



داخل العدد
توابل
tawabil

فانيسا هادجنز تحتفل بعيد
الميلاد مع صديقتها ص 13

السبت

27 ديسمبر 2014م
5 ربيع الأول 1436 هـ
العدد 2544 - السنة الثامنة
28 صفحة
السعر 100 فلس

aljarida
الجريدة
www.aljarida.com

استجواب العمير على نار هادئة

● على خلفية قضايا تتعلق بالواسطات والمناقصات والضغط على القيادات النفطية و«الزراعة»
● تأكيدات نيابية لوجود العدد اللازم لطلب طرح الثقة... و24 لحجبها

محيي عامر

علمت «الجريدة» من مصادر مطلعة، أن استجواباً ثلاثياً ينتظر وزير النفط وزير الدولة لشؤون مجلس الأمة د. علي العمير يجري إعداده الآن على نار هادئة، على خلفية عدة قضايا نفطية وزراعية، مبيحة أن تقديمه سيكون قريباً بعد الانتهاء من بعض الترتيبات وتجميع عدة معلومات.

وقالت المصادر إن هناك ثلاثة أطراف نيابية مختلفة تدفع باستجواب العمير، أولها من توقفت مصالحه وطلبات واسطاته في الشركات النفطية، والثاني من يسعى إلى الحصول على مناقصات نفطية «مليونية» بعد أن تعطلت أعماله، أما الثالث فهو من يدعم قيادات الشركات النفطية التي تتعرض

لضغوط لترميم معاملات غير قانونية أو ترسية مناقصات غير مستحقة، وهي معرضة اليوم لإقصائها من مناصبها أو تدويرها بسبب موقفها من تلك الضغوط.

وكشفت أن هناك أحاديث «جديدة» تدور داخل الشركات النفطية عن دور الوزير العمير في الاستعانة بالنواب وطلبه منهم توجيه أسئلة برلمانية إليه حول عدة قضايا وموضوعات حتى يستخدمها، إما سلاحاً يضغط به على القيادات لتنفيذ بعض المطالب، أو ذريعة لإقصاء قياديين أو تدويرهم إلى شركات وقطاعات أخرى.

وأضافت المصادر أن أحد النواب صرح بأنه

وجه أسئلة برلمانية بناء على طلب الوزير العمير، وهو ما يؤكد هواجس القيادات النفطية باستخدام الوزير النواب ذريعة لترميم رغباته، مشيرة إلى أن مخالفات هيئة الزراعة والثروة السمكية ستكون «ضيفاً ثقيلاً» في الاستجواب المزمع تقديمه إلى العمير.

وهل سيشمل الاستجواب كل تلك القضايا؟ أجابت المصادر بأن الترتيبات الجارية على قدم وساق لتحضير الصحيفة لم تنته بعد، لاسيما أن بعض أطراف الاستجواب أهدافها متباينة عن غيرها، إلا أنها لم تستبعد، في الوقت ذاته، أن يواجه العمير أكثر من صحيفة استجواب.

وذكرت المصادر أن هناك أطرافاً نيابية أعطت تأكيدات على توفر العدد اللازم لتوقيع طلب طرح الثقة بالوزير قبل تقديم الاستجواب ومناقشته، وأن التقديرات الأولية لعددها تشير إلى وجود 24 نائباً سيدعمون التصويت على طلب طرح الثقة.

وبينت أن الاستجواب سيقدّم خلال أسابيع إلى أمانة مجلس الأمة، موضحة أن الأيام المقبلة من شأنها أن ترسم طريق الاستجواب بحسب تعامل العمير مع المتطلبات النيابية، فيما المضي قدماً فيه أو التراجع وواد فكرته.

مطيات
05

«الأشغال»: 34% نسبة إنجاز خزان الدوحة وتكلفته 3 ملايين دينار

دوليات
23

استهداف دورية للجيش في سيناء... وقنبلة بمحطة مصر

رياضة
25

دا سيلفا لـ «الجريدة»: الكرة الكويتية تحتاج إلى الصرف المالي

435 غارة لقوات الأسد تقتل العشرات خلال 60 ساعة

«داعش» يجنّد في البوكمال ويخسر مواقع في كوباني

أردنيون يؤدون صلاة الجمعة قبل انطلاق مسيرات تضامنية مع الطيار الأسير معاذ الكساسبة وسط عمان أمس (أ ف ب)

«السكنية» تصرف 153 مليون دينار بدل إيجار في 2014

يوسف العبدالله

كشفت إدارة بدل الإيجار بالمؤسسة العامة للرعاية السكنية أن عدد المواطنين المنتفعين من بدل الإيجار خلال عام 2014 بلغ 8990، بمعدل شهري 749 مواطناً، بتكلفة إجمالية تصل إلى 153 مليوناً و381 ألف دينار.

وقالت المؤسسة في تقريرها عن بدل الإيجار عن شهر ديسمبر الجاري، الذي حصلت «الجريدة»

كيف يتحقق الإصلاح في فرنسا؟

مانويل فالس*

إن العالم يتغير بسرعة، ومن الواضح أنه لن ينتظر أحداً، والسبيل الوحيد لتحقيق الأذهار ملاحقة وتيرة هذا التحول، ولهذا السبب تسعى فرنسا إلى تنفيذ الإصلاحات. لا شك في أن الإصلاح يعني التغيير، لكنه لا يعني الاستسلام للضغوط الخارجية، أو التخلي عن السمات التي تجعل فرنسا فرنسية، بل إن الإصلاحات هي المفتاح إلى تعزيز تاريخنا، وفخرنا، وتقاليدينا، وظيفتنا في الحياة، وقيمنا في بيئة عالمية ديناميكية، من أجل مواطني اليوم والغد، وهي المفتاح إلى بناء فرنسا

غداً: شينزو أبي

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تَقْوَاهُ فَيُضْفَىٰ عَلَيْكُمْ وَأَنِذِرُوا آلَ عَادٍ أَنِ يَأْتِيَهُمْ الْغَمُّ الْمَغْلُوبُ إِنَّ عَادَ طَغَتْ كَيْدُهَا فَاسْتَفْتَىٰ يَاقُوتَ بْنَ عَدْنَانَ إِنَّ عَادَ مُصِيبَتْهَا حَتَّىٰ أَصَابَتْ مُؤَسَسَاتِهَا فَجَاءَتْ نَجْمًا كَالْكَوْكَبِ

شكر على تعاز

آل النقيب

يتقدمون بجزيل الشكر وعظيم الامتنان إلى كل من تفضل بمواساتهم في وفاة فقيدتهم المغفور لها بإذن الله تعالى

فخر السيد زيد السيد خلف النقيب

سواء بالحضور شخصياً أو الاتصال هاتفياً أو برقياً أو بالنشر في الصحف من داخل وخارج دولة الكويت

سائلين الله العلي القدير ألا يريهم مكروهاً بعزير

اللهم صل على آل النقيب

إبعاد مصري إدارياً لتهجمه على أحد موظفي القنصلية

«الداخلية»: معنيون بأمن السفارات ومن يتجاوز يردع بإجراءات حازمة



إجراءات أمنية أمام القنصلية المصرية خلال الاعتصام أمس الأول

ودكرت أن وزارة الداخلية وأجهزتها التي تعاملت مع الحدث في حينه واحتوته لن تهانون مطلقاً في الحفاظ على هيبه القانون والنظام العام بحماية البعثات

الدبلوماسية والإذعان لتعليمات وإرشادات رجال أجهزة الأمن مهما كانت الأسباب والذرائع، كما أنها لن تتردد في اتخاذ نفس الإجراءات مع أي مقيم يرتكب

مثل هذا الفعل المخالف للنظام العام بالتهجم والتعدي على البعثات الدبلوماسية وتعريض أمنها وسلامتها للخطر.

اتخذت وزارة الداخلية قراراً بإبعاد وأفد مصري إدارياً، لتهجمه وتدعيه على أحد موظفي قنصلية بلاده، خلال التجمع الذي نفذه عدد من المصريين أمس الأول، احتجاجاً على مخالفتهم لعدم تحديث بيانات جوازات سفرهم.

اتخاذ الإجراءات نفسها حيال أي مقيم يخالف النظام العام

ذكرت إدارة الاعلام الأمني بوزارة الداخلية ان السلطات الأمنية المختصة تتخذ حالياً الإجراءات القانونية بالإبعاد الإداري تجاه أحد المعتدين من الجنسية المصرية، لتهجمه وتدعيه على أحد موظفي القنصلية المصرية خلال تجمع بعض المصريين، والذي شهدته أمس الأول على خلفية مخالفتهم لتحديث بيانات جوازات سفرهم المرتبطة بالإقامة إعمالاً للقانون المتعلقة بهذا الشأن، وأضافت الإدارة في بيان لها انه على الرغم من تنازل موظف القنصلية المعتدي عليه عن حقه في مقاضاة المعتدي فإن سلطات الأمن المعنية بوزارة الداخلية اتخذت الإجراءات القانونية الرادعة تجاه المعتدي بالإبعاد كحق عام باعتبارها المعنية بحماية امن وسلامة المقار الدبلوماسية، «حتى يكون ذلك رادعاً وزاجراً لكل من تسول له نفسه المساس بالسفارات والقنصليات والهيئات الدبلوماسية ومغارها والالتزام التام بالنظام والآداب العامة».

قال عميد السلك الدبلوماسي سفير الكويت لدى البحرين الشيخ عزام الصباح، إن زيارة النائب الأول لرئيس مجلس الوزراء وزير الخارجية الشيخ صباح خالد الأخيرة إلى البحرين نجحت في فتح آفاق جديدة للعلاقات الثنائية.

وأضاف الصباح في تصريح صحفي أن الزيارة نجحت في تعزيز العلاقات الأخوية واستكشاف مجالات جديدة للتعاون، وتعزيز مسيرة الخليجة.

وذكر أن اجتماع اللجنة العليا الذي عقد أخيراً في البحرين جاء استكمالاً وتحديداً لأعمال اللجنة السابقة ومتابعة قراراتها وإنجازاتها، التي نصت في مصلحة البلدين الشقيقتين، مبيناً أن الاتفاقيات الثلاث التي وقعت خلال الزيارة تلامس مواطني البلدين الشقيقتين.

وأكد السفير دعم الاجتماع الوزاري للجنة العليا البحرينية-الكويتية المشتركة في دورتها الثامنة لمسار التعاون والتكامل بين البلدين.

وكانست اللجنة العليا المشتركة للتعاون بين دولة الكويت ومملكة البحرين عقدت الإربعاء الماضي اجتماع دورتها الثامنة برئاسة النائب الأول لرئيس مجلس الوزراء وزير الخارجية وزير الخارجية البحريني الشيخ خالد بن أحمد آل خليفة.

وأثمر الاجتماع عن توقيع ثلاث اتفاقيات تتعلق بمجال الشباب والرياضة والتأمينات الاجتماعية والتعليم العالي، إلى جانب توقيع برنامج تنفيذي تربوي للأعوام 2015-2017.



عزام الصباح

«الهيكلية»: 18 ألف دينار لبرنامج الإرشاد الوظيفي

يتعاقد برنامج إعادة هيكلة القوى العاملة والجهاز التنفيذي للدولة قريبا مع إحدى الشركات لتنفيذ برنامج «الإرشاد الوظيفي» لإعادة هيكلة القوى العاملة، بقيمة إجمالية مقدارها 17711 ديناراً بعد أن حصل البرنامج على موافقة جميع الجهات الرقابية على تنفيذه. ويعد الإرشاد الوظيفي من الأفكار المستحدثة في البرنامج، وهي الأولى من نوعها على مستوى الوطن العربي، ويهدف من خلالها البرنامج إلى توجيه الشباب الكويتيين لتغيير مسارهم الوظيفي إلى المسار الأفضل.

«تكنولوجيا المعلومات» يشارك في منتدى «إنجازات»

لعرض مشاريع التنمية الحكومية 28 الجاري

يشترك الجهاز المركزي لتكنولوجيا المعلومات في منتدى «إنجازات» الذي سيقام برعاية وزيرة الشؤون الاجتماعية والعمل وزيرة الدولة لشؤون التخطيط والتنمية هند الصباح، يوم 28 و29 الجاري بقاعة سلوى في فندق المارينا.

الصانع إلى القاهرة للمشاركة في مؤتمر التحكيم



يعقوب الصانع

من علاقة التحكيم والقضاء، وتجربة مركز الأسيدي للتحكيم الأميركي في التحكيم وعلاقته بالقطعة، ورافيق الوزير الصناع وكيل وزارة العدل عبدالعزیز الماجد، ووكيل الوزارة المساعد للشؤون القانونية زكريا الانصاري، ومدير إدارة مكتب وزير العدل صالح الكمي، ورئيس قسم مجلس الأمانة والوزراء بمكتب وزير العدل عيسى البشر.

غادر وزير العدل وزير الاوقاف والشؤون الإسلامية يعقوب الصانع إلى القاهرة أمس للمشاركة في المؤتمر العربي الأول للتحكيم الدولي على رأس وفد من وزارة العدل، ويناقش المؤتمر الذي ينظمه اتحاد المحامين العرب بالإشتراك مع الاتحاد العربي للتحكيم الدولي ومركز التحكيم الدولي عددا من الموضوعات من أبرزها الوسائل البديلة للقضاء ولسفقتها وتطويرها وأنواعها ومبررات الأخذ بها، إضافة إلى التحكيم في حل مفاوضاته وتنوعه وتشكيل هيئاته وشروطه وتطبيقاته. وأوصحت وزارة العدل بالمقابلة، ووكيل الوزارة المساعد للشؤون القانونية زكريا الانصاري، ومدير إدارة مكتب وزير العدل صالح الكمي، ورئيس قسم مجلس الأمانة والوزراء بمكتب وزير العدل عيسى البشر.



ماجدة النقيب

وقالت إن الجهاز المركزي لتكنولوجيا المعلومات لديه مركز الاستجابة الوطني لطوارئ الحاسوب، وهو يهدف إلى تطوير قدرات الوطنية وتنسيق الجهود في مجال الأجهزة والاستجابة لحالات الطوارئ السيرانية، كما يعمل الجهاز على تنظيم مشاركة القطاع الخاص في مشروعات تكنولوجيا المعلومات الحكومية، ويهدف المشروع إلى تفعيل دور القطاع الخاص في مجال تكنولوجيا المعلومات.

العربية والإنجليزية مع إمكانية استخدامها عن طريق قنوات نفذ مختلفة سواء عن طريق الويب أو الهواتف الذكية. وذكرت النقيب أن من المشروعات التي ينفذها الجهاز شبكة الكويت للمعلومات KIN التي تربط أكثر من 50 جهة حكومية بمرحلتها الأولى، ويتم حالياً اتخاذ الإجراءات اللازمة لتنفيذ المرحلة الثانية من تطوير الشبكة، لافتة إلى وجود مركز عمليات الشبكة NOC الذي يقوم بمراقبة شبكة الكويت للمعلومات لتوفير بيئة اتصالات سريعة وأمنة لربط جميع الجهات الحكومية مع بعضها البعض.

كما أشارت إلى وجود مركز خدمة العملاء الذي يعتبر أحد إنجازات البنية التحتية الأساسية في برنامج الحكومة الإلكترونية، وهو عبارة عن مركز يعمل على مدار الساعة 7/24 لتقديم المساعدة عند مواجهة مستخدمي البوابة الرسمية الإلكترونية لدولة الكويت 164.e.gov.kw.

ولفت النقيب إلى أن التراسل الإلكتروني الحكومي G2G يعد أحد المشروعات الوطنية الساعية نحو تطبيق منظومة الحكومة الإلكترونية بالتنسيق مع الجهات الحكومية الأخرى، ويساهم المشروع في تبادل البيانات والمعلومات والوثائق البتاء سواء داخل الجهة الحكومية أو فيما بينها وبين الجهات الحكومية الأخرى.

أفادت نائبة المدير العام لقطاع الخدمات المساندة بالإتابة ماجدة النقيب بأن الجهاز المركزي لتكنولوجيا المعلومات يتعامل بتوازن مع كل الأبعاد الفنية والاقتصادية والتشريعية والأمنية والسياسية لتطبيق منظومة الحكومة الإلكترونية بدولة الكويت حتى يدر ك أهدافها المتمثلة في توفير حياة أفضل للمواطنين ورفع مستوى جاهزية الكويت في سلم المعلوماتية العالمية بالوثائق الصادرة عن الأمم المتحدة. وقالت النقيب بمناسبة مشاركة الجهاز المركزي لتكنولوجيا المعلومات في منتدى «إنجازات»، الذي سيقام تحت رعاية وزيرة الشؤون الاجتماعية والعمل وزيرة الدولة لشؤون التخطيط والتنمية هند الصباح خلال الفترة من 28 و29 ديسمبر بقاعة سلوى بفندق المارينا إن الجهاز ينتهج في تنفيذ أهدافه عدة برامج، منها البرنامج الفني لإدخال التكنولوجيا الحديثة في الأعمال الحكومية شاملة منظومة الحكومة الإلكترونية متضمنة بناء البنية الأساسية المعلوماتية التي تشمل البوابة الإلكترونية الرسمية للدولة www.e.gov.kw.

وأضافت أن البوابة الإلكترونية تمثل مدخلاً واحداً للمواطنين والقيمين والجهات الحكومية وقطاع الأعمال والزائرين للحصول على المعلومات والخدمات الحكومية على مدار الساعة، وهي متاحة للاستخدام باللغتين

«الهيكلية»: 18 ألف دينار لبرنامج الإرشاد الوظيفي

يتعاقد برنامج إعادة هيكلة القوى العاملة والجهاز التنفيذي للدولة قريبا مع إحدى الشركات لتنفيذ برنامج «الإرشاد الوظيفي» لإعادة هيكلة القوى العاملة، بقيمة إجمالية مقدارها 17711 ديناراً بعد أن حصل البرنامج على موافقة جميع الجهات الرقابية على تنفيذه. ويعد الإرشاد الوظيفي من الأفكار المستحدثة في البرنامج، وهي الأولى من نوعها على مستوى الوطن العربي، ويهدف من خلالها البرنامج إلى توجيه الشباب الكويتيين لتغيير مسارهم الوظيفي إلى المسار الأفضل.

«الهيكلية»: 18 ألف دينار لبرنامج الإرشاد الوظيفي

«الهيكلية»: 18 ألف دينار لبرنامج الإرشاد الوظيفي

«الهيكلية»: 18 ألف دينار لبرنامج الإرشاد الوظيفي

«الهيكلية»: 18 ألف دينار لبرنامج الإرشاد الوظيفي

«الهيكلية»: 18 ألف دينار لبرنامج الإرشاد الوظيفي

«الهيكلية»: 18 ألف دينار لبرنامج الإرشاد الوظيفي

«الهيكلية»: 18 ألف دينار لبرنامج الإرشاد الوظيفي

كيف يتحقق الإصلاح في فرنسا؟

والقوى الأقوى والأكثر ازدهاراً. ومن الواضح أن الكثير على المحك في عملية الإصلاح الحالية، والخبر السار هنا هو أن العديد من العوامل تعمل لمصلحة فرنسا، بما في ذلك الجغرافيا المتنوعة، وقطاع العلوم والتكنولوجيا النشط، والثقافة الغنية. ورأس المال البشري. والواقع أن هذه العوامل تساهم في تفسير لماذا تظل فرنسا الدولة صاحبة أكبر خامس اقتصاد في العالم. فبينما تعمل العولمة على تحويل اقتصاد العالم بتعين على فرنسا أن تتكيف حتى يتسنى لها أن تعمل على تمكين الشركات من المنافسة في الخارج، بل أيضاً في الداخل، وبشكل قطاع الأعمال القوي أممياً بالغة في الاقتصاد المفتوح، فهو يشكل قدرة أي بلد على الحفاظ على مستويات معيشة مواطنيها وتحسينها. ولهذا السبب لابد من القيام بكل ما هو ممكن لتمكين فرنسا من خلق ثروة أكبر وأفضل، ومن خلال مساعدة الشركات الفرنسية على استعادة الهوامش المفقودة، نستطيع أن نتمكنها من الاستثمار وخلق فرص العمل، وهذا هو ما يسعى «ميثاق المسؤولية»، الذي سيدخل حيز التنفيذ في الأول من يناير، والإعفاء الضريبي لتشجيع القدرة التنافسية وفرص العمل، إلى تحقيقه على وجه التحديد. وبينما تساعد الشركات الفرنسية للتوسع في الخارج، يتعين علينا أن نعمل أيضاً على تشجيع الاستثمار الأجنبي في الداخل، وكلا الأمرين يمثل أهمية بالغة لتعزيزين الحازبية التجارية لأي بلد، بين فرنسا والأكثر قوة عالمياً. إن فرنسا الأكثر قوة قادرة على التصدي لأي تحدٍ يفرضه العالم عليها، وفي الوقت نفسه سوف تثبت قدرتها على إزالة المؤثرات السلبية التي تحول دون الإبداع وخلق الثروة. وسوف يطبق «قانون النمو والنشاط» الذي سيتم التصويت عليه في العام القادم المنافس لطاقات قطاع الأعمال، من خلال تحفيز المنافسة بين تدابير أخرى. وعلاوة على ذلك، سوف يساعد فتح مهن خاضعة للتنظيم على الحد من أشكال التفاوت التي تجعل الشعب الفرنسي يشعر بقدر متزايد من الإحباط.

«السكنية» تصرف 153 ...

على نسخة منه، إن التكاليف الإجمالية منذ تولى المؤسسة الصرف على هذا البديل في السنة المالية 1992/1991 حتى نهاية هذا العام الحالي بلغت 854 مليوناً، في حين وصل عدد الإجمالي للمستفيدين حتى نهاية العام الحالي إلى 116053. وأشار التقرير، الذي سيغلق بانتهاج السنة المالية في مارس المقبل، إلى أن عدد الحالات التي تقدمت للحصول على البديل خلال الشهر الجاري بلغ 1084، في حين تم إيقاف الصرف عن 734 مواظناً خلال الشهر نفسه، مبيحة أن أسباب الإيقاف ترجع إلى أسباب عدة، منها حالات الطلاق، وإلغاء القلب، وانتهاء فترة البناء سواء في القسائم الحكومية أو الخاصة، إلى جانب صرف بديل الإيجار من جهة العمل التي عُثِرَ فيها المواطن.

وأوضح أن تكاليف بديل الإيجار هذا العام انخفضت عن العامين الماضيين، إذ بلغت في السنة المالية الماضية 195 مليوناً و332 ألف دينار، بينما كانت في السنة السابقة لها نحو 182 مليوناً و291 ألفاً. ولغت إلى أن عدد الحالات الجديدة التي تقدمت للحصول على بديل إيجار الخاضع عن العام الماضي 1353 مواظناً، في مقابل زيادة عدد المنتفعين لكل بمقدار 4357 مقارنة بالعام الماضي.

«السكنية» تصرف 153 ...

«السكنية» تصرف 153 ...

«السكنية» تصرف 153 ...

«السكنية» تصرف 153 ...

«السكنية» تصرف 153 ...

السهلاوي لـ «الجريدة»: لا نية لإلغاء مجلس وكلاء الصحة

حملات في جميع أقسام الولادة للتوعية بحماية الطفل من الإساءة وظاهرة العنف ضده



خالد السهلاوي

لمجلس الوزراء، مذكرة تفاهم بالتعاون في مجال حماية الطفل من العنف وسوء المعاملة، وتدريب المعالجين النفسيين والأخصائيين الاجتماعيين، على التعامل مع حالات الأطفال الذين يتعرضون للعنف والإهمال. وأشار إلى الوزارة تهدف إلى توعية مجتمعة شاملة بضرورة نيل العنف ضد الأطفال، في المدارس أو المنازل أو غيرها، كما تعمل على إدراج العديد من المدن والمناطق الكويتية ضمن شبكة المدن الصحية العالمية. ولفت إلى اختيار منطقة العدلية، قبل أيام، مدينة صحية ضمن شبكة المدن الصحية العالمية، وبهذا الانضمام تصبح الكويت، بعد اليرموك، التي تدخل في إطار المدن الصحية العالمية. ويأتي إن مبادرة المدن الصحية، تقوم على سعي المجتمع إلى تحسين الصحة في المجتمع، من خلال العمل على جميع المحطات الصحية للصحة كالتعليم والاستقرار الأسري والمواصلات والسكوات وحماية البيئة ومكافحة الفقر.

بينما ألغت وزارتا الأوقاف والشؤون الإسلامية والتربية، مجلس الوكلاء لديهما هذا الشهر، نفى وكيل وزارة الصحة د. خالد السهلاوي، وجود أي نية لدى الوزارة لإلغائه، باعتباره راسم السياسات الصحية في البلاد. وشدد د. السهلاوي في تصريح لـ «الجريدة» على أهمية الدور الذي يلعبه مجلس الوكلاء في مناقشة وبحث القضايا الصحية في البلاد، خصوصاً أنه أرفع جهة في الوزارة، ويترأسه الوزير، ويضم في عضويته الوكلاء المساعدين (2) وكلاء مساعداً إضافة إلى أمين عام معهد الكويت للاختصاصات الطبية (كيمز)، ويتم فيه بحث ومناقشة آخر المستجدات الخاصة بالقضايا الصحية. وأكد اهتمام الوزارة، وبتنفيذ خططها الاستراتيجية، ووضع الخدمات الصحية في البلاد، ورفع المعاناة عن المواطنين والمقيمين، لافتاً إلى أن الوزارة مهيأة الآن لتعاون مع العديد من الجهات خلال الفترة المقبلة للتوعية بأهمية معاملة الأطفال، ورفع أي إهمال متعمد، أو غير مقصود، عنهم.

