

## الرئيس اسيااس افورقي يبعث رسالة الى الرئيس سلفا كير ميارديت

سلم وفد ارتريا برئاسة مستشار الرئيس السيد/ يماي قيرآب رسالة من الرئيس اسيااس افورقي الى رئيس جمهورية جنوب السودان سلفا كير ميارديت امس الاربعاء الموافق الثاني من ابريل.

تتعلق رسالة الرئيس اسيااس افورقي، التأكيد على العلاقات المتينة بين شعبي وحكومتنا ارتريا وجنوب السودان، ومقترح للدفع بالتعاون الثنائي عبر برامج ملموسة والتعاون لاحلال السلام والاستقرار في منطقة القرن والافريقي ودول المنطقة.

شكر الرئيس سلفا كير ميارديت الرئيس اسيااس افورقي، مؤكدا على تقارب وجهات النظر بين ارتريا وجنوب السودان.

## شباب ضاحية تلتاشر يقدم دعما للأسر المحتاجة



قدم شباب ضاحية تلتاشر مساعدات مادية لـ 81 أسرة محتاجة. وأن المبادرة نابعة من قيم التعاون والمساعدة المتبادلة، مشيرين الى مساهمة المدراء الإداريين والأعيان في التعرف وتحديد الاسر المحتاجة لمثل هذا الدعم. وشكرت الأسر التي قدمت لها المساعدة القائمين على البرنامج للدعم والرعاية المقدمة.

قدم شباب ضاحية تلتاشر مساعدات مادية لـ 81 أسرة محتاجة. وأشاد مدير الضاحية بمبادرة الشباب لتبرعهم بمبلغ 64 الف نفقة ل يتم توزيعها بالتساوي على 81 أسرة محتاجة. وأوضح منسقوا البرنامج أن العمل تم بمبادرة شباب تلتاشر المقيمين بالداخل

## زراعة البطاطس المختارة في قيج



افاد مكتب الزراعة في مديرية قيج زراعة 269 كنتال من بذور البطاطس من نوع "إلكترا" لتنميتها، بتوزيعها على المزارعين النموذجيين الذين جهزوا أراضيهم الزراعية بشكل جيد. وأوضح خبير تنمية الخضراوات والفواكه، السيد/

وقال السيد/ تعقس تخلي، الذي يراقب العملية في منطقتي مألويا وتخنودع، إن البذور المختارة سيتم مراقبتها بشكل صحيح منذ الزراعة إلى التخزين والتسويق. وذكر المزارعون بانهم سيعملون على مضاعفة الانتاج وتلبية احتياجات المنطقة.

وقامت وزارة الزراعة بتوزيع 540 كنتال من بذور البطاطس المختارة، منها 269 كنتال في مديرية قيج، و138 كنتال في مديرية صنغفي، و120 كنتال في الاقليم الاوسط و13 كنتال على مركز حلحلي للابحاث الزراعية.

منقستآب رأيا، ان البذور زرعت في ادارات ضواحي مندفرأ ومألويا وتخنودع وحينبا ملائمة تربتها، داعيا المزارعين إلى الاهتمام بها. وقال إن النوع المسمى "إلكترا" مقاوم للأمراض والأفات ويعطي إنتاجية عالية.

## رعاية الامومة والطفولة في سلكي

في غضون ذلك تم تنظيم سمنارات قانونية لمكافحة الجريمة والمخالفات القانونية لطلبة مديرية قلوج. وأوضح قائد مركز شرطة مديرية قلوج الملازم أول/ تسفالدت ولدي ميكائيل ان عدم المعرفة القانونية والوعي لا يخلص المخالفين من المسائلة القانونية بل يمكنهم من تجنبها وتمتعهم بالسلوك المسالم والحر وضمان مشاركته في محاربة الجرائم والمخالفات وتقديمه للمسائلة القانونية.

بسبب الجهد الفعال الذي يتم القيام به لرفع مستوى الوعي العام. وتقدم عبادة سيلك خدمات رعاية الامومة والطفولة والتطعيم وتحاليل الدم الطوعية والفحوصات العامة لسكان ادارات ضواحي قدم ولحازين وكمهلي.

بنسبة تزيد عن 37%. ومع ذلك ان عدد النساء الحوامل اللاتي يطلبن الرعاية في المرفق الصحي انخفض، وان نتيجة فحص 116 امرأة حامل كانت سلبية من فيروس نقص المناعة المكتسبة والزهري. وذكر مدير ادارة ضاحية كمهلي السيد/ عمر سليمان، ان استفادة المجتمع من المرافق الصحية قد زاد

التطعيم ورعاية ما قبل الولادة وبعدها. وقال إن حملة التطعيم في العبادة ازدادت بنسبة 40% عام 2024 مقارنة بالعام السابق. وأوضح أن عدد النساء الحوامل اللاتي ولدن في العبادة ارتفع بنسبة 26% وعدد المواطنين الذين أجروا فحص فيروس نقص المناعة المكتسبة طوعا

اوضح مسؤول عبادة سلكي في مديرية فرو مساعد التمريض/ إبراهيم أحمد، ان العبادة تقوم بعملها لضمان صحة المجتمع بشكل عام وصحة الأم والطفل بشكل خاص. وأضاف أنهم يقومون بحملات مستمرة لرفع مستوى الوعي العام في كافة الجوانب الصحية وفي حملات

## تنفيذ أنشطة حفظ المياه والزراعة المروية في افعبت

أوضح مسؤول وحدة التنمية الاقتصادية في مديرية افعبت السيد/ إدريس عثمان، تنفيذ برامج واسعة لتعزيز قدرة المزارعين على زراعة الخضر والفواكه وأنشطة حفظ المياه. وقال إن تنمية الخضر بدأ في ادارات ضاحيات قام جيوها وهكانو وكبكب، يتطور بفضل الخبرة المتراكمة والتدريب والسمنارات التي قدمها خبراء زراعيون. وذكر ان السدود التي أقامها الأهالي وقوات الدفاع ومشروع عدي هالو في ادارات ضواحي مهداف وآيداب واسقاق وشاباي مندر تساهم في ضمان توفير مياه الشرب للأهالي والماشية.

وأشاد بالوحدات المشاركة في العمل، وخاصة مشروع عدي هالو والفرقتين العسكريتين 30 و31 والسكان، قائلاً إن العمل الذي يتم باقامة الصهاريج لضمان سلامة مياه الشرب سيستمر لعدم كفايته مقارنة مع عدد السكان. وأكد مسؤول تنمية المياه في مدينة افعبت السيد/ برخت قهرويت، وآرون ملؤبرهان من مشروع عدي هالو، على تنفيذ 50% من اعمال مد المياه الصالحة الى محطات التوزيع. من جهتهم، ذكر السكان أنهم كانوا يضطرون إلى قطع مسافات طويلة للحصول على مياه الشرب، وأكدوا أنهم سيقومون بدورهم باستكمال العمل.

## إنشاء مدرسة في عونا عرقيناي بمديرية ظرونا

يقوم سكان ضاحية عونا ووحدات قوات الدفاع ببناء مدرسة في عونا عرقيناي بمديرية ظرونا. وافادت مديرة ضاحية عونا عرقيناي السيدة/ رهوى سعيد ان المدرسة يتم بنائها بالمبلغ الذي تبرع به الأهالي لتشمل 4 فصول دراسية لحل نقص المدارس بالمنطقة. وأشارت الى ان طلاب قري كتن، ودمني حايش، وقرقرا، وظليم قلاي التي تقع في ضاحية عونا عرقيناي يدرسون تحت ظلال الأشجار مؤقتاً وان المبادرة تهدف لحل هذه المشكلة. وناشد رئيس لجنة التنمية بدوره الجهات المعنية للمساهمة باللوازم والادوات التعليمية والمقاعد مشيدا بدعم وحدات قوات الدفاع المستمر في هذا العمل التنموي. في غضون ذلك تم ضبط مواد منتهية الصلاحية في حملة المراقبة والتفتيش بمدينة ظرونا حسب مراسل وكالة الأنباء الارتية "إرينا". وأكد مسؤول القانون والمراقبة بالمدينة انه تم التخلص من المواد السائلة والجافة التي تم جمعها من الدكاكين بالحرق بإتباع الإجراءات اللازمة.

