تشرين

يومية - اقتصادية - شاملة

مؤسسة الوحدة

رقم العدد ١٤٠٧٢

٨ صفحات | الخميس ٢٩ جمادى الآخرة ١٤٤٥هـ ١١ كانون الثاني ٢٠٢٤ م

tishreen.news.sy

«إسرائيل» تُحاكَم.. صوت أطفال غزة من جنوب إفريقيا إلى «العدل الدولية» فهل نرى إنصافاً للشعب الفلسطيني هذه المرة؟

لا نعلم كم من الجرائم والتوحش يجب أن يُظهره كيان الاحتلال الإسرائيلي في عدوانه المستمر على قطاع غزة لليوم الـ٩٧ على التوالي، بل في عدوانه المستمر منذ عام ٤٨، حتى تتم ليس فقط إدانته بل تجريمه ومحاسبته بصورة شاملة كاملة؟

ولا نعلم لماذا قد تحتاج هذه الجرائم إلى محاكمات ودعاوى وهي واضحة وفاضحة، إبادة كلية متكاملة الأركان يتعرض لها الشعب الفلسطيني منذ عقود وإلى اليوم من دون أي رادع، بل هناك صمت مطبق ومخزٍ؟ ولا نعلم أيضاً لماذا يمنح القضاة في محكمة العدل الدولية لدراسة دعوة لجنوب إفريقيا ضد كيان الاحتلال من ٣ إلى ٦ أسابيع والقضية واضحة جداً؟

2

الدفع الإلكتروني في مراكز التأمين الإلزامي للسيارات قريباً

كشف مدير عام هيئة الإشراف على التأمين د.رافد محمد، أنه وخلال فترة قريبة سوف يتم تطبيق الدفع الإلكتروني في مراكز التأمين الإلزامي للسيارات، وبذلك نكون قد شملنا أنواع التأمين كافة، حيث قامت الهيئة بتوجيه الشركات الخاصة كافة، بإيجاد خيار الدفع الإلكتروني باعتباره الأهم من الناحية التقنية، مبينا أن الهيئة وضمن خطتها للعام ٢٠٢٤، تعمل على تفعيل الدفع الإلكتروني بالمجالات كافة.

4

كنز حقيقي للصّحة.. «التسليق» ظاهرة قديمة تعود إلى الواجهة وبقوة مع الارتفاع الجنوني للأسعار

يلجأ سكان محافظة طرطوس في الشتاء، وخاصة سكان القرى إلى جمع الأعشاب البرية المتنوعة، حيث تنطلق النسوة بشكل يومي لجمع هذه النباتات، ثم تنظيفها وإعدادها كطبق رئيس على المائدة للغداء وأحياناً كفطور أو عشاء.

6

اختصاصية نفسية توصي بالتدخل النفسي والعلاجي لمعالجة الحزن التراكمي

تحدث في فترات زمنية متقاربة، كما حدث مع فتون (طالبة جامعية) التي فقدت والدها جراء مرض عضال، وبعدها بفترة قصيرة توفي أخيها في حادث سير؛ هاتين الحادثتين جعلاها تدخل في نوبة حزن طويلة يطلق عليها (الحزن التراكمي).

6

ميزانية مفتوحة لتشجيع الفلاحين في سهول حلب الجنوبية على الري الحديث

تفاصيل على موقع تشرين

عن رسائل الحب الخالدة والقيمة الثقافية للرسائل الورقية.. ما برح الورق يتلمس التاريخ والذكريات

5

الافتتاحية

على سيرةِ التّغيير

■ ناظم عيد

جاذبةٌ سيرةُ التغيير و محفّزةٌ للحراك الذهني حتى العصف على مستويات وأنساقٍ مختلفة، تبدأ من النُّخبِ ولاتستثني مطلقاً أي مواطن.. وللمفردة إيقاعها المتباين بين التفاؤل والخوف، والتباين شخصيٌ بالطبع، إلا أن للتفاؤل حصَّته الوافية فالتغيير بطبيعته حالٌ إيجابية.

بالعموم منشغلون – نحن السوريين – كثيراً هذه الأيام بحكايا التغيير، لأن الموسم موسم استحقاقات، يستحوذ على معظم امتداد أجندة العام ٢٠٢٤، تبدأ بالتغيير الذي نظنه بنيوياً مطلقاً في قيادة حزب البعث.. الحزب القائد وصاحب الأكثرية البرلمانية والتنفيذية، ثم انتخاب مجلس الشعب بعد أشهر قليلة، والذي ستعقبه بطبيعة الحال استقالة الحكومة وتالياً حكومة جديدة..

والواقع، هي استحقاقات مكثفة تكفي لإشغال الجميع بترقب نتائجها والتعويل عليها، كما أنها بيئة خصبة لإيقاد حمى الطموح لدى الكثيرين، و إشعال سباقٍ محمومٍ في السرّ والعلن نحو المناصب، بكل مايرافق ذلك من شائعاتٍ وتسريباتٍ وتدافعٍ نحو "واجهات العرض؟..

وهي حالة تقليدية نعرفها جميعاً في بلدنا، وإن كانت طبيعية وتجري في كل البلدان والمجتمعات التي تتبع نهجاً ديمقراطياً أو مايوازيه.. لكن دعونا نعترف ببعض المبالغات التي تعترينا دوماً في مثل هذه الطقوس، حيث تنتعش محاولات التّصيّد والتحييد، وتعويم بعض من يقتحمون مضمار السباق دون إمكانات حقيقية، ويتأبطون حقائبَ الأحلام فحسب، لا حقائبِ المهارات والمعارف والسِّير الذاتية التي تشفع، بدءاً من الملكات والخصائص الشخصية مروراً بالشهادات العلمية، وصولاً إلى الخبرات التراكمية والتجارب على الأرض، ولعل هذه الأخيرة هي الأهم على الإطلاق.

اليوم أمسينا أمام برزخٍ صعب، علينا تجاوزه للخروج من أزمتنا وتبعاتها الصعبة وذيولها التي تجلدنا كسياط لاسعة، حيث لم يعد المنصبُ امتيازاً بل مسؤولية ثقيلة تتطلّب وصول القادرين على حملها فعلاً، وبعضنا عايش وعاين حالات مثيرة للشفقة عن أشخاص امتلكوا مهارات الوصول انتخاباً أو تعييناً، لكنهم وقفوا مشدوهين أمام "شيفرة المسؤولية والاستحقاق؟ فانكفؤوا وغرقوا في دوامة غربة وصمت، وأغرقوا معهم قطاعاً أو مؤسسة أو طيفاً ديمغرافياً وجغرافياً واسعاً، وأربكوا إما حكومة أو سلطة نافذة أو ميداناً تنموياً حساساً.

السباق بات سباق "مشروعات؟ أو هكذا يفترض.. بل يجب أن يكون كذلك.. على طريقة "من لديه مشروع حقيقي ورؤيا واقعية للعمل فليتفضل؟.

رؤيا مكتوبة وموثّقة تكون عبارة عن لائحة مهام يتعهد صاحبها بتنفيذها، يأخذ بحسبانه مختلف المنغصات والمعوقات التي قد تعتري عمله، ولا يحضرها كذرائع مسبقة لتسويغ فشله القادم، "لائحة تعهد مهام؟ يسأل عنها عندما توكل إليه رسمياً.

أغلب الظن أنه عندما تُدار "المكنة؟ وفق هذه التقنية والميكانيك الجديد، لن يدخل سباق المناصب والمسؤوليات إلا أصحاب الرؤى الفعلية والفعالة، ولن يكون المضمار مكتظّاً بمتأبطي الأحلام والمسكونين بنزعات الاستعراض و؟انتحال التميز؟ والشغف بالامتياز.. هؤلاء سينسحبون سلفاً.. وهم من الفطنة بما يضمن عدم المجازفة، ونفترض الفطنة لأن بعضهم أثبت مهارات ورشاقة عجيبة حتى في المرور بين قطرات المطر دون أن يتبلل، لكنه يعمل بقول الشاعر "دعِي الرماح لأهلها وتعطري؟، أي يتركون الخبز للخبان، وكم هو مهم و معبّر واستراتيجي هذا المثل الأخير الذي نحب كثيراً تداوله نحن السوريين.

