحترام الآباء لهم كأبناء:

نرى في العديد من العائلات والعلاقات ان الآباء يطالبوا أبنائهم بالاحترام وهم لا يحترمونهم.

فكيف نتوقع ان يحترم انسان شخص آخر ان لم يكن يجد الاحترام نفسه من هذا الشخص وخصوصا أن كان قدوة كما في وضع الآباء مع ابنائهم، وربما يعتقد الآباء ان احترام الأبناء معناه ان يخضع الآباء لأراء الأبناء ويطيعون كلامهم ولذا هذا الاعتقاد يعوقهم على تقديم الاحترام لابنائهم ولكن هذا الاعتقاد ليس صحيح.

اذن كيف يمكن للآباء ان يعبروا عن أحترامهم لابنائهم؟

- من خلال احترام خصوصيتهم وإعطائهم مساحة من الحرية مع الخصوصية بالتدرج حسب العمر
- احترام وجودهم كأفراد في البيت -ذلك من خلال اشراكهم في أمور وقرارات تخص العائلة ككل ولا ينفرد الآباء بالقرارات فقط -اشراكهم في الحوار في المنزل.
- تقدير كلماتهم والاستماع لهم في اي مشكلة او اي حديث يريدون ان يشاركوه.
- احترام ارانهم حتى ان كانت مختلف معهم ولم توافق عليها.
- احترام طريقة تفكيرهم واختلافهم واختلاف جيلهم.
- احترام اصداقائهم ومجتمعهم مع توجيههم على الصواب والخطأ والتمييز بينهما.

4- وجود المذبح العائلي في المنزل:

عدد كبير من العائلات المسيحية لا يهتم بالمذبح العائلي واللقاء مع كل أفراد الأسرة كبار واطفال ملتفين حول الكتاب المقدس في "المذبح العائلي" متعلمين ومهللين ولاهجين في كلمة الله وقد يرجع عدم الاهتمام الى الشعور بأن كلمة الله صعبة لا يستطيعوا قرائتها او تفسيرها وقد يرجع آخرون إهمالهم للمذبح العائلي إلى عدم وجود الوقت وخصوصا في نوعية البلاد التي تعيش فيها حيث الوقت يساوي المال وبالتأكيد يجري الناس وراء المال أكثر من أي شيء آخر طمعا في دخل أوفر او حياة اسعد أو بيت أكبر وآخرون يصيبهم الكسل والملل والخلافات الكثيرة في العلاقات فلا يمكن أن يجتمعهم لقاء في هدوء معا وأعداء أخرى كثيرة.

في المذبح العائلي اي وقت الصلاة والتأمل في الكتاب المقدس معا تشكل الأسرة كلها آباء وابناء بتعاليم الكتاب المقدس وتغيير

في كل العصور هناك دوما فجوة بين جيل الآباء وجيل الأبناء حيث يعتقد الآباء ان معرفتهم بالأمور أفضل وأشمل وشعارهم أو لسان حالهم كما نقول في مصر "الي يكبر عنك بيوم يعرف عنك بسنة" ويتخيلوا أنهم يعرفون عن أي أمر في الحياة أفضل بكثير من أبنائهم لأنهم أكبر منهم ليس بأيام كما يقول المثل لكن بسنين وعلى الصعيد الآخر يعتقد الأبناء ان أهاليهم لم تعد تواكب العصر لا في أفكاره ولا في إمكانياته ويروا أن افكار الآباء بعيدة كل البعد عن الحياة الواقعية وبالتالي بناء على فكرة الأبناء عن والديهم أو عن الجيل الأكبر عموما أنهم لا يفهمون في عالمهم الحالي فيتصرفون معهم بطرق غير لائقة مثل التجاهل وعدم احترام وربما قد تصل الى نوع من الأهانة سواء بالكلام أو حتى اهانة بعدم الكلام من خلال النظرات أو الترفع عن الحديث والدخول معهم في حوار.