بهبهاني: تحديث دليل المستحضرات الدوائية

طلب تسجيل المستحضر. وأضاف أنه تم تكليف كل من عضو اللجنة بالملكة العربية السعودية، ودولة الكويت، وسلطنة عمان بدراسة وضع معايير تصنيف للأدوية المماثلة، التي يمكن أن تحل محل الأدوية المبتكرة في العملية العلاجية. وأضاف بهبهاني أن الاجتماع أوصى أن تقوم الهيئة العامة للغذاء والدواء بالملكة العربية السعودية بإرسال الدعوة الخاصة بورشة عمل الترميز والباركود، والمزمع عقدها في شهر يناير المقبل للمكتب التنفيذي، ومن ثم إرسالها للدول للمشاركة. وأوصى الاجتماع بأن يقوم المكتب التنفيذي بوضع قائمة بالشركات المسجلة، والتي لم يتم تقديم أي من مستحضراتها للتسجيل المركزي، وذلك للنظر في إلغاء تسجيلها. وقال إن الاجتماع أوصى بأن يعد المكتب التنفيذي تقارير دورية نهاية كل عام بالمستحضرات التي عرضت على اللجنة ولم يتم استكمال متطلبات تسجيلها حسب المدة القانونية.

كشف رئيس لجنة التسجيل المركزي، عضو دولة الكويت الصيدلي رامي بهبهاني أن الاجتماع الـ (69) للجنة تسجيل الأدوية المركزية، الذي عقد في الكويت في الفترة من 21 حتى 24 ديسمبر الجاري، سجل 35 مستحضراً طبياً، كما تم اعتماد تحديث الدليل الإرشادي لإعادة تسجيل المستحضرات الدوائية. وقال بهبهاني «لكننا» إن «الاجتماع ناقش وضعية بعض المستحضرات الدوائية الخاصة، والتي تحتوي على تركيبات خاصة مثل أدوية الأطفال، وتم تكليف الدول الأعضاء بوضع آلية للتعامل مع هذه المستحضرات». وأوضح أنه تم خلال الاجتماع التأكيد على الشراكات الدوائية بضرورة تقديم متطلبات التسجيل أو إعادة التسجيل للمستحضرات الدوائية كاملة، سواء كانت المرشحة للتسجيل الدوائي دون أي نقص في المتطلبات، مثل تقديم دراسة ثباتية كاملة تغطي كامل فترة الصلاحية، وفي حال عدم التزام الشركة بذلك يحق للجنة رفض

عادل سامي

نفى وكيل وزارة الصحة وجود أي نية لدى الوزارة لإلغاء مجلس الوكلاء، مشدداً على اهتمام «الصحة» بحماية الأطفال من العنف والإهمال.

حملات

وكشف السهلاوي، عن إجراء حملة بأقسام الولادة في جميع مستشفيات الوزارة، موجهة للأمهات، للتوعية بأهمية معاملة الأطفال، مبيناً أن الوزارة شكلت لجنة وطنية عليا لحماية الطفل، تضم أعضاء من مختلف المؤسسات الحكومية وغير الحكومية لجمع الجهود والتصدي لظاهرة العنف ضد الأطفال وتضم أعضاء من مختلف أقسام وإدارات وزارة الصحة ووزارات الدولة

مبادرة المدن الصحية هدفها السعي إلى تحسين محددات الصحة في المجتمع

«التربية» تبني تطبيق الاختبارات الإلكترونية على طلبة الثانوي

دشتي لـ «الجريدة»: سترفع تقريراً عنها إلى وكيل الوزارة لاعتمادها وتطبيقها

العلبان: رعاية الأمير مؤتمر المعاقين تؤكد الاهتمام بهم



تكريم محمد العبدالله خلال المؤتمر

التي من شأنها معالجة هذه القضايا، من جهتها، ذكرت نائبة مدير عام بوابة التدريب العالمية نورة العثمان أن البوابة قامت بمبادرة تشجيعية لطلبة العلم بتخصيص مقاعد مجانية لحضور ورش العمل التي أقيمت بهذه المناسبة على يد كبار الخبراء الدوليين في مجال الأفراد ذوي الإعاقة من الولايات المتحدة الأمريكية، حيث استفاد من 36 ورشة عمل عددة شرائح، أهمها طلبة كلية التربية بجامعة الكويت، وطلبة كلية التربية الخاصة، للمساهمة في المسؤولية الاجتماعية لتدريب معلمي المستقبل.

لاختبارات، يكون بمنزلة أوراق عمل لمساعدة الطلبة، وتوفير شرح ودروس تعليمية في كل مهارة، إضافة إلى تفعيل دور أولياء الأمور، من خلال إعطائهم صلاحيات بالدخول، ومتابعة ابنائهم في هذه الاختبارات. وأوضح، أن البرنامج، سيوضع كمنهج واحد، وتعمل ضمن شبكة داخلية «لوكال نتورك»، وأخرى توضع على شبكة الوزارة، بحيث يمكن التحكم بالبرنامج وإمكانية الدخول إليه، مؤكدة حرصها خلال برمجة النظام على تحقيق أعلى درجات الأمان والسرية والدقة فيه، بحيث يصعب اختراقه أو العبث بنتائج. وقالت دشتي، إن برنامج الاختبارات، تم وضعه وبرمجته بجهود فريدة من قبل العاملين في التوجيه الفني للحاسوب، دون تدخل من أي شركة، وبلا أي مقابل، مشيرة إلى أنها ستعتمد على رفع تقرير مفصل عن الموضوع إلى وكيل الوزارة د. مريم الوتيد، للاطلاع، وأخذ موافقتها عليه، تمهيداً لاعتماده والبدء بتطبيقه.



دشتي والهزاع بكرمان أحد موجهي الحاسوب

تحقق المساواة بين الطلبة، وتراعي الفروق الفردية، وتعمل على تنشيط الدافعية للمتعلم، كما تساهم في توفير الجهد والوقت والمال، وتحقق سرعة استخراج النتيجة من خلال التصحيح الإلكتروني، ورصد الدرجات إلكترونياً. وأشارت إلى أن التوجيه سيعمل على رفع برنامج

الاختبارات الإلكترونية، تحقق قياساً دقيقاً للطلاب من حيث التحصيل العلمي والاستعداد والذكاء، فضلاً عن كشف جوانب القوة والضعف لديه، وتطوير وتحسين نوعية التعليم، كما تساهم في عمل إحصائيات وتحليلات إحصائية، بسهولة. وبيّنت دشتي أن هذه الاختبارات، وعلاوة على ذلك،

الاختبارات الإلكترونية من شأنها، تحقيق العدالة والدقة في التصحيح، مع إمكانية إرفاق ملف صوتي أو مقطع فيديو أو صورة مع كل سؤال، وإمكانية تحديد وقت زمني تنازلي للاختبار يراه الطالب، مشيرة إلى أن المعلم بإمكانه، من خلال الجهاز، مراقبة الطلبة أثناء تاديبهم للاختبار. وذكرت أن هذه النوعية من

فهد الرمضان

تبحث وزارة التربية حالياً موضوع تطبيق الاختبارات الإلكترونية على طلبة المرحلة الثانوية في مادة الحاسوب، في وقت انتهى توجيه مادة الحاسوب من إعداد اختبارات إلكترونية عملية للمادة. وكشفت الموجهة الفني العام للحاسوب بالإنابة م. نجيلة دشتي لـ «الجريدة» عن الانتهاء من إعداد اختبارات إلكترونية لمادة الحاسوب لطلبة المرحلة الثانوية، مضيفة أن الاختبارات، ستطبق مبدئياً في مادة الحاسوب العملية فقط، بعد اعتمادها من قبل المسؤولين في قطاع التعليم العام.

وقالت دشتي، إن الاختبارات الإلكترونية لها مزايا كثيرة، منها سهولة والوضوح في إعدادها وتطبيقها ومراجعة نتائجها، إضافة إلى خلوها من الأخطاء الفنية، علاوة على أنها وسيلة ممتازة لمحاكاة ظاهرة الغش من خلال وجود أكثر من اختبار بالوزن النسبي، نفسه. وأوضحت أن الاختبارات

تتجه وزارة التربية إلى البدء بتطبيق الاختبارات الإلكترونية على طلبتها في المرحلة الثانوية، من خلال اختبارات عملية لمادة الحاسوب مبدئياً، تمهيداً للتوسع بها مستقبلاً لتشمل بقية المواد.

«الإلكترونية» تساهم في تحقيق العدالة بين الطلبة وتمنع الغش

الرومي لـ «الجريدة»: تشكيل لجان تحقيق في 7 جمعيات تعاونية

على خلفية تجاوزات مالية وإدارية رصدتها المراقبان المالي والإداري لـ «الشؤون»

وأضاف: «إننا نربط بالجسد التعاوني كله عما حدث، وتدعو إلى صفاء النفوس وطي صفحة الخلاف، حتى يتسنى الحفاظ على الصرح التعاوني الذي يعد من العلامات المميزة للكويت التي نفخر ونعتز بها».

الصلح بين طرفي نزاع «هوشة العارضية»... والأمر مازال قيد التحقيق

«هوشة العارضية» وبشان ما حدث خلال انتخابات جمعية العارضية التعاونية من تبادل للضرب المستشفي لتلقي العلاج، قال الرومي: «إنه تم الصلح بين طرفي النزاع، غير أن الوزارة لا تزال تحقق في الأمر، ولاسيما أن المراقب الإداري رفع تقريراً شاملاً بما حدث خلال الانتخابات، وسيتم إرفاقه مع أقوال الشهود المحقق معهم، وعقب الانتهاء من التحقيق سترفع تقريراً وافياً شاملاً إلى الوزارة الصبيح لاتخاذ قرار نهائي في الواقعة».

ترتقي بالخدمات وتحافظ على أموال المساهمين، إضافة إلى تفعيل الدور الرقابي على الجمعيات عبر المراقبين المالي والإداري المعينين من الوزارة داخل التعاونيات، والمكلفين رفع تقارير دورية عن المركز المالي والإداري للجمعيات. وأشار إلى أن «هناك تعليمات مباشرة من الوزارة الصبيح، بعدم التهاون مع أي جمعية مخالفة أو يخبت تورطها في تجاوزات مالية أو إدارية»، مشدداً «على أنه سيتم الضرب بيد من حديد، ليستقيم الوضع التعاوني ويسير وفقاً للقوانين واللوائح والقرارات الوزارية المنظمة له».

أنه «تم الانتهاء من التقرير الخاص بإحدى الجمعيات التي حامت حولها شبهة التجاوزات، (الركة التعاونية)، التي صدر بحقها أخيراً قرار من وزيرة الشؤون الاجتماعية والعمل، وزيرة الدولة لشؤون التخطيط والتنمية، هند الصبيح، بعزل رئيس مجلس الإدارة، وتعيين عضو في المجلس بدلاً منه مدة 3 أشهر».

استراتيجية جديدة

وأكد الرومي أن «الوزارة تعمل على تطوير قطاع التعاون بجميع إداراته عبر وضع استراتيجية جديدة،

جورج عاطف

كشف الوكيل المساعد لشؤون قطاع التعاون في وزارة الشؤون الاجتماعية، على الرومي، عن تشكيل لجان تحقيق بحق 7 جمعيات تعاونية حتى الآن، على خلفية تجاوزات مالية وإدارية رصدتها المراقبان المالي والإداري اللذان عينتهما الوزارة داخل تلك الجمعيات. وأكد الرومي لـ «الجريدة» أنه «ستتم تبعا مراجعة تلك التقارير بعناية، حتى يتسنى الفصل في المخالفات والتجاوزات المقترفة من مجالس إدارات تلك الجمعيات»، لافتاً إلى



علي الرومي

«المالية» تستكمل مناقشة «التنمية» بمشاريع «الأشغال» الشايح ل الجريدة: اللجنة ستبحث السماح لـ «الكهرباء» بتنفيذ محطاتها

أكد النائب طلال الجلال ان شعب الكويت جبل على التدبير والتمسك بالقيم الإسلامية، مشدداً على اننا الآن نسير على درب الآباء والاجداد، الذين نحمل لهم كل مشاعر التقدير والاحترام. واستنكر الجلال ما ذهب اليه احد النواب بان الخمر من عادات الآباء، وانها كانت مباحة عند الآباء والاجداد، مشدداً على ان هذا الكلام غير صحيح جملة وتفصيلاً، فالشعب الكويتي يرفض مثل هذا الادعاء الخاطيء. وأشار الى ان المادة الثانية من الدستور الكويتي تنص على ان دين الدولة الاسلام، والانطلاق من هذه المادة فإن مجلس الامة ان يقبل باي حال اقرار اي قانون او توصية بها مخالفة لشريعتنا الاسلامية.



الشايح مترئساً اجتماعاً سابقاً للجنة المالية

للفترة المقبلة، ومدى مطابقتها مع الخطة الخمسية، واستعدادات الأشغال لتنفيذ هذه المشاريع والتعدلات التي لديها ان وجدت. وأضاف الشايح ان اللجنة المالية حرصت على ان تجتمع مع الأشغال نظراً لارتباطها بعلاقة وثيقة بخطة التنمية، حيث انها الجهة المسؤولة عن تنفيذ المشاريع الواردة بالخطة، كما ان اللجنة ستجتمع في وقت لاحق مع وزارة النفط للوقوف على المشاريع النفطية. وبين الشايح ان اللجنة ستناقش في البند التالي التعديل الحكومي المقدم على قانون تأسيس شركات كويتية مساهمة تتولى تنفيذ وبناء محطات القوى الكهربائية، مشيراً الى ان التعديل الحكومي جاء على المادة الخامسة من

القانون المذكور وبموجبه يتم السماح لوزارة الكهرباء بتنفيذ المشاريع الكهربائية. ولغت الشايح الى ان القانون الحالي يمنع وزارة الكهرباء من تنفيذ مشاريع كهربائية تزيد على 500 ميغاوات، الامر الذي يعيق الوزارة في تنفيذ خططها، وعلى ضوء ذلك تقدمت الحكومة بهذا التعديل الذي يسمح لها بتنفيذ مشاريع اكثر من 500 ميغاوات. ويخص التعديل الحكومي على الاتي: (استثناء من احكام هذا القانون، يجوز لوزارة الكهرباء والماء بعد موافقة مجلس الوزراء ان تقوم بتنفيذ ما تحتاج اليه من محطات القوى الكهربائية وتحلية المياه، وفقاً لاحكام القانون رقم 37 لسنة 1964 في شأن المناقصات العامة.

تستكمل لجنة الشؤون المالية والاقتصادية البرلمانية خلال اجتماعها غداً مناقشة خطة التنمية الاقتصادية (2015-2016/2019-2020) ومناقشة المشاريع التابعة لوزارة الأشغال العامة ووزارة الكهرباء والماء، كما تناقش في البند التالي مشروع قانون بتعديل نص المادة (5) من القانون رقم (39) لسنة 2010 بتأسيس شركات كويتية مساهمة تتولى بناء وتنفيذ محطات القوى الكهربائية وتحلية المياه في الكويت.

وقال رئيس اللجنة النائب فيصل الشايح لـ «الجريدة»: ان اللجنة ستستمع غداً الى وزير الأشغال العامة وزير الكهرباء والماء عبدالعزيز الابراهيم بشأن مشاريع الأشغال والكهرباء

محيي عامر



طلال الجلال



عبدالرحمن الجبران

يقر بها إلا مريض القلب، ولعن رسول الله صلى الله عليه وسلم في الخمر عشرة، فقال: (لئن الله في الخمر وشاربها وساقفها وبائعها ومبتاعها وعاصرها ومعتصرها وحاملها والمحمولة اليه واكل ثمنها). وأضاف الجبران: لا نستغرب المطالبة بإقرارها في نواب البرلمان، فقد طالب أحد النواب في أفغانستان بزراعة المخدرات لدعم الاقتصاد، ومثله طلب احد نواب البرلمان في لبنان ومصر وغيرهما من البلاد، وهؤلاء الذين قال الله عنهم: (وكذلك ما ارسلنا من قبلك في قرية من نذير إلا قال مترفوا إنا وجدنا آباءنا على أمة وإنا على آثارهم مقتدون).

من جهته أكد النائب عبدالرحمن الجبران ان الادعاء بان الخمر من عادات وتقاليد اهل الكويت جريمة في حق الدولة، لاسيما ان في المجتمع الكويتي الاف الكتب عن تاريخ الكويت لم يذكر واحد منها ان الخمر كانت من عادات اهل الكويت، فلماذا نظل انفسنا وتاريخنا؟ وقال الجبران في تصريح له ان الخمر كانت موجودة في عهد الرسول صلى الله عليه وسلم، وليس معنى ذلك فساد ذلك المجتمع ولم يعتبره العلماء من عادات وتقاليد المجتمع الإسلامي بل اعتبروه من عادات المجتمعات الكافرة، والخمر ام الخبائث ولا

اللفيصة: «الداخلية والدفاع» تستكمل غداً «التجنيد الإلزامي»

الداخلية والدفاع وكذلك الى نائب رئيس الوزراء وزير الدفاع الشيخ خالد الجراح الذي يقومون به من اجل خروج قانون التجنيد الإلزامي بما يليق بدولة الكويت، ويسد ابواب التحزب والطائفية ويعالج سلبيات القانون القديم ويبي طموحات المؤسسة العسكرية ويحقق مزايا عديدة في ظل المخاطر الإقليمية الكبيرة التي تحيط بالوطن. وأضاف اللفيصة اننا حريصون على اخراج قانون يأخذ في اعتباره الإطار الفكري وليس المفهوم العسكري للتجنيد فحسب، ويواكب التطورات التي تشهدها الكويت، على الصعيدين الداخلي أو الخارجي، ويهدف الى تهئية الشباب للدفاع عن الوطن وخلق جيل منضبط جاهز للعمل، مشيراً الى انه يشترط تادية الخدمة الإلزامية لكل كويتي يتم الثامنة عشرة من عمره، وبين القانون الحالات الخاصة بتأجيل

كشفت عضو لجنة شؤون الداخلية والدفاع النائب سلطان اللفيصة ان اللجنة ستعقد اجتماعاً غداً الأحد، بحضور نائب رئيس الوزراء وزير الدفاع الشيخ خالد الجراح او من ينوب عنه لاستكمال مناقشة التعديلات المقدمة على المشروع بقانون الخاص بالخدمة العسكرية والوطنية. وقال اللفيصة في تصريح له ان اللجنة حريصة كل الحرص على تالفي كل سلبيات القانون السابق من اجل تحقيق المردود الايجابي له، فقانون التجنيد الإلزامي بالشكل المنظور امام لجنة الداخلية والدفاع هو قانون تاريخي كونه يحقق مزايا كبيرة للوطن والمواطن، لاسيما في هذا التوقيت الذي تعصف فيه الظواهر السلبية وقيم الاستهتار بالقوانين وسط بعض الشباب.

وجه اللفيصة الشكر الى رئيس واعضاء لجنة



سلطان اللفيصة

الزلزلة لتأجيل غرامة الوافدين

طالب النائب يوسف الزلزلة نائب رئيس الوزراء وزير الداخلية الشيخ محمد الخالد بإيقاف قرار تطبيق الغرامات على الوافدين الذين لم يقوموا بتحديث بياناتهم، وإمهالهم فرصة قبل تطبيقه، حتى يتمكنوا من تصحيح أوضاعهم. وقال الزلزلة في تصريح له: أضم صوتي الى صوت الأخوة الزملاء الأفاضل الذين طلبوا من وزير الداخلية الشيخ محمد الخالد أن يكون لنا كويتيين موقف إنساني من خلال إيقاف الغرامات المتركمة على من



ARABS GOT TALENT

حان وقت إطلاق المواهب



Arabs Got Talent
9PM KWT 6PM GMT

الليلة
وكل سبت

#ArabsGotTalent
mbc.net/arabsgottalent

«الأشغال»: 34% نسبة إنجاز خزان الدوحة وتكلفته 3 ملايين دينار

الحصان لـ الجريدة: يستقبل 50 ألف غالون من مياه الأمطار تُستغل في الزراعة



تواصل الأعمال الإنشائية في مشروع خزان الدوحة (تصوير عبدالله الخلف)



ميرزا متوسطا مهندسي المشروع

سيد القصاص

تسابق وزارة الأشغال الزمن لإنجاز مشروع خزان الدوحة بمواصفات عالمية من أجل تجميع مياه الأمطار من المناطق، واستغلالها في الزراعة.

أكد وكيل وزارة الأشغال العامة المساعد لهندسة الطرق المهندس أحمد الحصان بلوغ نسبة إنجاز مشروع خزان الدوحة 34 في المئة، ويتم إنشاؤه بتكلفة قدرت بـ 3.1 ملايين دينار.

وقال الحصان لـ «الجريدة»، إن الهدف من إقامة هذا الخزان، يتمثل في استيعاب التدفق المتزايد لمياه الأمطار من عدة مناطق مختلفة وتجميعها في الخزان، من ثم استغلالها في الزراعات المختلفة، إضافة إلى تجنب حدوث مشاكل طغ وفيضانات مستقبلية. وأوضح أن المشروع يتكون من خزان تحت سطح الأرض بسعة 50 ألف غالون مياه، بالإضافة إلى 3 مضخات ذات طاقة تدفق منخفضة «مضخات للتشغيل وأخرى تعمل احتياطياً»، إضافة إلى 4 مضخات ذات طاقة تدفق عالية. من جانبه، قال مهندس المشروع محمد ميرزا لـ «الجريدة»، التي جالت في المشروع لتفقد أعماله، إنه يتم إنشاء خزان الدوحة على عمق 7 أمتار تحت الأرض، وهو ذو مواصفات خاصة فضلاً عن ملئه بكميات المياه الكبيرة.

مواصفات إنشائية

ونكر ميرزا، أن سماكة أعمدة الخزان 75/75 سنتيمتراً، وقاعدة

يتم التحكم بالخران إلكترونياً وبمواصفات عالمية لسحب مياه الأمطار من المناطق

ميرزا



متابعة حيثة لإنجاز المشروع

حراسة أمنية على مداخل ومخارج المشروع، للمحافظة على ما به من معدات ومواد مختلفة خاصة الكميات الكبيرة من الحديد، مشيرين إلى أن استشاري المشروع هو المنفذ له، ولا يوجد مقاول من الباطن وحول وجود أطنان من الرمال بجانب الموقع، وأضافوا أن هذه الرمال ناتجة عن أعمال الحفر، وتم الاحتفاظ بها من أجل استغلالها في الردم بعد انتهاء الخزان.

يتابع الوكيل المساعد لقطاع الطرق المهندس أحمد الحصان مشروع خزان الدوحة بصفة مستمرة، ويقوم بزيارة الموقع على فترات مختلفة، لمتابعة أهم المستجدات على أرض الواقع، وما تم إنشاؤه من أعمال مختلفة، وموافقة المشروع لمخططة الزمني الموضوع له. من جانب آخر، أكد مهندسو المشروع حرص الوزارة على أعمال الأمن والسلامة للعاملين داخل الموقع، من خلال توجيهات مستمرة للحفاظ عليهم، واستمرار الأعمال الإنشائية دون عوائق، إضافة إلى وضع

المناطق السكنية، لذلك تم إنشاء هذا الخزان لحل تلك المشاكل.

وأوضح أنه لدى هطول الأمطار، يقوم الخزان باستقبال المياه حتى ارتفاع 5 أمتار بداخله، وإذا زادت المياه عن هذا الارتفاع، يتم تصريف المياه الزائدة إلى خزان آخر بحجم أصغر، من ثم استغلالها في الزراعات المختلفة. وبذلك لن تعاني المناطق السكنية من شح مياه الأمطار عند هطولها بغزارة، بعد أن تُسحب إلى الخزان. وقال، إن أعمدة الخزان على ارتفاع 7 أمتار، ولا يمكن صبها كاملة، لذلك يتم صب الأعمدة على مرحلتين، وكذلك جدار الخزان يتم صبها على مرحلتين، مضيفاً أن ما سهل عمليات الإنشاء السريعة للخزان، تركيب رافعة عملاقة تاور كرين التي سهلت الكثير من الأمور، خصوصاً في عمليات نقل كميات الحديد الكبيرة والثقلبة إلى الموقع والأخشاب.

وأشار إلى أن مشروع خزان الدوحة، سوف يشمل أيضاً غرفة تحكم بسحب المياه، إضافة إلى ما فيه من مداخل ومخارج بغية إجراء الصيانة الدورية الشاملة، مؤكداً أن المشروع يتم إنشاؤه بمواصفات عالمية، ويهدف إلى الاستغلال الأمثل لمياه الأمطار في المنطقة.

حل مشاكل المناطق

ولفت ميرزا إلى أن المنطقة خلف نادي الصليبيخات، تعاني في بعض الأحيان وجود طغ لمياه الأمطار عندما يكون هناك ضغط أو هطول للأمطار بشكل كبير، ما يؤدي إلى عودة المياه إلى

78% إنجاز مركز التحكم بمرافق الصرف الصحي



مشروع مركز التحكم بمرافق شبكة الصرف الصحي

كشفت مصادر مطلعة بوزارة الأشغال العامة عن إنجاز الوزارة 78.33 في المئة من مشروع إنشاء وتشغيل وصيانة مركز التحكم والمراقبة عن بعد لمرافق شبكة الصرف الصحي في البلاد. وقالت المصادر لـ «الجريدة» إن المشروع يعتبر الأول من نوعه في منطقة الشرق الأوسط للتحكم ومراقبة شبكة الصرف داخل أرجاء البلاد، ويتميز بموقعه الجغرافي المميز، حيث يقع داخل منطقة العارضية بين الطريق الدائري الخامس والطريق الدائري السادس، وأوضحت أن المشروع يتميز بالتصميم الراقي من حيث الفخامة المعمارية والمنظر الجمالي الجذاب والتشطيبات الرفيعة المستوى وربط المشروع بكل الخدمات، إضافة إلى المساحات الخضراء الواسعة المزروعة التي تحسن البيئة في المنطقة المجاورة.

«الغوص» يرفع عوامة بساحل الصليبيخات



العوامة بعد رفعها في الصليبيخات

أعلن فريق الغوص الكويتي بالعمرة التطوعية البيئية نجاحه في سحب ورفع عوامة ملاحية بحرية شرق ساحل الصليبيخات بوزن نصف طن تابعة لمشروع جسر جابر. وصرح ضاري الحويل عضو الفريق ومسؤول العملية بأن هذه العوامة البحرية جنحت إلى شرق ساحل الصليبيخات بسبب التيارات المائية وعدم تثبيتها فنياً في القاع بالشكل المطلوب مما اضطر الفريق لسحبها إلى خارج الماء لتخزينها على الملاح البحرية. وتبنى الحويل ضرورة تثبيت العوامات البحرية بشكل آمن في مشروع جسر جابر والمشاريع البحرية الأخرى لتتحمل تغير العوامل الجوية والرياح الشديدة نظراً لخطورة هذه العوامات على الملاح البحرية في جون الكويت وخارجها.