«إسـرائيل» تُحـاكَم.. صوت أطفال غـزة من جنـوب إفريقيا إلى «العدل الدولية» فهل نرى إنصافاً للشعب الفلسطيني هذه المرة؟

■ تشرين- هبا علي أحمد:

لا نعلم كم من الجرائم والتوحش يجب أن يظهره كيان الاحتلال الإسرائيلي في عدوانه المستمر على قطاع غزة لليوم الـ٩٧ على التوالي، بل في عدوانه المستمر منذ عام ٤٨، حتى تتم ليس فقط إدانته بل تجريمه ومحاسبته بصورة شاملة كاملة؟

ولا نعلم لماذا قد تحتاج هذه الجرائم إلى محاكمات ودعاوى وهي واضحة وفاضحة، إبادة كلية متكاملة الأركان يتعرض لها الشعب الفلسطيني منذ عقود وإلى اليوم من دون أي رادع، بل هناك صمت مطبق ومخز؟ ولا نعلم أيضا لماذا يمنح القضاة في محكمة العدل الدولية لدراسة دعوة لجنوب إفريقيا ضد كيان الاحتلال من ٣ إلى ٦ أسابيع والقضية واضحة جدا؟

لكن على أي حال وفي وسط هذه الإبادة المتوحشة والصمت المدوي والتستر عليها- مع استثناءات إقليمية وعالمية تمثلت في التظاهرات والاحتجاجات والدعوة لوقف العدوان على غزة- يُحسب لجنوب إفريقيا انتصارها ولو معنوياً لقضية الشعب الفلسطيني العادلة والمحقة ولأطفال غزة وشبانها وشيوخها ونسائها، كما يُحسب لها امتلاك زمام المبادرة على نحو لافت وغير مسبوق في فتح جبهة قانونية ضد كيان الاحتلال الإسرائيلي وهي بالضرورة جبهة ستطول الولايات المتحدة الأميركية الراعي والداعم الأول لأي عدوان وإرهاب ضد شعوب المنطقة وعلى نحو خاص دعمها اللامحدود لكيانها الصهيوني، كما يُحسب لها إدراكها المسبق لأي تداعيات لأن الضغوط الأميركية المقبلة لن ترحمها والفترة المقبلة لن ترحمها.

التفاصيل

تبدأ محكمة العدل الدولية اليوم النظر بالدعوى التي قدمتها جنوب إفريقيا ضد كيان الاحتلال على أن تستمر المناقشات اليوم وغداً الجمعة، حيث رفعت جنوب إفريقيا في ٢٩ كانون الأول الماضي دعوى قضائية أمام محكمة العدل الدولية، ضد كيان الاحتلال الإسرائيلي لارتكابه أعمال إبادة جماعية ضد الفلسطينيين، وهي جريمة تحرمها وتعاقب عليها اتفاقية «منع الإبادة الجماعية والمعاقبة عليها»، وتشمل كل فعل يرتكب بقصد التدمير الكلي أو الجزئي لجماعة قومية أو إثنية أو عنصرية أو دينية، كما تشمل الأفعال المعنية كما جاء في ملف الدعوى المؤلف من ٨٤ صفحة قتل الفلسطينيين في غزة، والتسبب في أذى جسدي وعقلي خطير لهم، وفرض ظروف معيشية عليهم تهدف إلى تدميرهم جسدياً، كما طلبت جنوب إفريقيا من المحكمة إصدار إجراءات مؤقتة تأمر «إسرائيل» بوقف حربها في غزة، وهي ضرورية في هذه القضية للحماية من المزيد من الضرر الشديد وغير القابل للإصلاح لحقوق الشعب الفلسطيني.. الإجراء المؤقت هو أمر مؤقت بوقف الأفعال، أو أمر قضائي، في انتظار صدور حكم نهائي.

سابقة قانونية وتاريخية

بالعادة لا يتم التعويل على ما يجري في المؤسسات الدولية لخضوعها الدائم لسطوة «السيّد» الأميركي الداعم للكيان، وبالتالي ما لم تتخذ إجراءات فعلية لوقف العدوان الإسرائيلي على غزة ستبقى أي إجراءات

> **دعـوى جنوب إفريقيا ضد «إسرائيل» خطوة تاريخية نحو مساءلة الكيان الصهيوني وفق القانون الدولي**

صورية، رغم أن الدعوى التي رفعتها جنوب إفريقيا تُعد فارقة، لأنها استخدمت ورقة الاتفاقية الدولية لمناهضة الإبادة الجماعية، التي تعد «إسرائيل» أحد الموقعين عليها.. فأحكام محكمة العدل الدولية تدين فقط، أي إنها تشير إلى المخطئ من دون إعطاء قرار بالقبض عليه، ناهيك بأن رفع القضية في حد ذاته ليس فعلاً كافياً مادامت الدول الكبرى لم تتخذ مواقف مساندة لهذا التحرك، لأن التحرك أمام محكمة العدل لن يكون سوى محاولة إثبات الخطأ ومن دون أي عقاب، ولكن أي حكم ضد «إسرائيل» يمكن أن يلحق الضرر بسمعتها الدولية ويُشكّل سابقة قانونية، وفق صحيفة «معاريف» الإسرائيلية.

ويرى خبراء أن الدعوى التي تم رفعها بشأن ارتكاب «إسرائيل» جرائم إبادة جماعية بحق الشعب الفلسطيني خطوة تاريخية نحو مساءلة الكيان الصهيوني وفق القانون الدولي، داعين إلى ضرورة اتخاذ محكمة العدل الدولية قرارات احترازية عاجلة تلزم «إسرائيل» بوقف فوري لانتهاكاتها في غزة، استناداً إلى المادة ٤١ من النظام الأساسي للمحكمة، حيث تخول تلك المادة المحكمة سلطة إصدار أوامر باتخاذ تدابير مؤقتة لحماية حقوق أطراف النزاع، من بينها الأوامر التي تهدف إلى منع وقوع ضرر بصورة لا رجعة فيها.

نقاط القوة

لن نتوقف عند المزاعم الإسرائيلية الواضحة للجميع حول «دفاعها عن نفسها» والمؤيَّدة من الغرب الأوروبي الرسمي على وجه الخصوص والأميركي بطبيعة الحال، ولاسيما أن الكيان يعد العدة لـ«كسب الجولة» وكسب «التعاطف»، رغم أن دماء أطفال غزة لم تجفُ بعد، كما أنه وبصرف النظر عن المجريات الحاصلة واللاحقة في محكمة العدل الدولية بخصوص دعوى جنوب إفريقيا، والقرارات التي تخلص إليها المحكمة، وعن التساؤل إن كانت ستشير بإصبع الاتهام إلى الجلاد الإسرائيلي وتثأر لكل فلسطين.. فإن الدعوى المذكورة تتضمن العديد من نقاط القوة، كما يشرح عالم السياسة الأميركي جون ميرشايمر في مقالة له نُشرت في موقع «شيربوست» الأميركي، بعنوان «الإبادة الجماعية في غزة»، حيث قال: إنها وثيقة تصف بالتفصيل الفظائع التي ألحقها جيش الاحتلال الإسرائيلي بالفلسطينيين منذ ٧ تشرين الأول ٢٠٢٣، وتشرح سبب وجود المزيد من الموت والدمار الذي ينتظرهم، وأن الدعوى تقدّم مجموعة كبيرة من الأدلة التي تظهر أن «القادة» الإسرائيليين لديهم نية بالإبادة الجماعية تجاه الفلسطينيين في غزة، موضحاً أن السياسة الإسرائيلية تتعمد إحداث تدمير مادي للفلسطينيين في غزة.