## الصين واليابان وكوريا الجنوبية تتفق رد على الرسوم الجمركية الأمريكية

أفادت هيئة الإذاعة والتلفزيون الصينية الرسمية (CCTV) الاثنين الماضي بأن الصين واليابان وكوريا الجنوبية اتفقت على الرد معاً على الرسوم الجمركية الأمريكية. جاء ذلك بعد أن عقدت الدول الثلاث أول حوار اقتصادي بينها منذ خمس سنوات يوم الأحد، سعياً لتسهيل التجارة الإقليمية في ظل استعداد قوى التصدير الآسيوية لمواجهة رسوم الرئيس الأمريكي دونالد ترامب الجمركية.

وأفاد مصدر بأن اليابان وكوريا الجنوبية تسعيان لاستيراد مواد خام لأشبه المواصلات من الصين، كما أن الصين مهتمة بشراء الرقائق من اليابان وكوريا الجنوبية. وأضاف المنشور أن الأطراف الثلاثة اتفقت على تعزيز التعاون في سلسلة



وذلك لتعزيز التجارة الإقليمية والعالمية، وفقاً لبيان مشترك صدر عقب الاجتماع. وتعد بكين وسيول وطوكيو شركاء تجاريين رئيسيين للولايات المتحدة، على الرغم من وجود خلافات بينهم بشأن قضايا تشمل النزاعات الإقليمية.

التوريد، بالإضافة إلى الانخراط في مزيد من الحوار بشأن ضوابط التصدير. وخلال اجتماع يوم الأحد، اتفق وزراء تجارة الدول على "التعاون الوثيق لإجراء محادثات شاملة ورفيعة المستوى بشأن اتفاقية التجارة الحرة بين كوريا الجنوبية واليابان والصين،

## إيران تطالب مجلس الأمن الدولي بإدانة تهديدات ترامب



دعا المندوب الإيراني لدى الأمم المتحدة أمير سعيد إيرواني مجلس الأمن الدولي إلى إدانة تهديدات الرئيس الأمريكي دونالد ترامب بإطلاق عمل عسكري ضد إيران. وقال إيرواني في رسالة إلى مجلس الأمن الدولي، الاثنين الماضي، إن "الرئيس الأمريكي منذ توليه المنصب في يناير 2025 يتجاهل وينتهك القواعد والمبادئ الدولية التي تقوم عليها الأمم المتحدة". وأضاف أن "تهديداته المتكررة باستخدام القوة ضد دول مستقلة تشكل سابقة خطيرة في العلاقات الدولية"، مشيراً إلى أن الولايات المتحدة "تستخدم القوة العسكرية كأداة لتحقيق أهداف سياسية وجيوسياسية". وأكد المندوب أن إيران "تدعو

مجلس الأمن الدولي إلى أن يتحمل مسؤولياته في مجال الحفاظ على الأمن والسلام الدولي، ويدين بشكل واضح تهديدات الرئيس الأمريكي على اعتبارها انتهاكا للقانون الدولي وميثاق الأمم المتحدة، وأن يطالب الولايات المتحدة باحترام التزاماتها القانونية الدولية". وشدد إيرواني على أن طهران "تحتفظ بحق الرد السريع والقوي على أي عدوان من جانب الولايات المتحدة أو وكيلها، النظام الصهيوني على حد قوله، ضد سيادتنا وسلامة الأراضي والمصالح الوطنية"، مضيفاً أن الولايات المتحدة "ستتحمل كامل المسؤولية عن عواقب أعمالها العدائية". وأشار إلى أن إيران "لا تسعى للتصعيد في المنطقة".

## رسالة جديدة من أوجلان إلى "شعبنا الذي استجاب للنداء"

العام. يُذكر أن الزيارة إلى سجن إيمرالي للعقوبات المشددة جرت مساء يوم الاثنين 31 مارس الماضي، شارك فيها كل من محمد أوجلان شقيق عبد الله أوجلان وعمر أوجلان والنائب البرلماني عن حزب المساواة وديمقراطية الشعوب "دام بارتي" في دائرة أورفا.

وكانت الزيارة لأوجلان الذي يقضي عقوبة بالسجن منذ 26 عاماً، بمناسبة عيد الفطر.

وأكد الزائرون أن أوجلان هنأ الشعب بمناسبة عيد النوروز وعيد الفطر، معيداً التأكيد على أن "الشعب الكردي استجاب بحماس لنداء السلام والديمقراطية خلال النوروز".



وجه عبد الله أوجلان زعيم "العمال الكردستاني" المسجون رسالة من سجنه في جزيرة إيمرالي أشاد فيها باستجابة الشعب الكردي لندائه من أجل السلام والديمقراطية خلال احتفالات عيد النوروز. ونشر عمر أوجلان، نجل شقيق الزعيم الكردي، نص الرسالة بعد زيارته للمعتقل، مُعلنًا: "في ظل التطورات الجارية في تركيا والشرق الأوسط والعالم، أتوجه بنشر رسالة السيد عبد الله أوجلان إلى الرأي

العام. ونشر عمر أوجلان، نجل شقيق الزعيم الكردي، نص الرسالة بعد زيارته للمعتقل، مُعلنًا: "في ظل التطورات الجارية في تركيا والشرق الأوسط والعالم، أتوجه بنشر رسالة السيد عبد الله أوجلان إلى الرأي

## الجيش الصومالي يعلن تدمير أوكرار لتنظيم "الشباب" جنوب البلاد



ووفق الوكالة أسفرت العملية عن تدمير مواقع استراتيجية يستخدمها التنظيم "في إطار الجهود المستمرة لتعزيز الأمن والاستقرار في البلاد".

وأعلنت القوات أن الهجوم "كبد المسلحين خسائر فادحة حيث تم تدمير مخابثهم بما في ذلك مواقع كانوا يستخدمونها لجمع ما سموه بزكاة الفطر بالقوة من المدنيين". وأشارت إلى أن "هذه العملية تأتي في

أعلن الجيش الصومالي تكبير مسلحي تنظيم "حركة الشباب" الإرهابي خسائر فادحة، وتدمير أوكرار لهم في جنوب البلاد. ووفق وكالة الأنباء الصومالية (صونا) الاثنين الماضي نفذت قوات "دنب" الخاصة التابعة للجيش الصومالي، بالتعاون مع قوات "درويش جوبالاند" عملية عسكرية واسعة النطاق ضد "حركة الشباب" في شمال محافظة جوبا السفلى في جنوب البلاد.

## مصر: السيسي بحث مع ترامب استعادة الهدوء في الشرق الأوسط

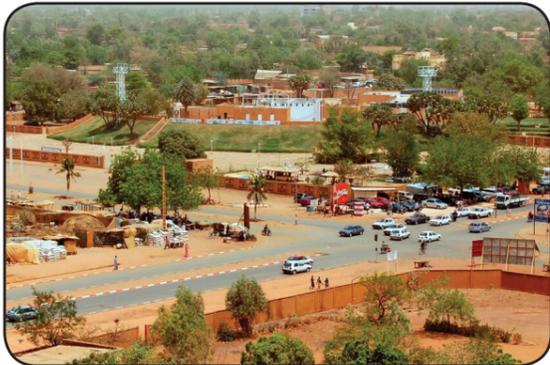


وأضاف المتحدث، أن الرئيسين تناولوا تطورات الأوضاع في الشرق الأوسط وجهود الوساطة لاستعادة الهدوء إلى المنطقة "وهو ما ينعكس بصورة إيجابية على الملاحة في البحر الأحمر ويوقف الخسائر الاقتصادية لكل الأطراف". وكان ترامب قد أكد في منشور عبر

أعلنت الرئاسة المصرية تلقي الرئيس عبد الفتاح السيسي، اتصالا هاتفيا من نظيره الأمريكي دونالد ترامب، الثلاثاء، وناقشا فيه التطورات في الشرق الأوسط. وقال السفير محمد الشناوي، المتحدث باسم الرئاسة المصرية، إن ترامب هنا السيسي بمناسبة حلول عيد الفطر المبارك، وتباحثا بشأن سبل تعزيز العلاقات الثنائية، مؤكدا عمق وقوة العلاقات الاستراتيجية التي تربط بين البلدين، مشددين على حرصهما على استمرار هذا التعاون بما يحقق المصالح المشتركة للشعبين.

