

٢٠ توت ١٧٣٨ شهاد

14th. Year.

Thursday September 30, 2021

ومن لا يحب لم يعرف الله، لأن الله محبة

He who does not love does not know

God, for God is love 1 John 4:8



For Advertisement
ahram.teeba@gmail.com
Tel: 647-823-6779
www.ahram-canada.com
Issue 352
Bi-monthly. Non-profit **\$1**

أوتاريو تنشر تفاصيل جديدة
حول كيفية إثبات الحصول على
التطعيمات بداية من ٢٢ سبتمبر

كلام الرجال

كيف نتعرف على صوت الله
عندما يتحدث إليك؟

ماذا انتم فاعلون بعد مهزلة
الانتخابات

أي حاحه قديمة... للبيعه

قصة حياة لوحة - الصليب في
تعليم المسيح

نظورات فيروس دلتا في مصر

مراحل الإيمان السبعة

موجودا.. نعم، متواجدا.. لا!

مبادرة روجرز

نقريتي

بَهجَة الرّوضِ التّصيرِ

طريقة لإلزام المريض بالمطابقة

ما بعد الأيام

نورثو تحل المرتبة الثانية في
قائمة المدن الأكثر أمانا في العالم
لعام ٢٠٢١

طالبات وطلبة جامعة ويسنر
في مدينة لندن بأوتاريو يخرجون
من الصفوف للاحتجاج على
التحرش الجنسي للنساء في الحرم
الجامعي

رئيس وزراء البرتا جيسون كيني
يعتذر للمواطنين عن الإجراءات
التي أعلنها عن فتح المقاطعة
في شهر يوليو، والتي أدت إلى
ارتفاع حاد للمصابين بالفيروس

أبونا القمص أنجيلوس ميخائيل
سعد

الزهايمر وأمراض الخلف
الذهني للكبار

مستشفى وندسور توقف ١٤٠ من
العاملين فيها عن العمل بسبب
عدم حصولهم على تطعيم
كوفيد ١٩

عصفور الحرية



تكريم الكنيسة
القبطية في كندا
بإطلاق اسم
أبونا أنجيلوس
سعد على
شارع و منتري
في مدينة
ميسيساجا

MEDHAT OWEIDA
Mortgage Agent
M21002177
medhat_oweida@centum.ca
centum.ca/medhat_oweida
CENTUM
Looking out for your best interest™
All Financial
Cell: (416) 400-5352

Hand-In-Hand
شركة متخصصة في إدارة العقارات السكنية بمنطقة
تورونتو وضواحيها
خدماتنا تشمل الآتي:
(١) تأجير العقار سريعاً
(٢) توريد شبكات الإيجارات في وقتها
(٣) تفتيش العقار سنوياً (٤) دفع الفواتير
(٥) متابعة مع المستأجر
(٦) المالك دائماً على علم بعقاره
(٧) تعيين المهنيين للتصليح بأسعار معقولة
(٨) تنظيم وضبط الدخل والمصاريف وتقسيمها لحاسبك
(٩) مراقبة معدل الإيجارات سنوياً وتزويده
(١٠) ٢١ عام خبرة
للاستعلام والاستشارة مجاناً اتصل بـ
نبيل دانيال ت: 416 258 4390 أو دانيال دانيال ت: 416 389 8499

Dr. Mervat Nawar
Family Dentist
207 - 1719 Lawrence Ave E.
Scarborough, ON. M1R 2X7
Tel: (647)7481611 - (416)2641211
Fax: (647)7481711 - (416)2641803
mervatnawar@yahoo.com

Gigi & Ash Eskarous
E-mail: gihaneskarous@yahoo.ca
416577 8733
416659 8744
For Catering Healthy & Tasty
Mediterranean Food

Nabil Danial
Broker
www.NabilDanial.com
MOBILE: 416.258.4390
BUS: 416.298.8200
FAX: 416.298.6602
EMAIL: nabil.danial@century21.ca
#1 CENTURY 21 office worldwide
2013, 2012 & 2011
CENTURY 21.
Percy Fulton Ltd.
Each office is independently owned and operated.

ROYAL LEPAGE
Real Estate Services Ltd., Brokerage
• Residential
• Commercial
Hany Eltalawy P. Eng.
Sales Representative
Cell: (905) 783-6080
Office: (905) 828-1122
E-mail: heltalawy@sympatico.ca

بيع وشراء
وايجار العقارات
خدمة
متميزة
فرص للاستثمار العقاري
شقق ممتازة في قلب تورونتو
EDWARD YACOB
B.SC IN CIVIL ENGINEERING
SALES REPRESENTATIVE
Cell: 416 315 0480
RIGHT AT HOME REALTY INC.
REAL ESTATE BROKERAGE
خدماتنا المتميزة تمتد
إلى ما بعد البيع أو
الشراء

• FREE & Quick Online Home Evaluation
Visit www.yourhomeworthnow.com
• Search For Your Dream Home, FREE
Visit www.HomesInTorontoForSale.ca



ONTARIO TRAVEL & IMMUNIZATION CLINICS

COVID 19 PCR TEST
WORKPLACE SCREENING
INTERNATIONAL TRAVELERS
TESTING FOR PEACE OF MIND

CALL 905-828-6000

All travel vaccines & routine immunizations on site
26 years of excellence in travel medicine

نتائج الانتخابات وفارق الأصوات الرهيب بين المرشح القبطي والخاسر والمرشح الفائز امامة هل سنعتبر الموضوع فهلة استعراض وحب الظهور ام اننا سنبداء من الان وانا اعنى الان بترتيب الأوراق واختيار الأحزاب وتجهيز المرشحين القادرين على المنافسة هل سيكون لدينا خطة حقيقية وورقة عمل مدروسة وواقعية تكون مبنية على احصائيات دقيقة وموثقة عن كل منطقة انتخابية وعن طبيعة وانتماء الكتلة التصويتية في كل منطقة فمن غير المنطقي ان ارشح احد الاقباط على قائمة الكونسيرفاتييف في منطقة تاريخيا هي مغلقة على الحزب الليبرالي وهذا ما حدث في مونتريال على سبيل المثال لا الحصر ولكنى أقول لمثل ذلك المرشح الذى يناطح الهواء ارجوك لا تزج باسم الاقباط في هذه المهزلة ان تمثّلنا في البرلمان الكندى ليس بامر صعب ولكن ما نفعله نحن يجعل الأمور علينا صعبة ان جاليات أخرى دخلت هذه الانتخابات وهى واضحة هدف لها ان تكون ممثلة ب ٢١ عضوا في البرلمان الكندى حقيقى انهم لم يصلوا لهذا العدد في هذه الانتخابات لكنهم يسعون ويخططون وسيصلون لانهم ببساطة واقعيون ويستخدمون امكانياتهم وتنظيمهم ،نحن الاقباط الان اصبحنا منقسمين الى كتلتين واحدة منهم تؤيد مبادئ الكونسيرفاتييف وهم اغلبهم ممثلون بكبار السن والجيل الأول والكتلة الثانية ومعظمها من الجيل الثانى والثالث وموزعون بين الليبرالي وال NDP وهذا يعتبر تفتيت أصوات وبالتالي اذا كان هناك تخطيط وتنسيق بين الكتلتين لاختيار مرشح شاب مولود في كندا خريج جامعات كندا وينال كل الدعم من كل الاقباط فهذا سيكسب بالتأكيد موضوع ان نمثل كاقباط في البرلمان الكندى هوا موضوع غاية في الأهمية وادل سبب لذلك هوا حرق كنيسةنا في فانكوفر والذى لم نجد فيه عضو برلماني واحد يتحدث عنة امام الامة الكندية والشيء الايجابى في الموضوع ان لدينا من الافاضل الذين اخذوا على عاتقهم خدمة ودعم كل القضايا القبطية واعتقد ان الاهرام الكندى يزخر بهم سيقدمون كل ما يستطيعون لكى نمثل داخل البرلمان الكندى وبهم سنصنع الفارق

الفارق - ١٣



بقلم فهدى حنين

فى حياة الإنسان فى حياة الشعوب والامم او فى التاريخ البشرى عامة قد يكون هناك شخص او مجموعة من الأشخاص او موقف او حدث قد يغير من مجريات الحياة او قد يؤثر فيها سلبا او إيجابا وقد يجعلها احسن او حتى اسوء وهذا ما يشكل الفارق

ماذا انتم فاعلون بعد مهزلة الانتخابات

انتهت الانتخابات البرلمانية الكندية المبكرة التي دعى اليها السيد رئيس الوزراء الكندى تروودو والتي جاءت مخيبة لآمال الليبراليين الذين كانوا واثقين من تشكيل حكومة اقلية حتى يستطيعوا تمرير ما يريدون من قوانين وبالرغم من انهم فازوا بحكومة اقلية لكن فوزهم هذا عليه علامات استفهام كبيرة مثيرة حيث انهم اضاعوا مليارات من جيوب دافعي الضرائب لتقديم مساعدات لاكثر من ٤٠% من الشعب الكندى لمواجهة جائحة كورونا هذه الإعانات كانت بصورة مبالغ فيها كما ان كثيرين ممن تلقوها كانوا لا يستحقونها كل ذلك لتحسين صورة الحزب الليبرالي الذى لولا تلك الإعانات ودعم المهاجرين وتأييد طائفى معين لخسر الحزب الليبرالي تلك الانتخابات ولكن ما يهمنى هنا هو ما سنفعلة نحن الاقباط بعد تلك الانتخابات ،في انتخابات ٢٠١٩ كان لنا مرشحين أقوياء ولكن مع الأسف خسروا ولم نفوز في الى دايرة انتخابية على مستوى كندا وفى هذه الانتخابات أيضا لم نفوز وحتى الان لم نمثل في البرلمان الكندى إذن السؤال الأول والملح جدا ماذا نحن فاعلون هل سنعيد الكرة ونرشح وندعم اشخاص ليس لهم وزن لكى يمثلونا ثم يخسرون مجددا ويصاب شبابنا باحباط وخيبة امل عندما يرى

Dufferin Drug Mart.



Free Compliance Packaging (Blister Packs) Free medication reviews
Accept all private and refugees plans
Special discount on OTC for seniors everyday
20 % discount with this coupon.
We speak English/Arabic/italian/portugues/spanish
free Delivery

1670 Dufferin St. Toronto. ON M6H 3M2

Tel : 4166510052

Opening hours : 9-6 everyday - Saturday 9-3

أن اردت ان تتلقى الاهرام الجديد في يوم صدوره على الايميل
ارسل لنا على

ahram.teeba@gmail.com او

8164gindi@rogers.com

Nova Pharmacy

1674 Dufferin street. Toronto M6H 3M1
Tel : 4169017587
Fax : 4169017687
email : novapharmacydm@yahoo.com
opening hours
Mon-Friday : 9-6:30 Sat : 9-3

Free Compliance Packaging (Blister Packs) Free medication reviews

Accept all private and refugees plans

Special discount on OTC for seniors everyday

20 % discount with this coupon.