1 828 111
Fax: 22252537
E-mail: ads@aljarida.com

aljarida
دليل الجريدة. الطبي

الكحّال
إسْمُ تَقْوِيهِ
The name you trust

بإشراف
د. عبدالله المنصور
استشاري طب وجراحة العيون
اليورث الألماني من جامعة أخن في ألمانيا
تخصص عال من مستشفى الملك خالد التخصصي - الرياض

- تصحيح النظر بالليزر
- إزالة الماء الأبيض بالفاكو
- علاج أمراض الشبكية بالليزر

تليفون: 2266 9000 - 5699 9699

عيادة د.عبدالله المنصور
ALHAMMADI
CLINIC for MENTAL HEALTH

د. عبدالله الحمادي
استشاري الطب النفسي

نعالج:
الاضطرابات - القلق
الاكتئاب - القصور
الوسواس القهري
الإدمان - العته
تشتت الانتباه وفرط
الحركة عند الأطفال

كلية الأطباء الجراحين - كندا
اليورث الكندي، الدكتوراة - استراليا
استشاري زائر لمستشفى كاب بريتون
التحريض المغناطيسي - هارفارد

الزيارة المنزلية حسب الحالة

حولي في 1 ش أ عمارة الأطباء رقم 17 الدور أ خلف مجمع القرية الشمالي
22636346 / 56 - 99566112
www.alhammadiclinic.com | Dr. Abdullah Alhammadi
مواعيد العمل من السبت إلى الخميس من الساعة 4-9م

مركز النهيل الدولي
AL NAHIL INTERNATIONAL CLINIC
DENTAL CLINIC
عيادة الأسنان

كل عام و ألتئم بألف خير ٢٠١٥

زراعة الأسنان
وتليبيسات الزيركون

تقويم الأسنان
يبدأ من

٣٥٠ دك
٤٠٠ دك
على دفعتين

١٠٠ دك
بالاقساط

أخصائي هيكلي في طب الأسنان

اتصل بنا 96660876, 22649652, 97177821
جولف خلف القرية الجويش لفة 1 القرية 11 الدور الثاني مقابل المبنى السريع طريق 11

علاج كليلنك

عيادة الجلدية والتناسلية
بإشراف الدكتورة دلال التركيت

- علاج كافة الأمراض الجلدية والتناسلية.
- علاج تجاعيد الوجه بأحدث أنواع البوتكس والفيلر.
- علاج تساقط الشعر والتعلبة بأقوى أنواع الفيتمينات والبلازما.
- علاج مسام البشرة وهالات العين السوداء.
- علاج التعرق الزائد.
- إبر تبييض الجسم وتوحيد لون البشرة.

دولة الكويت - المسابحة - الدائري الرابع
P.O. BOX: 23203 Al-Safat, 13093 - Kuwait
FAX: +965 25665444 Mob.: +965 67746803
TEL.: +965 25632369 - EXT.: 100-101

طلبة كندا - الجريدة: الدراسة فيها تكسبنا ثقافات جديدة

وزارة التعليم العالي تحرس على فتح باب الابتعاث إلى جامعات مرموقة

فيصل متعب

أكد عدد من الدارسين في كندا أن الدراسة فيها مفيدة، لاحتوائها على جامعات عالمية ومستوى دراسي مرموق، ولأنها تتيح لهم التعرف على ثقافات جديدة في مجتمعات حديثة ومتطورة في مراحل التعليم والدراسة.

رغم موجة البرد التي تمر بها كندا، والتغيرات المناخية التي تأخذ وقتاً كبيراً للاعتدال، فإن هناك طموحاً وأمالاً تعلو فوق كل اعتبار من جبل لا يعرف الصعاب في الوصول إلى آخر بقاع الأرض لتحصيّل العلم والمعرفة، في دولة تعرف بـ"بلد الثلوج"، حيث تصل درجة الحرارة فيها إلى 8 تحت الصفر، خلال موسم الشتاء، وتشتت بالبرودة القارصة خلال فترة الربيع.

ورغم تلك الظروف حرصت وزارة التعليم العالي في الكويت على اختيار أفضل الجامعات الكندية، التي تعد الأفضل من بين 20 جامعة عالمية، لابتعاث طلبة الكويت للالتحاق بجامعات

عريقة ومميزة وذات مستوى أكاديمي مرتفع. وللمعرفة الطقوس الدراسية للطلبة في كندا التقت "الجريدة" العديد من الطلبة الملتحقين بجامعاتها، والذين يبينون أن سوء الأحوال الجوية ليس سبباً كافياً للعدول عن الالتحاق بها، كما ان وجود خاصية الاعتراف الدولي بها داخل الكويت وفي ما يلي التفاصيل:

بداية، قال الطالب بدر الرويشد إنه رغم الظروف التي تمر بها كندا من اجواء مناخية شديدة البرودة فإن الدراسة ممتعة ومفيدة، بحيث يتم التعرف على ثقافات جديدة في مجتمعات حديثة ومتطورة في مراحل التعليم والدراسة.



بدر الرويشد



يوسف الصحاف



محمد علي

وأضاف الرويشد: "من الشائع عند بعض الطلبة أن الاجواء غير لائقة للدراسة في كندا من جهة المناخ، بسبب تساقط الثلوج التي تعوق حركة السير للذهاب إلى الجامعة، وهذا الأمر

يحمل الكثير من التهويل وغير صحيح".

اعتراف كويتي

من جهته، ذكر الطالب

بمخرجات جامعات كندا داخل الكويت، ما دفعنا إلى الدراسة في هذا البلد". وأضاف الصحاف ان "هذا الابتعاث جاء بفضل جهود وزارة التعليم العالي لتطوير العلم وإيجاد دول جديدة للابتعاث، ونحن نشيد بدورها الفعال في البحث عن جامعات كندية ذات مستوى أكاديمي رفيع".

إقبال كبير

بدوره، أكد الطالب محمد علي "أنه من الطبيعي أن نرى إقبالا كبيرا من الطلبة على الابتعاث إلى جامعات في دول أخرى غير كندا، بسبب قلة معرفتهم واطلاعهم عليها، ومدى احتوائها لجامعات

عالمية وعلى مستوى دراسي مرموق"، داعياً الطلبة إلى الاطلاع الكافي قبل اختيارهم وجهة دراستهم.

وتابع علي: "نرى الطلبة يغيثون النظر عن الابتعاث إلى كندا، بسبب الاجواء والطقس السيئ، ومن ثم لا تصلح للدراسة، ولكن ما نراه عكس ذلك تماماً، فالطالب سيتأقلم مع الاجواء، ومع الدراسة دون وجود مشكلات او عوائق".

تأسيس قائمة «الجميع» في «AOU»

أعلن عدد من طلبة الجامعة العربية المفتوحة (AOU) تأسيسهم رسمياً قائمة جديدة تحمل اسم "قائمة الجميع"، وتمثل نخبة من الطلبة الذين كرسوا جهودهم لخدمة ومساعدة زملائهم، والنهوض بالعمل النقابي الحر.

وقال هؤلاء الطلبة، في تصريح صحفي، إن "أهم أهداف القائمة قيادة الجموع الطلابية نحو مزيد من المكتسبات الطلابية، والتمسك بعادات وتقاليد إسلامنا الحنيف للارتقاء بوطننا الحبيب"، وتمت تزكية محمد الشمري منسقا للقائمة.

وذكر الشمري: "أننا سنعمل بكل جدية من أجل مصلحة الطلبة، وسنصدي

«اتحاد أستراليا» يبحث تطوير الأنظمة الإلكترونية



عبد العزيز الكندري

أول من قدم مشروع البوابة الإلكترونية بشكل فعلي، وقدم نظاما إلكترونيا متكاملا خلال السنة الماضية".

وأضاف أنه تمت إضافة المرزوق ببعض الملاحظات في ما يخص آلية عمل هذه البوابة، وتأكيد خصوصية الملحق الثقافي الكويتي في أستراليا، والأخذ بالاعتبار أنه يختلف عن بقية الملحق الثقافي في الدول الأخرى.

وتمنى أن يرى هذا المشروع النور في القريب العاجل، لمواكبة التطور الإلكتروني حول العالم، حيث إن هذا المشروع سيكون خطوة نحو الاتجاه الصحيح لتسهيل التواصل بين الطلبة والملحق الثقافي ووزارة التعليم العالي.

أكد نائب رئيس الاتحاد الوطني لطلبة الكويت فرع أستراليا عبدالعزيز الكندري، مطالبة الاتحاد منذ أكثر من سنة بتطوير النظام الإلكتروني، خصوصا بين الملحق الثقافي والوزارة والطلبة المتعثرين، من خلال إنشاء بوابة إلكترونية توفر خدمات أكبر للطلبة.

وقال الكندري، خلال اجتماعه مع مدير إدارة نظم المعلومات في وزارة التعليم العالي طارق المرزوق، لمناقشة سبل تطوير الأنظمة الإلكترونية في الوزارة، لتسهيل وتوفير خدمات أكبر تخدم الطلاب في غربتهم، إن "الاتحاد كان



تضريعات طلابية

@AcademiaNews

- Fatma_Alameer95: مواقف السيارات تعلمك ان الدنيا حظوظ #aum
- iRaghdawi: أول مصيبه راح تصير ب2015؟ الدرجات #gust
- SA_GUST: ملاحظة: يحق لكل طالب مناقشة الدرجة النهائية مع أي عضو من أعضاء هيئة التدريس قبل رصدها في الثامن من يناير وفقا للوائح الجامعة #gust
- sh3r_1993: الله يعين اللي عليه إمتحانات، ما صافح الراحه وحاله تبديل، يا الله تعوضهم بزوين العلامات وعسى المعدل يستحي ويتعدل #
- GroupPaaet: تم فتح باب التسجيل للشهادات المتوسطة من 12/21 الي 8/1 ويكون العمر فوق 26 #paaet

1 828 111
Fax: 22252537
E-mail: ads@aljarida.com

الجاريدا
ديل الجريدة التجاري

الأمريكية للتغطيات - أرك

أحدث التصميمات العصرية والمواد العازلة للحرارة تغطيات ومظلات ثابتة ومناسبة لجميع الظروف المناخية

خدماتنا...

- تقديم أفضل التصاميم المبتكرة لعمالنا
- زيادة كفاءة التغطية لرفع جودة العزل الحراري
- استخدام مادة البولي كاربونايت المرغوبة تمنع من مرور الأشعة الضارة (UV) وأقوى من الزجاج 250 مرة

شركة فورت كولنز للتجارة العامة والمقاولات
الإدارة والمسح، الشويخ - شارع الكويتة
97882235 - 97822004 - 97811557
67004155
info@arc.com.kw www.arc.com.kw

القبيلات السكنية معارض السيارات المصانع - الوزارات مراكز الإطفاء

لا يحتاج إلى سلك للتعليق يسا بالأسقف

عازل للصوت والحرارة



كومباكت الجيل الجديد من أبواب الكراجات

Tel.: 9600 8500 - 2471 9468/ 9

www.rolflex.com - sales@gulfautodoors.com

إعلاناتكم في الجريدة

1 828 111

Fax: 22252537

E-mail: ads@aljarida.com

أصغر قنينة مياه بالكويت

دعم اصغر توفير أكثر مياه نبع طبيعية

200 مل

توزيع خاصة للتجهيزات الغذائية والمطاعم

خدمة توصيل المنازل: 97223185-90009477

تصميم حصري من شركة TMA للاستشارات: hossam361988@gmail.com

«المكتبات» تنظم دورة «تسويق المعلومات» بالتعاون مع جامعة الكويت

خاطبت وزير التربية لترشيح 20 أمين مكتبة للمشاركة

فهد الرمضان

تنظم جمعية «المكتبات» دورة متخصصة في الأول من شهر فبراير المقبل، بالتعاون مع جامعة الكويت، و رعاية شركة «فريتس» الوطنية، تحت عنوان «تسويق المكتبات ومصادر المعلومات في العصر الحديث». وقال رئيس الجمعية د. عبدالعزيز السويط في تصريح أمس، إنه خاطب وزير التربية ووزير التعليم العالي د. بدر العيسى رسمياً لترشيح 20 من أمناء وأمينات المكتبات المتخصصة في الأول من شهر فبراير المقبل، بالتعاون مع جامعة الكويت، و رعاية شركة «فريتس» الوطنية، تحت عنوان «تسويق المكتبات ومصادر المعلومات في العصر الحديث». وقال رئيس الجمعية د. عبدالعزيز السويط في تصريح أمس، إنه خاطب وزير التربية ووزير التعليم العالي د. بدر العيسى رسمياً لترشيح 20 من أمناء وأمينات المكتبات المتخصصة في الأول من شهر فبراير المقبل، بالتعاون مع جامعة الكويت، و رعاية شركة «فريتس» الوطنية، تحت عنوان «تسويق المكتبات ومصادر المعلومات في العصر الحديث». وقال رئيس الجمعية د. عبدالعزيز السويط في تصريح أمس، إنه خاطب وزير التربية ووزير التعليم العالي د. بدر العيسى رسمياً لترشيح 20 من أمناء وأمينات المكتبات المتخصصة في الأول من شهر فبراير المقبل، بالتعاون مع جامعة الكويت، و رعاية شركة «فريتس» الوطنية، تحت عنوان «تسويق المكتبات ومصادر المعلومات في العصر الحديث».

«الداخلية»: لا تهاون مع من يتعدى على مواقف ذوي الاحتياجات

الصايغ: تسجيل 105 مخالفات وحجز 80 مركبة خلال يومين غالبيتها في محافظة حولي



سحب إحدى السيارات المخالفة في مواقف ذوي الاحتياجات الخاصة

والمح اللواء الصايغ إلى أن التطبيق الحازم لهذه منظومة متكاملة بالتعاون والتنسيق بين قطاع المرور وقطاع الأمن العام وقطاعات العمليات ممثلة في الإدارة العامة لشرطة النجدة، مشيداً بالدور التوعوي البارز لإدارة الإعلام الأمني. وشدد على أهمية العمل الجماعي وروح الفريق لتحقيق الهدف المنشود، مؤكداً أن رجال الأمن العام ورجال الإدارة العامة لشرطة النجدة خاصة يتولون في هذا الشأن مهمة نبيلة وإنسانية تستحق كل تقدير واحترام، وتؤكد المكانة الحضارية للكويت واهتمامها الدائم بذوي الاحتياجات الخاصة.

والمح اللواء الصايغ إلى أن التطبيق الحازم لهذه منظومة متكاملة بالتعاون والتنسيق بين قطاع المرور وقطاع الأمن العام وقطاعات العمليات ممثلة في الإدارة العامة لشرطة النجدة، مشيداً بالدور التوعوي البارز لإدارة الإعلام الأمني. وشدد على أهمية العمل الجماعي وروح الفريق لتحقيق الهدف المنشود، مؤكداً أن رجال الأمن العام ورجال الإدارة العامة لشرطة النجدة خاصة يتولون في هذا الشأن مهمة نبيلة وإنسانية تستحق كل تقدير واحترام، وتؤكد المكانة الحضارية للكويت واهتمامها الدائم بذوي الاحتياجات الخاصة.

شددت الجهات المعنية في وزارة الداخلية على تطبيق تعليمات وكيل الوزارة بشأن المخالفين الذين يعتدون على مواقف ذوي الاحتياجات الخاصة، والتعامل معهم بكل حزم وحسم، من أجل الحفاظ على حقوق ذوي الاحتياجات.

محمد الشهران

أكد وكيل وزارة الداخلية المساعد لشؤون العمليات اللواء جمال الصايغ «عدم التهاون مطلقاً في تطبيق القانون بشأن المخالفين الذين يوقفون مركباتهم في المواقف المخصصة لذوي الاحتياجات الخاصة». وشدد اللواء الصايغ في تصريح صحفي، على أن «تعليمات وكيل وزارة الداخلية الفريق سليمان الفهد بهذا الشأن بدأ تنفيذها بكل حزم وحسم، من أجل الحفاظ على حقوق إخواننا ذوي الاحتياجات الخاصة».

مخالفات وحجز

وتابع ان الإدارة العامة لشرطة النجدة قامت الأربعاء الفائت بتطبيق الضوابط

قتيل و6 جرحى في حادث خماسي على «السابع»

ادى وقوع حادث خماسي مروع على الدائري السابع ليل امس الاول الى وفاة شخص واصابة 6 آخرين بجروح متفرقة. وورد بلاغ الى غرفة عمليات الادارة العام للإطفاء في الحادية عشرة ليلا بوقوع حادث 5 سيارات على طريق الدائري السابع، وعلى الفور توجهت فرقة اطفاء مركز مبارك الكبير بقيادة الرائد محمد جواد الى موقع الحادث وعند وصولهم الى موقع الحادث تبين وجود حالة وفاة واحدة وانحسار عدد من الأشخاص منهم 6 اصابات وتمت عملية الإنقاذ باستعمال المعدات الثقيلة لفتح السيارات واستخراج المصابين وتم تسليمهم الى الطوارئ الطبية التي قامت بدورها وإسعافهم الى المستشفى.



سيارة الضحية في حادث الدائري السابع أمس الأول

حريق مُفتعل يلتهم 5 سيارات في خيطان

تسبب حريق «مفتعل» باحتراق 5 سيارات في منطقة خيطان أمس. وبحسب غرفة عمليات الإدارة العامة للإطفاء، فإن بلاغاً ورد إليها بأندلاع حريق طال عدة سيارات في منطقة خيطان، وعلى الفور، لبى النداء رجال إطفاء مركز الفروانية بقيادة رئيس النوبة الرائد خالد كنعان، ولدى وصولهم إلى موقع الحادث، تبين أن الحريق أتى على 4 سيارات، وعلى الفور نُفذت عملية مكافحة النيران، وإخمادها وانتهى الحادث، دون وقوع إصابات. وبعد ساعة، تكوّن الحادث ذاته لسيارة



إحدى السيارات المستهدفة بحريق خيطان

غداً الإفتتاح

برعاية معالي وزير الشؤون الاجتماعية والعمل ووزير الدولة للتخطيط والتنمية الأستاذة الفاضلة / هند الصبيح

منتدى إنجازات

نحو نماذج و تجارب أكثر تميزاً

قاعة سلوى - فندق المارينا 28 - 29 ديسمبر 2014

اليوم الأول 28 ديسمبر 2014	
11:00 - 12:30	ندوة بعنوان: السلطة التشريعية نموذجا للتنمية ودورها في خطة التنمية
4:30 - 5:00	ندوة بعنوان: دور وزارة الخارجية في خطة التنمية واستثمارها في دعم دور وجهود دولة الكويت في مجال حقوق الإنسان
5:30 - 6:30	ندوة بعنوان: أبرز واهم الموفقات في تنفيذ الخطط التنموية
اليوم الثاني 29 ديسمبر 2014	
10:00 - 12:00	ندوة بعنوان: دور الاعلام في قضايا التنمية الاستاذ راشد البلامه الاستاذ محمد الحلواني
4:30 - 5:00	عرض تجربة الحرس الوطني بعمارة تنمية ووفاء لكويت العطاء
5:30 - 6:30	ورشه عمل بعنوان: التنمية البشرية ودورها في خطة التنمية



أسباب قد تهوي بسعر النفط إلى 20 دولاراً

Anatole Kalets - Reuters



من الضغوط الإضافية التي تواجه أسعار النفط المتدنية في الأجل الطويل إمكانية رفع العقوبات الاقتصادية عن إيران وروسيا، فضلاً عن نهاية الحرب الأهلية في العراق وليبيا، وهو ما من شأنه أن يطرح كميات من النفط تفوق ما تطرحه السعودية في الأسواق العالمية.

وقد يبدو هذا نوعاً من السيناريو البعيد الاحتمال، ولكنه، بشكل تقريبي، الطريقة التي كانت أسواق النفط تعمل من خلالها طوال عقدين من الزمن من سنة 1986 إلى 2004. وأياً كانت الحصيلة التي تحدد في نهاية المطاف أسعار النفط، فإن في وسعنا التأكد من أن هذه العملية ستتطلب الكثير من الوقت حتى تأخذ طريقها إلى التطبيق، غير أن الشيء الذي لا يمكن تخيله هو أن تكون فترة تمتد لبعثة أشهر من هبوط الأسعار كافية بالنسبة إلى السعودية كي تحطم المحور الإيراني - الروسي أو لتعسر وتيرة النمو في إنتاج الزيت الحجري في الولايات المتحدة، والشيء الذي لا يمكن تخيله أيضاً أن تتمكن أسواق النفط بسرعة من الانتقال من هيمنة منظمة أوبك إلى أوضاع منافسة عادية. ومن المحتمل أن يتعرض العديد من المستثمرين الذين يتوقعون ارتداد أسعار النفط إلى مستويات ما قبل الهبوط الأخير بسرعة خيبيّة أمل.

يصعب تخيل أن تنتقل أسواق النفط بسرعة من هيمنة "أوبك" إلى أوضاع تنافسية عادية

النفط التقليدية، وهذا يعني أن المنتجين عن الزيت الحجري يجب أن يتحولوا إلى منتجين في أسواق النفط العالمية بدلاً من السعوديين. وفي سوق تنافسي حقيقي سيقوم السعوديون وغيرهم من منتجي النفط المتدني التكلفة دائماً بضخ أقصى كمية بينما تتوقف عمليات الزيت الحجري عندما يضعف الطلب، وتزداد عندما يتحسن الطلب، ويشير هذا المنطق التنافسي إلى أن التكلفة الهامشية للزيت الحجري في الولايات المتحدة، والتي تقدر بصورة عامة عند 40 إلى 50 دولاراً، يجب أن تشكل في المستقبل السقف بالنسبة إلى أسعار النفط العالمية.

تسعير "أوبك"

من جهة أخرى، توجد مجادلات جيدة أيضاً تتعلق بتسعير "أوبك" لبرميل النفط عند 50 إلى 120 دولاراً بمجرد أن تختبر الأسواق نهاية هذا المستوى، ثم إن لدى الدول الأعضاء في "أوبك" مصلحة قوية في منع العودة إلى التسعير التنافسي ويمكن أن تتعلم كيفية العمل من جديد مثل كارتل فعال، وعلى الرغم من أن تحديد السعر سيكون أكثر صعوبة مع زيادة المنتجين الأميركيين لحصتهم السوقية، فإن منظمة أوبك يمكن أن تحاول فرض تسعير "تأديبي" إذا استطاعت القضاء على العديد من منتجي الزيت الحجري في الولايات المتحدة في السنة المقبلة، وقد يساعد تأثير الاقتصاد الضخم لأسعار النفط المتدنية هذا الجهد من خلال دعم النشاط الاقتصادي والطلب على الطاقة.

بضعة أشهر من هبوط الأسعار ليست كافية لتعطيم المحور الإيراني - الروسي أو عكس وتيرة نمو إنتاج الزيت الصخري في أميركا

"أوبك" في سنة 1985 والتحول من التسعير الاحتكاري إلى التنافسي خلال العشرين سنة التالية، وما أعقبه من استعادة التسعير الاحتكاري في سنة 2005، بعد أن استفادت أوبك من الارتفاع الحاد في الطلب الصيني على النفط.

ونتيجة لهذا التاريخ، فإن الخط الفاصل بين النظامين الاحتكاري والتنافسي عند أقل قليلاً من 50 دولاراً للبرميل، يبدو تقديراً معقولاً للنهائية التي ستصل إليها حدود التداول الجديدة في الأجل الطويل، ولكن السؤال: هل سيشكل سعر 50 دولاراً الأرضية أم السقف لسعر برميل النفط في السنوات المقبلة؟

أسعار الماضي

توجد عدة أسباب تدفع إلى توقع هبوط أسعار النفط إلى ما بين 20 دولاراً و50 دولاراً كما كان الحال في الفترة ما بين سنة 1986 و2004، كما تسهم الضغوط التقنية

وأفضل شيء يمكن للمضاربين على النفط توقعه هو قيام مستوى أسعار جديد ومستدام ومنخفض في أعقاب معارك السنوات المتعددة حول هيمنة الشرق الأوسط على حصة سوق النفط.

السؤال المهم

والسؤال الذي يتسم بأهمية هو: ما إذا كان السعر الحالي لبرميل النفط الذي يقارب 55 دولاراً هو الأقرب إلى الأدنى أو أعلى المستويات الجديدة؟

أهمية الفترات الثلاث

ما يضيف أهمية خاصة على هذه الفترات الثلاث هو أن مستوى التداول خلال السنوات العشر الماضية كان مشابهاً جداً للفترة الأولى (1974 - 1985) من هيمنة منظمة أوبك، ولكن فترة الـ 19 سنة من 1986 إلى 2004 شكلت نظاماً مختلفاً تماماً، ويبدو أن في وسعنا أن ننسب هذا الفارق بين هذين النظامين إلى انهيار قوة

إذا استطاعت «أوبك» القضاء على بعض منتجي الزيت الصخري العام المقبل يمكنها محاولة فرض سعر «تأديبي» للنفط

حكام البنوك المركزية لا يتسمون بالبطولة

Bloomberg View

بظلال البنوك المركزية الأخرى يحظر القانون على بنوك أوروبا المركزية تمويل الحكومة وعلقت القادة السياسيين في القارة تغيير ذلك القانون

على مسألة تفادي وضع مثل تلك الأعباء على كاهل السياسة المالية في المقام الأول، وخلال فترات الطفرة والانتعاش يتعين على الحكومات الحرص بقدر أكبر على مراقبة وتصحيح التجاوزات المالية من خلال التنظيم الواسع إضافة إلى السبل الأخرى المعروفة، ولكن هذا لن يمنع حدوث انهيارات، وعند وقوعها يتعين أن يكون لدى الحكومات السلطة المالية من أجل الرد عن طريق خفض الضرائب وزيادة الإنفاق ضمن خطوط يتعين أن تستمر لأطول فترة ممكنة، وحسب ما تقتضيه الضرورة. ثم إن تشديد القيود المالية عندما تكون الأوضاع الاقتصادية جيدة يعني أن الحوافز المالية الأكثر جراءة ستكون ممكنة عندما لا يكون حالها على ذلك النحو، ويتطلب هذا كله المزيد من الأساليب والمقاربات التي تتطلع إلى الأمام.