منصة "X" أنه ناقش مع السيسي العديد من المواضيع من بينها الأوضاع في قطاع غزة والمواجهة مع الحوثيين في اليمن. وقال ترامب إنه أجرى مكالمة هاتفية "ناجحة للغاية" مع الرئيس المصري، موضحا أنه ناقش مع السيسي عددا من القضايا الإقليمية والدولية، في مقدمتها الأوضاع في غزة والتطورات العسكرية في اليمن.

## النيجر تطلق سراح وزراء سابقين



أفادت وكالة "فرانس برس" بأن المجلس العسكري الحاكم في النيجر قرر الإفراج عن نحو 50 شخصا، من بينهم وزراء سابقون في الحكومة التي أطيح بها عام 2023.

وقالت الوكالة نقلا عن خطاب متلفز لمسؤول في المجلس العسكري: "أفرجت السلطات عن نحو 50 شخصا، بينهم وزراء سابقون من الحكومة التي أطيح بها في يوليو 2023، وذلك عقب توصيات المؤتمر الوطني الذي عقد في فبراير 2025".

لتولي رئاسة البلاد لفترة انتقالية لمدة 5 أعوام وفقا لميثاق جديد يحل محل دستور البلاد. بعد أن اقترح المؤتمر الوطني للنيجر ذلك في فبراير الماضي. كما تمت ترقية تشياني الأسيو الفائت لرتبة جنرال وهي أعلى رتبة في الجيش، مما يرسخ قبضته على السلطة منذ يونيو 2023 عندما قاد الجنود الذين أطاحوا بالرئيس المنتخب للبلاد. وتصد هذه الخطوة محاولات الكتلة الإقليمية لتسريع وتيرة العودة للديمقراطية بعد انقلاب 2023. كما ينص الميثاق الانتقالي على إجراء استفتاء كأحد شروط إنشاء قواعد عسكرية أجنبية في النيجر. ومع ذلك، أشار إلى أنه يجوز للرئيس إصدار مرسوم رئاسي في حالة الطوارئ.

وأشارت "فرانس برس" إلى أن من بين المفرج عنهم وزراء سابقين، ودبلوماسيا، وصحافيا، وعسكريين كانوا متهمين بمحاولة انقلاب عام 2010، فيما لا يزال الرئيس محمد بازوم قيد الاحتجاز. وجاءت هذه الخطوة بعد أيام من أداء رئيس المجلس العسكري في النيجر عبد الرحمن تشياني اليمين الدستورية

## الشرق والسوداني يبحران تعزيز التنسيق الأمني



التعاون الأمني لمنع أي تهديدات قد تؤثر على استقرار البلدين.

الشرق التزامه بتطوير العلاقات الثنائية مشددا على احترامه لسيادة العراق وحرصه على عدم التدخل في شؤونه الداخلية وعلى ضرورة التعاون بما يساهم في مواجهة التحديات المشتركة وتوطيد العلاقات السياسية بين البلدين. كما تناول الاتصال ملف أمن الحدود والتعاون في مكافحة تهريب المخدرات، حيث شدد الطرفان على ضرورة تنسيق

بحث الرئيس السوري أحمد الشرع مع رئيس مجلس الوزراء العراقي محمد شياع السوداني العلاقات الثنائية بين البلدين وسبل تعزيزها في مختلف المجالات. وجاء ذلك خلال اتصال هاتفي أجراه السوداني اول امس الثلاثاء مع الشرع وتبادلا التهاني بمناسبة عيد الفطر وفق بيان للمكتب الإعلامي لرئيس مجلس الوزراء العراقي.

وأضاف البيان "عبر السيد السوداني خلال الاتصال عن تمنياته وتهانيه للشعب السوري بمناسبة تشكيل الحكومة الجديدة، مؤكدا موقف العراق الثابت بالوقوف إلى جانب خيارات الشعب السوري الشقيق وأهمية أن تضم العملية السياسية كل أطرافه ومكوناته وأن تصب في مسار التعايش السلمي والأمن المجتمعي من أجل مستقبل آمن ومستقر لسوريا وكل المنطقة".

وتابع "أكد السوداني في الاتصال رفض العراق لتوغل الكيان الصهيوني داخل الأراضي السورية، ودعم العراق لوحدة وسلامة أراضي سوريا وسيادتها، ورفض التدخلات الخارجية، وكذلك أهمية التعاون المتبادل في مواجهة خطر تنظيم داعش، بالإضافة إلى التعاون في المجالات الاقتصادية، بحكم العوامل والفرص المشتركة".

من جانبه أكد الرئيس السوري أحمد

## "اليونيسف": مقتل 322 طفلا وإصابة 609 في غزة خلال 10 أيام



إدخال الأطفال مرة أخرى في دوامة من العنف القاتل والحرمان". وشددت راسل على أهمية التزام جميع الأطراف بمسؤولياتها وفقا للقانون الدولي الإنساني، مؤكدة على ضرورة بذل كل الجهود لحماية الأطفال.

ويضيف لبيان أن بعد نحو 18 شهرا من الحرب، يُعتقد أن أكثر من 15.000 طفل قد قتلوا، وأصيب أكثر من 34.000 آخرين، بينما نزح ما يقرب من مليون طفل بشكل متكرر وحرموا من حقوقهم الأساسية في الخدمات الأساسية.

ودعت اليونيسف جميع الأطراف إلى إنهاء الأعمال العدائية واستعادة الهدنة، مؤكدة على ضرورة السماح بدخول المساعدات الإنسانية والبضائع التجارية ونقلها بحرية عبر قطاع غزة.

أشارت وكالة الأمم المتحدة للطفولة "اليونيسف" إلى أن أكثر من 320 طفلا فلسطينيا قتلوا وأصيب 609 آخرون منذ استئناف إسرائيل قصفها لقطاع غزة في الـ18 من مارس الماضي. وأشارت "اليونيسف" في بيان رسمي إلى أن ما يقارب 100 طفل لقوا حتفهم أو تعرضوا للإعاقة يوميا في قطاع غزة منذ 18 مارس الماضي، خلال الأيام العشرة الأخيرة. وأشارت إلى أن معظم هؤلاء الأطفال كانوا نازحين يعيشون في خيام مؤقتة أو في منازل متضررة.

وبحسب البيان فإن استمرار القصف العشوائي والمكثف، إلى جانب الحصار الكامل على الإمدادات التي تدخل القطاع لأكثر من ثلاثة أسابيع، وضعت الاستجابة الإنسانية تحت ضغط شديد، وجعلت المدنيين في غزة وخاصة مليون طفل في خطر جسيم.

وقالت المديرية التنفيذية لليونيسف كاثرين راسل: "قدمت الهدنة في غزة خطا حيويا مطلوباً بشدة لأطفال غزة وأملنا في طريق نحو التعافي، ولكن تم

## أرتريا الحديثة

رئيس التحرير  
محمد نور يحيى  
نائب رئيس التحرير  
حواء سليمان عبد القادر  
هاتف 117099

أخبار خارجية  
عربي محمد قينا  
ص.ب: 247  
فاكس: 127749

هاتف النوزع: 200454  
هاتف الاعلانات: 125013  
ص.ب: 1284

طباعة ضوئية وتصميم صفحات:

فاطمة محمد إدريس

نورة عثمان محمد

راسلونا على العنوان التالي:

al-hadisa@zena.gov.er

# من هنا وهناك

إعداد/ أسماء  
عبدالله صالح

## أغلى أحذية في العالم عام 2025..!



فلكية. في السطور التالية، نستعرض معكم قائمة تضم أغلى الأحذية في العالم لعام 2025.

يعد حذاء مونستار، الذي أبدعه المصمم الإيطالي الشهير أنطونيو فيتري، قمة الفخامة في عالم الأحذية. بقيمة تقارب عشرين مليون دولار، يجسد هذا الحذاء تحفة فنية مصنوعة من الذهب الخالص، ومرصعة بثلاثين قيراط من الماس، وتحمل قطعة نيزك يعود تاريخها إلى عام 1576.

ظهر هذا الحذاء لأول مرة في أسبوع الموضة MIDE في دبي، مستوحيا تصميمه من برج خليفة الشهر، حيث

في رحلة تحول مذهلة، انتقلت الأحذية من كونها مجرد ضرورة عملية لحماية أقدامنا إلى رمز بارز للفخامة والترف. حتى أن بعضها أصبح اليوم تحفة فنية يتنافس الأثرياء على اقتنائها، وتتنافس دور الأزياء العالمية على تقديمها بأبهى صورة. تتميز باستخدام مواد نادرة وباهظة الثمن، مما يجعل أسعارها تصل إلى آلاف الدولارات.