We speak English/Arabic/italian/portogues/spanish free Delivery



لتصميم اعلانك الجديد 647 823 6779

اوتصل باشرف اسكاروس (416) 659-8744

المعالجة النفسية أيدن مبراتيو

Registered
Psychotherapist
Eden Mebrahtu



لعلاج الصدمات النفسية المسببة للجوء لكندا، والمشاكل النفسية المختلفة سواء الناتجة عن حوادث العربات أو للتأقلم أو العائلية وغيرهم

طالبى اللجوء مجاناً لأن ال (بلو كروس) يغطيهم

نساعذك في المثل امام محكمة اللجوء وأيضا لو كنت غير مؤهل لامتحان الجنسية الكندية، لو لديك اثبات طبي او تعليمي

نخدم بلغات مختلفة

انجليزي عربي تجرينى، امهرى، اسبانى

وسط مدينة تورونتو

Yonge Street and St. Clair Avenue

اتصل لاستشارة مجانية

647-528-7390

edenmeh.cb@gmail.com

تكريم ابونا انجيلوس سعد بكندا



مختلفة مثل مدرسة شاسعة وعمارات سكنية لمحدودي الدخل.

كان الاقباط في مصر قبل سفرهم للهجرة لكندا يعلمون تليفون ابونا انجيلوس والكنيسة، ويعلمون انهم سيجدون من ينتظرهم ويسهل الأمور لهم حال وصولهم للمطار. وابونا انجيلوس له قدرة فائقة على تذكر اسم كل شخص ومناداته باسمه.

ابونا انجيلوس هو من بدأ معنا الأهرام الجديد في اول اجتماع للاتفاق على ظهور الجريدة عام ٢٠٠٨ وأشار لى وباركنى لبداية هذا العمل، ودائما أقول له ولغيره إنني توليت الأهرام الجديد برسامة كهنوتية من ابونا انجيلوس.

الكثير جدا ممكن ان يقال عن ابونا انجيلوس في مواقف التعاضد الروحي والاجتماعي للشعب، كما أيضا يقال عن محاربة عدو الخير له بسبب هذا النشاط الهائل الملتهب.

مبروك لشعب مدينة ميسيساجا والشعب القبطي عامة هذا التكريم المستحق لأبونا انجيلوس، ونطلب له طول العمر.

و. رأفت جنري

8164gindi@rogers.com

يوم الاحد الماضي ٢٦ سبتمبر ٢٠٢١ أقيم احتفال أطلقت فيه مدينة ميسيساجا اسم ابونا انجيلوس سعد على شارع ومنزله عام مهم بالمدينة. حضر الاحتفال العديد من الشخصيات الهامة والعامه.

أبونا انجيلوس سعد يعتبر من الشخصيات التي اشرت في كندا وبالتحديد في مدينة ميسيساجا فهو خادم كنيسة العذراء مريم والقديس اثناسيوس بالمدينة.

أصر مستشار المنطقة التي بها الكنيسة على إطلاق اسم ابونا انجيلوس على الشارع والحديقة في حياته وليس كما هو معتاد بعد انتقال الشخص.

حضر ابونا انجيلوس لميسيساجا عام ١٩٨٩ بعد زيارة قداسة البابا شنودة التاريخية لكندا للاحتفال باليوبيل الفضي للكنيسة القبطية في المهجر.

أبونا انجيلوس كان شعلة نشاط لا يهدأ، اقام الكثير من الكنائس وليس فقط في ميسيساجا ولكن في المدن التي حولها مثل ميلتون واوكفيل بل هو من بدأ كنائس استقلت بعدها تماما مثل هاميلتون وبرامتون وسانت كاثرين. بالإضافة لإنجازات عمرانية

مسنة في عمر الـ ٩٦ متهمة بقتل أكثر من ١١ ألف شخص وتفرق قبل بدء محاكمتها



قالت متحدثة باسم محكمة ولاية شلفريج-هولشتاين، شمالي ألمانيا: إن السلطات ألقت القبض على ألمانية، تبلغ من العمر ٩٦ عاماً لم تمثل أمام المحكمة أمس الخميس في بداية محاكمتها في اتهامات المشاركة في جرائم قتل جماعي في أحد المعسكرات النازية أثناء الحرب العالمية الثانية.

واتهمت إيرمجاردي فريتشنر، التي تقطن في بلدة إيتسهويه في أقصى شمال ألمانيا بالمشاركة، عندما كان عمرها ١٨ عاماً، في قتل ١١٤١٢ شخصاً حين كانت تعمل على آلة كتابة بمعسكر الاعتقال شتوتنهوف في الفترة من ١٩٤٣ إلى ١٩٤٥، وفق قناة «دي دبليو» الألمانية.

وكان رئيس المحكمة دومينيك جروس قد قال إن جلسة الاستماع الرئيسية المقررة لا يمكن أن تبدأ إلا بعد التحقق من قدرة السيدة العجوز على المثول أمام المحكمة، وتسبب هروب المتهمه في تأجيل المحاكمة إلى ١٩ أكتوبر القادم، وإصدار أمر الاعتقال ضدها.

وقالت فريديريكه ميلهوفر، المتحدثة باسم المحكمة «المشتبه بها هربت... تركت منزلها في وقت مبكر من الصباح في سيارة أجرتها أقلتها إلى محطة مترو». وأضافت المتحدثة أن أمراً بالاعتقال صدر بحقها.

وتقع إيتسهويه في أقصى شمال ألمانيا على بعد نحو ١٠٠ كيلومتر من الحدود الدنمركية.

وأكدت ميلهوفر في وقت لاحق القبض على المتهمه وأن طبيباً يعكف في الوقت الراهن على تحديد ما إذا ما كانت حالتها الصحية تسمح بسجنها. وقالت إن موعد الجلسة التالية تحدد يوم ١٩ أكتوبر.

وبحسب بيانات الهيئة المركزية المعنية بالتحقيق في الجرائم النازية في لودفيجسبورغ، لقي نحو ٦٥ ألف شخص حتفهم في معسكر اعتقال شتوتنهوف ومعسكراته الفرعية وكذلك فيما يسمى بمسيرات الموت في نهاية الحرب.

وكانت لجنة أوشفيتز الدولية أعربت عن استيائها من هروب المتهمه، وقال نائب الرئيس التنفيذي للجنة كريستوف هوينر أمس الخميس: «يظهر ذلك ازدراء لا يُصدق لسيادة القانون وكذلك للناجين».

صفحة في دفتر أحوال مصر

تطورات فيروس دلتا في مصر



بقلم فادي جرمس
وينيبيج - مانيتوبا



أثار تفشي حالات الإصابة بـ كوفيد، بمتحور دلتا من فيروس كورونا، قلقاً في مصر، بعد أن رُصدت ما يزيد على ٣٠٠ حالة إصابة خلال ١٠ أيام، الأمر

الذي دفع إلى تعزيز إجراء الفحوص الطبية وفرض قيود على سفر المواطنين وليس من الواضح كم عدد الأشخاص الذين حصلوا على التطعيم بالكامل في مصر، على الرغم من أن السلطات تقول إن عدد كبير من الجرعات قد أعطيت حتى الآن.

فما هو متحور دلتا؟ توجد آلاف الأنواع، أو المتحورات، المختلفة للفيروس المسبب لكوفيد في شتى أرجاء العالم. ويبدو أن إحداهما، والمعروف باسم متحور دلتا أو «بي. ١,٦١٢,٧»، الذي ينتشر بسرعة في العديد من الدول، من بينها بريطانيا، بل أصبح هو المتحور السائد وراء معظم الإصابات الحالية وتصنف بريطانيا متحور دلتا على أنه «متحور مثير للقلق»، ويخضع لمراقبة دقيقة من جانب مسؤولي الصحة كما تشمل المتحورات الأخرى المثيرة للقلق حالياً: متحور ألفا، رُصد أول مرة في بريطانيا، وانتشر في ما يزيد على ٥٠ دولة، متحور بيتا، رُصد أول مرة في جنوب إفريقيا، بيد أنه انتشر في نحو ٢٠ دولة أخرى، بما في ذلك مصر، متحور غاما، رصد أول مرة في البرازيل، ولكنه انتشر في ما يزيد عن ١٠ دول أخرى، بما في ذلك مصر، وتتحور الفيروسات باستمرار، وتبدو معظم التحورات غير منطقية، حتى أن بعضها يؤدي الفيروس نفسه، بيد أن تحورات أخرى تجعل المرض أشد عدوى أو تهديداً، بل تميل بعض التحورات إلى أن تصبح نماذج مهيمنة.

ولكن يظل هنا سؤالاً هاماً وهو هل متحور دلتا أشد خطورة؟ فقد أوضحت التقارير الصادره من منظمه الصحة العالميه انه لا يوجد دليل على أن متحور دلتا، أو أي من المتحورات الأخرى، يسبب مرضاً أشد خطورة للغالبية العظمى من الأشخاص، وكما هو الحال مع الفيروس الأصلي، تظل نسبة الخطر أعلى في فئة كبار السن أو الذين يعانون من ظروف صحية مزمنة لكن على الرغم من ذلك، إذا كان المتحور أشد عدوى، فقد يؤدي الأمر إلى تسجيل مزيد من حالات الوفاة بين الأشخاص غير الحاصلين على اللقاح.

وتوفر اللقاحات حماية عالية من الأمراض الشديدة المصاحبة لكوفيد-١٩، بما في ذلك العدوى التي تسببها المتحورات مثيرة للقلق، كما تقلل اللقاحات من خطر الإصابة، بيد أنها ليست مثالية ولا تقضي تماماً على جميع المخاطر تظل النصيحة الأساسية لتفادي الإصابة بالعدوى كما هي بالنسبة لجميع المتحورات : اغسل يديك، وحافظ على مسافة بينك وبين الآخرين، وضع كمامة على وجهك واحرص على التهوية ، خضعت جميع المتحورات مثيرة للقلق لتغييرات في البروتين الشوكي (البروتين الذي يشكل

أكليل الأشواك أو النتوءات المحيطة بالفيروس) ، وهو جزء من الفيروس يخترق الخلايا البشرية ويقول مسؤولون في مصر إنه لا يوجد دليل يشير إلى أنه يسبب مرضاً أشد خطورة أو قد يجعل اللقاحات الحالية أقل فعالية.