هدف كبير؛ بالتأكيد هو كذلك، وعلى الرغم من أن المرء يامل أن تكون الأوضاع مختلفة في المرة المقبلة، فإن هناك القليل من المؤشرات على أننا تعلمنا هذه الدروس، ومن المحزن بالنسبة إلى الكل أن حكام البنوك المركزية الذين يتحلون بالمواقف البطولية سيظلون موضع طلب وحاجة على الأرجح في المستقبل.

لحد البنوك المركزية العصرية درجة من الاستقلال التشغيلي ولكن الخط الفاصل بين السياسيين النقدية والمالية مشوش

عجز حكومي تصبح تلك عملية نقدية، كما أن التيسير الكمي بالطريقة التي نَقَذ بها اتخذ صورة شراء ديون سوق ثانوية. ولنفتراض بدلاً من ذلك أن التيسير الكمي كان مرتبطاً بزيادة في الاقتراض العام، أو أن البنك المركزي، ببساطة، قرر إرسال شيك إلى كل دافع ضرائب، عندئذ ستكون العملية أكثر فاعلية، ولكنها ستكون ذات سمة مالية مؤكدة، وسيقوّل النقاد إن العقد الذي تعمل البنوك المركزية المستقلة بموجبه قد انتهك. ويسهم هذا في تسهيل فهم موقف البنك المركزي لأوروبي، ومنطقة اليورو في حاجة ملحة إلى تيسير كمي، ولكن بخلاف البنوك المركزية الأخرى يحظر القانون على بنوك أوروبا المركزية تمويل الحكومة، وينبغي على القادة السياسيين في القارة تغيير ذلك القانون، لنظّل الحقيقة جلية في أن التيسير الكمي يتطلب المزيد من الشجاعة من جانب رئيس البنك المركزي الأوروبي ماريو دراغي بقدر يفوق ما كان الحال عليه بالنسبة إلى بن برنانكه في مجلس الاحتياط الفدرالي الأميركي أو ميرفن كنغ في بنك إنكلترا.

مأزق التيسير الكمي في أوروبا

إذا ظل التيسير الكمي جزءاً من أدوات حكام البنوك المركزية فإن التفكير في استقلال البنك المركزي قد يحتاج إلى إعادة نظر، وإذا سارت عملية فك أو إنهاء التيسير الكمي بصورة سيئة فإنه يمكن التوصل على تلك النتيجة، ولكن المعضلة واضحة في أن وضع البنوك المركزية تحت رقابة سياسية أشد، بحيث تخترق بصورة شرعية أكثر في عمليات شبه مالية، سيثبت تلك البنوك على الأرجح، ولتوضيح الصورة تخيل أن لجنة من الكونغرس قامت بتوجيه سياسة مجلس الاحتياط الفدرالي الأميركي. ومن شأن هذا أن يضيف المزيد من الأهمية

المركزي الأوروبي)، وكان أن وسعت البنوك المركزية الفعالة حدود تفويضها، ولم يكن على الحكومات جعل تلك الخطوة ضرورية على الإطلاق. لماذا كانت تلك الخطوة لازمة ومطلوبة؟ لأن الانهيار كان حاداً بصورة استثنائية كما لا يمكن خفض معدلات الفائدة إلى ما دون الصفر، وكان ما يدعى الحد الأدنى من الصفر يعني أن البنوك المركزية اندرقت بسرعة أنها لم تعد قادرة على استخدام السياسة الوحيدة التي تخضع لسيطرتها - معدلات الفائدة القصيرة الأجل - من أجل إمداد وتمويل التحفيز اللازم للاقتصاد.

أقل من الصفر

لدى البنوك المركزية الأسباب التي تدفعها إلى التردد إزاء التيسير الكمي، وكان مستوى شراء الأصول من قبل مجلس الاحتياط الفدرالي وبنك إنكلترا وبنك اليابان غير مسبوق، وعملية التراجع عن هذا التدخل لن تكون سهلة، كما أن العواقب غير المقصودة من وراء حدوث إنقراض في أسعار الأصول وتعرّيز الثقة، وصحيح أن تلك الخطوة لم تحدث التعافي الكبير ولكن من دونها ما كان للتعافي أن يحدث على الإطلاق، وإذا كان لديك ثمة شك في هذا فعليك مقارنة وضع الولايات المتحدة مع منطقة اليورو.

والأسئلة المتعلقة بالتيسير الكمي ليست مقصورة على الأخطار المالية والاقتصادية، ولدى البنوك المركزية العصرية درجة من الاستقلال التشغيلي، ولكن الخط الفاصل بين السياسيين النقدية والمالية مشوش، والتيسير الكمي الواسع النطاق يضاعف من غموضه، وعندما يقوم بنك مركزي بتمويل

بداً التعافي في الولايات المتحدة بالظهور في صورة شبه لا تفتق وفرضية، وفي غضون ذلك تواجه اقتصادات أوروبا خطر التعرض لخلاص ركود في سبع سنوات، وثمة درس يمكن أن نستقيه من ذلك التباين، وهو أن السياسة الاقتصادية الجيدة تعني عدم الطلب من البنك المركزي القيام بدور البطال ومن المبكر جداً أن نعرف كيف سنتهي قصة الركود الكبير، وعندما تختم كتابة التاريخ تسود فكرة واحدة فقط، كانت تتمحور حول حكام البنوك المركزية، لا رجال السياسة الذين تم انتخابهم، والذين كان يتعين عليهم التعامل مع تلك الأزمة، وهو هدف لم يكونوا مجهزين بصورة كافية لمعالجته (ولا يزال هذا حالهم حتى الآن)، كما أن بعضهم ارتقى إلى مستوى التحدي، وعجز البعض الآخر عن ذلك.

وقد تورطت كل البنوك المركزية الرئيسية في الأسباب التي أفضت إلى الأزمة على الرغم من أن اللوم لا يقع عليها وحدها، وفي هذا السياق تصدر وزراء المال والوكالات التنظيمية المشهد، وفي وقت لاحق عندما بدأت الأمور تضر بالسيطرة على الوضع، ومن ثم في رسم صورة التعافي لم تعد البنوك المركزية مجرد شركاء صغار، وكانت الحوافز المالية مروعة جداً أو قصيرة للغاية أو كلا الأمرين، وعندما بدأ السياسيون في التصرف تم دفع البنوك المركزية وحدها إلى الواجهة.

نظرة موسعة

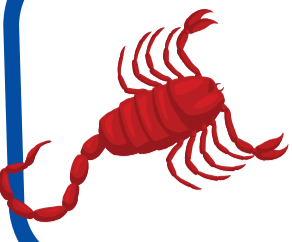
الجهات التي سارعت إلى اتخاذ نظرة موسعة إزاء سلطاتها ومسؤولياتها (مجلس الاحتياط الفدرالي الأميركي وبنك إنكلترا) حصلت على نتائج أفضل من تلك التي أملت العمل لفترة طويلة جداً (بنك اليابان) أو التي رفضت تسريع خطواتها حتى الآن (البنك

تظل الحقيقة جلية في أن التيسير الكمي يتطلب المزيد من الشجاعة من جانب رئيس البنك المركزي الأوروبي ماريو دراغي، بقدر يفوق ما كان عليه الحال بالنسبة إلى بن برنانكه في مجلس الاحتياط الفدرالي الأميركي أو ميرفن كنغ في بنك إنكلترا.

لحد البنوك المركزية الأسباب التي تدفعها إلى التردد إزاء التيسير الكمي

18 توقعات

من يناير حتى يونيو تكون مولود برج العقرب مضغوطاً بالنشاطات المهنية والشخصية... ماذا عن الحب؟ اقرأ التوقعات.



20 مسك وعبر

يتمحور مضمون مسلسل «بقايا ألم» حول رغبة النساء في إحكام سيطرتهم على الرجل من خلال مكائد تنظلي على آدم.



توابل

tawabil

EXTRA


العقد 2544

السبت 27 ديسمبر 2014م / 5 ربيع الأول 1436هـ

tawabil@aljarida.com

حبر وورق 14

اخترنا لهذا الأسبوع صفحات من روايتي «الأصولي المتردد» بقلم محسن حامد و«الرجل الوحش» لنعمت الحاموش.



مزاج 15

من حصاد 2014 إليكم أبرز الأدوار الدرامية التي قدمها الممثلون في الكويت ومصر ولبنان خلال هذا العام



حظك اليوم

الحمل (4/19 - 3/21)

كن أكثر التزاماً في عملك واسع إلى تنظيم برنامجك واحترام مواعيدك وإلا فقدت ثقة أرباب عملك. الحبيب بحاجة إلى مزيد من الرعاية والحنان. لا تنس ممارسة الرياضة.

رقم الحظ: 15.

الثور (5/20 - 4/20)

لا تكن فورياً في تعاملك مع زملائك وانتبه إلى ردات فعلك العشوائية حتى لو أخطأ البعض في حقك. تنجح في حل خلاف عائلي ما يشعر بمزيد من الراحة والأطمئنان.

رقم الحظ: 28.

الجوزاء (6/21 - 5/21)

انتبه جيداً قبل اعطاء موافقتك النهائية على أي معاملة تمر بين يديك، فأي خطأ لن يكون في مصلحتك. الحبيب يقف إلى جانبك في هذه المرحلة ويمدك بالدعم المعنوي والمادي.

رقم الحظ: 13.

السرطان (7/22 - 6/22)

تفكر في تنفيذ الكثير من المشاريع وتعمل على تلبية مناسبات اجتماعية تلقت فيها أشخاصاً ذوي نفوذ يساعونك ويدعمونك. الحب يظهر في حياتك مجدداً فلا تقفل الباب في وجهه.

رقم الحظ: 31.

الأسد (8/22 - 7/23)

تشعر بالروتين والحاجة إلى التغيير وتبحث عن فرص عمل جديدة خارج البلاد، لكن إيباك والتسرع. خلاف مع الحبيب يعكر صفو مزاجك، حاول أن تحله بنفسك من دون تدخل الآخرين.

رقم الحظ: 36.

العذراء (9/22 - 8/23)

اعمد إلى مراجعة حساباتك المالية جيداً ولا تعط موافقتك على أي معاملة لست مقتنعاً بها تماماً. تخطط لسفر قريب مع الحبيب بهدف الاستجمام. انتبه إلى نظامك الغذائي.

رقم الحظ: 10.

الميزان (10/23 - 9/23)

لا تتأخر في إنجاز أعمالك وإلا تراكمت الأمور عليك وتشعر بانك غير قادر على تسليم المطلوب منك في الوقت المناسب. لا تكن أنانياً في تعاملك مع الحبيب وفكر في مشاعره.

رقم الحظ: 52.

العقرب (11/22 - 10/24)

تعمل على توظيف بعض أموالك في استثمار جديد وتوسع دائرة معارفك. أحوالك المادية في تحسن دائم لكن إيباك والتبذير. الحب القديم يعود إلى الظهور في حياتك.

رقم الحظ: 45.

القوس (12/21 - 11/23)

لا تتسرع في قراراتك وفكر جيداً كي لا تنظم أهداً. تقضي مزيداً من الوقت إلى جانب الأهل حيث تشعر بمزيد من الراحة والأطمئنان. لا تدع الشك يدخل بينك وبين الحبيب.

رقم الحظ: 8.

الجدي (1/19 - 12/22)

تعيش فترة من الاندفاع والنشاط تنجز خلالها أعمالاً مثمرة. ترقية قريبة في انتظارك. لا تدع الآخرين يتدخلون في خلافك مع الحبيب وإلا كبر الشرح بينكما.

رقم الحظ: 27.

الدلو (2/18 - 1/20)

تنجح في تنفيذ مشاريع طالما طمحت إليها وتدخل في مشاريع جديدة خارج البلاد. إيباك والخطوات الناقصة. تلقتي شخصاً يغير مجرى حياتك العاطفية. مشروع سفر في الأفق.

رقم الحظ: 2.

الحوت (3/20 - 2/19)

لا تكن خجولاً بل عثر عن رأيك وأفكارك بصراحة وجرأة وستكون محط أنظار الجميع هذه الفترة. عودة صديق قديم من السفر تشعرك بفرح كبير. تفهم ظروف الحبيب الراهنة.

رقم الحظ: 25.



فانيسا هادجنز تحتفل بعيد الميلاد مع صديقتها

التقطت النجمة «فانيسا هادجنز» مجموعة من الصور أثناء احتفالها بعيد الميلاد، برفقة صديقتها «أوستن باتلر» في منزلها بمدينة نيويورك، وفقاً لتقارير إخبارية.

وعرضت هادجنز (26 عاماً) صورها على حسابها الخاص في «تويتر» و«إنستغرام»، وظهرت في إحداها واقفة أمام شجرة عيد الميلاد مبدسة بستره حمراء، وبدت سعيدة جداً بقضائها الوقت مع حبيبها الوسيم (23 عاماً)، تحيط بهما هدايا «الكريسماس».

وعلقت هادجنز على الصورة التي جمعتها بحبيبها قائلة: «أتمنى أن أعيش يوماً جديلاً مع حبيبتي مليئاً بالذكريات الرائعة».

أدوار النجوم في دراما 2014 ... جرأة ومغامرة وضخامة

يمكن القول إن الدراما في 2014 نبضت بكل جديد على صعيد أداء الأدوار، واغتنت بشخصيات لم تكن لتجد طريقها إلى الشاشة ويتجارب المشاهدون معها، لولا القدرة التي يتمتع بها النجوم وجرأتهم في طرح قضايا شائكة وواقعية وموجعة... ما أبرز أدوار النجوم في 2014؟

شكل عام 2014 نقلة نوعية لنجوم الدراما الذين قدموا أفضل أدوارهم على الإطلاق، فتميزوا وغامروا في تجسيد شخصيات جديدة نالت إعجاب الجمهور، وحلقت في فضاءات الأدوار المركبة والصعبة التي تطلبت مجهوداً وسط ظروف تصوير مرهقة جداً.

شخصيات صعبة



خالد أمين

اعتاد تجسيد شخصيات مختلفة وأداء أدوار لافتة.

وفي «حب في الأربعين» (عرض على شاشنة رمضان)، شكل الفنان خالد أمين ونور شائكا ناجحاً. تتحور الأحداث حول رجل يقع في الحب في سن الأربعين، كذلك تالقت الفنانة الشابة فرح الصراف في المسلسل مع أنها تظهر على الشاشة للمرة الأولى.

أيضاً، برزت وجوه شابة في أكثر من عمل رمضان من بينها: نجما «ستار أكاديمي» بشار الشطي وأحمد حسين، فؤاد علي في مسلسل «الحب كلمة»، فهد البناني وليلى عبدالله ومحمد صفر في مسلسل «جار القمر».

رومانسية ضعيفة أمام حبها لزوجها، تغار عليه من المحيطين به، وتعيش تناقضات بعد اكتشافها أنها تجهل شخصيته رغم مرور سنوات طويلة على زواجها.

تألق وقدرة

كعادته في أعماله الرمضانية، ظهر الفنان القدير عبدالحسين عبدالرضا بابهي في مسلسل «العاقور» المتسم بطابع كوميدي، وتألقت فيه فنانون شباب، رغم قصر أدوارهم، وأثبتوا قدرة عالية على التكيف معها، مهما كانت طبيعتها، من بينهم: محمد رمضان الذي جسد شخصية شاب لبناني واثق لللغة اللبنانية وأدى الدور بطريقة صحيحة، علي كاكولي الذي

حماية المعنفات، تتلقى شكاوى من نساء يتعرضن للعنف وتحاول حل مشاكلهن، إلا أن المصاعب تقحم منزلها بسبب بعضهن. وقد استطاعت الفهد، من خلال شخصيتها، أن تنصر المرأة، وتبث الوعي القانوني والحقوق في لا تسكت المرأة المعنفة عن الرجل العنيف، أيا كان أو زوجاً أو أخاً. بدورها طرحت الفنانة زهرة الخرجي قضية هامة تعانيتها النساء في المجتمع الكويتي، فجسدت في «الحب كلمة» شخصية امرأة كويتية تتزوج من رجل لا يحمل الجنسية الكويتية، وأظهرت معاناة هذه الفئة من ظلم المجتمع الكويتي لها. كذلك تالقت الفنان الشاب محمد العلوي في تجسيده شخصية شاب لبناني من أم كويتية يرفضه المجتمع الكويتي، رغم كونه ترعرع وسط هذا المجتمع وأخذ عاداته وتقاليد. يذكر أن المسلسل باكورة أعمال هيا عبدالسلام على مستوى الإخراج، ولقي إشارات ومديحاً.

منطقة محرمة

لغفت الفنانة باسمه حمادة الأنظار في «منطقة محرمة»، من خلال تجسيد شخصية امرأة يطلقها زوجها بعد سنوات من الحياة الزوجية، فتنتقل للعيش في منزل شقيقها برفقة أسرته، وينتج عن هذا الطلاق تحول في حياتها. شهد المسلسل عودة الفنانة سحر حسين إلى الوسط الفني وتالفاً لافتاً لبطولته الفنانة هدى حسين من خلال شخصية امرأة

تالقت الفنانة القديرة سعاد عبدالله في تجسيد شخصية «مزوجة» في «فريا» (عرض على شاشنة رمضان)، أم مسنة تعيش في مجتمع تحكمه قيود ومحسوبيات، و«فريا» التي تتعرض للظلم من والدتها بسبب زواجها من رجل لا يحمل جنسية كويتية، وقد تعايشت مع الدورين وأدخلت الجمهور في أجواء المسلسل بصورة مذهلة مبهرة. في المسلسل نفسه أجادت الفنانة غدير السبتي في تجسيد شخصية أحد ذوي الاحتياجات الخاصة، واتقنت الدور بشكل لافت، خصوصاً أنها تظهر للمرة الأولى على الشاشة، لكنها اطلعت في الذاكرة من خلال هذا الدور الذي لا يؤديه إلا من يملك موهبة فنية عميقة، كذلك برزت في المسلسل وجوه شابة من بينها سناء القطان التي أدت أحد أفضل أدوارها على الساحة الفنية.

انتصار للمرأة

كعادتها تالقت الفنانة حياة الفهد في «ريحانة» من خلال طرحها قضية إنسانية، إذ جسدت شخصية مديرة دار



باسم حمادة

غدير السبتي

شهدت الساحة الفنية في عام 2014 تألق فنانين بأدوار مختلفة وجديدة ضمن الدراما الرمضانية وجسدوا من خلالها شخصيات مركبة وهادفة استقطبت المدح والثناء.



بيروت - ربيع عواد

ماغني بوغصن

«جسيم» سلسلة من حكايات «كفي»، أحد أصعب وأجمل تجاربي في 2014، لأنه يتمحور حول قصص حقيقية لنساء معنفات، تقول ماغي بوغصن مشيرة إلى أنها تعذبت في تجسيد هذه الشخصية، وكان من الصعب الخروج منها بعد التصوير لأنها واقعية. تضيف: «تمنيت لو كانت من نسج خيال الكاتب، لما تحويه من ألم ووجع. تأثر فريق العمل في فترة التصوير وبكيننا بشدة، لذا أوجه تحية من القلب إلى طارق سويد، الكاتب المبدع الحساس، الذي أعطانا دفعة لتسرع بالنص الذي ننفذه، فحمل الأمانة بصدق كما فعلنا نحن، ولذا وصلت القصة بواقعتها إلى الجمهور من دون ترأف. تتابع: «الجميل في هذا العمل أن الجمهور شعر باننا لم نغش في أدائنا وكنا حقيقيين، وقد جاءت ردود الفعل، في هذا الإطار، إذ قال أحد المشاهدين إنه شعر كأنه واقف عند النافذة يتفرج عننا يحصل عند الجيران، لذا، رغم قسوة مشاهد التعنيف، حقق المسلسل نسبة مشاهدة مرتفعة»، يذكر أن بوغصن حازت جائزة أفضل ممثلة من رايدو دلتا بناءً على تصويت جماهيري.

تقلا شمعون

«عشرة عبيد صغار من أصعب المسلسلات تنقيداً وأكثرها إرهاباً»، توضح تقلا شمعون (عرض على شاشنة رمضان 2014)، وكان بالنسبة إليها تجربة فريدة، جسدت من خلالها شخصية جديدة ومختلفة. تضيف: «صور الممثلون، في غالبيتهم، بشكل يومي، لأن المخرج اعتمد أسلوب تصوير المشاهد وفق مجريات النص وليس تصويراً متقطعاً للأماكن، ما انعكس مصداقية أكبر في الأداء». تتابع: «كان المنتج داعماً للمتطلبات دقة العمل، وهذا سر نجاحه، التسرع عذو الفن، فيما الثاني في التحضير والتنفيذ. انعكس نتيجة فنية جميلة، لم ير المشاهد قصص حب خارقة، إنما تم التطرق إلى هذه المواضيع في سياق استعراض ذكريات الأبطال، وليس في الحدث اليومي الذي يرتكز على الخوف والانتظار وغموض هوية القاتل، ما جعل من هذا العمل وتجربتي فيه محطة مهمة في حياتي الدرامية». أما عن مشاركتها في «اتهام» فتقول: «كان دوري محورياً وأحد الأدوار الأساسية في المسلسل، وقد كسبت هذه الشخصية تعاطف الجمهور الذي أحبها. وأكثر ما لفتني التركيبة الجميلة، ذلك أن أحمد خليل أدى دور زوجي، حسن البراد ابني، جوي خوري وكارمن بصبص ابنتي، فادي إبراهيم شقيقي وصلاح تيزاني (أبو سليم) والذي.

كارلا بطرس

«مشاركتي في «الإخوة» كنت الأهم هذه السنة»، تقول كارلا بطرس مؤكدة اختلاف هذه التجربة شكلاً ومضموناً عن تجاربها السابقة. تضيف: «مع أننا تعينا بسبب وجودنا فترات طويلة خارج بلدنا، كانت التجربة رائعة، كوننا صوّرنا في وطن جميل، أناسه لطفاء، فضلاً عن أننا اكتسبنا خبرة عالية لأن المسلسل جسد صناعة درامية مهمة، وهذا ما يجذبنا فعلاً، كممثلين، للمشاركة في الإنتاجات الضخمة». عن تفاعل الجمهور مع شخصية رحاب التي أدتها تابعت: «لم أتوقع تجاوب الجمهور بهذه الطريقة وأن يحب الشخصية إلى هذه الدرجة، لأنها فذة، لا تكف عن الصراخ. عندما اختار المنتج الممثلين، راهن على خبرتهم لصف أول أدوارهم وترجمتها من الورق إلى الحقيقة بطريقة لافتة، من هنا أضفت نكهة كوميدية إلى شخصية رحاب وبعض النبهات في مشاهد القاسية التي تصرخ فيها، فأحب القيمون هذا الأمر الذي خفف من حدة الشخصية وجعل الدور مريحاً لا عادياً». عن الثنائية مع الممثل رفيق علي أحمد قالت: «رائعة، إنه إنسان مميز وفنان مميز، فكان رفيق دربي في المسلسل. قمت بمجهود إضافي، طبعاً، لأكون عند المستوى المطلوب للوقوف أمامه، لأن خبرته المسرحية صقلت عفوئته في الأداء، ما اضطرني إلى مجاراته، أيضاً، في هذه العفوية، لهذا السبب صدق الجمهور أداءنا».

إطلاقات مميزة

القاهرة - هشيم عسران

قدمت نيللي كريم أحد أفضل الأدوار التلفزيونية في شخصية «سرايا» ضمن مسلسل «سجن النساء» في رمضان الماضي، وهي نموذج لافتة دفعتها الظروف للعمل في سجن النساء قبل أن تتحول إلى نزلة فيه بعد إدانتها بجريرة قتل لم ترتكبها. تميز أداء نيللي بالبساطة والتلقائية رغم البطء في الأحداث، في الحلقات الأولى، فيما برز صدق تعبيرها في المشاهد

قدمت بسرا أحد أبرز أدوارها من خلال تجسيد شخصية الملكة الأم «خوشيار هانم» في مسلسل «سرايا عابدين» (عرض الجزء الأول خلال شهر رمضان الماضي) ورغم الانتقادات التي وجهت إلى الشخصية بسبب طريقتها في الحديث والأداء الذي اعتبره البعض مبالغاً فيه، إلا أنها نالت استحسان الجمهور. ظهرت بسرا في الشخصية بكامل أناعتها، بعدما اختارت ملابس مناسبة لشخصية الملكة الأم، فضلاً عن تمكنها من خلق حالة مميزة للملكة، والإلمام بتفاصيل الدور

والتعبير عن ملامح الفرح والحنن باقتدار وخبرة في الأداء التمثيلي. في إطلاقتها الأولى في الدراما الرمضانية، تميزت بلعبة في مسلسل «صاحب السعادة»، أم تحمل هم بناتها رغم زواجهن، وقد التمت بتفاصيل الدور، فتارة يراها الجمهور زوجة تعيش الحب مع زوجها (عادل إمام) وتغار عليه رغم تقدمها في العمر، وتارة أخرى تحاول الصلح بين بناتها وأزواجهن، وثالثة تعلم أحقادها. قدم يحيى الفخراني دوراً رائعاً في «دهشة»، فرغم الأجواء الصعبة في التصوير إلا أنه نجح في تجسيد شخصية الشيخ الذي تجوز عليه بناته، بعد أن يقرر توزيع ثروته عليهن في حياته بدلاً من أن يرثه أشقاؤه بعد وفاته لعدم إنجابه وولد، فلا تقف في جواره سوى الابنة التي حرصها من الميراث بعد زواجها من شخص لم يوافق عليه. عاد الفخراني إلى ملعبه في الدراما الصعبة، فظهر في أفضل حالاته الفنية، وساعده الديكورات الضخمة، فضلاً عن إجادته

التعبير عن مراحل عمرية مختلفة للشخصية، تقديم المشاهد بخبرة تمثيلية أهله ليكون أحد أفضل الأدوار التي قدمها في مشواره الفني على الإطلاق.