وبالأكثر نجد هذا الأمر أكثر وضوحا بين العائلات المصرية التي تربي أبنائها في بلاد المهجر كما حال الكثيرين هنا في أمريكا وللأسف يظهر بعض الأبناء علامات عدم أحترام لوالديهم بعد أن يتقنوا اللغة الإنجليزية ويجدوا أبنائهم يتراجعون وهم يتقدمون فيشعروا بالقوة عن أهلهم ويبدأوا في سوء معاملتهم. والسؤال: هل لكي يحترم الأبناء أبنائهم لا بد أن يكونوا على نفس المستوى التعليمي وعلى قدر معين على من المستوى الاجتماعي؟ شيء محزن عندما نرى الأب أو الأم اللذان يتعب الوالدين في تربيتهم ويبدلون قصارى جهودهم في العمل طول النهار حتى يجعلوا من ابنائهم اشخاص مختلفة متقدمة عنهم وحتى يوفروا لهم مستوى اقتصادي واجتماعي أعلى من مستواهم كأباء نجدهم يقابلوا كل هذا بالجحود والتكبر على والديهم وعدم معاملتهم باحترام ويتقديرون بل على العكس قد يصل بالأبناء الى معاملة أبنائهم كأن والديهم هم الأبناء والأبناء هم الوالدين الذين يقرروا ويأمرؤا وعلى الطرف الآخر الخضوع والا..

اذن كيف يحترم الأبناء ابائهم في أيامنا وفي بلاد مثل بلادنا بلاد المهجر؟

1- يحتاج الأبناء ان يروا احترام الأب لنفسه واحترام الأم لنفسها: وهذا الاحترام "احترام الشخص لنفسه" ينبع من داخل الإنسان ويستطيع ان يشعر به الآخرون من حوله فان احترم الشخص نفسه يحترمه الآخرون تلقائيا، واحترام الشخص لنفسه يأتي من مقدار الصورة الذاتية التي يراها عن نفسه فان كانت صورة الشخص الذاتية حسنة يشعر أن له قيمة وتزداد ثقته بنفسه وعندها يحترم نفسه ويقدرها ويظهر تأثير الصورة الذاتية في كلام الشخص عن نفسه ومعاملاته لها ويستطيع الآخرين ان يروا هذا بوضوح فيحترموه أيضا ويقدرؤا والعكس صحيح ان كانت الصورة الذاتية غير جيدة فتظهر في علاقة الشخص بنفسه ورؤيته لذاته ولشخصيته فيتصرف بحكم الشخصية المشوهة الضعيفة، فيرى ان ارانه ليس لها قيمة وكلماته غير مؤثرة وليس له دور مهم في الحياة فيتأثر بذلك الآخرين في تعاملاتهم معه فلا يحترمهم المجتمع بداية من أولاده وزوجته.

وفي الحقيقة الصورة الذاتية لأي شخص تتأثر بعدة عوامل وقد يعود أساس تكوينها في سن الطفولة ولكن يمكن تطويرها في أي عمر ولذا دعوة لكل شخص لا يشعر بقيمته ولا يجد في نفسه أمر يستحق التقدير أو الاحترام ويعانى من الدونية في أغلب الأحيان بأن يحاول أن يكتشف ذاته ومواهبه ويطورها لأن كل شخص له مواهب وإمكانيات حتى لو بسيطة يحتاج أن يعمل عليها ويطورها ويرى نفسه بشكل مختلف ولا يقارن نفسه بغيره فعندها ترتفع صورته عن نفسه في عينيه وعندها يقدر ويحترم ذاته وتظهر في تعاملاته حتى لنفسه ويراه الآخرون فيحترموه ويحترموا أولاده أيضا.



Financial & Insurance Solutions, Inc
LIC 6000224

نقدم الحلول المالية والتأمينية

PLAN
PROTECT
INVEST

نعتقد أن الإستثمار ليس فناً فحسب، بل يتطلب أيضاً عناية وإهتمام:

- نحن نفخر بوجود نخبة من الشركاء وإستراتيجيات الإستثمار المتطورة التي تم تصميمها لتسهيل جميع أهدافك الإستثمارية.
- نثق أن مستشارونا سوف يوفرولك مستوى من الثقة والخبرة والفائدة الكبيرة لكم.
- متخصصون بالتأمين على الحياة بجميع أنواعه، وظيفتنا تلبية إحتياجاتك وحماية أسرته وممتلكاتك في حالة فقد الدخل أو عائل الأسرة.
- نحن نفتخر بتمثيل العديد من كبرى الشركات التأمينية على مستوى أميركا والعالم..