ويبدو أن تحور واحد تشترك فيه متحورات ألفا وغاما وبيتا، يجعل من السهل على الفيروس إصابة الخلايا والانتشار يحتوي المتحوران بيتا وغاما على طفرة وراثية رئيسية قد يساعد الفيروس على تجنب بعض دفاعات الجسم المناعية كما رصد الخبراء عدداً صغيراً من حالات إصابة بمتحور ألفا تحتوي على هذا التحور.

هل تظل اللقاحات فعالة للحماية من المتحورات؟ صُممت اللقاحات المتوفرة حالياً للحماية من أنواع سابقة لفيروس كورونا، مما يعني أنها قد لا تكون مثالية تماماً مع المتحورات الجديدة وبالتالي قد لا تكون فعالة على نحو جيد بيد أن الخبراء يقولون إن اللقاحات لا تزال فعالة للغاية في حماية البشر والحد من خطر الإصابة الشديدة.

أظهر تحليل أجرته منظمه الصحة العالميه أن جرعتين من لقاح فايزر أو أسترازينيكا توفر فعالية بنسبة تزيد على ٩٠ في المئة تجعل الأشخاص لا يلجأون إلى المستشفى نتيجة الإصابة بمتحور دلتا على الرغم من ذلك، كانت جرعة واحدة أقل فعالية من حيث الوقاية من الإصابة بمتحور دلتا، مقارنة بمدى فعاليتها ضد متحور ألفا ويقول الأطباء إنه من الضروري أن يحصل المرء على جرعتين من اللقاح لتوفير أعلى قدر من الحماية ضد المتحورات الحالية والناشئة.

هل توفر جرعات معززة من اللقاح حماية من المتحورات؟ الخبراء واثقون من إمكانية إعادة تصميم اللقاحات الحالية بغية مواجهة المتحورات الجديدة بشكل أفضل واعتماداً على كيفية استمرار تطور متحورات الفيروس، يمكن أن توفر جرعات لقاح معززة على الأرجح حماية لكبار السن أو الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة إكلينيكيًا في وقت لاحق من العام.

و أعلنت اللجنة العليا لمكافحة فيروس كورونا في مصر أن الأطفال هم أكثر الفئات عرضة لمتحور دلتا بلس لفيروس كورونا المستجد، بخلاف المتحورات الأخرى التي كانت تستهدف فئات عمرية تبدأ من ١٨ عاماً فأكثر، وقالت مصادر حكومية مصريه مشاركة في تطبيق خطة مكافحة كورونا إن خطورة المتحور الجديد على الأطفال تتزايد مع دخول مصر في الموجة الرابعة من الجائحة هذا العام وبحسب المصادر فإن القطاع الصحي يبحث حالياً إمكانية منح الأطفال اللقاحات المضادة لكورونا، بغرض تحفيز مناعتهم ضد المتحورات الجديدة،

خصوصاً متحور دلتا الخطير شديد

العدوى والأكثر انتشاراً وأوضحت المصادر أن هذه الخطوة متوقفة على الانتهاء من أولوية تطعيم البالغين وأصحاب الأمراض المزمنة، عقب اكتمال خطة الاكتفاء الذاتي من اللقاحات عام ٢٠٢٢، وبعد الاطلاع على النتائج النهائية لتلقيح الأطفال في عدد من بلدان العالم، ويرتبط التطعيم، بحسب مسؤول بوزارة الصحة المصرية، على أمرين؛ الأول هو نتائج الدراسات العلمية حول أمان نوعية اللقاح المتوفر في مصر مثل «سينوفاك»، أو أي دراسات على نوع آخر من اللقاحات، و تنفيذ دراسات ميدانية في مصر حول التطعيم ويوضح المسؤول المصري أن التقنية التي يعمل بها لقاح «سينوفاك»، تتشابه مع لقاحات أو تطعيمات «الإنفلونزا الموسمية» التي تتوافر سنوياً، ويتم السماح بها وفق معايير منظمة الصحة العالمية ابتداء من عمر ٦ أشهر، وتستهدف الحكومة المصرية تطعيم نحو ٤٠ مليون مواطن، بنهاية العام الجاري، فيما بدأ قبل أيام إنتاج أول مليون جرعة من لقاح سينوفاك الصيني في مصر، داخل مصانع فاكسيرا المصرية، ومن المنتظر إنتاج نحو ٨٠ مليون جرعة إضافية في الأشهر الخمس المقبلة.

وافادت الانباء الوارده من وزاره الصحة المصريه إن لقاحات كورونا مفيدة للمواطنين من الناحية العلمية؛ المعرضون للإصابة، موضحاً أنه رصد في الفترة الأخيرة إصابات متعددة بكورونا الجديد، لكن دون أعراض أو بأعراض خفيفة، حسب السلالة المصاب بها الشخص، وكمية الفيروس التي استنشاقها، وحالة جهازه المناعي، وافادت المصادر أنه يفضل البدء بتطعيم الأطفال المصابين بالأمراض المزمنة لدعم مناعتهم، مثل الأطفال المصابين بالسكري أو أنيميا البحر الأبيض المتوسط أو أورام سرطانية وغيرها حيث ان الجهاز المناعي للأطفال يستجيب شأنه شأن الكبار، ويكون أجسام مضادة لدى بدء إعطائه اللقاحات، وأشارت التقارير إلى أن الشريحة العمرية المستهدفة بالتطعيم من ١٢ إلى ١٨ سنة تشمل طلبة المدارس وبداية المرحلة الجامعية، وهي شريحة مهم تحصينها لكثرة اختلاطها وتحركاتها في المجتمع، وتأمل وزاره الصحة في اعطاء الجرعتين الي اكبر عدد ممكن من المواطنين بنهايه العام الجاري.

بيتك وسوق العقارات

CONDO VS FREEHOLD



ناصر بطرس - خبير عقاري

الكوندو قد يكون خيار جيد لكثير من الناس، بما في ذلك المشتري للمرة الأولى، حيث يكون نقطة انطلاق جيدة لأنه عادة ما يكون أقل تكلفة للاحتلاك من المنزل التقليدي. يمكن أيضا أن يكون الكوندو القرار الصحيح للبعض على أساس أسلوب الحياة السهل والأمن.

لكن بعض الناس ليس لديهم فهم واضح لمصطلح «الكوندو»، يستخدمونه كما لو كان مرادفا ل «شقة»، إلا أن المصطلح يشير إلى شكل من أشكال الملكية و ليس له علاقة بالخصائص الشكلية للوحدة. فالكوندو يمكن أن يكون شقة أو تاون هاوس ، أو أي نوع من الوحدات المتعددة ذات المناطق المشتركة سواء كانت وحدات سكنية أو تجارية. ويمكن لهذه المناطق المشتركة ان تأخذ شكل حوض سباحة، غرفة تمرينات، جراج للسيارات، الخ. ويشارك أصحاب الوحدات في تكلفة تشغيل وصيانة هذه المناطق المشتركة في شكل رسوم الصيانة التي عادة ما تدفع شهريا. يتم تحديد التكاليف من قبل أصحاب الوحدات ويقوم بالإشراف عليها شركة إدارة متخصصة مما يوفر عليك مجهود العناية والصيانة.

هذا الشكل من التملك لديه قواعد تحكمه مثل السماح او عدمه بالاحتفاظ بحيوانات أليفة، الألوان الخارجية المسموح بها، الخ. كذلك يذهب جزء من رسوم الصيانة نحو صندوق احتياطي، للاستخدام في حالة الحاجة الى مصروفات صيانة كبيرة خاصة عند تقدم المباني في العمر.

من ناحية أخرى ، وحدات التملك الحر مع كونها اكثر تكلفة للتملك، الا انها توفر لك المزيد من الحرية للصيانة او التغيير لتلائم مع الاحتياجات الخاصة بك. وبما انك انت المسؤول عن الصيانة ، ف لديك سيطرة اكبر على تكاليف الصيانة. ويمكنك أن تبقي النفقات منخفضة اذا قمت ببعض اعمال الصيانة بنفسك.

ارحب دائما بأسئلتكم وتعليقاتكم على
naser@estatesavvy.ca

لإعلان بالجريدة انصل على:
ahram.teeba@gmail.com

او انصل بأشرف اسكاروس
(416) 659-8744

أسرة تحرير الأهرام الجديد

رئيس التحرير
د. رأفت جندي

مدير التحرير
مدحت عويضة

مجلس الإدارة

مدحت مورييس
تباسيم جندي
أشرف إسكاروس

شعر عماد الدين التونسي



بَهْجَةَ الرُّؤُضِ
النَّضِيرِ

تَبَّرَ إِحْسَانَ الشُّعُورِ

تَنْجَلِي مِنْكَ الْحَازِنُ

يَا صَبَاحًا مِنْ ثُغُورِ

خَلْفَكَ السَّرْبُ فَطِيرِي

سَهْمَ هَالَاتِ الْبُرُورِ

تَوْقِظُ الْأَحْيَا لِفَجْرِ

قَبْلَةَ الْأَقْصَى الطَّهُورِ

حَلْمَهَا الْعُمَرُ رَيْعًا

عَهْدَ خَيْرَاتِ السَّرُورِ

تَمَلُّ الطَّسَمِ شَمُوعًا

عَصَرَ كَبَوَاتِ الصُّقُورِ

شَفْعِكَ الْمِرْحَابِ أَبْقَى

خَيْرَ بَاقَاتِ الزُّهُورِ

فَاقَتِ الْعَرَبُ شَمُوحًا

وَجَلَّالًا بِالْفُتُورِ

يَا الدَّلَالُ لَوْ ذَكَّرْنَا

وَالْبَهَاءَ كَالْجُدُورِ

مَوْطِنُ الْإِكْرَامِ ظِلٌّ

يَعْمُرُ أَفْقَ الْبُحُورِ

بَهْجَةَ الرُّؤُضِ النَّضِيرِ

مِصْرَ جَنَاتِ الْخُمُورِ

مَجْرُوءَ الرَّمْلِ

مِصْرَنَا رُوحَ الْعُطُورِ

حُضْنَهَا عُرْسُ الْبُدُورِ

نِيلُهَا يَبْعَثُ فِينَا

حُلُوَ آيَاتِ الْحُبُورِ

شَمْسُهَا تُغْرِقُ أَقْحَوَانَ

مُهْجَةَ الْبُعْثِ التَّنُورِ

مَجْدَهَا الْقُرْآنُ حَدَّثَ

وَأَذْكُرُوا مُوسَى بِطُورِ

دُمْتَ خِصْبًا يَا الزَّكِيَّةَ

مَوْجَ أَنْفَاسِ الْعُبُورِ

فَرَّتْ بِأَنْوْفِ الْوُفَيْرِ

رَغَمَ هَانَاتِ النَّحُورِ

أَنْتِ يَا أَرْضَ الْكِنَانَةِ

يَا الْمَدَامُ يَا الْخُصُورِ

تَنْثُرُ الْعِرْزَ وَرَشَاءَ

فِي تَنَانِيرِ الْخُدُورِ

تَأَزَّرَ الْوُضْلُ وَشَاحًا

حَكِّي عَشَّاقِ السُّتُورِ

هِيَ ذِي حُسْنِ الْحِسَانِ

المشير طنطاوي أيقونة وطن !!