أفضل الأدوار

قدمت وفاء عامر أفضل أدوارها في 2014 في مسلسل «ابن حلال»، إذ جسدت شخصية أم مستهترّة، تنشغل بعملها الفني كمطربة، من دون أن تراعي بناتها، فضلاً عن اهتمامها بالزواج ممن هم في أعمار بناتها. تميزت وفاء في الدور لتقدم أقصى لحظات الإستهارة في الجزء الأول من الحلقات، بينما تظهر قمة الانكسار في منتصف الأحداث مع قتل ابنتها قبل أن تحاول الانتقام لها في النهاية، فتعاملت بإداء متفاوت في كل مرحلة تناسب الأحداث التي تمر بها الشخصية. رغم الانتقادات التي توجهت إلى محمد رمضان بسبب نوعية الأدوار التي يقدمها، إلا أنه جذب، في مسلسل «ابن حلال»، قطاعاً عريضاً على فقراؤها.

من المشاهدين ليحلت المركز الأول في نسب المشاهدة، سواء عبر الشاشات أو عبر الإنترنت، وفقاً لشركات الإنترنت. جسد رمضان شخصية «حبشية»، شاب يتحول، بفعل محاولات توريطه في جريمة قتل لم يرتكبها، إلى مجرم يفرض سيطرته على نطاق واسع، وتحاول الحكومة القبض عليه قبل محاصرة الحارة التي يسكن فيها وقتله، ورغم امتلاكه السلاح والقوة إلا أنه يسعى إلى تحقيق العدالة في الحارة الصغيرة وتوزيع الأظعمة على فقراؤها.

نيللي كريم في مسلسل «سجن النساء»



29 نصيحة للسنّة الجديدة

وجبة صحية ومتوازنة

تعتمد الوقاية من الأمراض على الغذاء الصحي والسليم. لا داعي لأن تتجنب حمية قاسية. يكفي أن تطبق بعض النصائح الأساسية.

تبدأ الصحة الجيدة من الطبق. وتتوافر اليوم أبحاث ودراسات كثيرة تؤكد أننا نستطيع تحسين صحتنا ونفادي كثير من الأمراض، مثل الداء السكري والأمراض القلبية الوعائية أو حتى الزهايمر بانتخاب غذاء جيد. ولكن ما هو الغذاء الجيد والمتوازن؟ هل علينا الإكثار من البروكولي لمحاربة السرطان ونفادي تناول الفراولة المزروعة داخل الخيم البلاستيكية؟ يجب الخبراء: «الأهم أن تنوع غذاءك، فهذه الطريقة الفضلى لتحد من المخاطر». إذا، يمكننا أن نحمي جسمنا وصحتنا بتناول شتى الأطعمة من دون أن نستثني أيًا منها. ولكن لاختيار الأفضل بينها، يمكنك اتباع المبادئ التالية التي تدرج عادةً تحت ما يُدعى بنظام غذاء البحر الأبيض المتوسط.

1. تناول الفاكهة والخضراوات في كل وجبة: تُعتبر الفاكهة والخضراوات على أنواعها مفيدة لأنها غنية بالألياف التي تسهل حركة الأمعاء، والفيتامينات، والأملاح المعدنية. نتيجة لذلك، ينصح الخبراء بتناول الخضراوات مع كل وجبة، فضلاً عن حبتين إلى ثلاث حبات من الفاكهة يومياً. كذلك من الضروري استهلاك الخضراوات المجففة كل يوم تقريباً.

نصائح غذائية مهمة

5. قشّر التفاح: تتجج بتقشير التفاح في التخلص من نحو 90% من مضادات الأفات. توضح السلطات الغذائية أن نحو 3% من الفاكهة والخضراوات التي تُباع في الأسواق تحتوي على كمية من بقايا مضادات الأفات تتخطى المعدلات المسموح بها. لكن هذه المنتجات التي ترش على المزروعات للتخلص من الفطريات، الحشرات، والأعشاب الضارة تثير كثيراً من الشكوك. في عام 2012، أشار تقرير صحي إلى أن خطر الإصابة بمرض باركنسون أو ورم ليفي يرتفع بين المزارعين الذين يستعملون بانتظام مضادات الأفات. كذلك يُشتبه أن هذه تؤدي أيضاً إلى سرطان الثدي أو البروستات والعقم.

6. أكثر من شرب الماء: من الضروري أن تتناول كمية مناسبة من الماء للحفاظ على

2. اختر أنواعاً عالية الجودة من السكاكر والدهون: كلما كان المنتج معدلاً، زاد ضرره. نتيجة لذلك من الضروري أن تحدّ من استهلاك السكر المعالج والأحماض الدهنية المهدرجة التي تدخل في تركيبة المنتجات الصناعية. ينصح اختصاصيو التغذية بتفادي الدهون الحيوانية المشبعة. من الضروري الاعتماد أساساً على زيت الزيتون. لكن الزيوت الأخرى لها فوائدها أيضاً، خصوصاً الكولزا والجوز ودوار الشمس. لذلك لا ضرر في استهلاكها بانتظام.

3. تناول البروتينات بكميات مقبولة: يمكن أن تكون حيوانية كما نباتية. يمكنك أن تستهلك حصة من البروتين الحيواني يومياً، سواء اخترت اللحم الأبيض، أو البيض، أو مشتقات الحليب قليلة الدسم، أو الأسماك، علماً أن من الضروري أن تتناول الأخيرة مرتين أسبوعياً على الأقل.

4. حد من استهلاك الملح: يؤدي الملح دوراً في ارتفاع ضغط الدم والأصابة

جسمك رطباً وتنفادي الجفاف، خصوصاً في فصول السنة الحارة. لا شك في أن الماء يُعتبر الوسيلة الفضلى لترطيب الجسم. ولكن تستطيع أيضاً تناول العصائر والنوع لتحصل على الكمية الكافية من السوائل كل يوم.

7. تناول السمك النيئ: كثر في الأونة الأخيرة الإقبال على تارتار السمك والسوشي... تُظهر الدراسات أن من يكثرون من استهلاك السمك يتمتعون بمقدرات معرفية أكبر، مقارنة بالآخرين. وربما يعود هذا إلى غنى هذه الأسماك بأحماض أوميغا 3 الدهنية التي تُعتبر «دهوناً مفيدة» تسهم في الوقاية من الأمراض القلبية الوعائية. لكن أحماض أوميغا 3 لا تقاوم الحرارة العالية بفاعلية. لذلك تحافظ على خصائصها المفيدة عند تناولها نيئة. ولكن من الضروري التنبيه إلى أن

بعض أنواع السرطان. توصي التوجيهات الصحية بعدم تخطي 4 إلى 6 غرامات من الملح يومياً، في حين أن معظمنا يتناول ثمانية غرامات منه كمعدل.

تنطبق هذه المبادئ على فترات السنة المختلفة. ولكن من الضروري أن تدرك أن احترام النصائح الغذائية لا يكفي للتمتع بصحة جيدة. فللقابلية من الأمراض، يجب أن تعي أن عادات النظافة مهمة بقدر أهمية تناول الأضناف الصحية والمفيدة.

الأسماك النيئة تحتوي على ديدان المتشاكسة التي قد تسبب ثقباً في الأمعاء. لذلك ينصح العلماء بتجليد السمك قبل استهلاكه للتخلص من هذه الدودة.

8. لا تكثر من حفلات الشواء: لا تشكّل المشاوي خطراً على الصحة شرط أن تطهى ببطء. ولكن ينصح بعض الأطباء بإزالة كل القسم الأسود من اللحوم المشوية لأنها تحتوي على مواد مسرطنة. تتشكل هذه الجزيئات عند الطهو على حرارة مرتفعة جداً، سواء أعد الطعام على الفحم أو في الفرن. لذلك من الأفضل أن تختار شواية عالية الجودة وتغلفها جيداً قبل كل استعمال.

9. استمتع بمربعين من الشوكولا المر كل يوم: الغريلين هورمون يسهم في ضبط الشهية. وأظهرت الدراسات أن تناول نحو

ان الدراسات أظهرت أن من يمارسون العلاقات الحميمة نحو 12 مرة في الشهر على الأقل يبدون أصغر سناً بنحو ثماني سنوات. وللحب أيضاً تأثيرات إيجابية في الصحة. تُظهر الأبحاث أن إقامة علاقات حميمة نحو 12 مرة في الشهر يخفف خطر إصابة الرجل بأمراض قلبية وعائية وسرطان البروستات. أما المرأة، فتفترن خلال العلاقات الحميمة هرمون الأوكسيتوسين، الذي يحسن المزاج، وتؤثر عملية التحفيز هذه في خلايا الثدي، ما يؤدي إلى التخلص من المواد المسرطنة فيه ويحد من خطر الإصابة بسرطان الثدي.

13. من الأفضل النوم في ظلمة مطبقة: إذا كانت الستائر ومصاريع النوافذ لا تكفي لتعتيم الغرفة، فمن الأفضل وضع قناع

على العينين كذلك الذي يُستخدم خلال الرحلات الجوية. يُعتبر الضوء، وإن كان خافتاً، كافياً لإحداث خلل في عملية النوم، ما يمنع الجسم من إصلاح ذاته. يحفز الضوء الدماغ ويؤدي إلى تغييرات هورمونية، ما يمنع الدماغ من الحصول على الراحة التي يحتاج إليها. لهذا السبب، ينصح الخبراء بعدم مشاهدة التلفزيون أو استعمال الهاتف الذكي أو الجهاز اللوحي قبل الخلود إلى النوم. والأهم من ذلك كله ألا تترك ضوءاً خافتاً مضاء في الغرفة طوال الليل.

14. تفاد إطالة النوم صباحاً أيام العطل: يميل الجميع عموماً إلى إطالة النوم صباحاً في نهايات الأسابيع وأيام العطل. لكن هذه الخطوة سلبية على الصعيد الصحي. فقد أظهرت دراسة إنكليزية أن من يستيقظون قبل الساعة الثامنة صباحاً يكونون أكثر رشاقة، صحة، وفرحاً. فما سبب ذلك؟ يوضح الباحثون أنه عند الساعة الثامنة صباحاً، يبلغ الكورتيزول، هرمون يسهم في توليد الطاقة، أعلى مستوياته خلال النهار. وهكذا تستطيع أن تبدأ يومك بنشاط إن كنت مستيقظاً. بالإضافة إلى ذلك، يتمنّن من يستيقظون باكراً من تناول فطور غني، ما يساعدهم في الصمود حتى الغداء من دون تناول أطعمة خفيفة غير صحية.



30 غراماً من الشوكولا المر يؤدي إلى تراجع معدل الغريلين في الدم، ما يؤدي بالتأكيد إلى قطع الشهية. لذلك يوصي اختصاصيو التغذية باكل مربعين كبيرين من الشوكولا المر (يُفضل أن يحتوي على الكاكاو بنسبة 100% لفاعلية أكبر) يومياً للحصول على الجرعة المناسبة. ومن مزايا الشوكولا الأخرى غناه بالبوليفينولات، وهي مركبات مضادة للاكسدة. كذلك يسهم تناول الشوكولا بكميات معتدلة في خفض ضغط الدم الشرياني.



10. النوم والاسترخاء للحياة

لا تستطيع الشعور بالانتعاش إن لم تنم جيداً. ولا يُعتبر النوم مفيداً للمظهر الخارجي فحسب، بل للحفاظ على الصحة أيضاً. يختلف مفهوم راحة الإنسان باختلاف الأفراد، ومن الممكن تعريفه بطرق مختلفة، إلا أن الأكيد أنه يعتمد على أساسين: النوم الجيد (ثلث حياتنا) والحد الأدنى من الإجهاد. لكن القول أسهل من التطبيق. تُظهر الدراسات أن معظم الناس ينام نحو سبع ساعات في اليوم طوال الأسبوع. إلا نحو 36% ينامون أقل من ست ساعات. ولا شك في أن هذه الفترة أقصر من أن تسمح للجسم بإصلاح ذاته واستعادة نشاطه. يوضح الأطباء أن قلة النوم تؤدي إلى التعب، التوتر، المزاج العكر، الإجهاد... بالإضافة إلى ذلك، ثمة أدلة تُظهر أن الحرمان المزمن من النوم ينعكس سلباً على اكتساب الوزن، الداء السكري، ارتفاع ضغط الدم الشرياني، الأمراض الأيضية، والمشاكل القلبية الوعائية. يسمح النوم للجسم بإنتاج بعض أنواع الهرمونات وإراحة العملية الأيضية. ولكن عندما تصاب هذه العملية بخلل، يبقى ضغط الدم الشرياني مرتفعاً طوال الليل، مع أن انخفاضه ضروري في هذه المرحلة من اليوم. نتيجة لذلك، يرفع هذا الخلل الأيضي المخاطر القلبية الوعائية، ويُعتبر مسؤولاً عن اكتساب الوزن والداء السكري.

من الضروري أن تنعم بنوم هائى: تتراوح فترة النوم الضرورية بين ست وتسع ساعات. ولا بد من الإشارة إلى أن النوم طويلاً صباحاً لا فائدة له على الصعيد الفيزيولوجي غير المتعة في ذلك. فلا تسهم ساعات النوم الإضافية في سد دين النوم المتراكم. على العكس، قد تؤدي إلى خلل في الجسم. على سبيل المثال، إن كنت معتاداً على النوم سبع ساعات ونمت عشر ساعات، تحدث خللاً في ساعتك البيولوجية. تصبح حرارة جسمك أكثر ارتفاعاً خلال النوم، شأنها في ذلك شأن معدلات الكورتيزول، في حين تتراجع نسبة الميلاتونين. نتيجة لذلك، إذا لم تحترم نمطك الفيزيولوجي، لا تنعم بنوم هائى. تنام في وقت متأخر وتستيقظ في وقت متأخر أيضاً. ولكن مع انتهاء العطلة، تصعب عليك العودة إلى نمط نومك الطبيعي.

أما القيلولة، فيجب أن تقتصر على من لا ينامون فترات كافية ليلاً، ويحتاجون إلى قيلولة صغيرة لاستعادة نشاطهم خلال النهار. يوضح خبراء النوم أن القيلولة التي تدوم نحو 20 دقيقة تسهم في التعويض عن نقص النوم.

لمحاربة الإجهاد والنوم كالمطل:

11. خذ حماماً بارداً: أبدأ من الأسفل حتى الأعلى، فدقيقتان من الحمام البارد تساعداك في خسارة نحو 240 سعرة حرارية. ولا يشكل هذا الحمام وسيلة للحفاظ على الرشاقة فحسب، بل يساعد على الاسترخاء. خلال هذا الحمام، يفترن الجسم الأندورفينات التي تمنحك شعوراً بالسعادة. إذا، يشكل الحمام البارد طريقة لمحاربة القلق، التعب، والإجهاد، ما يساعداك على النوم بهدوء. بالإضافة إلى ذلك، يؤثر الماء البارد في الأنسجة الدهنية البنية التي تسهم في الحفاظ على حرارة الجسم نحو 37 درجة مئوية. ولكن يحتاج الجسم إلى خفض درجة حرارته ليستسلم للنوم.

12. حافظ على علاقات زوجية جيدة: تؤدي العلاقات الحميمة إلى إنتاج مجموعة متنوعة من الهرمونات الإيجابية. نتيجة لذلك، تُعتبر هذه العلاقات مهمة في الحفاظ على التوازن والسعادة. يذكر الباحثون





المشي من دون توقف. ولا شك في أن القيام بذلك لن يكون صعباً إن اخترت رياضة تحبها، وهذا ضروري لأنك إن انتقيت نوعاً من الرياضة لا يستهويك، فستسام بسرعة وتستسلم وتعود إلى نمط حياتك الخامل. علاوة على ذلك، للرياضة ميزة إضافية: عندما تمارس التمارين الرياضية، يفرز الجسم الميوكين، هرمون يؤثر مباشرة في البشرة ويُعتبر إكسير الشباب الحقيقي. وهكذا تنتج أنت بنفسك ما تحتاج إليه لتبقى شاباً.



العضلات مرتين في الأسبوع، لكن هذه مجرد أرقام، يبقى الأهم أن تحارب نمط حياتك الخامل.

21. أفضل التمارين

يشكل الحفاظ على الصحة الوسيلة الأفضل للوقاية من الأمراض. أعضاء الجسم كلفة مهمة: الرأس، الساقان، والحواس الخمس.

22. 30 دقيقة نشاط متواصل

تنصح منظمة الصحة العالمية بالتمرن مدة 30 دقيقة يومياً. واتباع هذه النصيحة، تحذ من خطر الإصابة بالسرطان، الإلتهام، والأمراض القلبية الوعائية بنحو 40%. ولكن لتحقيق فاعلية أكبر، قد يكون من الأفضل التمرن بشكل متواصل خلال الدقائق الثلاثين هذه. لماذا؟ لأنك تحرق السكريات خلال الدقائق العشرين الأولى ومن ثم تبدأ بحرق الدهون السيئة. السير، التوقف، والانطلاق مجدداً، مثل لاعبي الغولف، لا يجدي نفعاً. لذلك من الأفضل الاستمتاع بالسباحة، ركوب الدراجة الهوائية، أو

الأولاد. وينصح الخبراء الأهل بتنوع النشاطات الرياضية التي يمارسها أو لادهم: التزلج لتعزيز التنسيق الفكري الحركي، الجودو لتعلم السقوط، رياضة جماعية لتقوية القدرات الاجتماعية...

20. المتعة أولاً

تشكل الفترة العمرية من الأربعين إلى الخمسة والأربعين عاماً مرحلة دقيقة بالنسبة إلى البالغين. عندما نتعلم ممارسة التمارين الرياضية في مثل هذه السن، يكون من الضروري في المقام الأول تُوخي الحذر. يجب أولاً استشارة طبيب لمعرفة ما إذا كان باستطاعتك ممارسة رياضة تحبها. بعد ذلك، يكون عليك أن تحترم قاعدة واحدة: التقدم تدريجياً. لكل إنسان قدراته ووتيرته. بالإضافة إلى ذلك، يجب ألا تستسلم لأن نتائج ممارسة تمارين رياضية تتجلى على الأمد الطويل. وتذكر أن الرياضة تعطي الأمل بالعيش حياة طويلة بصحة جيدة، وخصوصاً أنها تؤخر في حالة المسنين الحاجة إلى رعاية شخص آخر.

تنصح منظمة الصحة العالمية بالتمرن نحو 30 دقيقة يومياً، فضلاً عن تخصيص 10 دقائق لتقوية

19. النشاط للوقاية

نفكر عادةً في التمارين الرياضية عندما نرغب في خسارة الوزن واستعادة رشاقتنا. لكن الرياضة تشكل أيضاً علاجاً ودواءً لحياة مديدة.

منذ بضع سنوات، أدرجت التمارين الرياضية في علاج أمراض مزمنة مثل الداء السكري من النمط الثاني والتهاب القصبة الهوائية والسرطان. بتحريك الدهون، زيادة حجم الكتلة العضلية وتعزيز إيقاع الطاقة والعملية الأيضية الأساسية، تتمتع التمارين الرياضية بخصائص علاجية. فهي تساهم في الوقاية من الأمراض القلبية الوعائية وبعض أنواع السرطان (الذي والفولون) بالإضافة إلى ذلك، تشير دراسات جديدة إلى أن الرياضة قد تؤخر أيضاً ظهور مرض الألزهايمر بمساهمتها في توليد وصلات جديدة في الدماغ. ويجب ألا ننسى بالتأكيد تأثير الرياضة في الصحة العقلية. ففضلها ننعج بنوم أفضل وروح إيجابية، وبتفادي الكآبة والقلق. يستطيع الجميع عموماً ممارسة الرياضة حتى سن متقدمة. لكن المهم أن يكون النظام الرياضي الذي تتبعه معدلاً وفق حاجاتك وقدراتك الشخصية. فضلاً عن ذلك، تشكل الرياضة أداة مناسبة لنمو

النظافة بالغة الأهمية



يدرك الجميع أهمية النظافة، إلا أن عادات الحفاظ عليها تبدو بسيطة، حتى إننا ننسأها أحياناً. يشكل غسل اليدين خطوة بسيطة تساهم في التخلص من عدد كبير من الميكروبات. تُعتبر اليدين وسيطتي نقل مهمة للكائنات المجهرية. لكن غسلهما مدة 30 ثانية يساهم في التخلص من عدد كبير منها، وفق الخبراء. وهكذا يؤدي الماء والصابون إلى الحد من انتشار الممرضات الواسعة الانتشار، مثل مسببات الزكام والاضطرابات المعوية. إليك بعض النصائح الضرورية والبسيطة للحفاظ على النظافة وتحسين الصحة:

15. نظّف البراد بانتظام: إذا لم تحافظ على نظافة برادك، فقد يتحوّل إلى مرتع للميكروبات. يوصي الخبراء بتنظيف البراد مرتين في الشهر على الأقل لتفادي الليستيريا التي تنتقل عبر الأطعمة الملوثة وتستطيع أن تتكاثر على حرارة أربع درجات مئوية، أي الحرارة داخل البراد. بالإضافة إلى ذلك، يجب أن تحفظي في البراد خلال الصيف المايونيز أو التارتار على أنواعه.

16. من الضروري تبديل الوسادة: تتغذى القراديات، طفيليات تسبب الحساسية، بفضلات الجلد والعرق. وفي غضون سنتين، يكون 10 من وزن الوسادة مؤلفاً من قراديات ميتة. لذلك من الضروري تبديلها دورياً ونهوية الغرفة كل صباح.

17. يجب الحفاظ على نظافة المواضع الحميمة: تنطبق هذه النصيحة خصوصاً على المرأة خلال فصل الصيف. تؤدي الحرارة، الملح، والتعرق إلى تزايد إفراز المخاط المهبل، ما يسبب التهيج. لذلك يجب استخدام مساحيق استحمام لطيفة. غسل الجسم جيداً بالماء، وتجفيفه. ينبغي أيضاً الابتعاد عن المواد المعقمة التي تحدث خللاً في بيئة المهبل.

18. يلزم غسل القدمين: يميل الناس عموماً خلال الصيف إلى السير حفاة القدمين أو ارتداء أحذية مفتوحة. وإذا أردت تفادي الفطريات ومسامير القدمين، فمن الضروري أن تغسل قدميك مع التنظيف جيداً بين الأصابع كل ليلة قبل الخلود إلى النوم. كذلك من الضروري أن تتنعل صندلاً عندما تتنقل على حافة حوض السباحة. أثناء الاستحمام، يجب ألا تدلك قدميك لأكثر من خمس دقائق. أما من يعانون مشاكل في الدورة الدموية، فيجب أن يغسلا قدميهما بالتنقل بين الماء الساخن والبارد. كذلك يلزم تجفيفهما جيداً لأن الحرارة والرطوبة تعززان ظهور الفطريات.

حماية الحواس

24. من الضروري أن تحافظ على عينيك: لا تشكل النظارات مجرد حلية تضعها عند التعرض للشمس، سواء في الصيف أو الشتاء. تبقى النظارات الشمسية العينين من الأشعة، وخصوصاً من السواد والتنعكس البقي الذي يظهر مع التقدم في السن. نتيجة لذلك، من الأهمية بمكان أن تختار نظارات عالية الجودة، لأن الشمس تدفع المؤيؤ إلى التقلص. إلا أن هذه الظاهرة لا تحدث كفاية أو لا تحدث البتة عندما نستعمل النظارات.

25. يجب أيضاً حماية الأذنين: تكثر في العطل الحفلات والسهرات الصاخبة... نتيجة لذلك تتعرض الأذنان لاختبار قاسٍ. فقد يرتفع الضغط الصوتي إلى 105 ديسيبلات، في حين أن عتبة السمع الدقيقة تقع بين 80 و 85 ديسيبل. ولا تملك الأذنان خلال هذه المناسبات



26. نصائح لاختيار النظارات المناسبة:

• **الإطار:** لا تصب اهتمامك على اللون وجمال الشكل فحسب، بل عليك أيضاً أن تختار إطاراً ملائماً يحجب الشمس جيداً عن عينيك. يجب أن يغطي الإطار كامل عينيك حتى الحاجبين. وقد يكون من الأفضل أن تختار إطاراً مستقيلاً له قبضتين عريضتين تمنعان الشمس من الوصول إلى عينيك من الجانبين. كذلك من الضروري أن يلائم الإطار الأنف والأذنين تماماً كي لا يزعجك أو ينزلق.

• **الزجاجات:** تذكر أن هدف الزجاجات منع مرور الأشعة ما فوق البنفسجية والضوء الأزرق. لذلك تُعتبر الزجاجات الأفضل تلك المعدة من الكربونات المتعددة، تليها تلك المعدة من الزجاج CR39 والزرجاج المعدني. بالإضافة إلى ذلك، تاكد من أنها تحمل علامة CE، أي أنها تلائم المعايير المتبعة في الاتحاد الأوروبي. كذلك تستطيع أن تزود نظارتك الشمسية بزجاجاتين متدرجتين، قاتميتين من الأعلى وفاتحتين من الأسفل، أو مستقطبتين تزيلان الانعكاسات. كذلك من الممكن تعديل كل هذه الزجاجات لقتلاء مع نظرك إن كنت تعاني مشاكل في النظر. ولا بد من الإشارة في هذا الصدد إلى أن العدسات الوردية أو الزرقاء تبدل رؤيتك للألوان، إلا أنها فاعلة في الحماية من الأشعة ما فوق البنفسجية. ولكن كلما كانت العدسات فاتحة، تراجت قدرتها على حماية عينيك من وهج نور الشمس. وتعتبر العدسات الرمادية الأكثر

قدرة على إظهار الألوان على طبيعتها.

• **الفتحة:** تحدد كمية الضوء التي تبلغ الشبكية. تتراوح الفتحات بين صفر وأربعة. ومن الضروري أن يحدد لك البائع الفتحة عند شراءك النظارات. تُستخدم الفتحة 3 عادةً في الحماية من الأشعة الشمسية، ما يعني أن 8% إلى 18% من نور الشمس تصل إلى العينين. أما الفتحة 4، فتُصحح بها للأولاد بدءاً من سن الستة أشهر. فلا تسمح هذه الفتحة إلا بمرور 3% إلى 8% من نور الشمس. بالإضافة إلى ذلك، لا يمكنك قيادة السيارة وأنت تضع نظارات شمسية تنتهي إلى الفتحة 4.