Free 30 Minutes Consultation for

التأمين على الحياة - الإستثمار - التقاعد
إتصل الآن للإستشارة المجانية

1+ (855) 584-3637



Our YouTube



Our Facebook

خدمات لأصحاب
الأعمال



خدماتنا

حماية الأملاك
والدخل



برنامج تحصيل الأهداف
للأباء الشباب



التخطيط للتقاعد



Our Team



John Solyman, CRPC® NSSA®
CEO & Founder



Audrey West, RFA®
Financial Adviser



Sam Gerges
Financial Professional &
Insurance Broker

Advisory Partners



David Young
Chief Investment Officer



Darren Leavitt
CFA Portfolio Manager &
Sr. Market Analyst



Ernest J. C'DeBaca, JD, LLM, CFP®, ChFC®
CCO & General Counsel

شركائنا في النجاح



+1 (855) 584-3637 www.TheMoneyDoctors.com Newport Beach - CA @TheMoneyDrs

"Dr. Solyman and Ms. West are both investment adviser representatives with FIA. The MoneyDrs and FIA are not affiliated. Messrs. Young, Leavitt and C'DeBaca are not employed by The MoneyDrs." Advisory services offered through Foundations Investment Advisors, an SEC Registered Investment Adviser. Insurance Services will be solely offered through Insurance Companies which we are properly appointed with.

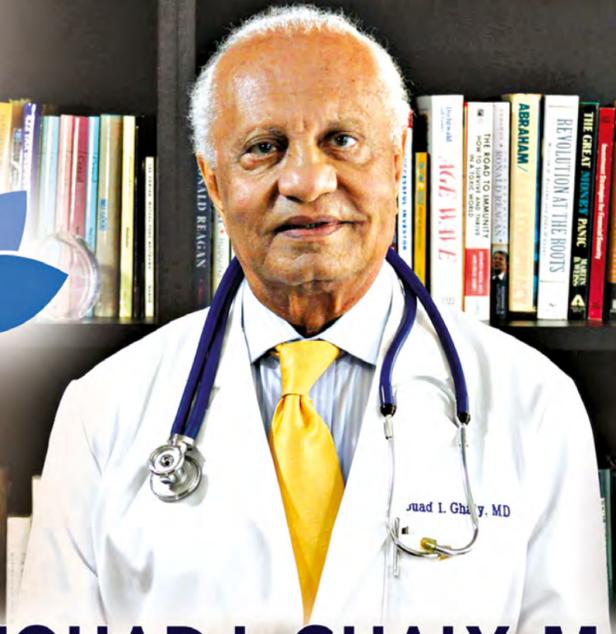
@GHALYCENTER
THEGHALYCENTER
THEGHALYCENTER



GHALY CENTER

THE GHALY CENTER FOR REGENERATIVE MEDICINE

مركز غالي للطب التجديدي والخلايا الجذعية



Dr. FOUAD I. GHALY, M.D.
REGENERATIVE MEDICINE SPECIALIST

- STEM CELL THERAPIES
- PLATELET RICH PLASMA (PRP)
- ADDICTION & IV THERAPY
- ADVANCED DIAGNOSTIC TESTING
- SPORTS MEDICINE INIURY TREATMENT
- HORMONE THERAPY
- HAIR RESTORATION TREATMENT

- علاجات الخلايا الجذعية
- (PRP) صفائح الدم الغنية بالبلازما
- علاج الإدمان
- الفحص التشخيصي المتقدم
- علاج إصابات الطب الرياضي
- العلاج بالهرمونات البشرية
- علاج الشعر

Beauty begins the moment you decide to Love yourself



- Fillers - Botox
- PRP FACELIFT
- PRP HAIR RESTORATION
- PRP SCAR REMOVAL/REDUCTION
- PR VEIN TREATMENT
- NANO.G REJUVENATION
- NANO.G NATURAL BREAST ENHANCEMENT
- NANO.G ENHANCEMENT

20911 Earl Street # 260 Torrance, Ca 90503

Tel.: (310)-540-0300

www.ghalycenterla.com