بقلم عبدالواحد محمد



شجاعة لا نظير لها لذا سطرت حروفه بنور في الذاكرة المصرية الشعبية التي سوف يظل ابن مصر الغالي المشير محمد حسين طنطاوي رمزا للبطولة والمثابرة من أجل وحدة الوطن.

وحدة وطن

ورغم الغياب برحيل الجسد يبقى بيننا المشير طنطاوي فارسا للوطن بكل ما تحمله من مسؤوليات جسام عقب فوضي ٢٥ يناير وما أعقبها من تردي وقتن لا حصر لها فكان شجاعا وطنيا في مواجهة بؤر الإرهاب وإعادة الوطن الي استقراره حتي تولي الرئيس عبدالفتاح السيسي المسؤولية لقيادة مصر وعودة الاستقرار الطبيعية للبلاد ورغم الحزن بغياب المشير محمد حسين طنطاوي سوف يبقى بين الذاكرة الشعبية المصرية والعربية خالدا بما صنعه مقاتلا في حرب أكتوبر من عام ١٩٧٣ م وكل مسؤولية تولها الرجل العظيم من أجل رفعه وتقدم مصر حفظ الله مصر العربية شامخة وسالمة ورحم الله المشير حسين طنطاوي واسكنه فسيح جناته .



هو أحد أيقونات مصرنا الحبيبة المشير محمد حسين طنطاوي بكل ما تمتع به خصال إنسانية رفيعة وقدرات هائلة من التحمل في سبيل رفعة وطنه وقت الحروب والشدائد والمحن كنموذج يحتذى به في الفداء والرغبة الدائمة في تحقيق الانتصارات المنهجية التي من شأنها بناء جسور من السلم والعطاء في رحلته العسكرية والوطنية والاجتماعية بلا حدود .

لذا سيظل في الذاكرة المصرية الشعبية المشير محمد حسين طنطاوي رمزا من رموز التاريخ لكونه بعيد النظر وثاقب الرؤية فيما أدركه بفراصة الأبطال عقب أحداث ٢٥ يناير ومصر تعرق في الفوضي وسط مشاعل الحريق والاسي والتطرف الذي مزق كل بيت مصري وعربي أصيل.

فلي نداء الوطن هو وجنوده وضباطه من أجل المحروسة التي ذكرت في قرآن الله واستطاع إخراج مصرنا الحبيب من الفتن والمؤامرات والتطرف والإرهاب بوعي الرجال في

موجودا.. نعم، متواجدا.. لا!

وجدى خليل



آدم الثاني

الضيف الهارب من أخيه زوجا لأمرأتين شقيقتان في أرض غربته والي هنا كان « وجوده » مقبولا في أعين أصهاره ألي أن انقلب الحال عندما جاء لابان وسال يعقوب قائلا « ليتني اجد نعمة في عينيك. قد تفاعلت فباركني الرب بسببك ». ٢٨ وقال: « عين لي اجرتك فاعطيك » تكوين ٣٠: ٢٧-٢٨. شعر لابان أن يعقوب كان سببا للبركة في بيته وأرضه وماله ورأي أنه من الحكمة أن يبقيه « موجودا » معه حتي يضمن استمرار البركة في حياته وأمواله وقطعان ماشيته ! فأجابه يعقوب قائلا « لا تعطيني شيئا. ان صنعت لي هذا الامر اعود ارعى غنمك واحفظها: ٣٢ اجتاز بين غنمك كلها اليوم، واعزل انت منها كل شاة رقطاع وبلقاء، وكل شاة سوداء بين الخرفان، وبلقاء ورقطاء بين المعزى. فيكون مثل ذلك اجرتي. فقال لابان: « هوذا ليكن بحسب كلامك » تكوين ٣٠: ٣١-٣٢. نهايه الأمر مآخبرنا به الوحي قائلا عن يعقوب « فانتسج الرجل كثيرا جدا، وكان له غنم كثير وجوار وعبيد وجمال وحمير » ٣٠: ٤٣. وهنا بدأت مشاكل يعقوب مع خاله لابان وأولاده الذكور قائلين عنه ((اخذ يعقوب كل ما كان لابينا، ومما لابينا صنع كل هذا المجد)) تكوين ٣١: ١ ويقول الكتاب عن يعقوب بعد أن وصل مسامعه هذا الحديث الردي « نظر يعقوب وجه لابان واذا هو ليس معه كامس واول من امس » ٣١ : ٢ قبل لابان وأولاده أن يكون يعقوب « موجودا » وسطهم طالما احتفظ بفقره ولكن عندما لمست البركة حياته وصار « متواجدا » تم رفضه . تكون موجودا نعم أما أن تكون متواجدا فلا ! أنها الطبيعه البشريه في ضعفها لذا قال الرب ليعقوب « ارجع الى ارض ابائك والى عشيرتك، فاكون معك » ٣١: ٢

أنها قصه أبينا يعقوب مع خاله « لابان ».. تبدأ القصه بهروب يعقوب من وجه أخيه عيسو ونصحته أمه رفقه بالذهاب الي خاله لابان الي أن يهدأ غضب عيسو والذي شكل تهديدا حقيقيا لحياه أخوه الأصغر .. هرب يعقوب الي لابان وأقام عنده مجانا لمدة شهر حسب ماتقتضيه صله القرابه والمجامله أما بعد الوقت جاء لابان الي ابن اخته يعقوب قائلا « الانك اخي تخدمني مجانا؟ اخبرني ما اجرتك » تكوين ٢٩: ١٧ أما أبينا يعقوب فقد كان وقع في حب ابنه خاله الصغري راحيل فاجاب خاله قائلا « اخدمك سبع سنين براحيل ابنتك الصغرى » ١٨ ووافق لابان علي الفور وكان رده منطقيا عاقلا قائلا ليعقوب « ان اعطيك اياها احسن من ان اعطيها لرجل اخر. اقم عندي » هذه كانت بدايه أن يكون يعقوب « موجودا » مع خاله لابان. يقول الوحي أنه بعد ذلك « فخدم يعقوب براحيل سبع سنين، وكانت في عينيه كايام قليلة بسبب محبته لها » ٢٠ ثم جاء يعقوب بعد هذه السنوات السبع الي خاله قائلا « اعطني امراتي لان ايامي قد كملت، فادخل عليها » ٢١ الجميع يعرف بقيه القصه أن لابان خال يعقوب قام بخداع ابن أخته وأدخل ابنته الكبرى « لينة » الي خيمه الزفاف عوضا عن حبيبته القلب راحيل مستغلا الظلام الحالكا وأذ يعقوب المخدوع يستيقظ صباحا ليجد الي جواره لينة وليس راحيل! ذهب يعقوب مسرعا الي خاله لابان والذي بلا شك كان ينتظر هذه الزياره الصباحيه قائلا له « ما هذا الذي صنعت بي؟ اليس براحيل خدمت عندك؟ فلماذا خدعتني؟ » ٢٦ فقال لابان: « لا يفعل هكذا في مكاننا ان تعطى الصغيرة قبل البكر. ٢٧ اكمل اسبوع هذه، فنعطيك تلك ايضا، بالخدمة التي تخدمني ايضا سبع سنين اخر. » ٢٨ ففعل يعقوب هكذا. فاكمل اسبوع هذه، فاعطاه راحيل ابنته زوجة له « أصبح يعقوب

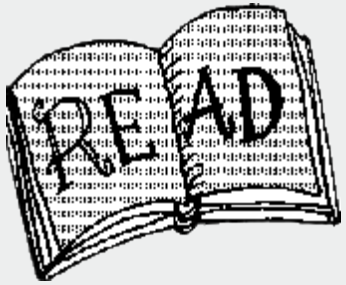
أن اردت ان تتلقى الاهرام الجديد في يوم صدوره
على الايميل ارسل لنا على ahram.teeba@gmail.com
او 8164gindi@rogers.com

قرآن لك

نبوي غالي

كيف تتعرف علي صوت الله عندما يتحدث اليك ؟

Dr. Stanley



الله يتواصل باستمرار مع الناس وهو يفعل ذلك منذ خلق آدم، فقد تحدثت اليه وتحدث الي نوح والي موسى من خلال شجيرة مشتعلة وتحدثت الي يوسف الصديق من خلال الاحلام وكتب الرسول بولس يقول «أن الله يظهر نفسه من خلال خليقته»

فكيف يتحدث الله الينا؟ وكيف نتعرف علي صوته؟ وهل يتحدث الله مع كل واحد منا بنفس الطريقة ؟ أولا وقبل كل شيء، صدق أن الله يريد أن يتحدث اليك ويقيم علاقة قوية معك : وقد يبدو هذا واضحا بعض الشيء للمسيحي ومع ذلك فإن الكثيرون يؤمنون بهذا فكريا ولكنهم يغفلون الخط وينهون المكاملة لانشغالهم بأشياء تعطلهم عن الاستماع وتصرف إنتباههم وتمنعهم من تصديق ان الله يريد التحدث معهم وتكون النتيجة قطع الاتصال مع الله – إن السيد المسيح يقول في يوحنا ١٠-١٥ أن أتباعه يعرفون علي صوته ولكن في قصة صموئيل النبي، سمع الصبي صموئيل صوت الله يناديه ثلاثة مرات ولم يستطيع التعرف عليه حتي أرشده عالي الكاهن وهاتان القصتان تبين لنا انه من الممكن ان تكون تابعاً للرب يسوع ولكن غير ناضجاً روحياً لتتعرف علي صوت الله، ولكي تميز صوت الله تحتاج الي ممارسة للاتقاط الرسالة الموجهة لك (فكر في الامر بهذه الطريقة) ان محطات الاذاعة والتلفزيون تبث برامجها باستمرار عبر موجات كهرومغناطيسية ولكننا نسمعها ونراها فقط عندما نضبط المستقبل لدينا علي الذبذبات الخاصة بالمحطة التي نريد الاستماع اليها، وعندما تكون لدينا مشكلة في توجيه المستقبل لا نستطيع سماع الراديو اوروية التلفزيون، وهكذا نستطيع سماع صوت الله من خلال عدة أشياء ؛ اولها من خلال الكتاب المقدس – فكل الكتاب موحى به من الله ونافع للتعليم ٢ تيموثاوس ٣-١٦ فهو يصحح طريقنا عندما نكون مخطئين ويعلمنا ان نفعل ما هو صحيح، وهو ليس مجرد قواعد وتعليمات، ولكنه يخبرنا بقصص عن حياة أناس حقيقيين يعانون من مشاكل حقيقية مثلنا والكتاب المقدس هو قصة الله مع الناس، فكلما قضيت وقت اكثر مع الكتاب المقدس تحصل علي معرفة اكثر بالله، وتكون قادراً علي تمييز صوته عندما يتحدث اليك وعلينا أن ندرّب أنفسنا علي سماع صوت الله في سكون وبعيدا