وكذلك تذهب الوثيقة، كما ذكر ميرشايمر، إلى أبعد الحدود، لتضع حرب غزة في سياق تاريخي أوسع، وتقتبس من العديد من تقارير الأمم المتحدة التي تفصّل معاملة كيان الاحتلال القاسية للفلسطينيين. باختصار توضح الدعوى أنّ ما فعله الإسرائيليون في غزة منذ ٧ تشرين الأول ليس سوى نسخة أكثر تطرفاً مما كانوا يفعلونه جيداً قبل ذلك التاريخ، وأهمية الوثيقة أنها تجمع كل هذه الحقائق معاً في مكان واحد، وتقدّم وصفاً شاملاً ومدعوماً تماماً للإبادة الجماعية الإسرائيلية. بمعنى آخر توفر الصورة الكبيرة مع عدم إهمال التفاصيل، كما أوضح ميرشايمر.

ماذا عن أمريكا؟

يرى ميرشايمر أنّ دعوى جنوب إفريقيا، وإن كانت تركّز على «إسرائيل»، إلا أنّ لها تداعيات هائلة على الولايات المتحدة، وخاصّة الرئيس جو بايدن ومساعديه الرئيسيين، فالتقرير يفضح تواطؤ بايدن وإدارته في الإبادة الجماعية، وهو أيضاً عمل يعاقب عليه وفقاً لاتفاقية الإبادة الجماعية، وعلى الرغم من اعترافه بأنّ «إسرائيل» متورطة في قصف عشوائي، فإن بايدن صرح أيضاً بأنه «لن نفعل شيئاً سوى حماية إسرائيل».

ويجزم ميرشايمر بأنّ بايدن كان صادقاً في كلمته، فقد ذهب إلى حد تجاوز الكونغرس مرتين للحصول بسرعة على أسلحة إضافية لـ«إسرائيل».

نعود ونقول إنه أياً كانت النتائج، فالصوت في محكمة العدل الدولية اليوم وغداً فلسطيني انطلق من عمق جنوب إفريقيا التي رفعت يدها في وجه الغطرستين الإسرائيلية والأميركية.. فهل يصل هذا المسار إلى خاتمة جيدة ومنصفة للشعب الفلسطيني ولو لمرة واحدة منذ نكبته في أربعينيات القرن الماضي حتى الآن؟

> **يُحسب لجنوب إفريقيا انتصارها ولو معنوياً لقضية الشعب الفلسطيني العادلة والمحقة ولأطفال غزة وشبانها وشيوخها ونسائها**

دفعة جديدة من المازوت لتشغيل محطات تحلية المياه في الحسكة

■ الحسكة - خليل اقطيني

استلمت المؤسسة العامة لمياه الشرب في الحسكة دفعة جديدة من المازوت المخصص لتشغيل محطات تحلية المياه في مدينة الحسكة، من المنظمات الدولية العاملة في المجال الإغاثي في المحافظة.

وذكر المدير العام للمؤسسة المهندس محمد عثمان، أن هذه الدفعة هي الرابعة من كمية المازوت المخصصة لتشغيل محطات تحلية المياه في مدينة الحسكة، والمقدّمة من منظمة الأمم المتحدة للطفولة "اليونيسف"؛ مبيناً أن مؤسسة المياه قامت بتوزيع هذه الدفعة من المازوت فور استلامها على محطات تحلية مياه الشرب في مدينة الحسكة ومحطة مياه نفاشة القريبة من المدينة.

وأوضح عثمان أن منظمة "يونيسيف؟"، تعهدت في العام الماضي بتقديم كمية ٥٠ ألف ليتر مازوت لمؤسسة المياه في الحسكة، من أجل تشغيل محطات تحلية المياه في المدينة، لتأمين مياه الشرب للسكان، في ظل انقطاعها من المصدر الوحيد والأساسي وهو محطة مياه عللوك في ريف منطقة رأس العين المحتلة شمال غرب الحسكة، بسبب خروج محطة تحويل كهرباء الدرباسية من الخدمة وتوقفها عن تزويد محطة مياه عللوك بالتيار الكهربائي اللازم لتشغيل المضخات المركّبة على الآبار الموجودة فيها. وذلك نتيجة لقيام المحتل التركي في الرابع من تشرين الأول من العام الماضي ٢٠٢٣ باستهداف محطة تحويل كهرباء الدرباسية، إبان العدوان الذي استهدفت فيه قوات الاحتلال التركي محطات الكهرباء ومنشآت النفط والغاز شمال وشمال شرق الحسكة.

لافتاً إلى أن منظمة "يونيسيف؟ تعهدت آنذاك ونتيجة معاناة مؤسسة المياه من عدم توافر مادة المازوت اللازم لتشغيل محطات مياه الشرب بتسليم المؤسسة الكمية المتفق عليها من المازوت على عدة دفعات حسب الحاجة والاستهلاك، لكي تتمكن من تشغيل محطات تحلية المياه في مدينة الحسكة بشكل مستدام.

وأكد عثمان، أن مؤسسة المياه بدأت باستلام الدفعة الأولى من المازوت أواخر تشرين الثاني من العام الماضي، الأمر الذي أتاح لها تشغيل جميع محطات تحلية المياه في وسط مدينة الحسكة والأحياء التابعة لها والبالغ عددها ٢٠ محطة؛ ٤ محطات منها استوردتها وزارة الموارد المائية من الجمهورية الإسلامية الإيرانية بقيمة ٤٧٢ ألف دولار أميركي، وهي محطات ذات استطاعات كبيرة تبلغ ١٠ م٣ في الساعة بمعدل ٥٠٠ م٣ في اليوم لكل محطة، أما المحطات الست عشرة الأخرى، فقدمتها منظمة "يونيسيف؟ واللجنة الدولية للصليب الأحمر بالتعاون مع الهلال الأحمر العربي السوري، وهي محطات ذات استطاعات صغيرة تبلغ ١,٥ م٣ في الساعة لكل منها.

مشيراً إلى أن كل محطة تحلية من المحطات المركبة، تقوم بمعالجة المياه التي تستمدها من الآبار التي قام مجلس مدينة الحسكة بحفرها بالتعاون مع المفوضية السامية لشؤون اللاجئين، البالغ عددها نحو ٨٧ بئراً وتحويلها إلى مياه صالحة للشرب يتم تقديمها للسكان من خلال مناهل وخزانات، تم إنشاؤها بالقرب من كل محطة.

وثَمَّن عثمان الدعم الذي تقدمه منظمة "يونيسيف؟ والمنظمات الدولية الأخرى العاملة في المجال الإغاثي في المحافظة لقطاع مياه الشرب بالتعاون مع الهلال الأحمر العربي السوري، فقد استلمت المؤسسة مؤخراً كميات من مستلزمات العمل ومواد التعقيم لمياه الشرب مقدمة من اللجنة الدولية للصليب الأحمر وبرنامج الأمم المتحدة الإنمائي UNDP ويونيسيف إضافة إلى الدعم الذي يقدمه المجلس النرويجي للاجئين NRC بإعادة تأهيل آبار ومحطات مياه الشرب في مختلف مناطق المحافظة وتحويلها للعمل على الطاقة البديلة.

وكان محافظ الحسكة الدكتور لؤي محمد صيّوح نوه خلال لقائه مديرة مكتب «يونيسف» في المحافظة «جولي فارندا» والوفد المرافق لها مؤخراً بالمبادرة التي قدمتها المنظمة بتأمين كمية ٥٠ ألف ليتر من المازوت لضمان استمرار عمل محطات تحلية المياه في وسط مدينة الحسكة والأحياء التابعة لها.

يشار إلى أن الكوادر العاملة في المؤسسة العامة لمياه الشرب والصرف الصحي في محافظة الحسكة، أنهت قبل أيام تنفيذ مشروع تجديد واستبدال شبكة مياه قرية واوية والقرى المحيطة بها في بلدة تل حميس شمال شرق الحسكة. وذلك بدعم من بطريركية الروم الأرثوذكس.

حملات متواصلة لتجميل الشوارع الرئيسة في مدينة درعا.. ودخـــول محاور جديـــدة حيّز الإنارة البديلة

■ درعا - عمار الصبح

يواصل مجلس مدينة درعا تجميل المزيد من الشوارع الرئيسة في المدينة، عبر زراعة الجزر والمنصفات والأطاريف بالأشجار التزيينية والحراجية.

