



رحلة اردنية لنصرة القدس ... !!!

فارس شرعان

تعتبر النقابات المهنية في الاردن بمثابة بيووت خيرة في المجالات كافة خاصة في حقول التدريب على معارسة الفن المختلفة وتطوير هذه الفن وتطويرها في خدمة التنمية في البلاد ... وسبق للنقابات ان قامت بغير الاحزاب السياسية بعد ان كانت محظورة بموجب القوانين العربية التي سبقت المرحلة الديمقراطية التي يعيشها الاردن منذ عام 1989 ومن الامثال الرائدة الالفظة الاحصائية التي تقوم النقابات بالجملة التي نفذتها بمناسبة مرور مائة عام على وعد ولقود لنصرة بيت القدس التي تعاني كثيرا جراء الاحتلال الصهيوني وممارسته ضد مقدساتها ومعانيها البارزة وسكانها وقراناها الاسلامي والمسيحي الخالد الذي قلما يتوفر في غيرها من مدن العالم وتهدف الحملة الي ترميم العالم والنزول والمراقف العامة التي تصدعت جراء الحرقيات الاسرائيلية حول المسجد الاقصى واساساته بحثا عن وهم وتمثل بالهيكال الثالث الذي تزعم الصهيونية بوجوده تحت اساسات المسجد الاقصى لا سيما وان هذه الظروف لم تؤثر على اساسات المسجد حسب وانما احدثت تصدعات وشقوقا في اساسات المنازل والمراقف التجارية للاقصى ما يعرضها للتسقوط بل ان بعض المباني قد انهارت هلا وخبرى ايلة للتسقوط جراء الهطريات التي لم تتوقف منذ سقطت القدس تحت الاحتلال الصهيوني في حرب حزيران ويوشو عام 1967.

ومن الاصداف الوطنية والقومية التي تسعي الحملة التي يبادرت بتنفيذها نقابة المهنيين بدعم ومشاركة من النقابات الاخرى السامة بترميم واصلاح بيوت القديسين التي تضررت جراء الهطريات وكذلك اعادة بناه منازل الاسر التي هلعها الاحتلال بسبب قيام بعض المناضلين بعمليات ملعن او دس في المدن الاسرائيلية واخذت في تصدعات القديسين جراء وبيلات الاحتلال وجرائمه التي تشاول امامها هطانع النازية والفاشية علاوه على تنفيذ بعض المشاريع في الضفة الغربية لتطوير فرص عمل للفلسطينيين وخاصة من اعضاء ومنتسبي النقابات المهنية ومكافحة البطالة في صفوفهم وفي مقدمتها هذه المشاريع التشريعية الاسكانية الرامية الى توفير المنازل للاساقه الفلسطينيين من يقوم الاحتلال بهدم منازلهم او مصادرة ارضهم وكذلك لتوفير على المنازل التي صادرها الاحتلال وسلمها للمستوطنين بعد ان سرودها سكانها ومنعهم من دخولها.

والنقابات المهنية التي رفعت شعار لا تطبيع مع العدو الصهيوني تبرعت بمبعضها في القدس الشريف للمنظمة الفلسطينية واوقت على فروعها في الضفة الغربية كما كان عليه الحال قبل عام 1967 في اطار الجهود التي تبذلها لدعم فضاء الشعب الفلسطيني وتحتيته من البقاء في ارضه في مواجهة الاحتلال الصهيوني ومزمارته التي تستهدف اقتلاع الفلسطينيين من جوارهم ومطردهم من بلادهم وتشريدهم في مختلف اقطار الشتات كما نفذت مشاريع في عدد من مدن الضفة الغربية حيث اقامت مستشفيات ومطبخات وجنين علاج الفلسطينيين وخاصة من جرحى الانتفاضة وكذلك شعيا الاعتراف الاسرائيلية على الشعب الفلسطيني ولا يزال المستشفى الذي اقامته النقابات في منطقة جنين شاهدة على دعم هذه النقابات لشعب الفلسطيني وتقديم العون الذي يحتاجه ...

علاوة على ان شعار لا تطبيع مع العدو الصهيوني الذي رفعته النقابات المهنية وصلت على تطبيقه بين اعضائها ومنتسبيها وخاصة القضاة المهنيين والمحاميين الذين لعبوا من كبر النقابات واكثرها تاثيرا ودعوا في الرأي العام ضد اسمع في تصدي الشعب الاردني لكافة محاولات التطبيع مع الصهيونية فكانت النقابات الاردنية الرائدة في هذا المجال بين شقيقاتها النقابات العربية ... 138



يسعون في يومين الاسبوع الماضي، لذلك فإن أفضل ساحة للمناورة بالنسبة للسعودية في لبنان، وليس أفضل من قرار استقالة رئاسة الحكومة لإعادة خلفه الأوربان، لأن التوافق على الحصول على المشاركة السعودية.