شخصيات قبطية مؤثرة

د. مينا بديع عبد الملك – مهندسة الإسكندرية

(١٠٤) م. مفرح زكري (١٩٤٨ – ١٩٩٥)



بكنيسة الأنبا أنطونيوس بشبرا، أنه في ليلة أبوغالمسيس (وباليونانية أبو كالبيس – أي الرؤيا) كان يقود خورس الشماسة كقائد ماهر، ويقدم شرحاً لطقس السهرة الروحية الجميلة، وينقل المتعة الروحية التي كان يحياها لكل من حوله.

تمتع أيضاً شماسنا المبارك بالعديد من المواهب الفنية، فقد كان يجيد العزف على الآلات الموسيقية فكثير من الألحان الكنيسة أداها ببراعة على القيثارة، كما تمتع أيضاً بموهبة الرسم. ولا عجب أن نجد أن شقيقه الأصغر المهندس جمال زكري (حالياً الأب أنطونيوس زكري بالكنيسة القبطية بمنطقة سانت كاترين – مقاطعة أونتاريو – كندا) يتمتع بهاتين الموهبتين.

طوال خدمته، كانت حياته سلسلة من السعي والتعب والجدية. وفي ذلك أذكر أنه في فترة أواخر الثمانينات وأوائل التسعينات وبالتحديد في الفترة (١٩٨٩ – ١٩٩٣) كنت أقيم بمنطقة عين شمس – وبالتحديد بشارع أحمد عصمت – حيث كنت معاراً للتدريس بالجامعة الأمريكية بالقاهرة. فكنت في فترة فصل الصيف أعود من الجامعة وقت الظهيرة والمناخ في شدة حرارته، فكنت أتقابل مع طبيب الذكر المهندس مفرح يسير في شارع أحمد عصمت بجدية ونشاط، فنقف نتحدث في أمور الخدمة وكنت أشفق عليه من السير في الشوارع وسط تلك الحرارة المرتفعة، فكان يبتسم ويقول «الضرورة موضوعه على، فويل لي إن كنت لا أبشر». فكان بذلك له طاقة جبارة من المحبة والغيرة المتواصلة لله.

يذكر عنه الأنبا دانيال – أسقف عام كنائس المعادى – (أنه كان مصدر إقتراحات وأفكار لا تنضب في كل موقف. وفي كل مشكلة كان يتفقت ذهنه عن أفكار وأقتراحات ناجحة. فكان في كل يوم يبتكر خدمة جديدة وفكرة جديدة في الخدمة). من هنا نجد أن نياقة الأنبا موسى أسند إليه مسئولية في أسقفية الشباب كأمين لمجموعة الحياة الكنسية.

في عمق حياته الكنسية، أطلق على بناته الثلاثة المباركات

في ١٠ مارس ١٩٤٨ – وبمدينة القاهرة – وُلد الطفل مفرح زكري. وقد نشأ في أسرة مُحبة للكنيسة بحق. فقد كان منزل الأسرة بجوار كنيسة الأنبا أنطونيوس بشبرا، تلك الكنيسة التي تميزت بروحانية الخدمة بها فتخرج فيها وخدم بها العديد من الخدام الأبناء الأتقياء، ونذكر منهم بكل الحب والتقدير الخادم البار الأستاذ نظير جيد (البابا شنودة الثالث فيما بعد)، والكثير من الأباء الأساقفة والرهبان والكهنة والشماسة. في ذلك المناخ الكنسي الصادق تفتحت أعين الطفل «مفرح» فعاش – طوال حياته – أميناً في خدمته وأرتباطه الصادق بالكنيسة.

تلقى تعليمه الابتدائي والأعدادي والثانوي بمدارس منطقة شبرا، وفي عام ١٩٦٥ حصل على شهادة إتمام الدراسة الثانوية، فالتحق بكلية الهندسة – جامعة عين شمس – وتخصص في الهندسة المدنية (هندسة إنشائية). تفوق في دراسته الجامعية، وفي عام ١٩٧٠ حصل على بكالوريوس الهندسة المدنية بجامعة عين شمس.

بعد تخرجه، قام بتنفيذ العديد من الإنشاءات المتميزة في مصر والمملكة العربية السعودية، وبناء العديد من الكنائس في أنحاء القطر المصري، والتي مازالت قائمة تشهد على عبقرية الهندسية الفذة، وذكاؤه المتقد، وأمانته الصادقة. ذلك الأمر الذي شهد له به كل من تعامل معه عن قرب، فكان أميناً ومثالاً حياً للمسيحية الحقيقية دون تلاعبات الطامعين والغاشين في مجال المقاولات.

في عام ١٩٦٥ بدأ خدمته بكنيسة الأنبا أنطونيوس بشبرا، فأرتبطت نفسه بالكنيسة وتعمق في ألحانها وتسابيحها، وكما كان يحلو لنياقة الأنبا موسى – أسقف عام الشباب – أن يقول له وعنه: (أنه رجل الكنيسة من قمة الرأس إلى القدمين). تميزت خدمته الروحية الصادقة بالربط المدهش بين سير آباء الكنيسة، وطقوس الكنيسة وعقائدها الغنية وتاريخها المليء بالذخائر. فكان دائم القول: (الكنيسة ليست طقساً أو الحاناً أو نظاماً أو بيتاً فحسب بل الكنيسة لها إرتباط قوى بالوجود الإنساني).

ويذكر عنه أخوته الشماسة

عبد الناصر بين الحقيقة والتضليل (١٠٢)

مبادرة روجرز

ادوارد يعقوب



خوفاً من نجاحهم في اسقاطه كما نجحوا في اسقاط كل من سوكارنو في أندونيسيا، ونكروما في غانا وافق نيكسون على المبادرة، وفي ذهنه أنها سوف تواجه بالرفض على كل حال

كانت المفاجأة للجميع قبول عبد الناصر للمبادرة وان كان هذا ما كان يسعى اليه في سرية

قبل المبادرة رغم رفض السادات واللجنة المركزية للاتحاد الاشتراكي وعدم اخذ موافقة مجلس الوزراء فقط اخذ رأي السوفيت

وهذا يفسر النكبات التي يمكن أن تنزل بالبلاد من اتخاذ قرارات فردية في قضايا مصيرية

كان يلح على عبد الناصر فكرة التقرب من الامريكان ويرجع ذلك الى أولاً: رغبة عبد الناصر في تخفيف عداة الأمريكيين له، خوفاً من نجاحهم في اسقاطه كما نجحوا في اسقاط كل من سوكارنو في أندونيسيا، ونكروما في غانا، فقد كتب ذلك عبد المجيد فريد الذي كان أميناً عاماً لرئاسة الجمهورية حتى وفاة عبد الناصر. ثانياً: عندما وجد عبد الناصر نفسه في وضع خطير عسكرياً بعد فشله في إقامة حائط الصواريخ على ضفاف القناة طالما ان حرب الاستنزاف مستمرة ونجاح إسرائيل في ان تحتفظ بنفوقها الجوي واستطاعتها تدمير أي تجهيزات عسكرية مصرية تقام على ضفة القناة وبذلك اجهاض أي فرصة للجيش المصري لبدا حرب جديدة لعبور قناة السويس. فكر عبد الناصر في خطة خداعية تمكنه من استكمال حائط الصواريخ على ضفاف القناة بمحاولة وقف إطلاق النار مع إسرائيل والايحاء لأمريكا برغبته في إقامة سلام مع إسرائيل. في يوم أول مايو ١٩٧٠، فاجأ عبد الناصر الشعب المصري بنداء وجهه إلى الرئيس الأمريكي نيكسون لأجراء حوار مباشر مع الولايات المتحدة للتفاهم بشأن المشاكل مع إسرائيل. وفي الحقيقة أن أهمية نداء عبد الناصر التاريخية للرئيس الأمريكي نيكسون، هي أنها أول مخاطبة مباشرة من الرئيس المصري للرئيس الولايات المتحدة منذ هزيمة يونيو ١٩٦٧. وكان الحوار من قبل مع الولايات المتحدة يتم عن طريق الاتحاد السوفيتي باسم مصر - كما قال سيسكو (مساعد وزير الخارجية الأمريكي) لعبد الناصر في لقاء ابريل ١٩٧٠. ولما كان سيسكو قد طلب من عبد الناصر اجراء حوار مباشر مع الولايات المتحدة، فإن نداء عبد الناصر يوم أول مايو ١٩٧٠ يكون استجابة متأخرة لهذا الطلب. وهي استجابة تمثل تغييراً جذرياً، أو بمعنى أدق، تمثل نقطة تحول في السياسة المصرية الخارجية تجاه الولايات المتحدة. فقد رأينا كيف حدد عبد الناصر سياسته عقب الهزيمة في عبارته الوجيزة التي وجهها للقادة السوفييت، والتي قال فيها: «إن أعداءنا دائماً سيكونوا الأمريكان، وكذلك هم أعداؤكم أيضاً، لذلك علينا أن ننظم التعاون بيننا، ان السبيل الوحيد لإمكانية استمرار نضالنا هو أن نتحالف مع الاتحاد السوفيتي! ويقول محمود رياض في مذكراته، انه في اليوم التالي مباشرة لنداء عبد الناصر، استدعى اليه دونالد بيرجس، رئيس قسم رعاية المصالح الأمريكية في القاهرة، وسلمه نسخة من نداء الرئيس عبد الناصر إلى الرئيس الأمريكي، «وقلت له أن هذه هي الفرصة الأخيرة التي يتيحها الرئيس عبد الناصر للولايات المتحدة إذا كانت جادة حقاً في التوصل الى سلام عادل». وهكذا فتح هذا النداء من جانب عبد الناصر للرئيس الأمريكي نيكسون، الباب لأول حوار مباشر بين مصر والولايات المتحدة منذ قطع العلاقات بين البلدين بعد هزيمة يونيو. اعد روجرز وزير الخارجية الأمريكي مبادرة أمريكية تستهدف اقناع مصر وإسرائيل ب «الكف عن القتال والبدء في الحوار»، وقبول وقف إطلاق النار لمدة تسعين يوماً على أساس الأوضاع القائمة، والدخول في مفاوضات غير مباشرة تحت اشراف جوناو يارنج، ممثل الأمم المتحدة وعلى أن يشمل ايقاف إطلاق النار «في الأرض والجو»، وبحيث تمتنع كل من مصر والاتحاد السوفيتي عن تغيير الوضع العسكري القائم في منطقة غرب قناة السويس، بمعنى ألا توضع فيها صواريخ أرض جو، أو أي منشآت عسكرية