حيث تصدح الموسيقى عالياً أي حاجز قد يحميها من ضرر الأصوات العالية، وعلى الأمد الطويل، يصبح خطر فقدان السمع حقيقياً. لذلك ينصح الخبراء بوضع سدتي أذن خلال الحفلات الصاخبة، خصوصاً إن كانت الموسيقى تحول دون إجراء أي حوار مع من يجلسون إلى جانبك، أو تستطيع أن تلجأ أيضاً إلى فلتر صوتي. يستطيع الأخير تعديل حجم الصوت الذي يبلغ الأذن من دون أن يشوهه، مزوداً في الوقت عينها الحماية لطبلة الأذن.

إذاً، لا ترتبط الصحة باتباع حميات قاسية وتمضية ساعات في صالة الرياضة. يكفي أن تتنوع نظاماً غذائياً صحياً، تتمرن نحو نصف ساعة في اليوم، وتتبع عادات نظافة جيدة للحفاظ على صحتك وتطيل حياتك. تذكر أن هذه الخطوات تشكل خطوة متكاملة لا يمكن أن تتجح من دون أحد أوجهها. فلا يكفي، مثلاً، أن تتناول طعاماً صحياً وتهمل الرياضة. وعلى نحو مماثل، لا تجدي الرياضة وحدها نفعاً. من الضروري أن تتابع هذه الخطوات كافة معاً لتتعمح بحياة هانئة خالية من الأرض، فهي في النهاية تشكل نمط حياة متكامل لا خطوات منفصلة نستطيع أن نتقني منها ما يخلو ك وتتجاهل الأخرى، ولا شك في أن تفادي الأمراض والتنعم بصحة جيدة يستاهلان أن تجري بعض التبديلات الطفيفة في حياتك.

29. دوار البحر: تمدد على الأرض قرب حافة. ضع قدميك على الحافة بحيث تشكلان زاوية تسعين درجة مدة دقيقتين. عندما تنهض، ركّز نظرك على الأفق ولا تنطلق إلى الأمواج.



طول بسيطة لمشاكل قد تواجهها:

27. شد عضلي في بطة الرجل: شد اصبع القدم الكبير إلى الداخل لدفع هذه العضلة إلى التمتط.

28. الحازوقة: انفخ صدرك وقارب عظمي الكتفين الواحدة من الأخرى مرجعاً كتفك إلى الخلف مدة 10 ثوانٍ. توقف قليلاً عن التنفس ومن ثم عاود التنفس بوتيرة بطيئة.



العقرب (24 أكتوبر - 22 نوفمبر)

● تتساءل هذه السنة عن معنى الحياة الحقيقي. لم تعمل لهذه الدرجة ولم أنت متطلب جداً اجتماعياً؟ وما إلى ذلك من أسئلة مصرية. من يناير حتى يونيو تكون مضموطاً بالنشاطات المهنية والشخصية. ماذا عن الحب؟ سيكون لديك الكثير منه هذه السنة، خصوصاً مع بداية الصيف حيث تزداد المغامرات العاطفية وقد ترتبط إن كنت عازباً.

● سنة الماعز ... صينياً

أهم غنائمك

علاقات مميزة

علاقاتك مع المحيط أكثر من مميزة فالكل يطلب وجودك إلى جانبه لأنك ساحر هذه السنة وشخصيتك قوية وشخصيتك مطمئنة. يدفعك كوكب جوبيتر إلى تخليط طابعك الجحول هذه السنة بحيث تبادر أنت إلى اللقاءات بدلاً من انتظارها. اترق الباب وسيفتح لك من دون شك. تقع على عاتقك مسؤوليات كثيرة ولكنك قادر على تحملها من دون أي مجهود يذكر. تستطيع هذه السنة أن تفرض رأيك على الآخرين بكل سهولة لأنك قادر على إقناع أي شخص بصوابية رأيك وكلامك اللطيف والموزون. يصفق لك الجميع لأنهم يقدرون مواهبك.

متى؟
منذ 16 يونيو، تنمر الاتصالات الكثير من النتائج الطيبة وتنتقل من نجاح إلى نجاح.

إيجابيات كثيرة

يخلق كوكب جوبيتر الكثير من الظروف الإيجابية والمالية التي تضمن انتقالك إلى أجواء من الرفاه والاستقرار والراحة. أولاً تصل إلى حالة من الاستقرار المادي الذي يربحك إلى أقصى درجة. فانت قادر على شراء ما تريد هذه السنة. في العام 2015، قد تفكر بأن تدلل نفسك إن طالما دلت الآخرين ونسيت نفسك. هذه السنة أيضاً لا ينقصك العطف أو الحنان. فالعائلة تحيطك بحبها، أما الشريك فيغدق عليك من حنانه الكثير. إن كنت عازباً حتى الآن فربما لأنك ترفض الكثير من الشروط وتزيد من الطلبات. خفف من عجبك قليلاً تصل إلى ما تريد وتجد الشخص المناسب من دون عناء.

متى؟
تخف الأعباء ابتداءً من 12 أغسطس. في ما يتعلق بالشؤون المالية يخف الضغط ابتداءً من 9 أكتوبر.

تحقيق الأماني

يمنحك كوكب جوبيتر الكثير مما تتمناه فيحقق كل ما ترغب به حتى من دون أن تطلب. طريقتك لمواجهة المشاكل هذه السنة وتذليل العقبات مذهلة. تدرك قدراتك الفكرية ومواهبك المتعددة فتسعى إلى استثمارها قدر المستطاع لزيادة أرباحك. لديك طاقة كبيرة وحماسة منقطع النظير للقيام بأمور لم تقم بها سابقاً. قد تعرف إلى أشخاص جدد يغيرون توجهك الاجتماعي والمهني وقد يساعدوك في الحصول على قرض أو على مشورة مهمة في استثمار تفكر في القيام به وقد يغير حياتك نحو الأفضل. قد يتعرض أحد أفراد العائلة إلى مرض موقت فينشغل بالك لفترة مؤقتة. إنها عجمة عابرة من دون شك.

متى؟
تتكاثر مشاريعك على الصعيد الاجتماعي فانت محاط بكثير من المعارف والأصدقاء. القلب خال حتى بداية الخريف.

في الحب

رومانسية وشغف

دع كوكب جوبيتر يوجه حياتك العاطفية هذه السنة فينقلك إلى عالم رومانسي وشغوف في أن. لا تحاول أن تسيطر على أي أمر. لا تقلق للوقت أو للمشاعر أو تقديرهم لك. في بداية العام 2015، يدعوك كوكب ساتورن إلى الحب بحرية مطلقة ومن دون أي خوف أو هواجس. فحالة تعود المشاكل إلى حياتك العاطفية عليك أن تدافع بقوة عن علاقة مهددة بالزوال. ولكن تذكر أن الحب بحاجة دوماً إلى معركة للبقاء وأن الإنسان لا يحصل عليه مجاناً ومن دون مجهود. عليك أن تبرهن للحبيب أنك مستعد للقيام بكل شيء للحفاظ عليه والبقاء إلى جانبه. ثمة أمر أكيد على الأقل: مهما تحصل إن أواصر العلاقة بالحبيب تتعزز وتصبح أقوى مما مضى، بالتالي أنت محظوظ على هذا الصعيد. إن كنت عازباً يبدو أن الماضي سيعود إلى الواجهة، بعدما اعتقدت أنه ذهب إلى غير رجعة. تعيش حالة من التردد حتى شهر يونيو وتتخذ فيه قراراً حاسماً.

بين 18 مارس و8 مايو، تعيش علاقات متوترة مع الأهل والأقارب. تركز جهودك كافة على الشؤون العائلية وتحاول أن تحسن ظروف تعاملك مع أفراد العائلة فتسعى إلى مصالحات في حال وقعت في شجار وتبادر من تلقاء نفسك إلى حل المشاكل كلها. في 16 يونيو، يدق حب جديد بابك وتأخذ الأمور منحى جديداً. إن كنت مرتبطاً تسعى إلى الإطمئنان على صحة الحبيب وراحته. تنتظر مفاجأة بين 19 و25 يوليو، وابتداءً من شهر أغسطس تعيش أجواءً من السعادة المطلقة والفرح العارم.

● **باختصار**، هذه السنة تصل إلى السعادة إن عبّرت عن مشاعر بصراحة وعرفت كيف تحقق التوازن بين رغباتك وبين متطلبات الآخرين.

في المهنة

لقاءات عدة

تكون كثير الانشغال هذه السنة ودفتر مواعيدك يضح بالأرقام والاتصالات. تنطلق نحو مشاريع جديدة تبرهن فيها عن طموح أكبر كونك تنخرط في نشاطات جديدة لم تخض غمارها سابقاً. يختبر كوكب جوبيتر قدرتك على الصمود وإرادتك في النجاح مهما كثرت الصعوبات وضائقك السبل. لا تنقصك فرص الأعمال الناجحة حتى نهاية الربيع. تتوالى الفرص وتبرهن للمديرين والاختصاصيين أنك شخص لا يستغنى عنه.

دقتك في العمل وفي تسليم الملفات والالتزام بالمهل تجذب إليك الكثيرين الذين يحبون فيك مناقبتك واهتمامك بالتفاصيل الصغيرة في كل ما تقوم به من أعمال. ابتداءً من شهر أغسطس، تحصد ثمار ما زرعت وتحقق الكثير من الأرباح بشكل غير متوقع. حتى أنت تستغرب هذا الكم الهائل من النجاح. ورغم بعض العراقيل والتشنج في العمل تستطيع أن تحقق مكتسبات كثيرة بسبب فائتيك في العمل وإصرارك على النجاح.

بين 1 أبريل و13 مايو، نهتم ببعض الملفات الحرجة والخطيرة وتطلب مساعدة من أحد الزملاء الذي يبدو غير مهتم وتزعجك لامبالته. تسير الأمور ببطء حتى بداية الصيف. تتركز نشاطاتك المهنية على الاتصالات البناءة والتواصل مع أشخاص نافذين قد يساعدوك على تحقيق المشروع الحلم. تحب العمل ضمن فريق ولديك روح قيادية بامتياز.

في شهر أغسطس، تخوض مغامرات مهنية محفوفة بالمخاطر وتربح على كل الأصدقاء. تضطر إلى القيام ببعض التنازلات في شهر أكتوبر وتذلل الآخرين بقدرتك على التكيف مع الظروف كافة. تختم السنة بهدوء تام وبنقة في مستقبل باهر مهني.

● **باختصار**، أنت في مرحلة مفصلية مهنية والفرص المتاحة كثيرة وتفتح لك أكثر من باب للنجاح.

في المال

ملفات عالقة

صبح أنك كنت حتى هذه السنة تفكر ملياً في كل قرش تنفقته. لم تكن تشعر بالحرية بل كنت تحسب ألف حساب قبل القيام بعملية شراء وإن كانت أحياناً ضرورية. حتى الاستثمارات كنت حذراً في شأنها. ولكن واقعك يتغير جذرياً هذه السنة حيث تشهد تدفقاً في سيولتك وتتعزز قدرتك الشرائية بشكل ملحوظ.

في بداية السنة، تضطر إلى القيام بإعادة نظر في ميزانيتك وتحرص على عدم تخليط قدرتك بشكل لا يسمح لك لاحقاً بالراحة. ولكن ابتداءً من منتصف السنة تتغير الأمور فجأة. تقلب الصفحة على مشاكل مالية وقضائية كنت تعانيتها سابقاً.

تعمل جاهداً لحل المشاكل كافة التي تتخطط فيها منذ مدة، وتخصص الوقت الكافي للاهتمام بالملفات العالقة بالشكل المناسب. تتلقى دعماً كبيراً من الأهل والأقارب وحتى الأصدقاء. لا ترفض استشارة مالية مجانية يقدمها لك أحد المحيطين بك والملمين بالشؤون المهنية. في فصل الربيع، تشهد ميزانيتك تزايداً ملحوظاً يسمح بالتخلص من ديونك والانطلاق نحو مشاريع جديدة.

يعود التوازن المالي إليك في الربيع إذا ويستمر حتى نهاية السنة. الأهم هو أن تحصل على عائدات كافية لتلبية كل ما تطمح إليه وشراء كل ما ترغب به من دون أن تتأثر سلباً. تنتظر مفاجأة سارة نحو 8 يوليو. تخطط لصراف بعض ما حققت من أرباح في رحلة سياحية مع الأصدقاء. لم لا؟ فانت تستحق أن تدلل نفسك بعد كل هذا التعب والإرهاق. خلال الصيف ينصحك الفلك بطلب زيادة في المعاش وقد تحصل على ما تريد. يبدو شهر أغسطس كذلك مناسباً لفتح باب النقاشات المالية ودراسة أي استثمار جديد يخدم مصلحتك. تتكل على حدسك كثيراً هذه السنة ولحسن الحظ يكون حدسك في محله في كل ما تفعل فتحصد أرباحاً كبيرة.

● **باختصار**، حاول أن تتفادى الإنفاق المبالغ فيه في بداية السنة وحتى شهر يونيو. تشهد أعمالك نجاحاً باهراً ابتداءً من الصيف وحتى نهاية السنة.

في الصحة

حياة انسجام

في عام 2015، تكون كثير الطاقة وديناميكياً إلى أقصى الحدود. لا تنقصك الدعوات الاجتماعية التي تلبسها بكل سرور ومن دون أن تشعر بأي تعب أو إرهاق. تهتم بجسدك ولياقتك كثيراً هذه السنة. تحاول الاستراحة كلما شعرت بتعب. تعرف تماماً أهمية الراحة الجسدية والنفسية وتحاول قدر المستطاع أن تذهب إلى النادي الرياضي لترود جسدك بالطاقة الضرورية.

تسرع هذه السنة بالم في المفاصل وينصحك الفلك بالسباحة كوسيلة للتخفيف منه، بدلاً من التركيز على الأدوية التي لا تعالج الداء بقدر ما تعالج الأعراض وحدها. ابتداءً من 7 مايو، تذهب إلى جلسات للتدليك كي تخفف من تورث وإرهاقك بسبب ساعات العمل المضنية، كذلك قد تتسجل في حصص رياضية خاصة لزيادة قوة عضلاتك.

حذار كذلك من تناول المأكولات المشبعة بالدهن، وينصحك الفلك بالتخفيف من المقالي ومن الملح ومن كل ما من شأنه أن يزيد من ارتفاع ضغط الدم لديك، خصوصاً الغضب والمبالغة في العمل في ساعات متأخرة من الليل.

● **باختصار**، هذه السنة لا تضغط على نفسك بشكل مفرط، فلجسدك عليك حق. خصص لحظات للراحة والاستجمام.





متعة بودينغ الموز

أليسون شيرود

هذه الوصفة في أساسها نوع من التريفل أو كاسترد الفانيلا الذي يحتوي على طبقات من الموز والكوكيز (ويفر الفانيلا)، والذي يُزَيَّن بالكريما المخفوقة أو الميرانغ. وعندما توضع هذه الحلوى في البراد، تطرى الكوكيز. وعندما يحين وقت نقلها إلى أطباق التقديم، تكون النكهات والطبقات قد امتزجت، مشكلة خليطاً طرياً لذيذاً بنكهة الموز يذكرك بأيام الطفولة. لا شك في أن هذا نوع من بودينغ الموز لا يمكنك مقاومته.

بودينغ الموز (6 أشخاص)

المقادير:

مع تحريكه باستمرار إلى أن يذوب السكر.

7. تخليص من بذور الفانيلا وصبي الحليب الساخن فوق البيض مع تحريك الخليط باستمرار.

8. أعيد القدر إلى النار واتركي الخليط على حرارة متوسطة حتى يغلي من دون التوقف عن تحريكه إلى أن يزداد كثافة، أي نحو دقيقتين.

9. ارفعي القدر على النار وأضيفي إليها خلاصة الفانيلا، ثم ضعيها في الثلج، مع تحريك الخليط من حين إلى آخر حتى يبرد.

10. في وعاء آخر، اخفقي الكريما جيداً، ومن ثم أضيفي نصف كوب من الكريما المخفوقة إلى بودينغ البراد. أضيفي بعد ذلك برفق نصف كوب آخر من الكريما، قطعي موزتين واهرسيهما بعض الشيء بواسطة شوكة. أضيفي الموز إلى بودينغ، مع أقل من نصف ما تبقى من الكريما المخفوقة، ثم غطي بودينغ وما تبقى من كريما وضعيهما في البراد.

11. ضعي الكوكيز في كيس بلاستيكي وكسريها برفق بواسطة شوكة أو مطرقة خشبية إلى أن تتحول إلى فتات كبير بعض الشيء، ضعي قليلاً من الفتات الصغير في أسفل الكيس جانباً للزينة وأخلطي جوزة الطيب مع الفتات الكبير.

12. ضعي في كل من أكواب التقديم الستة طبقة من فتات الكوكيز، أخرى من بودينغ، الثالثة من شرائح الموز

ملعقتان كبيرتان من نشاء الذرة، فضلاً عن ملعقتين صغيرتين. نصف كوب من السكر. رشة من ملح كوشن. بيضتان كبيرتان. كوبان من الحليب. قرن فانيلا. ملعقة صغيرة من خلاصة الفانيلا. كوبان من الكريما المخفوقة الكثيفة. 25 حبة من الكوكيز بالجوز. 5 موزات كبيرة ناضجة. نصف ملعقة صغيرة من جوزة الطيب المبشورة الطازجة، فضلاً عن قليل منها للزينة.

الطريقة:

1. لإعداد بودينغ، ضعي قليلاً من الثلج في وعاء كبير.

2. في وعاء صغير، اخلطي نشاء الذرة مع ملعقتين كبيرتين من السكر والملح.

3. في وعاء متوسط، اخلطي البيض جيداً إلى أن يشكل خليطاً متجانساً أصفر باهتاً، ثم أضيفي إليه النشاء تدريجاً.

4. صبي الحليب في قدر صغيرة. وضعي 6 ملاعق كبيرة من السكر في وعاء صغير.

5. اقسمي قرن الفانيلا إلى نصفين وأخرجي بذوره وأفركيها فوق السكر بإطراف أصابعك كي توزعها في مختلف أنحاء.

6. أضيفي السكر وبذور الفانيلا إلى الحليب واتركيه ليسخن على نار متوسطة،

بودينغ الموز التقليدي (8)

المقادير:

- 3 بيضات، كل منها على حدة.
- نصف كوب من السكر، فضلاً عن أربع ملاعق كبيرة.
- رشة ملح.
- ملعقة كبيرة من الطحين.
- نصف ملعقة صغيرة من نشاء الذرة.
- كوبان من الحليب الكامل.
- ملعقة صغيرة ونصف الملح.
- نصف ملعقة صغيرة من خلاصة الفانيلا.
- 4 موزات.
- 50 قطعة ويفر بالفانيلا.

الطريقة:

1. ضعي في البراد بياض البيض ووعاء خفق صغيراً.
2. في هذه الأثناء، اخفقي في قدر متوسط الحجم صفار البيض المخفوق مع نصف كوب من السكر، الملح، الطحين، ونشاء الذرة. ثم أضيفي الحليب وامزجيه جيداً.
3. ضعي القدر على حرارة متوسطة وحركي محتواها بملعقة خشبية إلى أن يغطي الكاسترد

المعلقة وتظهر فيه الفقاعات، أي نحو 10 دقائق.

4. أضيفي الفانيلا إلى الخليط، اخفزي النار، وواصل التحريك إلى أن يشتد الكاسترد، أي نحو 10 إلى 15 دقيقة.

5. ارفعي القدر عن النار. ثم كسري الموز وقطعيه إلى شرائح غليظة. ضعي في قعر صينية خبز متوسطة طبقة من ويفر الموز. وزعي فوقها الموز المتساوي. كرري هذه العملية.

6. حمي الفرن على حرارة 170 درجة مئوية.

7. اخفقي بياض البيض المبرد في الوعاء المبرد بواسطة خلاط كهربائي على سرعة عالية.

8. أضيفي ملاعق السكر الكبيرة الأربع المتبقية وواصل الخفق إلى أن يصبح بياض البيض كثيفاً.

9. ضعي الميرنغ فوق الكاسترد وملسه بواسطة ملعقة عريضة، واحرصي على أن يغطي

Healthy Living

أكثر من مجرد فانيلا

يأتي الأرز بأشكال عدة غير الأرز العادي الطويل الحبة.

أروريو
صلب، قصير الحبة، يُستخدم في إعداد الريزوتو.

البيستي
نكهته قوية، يشيع استخدامه في المطبخ الهندي.

الأسود
لذيذ، نكهته مميزة، غني بمضادات الأكسدة.

الأسمر
متوسط الحجم، نكهته مميزة، أكثر غنى بالمواد المغذية، مقارنته بالأبيض.

الأحمر
تركيبته معقدة، نكهته قوية، وغني بالإصلاح المعدنية.

Healthy Living

كلما كان الشوكولا مر...

...ازدادت كمية مضادات الأكسدة المفيدة للقلب والمحاربة للسرطان التي يحتوي عليها الشوكولا، وذلك بسبب غناه بالكاكاو. ولكن اكتف بتناوله مرة بين الفينة والأخرى بما أنه يحتوي على كمية كبيرة من الدهون.

54 ملغ من مضادات الأكسدة (كاتيشين).

الكمية اليومية الموصى بها 100 غرام.

480 سعرة حرارية.

30 غراماً من الدهون.

كمية غير مرغوب فيها من الدهون في طعام تستهلكه يوميا.

حفل شواء مع خلطات مشوية جديدة

دايف لوبيك

ثمة أمر مميز في شأن الطبخ في الهواء الطلق ويمكن أن نفعل ما يلزم لتنظيم مناسبة ماثلة لكننا قد نقع في فخ الملل. في هذه الحالة، سرعان ما نفقد الاهتمام. لا يمكن تقدير قيمة الطعام بهذه الطريقة، وعاجلاً أو آجلاً ستوقف عن الطبخ. يحصل ذلك معي أحياناً.

لا بد من خلط المقادير وتغييرها لإبقاء الطبخ نشاطاً مثيراً للاهتمام ولابتكار خلطات غذائية سيحبها الأصدقاء وأفراد العائلة.

شويتُ حديثاً بيتزا مارغريتا صغيرة وشرائح سلمون أسبوية. لم يسبق أن شاهدت هذا الخليط سابقاً (خليط إيطالي وأسوي) لكنه كان ممتازاً. كانت النكهات الملونة مكتملة لبعضها.

بيتزا مارغريتا صغيرة

المقادير

- علبه من عجينة البيتزا المتلحة.
- حبتا طماطم متوسطتان.
- 8 إلى 10 أوراق حبق طازجة.
- قالب من جبنة الموزاريلا الطازجة.
- ملح وفلفل.
- صلصة بيستو (اختياري).
- زيت زيتون.

الطريقة

1. ادھني لوح تقطيع بزيت الزيتون، وزعي عجينة البيتزا النيئة على لوح التقطيع. قد تكون العجينة أكثر سماكة على الأطراف. استعملي شوبكاً لجعل سماكة العجينة مناسبة. ادھني سطح العجينة بزيت الزيتون.

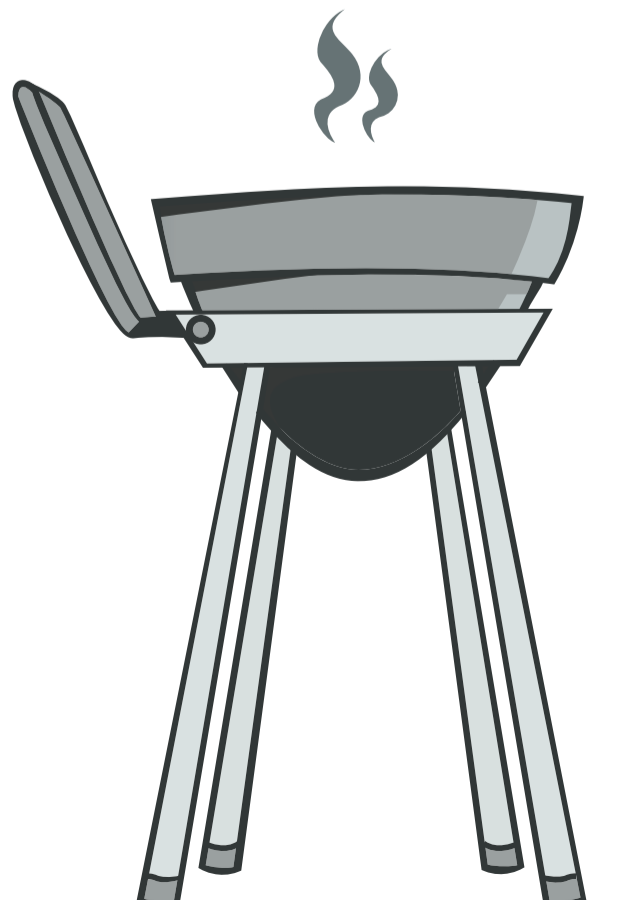
نقيع سلمون آسيوي

المقادير

- 3 ملاعق كبيرة من السكر الأسمر.
- ملعقتان كبيرتان من زيت الزيتون.
- ملعقتان كبيرتان من صلصة الصويا.
- ملعقتان كبيرتان من الخل الأبيض.
- فصاً ثوم مفرومان.
- ملعقة كبيرة من عصير الليمون.
- ملعقة كبيرة من زيت السمسم.
- ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون بخشونة.
- نصف ملعقة صغيرة من رقائق الفلفل (اختياري).
- 680 غراماً من السلمون المسحّب مع الجلد.

الطريقة

1. اخلطي جميع المقادير وضعيها في طبق مسطح. ضعي شرائح السلمون في النقيع لساعة تقريباً. احرصي على أن تكون المشواة نظيفة.
2. ضعي السلمون فوق الحرارة مباشرة وضعي اللحم نحو الأسفل.
3. لا تقلبها كثيراً لأنها ستتفتت. حين يصبح لون السلمون داكناً، لا يعني ذلك أنه نضج بما يكفي. يجب طبخه بين 3 و5 دقائق بحسب درجة مئوية المشوي نحو الأعلى.