فكن الخشية الكبرى من تأزيم الوضع في لبنان على هذا النحو من أن يكون مقدمة لحرب كبرى تستتفها دولة الاحتلال ضد حزب الله في جنوب لبنان، ذلك أن لتقرير غربية كثيرا ما أشارت خلال الأسابيع الماضية إلى تطلع لى لبنان ليس بالأمر الهين دون الحصول على المشاركة السعودية. لكن ما هي الرسالة؟ وما الذي ستعني اليه؟ ثمة من قال لها رسالة على الصاروخ اليابستي الذي أطلق من الأراضي اليمنية باتجاه مطار الملك خالد بالرياض، وثمة من قال إن الرياض لا يرون لها أن تنتهي الأمة السورية على هذا النحو حيث الأمور تسير باتجاه يرسي دمشق وحلبا بها وعلى الأخص إيران، وهو ما من شأنه أن يعيد عناصر حزب الله إلى لبنان منتسرين ما قد يساهم في توسيع وتعزيز نفوذ إيران في سوريا ولبنان وبالتالي يعطيها مزيدا من الراحة في دعم الحوثيين في اليمن.

وقت قصير من إعلانها، ذلك أنه التقي قبل سفره إلى الرياض وقد ايرتيا أظهرت الصور ما بيتهما من لبادل الاستقامات.

على العموم، كانت الاستقالة بمثابة رسالة سعودية وضعتها في صندوق الرسائل اللبناني، لكي تصل إلى وجهتها في إيران، وهذا ما حدث عندما تلقت طهران الرسالة سريعا، وردت عليها برفض الاتهامات التي أوردها الحريري في بيان استقالته. لكن ما هي الرسالة؟ وما الذي ستعني اليه؟ ثمة من قال لها رسالة على الصاروخ اليابستي الذي أطلق من الأراضي اليمنية باتجاه مطار الملك خالد بالرياض، وثمة من قال إن الرياض لا يرون لها أن تنتهي الأمة السورية على هذا النحو حيث الأمور تسير باتجاه يرسي دمشق وحلبا بها وعلى الأخص إيران، وهو ما من شأنه أن يعيد عناصر حزب الله إلى لبنان منتسرين ما قد يساهم في توسيع وتعزيز نفوذ إيران في سوريا ولبنان وبالتالي يعطيها مزيدا من الراحة في دعم الحوثيين في اليمن.



لبنان.. صندوق رسائل بلال العويني

لعلنا ظل لبنان "صندوق رسائل" للعديد من الدول فهذه سبعينيات القرن الماضي مروروا بالثلاثين الطائف 1989، رسم له قدرا سيظل عاجزا عن تغييره باتجاه املاك قراره السياسي المستقل، إذ لا يمكن لأحد القول إن الحكومة أو الرئاسة اللبنانية قادرة على اتخاذ قرار يهزول عن الاعيين الوكولين الأساسيين في لبنان، فهاكبة السياسيين اللبنانيين ليسوا أكثر من ناطقين باسم حكومات الدول التي يخدمون لها بالولاء ويتخذون أجدلتها على الساحة اللبنانية أو انطلاقا منها. وفي هذا، يمكن القول إن رئيس الوزراء اللبناني لا يمتلك سيادة على قراره في الاستقالة التي أعلنها بشكل مفاجئ من الرياض، فهو لم يكن في ذلك الوقت أكثر من ناقل للرسالة السعودية، بل إن أغلب العن أنه لم يعلم بقرار استقالته إلا قبل الرئيس اليمني عبد ربه منصور هادي في لقاء جمعه

تحكي لحدنا

- علمت "لا تحكي لحدنا" أن رجل أعمال أردني كبير مطلوب على قضية تحقيقات الفساد في المملكة العربية السعودية.
- علمت "لا تحكي لحدنا" أن دمشق استمدت القاتم بأعمال السفارة السورية في عمان الدكتور أيمن علوش، وهو متواجد حاليا في العاصمة السورية منذ أسبوع.
- علمت "لا تحكي لحدنا" أن النائب طارق خوري يضع اللصان الأخيرة على قائمة الوفد النيابي الذي يعترزم زيار العاصمة السورية دمشق.
- لم تكف الأسئلة حول مشروع المدينة الجديدة حتى بعد أن كشفت الحكومة عن مكانها ومطومات كثيرة عنها، إذ تساهل نشطاء على مواقع التواصل الاجتماعي عن قرب المدينة من مكان المفاعل النووي الذي قامت الحكومة في وقت سابق إنها اختارت له مكانا بعيدا عن المناطق السكنية للتلوث.