لكن عالم الأحذية الفاخرة لا يتوقف عند هذا الحد، فهناك قطع تتجاوز كل تصوراتنا، وتصل أسعارها إلى أرقام

يأتي الكعب الذهبي على شكل ناطحة السحاب، بينما يزدان الجزء الأمامي بالماس المتلألئ. ولإضفاء مزيد من التميز، تم تسليم هذه الأحذية الثمينة إلى أصحابها عبر طائرات الهليكوبتر، مما يجسد قمة الفخامة

بالتعاون مع باشون جولز، قدمت مصممة الأحذية الفاخرة جادا دي ما يعتبر حاليا أغلى حذاء في العالم. تم الكشف عن هذا الحذاء لأول مرة في فندق برج العرب الشهير في دبي، وهو مصنوع من الذهب والجلد والحريز، ويضم 236 ماسة، بالإضافة إلى ماسة D-flawless عيار 15 قيراطا بالقرب

من الأصابع.

استغرق صناع الأحذية تسعة

أشهر كاملة لصنع هذا الحذاء من الذهب الخالص، مما يعكس الدقة والإتقان في كل تفصيلة.

حذاء ديبى وينغهام

يحتل هذا الحذاء المركز الثاني في قائمة أغلى الأحذية في العالم، بقيمة تصل إلى خمسة عشر مليوناً ومئة ألف دولار أمريكي. هذا الحذاء هو ثمرة تعاون بين المصممة البريطانية ديبى وينغهام، ومصمم الأحذية كريس كامل. وقد صمم خصيصاً كهدية عيد



ميلاد ثلاثين لأحد أفراد عائلة عميل خاص.

استخدمت في صناعة الحذاء أحجار كريمة ثمينة من مجموعة العائلة، واستغرق تصنيعه أكثر من مئة ساعة من العمل المضني. كما يزين الحذاء الماسات وردية وأخرى زرقاء، بينما صنع جسمه من البلاتين واللوحه من الذهب الخالص. أما بقية أجزاء الحذاء، المصنوعة من الجلد، وطلبت بالذهب عيار 24 قيراطا، مع خيوط ذهبية عيار 18 قيراطا.

## الجفاف يهدد بحيرة بين سويسرا وألمانيا والنمسا



أفادت هيئة المياه المحلية، بأن منسوب المياه في الطرف الغربي لبحيرة كونستانس منخفض للغاية نتيجة الجفاف المستمر، حيث جف تماماً ميناء مانينباخ على ضفاف بحيرة كونستانس الجنوبية.

وتقع البحيرة عند إلتقاء أراض ألمانيا وسويسرا والنمسا.

ويرجع ذلك إلى انخفاض هطول الأمطار وانخفاض ذوبان الثلوج من جبال الألب. كما انخفض تساقط الثلوج على الجبال الواقعة في منطقة مستجمعات مياه نهر الراين عن المعتاد.

ولا تزال التوقعات سيئة. وقال فليمون ديجلمان، رئيس الإدارة الإقليمية لعلم المياه (الهيدرولوجيا)، إن نظام ضغط عالياً مستقراً خلال الأيام العشرة المقبلة

وتوقعات بأن ذوبان الثلوج لن يزداد بشكل ملحوظ يعني زيادة انخفاض منسوب المياه.

ومنسوب المياه في بحيرة كونستانس العليا منخفض أيضاً، ولكنه ليس منخفضاً بنفس المنسوب في البحيرة الجنوبية. وقال ديجلمان أن الأسباب وراء ذلك لا تزال غير واضحة. ويُعتقد أن نمو الطحالب قد يؤدي إلى تباطؤ تدفق المياه في نهر سيرهين الذي يربط بين البحيرات العليا والجنوبية.

## السماك الزبيدي أغلى من الذهب..!



إلى بحار الصين وحول كوريا، لكن انتشارها خلال هذه البحار مرتبط بالسواحل القريبة من مصبات أو دلتا الأنهار.

يتميز الزبيدي عن معظم الاسماك الاخرى بأن جسمه عريض وعديم الزعنفة الحوضية البطنية، وعظمة الفك ثابتة، ويلتحم غطاء الخيشوم مع البرزخ.

ويتميز سمك الزبيدي بالقشور صغيرة جدا ودائرية الشكل وتتساقط بسهولة وتنتشر في كل انحاء الجسم وعلى قواعد جميع الزعانف، وفتحتا المنخار كبيرتان، الفتحة الامامية مستديرة والخلفية على شكل شق طولي، اما الفم فهو صغير الحجم وينحني للأسفل.

لون الجسم ابيض فضي، ولون الزعانف مائل للصفار ذو اطراف سوداء خاصة في الاسماك البالغة، والرأس لونه داكن قليلا مقارنة بالجسم، اما الحلق فهو داكن من الداخل ويميل للسواد.

يساعد الجسم في التخلص من

تقول شبكة سي إن بي سي عربية، إن سعر السمك الزبيدي الكويتي أصبح أغلى من الذهب، وأصبح له أهمية اقتصادية واستهلاكية كبيرة في منطقة الخليج العربي وخاصة في دولة الكويت. السبب في تصدره أيضاً، إشارة صحيفة سبق الكويتية أن مخزون سمك الزبيدي، في تراجع مستمر، مما يهدد مكانته و أعداده الذي هي مصدر رزق الكثير.

عيش هذا النوع من الأسماك في المياه الساحلية مقابل منطقة الشرق الأوسط، ويعتبر من الأطباق التقليدية التي تحضر بكثرة في جميع البلدان العربية.

وفقاً لموقع الهيئة العامة لتنمية الثروة السمكية، هناك أربع أنواع من سمك زبيدي، وتعيش الأنواع الأربعة التي تنتمي إلى الجنس pampus أو بعضها في المنطقة الشمالية من المحيط الهندي وغرب شمال المحيط الهادي الممتدة من الخليج العربي حتى اليابان شرقاً مروراً بالبحار والخلجان حول القارة الهندية وجنوب شرق آسيا والفلبين، وشمالاً

وفي مايو (أيار) 2024، بلغ عدد الرضع الذين تم التخلي عنهم بوضعهم في "سلة الأطفال" في مستشفى جيكي 179 طفلاً منذ بدء اعتماد النظام في المركز الطبي، بحسب وسائل إعلام محلية.

وأوضح مدير المشروع هيروشي أوي لوكالة "فرانس برس" أن نظاماً لكشف الحركة في مستشفى سانكوكاي في طوكيو يتيح تنبيه الموظفين على الفور.

وبعد التحقق من سلامة الطفل، سيعمل المستشفى مع السلطات المعنية لاتخاذ قرار بشأن "أفضل خطوة ممكنة"، بما في ذلك تسليمه لأسرة حاضنة أو دار رعاية.

وقال أوي إنه في حال شوهدت أم في محيط المستشفى بعد تركها طفلها، فإن السلطات ستحاول الاتصال بها.



حالات لـ"أطفال رضع يتم التخلي عنهم داخل خزائن الأمتعة أو في الجدران أو على الشواطئ".

ويلقى هذا النظام المعتمد في دول كثيرة اعتراضاً بحجة أنه ينتهك حق الطفل في معرفة هوية أهله. وقبل سانكوكاي، كان مستشفى جيكي الكاثوليكي الواقع في منطقة كوماموتو (جنوب غرب اليابان)، قد اعتمد هذا النظام في العام 2007.

أصبح مستشفى في طوكيو، أول مؤسسة طبية في العاصمة اليابانية توفر نظاماً يتيح للأهل غير القادرين على تربية أطفالهم الرضع تسليمهم بشكل آمن وسري.

وعلى مدار الساعات الأربع والعشرين خلال كل أيام الأسبوع، يمكن وضع الأطفال الرضع الذين تقل أعمارهم عن شهر داخل سلة على شكل مهد مثبتة داخل غرفة سرية في مستشفى في طوكيو تديره مؤسسة "سانكوكاي" المسيحية.