أخبار مصر

استهداف دورية للجيش في سيناء... وقنبلة بمحطة مصر

اللجنة العليا للانتخابات تجتمع قريباً لرسم خريطة الاستحقاق النيابي... و«النور» يحسم أسماء مرشحي الفردي

القاهرة، سيناء - أيمن عيسى وعادل زياتي ومصطفى سنجر

استهدفت الجماعات الإرهابية آلية عسكرية تابعة للجيش المصري في مدينة العريش، أمس الأول، أسفرت عن مقتل ضابط ومجنّد، في وقت تمكّنت قوات الشرطة بمدينة السلام شرق القاهرة من تصفية عنصرين من تنظيم «أنصار بيت المقدس».

عاد مسلسل استهداف أليات الجيش المصري إلى المشهد السينائي مجدداً، حيث أعلن المتحدث الرسمي باسم القوات المسلحة العميد محمد سمير، فجر أمس، استشهاده ضابط ومجنّد، أمس الأول، خلال تنفيذ دورية تامين على طريق مطار العريش - بشر لحفن، إثر تفجير عبوة ناسفة عن بعد في المركبة التي يستقلانها. وقُتل مصدر عسكري لـ«الجريدة» إن «مجهولين زرعوا عبوة ناسفة، تزن نحو 250 كيلو غراماً، خلف كمين المحاجر على طريق المطار جنوب العريش، وفجروها عن بعد، أثناء مرور دورية عسكرية مكونة من سيارتين، مضيفاً أنه «تم نقل الشهيد والمصاب إلى مستشفى العريش العسكري، وتم إخطار الجهات المعنية لاتخاذ الإجراءات القانونية». ورجح مصدر عسكري ووقوف تنظيم «أنصار بيت المقدس»، الذي غير اسمه إلى «ولاية سيناء»، وراء العملية، موضحاً أن «الحملة الأمنية التي أعقبت الحوادث أسفرت عن ضبط 19 مشتبها فيهم، وتدمير 65 بؤرة إرهابية».

مقتل إرهابيين

وبينما فشلت محاولة إرهابية



صورة تداولها نشطاء مصريون على فيس بوك أمس لاسوأ حادث مرور في تاريخ مصر شهد اصطدام أكثر من 50 سيارة وشاحنة على طريق القاهرة - الإسكندرية الصحراوي (الجريدة)

جديدة أمس في استهداف مدرعتين لقوات الجيش جنوب مدينة العريش انفجر محدث صوت في أحد قطارات

الإسكندرية، عقب وصوله إلى محطة مصر بوسط القاهرة، دون أن يسفر عن وقوع إصابات. كما قتلت قوات أمن مدينة

مخلفات الحرب العالمية الأولى تُوَرَّق المصريين

القاهرة - أحمد بركات

لم يهتم المصريون بالاحتفال بمئوية الحرب العالمية الأولى (1914-1918)، لكن في الوقت نفسه خلفت الحرب العظمى الكثير من التدايعات التي أُرقت المصريين في حياتهم اليومية حتى الآن، بدءاً من وعد بلفور الذي مهّد للحق الكيان الصهيوني على الأراضي العربية، مروراً بميلاد حلم الخلافة الذي يسعى تنظيم الدولة الإسلامية «داعش» إلى تحقيقه، وليس انتهاءً ببعض مواد الدستور المصري القديم التي عُدت المدخل الحقيقي لميلاد الجماعات الإسلامية. دفعت الحرب قوات الاحتلال الإنكليزي إلى قطع علاقة مصر بالخلافة العثمانية التي سقطت بعد خسارة تركيا الحرب، بالإضافة إلى خنق الحريات وإهدار حقوق المصريين ما دفعهم إلى الثورة عام 1919، وكتابة دستور في 1921 نص على أن «الإسلام دين الدولة الرسمي»، وهي المادة التي استند إليها حسن البنا في تحركاته الرامية إلى إحياء الخلافة الإسلامية، وتكثرت بتأسيس جماعة «الإخوان المسلمين» في 1928، لتظل لاعباً أساسياً في الحياة السياسية

المصرية. جماعة «الإخوان» لم تكن البنت الشرعية للحرب العالمية وحدها، بل إن حلم الخلافة العربية خرج من أتون المعركة الدولية، فحاكم مكة الشريف حسين الهاشمي، اتفق مع الإنكليز على إحياء خلافة عربية قريشية، لكن أحلامه ذهبت أدراج الرياح، ولم يبق من مشروعه إلا حلم مشوه تلتفته كل الحركات الجهادية والتفكيرية، وصولاً إلى إحياء الفكرة بصورة مشوهة على أيدي «داعش»، الذي تمّد إلى سيناء المصرية. إلا أن الحدث الأشد تأثيراً في حياة المصريين، كان دوناً شك وعد بلفور 1917، الذي أعطت لندن من خلاله الحركة الصهيونية العالمية موطناً قدم في الأراضي العربية بفلسطين. «هذه الأحداث رسمت مسار حياة المصريين طوال القرن العشرين»، هكذا قال أستاذ التاريخ الحديث والمعاصر بجامعة «جلوان» الدكتور عاصم دسوقي، لـ«الجريدة»، مضيفاً أن «هذه القرارات غيرت وجه التاريخ، لكنها أثرت بصورة مباشرة في حياة المصريين، وأحياناً انعكست بشكل سلبي عليهم، فمثلاً وعد بلفور أدى إلى ميلاد الكيان الصهيوني الذي استنزف المصريين في حروب طويلة، فالأموال التي انفتحت على النضدي للمكان الصهيوني، لو لم يظهر الأخير لخصّصت لمشروعات تنموية».



الرئيس المصري عبدالفتاح السيسي يزور أحد مصانع مدينة شبنجو الصينية أمس الأول (الجريدة)

السلام شرق القاهرة عنصرين إرهابيين، أمس الأول، عقب تبادلها إطلاق النار مع القوات، وذكر مصدر أمني رفيع في وزارة الداخلية أن «القتيلين من أخطر عناصر تنظيم أنصار بيت المقدس الإرهابي».

وأوضح المصدر أن «قطاع الأمن الوطني كان يرصد تحركات الإرهابيين الذين لقبوا حتفهما»، مشيراً إلى اشتراكهما في تنفيذ العديد من العمليات الإرهابية بالبلاد، بينها واقعة استشهاد عميد بالجيش وإصابة مجنّد في منطقة جسر السويس خلال تظاهرات 28 نوفمبر الماضي، التي دعت لها «الجبهة السلفية»، مضيفاً: «وعرّ بحوزة القتلين على أحزمة ناسفة وقنابل متفوعة». في هذه الأثناء، خرجت تظاهرات محدودة لأنصار جماعة «الإخوان»، تحت شعار «تمكّلين... الله مولانا»، التي دعا لها تحالف دعم شرعية، وهي «الجزيرة» القطرية بتغطيتها، عقب إغلاق قناة «الجزيرة»

مباشر مصر»، مع مضي القاهرة والدوحة في خطوات المصالحة وإعادة العلاقات بينهما إلى طبيعتها.

انتخابات النواب

على صعيد آخر، وفي إطار استعدادات الأحزاب السياسية لخوض الاستحقاق الثالث من خارطة المستقبل، انتخبات مجلس النواب المقرر إجراؤها قبل مارس المقبل، قالت مصادر مطلعة لـ«الجريدة»، إن «اللجنة العليا للانتخابات، برئاسة المستشار أيمن عباس رئيس محكمة استئناف القاهرة، ستعقد اجتماعاً خلال الأيام القليلة المقبلة مع ممثلي وزارات الدفاع والداخلية والعدل، للاتفاق بشكل نهائي على عدد مراحل انتخابات مجلس النواب المقبل، بإجرائها على جولة واحدة أو جولتين».

آخر قائد للحرس الجمهوري في عهد مبارك يروي لـ«الجريدة» أسرار قصر الاتحادية (1-2)

الرئيس الأسبق غضب جداً حين حدثته عن زيادة الفساد

«تقارير يناير مُضلة والشرطة انهارت ولم تنسحب... وأحبطنا حرق مقر التلفزيون في جمعة الغضب»

القاهرة، طارق لطفي

بعد مرور نحو أربعة أعوام على اندلاع ثورة يناير 2011، التي أطاحت حكم الرئيس الأسبق حسني مبارك، أطلت الحرس الجمهوري المصري السابق اللواء نجيب عبدالسلام، اللثام عن أسرار وكواليس مرحلة خطيرة في تاريخ مصر الحديث، كان شاهداً عليها من داخل قصر «الاتحادية» الرئاسي منذ عهد الرئيس حسني مبارك حتى الرئيس محمد مرسي مروراً بمرحلة المجلس العسكري الانتقالية. وكشف اللواء عبدالسلام في أول مقابلة له مع صحيفة عربية، أن التقارير التي وصلت إلى الرئاسة بشأن تظاهرات يناير إبان حكم مبارك كانت مضلّة. وفي ما يلي تفاصيل الحوار.



اللواء عبدالسلام متحدثاً إلى «الجريدة»

وبدأت الأمور تتصاعد تدريجياً خلال أيام 25 و26 و27 يناير إلى أن جاء يوم 28 المعروف بجمعة الغضب، وفقدت الشرطة السيطرة على الأوضاع، وحينئذ أعطى مبارك تعليماته للجيش بالزور إلى الشارع، وأبلغني بسرعة تامين مبنى الإذاعة والتلفزيون خلال ربع ساعة، لأن هناك مجموعة من الأشخاص يحاولون إحراقه، وبالفعل وصلنا خلال 11 دقيقة تقريباً، ووجدنا أشخاصاً بجوزتهم زجاجات مولوتوف

- انعقاد المجلس في هذا التوقيت بعد أمرأ طبيعياً نظراً للظروف الطارئة التي كانت تشهدها البلاد، ولأيد أن يكون في حالة انعقاد دائم لمتابعة تطورات الأحداث على الأرض، وبالتالي لم يكن في حاجة لأخذ أوامر من مبارك لكي نعتقد، لكن بالتأكيد كانت هناك رسالة أرادت القوات المسلحة توجيهها إلى مبارك مفادها ضرورة الاستماع لمطالب جموع الشعب، وكنت في هذه الأثناء ما زلت أتلقى التعليمات من مبارك، لأنه كان ما زال في يديه زمام الأمور، لكن قوات الحرس الجمهوري هي في الأساس وحدة من وحدات القوات المسلحة بوضع خاص ومهام خاصة، فهي تتبع رئيس الجمهورية في الأوضاع الطبيعية، إلا أنه في حالات الطوارئ مثل الحروب والثورات حتى لا يحدث تضارب في الأوامر.

هل تلقيت تعليمات بإطلاق الرصاص على المتظاهرين في حال اقتربهم من قصر الرئاسة؟ لم نلتق أي أوامر بإطلاق الرصاص لا من الرئيس الأسبق ولا من قيادات الجيش، لكن أفراد الحرس الجمهوري ليسوا في حاجة لأخذ أوامر منه، وفي هذا التوقيت تحديداً

سلة أخبار

استئناف محاكمة مرسي في الاتحادية والهروب



تستأنف محكمة جنابات القاهرة اليوم، محاكمة الرئيس المعزول محمد مرسي وعدد من قيادات جماعة «الإخوان» في قضية تعذيب المتظاهرين المسلمين في أحداث قصر «الاتحادية» ديسمبر 2012. كما تستكمل المحكمة ذاتها، سماع مرافعة الدفاع في محاكمة مرسي وقيادات الجماعة في قضية الهروب من سجن «وادي النطرون» إبان أحداث ثورة 25 يناير 2011، والمعروفة إعلامياً بـ«الهروب الكبير».

«الإفتاء»: تهنئة الأعياد «بز»



أكدت دار الإفتاء المصرية جواز تهنئة غير المسلمين بأعيادهم، وذلك بالفاظ لا تعارض مع العقيدة الإسلامية، معتبرة في نص فتوى صادرة أمس، هذا الفعل «يندرج تحت باب الإحسان الذي امرنا الله عزّ وجلّ به مع الناس جميعاً، دون تفرقة». وأجازت الفتوى قبول الهدية من غير المسلم، وقالت إنه «أهم السنن وعمدته عليه هو النص القرآني الصريح الذي يؤكد أن الله تبارك وتعالى، كان يبنينا كنعن غير المسلمين، ووصلهم، وإهدائهم، وقبول الهدية منهم، وما إلى ذلك من أشكال البرّ بهم». وجاء ذلك في معرض ردّ الفتوى على سؤال حول حكم تهنئة غير المسلمين بأعيادهم، بالتزامن مع احتفال المسيحيين في مصر والعالم بأعياد رأس السنة الميلادية.

بدأ يشعر مبارك بأن حكمه قد شارق على مبارك. كيف كان يتابع مبارك تطورات الأحداث؟ - من خلال التقارير التي تصل إليه من وزراء الداخلية والدفاع والإعلام، وكان في هذه الفترة على اتصال دائم بي لدرجة أنني أحيانا كنت أتلقى منه أكثر من 12 اتصالاً هاتفياً في اليوم الواحد، بينما كان في الأوضاع الطبيعية يتصل بي بمعدل مرة واحدة في الشهر، وكنت في هذه الفترة مكلّفا بحراسة جميع القصور الرئاسية على مستوى الجمهورية وبعض المنشآت الحيوية مثل مبنى الإذاعة والتلفزيون «ماسبيرو» وكان يخرج من عندي نحو ستة آلاف جندي وأكثر من ألف ضابط في اليوم الواحد، وكان هناك حالة من التوتر الشديد والقلق بالإضافة إلى أن التردد في اتخاذ القرارات أدى إلى التعجيل بسقوط النظام، لدرجة أن الخطاب الشهير الذي القاه مبارك قبل حادثة «موقعة الجمل» كان يُقرئ من يلقيه في الحادية عشرة صباحاً، لكن التردد جعله يلقيه في الحادية عشرة مساءً، وكانت الأجواء متوترة لأننا لم نواجه مثل هذا الموقف من قبل.

ندا وإبراهيم يلتحقان بوفد الأزرق... وحالة المصايين تتحسن معلول يقود تدريبات صباحية ومسائية لرفع معدل اللياقة



بدر المطوع وعبدالعزيز المشعان في أحد تدريبات الأزرق في كانبيرا

في ما يخص مشاركة اللاعبين الذين يخضعون للتأهيل سواء في المباريات أو حتى التدريبات.

بشكل كامل لمواجهة الإمارات. وارفد أن هناك تنسيقاً تاماً مع الجهاز الفني بقيادة معلول

المقررة في 3 يناير المقبل أمام الإمارات، مضافاً ان الوقت المتبقي مناسب لتجهيز اللاعبين

وفتح الباب أمام مشاركة اللاعبين، الذين غابوا عن مباراة العراق الودية، في المباراة الودية

التزام كبيرة من اللاعبين في التدريبات، وهو ما سرع من وتيرة تعافي أغلب المصايين.

التحق لاعبا منتخب الكويت لكرة القدم مساعد ندا وخالد إبراهيم بوفد الأزرق في معسكره المقام حالياً في العاصمة الأسترالية كانبيرا، استعداداً لمنافسات كأس آسيا المقررة في 9 يناير المقبل.

ومن المقرر أن يلتحق ندا وإبراهيم بتدريبات الفريق اعتباراً من اليوم، حيث يخوض الأزرق تدريبيه الخامس في كانبيرا تحت قيادة المدرب نبيل معلول، الذي يسعى من خلاله إلى ترسيخ نهجه وخطته المقرر أن يخوض بها منافسات كأس الاتحاد الآسيوي، التي ستكون بمنزلة الامتحان الأول له وقدرته على قيادة الكرة الكويتية وبنجاح خلال الفترة المهمة المقبلة.

وأخاض الأزرق تدريباته أمس من دون راحة على فترتين صباحية ومسائية لرفع معدل اللياقة، حيث يعمل المدرب

أحمد حامد

واصل منتخب الكويت لكرة القدم تدريباته في كانبيرا الأسترالية، استعداداً لكأس آسيا. وخاض أمس تدريباته على فترتين صباحية ومسائية، ومن المقرر أن يلتحق بالتدريبات اليوم مساعد ندا وخالد إبراهيم.

البطولة الخليجية لاخترق الضاحية تنطلق اليوم

كيلومتراً، لتقام بعد ذلك مراسم تتويج اللاعبين الفائزين في فئة الفردي والمنتخبات الفائزة في فئة الفرق.

ويكون كل فريق من ستة لاعبين، وتحسب النتيجة للفرق وفقاً لترتيب أفضل أربعة لاعبين منهم، وفي حالة حدوث تعادل في عدد النقاط سواء على المركز الأول أو المراكز الأخرى يكون الفريق الذي كان ترتيبه متساوية الرابع (القرب في الترتيب إلى المركز الأول، بينما يتوج في فئة الفردي اللاعب الذي يحمل المراكز الأول والثاني والثالث بغض النظر عن نتيجة فريقه.

ورحب الشيخ صباح الناصر، في تصريح صحفي، بضيوف الكويت من رياضيي الخليج في هذه اللعبة العريقة، معرباً عن فخره برعاية هذه البطولة التي تجمع أبناء الخليج في منافسات شريفة تساهم في تطوير مستوى لاعبي الخليج، فضلاً عن توثيق العلاقات الأخوية بينها.

تنطلق اليوم البطولة الـ26 للرجال والشباب والـ15 للنشئين لاخترق الضاحية لدول مجلس التعاون الخليجي، بمشاركة أكثر من 90 لاعباً من عدائي الخليج في هذا الاختصاص يمثلون الدول الست.

وتقام البطولة، التي ينظمها الاتحاد الكويتي للالعاب القوى في مضمار خاص بناادي الصيد والفروسية برعاية أمين السر العام لنادي الصيد والفروسية الشيخ صباح الناصر، وتستمر يوماً واحداً، وتطبق في البطولة قوانين وقواعد ولوائح الاتحاد الدولي للعبة.

وبحسب اللجنة المنظمة تبدأ منافسات البطولة بإقامة مسابقة فئة الناشئين الساعة الثانية ظهراً لمسافة 6 كيلومترات، ثم إقامة مسابقة فئة الشباب بعد ذلك بنصف ساعة لمسافة 8 كيلومترات، قبل أن تحتتم بإقامة مسابقة فئة العمومي في الثالثة عصراً لمسافة 12

أزرق اليد يواجه بنفيكا وبيرمسكي اليوم في افتتاح «لمبورغن الهولندية»

ويضم الوفد أيضاً 14 لاعباً هم: مهدي عبدالحليم وسالم مرنوق (العربي)، وعلى الخضز (السالمية)، ومحمد متعب وعبدالله هيب (البرموك)، وعبدالعزيز يالوس ويوسف شاهين ويعقوب اسيري ونواف الشمري وإبراهيم الأمير (القرين)، وفهد الهاجري وناصر بوخضرا (القادسية)، وأحمد مفرح (الجهراء)، وإسماعيل الخزيعل (كاملة).

وتأتي مشاركة الأزرق في البطولة ضمن الخطة طويلة الأجل التي وضعتها لجنة التدريب والمنتخبات الوطنية في الاتحاد بالتنسيق مع الجهاز الفني للمنتخب الأول، من أعداد منتخب جيد للاستحقاقات المقبلة خصوصاً كأس آسيا عام 2016.

يلتقي في الواحدة ظهر اليوم، بتوقيت الكويت، المنتخب الوطني الأول لكرة اليد مع فريق بنفيكا بطل البرتغال، في افتتاح مشواره في بطولة لمبورغن الدولية المقامة في هولندا حالياً، وتستمر حتى 30 الجاري، ويلعب الأزرق في التاسعة مساء اليوم نفسه مباراته الثانية مع فريق بيرمسكي ميديندي بطل روسيا، ضمن منافسات المجموعة الأولى للبطولة.

وكان وفد أزرق اليد وصل أمس إلى العاصمة الهولندية امستردام، يرأسه رئيس الاتحاد ناصر بومرزوق، ويضم الجهاز الفني والإداري بقيادة المدرب الصربي تونيك درسكوفيتش، ومساعداه الوطني سالم محمود وعباس كريمة اداري الوفد.

طائرة كاظمة تسقط العربي وتواصل تحليقها على قمة «الممتاز»

محمد عبدالعزيز



ضربة ساحقة من مساعد المجدد وحائط صد عرباوي

واصل فريق كاظمة للكرة الطائرة تربعه على قمة الدوري الممتاز، بعد أن رفع رصيده إلى 12 نقطة إثر فوزه المستحق على العربي بنتيجة ثلاثة أشواط مقابل لا شيء، في المباراة التي جمعتهم أمس الأول على صالة يوسف الشاهين بنادي كاظمة، ضمن الجولة الخامسة من ختام القسم الأول من المسابقة، وبذلك ظل الأخضر بـ3 نقاط في المركز قبل الأخير.

وكانت نتائج الأشواط كالتالي (25-13، 25-17، 25-18)، وجاءت المباراة متوسطة المستوى وبإفضلية لأصحاب الأرض من البداية للنهاية، نظراً لفرق المستوى بين لاعبي الفريقين، وتآلق الليبرو عبدالعزیز شاكر في الاستقبال الجيد للكرة الأولى، والدفاع عن المنطقة الخلفية، وكذلك صلابه حواائط الصد الختامية التي اعتمدت على مساعد المجدد ومحمد إسحاق (ناصر الرفاعي). وبرز أيضاً مشعل العمر والمساعدان عبدالرحمن المطوع وأحمد جابر في الضرب الساحق من المنطقة الأمامية، مستفيدين من الإعداد المتقن لعبدالله بوفتين، ليهيئ كاظمة الشوط الأول لمصلحته.

أداء مقبول

وعلى الجانب الآخر قدم لاعبو الأخضر أداء مقبولاً وفق مستواهم وخبرتهم، وحاولوا على مدار الأشواط الثلاثة التصدي لقوة وخبرة لاعبي كاظمة، ونجحوا إلى حد ما في تحقيق غايتهم خاصة في بداية الشوط الثالث، بفضل الأداء المميز لناصر العثمان والليبرو علي رمضان اللذين برزا في الدفاع بقوة ضد هجمات البرتغالي على المنطقة الخلفية. ولولا قلة خبرة ضاربي الأخضر حبيب رشيد وبشار جمعة التي تحطمت أغلب ضرباتهم أمام صلابه حواائط صد البرتغالي لتمكن العرباوية من خطف نتيجة الشوط الثالث، لكن لاعبي كاظمة حسمو النتيجة في النهاية لمصلحتهم.

القادسية هزم الجهراء

وفي مباراة أخرى جرت أمس الأول ضمن المرحلة ذاتها، تغلب القادسية على ضيفه الجهراء بنتيجة ثلاثة أشواط دون رد، وجاءت نتيجة الأشواط كالتالي (25-13، 25-10)، وبذلك رفع الأصفر رصيده إلى 9 نقاط في المركز الثاني، بينما تجمد رصيد الجهراء عند نقطتين في المركز الأخير.

الكويت بطل الخليج لسلة المعاقين للمرة السابعة

أزرق الشواطئ
عاشر «الخليجية»

خسر منتخبنا الوطني لكرة الطائرة الشاطئية أمام نظيره المنتخب البحريني، بشوطين مقابل لأشبي، في المباراة التي جمعتهم أمس، لتحديد المركزين التاسع والعاشر في البطولة الخليجية السادسة عشرة لكرة الطائرة الشاطئية المقامة حالياً في قطر.

وجاءت نتائج الأشواط (21-10، 21-10)، وبهذه النتيجة احتل المنتخب البحريني المركز التاسع والكويت العاشر واختتما مشاركتيهما في البطولة.



لاعبو منتخب الكويت ومسؤولوه يحتفلون بالفوز والتتويج

المنتخب اللقب للمرة السابعة على التوالي، ليواصل احتكاره للبطولة منذ انطلاقتها، متمنياً جهود مجلس ادارة النادي الكويتي للمعاقين لدعم المنتخب وتجهيزه بهذه الصورة الالاقية، التي مكنته من اجتياز جميع منافسيه.

الأحمد، ولكل أبناء الشعب الكويتي الكريم، متمنياً ان يتم تكريم اللاعبين تكريماً لائقاً لما حققوه لهذا الإنجاز الذي أسعد جميع الرياضيين. بدوره، أعرب نجم منتخب الكويت محمد الغريب عن سعادته الغامرة بتحقيق

التدريب من جهة أخرى، منوها بأداء لاعبي الكويت الذي تميز بالثبات والجدية في كل المباريات. وأهدى الهاجري هذا الفوز لصاحب السمو أمير البلاد الشيخ صباح الأحمد، وسمو سعادته الغامرة بتحقيق

الهاجري: الفوز ثمرة تعاون من جانبه، أكد رئيس اللجنة العليا المنظمة للبطولة رئيس النادي شافي أن «هذا الفوز جاء ثمرة تعاون بين الإدارة من جهة واللاعبين وجهازهم

بفارق مريح من النقاط، ليحققوا لقب البطولة التي استمرت أسبوعاً، وشهدت مشاركة خمسة منتخبات، في حين قدم العمانيون أفضل مبارياتهم على الإطلاق.

شيخة عبدالله تشيد

وأشادت راعية البطولة رئيسة النادي الفخرية شيخة عبدالله العبدالله بالمستوى الفني المتميز الذي قدمه لاعبو المنتخب الكويتي طوال مباريات البطولة، ما مكّنهم من تحقيق اللقب، مهنة جميع منتسبي النادي، وفي مقدمتهم مجلس الإدارة، على هذا الانجاز الذي يؤكد تميز رياضة المعاقين في الكويت.

وقالت الشيخة شيخة في تصريح صحفي عقب ختام البطولة، إن «رياضة المعاقين الكويتية حققت الكثير من الإنجازات في مختلف الألعاب، ما يتطلب من الجهات الرسمية والأهلية والمؤسسات الوطنية تقديم الدعم اللازم للنادي، لمواصلة تحقيق الإنجازات وإسعاد جماهير الرياضة الكويتية».

توج منتخبنا الوطني بلقب بطولة للخليج السابعة لكرة السلة للكراسي المتحركة للمعاقين للمرة السابعة على التوالي، بعد فوزه على نظيره العماني في المباراة الختامية للبطولة التي أقيمت مساء أمس الأول على صالة النادي الرياضي الكويتي للمعاقين بنتيجة (62-43) نقطة.