وأوضح رئيس مجلس المدينة المهندس أمين العمري، أنّ أعمال الزراعة التي جرى تنفيذها من قبل كوادر وفنيي مديرية الحدائق في مجلس المدينة، شملت العديد من الساحات والحدائق العامة وجزر ومنصفات الشوارع الرئيسة في المدينة، حيث شملت أعمال الزراعة المنطقة الممتدة خلف الفرن الآلي ومن خلف فرع الحزب ولغاية مدرسة الأموية، والشارع الممتد من دوار البانوراما ولغاية دوار كراج الضاحية في حي المطار، فضلاً عن حديقة حي المطار في مدينة درعا.

وبالتوازي، يواصل مجلس المدينة تنفيذ المزيد من أعمال إنارة شوارع وساحات المدينة بالطاقة الشمسية وحسب الأولويات، ما يخفف من الاعتماد على الكهرباء في الإنارة.

وفي هذا السياق، ونظراً لأهمية إعادة تأهيل وتفعيل الأسواق التجارية في المدينة وتنشيط الحركة التجارية فيها، أجرى مجلس مدينة درعا بالتعاون مع برنامج الأمم المتحدة الإنمائي للمستوطنات البشرية ؟الموئل؟، أعمال إعادة تأهيل وصيانة الشارع الممتد من دوار المصري في حي المنشية في منطقة درعا البلد ولغاية مدرسة القادسية شرقي مركز الهاتف الآلي، مروراً بسوق ؟السويدان؟.

وتضمنت الأعمال المنجزة تركيب (٢٦) وحدة إنارة بالطاقة الشمسية البديلة، موزعة على طول المحور، بالإضافة للقيام بأعمال تركيب الأطاريف والأرصفة الممتدة على جانبي الطريق.

ومع دخول هذه المحور حيّز الإنارة، يكون قد انضم إلى العديد من المحاور التي أنجزت في فترات سابقة، ومنها إنارة أحياء سكنية وأسواق تجارية بالطاقة الشمسية وربط هذه الأحياء والأسواق مع بعضها.

٣,٥ ملايين خدمة قدمها مشفى الباسل في طرطوس العام الماضي

■ طرطوس - رفاه نيوف

ما زال قطاع الصحة بخير رغم الحصار والعقوبات الاقتصادية الظالمة، فحوالى ثلاثة ملايين ونصف مليون خدمة قدمتها الهيئة العامة لمشفى الباسل في طرطوس العام الماضي، ولم تقتصر على أهالي طرطوس، وإنما على مرضى قادمين من محافظات أخرى وبعض الحالات القادمة من لبنان حسبما أكده الدكتور اسكندر عمار مدير عام الهيئة العامة لمشفى الباسل، وقد توزعت الخدمات على ٣٢٧٨٨ ألف عملية جراحية، و تم توفير خدمات إسعافية لأكثر من ١٢٨١٥٩ مراجعاً، و ١٤٨٧٤٠ مراجعاً للعيادات وأجري ٢٧٧٨٥٨٣ تحليلاً مخبرياً، و ١٢٠٣٩٠ صورة شعاعية ، و ١٦٩٥٣ صورة طبقي محوري متعدد الشرائح، و ٥٥٩٨ صورة مرنان، و ٢٦٩٣ تفتيت حصيّات.

٣١٣١٢ تخطيط قلب و ٥٩٠٩ معالجة كيماوية للأورام و ١٩٤٨٤ جلسة كلية صناعية. وبيّن عمار، أن المشفى عمل خلال العام الماضي على تطوير وتوسيع بعض الأقسام بهدف التوسع بتقديم الخدمات، ومنها تحديث مخبر التشريح المرضي ومخبر الجراثيم وتوسيع قسم العمليات الإسعافية.

كما لفت إلى أنه تم رفد المشفى بأجهزة جديدة ووضعت في الخدمة، ومنها: تركيب جهاز ماموغراف جديد و جهاز إيكو مع مجسات منحنية وخطية – أربع أجهزة غسيل كلية –جهاز مونيتور عدد (٧) – جهاز تخطيط قلب عدد (٢)– جهاز إيكو دوبلر ملون – جهاز صدمة.

الدفع الإلكتروني في مراكز التأمين الإلزامي للسيارات قريباً..

مديـــر عـــام هيئة الإشراف علـــى التأميـــن لـ «تشـــرين»: مليـــون مـــؤمـــن صحيـــاً علـــى عقـــود التأميـــن كافـــة

■ دمشق- هناء غانم

كشف مدير عام هيئة الإشراف على التأمين د.رافد محمد، أنه وخلال فترة قريبة سوف يتم تطبيق الدفع الإلكتروني في مراكز التأمين الإلزامي للسيارات، وبذلك نكون قد شملنا أنواع التأمين كافة، حيث قامت الهيئة بتوجيه الشركات الخاصة كافة، بإيجاد خيار الدفع الإلكتروني باعتباره الأهم من الناحية التقنية، مبينا أن الهيئة وضمن خطتها للعام ٢٠٢٤، تعمل على تفعيل الدفع الإلكتروني بالمجالات كافة.

وعن خطة الهيئة حول التأمين الصحي أضاف محمد خلال حديثه لـ«تشرين»: تم اتخاذ كافة الإجراءات لضبط هذا الملف، وتوجيه الخدمة إلى مستحقيها الفعليين وخلال مدة لا تتجاز الدقائق ومن ضمنها تخفيض مدة سداد المستحقات لمزودي الخدمة الطبية من أطباء، وصيادلة والمشافي، والمخابر وغيرها إلى / ٢٠/ يوماً، بحيث تكون شهرياً، وبالتالي لم يعد هناك تأخير كما كان سابقاً، ويتم العمل على تحويل أتعاب، وأجور الأطباء الجراحيين إلى حساباتهم المصرفية الخاصة، وإلغاء آلية تحويلها عن طريق المشافي، الأمر الذي كان يستغرق أشهر عدة، موضحاً أن الهيئة تعمل بالتعاون مع مؤسسة التأمين لمواكبة التكاليف التي يتكبدها مختلف مزودي الخدمة الطبية، ورفع أجور العمليات الجراحية والمعاينات الطبية والتحاليل المخبرية لمواكبة التضخم، لافتاً إلى أن التضخم لا يزال هو السبب الأساسي في نمو الأقساط، بمعنى زيادة القيم التأمينية للممتلكات، وكذلك زيادة أسعار التأمين الصحي الناتج عن ارتفاع كلف الخدمات الطبية مرات عدة خلال العام الماضي، رغم أنّ التقرير السنوي لقطاع التأمين السوري كشف عن وجود تحسن في بعض المؤشرات وبشكل خاص بالنسبة لزيادة عدد عقود التأمين في مختلف الفروع.

تطبيق معيار المحاسبة الدولية

وذكر رئيس الهيئة أنه واعتباراً من بداية العام الحالي تم تطبيق معيار المحاسبة الدولية رقم ١٧، والذي ألزم بموجبه شركات التأمين الاعتراف بالنتائج المالية فوراً، وتم تشكيل لجنة لتطبيق هذا المعيار بشكل مباشر.

شركات التأمين تتحمل خسائر ارتفاع أسعار الدواء بحدود مقبولة، ولدى الاستفسار عن إمكانية استيعاب قطاع التأمين للزيادة الناجمة عن ارتفاع أسعار الدواء المتكرر أوضح محمد أنه لاشك أن ارتفاع أسعار الدواء له انعكاس على كافة تكاليف الخدمات الطبية أيضاً من مشافي ومخابر وأدوية، والتي تكرر ارتفاع سعرها علماً أنه لا توجد مواكبة كاملة للارتفاع الكامل للأسعار، وشركات التأمين تتحمل الخسائر، ولكن بحدود مقبولة والتحدي هنا يكمن بعدم القدرة على التنبؤ بالتضخم، لكن لاحظنا ارتفاع أسعار الأدوية أكثر من معدل التضخم المتوقع، لافتاً إلى أنّ هناك مواكبة من خلال رفع الأقساط، وضبط الخدمة لصالح محتاجها الحقيقي، ومنع إساءة استخدام التأمين الصحي، والمواكبة بابتكار منتجات تأمين صحي جديدة.