وقال مدير المستشفى هيتوشي كاتو في مؤتمر صحافي إن "سلة الأطفال" هذه هي إجراء "طارئ وأخير" لإنقاذ حياة الأطفال. وأكد المستشفى في بيان أنه "لا تزال هناك أمهات وأطفال ليس لديهم مكان يذهبون إليه"، معدداً

إعداد / هاجر حامد



## الأسرة

### لجمالِك



### نصائح للعناية بالشعر القصير



تتجه معظم الفتيات إلى قص شعرهن حيث يكون طوله ما بين القصير أو المتوسط، وهو ما يتماشى مع صحيات الموضة في هذه الفترة. تتنوع أنواع الشعر بين الجاف والدهني والتالف، ولكل منهما طرق عديدة في المحافظة عليه وحمايته من التقصف والسقوط، ومن أهم طرق الحفاظ على جميع أنواع الشعر؛ اختيار النوع المناسب من الشامبو والبلسم، وشرب الكثير من الماء، وتناول الكثير من الخضروات، والتصفيف اليومي.

تتجه معظم الفتيات إلى قص شعرهن حيث يكون طوله ما بين القصير أو المتوسط، وهو ما يتماشى مع صحيات الموضة في هذه الفترة.

1- لا تستخدم الكثير من منتجات تصفيف الشعر التي من شأنها تثبيته مثل الجل، والرغوة، والشمع؛ لأن هذه المواد تحتوي على مواد كيميائية قد تضر شعرك.

2- احرصي على قص أطراف شعرك بشكل منتظم؛ لتحافظي على أناقة مظهره وتتخلصي من النهايات المتقصفة في آن واحد، يجب الحفاظ على قص أطراف الشعر لأن لأجزاء التالفة تعمل على امتصاص جزء من الأكسجين والغذاء من الشعر، وبالتالي عدم حصول الأجزاء الجيدة على الغذاء والأكسجين الكافيين، ويساعد في زيادة نمو الشعر بشكل أسرع.

3- استخدم شامبو يمتلك خصائص ترطيب وحماية من عوامل الطقس، ويؤمن العناية الكاملة لشعرك ويقضي على جفافه، ويحارب التجعد، ليتركه ناعماً ذو مظهر جيد.

## لياقة

### الفوائد الصحية للحناء الطبيعية

تتمتع الحناء الطبيعية بخصائص مطهرة وعلاجية متنوعة للجسم، ومن أهم فوائدها أنها تساعد على الحفاظ على الدورة الدموية السليمة في الجسم. هذا الأمر يضمن تدفق الدم والأكسجين بكميات كافية عبر الجسم ووصولها إلى جميع الأعضاء، مما يسمح لكل منها بأداء وظائفها على أكمل وجه، وترتبط الدورة الدموية السليمة ارتباطاً مباشراً بأداء الجسم الأمثل.

كما أثبتت الأبحاث أن للحناء مادة قوية مضادة للأكسدة، وقد ثبتت فعاليتها في الحد من أو منع تكوين الجذور الحرة، وتعتبر دواءً عسبياً آمناً.

**ما هي فوائدها؟**  
خاصية تسكين الألم تتميز أوراق الحناء الطبيعية بخصائص تسكين الألم، فعند وضعها على الجزء المصاب، فإنها تخفف الألم، كما أنها مفيدة في علاج جروح الحروق، حيث تساعد على التئامها بسرعة. يُعتقد أيضاً أنها مفيدة للجروح المفتوحة، وبفضل هذه الخاصية، تُستخدم لعلاج الألم الناتج عن حالات مثل الكسر والالتواء.

**تخفيف آلام التهاب المفاصل** عند استخدام الحناء على اليدين، تُساعد على استرخاء الجسم من خلال تأثيرها المبرّد على الأعصاب، مما يُقلل الالتهاب الناتج عن أعراض التهاب المفاصل.

**علاج الجرب** تفيد الحناء في علاج الجرب، وهو مرض جلدي يُصيب عادةً عند كثرة التلامس مع الحيوانات. يُمكن القضاء على هذه المشكلة بوضع مسحوق الحناء المبلل بالماء على المنطقة المصابة بالجرب.

**علاج قشرة الرأس** تمتد خصائص الحناء المضادة للميكروبات إلى قدرتها على مكافحة قشرة الرأس. يُمكن أن يُساعد الاستخدام المنتظم لها على فروة الرأس في تقليل القشرة والحفاظ عليها صحية وخالية من القشور.

الصداع

يُمكن تخفيف الصداع بخلط أوراق الحناء مع الخل ووضعها لوقت قصير على الرأس، كما يُمكن وضعها على شكل عجينة لتخفيف الصداع.

ماهي فوائد وضع الحناء على القدمين؟

في العديد من الثقافات، يُعدّ وضع الحناء على القدمين أكثر من مجرد ممارسة تجميلية، بل يُقدّم أيضاً فوائد صحية.

يُمكن لخصائص الحناء الطبيعية المبرّدة أن تُهدئ القدمين المُتعبتين، وتقلّل الالتهاب، وتُساعد في تخفيف آلام القدم، خاصة بعد فترات طويلة من المشي أو الوقوف.

كما يُمكن لخصائصها المضادة للميكروبات أن تحمي القدمين من

الالتهابات ومشاكل القدم الأخرى. فوائدها لليدين يمكن للحناء



الطبيعية، عند وضعها على اليدين، علاج مجموعة مُتنوعة من الأمراض الجلدية.

ونظراً لخصائصها المضادة للبكتيريا، فقد ثبتت فائدتها في علاج حكة الجلد والأكزيما وانتشارها.

بالإضافة إلى ذلك، تُساعد في تخفيف الشعور المزعج بالحرق والحروق.

كما تُساعد خصائص الحناء الطبيعية على سرعة تكوّن الجلطات، مما يُساعد على التئام الجروح.

**ما هو التأثير النفسي لرائحة الحناء؟**

يلعب الجهاز الحسي المستخدم في الشم دوراً محورياً في آلية عمل العلاج بالروائح العطرية.

فعندما نستنشق جزيئات الزيوت العطرية، مثل جزيئات الحناء، فإنها تُحفّز أعصاب الشم في أنوفنا، ثم تُرسل هذه الأعصاب إشارات إلى الجهاز الحوفي في دماغنا، وهو المنطقة التي تتحكم في العواطف والذكريات.

ولذلك، يُمكن لبعض الروائح أن تُثير استجابات عاطفية مُحددة وتُعزز الشعور بالسكينة والهدوء وتريح الأعصاب وهو جوهر الفوائد العلاجية للعلاج بالروائح العطرية.

إعداد /  
أبو الدرر

# ذوق الموضة الملائم للناس والكوكب

أصبح الإتجاه العام الرامي إلى الحفاظ على البيئة في عالم الموضة والأناقة يتنامى بشكل كبير على المستويات المحلية والعالمية ، مما يدل على تقدم وسمو الوعي المجتمعي الدولي بالقضايا البيئية . وتقام العديد من التظاهرات في هذا المجال بغاية خلق إطار عام لدعم و مساندة التحول إلى " المجتمع الأخضر " ، من خلال استخدام مواد صديقة للبيئة وأساليب إنتاج مسؤولة اجتماعياً، بالإضافة إلى توفير الأرضية الملائمة للنهوض بالأعمال الابداعية والمبتكرة وعالية التأثير عبر التثقيف والتدريب والبرامج التحويلية للصناعات ، وذلك بهدف خلق تأثير وتغيير اجتماعي من خلال مشاريع لها علاقة بالموضة . هذا وقد تم التوافق عالمياً ضمن بيوتات الأزياء و الموضة على إتخاذ " مؤشر هيج " كمعيار تقييم ذاتي ، مصمم لقياس و تعزيز سلاسل الإمداد المستدامة في صناعة الملابس و الأحذية . ولا نستغرب وسط ما نشهد من تحديات كبيرة على مستوى تدهور المناخ، أن تنضم الموضة كصناعة إلى إتجاه الحفاظ على البيئة وذلك عبر تصاعد موجة الأزياء "الخضراء"، التي أصبحت تجذب الكثير من المستهلكين المهتمين بالبيئة في قطاع الموضة الذي يتسم بالمنافسة الشرسة . فما هي الإتجاهات الحالية لموضة الأزياء " البيئية " ؟ ما هي التحديات والصعوبات التي تواجهها؟ وما هي أفضل السبل للأستقرار صناعة الأزياء البيئية ؟ وغير ذلك من المحاور التي سنسلط عليها الضوء عبر صفحاتنا انشاءالله.