وبهذا يكون أزرق المعاقين حقق فوزه الرابع على التوالي في البطولة، بينما احتل المنتخب العماني المركز الخامس والأخير بعد خسارته جميع مبارياته. وأحرز المنتخب الإماراتي المركز الثاني بفوزه بثلاث مباريات مقابل هزيمة واحدة، بينما نال المنتخب السعودي المرتبة الثالثة بفوزين وخسارتين، في حين آل المركز الرابع للفريق البحريني الذي حقق فوزاً واحداً مقابل ثلاث هزائم، بينما فاز بلقب هداف البطولة اللاعب الكويتي يوسف خلف.

حقق منتخب الكويت فوزه الرابع على التوالي في بطولة الخليج السابعة لكرة السلة للكراسي المتحركة للمعاقين، بعد فوزه على نظيره العماني في المباراة الختامية، ليتوج بطلاً للمرة السابعة على التوالي.

سقوط كليفلاند وسان أنطونيو سيريز



جانب من المباراة

ميامي، لكن لاعبي هيت لم يقدموا أي هدية لأفضل لاعب في الدوري أربع مرات، فمضى كليفلاند بخسارته الحادية عشرة هذا الموسم مقابل 17 فوزاً، فيما عوض ميامي خسارته العاشرة على أرضه هذا الموسم امام فيلادلفيا في ظل تاليف نجمه دواين وايد وصديق جيمس، بعدما سجل 31 نقطة و5 متابعات و5 تمريرات حاسمة.

لوس أنجلس كليبرز 86-100. عاد "الملك" ليريون جيمس خائفاً من رحلته لمواجهة فريقه السابق ميامي هيت فسقط مع فريقه كليفلاند كافاليرز 91-101 أمس الأول الخميس في دوري كرة السلة الأميركي للمحترفين. ولم يتسجم يوم الميلاد لاندنية الكبرى، فسقط سان أنطونيو سيريز حامل اللقب على أرضه امام اوكلاهوما سيتي 106-114، وغولدن ستايت ووريترز امام

سقط كليفلاند كافاليرز امام فريق سان أنطونيو سيريز بنتيجة 91-101، خلال منافسات دوري كرة السلة الأميركي.

ليبرون جيمس يتصدر التصويت في مباراة كل النجوم

تصدر نجم كليفلاند كافاليرز ليبرون جيمس التصويت المخصص لمباراة كل النجوم أول ستارز السنوية التقليدية، التي تجمع بين نجوم المنطقتين الشرقية والغربية في دوري كرة السلة الأميركي للمحترفين. وأعلنت رابطة الدوري أن جيمس، العائد هذا الموسم إلى فريقه السابق كليفلاند، بعد أن قاد ميامي هيت إلى لقب الدوري مرتين على التوالي قبل الانخفاء في 2014 أمام مخضري سان أنطونيو سيريز، حصداً حتى الآن 552.967 ألف صوت ويتفوق "الملك" جيمس، الفائز بجائزة أفضل لاعب في الدوري أربع مرات، على صانع ألعاب غولدن ستايت ووريترز ستيفن

وفي الثانية على ملعب "أي تي اند تي سنتر" في تكساس وامام 18581 متفرجاً، غاب عن اوكلاهوما هدايفه كيفن دورانت وعن سيريز نجمه كاوهي ليونارد، فكان موزع الأول راسل وستيفوك نجم اللقاء يتسجله 34 نقطة و11 تمريرة حاسمة، وأضاف معه الكونغولي-الإسباني سيرج ايباكا 21 نقطة و9 متابعات ولعب الارتكاز النيوزيلندي ستيفن آدمس 16 نقطة و15 متابعة، فيما كان الديبل مات بونز الأفضل لدى الخاسر مع 17 نقطة. وخاض عملاق سيريز تيم دنكان (15 نقطة و6 متابعات) مباراته الرقم 1279 في الدوري ليصبح اللاعب الأكثر خوضاً للمباريات في تاريخ الدوري.

أوزين: سأستقيل إذا ثبتت مسؤولية وزارة الرياضة في قضية ملعب الرباط

أبدي وزير الرياضة المغربي محمد أوزين استعداده لتقديم استقالته إذا ثبتت مسؤوليته وزارته في قضية أرضية ملعب المركب الرياضي الأمير مولاي عبد الله. وقال أوزين في تصريح لوكالة المغرب العربي للأنباء أمس قبيل انعقاد مجلس الحكومة، إنه "إذا ما أثبتت نتائج التحقيق مسؤولية وزارة الشباب والرياضة فانا مستعد لتحمل مسؤولية وتقديم استقالتي". وأضاف أوزين أنه لا يرغب في "تقديم المزيد من التعليقات بشأن هذه القضية".

وهو أول تصريح للوزير منذ فتح التحقيق في "خروقات" ظهرت في ملعب العاصمة الرباط خلال مباراة الدور ربع النهائي لمونديال الأندية بين كروز آزول المكسيكي وبل الكونكاكاف، وويسترن سيدني الاسترالي بطل آسيا (3-2 بعد التمديد) السبت قبل الماضي.

ويسبب الأضرار الغزيرة التي هطلت يومها في العاصمة الرباط، وجد الفريقان صعوبات كبيرة في اللعب على عشب الملعب، بسبب عدم القدرة على انتصاب مياه الأمطار الغزيرة، حيث نقلت الكاميرات الدولية معاناة اللاعبين وصور العاملين في الملعب وهم يقومون بتجفيف العشب باستعمال أدوات بدائية، أثار الكثير من السخرية على شبكات التواصل الإجتماعية التي طالب روادها على غرار وسائل الإعلام بحاسبة الوزير المسؤول واستقالته.

واضطر المنتخبون إلى نقل مباراة الدور نصف النهائي الأولى بين ريال مدريد الإسباني وبل أوروبا وكروز آزول إلى مدينة مراكش.

افتحت السلطات المغربية تحقيقاً بخصوص الخروقات التي شابت الملعب، كما أن العاهل المغربي محمد السادس أمر رئيس الحكومة المغربية عبد الإله بنكيران بتعليق أنشطة الوزير المرتبطة بكأس العالم للأندية ومنعه من حضوره المباراة النهائية، حتى الانتهاء من التحقيق.

كما أعطي الملك تعليماته بفتح تحقيق عميق وشامل لتحديد المسؤوليات. ومنذ ذلك الوقت، غاب الوزير عن الأضواء، حتى أن البرلمان المغربي ألغى جلسة كان مقرراً أن يشرح فيها أوزين أسباب هذه الحادثة. وكان أحمد الحنصر، الأمين العام لحزب الحركة الشعبية الذي ينتمي إليه أوزين، أكد الثلاثاء أن المسؤولية السياسية لوزير الشباب والرياضة، "قائمة وأكدت"، مبرراً أن "الحزب لن يساند أي شخص في حال ثبوت ارتكابه خطأ فادحاً".

يذكر أن المغرب استضاف نسخة عام 2013 في مدينتي اغادير ومراكش (جنوب) وتوج بها بايرن ميونيخ الألماني على حساب الرجاء البيضاوي المغربي، وفضل المغرب ملعب الرباط في نسخة هذا العام، بعدما تم اتفاق نحو 20 مليون يورو لأشغال صيانة وتزويده بعشب شبيه بالعشب الموجود في ملعب "سانتاغوا برنابيو" في العاصمة مدريد والخاص بالنادي الملكي. وتوج ريال مدريد بنسخة هذا العام بفوزه على سان لورنزو الأرجنتيني بطل أميركا الجنوبية (البيرتادوريس) 2-صفر في المباراة النهائية، التي أقيمت في مراكش على غرار العام الماضي.



وزير الرياضة المغربي في حديث جانبي مع بلاتر

مقتل مشجع أرجنتيني آخر في المواجهات بين «بارابرافاس»

مشجعي الفريق الواحد وذهب ضحيتها في مايو الماضي مشجع آخر للانوس.

وأعمال العنف هذه ليست محصورة باندية الدرجة الأولى فحسب، بل تشمل اندية الدرجات الدنيا، وقد ذهب ضحيتها في نوفمبر الماضي مشجعين لناد الدرجة الرابعة قتلًا بالرصاصة.

وقهت ثلاثة أشخاص الخميس على صلة بأعمال العنف التي أصبحت رائج في الأونة الأخيرة بين اقسام من

لقي أحد المشجعين المتعصبين «بارابرافاس» لنادي لانوس الأرجنتيني مصرعه صباح أمس الأول الخميس في مواجهات بين أنصار الفريق في ضواحي العاصمة بوينوس آيرس، وذلك بحسب ما كشفت الشرطة.

وهذه حالة الوفاة السادسة عشرة لهذا العام، في إطار العنف الذي يمارعه لاعبو كرة القدم في الأرجنتين، بحسب المنظمة غير الحكومية "لإنقاذ كرة القدم". وذكرت الشرطة أنها أوقعت ثلاثة أشخاص الخميس على صلة بأعمال العنف التي أصبحت رائج في الأونة الأخيرة بين اقسام من

قطر في اختبار أستونيا ودياً

المقبل، ووقع المنتخب القطري في المجموعة الثالثة إلى جانب الإمارات وإيران والبحرين. وسيخوض المنتخب القطري مباراتين وديتين مع عمان ونوزيلاند 31 ديسمبر الجاري، و5 يناير المقبل ضمن معسكره الاسترالي في مدينة كانبرا التي يسافر إليها اليوم السبت، مباشرة بعد مباراته مع أستونيا.

كأس الخليج بالسعودية الشهر الماضي، ويعد ضمّ الوجّهين الجديدين محمد مونتاري رأس حربة الجيش، ومحمد عبد الله تريزور مدافع لخويا، والنقى المنتخب القطري ونظيره الاستوني ودياً مرة واحدة في ديسمبر 2010، استعداداً لكأس آسيا بالدوحة 2011 وفاز 2-صفر. وتنطلق نهائيات أستراليا 2015 في التاسع من الشهر

يستضيف المنتخب القطري لكرة القدم اليوم السبت نظيره الاستوني ضمن استعداداته لنهائيات كأس آسيا المقررة الشهر المقبل في أستراليا. ومن المتوقع أن يجري المدرب الجزائري للمنتخب القطري جمال بلماضي، تغييرات طفيفة على التشكيلة بعد عودة المصابين، وفي مقدمتهم خلفان إبراهيم، ثاني أفضل لاعب في آسيا، الذي غاب عن المشاركة في

تعيين تاشكادادزه مدرباً لمنتخب جورجيا

الجيورجى ولقب الدوري الكازاخى كمدرب. وسيعمل الفريق عند ثلاث نقاط مقابل حتى يونيو المقبل، وستكون أول مهامه المباراة الودية أمام مالطا في 23 مارس المقبل.

بولندا بأربعة أهداف نظيفة، وهي الهزيمة التي جمدت رصيد الفريق عند ثلاث نقاط من أربع مباريات في تصفيات يورو 2016. وقال تاشكادادزه "أثق في اللاعبين وأريد أن أخبرهم أننا قادرين على الفوز والتأهل للبطولات الكبرى". وتوج اللاعب السابق لمانشستر سيتي واينتراخت فرانكفورت، بلقب الدوري

أعلن الاتحاد الجورجى لكرة القدم أمس الأول الخميس تعيين اللاعب الدولي السابق كاخيا تاشكادادزه في منصب المدير الفني للمنتخب الأول. ووقع تاشكادادزه عقداً لتدريب منتخب جورجيا لمدة عامين ونصف العام خلفاً لتييمور كيتسبانيا الذي استقال من منصبه الشهر الماضي، عقب الهزيمة امام

ارتباط أولمبي بريطاني بين بطلي دراجات

أعلنت البطلة الأولمبية لورا تروت خطبتها لزميلها في فريق الدراجات البريطاني جيسون كيني.

وكتبت تروت على "تويتر" أمس الأول الخميس "عبد ميلاد سعيد للجميع. قضيت يومين من أسعد أيام حياتي مع جيسون كيني والأسرة بكاملها. تم إعلان خطبتي". وقالت تروت البالغة من العمر 22 عاماً مدينتي ذهبيتين في أولمبياد لندن 2012 في سباقى اومنيوم والمطاردة للفرد، بينما حصل كيني (26 عاماً) على ذهبيتين في سباقى السرعة للفرد.

ويتوقع أن يشارك الاثنان مع الفريق البريطاني في أولمبياد ريو دي جانيرو 2016.



أدريانو «المشاغب» إلى لوهافر الفرنسي

أكد المهاجم البرازيلي الدولي السابق ادريانو انضمامه إلى نادي لوهافر الفرنسي من الدرجة الثانية في حسابته على موقع "تويتر". وكتب ادريانو (32 عاماً)، الذي عرف المجد مع انترميلان الإيطالي في النصف الثاني من العقد الماضي: "عبد ميلاد مجد لمشجعي فريقى الجديد لوهافر. أنا سعيد للانضمام إليكم في هذا التحدي الرياضي الجديد!!". ولم يؤكد لوهافر الذي يحتل المركز الحادي عشر راهنا في دوري الدرجة الثانية الخبر حتى الآن. وكان ادريانو اعطى ضربة البداية لمباراة لوهافر، عميد الأندية الفرنسية، مع آرل في المرحلة الثالثة عشرة في 31 أكتوبر الماضي، بعد دعوة من رئيس النادي جان-بيير لوفيل.

وعرغم نجاحه مع انتر لم يكن مشوار ادريانو مليحاً بالورود في ميلانو، بل أنه اختبر فترات صعبة بسبب عشقه للسهر واقراطه في تناول الكحول، ما اضطر انتر في نوفمبر 2007 إلى إرساله للبلده في عطلة غير مدفوعة انتهت بدفاعه عن الوان ساو باولو على سبيل الاعارة، لكنه سرعان ما



أكد الفارو نغريدو، مهاجم فالنسيا الإسباني أمس، أن شراء رجل الأعمال السنغافوري بيتر ليم ل(الخفافيش) طمان اللاعبين والجماهير". وقال اللاعب، الذي انتقل إلى صفوف فالنسيا في موسم الانتقالات الصيفي الماضي "في السابق كان الحديث عن أمور أخرى. وصوله طمان اللاعبين والجمهير"، وذلك في مقابلة مع موقع رابطة الدوري الإسباني لكرة القدم. وأبدى اللاعب ثقته في حفاظ الفريق على ثبات المستوى واستمراره في مراكز متقدمة بجدول الدوري، حيث يحتل حالياً المركز الرابع بعد مرور 16 جولة من عمر المسابقة. وأوضح "بالنظر إلى الطريقة التي يلعب بها الفريق وما يرغب في القيام به، فإنه يبدو أشبه بالتليكو مدريد. ولكن لا يمكن أن ننكر أن هناك مباريات جيدة وأخرى سيئة في الموسم. ما ينبغي فعله هو العمل دائماً باقصى جهد". وعن تأخر مشاركته مع فريقه الجديد بسبب الإصابة، علق نغريدو "لم أتعرض لإصابات

نغريدو: ضم بيتر ليم إضافة كبيرة

تشلسي يواصل صدارته للدوري



كوستا يسجل الهدف الثاني لفريقه

مسافة قريبة بعد جهد فردي رائع داخل منطقة الجزاء، وتمريرة خلف الدفاع من الدولي الكاميروني الكسندر سونغ، بديل مارك نوبل (84).

لائحة الهادفين. وكرم القائم الأيمن وست هام من فرصة للفرنسي مورغان أمالفتانو، بديل ستيفارت داونينغ، من

رصيده إلى 13 هدفاً هذا الموسم، بفارق هدف واحد سيأتي الدولي الأرجنتيني سيرخيو أغويرو متصدر

هازار فتلاع بثلاثة مدافعين وتوغل داخل منطقة الجزاء، اليسرى العبيدة للحارس الإسباني أدريان (62) رافعا

من مسافة قريبة، داخل المرمى، وأضاف كوستا الهدف الثاني مطلع الشوط الثاني، عندما تلقى كرة خارج المنطقة من الدولي البلجيكي ادين

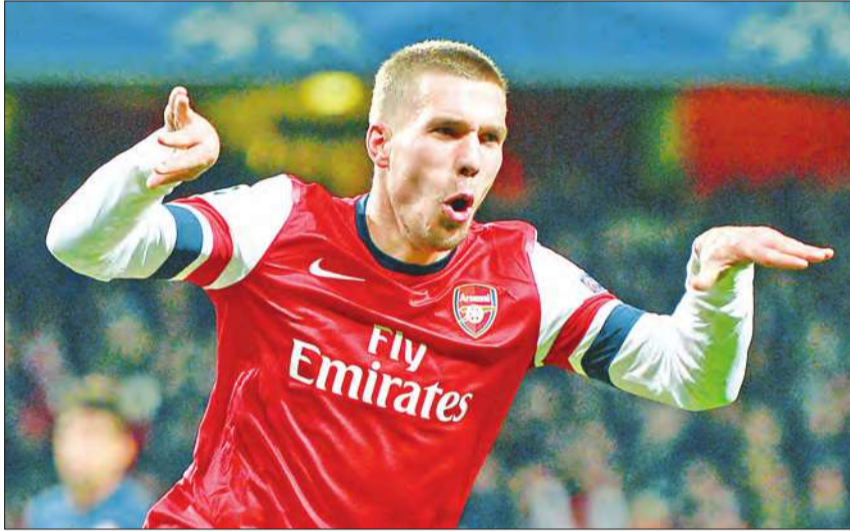
تابع تشلسي المتصدر صحوته، وابتعد 6 نقاط في الصدارة مؤقتاً، بتغلبه على جاره وست هام يونايتد 2 - صفر أمس الجمعة في ملعب «ستامفورد بريدج» أمام 41589 متفرجاً في المرحلة الثامنة عشرة من الدوري الإنجليزي لكرة القدم.

وسجل الهادفين جون تيري (31) والإسباني دييغو كوستا (62)، وبذلك يكون الفوز الثالث على التوالي لتشلسي منذ خسارته الأولى هذا الموسم، عندما سقط أمام مضيفه نيوكاسل 1-2 في المرحلة الخامسة عشرة، وتغلب بعدها على ضيفه هال سيتي ومضيفه ستوك سيتي بنتيجة واحدة 2 - صفر.

كما أنه الفوز الرابع عشر لرجال المدرب البرتغالي جوزيه مورينيو هذا الموسم، ليغزوا موقعهم في الصدارة برصيد 45 نقطة بفارق 6 نقاط أمام مطاردهم المباشر مانشستر سيتي حامل اللقب، الذي التقى مضيفه وست بروميتش البيون في وقت متأخر أمس، علماً أن الفريقين سيلتقيان في قمة ثابرة بالمرحلة الثالثة والعشرين في

واصل تشلسي صدارته للدوري الإنجليزي لكرة القدم بعد تغلبه على وست هام يونايتد بنتيجة 2 - صفر خلال منافسات المرحلة الثامنة عشرة.

إنتر ميلان يستعير بودولسكي من أرسنال



نكرت تقارير صحافية أمس الأول الخميس أن نادي إنتر ميلان الإيطالي لكرة القدم توصل إلى اتفاق مع أرسنال الإنجليزي، لضم المهاجم الألماني الدولي لوكاس بودولسكي خلال فترة الانتقالات الشتوية الشهر المقبل. ووفقاً لصحيفة «كورييري ديللو سبورت» الإيطالية، فإن إنتر ميلان نجح في إبرام اتفاق مع أرسنال بشأن انتقال بودولسكي إليه على سبيل الإعارة.

ولكن لم يتفق الطرفان بعد على وضع بند في عقد اللاعب يسمح بانتقاله بشكل نهائي إلى إنتر ميلان في نهاية الموسم. وأشارت الصحيفة إلى أن إنتر ميلان لن يدفع أكثر من 5 أو 6 ملايين يورو لضم المهاجم الألماني الدولي.

32 مليون من السيتيزن لضم ماندزوكيتش

رصد نادي مانشستر سيتي الإنجليزي 32 مليون يورو للتعاقد مع الكرواتي ماريو ماندزوكيتش لاعب اتلتيكو مدريد، حسب ما ذكرته النسخة الرقمية من صحيفته (ديلي ستار) البريطانية أمس الأول الخميس. وأشارت الصحيفة، مستشهدة بمصدر من النادي الإنجليزي، إلى أن المان سيتي يرغب في ضم ماندزوكيتش مقابل 32 مليون يورو، علماً بأن النادي الإسباني كان قد اشتراه الصيف الماضي بـ22 مليون يورو فقط.

وتترامن رغبة المان سيتي مع ما تردد من تقارير حول عودة فرناندو توريس إلى اتلتيكو مدريد مقابل انتقال اليسيو تشيرشي إلى



ستروتمان لن ينضم إلى مانشستر يونايتد

جزم رئيس نادي روما الإيطالي جيمس بالوتا أن لاعب وسطه الهولندي الدولي كيفن ستروتمان لن ينضم إلى مانشستر يونايتد حامل الرقم القياسي في عدد مرات إحراز لقب الدوري الإنجليزي لكرة القدم. ولعب ستروتمان تحت إشراف الهولندي لويس فان غال، مدرب يونايتد الحالي، في المنتخب البرتغالي، وسرت أخبار عن انتقاله إلى أولد ترافورد في فترة الانتقالات الشتوية المقبلة مقابل 40 مليون يورو. لكن بالوتا أصر على أن لاعب إندوهوفن السابق العائد إلى الملاعب بعد إصابة بالغة في ركبته أبعده 9 أشهر وعن الموندبال الأخير، هو لاعب حيوي لفريق العاصمة وليس معروضاً للبيع.

وقال بالوتا لإذاعة روما: «كما سننصّر ترتيب الدوري الإيطالي لولا إصابات (البرازيلي لياندر) كاستان وستروتمان، ستروتمان لن يذهب إلى يونايتد». من جهته، قال إد وودوارد المدير التنفيذي لدى الشياطين الحمر، إن فريقه الذي انفق 152 مليون جنيه استرليني الصيف الماضي على لاعبيه الجدد، سيشتغل في فترة الانتقالات الشتوية فقط في حال توفر أحد اللاعبين الذين يدخلون في خطته الطويلة الأمد.

كروزيرو البرازيلي: ريال مدريد لن يضم لوكاس سيلفا قبل أن يحترمنا

كروزيرو بطل الدوري البرازيلي، عن بديل لوكاس سيلفا حال رحيله، فبات ضم المهاجم لياندر داميانو من سانتوس وشيكا كما يسعى الفريق للحصول على خدمات باولينيو لاعب توتنهام الإنجليزي على سبيل الإعارة.

وقال ماتوس في هذا الصدد «باولينيو قد باتي معاراً. وكيل أعماله أبدى اهتمامه بعدة أندية برازيلية، ولكن فريقه لا يعرف ما إذا كان سيغيره بعد. إذا سحنت أمامه فرصة القوم للبرازيل فسيفكر بالتأكيد في كروزيرو أولاً».

أقل من 15 مليون يورو وقال لي إننا لن نقبل بمبلغ أقل من هذا. لن يضموا لوكاس سيلفا إلى ريال مدريد قبل أن يحترموا كروزيرو».

وأوضح أنه لم يتم التوصل لأي اتفاق، رغم أنه تحدث مع مسؤولي الريال نحو عشر مرات بخصوص سيلفا، مضيفاً «إذا كان فلورنتينو بيريز (رئيس الريال)، الذي أحترمه، لا يحتاج لضم لاعينا على عجلة في سوق الانتقالات الشتوية، فنحن لن نستغني عن لاعب نحتاج إليه».

يوفنتوس يقترب من تجديد عقد مدافعه ليشتستاينر

اقترح نادي يوفنتوس متصدر الدوري الإيطالي لكرة القدم بشكل كبير من تجديد عقد مدافعه السويسري ستيفان ليشتستاينر.

ووفقاً لصحيفة «توتو سبورت» الإيطالية فإن يوفنتوس توصل إلى اتفاق مع اللاعب الأسبوع الماضي، ليضع حداً للتكهنات المثارة حول قرب انتقاله إلى مانشستر يونايتد الإنجليزي. وأشارت الصحيفة إلى أن الإعلان الرسمي عن تجديد العقد سيتم قريباً، وأنه بمقتضى العقد الجديد الذي

دي خيا: جدول المباريات فرصة الشياطين للضغط على أهل القمة



يعتقد الحارس ديفيد دي خيا، أن جدول المباريات المزدهم خلال عطلة عيد الميلاد، سيوفر فرصة سانحة لمانشستر يونايتد لممارسة بعض الضغط على أهل القمة في الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم.

ورغم الفارق الكبير في النقاط يشعر يونايتد بتفاؤل على خلفية سبع مباريات متتالية لم يذوق فيها طعم الخسارة وبدأ يستعيد مكانته كقوة مؤثرة مرة أخرى، بعد بداية مهتزة مع المدرب الجديد لويس فان جال. ويقول الإسباني دي خيا الذي لعب دوراً محورياً في استفاقة يونايتد أنه يتعين على الفريق مواصلة عروضه القوية. وأبلغ الحارس موقع يونايتد على الإنترنت «يتعين علينا جميعاً مواصلة هذا المسلسل الجيد كأفراد وكفريق، والاستمرار في تحقيق نتائج طيبة».

وتابع «مباراة الغد ستكون مهمة جداً، ويتعين علينا الحصول على النقاط الثلاث ومواصلة هذا المسلسل واستثمار الحالة الرائعة حالياً».



فان غال: لدي أمل في إحراز اللقب

إن بإمكانه فريقه تحقيق أفضل من الهدف الذي وضعه مجلس الإدارة، وهو احتلال المركز الرابع الأخير المؤهل إلى دوري أبطال أوروبا الموسم المقبل.

وختتم مدرب اباكس وبرشلونة الإسباني وبايرون ميونيخ الألماني السابق، قائلاً: «مع اللاعبين والطواقم بأكملهم، نحن نحاول تحقيق أكثر مما يتوقعون (مجلس الإدارة)».

الثالث في موندبال البرازيل 2014، مضيفاً «ما زال دائماً (هدف الفريق) أن نكون في المركز الأول».

تستغرق 3 أعوام بعد الموسم المخيب الذي اختبره مع سلفه الإسكتلندي ديفيد مويز، بعد أن شهد «الشياطين الحمر» انتفاضة له في الأسابيع الأخيرة، ما سمح له بتخاسي أسوأ بداية له منذ موسم 1986-1987.

«هدفنا أن نصبح أبطالاً في نهاية الموسم لم يتغير، هذا ما قاله المدرب الهولندي الذي قاد منتخب بلاده إلى المركز