وذكر محمد أن الهيئة تتابع تعديل تسعيرة الدواء الصادرة عن وزارة الصحة، والتي يتم تعميمها بشكل مباشر على النظام الالكتروني لشركات التأمين العامة والخاصة.

وأشار إلى أن الميزة الأهم هي انضمام كافة المشافي، العسكرية والمراكز الطبية التابعة لإدارة الخدمات الطبية إلى منظومة التأمين.

وأضاف محمد: إنّ عدد المؤمنين مع نهاية عام ٢٠٢٣ وصل إلى نحو /١/ مليون مؤمن صحياً على كافة عقود التأمين، منهم قرابة ٦٠٠ ألف مؤمنين إدارياً، أي أن العدد ازداد عن العام السابق.

وذكر محمد أن هناك أولوية للأمراض المزمنة، حيث وافقت لجنة صندوق الرعاية الاجتماعية مؤخراً على صرف الدفعة الأولى لدعم مرضى السرطان من موظفي الدولة في القطاع الإداري ممن لديهم تأمين صحي لدى المؤسسة العامة السورية للتأمين.

وقيمة الدفعة الأولى /١/ مليون ليرة تصرف كتعويضات للعاملين المصابين المستحقين للدعم، وبلغ عدد المطالبات التي سيتم صرفها وفق هذا الاجتماع /٢٢/ طلباً، وتم فتح حسابات في المصارف الأكثر انتشاراً في كل المحافظات لتسهيل عملية سحب الشيكات من قبل المصابين أو ذويهم من الدرجة الأولى، مع التأكيد على أن قبول الطلبات يتم إلكترونياً عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

بحاجـــة إلى قـــرارات شـــمولية تأمينيـــة تعـــزز ثقافـــة التأميـــن

التأمين على الزلازل لم يلقَ القبول

وحول الخطط المستقبلية للنهوض بقطاع التأمين من الكوارث الطبيعية والزلازل قال محمد: تقدمنا للجهات المعنية بدراسة شاملة، ومفصلة مبنية على أرقام وخبرات، وتجارب العديد من الدول لإجراء تأمين للزلزل على كافة الأبنية الموجودة في سورية /أي إلزامية/، لكنه لم يلق قبولاً لأن مختلف أسواق التامين تتحفظ بموضوع التأمين على الزلازل والكوارث الطبيعية، موضحاً أنه لا يمكن أن يتم ذلك إلا بوجود شركة إعادة تأمين قوية جداً، تأخذ وتتحمل هذا الخطر، لا يمكن لأي شركة بالعالم أن تؤمن ١٠٠٪ ولا يمكن لسوق التأمين في سورية أن تقوم بهذا الإجراء إذا كان التأمين على

الزلازل اختيارياً من دون معيد تأميني،

وأشار إلى أننا بحاجة إلى قرارات فيها شمولية تأمينية، حتى نعزز ثقافة التأمين ونحن كهيئة مع إلزامية التأمين في مختلف المجالات، وعلينا أن نتوصل إلى مفهوم أنّ التأمين خدمة للمواطن وليست عبئاً عليه.

عن رسائل الحب الخالدة والقيمة الثقافية للرسائل الورقية.. ما برح الورق يتلمس التاريخ والذكريات

■ دمشق- حنان علي

في عصر التكنولوجيا الحديثة، حيث يسود التواصل الإلكتروني معظم العلاقات الاجتماعية، تبدو الرسائل الورقية خياراً مهملا ومهمشا، وفكرة عتيقة غيبتها الحداثة، فما الذي استجد في دماغي لأصر على إرسال خطابٍ مكتوبٍ بخط حبري منمق كدت أنساه؟!

لعلني حين ألقيت نظرة عميقة على هذا النوع من التواصل التقليدي، تذكرت كم كان يحمل في طياته أبعادا لا تقدر بثمن، أعظمها قيمة اللمسة البشرية التي تفتقدها الخطابات الرقمية، وأجملها أوراق مجعدة بتعثر أصابع مترددة التعبير، وأكثرها شغفا تسليمها لصندوق البريد الأحمر، أو انتظار ساعي البريد مع دراجته المحملة بمظاريف وسمتها آثار الأختام والطوابع أو قطرات من عطر مألوف..

وسرعان ما ساقتني الفكرة بعيداً عن رسالتي الورقية ومغلفها الأنيق لاسترجاع سبل الاتصال بين البشر وطغيان سحر الورق.

تواصل بين الحضارات

حاول الإنسان منذ آلاف السنين ما قبل الميلاد، سرد القصص وتدوين التاريخ عبر صور تعبيرية مَحفورة على جدران الكهوف، استخدم بعدها الإشارات الدُخانية بأنماط معينة لإرسال الرسائل، ثم خطّ السومريون الكتابة الأولى عام ٣٥٠٠ قبل الميلاد، مستخدمين المسامير للنقش على ألواح كيش لإحداث الكتابة الصوريّة.. ثمّ كان الحمام الزاجل ومن بعده نظام البريد، الوسيلة القديمة الحديثة، منذ عهد المصريين ٢٤٠٠ قبل الميلاد .

تم اختراع الورق في القرن الخامس عشر، وتطوير نظام الاتصالات البريدية، ومن ثمّ جاء التلغراف والهاتف في القرن التاسع عشر، وبعد ذلك انتشرت أجهزة الكمبيوتر الشخصية في سبعينيات القرن العشرين، ومن ثم ربطها بشبكة الإنترنت إبان التسعينيات.. وهكذا ظهر البريد الإلكتروني ومواقع «الويب» ومحركات البحث.. ثم تطورت الاتصالات بشكلٍ كبير مع ظهور منصات التواصل الاجتماعي مثل «تويتر وفيسبوك وسناب شات وإنستغرام».

وفي القرن الحادي والعشرين، انتشرت الهواتف المحمولة بشكلٍ كبير، ما جعل التواصل متاحاً للجميع في أي وقت ومكان، محدثاً تحدّيات جديدة تتعلق بالخصوصية والأمان وتأثير وسائل الاتصال الجديدة في العلاقات الإنسانية.

صناعة الورق

تطورت صناعة الورق وتغيرت أنواع الورق المستخدمة في مختلف الحضارات، حيث يعود ظهوره وصناعته لعام ١٠٥ ميلادي في الصين حين قام شخص يدعى «تساي لون» بصنع ورقة من ألياف التوت ومزجها مع شباك الصيد والخِرق، ثمّ انتقلت صناعة الورق إلى اليابان وبعدها كوريا بحلول عام ٦١٠ ميلادي، وبقيت سراً وذات حراسة مشددة حتى سنة ٧٥١ ميلادي، ووصلت بعدها صناعة الورق إلى آسيا الوسطى وسمرقند في عام ٧٥١م، إلى أن تمّت صناعة أول ورقة في بغداد سنة ٧٩٣م في فترة حكم هارون الرشيد، ثمّ بحلول عام ١٨٠٠ ميلادي تم إدخال استخدام عجينة الخشب والخضراوات كمواد خام إلى جانب القطن والكتان.

أما أنواع الورق فتمايزت بين ورق البردي، وورق الخيزران، وورق البرشمان (المصنوع من الجلود) والورق الحديث المتنوع بين ورق الطباعة، وورق الكتب، وورق الطباعة الفوتوغرافية، وورق النقود، وورق الصحف، وورق الكرتون، وورق الحرف اليدوية، وورق التغليف والعديد من الأنواع الأخرى.

رسائل عبر التاريخ

لا ريب في أن أوّل رسائل العشق المكتوبة استهلها عاشق سومريّ حمل قلمه المقدود للنقش على لوحٍ طيني مُسطّراً أحرف أقدم أشكال الكتابة المعروفة قبل وضعها داخل مظروف طينيّ، لتلحقها رسائل خُطّت على الورق بمداد القلب .

أول رسائل العشق المكتوبة استهلها عاشق سومريّ حمل قلمه المقدود للنقش على لوحٍ طيني

اخترع الورق في القرن الخامس عشر وتطور نظام الاتصالات البريدية

هل انشغلت لدرجة أنك نسيت زوجك الغارق في المتاعب والمشاق؟، هذا ما كتبه نابليون بونابرت لجوزيفين خلال الحملة الإيطالية عام ١٧٩٦: ؟ أنا منعزل. وقد نسيتني، ومنذ ثمانية أيام أنا أمتطي الخيل بلا نوم ولا راحة ولا ليل؟.