## الجزء الثاني والأخير

كنا قد سلطنا الضوء في العدد السابق من هذه الصفحة، على الأزياء والموضة والمنسوجات الصديقة للبيئة وذلك بمناسبة احتفال المجتمع الدولي في الثلاثين من مارس المنصرم 2025 ، باليوم الدولي للقضاء على الهدر في نسخته الثالثة وتحت شعار "على العالم الالتزام بضمان أن تكون الموضة ملائمة للناس والكوكب". وذكرنا بأن الأرض قد أصبحت ضحية للموضة الضارة بالناس والبيئة، كما نوهنا الى ضرورة وأهمية رفع الوعي وتعزيز الممارسات المستدامة المراعية للبيئة بشأن الحد من الهدر وإدارة النفايات، ومشاركة أفضل الممارسات للمبادرات المحلية والوطنية، وتعزيز الشراكة متعددة الأطراف في هذا المجال . ومررنا سريعاً على حال صناعة

الموضة الصديقة للبيئية في ارتريا، والتي على الرغم من بدءها مبكراً ، إلا أنها لم تتطور كما ينبغي لتفرض تصاميمها وأساليبها ونهجها وغاياتها في عالم الموضة والأزياء ، وبالتالي فهناك الكثير مما يمكن عمله سواء من قبل الجهات الرسمية أو الشعبية لوضع الموضة صديقة البيئة في مكانها اللائق بها في المجتمع الإرتري . وحتماً لا يخفى على أحد صعوبة الكتابة في هكذا موضوع فيما اذا وضعنا الحالة الراهنة لصناعة الأزياء والموضة في البلاد . ورغم ذلك حاولت أن أتلصص طريقي في غياهب الأزياء والموضة الوطنية صديقة البيئة ، ووعدتك عزيزي القارئ الكريم أن نتمتع أكثر في صفحة اليوم مع رسالة المجتمع الدولي في هذه المسألة عبر رسالة السكرتير العام للأمم المتحدة بمناسبة اليوم العالمي للقضاء على الهدر للعام 2025، وغير ذلك من المحاور ذات الصلة.

فقد ذكر السيد أنطونيو غوتيريش السكرتير العام للأمم المتحدة في رسالته بهذه المناسبة، " أن على العالم الالتزام بضمان أن تكون الموضة مناسبة للناس والكوكب". حيث يُسلط اليوم العالمي للقضاء على الهدر هذا العام 2025، الضوء على الموضة والمنسوجات. فالأرض أصبحت ضحية للموضة. وغالباً ما يستخدم إنتاج المنسوجات، آلاف المواد الكيميائية - وكثير منها ضار بالناس والبيئة. فهو يلتهم الموارد، كالأرض والمياه، ويطلق غازات الدفيئة ، مما يُفاقم أزمة



الحضرية المتولدة إلى 3.4 بليون طن سنوياً بحلول عام 2050، فيما لم تتخذ اجراءات عاجلة لتفادي ذلك .  
4- ينتج قطاع النسيج سنوياً، ما بين 2% و8% من انبعاثات الغازات المسببة للاحتباس الحراري على مستوى العالم، ويستخدم 215 تريليون لتر من المياه، وهو ما يعادل 86 مليون حمام سباحة أوليمبي.

5- إن مضاعفة عدد مرات ارتداء الملابس ، من شأنه أن يقلل من انبعاثات الغازات المسببة للاحتباس الحراري بنسبة 44%.

ونختتم موضوعنا بالقول أنه حتماً تحتاج هذه الصناعة إلى بذل جهود كبيرة ومقدرة خاصة وأن رواج معظمها خارجي أي أنها تنتعش فقط في مواسم الأفواج السياحية أو خلال عودة الإرتريين المقيمين بالخارج . لذا نجد أن التحديات التي تواجهها صناعة الأزياء والموضة صديقة البيئة كبيرة وبالتالي فإنها تحتاج إلى الدعم والمساندة من قبل الجهات الرسمية والأهلية وخاصة الجاليات والجمعيات الإرترية في الخارج وأن يأخذوا بيدها في جذب السوق المحلي نحو هذه الصناعة . وحتماً يقوم هذا الدعم على الغايات المنشودة في السياسات الإقتصادية والتنموية العليا للبلاد التي تهدف في نهاية المطاف إلى خلق مجتمع إرتري يقوم على بنيات مستدامة ومتصالحة مع البيئة .

من خلال استخدام مواد صديقة للبيئة و أساليب إنتاج مسؤولة اجتماعياً.  
3- تعمل بعض المنظمات على زيادة الفرص للمصممين في مجال الإستدامة. ويعد الغرض من ذلك مساعدة أصحاب المشاريع التي لها علاقة بالموضة المتنامية والتي تقوم على خلق التغيير الاجتماعي واحترام البيئة.

4- يوفر مصممي الأزياء المستدامة أرضية ملائمة عبر التثقيف والتدريب و البرامج التحويلية للصناعات التي تعمل على النهوض بالأعمال الابداعية والمبتكرة وعالية التأثير ، وذلك بهدف خلق تأثير وتغيير اجتماعي من خلال تلك المشاريع التي لها علاقة بالموضة.

أما في السطور التالية فلا بأس عزيزي القارئ الكريم من التمعن في البعض من الأرقام الإحصائية العالمية التي يشير إليها الخبراء والمتعلقة بهذا المجال وذلك على سبيل المثال لا الحصر:

1- إذا وضعنا النفايات الصلبة البلدية الناتجة خلال عام واحد في حاويات شحن قياسية ورتلناها واحدة تلو الأخرى، فسيبيلغ طولها ما يعادل الالتفاف حول الكرة الأرضية 25 مرة.  
2- استخدام الموارد الطبيعية بشكل متزايد ، هو العامل الرئيس لأزمة الكوكب الثلاثية المتمثلة في تغير المناخ وفقدان الطبيعة والتنوع البيولوجي والتلوث.  
3- سترتفع حجم النفايات الصلبة

دعماً بشكل غير محدود ضمن الإطار العام لحماية البيئة وتحمل المسؤولية الاجتماعية والأخلاقية . كما ويشير المهتمون بشئون وشجون البيئة والأزياء ، إلى أن الإتجاه البيئي الذي دخل إلى عالم الموضة يمكن تصنيفه إلى قسمين وهما:

1- القسم الأول ينطلق في دعمه للأزياء والموضة صديقة البيئة من قناعة دور الأزياء أو المصممين أنفسهم بضرورة نشر مفهوم " الموضة المستدامة " . ويدعم هذا القسم الزيادة المضطردة في أعداد المستهلكين الذين يهتمون بالظروف التي يتم تصنيع ملابسهم خلالها بالإضافة إلى تقديرهم لإحترام البيئة في عملية التصنيع .

2- أما القسم الآخر فيرى نفسه مطالباً بالحد الأدنى من الإلتزام بالمعايير البيئية التي تصب في المصلحة الكبرى للعالم أجمع .

ومن الجدير بالذكر أن عملية دعم الأزياء البيئية تتم عبر أشكال عدة ، نذكر في السطور التالية بعضها على سبيل المثال لا الحصر :

1- الحث على التبرع بنسبة من مبيعات منتج ما لقضية خيرية وذلك للتعبير عن دعم القضايا البيئية في عالم الموضة كما عهدت منظمات حماية البيئة على فعل ذلك .