جديدة. وأن تلتزم إسرائيل بالمثل في منطقة شرق القناة. ولم تحدد المبادرة أو التفسيرات مساحة هذه المنطقة في شرق وغرب القناة، بل تركتها لاتفاق يتم بين الطرفين. ان هذه المبادرة قد قامت على أساس هام وخطير، وهو تنفيذ قرار مجلس الأمن رقم ٢٤٢ الصادر بتاريخ ٢٢ نوفمبر ١٩٦٧. ولتشجيع إسرائيل على قبول ذلك، وعد روجرز إسرائيل بتزويدها بثلاث طائرات في كل من شهري يوليو واغسطس، ثم اربع فانتوم وسكاي هوك في كل شهر، كتعويض عن خسائرها. وعلى أن يتم اعادة النظر في ارسال هذه الامدادات في حالة ما إذا أنتت المفاوضات ثمارها. وفي يوم ١٨ يونيو وافق الرئيس نيكسون على هذه المبادرة، وفي ذهنه - حسب قول كسنجر - أنها سوف تواجه بالرفض على كل حال! وفي اليوم التالي مباشرة، أي في يوم ١٩ يونيو ١٩٧٠، أرسلت المبادرة بصفة سرية وبالطريق المباشر الى كل من إسرائيل ومصر والاتحاد السوفيتي والأردن، وتم اعلانها في يوم ٢٥ يونية والمهم في هذه المبادرة أنها قدمت باعتبارها استجابة لنداء عبد الناصر للرئيس نيكسون. كانت المفاجأة للجميع قبول عبد الناصر لمبادرة روجرز وان كان هذا ما كان يسعى اليه في سرية. والطريف أن عبد الناصر قبل مبادرة روجرز، رغم رفض السادات لها ورفض اللجنة المركزية للاتحاد الاشتراكي. فقد ذكرنا أن وزارة الخارجية المصرية تلقت مبادرة روجرز في يوم ٢٠ يونية. وكان عبد الناصر في زيارة إلى ليبيا. وقد أرسلت نسخة من المبادرة من ليبيا إلى القاهرة، واطلع عليها السادات ولم ير فيها ما يستأهل، حسب قول هيكل وألقى خطاباً بشأنها في اللجنة المركزية ضمنه وجهة نظره. وقد أوصت اللجنة - كما يقول السادات - برفض المبادرة. وقد ذكر هيكل أن عبد الناصر قبل المبادرة أثناء وجوده في طرابلس! ولم يعرف أحد بذلك الا فيما بعد. ومعنى ذلك أن عبد الناصر لم ينتظر العودة إلى القاهرة للتشاور في المبادرة مع اللجنة التنفيذية العليا للاتحاد الاشتراكي، وهي من المفترض أعلى هيئة في الدولة، أو مع مجلس الوزراء. ومن الطريف أن عبد الناصر أمر بتوزيع نص المبادرة على أعضاء اللجنة التنفيذية العليا لدراستها، تمهيدا لاجتماع رئيسي معهم - كما يقول عبد المجيد فريد. كما أمر بتوزيعها على الوزراء لنفس الغرض - في الوقت الذي كان قد قرر قبولها بالفعل. والأمر الذي يستحق التأمل أن عبد الناصر رأى التشاور بشأن المبادرة مع القادة السوفييت والحصول على موافقتهم، قبل التشاور مع أعضاء اللجنة التنفيذية العليا ومجلس الوزراء، الذين لم يجتمع بهم إلا في يومي ١٨ و ١٩ يوليو! فقد سافر إلى الاتحاد السوفيتي يوم ٢٩ يونية، أي بعد أن تسلم تفسيرات المبادرة. ومعنى ذلك أنه في قرار خطير مثل قبول مبادرة روجرز، وهو قرار سياسي بالدرجة الأولى، لم ير عبد الناصر ما يدعو إلى استشارة أحد من المسؤولين المصريين أو الهيئات التنفيذية التي تشترك مع رئيس الدولة في وضع السياسة العامة للدولة، وفقاً للدستور، وإنما اكتفى بالحصول على الرأي الفني لوزارة الخارجية، كما لو كان الأمر يتعلق بتعيين سفير أو وزير مفاوض! وليس بإيقاف حرب الاستنزاف. ولو عرفنا أن هذا هو ما حدث تماماً عند اتخاذ قرار خوض حرب الاستنزاف، حيث اتخذ عبد الناصر هذا القرار بالاستعانة بالرأي الفني لوزارة الحربية، أي بعد حصوله على رأي الفريق محمد فوزي، باعتباره قائداً عاماً للقوات المسلحة ووزيراً للحربية، مع أن هذا القرار قرار سياسي بالدرجة الأولى، يتوقف عليه مصير البلاد، ويجب بالتالي- أن تشترك في صنعه اللجنة التنفيذية العليا للاتحاد الاشتراكي ومجلس الوزراء! فكأن حرب الاستنزاف قد بدأت وانتهت بقرارات فردية. وهذا يفسر النكبات التي

VISION ACCOUNTING & TAX SERVICE

- Financial Statement Preparation
- Bookkeeping & Accounting
- Personal & Corporate Income Tax
- CRA Audits

Please contact
Sam Haddad CMA, B.Com
Tel: (416) 707-7438
Email: samhaddad@rogers.com

لإرسال

ريهام زاهر



طبيب... هو أنا
مخلوق...
مش معقول انا هفضل
آلة؟
عشان أفضل أجري ف
ساقية؟
آلة شغالة ع الفاضي تدور
أبوة اكيد أنا ليا رسالة...
ولا عشان أكبر وأتجوز..
وأعيش زي الناس الباقية؟
ورسالة عظيمة..حب
ونور!!
ولا عشان: ألبس وأكل
وابقي سعيد..
وأعيشلي يومين.. مبسوط
فرحان؟
ولا أدرس وابقي مفيد...
وأخذ شهادات، وأكبر في
مكان؟!
ولا تأمل واو عطف
دروس؟
وابقي شخص لطيف مش
خنقة
ولا عشان أجمع ف فلوس؟
يفكوا في المستقبل..
عايز نور يرشدني ف دربي
عايز أعرف هدفي وغايتي
استخدمني انت ياربي
نور عيني، عرّفي
رسالتني!!!

للإعلان بالجريدة اتصل على

ahram.teeba@gmail.com

اوانصلد باشرف اسكاروس

(416)659-8744

يمكن أن تنزل بالبلاد من اتخاذ قرارات فردية في قضايا مصيرية. فمن الأمور التي تستحق الملاحظة في الجانب الاسرائيلي المقابل، أن القيادة العسكرية الإسرائيلية لم تستطع اصدار الأمر للطيران الإسرائيلي بالتصدي لحرب الاستنزاف المصرية في يولييه ١٩٦٩، قبل الحصول على موافقة اللجنة الوزارية للدفاع، وحصلت أيضاً على موافقة هذه اللجنة قبل شن غارات العمق المصري، لأن مثل هذه القرارات يمكن أن تترتب عليها نتائج سياسية خطيرة.

المراجع: ١- تحطيم الآلة: عبد العظيم رمضان ٢- مذكرات محمود رياض ٣- مذكرات هنري كيسينجر ٤- الطريق الى رمضان: محمد حسنين هيكل ٥- مذكرات عبد المجيد فريد.

بمناسبة عيد سيامة الانبا شنودة اسقف للتعليم منذ ٦٠ عام

عصام نسيم



اول بابا يحصل على أربعة دكتوراه في العلوم اللاهوتية والإنسانية .

اول بابا يقوم بتقديس الميرون سبع مرات

اول بابا يزور الفاتيكان

ويوقع اتفاقيات مشتركة مع الكاثوليك والروم الأرثوذكس.

اول بابا يتقابل مع العديد من رؤساء وملوك دول مختلفة في العالم .

اول بابا يلقب ب بابا العرب .

اول بابا يؤسس مجلة كنسية دورية وهي مجلة الكرازة ويسمح للمرأة بالكتابة فيها.

اول بابا يسمح للمرأة بالتدريس في الاكليريكية.

اول بابا يستمر بعد سيامته في إلقاء الدروس بالكلية الاكليريكية والعظة الأسبوعية بالقاهرة والنصف شهرية الإسكندرية بشكل دائم .

اول بابا خريج الاكليريكية في العصر الحديث .

اول أسقف عام يجلس على كرسي مارمرقس بعد البابا انيانوس.

اول بطيريك شاعر وواعظ وصحفي و مدرس ومدرس اكليريكي وضابط .

اول بابا تقام له جنازة عسكرية ويحضر جنازته الملايين من الأقباط ويعلن الحداد العام في البلاد بعد نياحته .

اول بابا يؤسس قنوات فضائية قبطية .

وأخيرا

هو اول بابا ولدنا وتربينا وتعلمنا في عهده وجدنا فيه الأب الحنون والراعي الأمين الذي يشعر بالآلام وانات شعبه وأبنائه .

هو البابا المعلم والراعي والمحبة حقيقية .

#البابا_شنودة_العظيم_في_البطاركة

في يوم ٣٠ سبتمبر عام ١٩٦٢ قام البابا كيرلس السادس بسيامة الانبا شنودة اسقف للتعليم والكلية الاكليريكية ليكون الانبا شنودة اول اسقف للتعليم واول اسقف للكلية الاكليريكية ثم يصير بعد ذلك اول بابا مدير للكلية الاكليريكية يجلس على كرسي مارمرقس في التاريخ المعاصر ومنذ حوالي خمسة عشر قرن.