وفي رسالة حب من الموسيقار الألماني بيتهوفن لـ«حبه الخالد» أذكر مقطعاً من رسالة أرسلها عام ١٨١٢: ؟ من المنصف أن يمسي الحب متطلباً، فأنا لك وأنتِ لي، فابتهجي، وتذكري أنك حقيقتي وكنزي ».

ومن المعتقل وصف نيلسون مانديلا لزوجته ويني مشاعره إزاء خبر اعتقالها قائلاً: ؟كان علمي بأنك طليقة في السابق إحدى الوسائل للاحتفاظ بإحساسي بالحرية والفرح؟.

تمّت صناعة أول ورقة في بغداد سنة ٧٩٣م في فترة حكم هارون الرشيد

وتعبيراً عن الحب الكبير لميّ زيادة أرسل جبران خليل جبران: ؟ما أجمل رسائلك يا ميّ وما أشهاها، فهي كَنهر من الرحيق يتدفق من العالي ويسير مترنماً في وادي أحلامي، بل هي كقيثارة أورفيوس تقرّب البعيد وتبعد القريب وتحوّل بارتعاشاتها السحرية الحجارة إلى شعلات متقدة والأغصان اليابسة إلى أجنحة مضطربة؟.

وفي آذار ١٩٤١ وقبل أن تقدم الكاتبة البريطانية «فرجينيا وولف» على الانتحار غرقاً، جلست لتكتب رسالتها الأخيرة إلى زوجها ليونارد وولف: ؟ حبيبي، لو كان بإمكان أحد ما أن ينقذني، فلا بدّ أنه أنت.. إني مَدينة لك بكل ما تمتعت به من سعادة في هذه الحياة، فقد أحسنت إلي كل الإحسان، ولا يمكنني البقاء لأفسد عليك حياتك؟.

ومن رسالة غسان كنفاني إلى غادة السمان أذكر: ؟ إنني أعرف أن العالم ضدنا معاً، ولكنه ضدنا بصورة متساوية، فلماذا لا نقف معاً في وجهه؟؟.

لماذا الرسائل الورقية؟

ما لبث الاتصال الورقي يتيح فرصة للتواصل الشخصي على نحو أكثر دفئاً، بما يعزز العلاقات الشخصية ويضيف قيمة عاطفية إلى التواصل بين الأشخاص، فالرسالة الورقية، التي عفا عنها الزمن، تظلّ منبعاً للاهتمام والاحترام أكثر بكثير من الرسائل الإلكترونية، أما إمكانية الاحتفاظ بها فهي أفضل ولفترة أطول حيث يعزز ذلك قيمتها العاطفية ويتنسم بالذكريات المرتبطة بها، هذا عدا عما تضمن من سرية وخصوصية وأمان.

يعود ظهور وصناعة الورق لعام ١٠٥ ميلادي في الصين حين قام شخص يدعى «تساي لون» بصنع ورقة من ألياف التوت

خطّ السومريون الكتابة الأولى عام ٣٥٠٠ قبل الميلاد مستخدمين المسامير للنقش على ألواح كيش لإحداث الكتابة الصوريّة

كنز حقيقي للصّحـــة.. «التسليق» ظاهـــرة قديمة تعود إلى الواجهة وبقوة مع الارتفـــاع الجنونـــي للأســـعار

■ طرطوس- نورما الشيباني

يلجأ سكان محافظة طرطوس في الشتاء، وخاصة سكان القرى إلى جمع الأعشاب البرية المتنوعة، حيث تنطلق النسوة بشكل يومي لجمع هذه النباتات، ثم تنظيفها وإعدادها كطبق رئيس على المائدة للغداء وأحيانا كفطور أو عشاء.

واليوم تعود بقوة بعد أن هجرها سكان الريف إلى سنوات، مع الارتفاع الجنوني للأسعار وتدني الدخل بشكل كبير، فلم يعد أمامهم إلا الأرض ليقتاتوا منها.

تروي ندى أحمد (٤٠عاماً) كيف تستغل كل يوم صحو ومشمس في الشتاء للذهاب مع جاراتها إلى الأرض، و جمع أنواع كثيرة من السليق كالخبيزة و القرص عنّة والهندباء والبلغصون و المقصيطة والحرتمنة وغيرها.

وتؤكد ندى بأن طبق السليق هو طبق أساسي على مائدتها في الشتاء، حيث يتواجد بالأرض مجاناً خلال موسم المطر، و كل ما يحتاج إلى طبخه هو القليل من الزيت والبصل أو الثوم والحامض وأحياناً قليل من البرغل، ولهذا هو طبق توفيري ومغذي في وقت تكلفة بقية الأطباق مرتفعة جداً، وترهق كاهل رب الأسرة.

لتحضير السلطة كالقرص عنة والهندباء وأنواع تسلق تتبل بالثوم والحامض كالهندباء أيضاً، إضافة إلى طبخ أنواع أخرى مع البصل والزيت ويرش عليها الحامض بعد نضجها كالمقصيطة والخبيزة والحرتمنة، وبالإمكان إضافة الحمص أو البرغل لهذه الأصناف.

أم وسام أكدت بأنها مع الكثير من النسوة تستغل موسم ؟الحويش؟ أو السليق في الشتاء لدعم أسرتها اقتصادياً، حيث تُجمع الحشائش البرية التي تصلح للأكل وتأخذها إلى السوق لتبيعها بأسعار رخيصة، وهذه النباتات تلقى إقبالاً كبيراً من قبل الناس وهي تحقق بذلك دخلاً شبه يومي يسند أسرتها في هذه الظروف الصعبة، و تقدم للناس فائدة صحية ومصدر دخل، حيث تبيعها بأسعار تناسب قدرتهم الشرائية وكل هذا من خيرات الأرض المجانية التي ينعم الله بها.

خبير تغذية ينبه: عدم إشراك أنواع متعددة من الأعشاب في وجبة واحدة

بدورها شرحت لنا أم أحمد كيفية إعداد أصناف السليق، حيث يطبخ كل نوع على حدة مثل الخبيزة والهندباء ويمكن صنع طبق مشكل من أصناف عدة يسمى المرشوشة يضاف إليه قليل من البرغل والخبز المحمص، بعد أن تسلق النباتات وتعصر وتضاف إلى البصل والزيت أو الثوم والزيت، كما أنّ هناك أنواع تصلح

بدوره خبير التغذية الدكتور فادي عباس أكد ل(تشرين)أنّ النباتات البرية الصالحة لإعداد الطعام هي كنز حقيقي للصحة لأنها تحوي المغنيزيوم والكالسيوم وفيتامين سي والكثير من الفيتامينات والمعادن الأخرى والألياف.

وأضاف بأن من المهم تناولها في وقتها وعدم تفريزها بل إعدادها طازجة مع الإشارة إلى أهمية طريقة التحضير بإضافة زيت الزيتون النيء بعد أن تذبل الحشائش على النار، كما أكد على عدم إشراك أكثر من نوع في الطبخة لأن هذا ممكن أن يؤدي إلى تأثيرات متضاربة، فكل نوع مهم لوحده وإشراكه مع نوع آخر ممكن أن يقلب الفائدة إلى ضرر.

اختصاصية نفسية توصي بالتدخل النفسي والعلاجـي لمعالجـة الحـــزن التراكمي

■ دمشق- دينا عبد

الحزن التراكمي سلسلة من الخسائر لأشخاص مقربين، تحدث في فترات زمنية متقاربة، كما حدث مع فتون (طالبة جامعية) التي فقدت والدها جراء مرض عضال، وبعدها بفترة قصيرة توفي أخيها في حادث سير؛ هاتين الحادثتين جعلاها تدخل في نوبة حزن طويلة يطلق عليها (الحزن التراكمي)، والذي وصفته اختصاصية الصحة النفسية د.غالية اسعيد بأنه ردة فعل انفعالية طبيعية في المنظومة الإنسانية، لحدوث حدث مفاجئ وصادم للإنسان؛ وهو تجربة عامة وشخصية، تتفاوت تجربة كل فرد مع الحزن، وتتأثر في طبيعة ما فقده، مثل وفاة أحد الأبوين أو انتهاء علاقة؛ أو فقدان وظيفة، أو شيء ما بسبب سرقة أو انعدام الاستقلالية الحياة.