2- يعمل مصممي الأزياء على إعادة تعريف الأساليب الواعية عند المصدر

المناخ. ومع ذلك، تُنتج الملابس بمعدلات مذهلة. وأن هدر المنسوجات هائل، ففي كل ثانية، يُحرق ما يعادل شاحنة قمامة مليئة بالملابس أو يُرسل إلى مكب النفايات. ولذا يشير السيد أنطونيو إلى الحاجة إلى نهج مختلف، نهج يفي بالالتزامات الواردة في أهداف التنمية المستدامة المتعلقة بالإنتاج والاستهلاك المستدامين. ويشرح السكرتير العام للأمم المتحدة العالم بقوله " أن هناك بوادر أمل، حيث يتزايد طلب المستهلكين على الاستدامة، كما تُجمع مبادرات مهمة بين الشركات والجمعيات الصناعية والمجتمع المدني وغيرها لدفع عجلة الاستدامة في هذا القطاع ". مع الإلتزام بضمان أن يكون ذوق الموضة مُلائماً للناس والكوكب. ليختتم السيد غوتيريش رسالته مناشداً المجتمع الدولي ببذل المزيد من الجهود لضمان التغيير عبر السبل التالية على سبيل المثال لا الحصر:

1- المستهلكون من خلال خياراتهم،  
2- والشباب والمجتمع المدني من خلال المناصرة،  
3- والحكومات من خلال اللوائح التي تعزز الاستدامة والوظائف اللائقة،  
4- والشركات من خلال تبني الدائرية وتقليل النفايات وكفاءة استخدام الموارد عبر سلاسل التوريد الخاصة بها.  
عموماً يشير الخبراء إلى أن الهدف الرئيسي من إطلاق موضة الأزياء البيئية والمستدامة يتمثل في إنشاء نظام يمكن

إعداد

عبد الله محمد علي

kazamamme5@gmail.com

# الرياضة

## بالتعاون مع اللجنة الاقليمية الارترية

### الاتحاد العام للكرة الطائرة ينظم دورة تأهيلية للمدربين



بينما أشار سكرتير الاتحاد العام للكرة الطائرة السيد/ جبري جيدي إن برنامج التدريب هو استمرار لفرص التدريب التي توفرها الاتحاد العربي للنت بول. وحث المدرب محمد بدران الشباب على العمل الجاد في مناطقهم لإنتاج شباب بديل. وتركز الدورة التدريبية التي يديرها المدرب الدولي المصري محمد بدران شكري، من الاتحاد الدولي للكرة الطائرة، على جوانب مختلفة من رياضة الكرة الطائرة وستستمر حتى الخامس من أبريل المقبل.

ينظم الاتحاد العام للكرة الطائرة بالتعاون بينه وبين اللجنة الاقليمية الارترية دورة تأهيلية للمدربين في المستوى الأول بالعاصمة اسمرا يتم تمويل التدريب التدريبي من قبل برنامج التضامن الأولمبي ولق الاعتراف من قبل الاتحاد الدولي للكرة الطائرة. ويشترك في التدريب نحو 30 مدرباً من كافة مناطق البلاد ووزارة الدفاع. وفي كلمته في حفل الافتتاح، حث رئيس الاتحاد الوطني العام للكرة الطائرة العقيد/ ديسالين قالي المشاركين على حضور برنامج التدريب باهتمام وانتباه.

### بطولة إنكلترا: أرسنال يبقي على آماله الضعيفة بإحراز اللقب



أبقى أرسنال على آماله الضعيفة في إحراز اللقب بفوزه على ضيفه وجاره فولهام 1 2 الثلاثاء في افتتاح المرحلة الثلاثين من بطولة إنكلترا لكرة القدم. ورفع أرسنال رصيده إلى 61 نقطة مقلصا الفارق إلى 9 نقاط عن ليفربول المتصدر الذي يستضيف جاره ايفرتون في ديربي ميرسيسايد الاربعاء وذلك قبل 8 مراحل على نهاية الدوري.

عرضية من مارتينيلي فتابعها من مسافة قريبة برأسه داخل الشباك (73). ورد فولهام بهدف في الوقت بدل الضائع سجله البرازيلي مونيذ (90 4). وتغلب ولفرهامبتون على ضيفه وست هام بهدف نظيف سجله مهاجمه النرويجي يورغن ستراندر لارسن (21). وسجل أنتوني إيلانغا هدفاً في مرمى فريقه السابق، ليمنح نوتنغهام فورست الفوز 1 - صفر على مانشستر يونايتد. وغادر السويدي أولد ترافورد لإفراح المجال للتعاقد مع أنتوني، في صفقة ضخمة قبل عامين، ولعب كما لو كان لديه هدف ليثبتته في سيتي غراوند، إذ سجل هدف الفوز بعد أن ركض ثلثي الملعب بعد مرور 5 دقائق فقط.

وارتدت ضربة رأس ديوغو دالوت في الشوط الأول من العارضة، فيما سدّد البديل ميسون ماونت كرة في الدقائق الأخيرة مرت بعيداً، لكن بخلاف ذلك فإن الفريق الزائر الذي قدّم أداء أقل من المتوقع افتقر مرة أخرى إلى الفاعلية لإنقاذ موسمهم البائس.

وساعد الفوز فورست على مواصلة حملته الرائعة، إذ يتقدم فريق المدرب نونو إشبيرييتو سانتو، صاحب المركز الثالث، بفارق 8 نقاط عن تشيلسي صاحب المركز الرابع، بينما تركت أول خسارة لمانشستر يونايتد في الدوري في 5 مباريات في المركز الثالث عشر في الترتيب.

### دوري أبطال أفريقيا لكرة القدم «أبطال أفريقيا»: الأهلي يهزم هلال السودان في ذهاب ربع النهائي

الجزء لتسكن الشباك، في حين جاء الهدف الثاني في الدقيقة 12. وأحرز إبراهيم عادل الهدف الثالث لبيراميدز في الدقيقة 39 مستغلاً تمريرة من رمضان صبحي. وقلص الجيش الملكي المغربي النتيجة في الدقيقة الأولى من الوقت المحتسب بدل الضائع بهدف أحرزه عبد اللطيف حيدراف من تصويبه من داخل منطقة الجزاء. وأحرز الدولي المصري إبراهيم عادل الهدف الرابع لبيراميدز والثاني له في الدقيقة 67 من تمريرة من بلاتي توريه. فاجأ أولراندو بيراتس الجنوب الأفريقي مضيفه مولودية الجزائر وتغلب عليه 1 / صفر.

سجل موهاو نكوتا، الهدف الوحيد للمباراة في الدقيقة 65 بعد انفراد بحارس مولودية الجزائر عبد اللطيف رمضان. وسيطر مولودية الجزائر على مجريات اللعب وتحكم في الكرة على مداري شوطي المباراة لكنه اقتقد للفعالية. ودخل أصحاب الأرض في أحداث المباراة منذ البداية ، وأضاع الإيفواري كيبري جونيور، فرصة للفريق في



الدقيقة الثانية بعدما جانب رأسيته المرمرى. ولم يستغل المولودية العديد من الركنيات التي حصل عليها، حيث لم ينجح زكريا نعيجي، في الدقيقتين 22 و40، ومحمد ساليو بانجورا في الدقيقة 30، في فك شفرة دفاع الفريق المنافس. وواصل المولودية اضاعة الفرص مع بداية الشوط الثاني، إذ فشل نعيجي، وبانجورا، في الدقيقتين 56 و62، في الوصول إلى شباك الحارس سيفو شان. السيناريو الذي كان يخشاه لاعبو ومشجعو مولودية الجزائر حدث، حينما تمكن البديل نكوتا، من تسجيل هدف سبق لأورلاندو بعد تلقيه كرة في عمق دفاع المولودية. أصحاب الأرض المدعومين بنحو 70 ألف مشجع، كانت لهم ردة فعل مباشرة، وتمكن القائد أيوب عبد اللاوي، من تعديل النتيجة في الدقيقة 69، لكن الحكم السوداني محمود اسماعيل، الغى الهدف بداعي ارتكاب أيوب غزالة، خطأ على حارس الفريق الضيف. ورغم التغييرات العديدة التي أجراها المدرب التونسي خالد بن يحيى، إلا ان دفاع الفريق الضيف ظل متماسكا وأحبط كل الهجمات، لينتهي اللقاء بفوز مهم لأورلاندو بيراتس، الذي تقدم خطوة كبيرة نحو بلوغ نصف النهائي.

سجل محمد هاني هدفاً مبكراً ليقود الأهلي المصري حامل اللقب للفوز 1 - صفر على ضيفه الهلال السوداني، في ذهاب دور الثمانية لدوري أبطال أفريقيا لكرة القدم. وتابع هاني كرة، أبعدها الحارس عيسى فوفانا بتسديدة قوية بالقدم اليسرى من داخل المنطقة سكنت الشباك في الدقيقة 11 من المباراة التي أقيمت باستاد القاهرة الدولي. سيطر الأهلي على الشوط الأول، وسدّد المغربي أشرف بن شرقي كرة بالرأس في الدقيقة الثامنة من داخل المنطقة، أبعدها الحارس ببراعة. وبعد مرور ربع ساعة، أهدر إمام عاشور انفراداً بالمرمرى.