وليس هذا فقط فالبابا شنودة أيضا :

اول بابا يرسم أسقف للشباب ويؤسس اسقفية للشباب .

اول بابا بضع لائحة للمجمع المقدس ١٩٨٥

ويرسم أساقفة مساعدين

اول بابا يعيد طقس رسامة الشماسات (المكرسات) ويضع طقس لإقامة رؤساء الأديرة .

اول بابا يحصل على العديد من الجوائز من مؤسسات عالمية.

اول بابا يقوم برسامة كهنة أفارقة لرعاية كنائسهم في بلادهم .

اول بابا يترشح ويشغل رئيس منصب الكنائس العالمي .

اول بابا يقيم في قلايته في الدير نصف الأسبوع بصفة مستمرة .

اول بابا يقوم برحلات رعوية خارج مصر لزيارة كنائسنا في المهجر .

اول بابا يؤسس اديرة في أمريكا وأوروبا وأستراليا .

اول بابا يؤسس معهد للرعاية والكتاب المقدس.

اول بابا يؤسس اسقفيات في إنجلترا وأمريكا ويقيم لها أساقفة .

اول بابا يرسم هذا العدد من الالباء الكهنة و الأساقفة والكهنة .

اول بابا يؤسس كنائس في وسط وجنوب أفريقيا

ملايين من الناس في أنحاء أونتاريو حصلوا على لقاح كوفيد-19

قم بدورك. احصل على التطعيم.

تتوافر اللقاحات التي اعتمدتها
وزارة الصحة الكندية في
المستشفيات وعيادات الأطباء
والصيدليات ومواقع التطعيم
الشاملة. كل جرعة تقربنا من
الأشياء التي افتقدناها.

احجز موعدك اليوم
على موقع [Ontario.ca/bookvaccine](https://ontario.ca/bookvaccine)
أو اتصل على 1-888-999-6488
للحصول على مساعدة بـ 300 لغة.



تكاليف هذا الإعلان
تدفعها حكومة أونتاريو.

Ontario 

غصن الزيتون ٤٢

أي حاحه قديمه ... للبيع

أحلام فانوس-وينييج مانيتوبا



النهارده الاحد ٢٦ من سبتمبر سنة ٢٠٢١ والنهارده يعتبر اخر يوم في احتفالنا بالسنة القبطية او عيد النيروز ... بعدها بقي ندخل في عيد الصليب وده بيكون لمدته ثلاث أيام ... كل سنه وانتم طيبين ... بفكركم ... وافكر معاكم ... ان النهارده بقالنا اكثر من ٨٤ أسبوع ... واحنا بنقرا الجريده ع الهوا ... او علي النت ... ده طبعا اذا كنت مهتم فعلا وبنقراها ... وغلبيت اسال ... ولساني نشف في السؤال ... للسيد الموقر رئيس التحرير ... هو احنا امتي ح نمسك العدد الورقي من الجريده مره اخري ... وان الناس في وينييج. اللي لسه فاكرين ان فيه حاحه اسمها ... الاهرام الجديد ... لسه ببسالوا عليها ... طبعا فيه ناس زهقت ... وبطلت تسال ... لكن انا لسه عندي امل ... ولسه رافعه شعار ... غصن الزيتون ... ومستتين علي احر من الجمر ... اننا نقرا المجله ... ونتصفحها ... ورقه ورقه ... وباريت يكون فيه استجابته ... لان كفايه علينا بصراحه قوي... اننا نشيل هم موضوع الكورونا... والحيه اللي تكاد تكون مقوله ... من كل ناحيه... يعني بصراحه كفايه كده قوي... عاوزين نتنفس... من جديد... المهم ندخل بقي في موضوعنا الرئيسي ... وهو موضوع برضه غريب شويه ... وبرضه هو نتيجته حتميه للكوفيد...الموضوع ابتدا بان من كام أسبوع كده ... فاجتنتني بنتي الصغيره وجوزها بموضوع غريب اوي ... ايه هو بقي الموضوع ... الموضوع انهم لاحظوا ان مفيش انتاج للعربيات... او السيارات... شوفتوش... ولا سمعتوش ... أمريكا... شيكا بيكا... بجلاله قدرها ... مفيش فيها انتاج للعربيات ... بل انهم ببساوموا ولادنا ... وبيعرضوا عليهم ... انهم يشتروا منهم العربيات ... اللي معاهم بالفعل بأسعار اعلي ... والغريب في الامر ان الديلرز ... او تجار السيارات... تصوروا... معندهم انتاج... وقال ايه... قاعدين بينشوا... الموضوع بصراحه لفت انتباهي... يعني لو



بقي الي السؤال المهم وهو ماهي أسباب نقص هذه الرقائق ... في الواقع وبدال طبعا بدات كلامي بالجمله الخالده الماثوره في الواقع ... لكم ان تتخيلوا ماهو هذا الواقع وبما ان كل الواقع ... اللي احنا واقعين فيه دلوقتي فعلا ... مليون كوفيد ... او كورونا ... فالحقيقه بقي ... او في الواقع ... انه كنتيجة لموضوع أو وباء الكوفيد ١٩ ... زاد الطلب بشده علي الاجهزه الالكترونيه ... مثل الهاتف المحمول ... السل فون ... واللاب توب ... زاد الطلب بشكل كبير ... شكل ادي الي ان الإنتاج اصبح عاجز ان يغطي هذا الاستهلاك ... او يغطي احتياجات السوق ... وطبعا زي ماقلنا قبل كده... بما ان العربيات يدخل في انتاجها هذا النوع من الرقائق... نتج عن ذلك ان أصبحت هناك الالاف من العربيات.... المكدمه في الباركات... او أماكن الانتظار... في انتظار ايه بقي... انتظار هذه الرقائق.... وطبعا نتيجة حتميه لكثافة الطلب علي الاجهزه والالكترونيات... حدث انه في مارس سنة ٢٠٢٠... ان تأثير الكورونا زاد وكان كافي لجعل بعض من صناع هذه السيارات... والموردين لهذه السيارات... والديلرز.... أقول ان التأثير كان كافي لدرجه جعلت هؤلاء يغلقوا أبواب مصانعهم او مكاتبهم... واصبح الاقتصاد العالمي في حالة ركود... وطبعا نتيجة لهذه الازمه... فان صناع السيارات... والذين لهم خبره سابقه... نتيجة لآزمات اقتصاديه سابقه... او ركود اقتصادي.... قاموا بإلغاء عقود توريد أجزاء من السيارات تستلزم تركيب هذه الرقائق الالكترونيه.... بل ان بعضا من ديلرز العربيات... بداوا في التفكير بطرق اخري للبيع... منها البيع اون لاین او تقديم استعدادهم لعمل بيك اب او اخذ عربيات من بيوت من يريدون البيع.... وعرضوا أيضا موضوع توريد السيارات... بل ان بعض شركات انتاج السيارات... مثل جنرال موتورز مثلا ... لجات الي انتاج السيارات... وركنها في مواقفها الخاصه... انتظارا لوصول هذه الرقائق ... بالسلامه... ليتم تجميع السياره بالكامل... وبيعها... وطبعا لما الدنيا ندعت شويه.... وبدات بوادر امل تلوح... بزوال الغمه ... غمة الكوفيد ... بدات بعض المصانع في محاولة استئناف نشاطها ولكنهم فوجئوا بالطلب الهائل الذي فاق توقعاتهم... للحصول علي سيارات جديده... وكان علي هذه المصانع محاولة اللحاق بهذا الكم الهائل من

الطلب ... وطبعا بينما هؤلاء ... صانعي السيارات ... والموردين له يحاولون تقديم عروضهم للشراء ... كانت هذه الرقائق ... قد تم ابتلاعها كامله ... من جانب ناس تعمل في مجالات اخر مثل التليفونات. والكمبيوترات والالعاب الفيديو جيم ... طبعا ده كان نتيجته طبيعيه ... للحبسه السوده اللي الناس اتحبسوها ... ولجوء معظمهم ... للعمل من داخل بيوتهم او التعليم عن بعد بالنسبة لمن هم في سنوات الدراسه ... طبعا فيه أسباب اخري للازمه ... منها احتكار بعض من هذه الشركات المعروفه ... ذات الاسم البراق ... لاحتكار هذه الصناعه ... يعني بالبلدي كده ... انطفأ النور او فقد الامل في كل هذه الأشياء ... في نفس الوقت ... وده طبعا وضع السوق في عنق زجاجة اثرت علي كافة مراحل التصنيع ... اما مازاد الطينه بله ... هو ان احد اكبر مصانع الرقائق في العالم والمملوكة لشركة رينيساس في اليابان... قد دب فيه حريق هائل... وكان الدمار شاملا... وطبعا حتي بعد الإصلاحات لم يعد المصنع ينتج هذه الرقائق... بكامل قوته... وطبعا لسه الامل موجود ان يستعيد هذا المصنع قوته... هذا النقص في الرقائق قد يكلف العالم مايزيد عن ٢١٠ بليون دولار. اما عن شركه مثل جنرال موتورز مثلا ... فقد تبلغ خسائرها حوالي ٢ بليون دولار هذا العام ... وان كان من المنتظر ان تنقش الغمه قريبا ... ويعود انتاج هذه الرقائق الي مماكن ينتج سابقا... أو الي احسن الوحش... كما يقولون... نرجع بقي للكلام اللي بدانا بيه حوارنا... ونعيد التساؤل مره اخري لوحدثت مثل هذه الازمه في مصر مثلا ... او أي دوله من دول العالم الثالث... ربما كان يبدوا ذلك مقبولا... ام ان يحدث هذا في أمريكا ... هذا هو مايدعو للتساؤل... حته شيبس صغيره كده... توقف العالم علي رجل.... وتخليه في هذه الازمه... اللي قربوا فيها او كادوا يقولوا... يلا ميكروباص بقي... رمسيس رمسيس ... او شيكاجو شيكاجو ... ولا يستعملوا التاكاتك الاروبه ...

اللي بقت مالیه الدنيا في مصر ... خلاصه الموضوع ... مهما العلم تقدم ... ومهما كانت التكنولوجيا. حته شيبس صغيره ... توقف مخ اتخن تخين... وتخلي سوق انتاج بالبلايين يتأثر ... حته فيروس صغير ... يشل عقول كل الناس ... حتي اذكي الانكياء ... ونقص في قطعه صغيره ... تجعل السوق عطشان يسعي الي شراء ولو منتج قديم في يد مستهلك ... بصراحه حاحه غريبه... واكاد اسمعهم بودني... وهما مش عارفين يحلوا المشكله ... وعمالين يقولوا لاصحاب السيارات... ساعدونا... أي حاحه قديمه للبيع...