للتخلص من الزكام.. إليك هذه الطرق

بيروت-الأنباط

لم تعد الإصابة بالزكام تقتصر على فصل معين من السنة بل باتت تسجل في أي وقت نتيجة لتكاثر الفيروسات المسببة لها في بيئتنا والتي باتت تتراوح بين 20-30. لكن ثمة طرقاً طبيعية يمكن أن تخفف من حدة الزكام أو حتى تحول دون الإصابة به، وهي تتركز على تعزيز عمل جهاز المناعة بالجسم فيتمكن من القضاء على الفيروسات والبكتيريا بفعالية أكبر. وأحد مواقع "غلوبال هيلث سنتر" عن العديد من الطرق الطبيعية الفعالة لتعادي الزكام وأبرزها:

- تعزيز نسبة الفيتامين "د" بالجسم من خلال التعرض للشمس ما يحفز عمل الخلايا المناعية ويخفف نسبة السموم بالجسم ويقلل من ردة الفعل على الالتهابات.
- الإكثار من تناول الأطعمة الغنية بالزنك، التي تعزز جهاز المناعة ويحارب البكتيريا.

info@alanbat.net

Abuini7@yahoo.com

كيف تتخلص من نوبات الغضب؟



باريس-وكالات

إن الغضب عند الإنسان هو التعبير عن مشاعر إنسانية تحدث في داخل الشخص ووجود الغضب لا يعتبر هو بحد ذاته المشكلة الأساسية ولكن تكمن المشكلة في شكل التعبير عن هذا الغضب التي تختلف من شخص إلى آخر، ففي بعض الأحيان يكون هناك الكثير من المبالغة في التعبير أو تسرع في اتخاذ قرارات جراء نوبة غضب وتكون كلها خاطئة لأنها أحكام سريعة وغير منطقية وعقلانية. تسبب موجة الغضب وبخاصة إذا تم التعبير عنها بشكل خاطئ بالكثير من المشاكل للشخص مع محيطه وفي عمله ومزاجه وحتى مع الأصديقاء والأهل وأقرب المقربين منه، فبسبب موجة غضب قد يصدر عنه بعض التصامير الثابتة أو الانتقادات الجارحة التي قد تؤدي لمشاعر الآخرين أو قد تعرضهم لجرح أو إيذاء لا يعود الأنتاف ينفع معها بعد ذلك.

الفشار مشاعر غضب كثيرة محتلفة، في حال كانت هذه المشكلة يكمن الحل في التعبير عن المشاعر عند الشعور بها أول بأول وعدم التأجيل وتكديس المشاعر ويكون ذلك لتجنب الوصول الى مرحلة الانفجار الكبير.

يجب في الحالة الثانية على الشخص الغاضب أن يضع نفسه مكان الشخص الذي يغضب عليه ومحاولة قياس مآتا سيحصل معه لو كان هو في هذا الموقف الحساس وما سيسبب مشاعره من جرح أو ألم.

للمحافظة على ابتسامة جميلة.. اتبعوا هذه الطرق

بيروت-وكالات

لنحم جميعنا بابتسامة جميلة، ولكن هذه الابتسامة بأسنان جميلة ولثة صحية. ولكن تجميل الأسنان لا يقتصر على تبييضها حسب بل يعنى أيضاً بتصحيح التباعد والتقويمها وتحسين شكلها. لذلك سنترفع في مقالنا اليوم إلى طرق تجميل الأسنان وإلى العادات اليومية التي يمكن أن تضر بالأسنان. كما ذكرنا آنفاً، لا يقتصر تجميل الأسنان على اللون الأبيض الجميل بل يعنى أيضاً تنظيف الأسنان والعناية بها ومعالجة مشاكل اللثة مثل تراكم الجير والبكتيريا والملاك. ويعنى تجميل الأسنان أيضاً لتبييض الأسنان المتكتمة لتحسين مظهرها وزرع الأسنان في حال تم اقتلاع أحدھا للحفاظ على ابتسامة جميلة. علاوة على ذلك، يعنى التجميل لتصحيح التباعد بين الأسنان وتقويمها وقد يتم تصحيح هذا التباعد باستعمال التقويم أو بالتلييس. وبالتأكيد، يعنى تجميل الأسنان تبييضها ويتم التبييض بأساليب عدة منها

اللبازر والأدوية التي توضع على الأسنان وغيرها. يمكن للعادات اليومية التي لا نعتبرها أهمية أن تؤثر على صحة الأسنان وأول هذه العادات هي عدم تنظيف الأسنان بصورة منتظمة. ومن العادات الأخرى شرب كميات كبيرة من المشروبات الغازية والمنبهات مثل الشاي والقهوة واليكازر من تلوّن الأسنان التي تضر بالأسنان وتؤدي إلى تسوسها. ويؤثر التدخين أيضاً بشكل كبير على لون الأسنان وصحتها وعلى صحة اللثة. وعلى الفرد الانتباه أيضاً عند تناول المأكولات القاسية مثل المكسرات إذ تؤدي إلى تكسر الأسنان.