وشهدت الدقيقة 18 أول هجمة منظمة للهلال، انتهت إلى ركلة ركنية من الجهة اليسرى شتتها دفاع الأهلي إلى رمية تماس.

وواصل الأهلي هجومه، ونفّذ بن شرقي في الدقيقة 34 ركلة ركنية بكرة عرضية شتتها الدفاع إلى منطقة وسط الملعب. وفي الدقيقة 40 سدّد جون كلود لاعب الهلال كرة من داخل منطقة جزاء الأهلي ذهبت بين أحضان حارس المرمرى.

وافتح الأهلي الشوط الثاني بركلة حرة مباشرة سدّدها وسام أبو علي، ومرت بجوار القائم الأيسر لمرمرى الهلال. وفي الدقيقة 58 ركلة ركنية لصالح الأهلي من الجهة اليمنى، نفذها يحيى عطية الله بتمريرة، ثم عرضية انتهت بتسديدة رأسية من رامي ربيعة مرت بجانب المرمرى. وفي الدقيقة 66، تسديدة من خارج منطقة الجزاء من لاعب الهلال جان كلود، ولكن ذهبت بين أحضان محمد الشناوي حارس الأهلي.

وعاد جان كلود في الدقيقة 77 ليسدد كرة من داخل منطقة الجزاء من الجهة اليمنى، لكنها مرت بجانب المرمرى. وسيلتقي الأهلي مع الهلال إياباً يوم الثلاثاء المقبل. وسحق بيراميدز المصري ضيفه الجيش الملكي المغربي 1-4 في ذهاب دور الثمانية بدوري أبطال أفريقيا لكرة القدم الثلاثاء. وتقدم بيراميدز بهدفين متتاليين في أول ربع ساعة من المباراة أحرزهما الكونغولي فيستون ماييلي.

وجاء الهدف الأول في الدقيقة الثانية بعد تمريرة من مصطفى فتحي إلى ماييلي الذي سدّد كرة من داخل منطقة

إعداد  
نورة عثمان

## أجمل ما قيل في فرحة العيد

- يتجلى لنا العيد بأيامه القليلة، فيغرس في قلوبنا فرحة طويلة، تملأ القلب حباً وسعادةً لمن حولنا.  
- فرحة العيد ليست فرحة لصغيرنا دون كبيرنا أو غنيا دون فقيرنا، بل هي فرحة عمّت الصغير والكبير، الغني والفقير.  
- ثقلتنا الدنيا بهمومها وأحزانها، فيغمرنا العيد بفرحته ينسينا ما قاسينا من الهموم والأحزان.  
- تزهر فرحة العيد في قلوبنا كما يزهر الورد في الربيع، فتبعث في نواحيه بشذاه الفواح وعطره الفريد.  
- في كل عام وضيفنا غالٍ عزيز، في كل عام وضيفنا خفيف ولطيف، في كل عام وفرحة العيد في قلوبنا تزيد.  
- تضيء السماء مزخرفة بالمصابيح، وتزين الأرض مفترشة بالورود، وكل ذلك ابتهاجاً وفرحاً بقدوم العيد.  
- أيا هائماً في أحزانه، غارقاً في آلامه دع عنك ما أصابك، وانفض عنك الهم والألم، واسعد بعيدك فما العيد إلا فرحة.

## بعض الطرق لحب نفسك الآن ودائماً

\* التوقف عن الإنتقاد: الانتقادات لا تغير شيئاً فإفرض توجيه النقد لذاتك. تقبل ذاتك كما هي.  
\* كن مسانداً لنفسك: ابحث عن شتى السبل لتقديم الدعم لنفسك، تواصل مع الأصدقاء واسمح لهم بمساعدتك، أن تطلب المساعدة حين تكون بحاجة إليها فهذا دلالة قوة.  
\* كن محباً لسليباتك: اعترف بأنك انت من أوجدت تلك السلبيات لتلبية حاجات معينة. والآن، وجدت طرقاً إيجابية أخرى جديدة لتلبية تلك الحاجات. بكل محبة، تخل عن الأخطاء السلبية القديمة .  
\* لذة الحياة: تذكر الأشياء التي منحتك الفرح أيام الطفولة، واجعلها كل حياتك اليوم، ابحث عن اي وسيلة للحصول على المتعة، بكل شيء تفعله، دع نفسك تعبر عن فرح العيش. ابتسم اضحك ودع الكون يبتسم ويضحك معك.  
\* امنح نفسك الحب.. الآن: لا تنتظر حتى تحصل على ما تريد أو حتى تفقد الوزن الزائد أو الحصول على وظيفة أو البدء بإقامة علاقة جديدة . ابدأ بمنح نفسك الحب وكل الحب الآن.

\* اغفر لنفسك: دعك من الماضي ، فقد فعلت أفضل ما يمكنك فعله في ذلك الوقت، تبعاً لما كان لديك من فهم ووعي ومعرفة.  
الآن كبرت وموت وتغيرت، وسوف تعيش حياة مختلفة عن السابقة.  
\* كن لطيفاً وودوداً وصبوراً مع نفسك: كن لطيفاً مع نفسك، كن ودوداً مع نفسك، كن صبوراً على نفسك خاصة وانت تتعلم اساليب تفكير جديدة، عامل نفسك كما لو كنت تعامل شخص جداً تحبه.  
\* كن ودوداً مع عقلك: الكراهية الذاتية هي نتيجة أفكار الخاصة، لا تكره نفسك بسبب وجود أفكار معينة، استبدل تلك الأفكار بأخرى إيجابية تؤكد حبك للحياة.  
\* الثناء على النفس: الانتقاد يقضي على روحك الداخلية، والثناء يرفع من قدرها.. فأمنح نفسك من الثناء بقدر ما

عبارة  
مؤثرة

نحن

في الدنيا في إمتحان، وفي  
أي لحظة قد يتم سحب ورقتك  
وينتهي الوقت الذي خصه لك،  
فضلاً ركز في ورقتك وأترك  
ورقة غيرك.

حكمة  
اليوم

الكلمة الطيبة هي عطور موزعة على قائمة الذوق الراقي والاخلاق قد لا تجدها بين مفردات عابرة،، الكلمة الطيبة هي صدقة وود ومواساة لأحد ما هي بلسم لروحه وقلبه وجروحه وعطر في وجدانه،، ازرع الورد بين كلماتك وفي الطريق وبالكلمة الطيبة عند اللقواء تحصد الود والحب والاهتمام في قلوب الآخرين...

## في مثل هذا اليوم

- في الثالث من أبريل عام 1042 - إدوارد المعترف يتوج ملكاً على إنكلترا.  
- في الثالث من أبريل عام 1077 - إنشاء أول برلمان في منطقة فريولي بإيطاليا.  
- في الثالث من أبريل عام 1512 - السلطان العثماني بايزيد الثاني يتنازل عن العرش لابنه سليم الأول.  
- في الثالث من أبريل عام 1559 - توقيع معاهدة سلام كاتو-كامبريسيس، وإنهاء الحروب الإيطالية.  
- في الثالث من أبريل عام 1885 -منح غوتليب داهلر براءة اختراع ألمانية لتصميم محرك سيارته.  
- في الثالث من أبريل عام 1973 - المخترع الأمريكي مارتن كوبر يجري أول مكالمة هاتفية في التاريخ عبر الهاتف النقال.  
- في الثالث من أبريل عام 2020 - عدد الإصابات المؤكدة بجائحة فيروس كورونا يتخطى حاجز المليون شخص حول العالم، من بينهم أكثر من 54 ألف حالة وفاة وحوالي 218 ألف حالة تماثلت للشفاء.

## ديوك رومية تهاجم ساعي بريد...!



هاجمت ثلاثة ديوك رومية ساعي بريد يدعى واين وايت بينما كان في طريقه لإيصال طرد في هيانيس بولاية ماساتشوستس الأمريكية. والتقطت كاميرا مراقبة لحظة مهاجمة الديوك الرومية لوايت، فمنذ أن خرج من شاحنة التوصيل، كان من الممكن سماعه يصرخ على الطيور لتبتعد. وقال وايت: "مجرد أن خرجت، لحقت بي (الديوك الرومية). رأيتهموني أدافع بالصناديق وما إلى ذلك. ثم عندما وصلت إلى الدرج، كنت أفكر: "حسناً، ها نحن ذا. علينا العودة والهروب".