وتشير سعيد إلى أنّ الحزن حالة لا بدّ لكل إنسان من المرور بها إلى أن يتحول إلى حالة تحتاج التدخل النفسي والعلاجي، وهي ما يسمى (الحزن التراكمي) أو الصامت، وهو ما عرفه علماء النفس على أنه شعور يتغلب على الإنسان في موقف أو محنة أو أزمة كفقدان حبيب أو خسارة شيء عزيز، فعندما يستسلم إلى حزنه يدخل في حالة من الحزن الصامت فلا يستطيع أن يتحدث مع أحد أو يعيش حياة طبيعية مثل حياته من قبل، فالحزن يضعفه ويضعف قلبه ويجعله غير قادر على مواجهة أي شيء حتى نجده بمفرده ويبتعد عن أقرب الناس له.

خسائر متعددة

وبحسب الاختصاصية الصحة النفسية، فإن هذا النوع من الحزن المركب يحدث، عندما تتراكم الخسائر المتعددة فوق بعضها البعض في حياة شخص واحد بشكل متسلسل، ويعد الحزن التراكمي أمراً صعباً وله تأثير عميق في الصحة النفسية والعقلية، لأنه قبل أن تتاح للشخص فرصة التعافي والشفاء بالتأقلم مع كل واحدة من هذه الخسائر، تنشأ خسارة أخرى غير متوقعة على الأغلب، ما يجعل التغلب على أي حزن أمراً صعباً أكثر فأكثر.

وكان من أهم ما صنفه علماء النفس عن الحزن التراكمي من أعراض هو الخدر العاطفي كأن الأحداث عبارة عن حلم أو كابوس غير واقعي؛ الشعور بالإرهاق والإعياء الشديدين، وعدم القدرة على النوم؛ فقدان الشهية والعزلة عن الأصدقاء والعائلة وصعوبة الأداء في العمل؛ وتأدية المهام اليومية مثل الاستحمام وتغيير الملابس وغيرها.

ولعل من أهم الطرق التي أوضح عنها علماء النفس والصحة العقلية في التعامل مع الحزن التراكمي هي: عدم قمع وكبت الحزن بل يجب التعبير عنه، وتقديم الرعاية النفسية والاجتماعية المناسبة للحالة، وإعطاء الوقت والمساحة المناسبين لمعالجة حالة الحزن التراكمية

وطلب المساعدة النفسية من المختصين.

وعن مدة العلاج قالت د. اسعيد: قد يستغرق الأمر أسابيع أو أشهر عدة، حتى يعود الشخص الذي يعاني الحزن التراكمي المتفاقم إلى سلوكه المعتاد من الحياة.

جماهير كرتنا متفائلة وتنتظر فرحاً قريباً

■ طرطوس - أحمد بلال

تتجه أنظار جماهير كرتنا السورية نحو مشاركة منتخبنا الوطني في النهائيات الآسيوية المقامة في قطر، وهي المشاركة الآسيوية السابعة في تاريخ كرتنا السورية.

«تشرين» استطلعت آراء بعض الرياضيين في المحافظة حول مشاركة منتخبنا الوطني وعن حظوظه في بلوغ الدور الثاني للمرة الأولى في تاريخه.

محمد عيسى رئيس اللجنة الفنية لكرة القدم في طرطوس وصف مجموعة منتخبنا بالصعبة حيث تضم منتخبات أستراليا وأوزبكستان والهند وأضاف، رغم صعوبة المهمة إلّا أن المنتخب قادر على تقديم أفضل المباريات وتحقيق الفوز وبلوغ الدور الثاني.

مازن أحمد (مدرب) بيّن أن فرص منتخبنا بالتأهل الى الدور الثاني قوية رغم صعوبة المجموعة وأضاف أنّ المنتخب يضم أسماء جيدة في صفوفه ويبقى لعامل الخبرة والانسجام الدور الأبرز في حسم الكثير من المواجهات.

نوار الشعار(صحفي رياضي) أشار إلى أن المنتخب ليس في أفضل حالاته بعد قرار استبعاد عمر السومة بالإضافة للإصابات التي تعرّض لها اللاعبون أثناء المعسكر ومؤكداً ضرورة الفوز في المباراة الأولى أمام المنتخب الأوزبكي المنافس المباشر على المركز الثاني.

ولفتت مايا صالح عضو مجلس إدارة نادي صافيتا إلى أن صفوف المنتخب أصبحت مكتملة بعد انضمام اللاعبين المحترفين وتمنت أن يستطيع المنتخب إعادة الهيبة للكرة السورية من خلال هذه البطولة.

خضر موسى متابع رياضي يرى أن الحالة الدفاعية التي ظهر عليها المنتخب خلال المباريات الودية غير جيدة ولفت إلى ضرورة إيجاد حلٍّ لها قبل بداية المنافسات الآسيوية.

مبادرة من خبراتنا في قطر لدعم المنتخب

■ تشرين- سامر اللمع

واصل نسور قاسيون استعدادهم لمواجهة أوزبكستان في افتتاح مبارياتهم ضمن المجموعة الثانية لبطولة كأس آسيا.

وشهدت الحصة التدريبية أمس مبادرة من قبل عدد من خبراتنا الكروية المقيمة في قطر تمثلت بزيارة قصيرة قبل بدء التدريبات، بهدف تقديم الدعم والمساندة للاعبينا.

وضم الوفد كلّاً من: تركي الياسين، فراس الخطيب، رضوان الشيخ حسن، عاطف جنيات، تمام حمدون، عبد اللطيف مقرش إضافة إلى الإعلاميين مازن الريس ووائل البزرة.

بدوره عبّر المدير الفني هيكتور كوبر عن سعادته بهذه المبادرة مشيراً إلى أن الجميع يعمل من أجل غاية مشتركة وهي تقديم الأفضل والوصول إلى أبعد نقطة في هذه البطولة.

من جهته عبّر نائب رئيس الاتحاد السوري لكرة القدم السيد عبد الرحمن الخطيب عن شكره لهذه المبادرة الكريمة، لافتاً إلى أن هدفنا جميعاً هو العمل على إسعاد الشعب السوري.

نصيب رقم صعب بدوري شباب الأولى.. وحسم التأهل مبكراً

■ درعا- هيثم العلي

نافس نادي نصيب بقوة على صدارة مجموعته وحصد إحدى بطاقتي التأهل للدور الثاني المؤهل للدوري الممتاز هذا الموسم بدوري الدرجة الأولى بكرة القدم للشباب، وكان له ما أراد بعدما حسم تأهله للدوري الثاني برفقة نادي الفتوة من الجولة قبل الأخيرة من الدوري، وأنهى مرحلة الذهاب ومعظم مراحل الإياب بمركز الوصيف، وكان ضمن الكبار طوال فترات الدوري، وأثبت أنه من الفرق التي يحسب لها ألف حساب.

بدأ الفريق منافسات الدوري بشكل منظم ولفترة تحضير مناسبة من خطة تم وضعها من قبل الإدارة، وترافق ذلك مع تقديم الدعم الكامل من عدد من الداعمين بالنادي- أبرزهم الكابتن عماد أبو زريق- الذين أمنوا جميع التعاقدات ومستلزمات الفريق.

و استطاع الفريق أن يحقق مراده بالتأهل مع منافسة من الفتوة والحرجلة والمجد وتقديمه مستوى متطوراً ظهر به الفريق من مباراة لأخرى، ولعب الفريق آخر مبارياته مع نادي الضمير بملعب درعا الصناعي وهي مباراة تحصيل حاصل لأن النتيجة لا تتأثر في الصعود للدور الثاني التي حسمت من الجولة السابقة.

رئيس النادي مرعي أبو زريق أشار إلى أن التأهل للدور الثاني هو الهدف الذي سعى إليه الفريق في رحلة الإياب، وهو ما تم الوصول إليه من خلال التخطيط السليم والتعاون بين الإدارة والكادر التدريبي واللاعبين، وحالة الانسجام الجماعي بين الفريق نفسه، وما بين الكادر التدريبي عملنا لأشهر لنخرج بهذه النتيجة من أجل إسعاد جماهيرنا لنضيف لسجلّ النادي إنجازاً جديداً بالتأهل للممتاز.

الكابتن مؤيد الشريف قال أيضاً: قدمنا ما علينا والحمدلله وفقنا بحصد إحدى بطاقتي التأهل للدور الثاني المؤهل للدوري الممتاز، وكان أداؤنا مقنعاً، وأهم ما ميزنا هو الأداء الجماعي وقدرة الفريق على التعامل مع المباريات بشكل مناسب.

و جميع اللاعبين كانوا على مستوى عالٍ من الأداء والالتزام ، وملتزمين بالحصص التدريبية المتواصلة، وعندما يكون النجاح والوصول إلى الهدف بعد تعبٍ وعمل كبيرين ليس بالملعب فقط تأتي الفرحة بهذا الإنجاز مضاعفة وخاصة وجود لهفة وتعطش لجماهيرنا يفرح القلوب، وحالياً تفكيرنا منصبٌ للمرحلة الثانية وتقديم أداء مشرّف والتأهل للممتاز.

تشرين
يومية - اقتصادية - شاملة
رقم العدد ١٤٠٧٢
مؤسسة الوحدة
8
الخميس ٢٩ جمادى الآخرة ١٤٤٥هـ ١١ كانون الثاني ٢٠٢٤ م
tishreen.news.sy

في حي الميدان.. يحتضن «بيت الشرق للتراث»

مجموعة من الحرف الدمشقية التراثية «الموزاييك الخشبي والصدف، الفسيفساء الحجري، الحفر والنقش بكل أصنافه، الخيط العربي والمقرنصات والزجاج المعشّق، الدهان الدمشقي والخط العربي، نول البروكار ونول السجاد اليدوي».

ويستقبل عدداً من الحرفيين الذين تعرضت ورشاتهم للتدمير خلال الحرب، متيحاً لهم ممارسة مهنهم وكسب أرزاقهم من جديد.

■ عدسة: طارق الحسنية

علمـــاء يقدمـــون أول دليل يفسر لمـــاذا ننـــام

■ تشرين:

النوم أحد أهم الظواهر في حياتنا، لكننا نتعامل معه من دون اهتمام أو تركيز رغم تأثيره الكبير علينا وقدرته على إعادة الحيوية والنشاط لنا وحماية أجسامنا من الانهيار بسبب الإجهاد.

وقد تحيَّر العلماء كثيراً في مسألة النوم، بعضهم يراه أزلياً أي وجد منذ لا زمن وآخرون يرون أنه وجد بسبب ظروف الإنسان الأول الذي كان يحلُّ عليه الليل لساعات طويلة ولا يجد ما يفعله طوال هذا الوقت فسرت إليه عادة النوم وهو لم يكن يعرفه من قبل.

لـمـاذا نـنـام؟.. سـؤال حيّـر الـعـلـمـاء والباحثين على مرِّ العصور، فما الذي يحققه ويلبيه من حاجة أساسية لأجسامنا؟ فإذا بحثنا عن الجواب، سنتلقى إجابات متنوعة من مصادر مختلفة.

ويقول البعض إن النوم يزيل السموم من الدماغ، ويدعي آخرون أنه يساعد على إصلاح الجسم وإعادة تنشيطه أو أنه مهم لتكوين ذكريات طويلة المدى.

إلّا أن باحثين وعلماء فيزياء وأحياء قدَّموا أول دليل مباشر قد يجيب عن هذا السؤال، بحسب موقع «newatlas».

وخلال فترات اليقظة، تحولت الشلالات العصبية نحو أحجام أصغر وأصغر، ووجد الباحثون أنهم يستطيعون التنبؤ بالوقت الذي تكون فيه الفئران على وشك النوم أو الاستيقاظ من خلال تتبع توزيع الانهيارات العصبية.

قوس قزح

متى نبلغ نقطة الالتقاء؟!

■ يسرى المصري

تقول القصة: إن الغراب والحمامة اختلفا حيث أصرَّ الغراب أنَّ العشبَ أزرق، في حين أكدت الحمامة أنّ العشب أخضر، وحين احتكما إلى النسرِ أمر النسر بسجن الحمامة وبعد أن طار الغراب فرحاً "بالانتصار؟ سألت الحمامة النسرَ لِمَ حبستني وأنت تعلم أنَّ العشبَ أخضر..؟ أجاب النسر، نعم العشبُ أخضر، لكنك أضعت وقتك ووقتنا في جدالٍ وسجال مع الغراب الأحمقِ وكان الأجدر بك ألّا تجادلي السفهاء ولذلك أمرت بمعاقبتك..

وهكذا باتَ السجال حول أسباب الأزمات من دون النظر إلى حلها ومواجهتها كحوار الطرشان لا يسمن ولا يغني من جوع، كما يبدو أن مسلسل المؤامرات على سورية على شاكلة كتاب مسلسلات "بوليوود؟ عشرات الحلقات والحلقات بهدف حصد أكبر مبلغ من الإعلانات .. فكل حين نفاجأ بحدثٍ إعلامي تشويشي عدواني يهدف إلى خلق حالة منَ الترقب والقلق لدى المواطنِ البسيط لأن المتابع يدرك أن هذه المسلسلات لا طائلَ منها.

وإنَّ أفضل ردٍّ على هذا التشويش هو النظر إلى المستقبل وإلى المباشرة من دون تأخير بإعادة الإعمار ولا تزال لدينا الكثير من الموارد المهمة.. وفي مقدمتها العنصر البشري المؤهل والقطاع المهني والزراعي والصناعي والخدماتي والتعليمي.. لا نريد أن نتكئ على أرقام الخسائر والأضرار.. وإنما لا بدَّ من الخروج من هذه النغمة الكئيبة وحالة الانتظار لانتهاء المؤامرات للانطلاق باتجاه التعافي الاقتصادي والاجتماعي.. وكأننا في حالة من الجمود والموت السريري للمؤشرات التنموية..!

لا نريد الغرق في حفر اليأس والسلبية، ونقول إن أفضل وقت للإعلان عن الاستثمار والعمل هو اليوم وليس غداً لأن القطار يسير ولا فائدة من الانتظار، فلا تكاد توجد دولة صغيرة أو كبيرة إلّا ولديها من التحديات ما ينوء بحمله كاهلها, وبدلاً من كيل الاتهامات علينا إصلاح أساليب الإدارة وتقوية الأجهزة الرقابية وإصدار قوانين لمكافحة الفساد وتطوير خدمات المصارف وشركات التمويل وتمكين المشاريع الاستثمارية والتنموية والمحفزات، وبعدها الدعوة لعودة الاستثمارات السورية إلى حضن الوطن.. وبفرض أنَّ الاستثمارات تبحث عن مناخ ملائم فلماذا لا نصنع نحن هذا المناخ، ولماذا نترك المجال للدول الأخرى وغيرها باستقطاب أموال السوريين واستثماراتهم ونكتفي بالعتب واللوم..

إنَّ الحكومة السورية مؤتمنة على مصالح السوريين وعلى حماية الدولة ولابدَّ من العدالة والعلم والأخلاق قبل وبعد وأثناء إعادة الإعمار.

تشرين مؤسسة الوحدة
المدير العام: أمجد عيسى
رئيس التحرير: ناظم عيد
مدير التحرير: يسرى المصري
أمينا التحرير: أمين الدريوسي – للشؤون السياسية والفنية، باسم المحمد – للشؤون الاقتصادية والثقافية والمحلية
دمشق – كورنيش الميدان – صحيفة تشرين – أرقام التواصل: الهاتف: ٦/٣/٢/١/٢١٣١١٠٠ – ٠١١ الإيميل: admin@tishreen.news.sy الفاكس: ٨٨١٧٦١٣