عاملالي جامده ومتينه... والحظ اه فيكي

وانتي حته موجه.... ع البر ترميكي

أمريكا قلنا وقالوا. ايه اللي يكفيكي؛

حبة فشار في الهوا والاسم امريكي

بلاش غرور والنبي ... يهديكي يرضيكي

لحسن شوية هوا تردم وتعميكي

وقيل منها حصل ... جه عاليكي واطيكي

لايد من وقفه. وكتابه تحكيكي

الدنيا أصلا دول تنصر تعاديكي

وخلي بالك ساعات. صاحبك يعاديكي

نظره لخلق الله ... وده ليه عشم فيكي



من ديوان إبداع

الروح

عبر حلمي تكتب

كلام الرجال

أ يتحقق المستحيل...

وهناك من يقول أمين

فالظلم دائم.....مُبَيَّن

حقيقة أفعال الظالمين

وكأننا في عصر الحرير

لا و ألف لا....

نحن عصائب الرجال

كلمتُنا تمضي بلا ترحال

و لن ترحل..... بدون آمال

هكذا نتكلم و نفهم الأقوال

فدمع المرء له ألف بيان.....

تشعبت الشعوب وتلممت

عند نَصْب الميزان

فكم نرى من أهوال

وكم أفعال تُنفذ في الحال

و لن يُغير الكلام أبداً رجال

رغم ما قيل و قال.....

نصور الحضور في الحال

في عالم حقيقي مختال

و يستحيل محو كلام الرجال

مهما تغير الحال والزمن طال

فرعونيات

نفرتيتي



- مكت آتون
- عنخس إن با آتون والتي تزوجت من توت عنخ آمون
- نفرنفرو آتون تاشيري
- نفرنفرو رع
- سنب إن رع

شاركت الملكة نفرتيتي زوجها في عبادة الديانة الجديدة وهي عبادة آتون قوة قرص الشمس وكانت هي وزوجها الوسيط بين الشعب وآتون، ويفترض أن تمنح المباركة الكاملة فقط عندما يتحد الزوجان الملكيان. وقامت نفرتيتي خلال السنوات الأولى لحكم زوجها بتغيير اسمها طبقا لتغيير عقيدتها إلى نفرنفراتون نفرتيتي الذي يعنى آتون يشرق لان الجميلة قد أتت. وكانت نفرتيتي تساند زوجها أثناء الإصلاحات الدينية والاجتماعية، ثم انتقلت معه إلى أختناتون أو تل العمارنة. وظهرت معه أثناء الاحتفالات والطقوس، وبالمشاهد العائلية، حتى في المناظر التقليدية للحملات العسكرية والتي صورت فيها وهي تقوم بالقضاء على الأعداء.

تذكر نفرتيتي بالتمثال النصفى لوجهها المصور والمنحوت على قطعة من الحجر الجيري في واحدة من أروع القطع الفنية من العصر القديم وهو أشهر رسم للملكة نفرتيتي، وقد عثر عليه عالم المصريات الألماني (لودفيغ بورشاردت) في ٦ ديسمبر ١٩١٢ بورشة النحات تحتس في تل العمارنة. هرب بورشاردت التمثال الكامل (غير المخدوش) إلى منزله في جي الزمالك بالقاهرة، ومن هناك هربه إلى ألمانيا مخفيا ضمن قطع فخار محطمة غير ذات قيمة، مرسله إلى برلين للترميم. ويوجد تمثال اخر لرأس نفرتيتي بالمتحف المصري من الكوارتزيت الأحمر والمزين بلمسات من المداد وهو لا يقل في دقة الصنع عن الرأس الموجودة ببرلين ولكنه أقل شهرة. من غير المعروف حتى الآن هل هناك مومياء للملكة نفرتيتي أم لا؟. المؤكد هو أن العلماء عثروا على موميאות في الغرفة السرية لغير أختناتون. ففي القرن التاسع عشر، عثر عالم الآثار الفرنسي فيكتور لوريت، عندما قام بفتح أحد جدران الأقبية، على سرداب جانبي يحتوي على ثلاث موميאות، واحدة لرجل واثنان لنساء، إحداهن كانت أصغر سنا من الأخرى. وقتذاك لم تثر هذه الموميאות أي اهتمام يذكر، وقد تم تصويرهن في عام ١٩٠٧، وأصبحن في غياهب النسيان. ولكن مؤخرا، راود العلماء بعض الشكوك بأن إحدى هاتين الموميאותين هي نفرتيتي. في عام ٢٠٠٢، أعلنت الباحثة البريطانية جوان فلينتشر من جامعة نيويورك وهي خبيرة في الموميאות أن رفات المومياء الشابة تعود للملكة نفرتيتي، وأكدت بأن هذه حقيقة لا غبار عليها. وأضافت جوان مبهجة إنه الاكتشاف الأروع في حياتي! قالت ذلك، بعد أن سمح لها أن تخضع المومياء إلى فحوصات منها الأشعة السينية. وخير دليل على أن إحدى هاتين الموميאותين هي "المرأة الجميلة التي أقيلت" هي الجودة العالية من التخطيط والتشابه التشريحي مع أوصاف لرفات نفرتيتي. على أقل تقدير، هذا ما رأيته السيدة فلينتشر في أعضاء المومياء في الرقبة والكففين، والأهم من ذلك في وجهه. كانت المومياء صلعاء - حليقة الرأس من أجل ارتداء شعر مستعار خاص. ويبدو أن فلينتشر قد عثرت على الشعر المستعار. ولكن هذا الادعاء أصبح محط جدال متنازع عليه لاحقا من قبل السلطات المصرية. كما أظهرت

الفحوصات وجود آثار لحزام من الجلد مطبوعة على جبين المومياء. وآثار لوجود اثنين من الأقراط في الأذن اليسرى شوهدت في وقت سابق على بعض صور الملكة. وبعد ذلك بقليل، تم العثور بالقرب من المومياء على يدها المكسورة، وقد أمسكت بها الصولجان، وهذا كما هو معروف، سمة من سمات سلطة الفراعنة. ولهذا لم تكن جوان فلينتشر تشك في أنه تم العثور أخيرا على رفات نفرتيتي. خلافا لما هو عليه الحال مع الزملاء الذين شككوا وأعربوا عن اعتقادهم أن هذه الرفات ليست إلا مومياء لامرأة شابة من العائلة المالكة، لقيت حتفها خلال عهد السلالة ١٨.

كما انتقد الدكتور زاهي حواس وزير الدولة لشؤون الآثار المصرية الأسبق والذي يعتبر أبرز عالم للمصريات، انتقد الباحثة فلينتشر مؤكداً أن المومياء التي أشارت إليها الباحثة هي لفتاة يتراوح عمرها بين ١٦-٢٠ عاماً، في حين أن الملكة نفرتيتي كانت أكبر سناً. أما الآن يقوم علماء المصريات بدراسة مومياء السيدة الثانية من قبر إخناتون. وهنا أيضاً يمكن الحديث عن وجود أوجه تشابه بينها وبين الملكة، ويبدو أن الكلمة الفصل ستكون لتحليل الحمض النووي. فمثل هذه التحاليل ساعدت على تحديد شخصية كل من جدة توت عنخ آمون وإخناتون نفسه، الذي كان بالفعل والدًا لتوت عنخ آمون. والسؤال الذي يطرح نفسه هل المومياء المعروفة برمز KV٣٥YL هي الملكة نفرتيتي؟ ربما. أو ربما لا. فالشكوك حول أمومتها ليست موجهة فقط نحوها



وإنما نحو شقيقة إخناتون. فمن المعروف أن نفرتيتي كانت زوجته الأولى.



توفيت إحدى بناتهم وهي ميكيت-أتون، وقد صور حزنهم عليها في بعض الرسوم الحائطية. وبعد وفاة إبنتهم، اختفت نفرتيتي من البلاط الملكي وحلت ابنتها ميريت آتون محلها، وحصلت على لقب الزوجة الملكية العظمى. بعد العام الثاني عشر لحكم أختناتون اختفت نفرتيتي ولم يوجد أي ذكر لها ويعتقد أنها توفيت ودفنت في مقبرة بأخت آتون ويعتقد أيضا أن توت عنخ آمون نقل مومياءها مع والده أختناتون عندما هجرت أخت آتون.

عجز علماء المصريات عن تحديد موضع قبر نفرتيتي طيلة سنوات من البحث بعد اكتشاف قبر توت عنخ آمون. وفي سنة ٢٠١٥ أعلن الدكتور نيكولاس ريفيس من جامعة أريزونا إنه ربما يكون قد عثر على قبر الملكة سالفة الذكر وإنها ربما تكون قد دفنت سرا داخل قبر توت عنخ آمون، ذلك أن الفحوصات أظهرت أنه ربما يكون هناك مدخلا في قبر توت عنخ آمون. وأن هذا الباب ربما يؤدي إلى مكان دفن الملكة نفرتيتي. فقد أظهر المسح الضوئي الرقمي أن هناك بقايا لمكانين كانا يستعملان كأبواب، وبالتالي افترض ريفس وجود ممر سري يؤدي إلى غرف دفن أخرى، وقال بأن هذا هو السبب على الأرجح الذي يجعل قبر توت عنخ آمون أصغر من سائر قبور فراعنة مصر.

عروسان يزرعان أجهزة تنصت في طاولات حفل زفافهما

لجأ عروسان إلى حيلة غريبة في يوم زفافهما ليتمكنوا من سماع التعليقات التي يقولها الضيوف عنهما. وبحسب ما ورد في صحيفة «ديلي ستار» البريطانية، فإن عريسا وعروسا بريطانيين قاما بزرع أجهزة تنصت أسفل الطاولات خلال حفل الزفاف ليتمكنوا من التنصت على ما يقوله الضيوف في الحفل. وسارت الأمور وفقا لما خطط له العروسان، وبالفعل تمكنا من سماع تعليقات ضيوف حفل الزفاف، ولم يتمكنوا من منع ضحكاتهما وهما يسمعان ما يقوله الضيوف. وأوضح العريس والعروس، أن زرع أجهزة التنصت أسفل الطاولات كان بغرض رغبتهما في سماع ردود أفعال أصدقائهما حينما يرونهما في يوم زفافهما خاصة أنهما تجمعهما قصة حب شهد لها عدد كبير من أصدقائهما. جدير بالذكر أن العريس والعروس نشرا مقطع فيديو لهما عقب الزواج بعد سماعهما تعليقات الحفل وهما يضحكان خلال الرقصة الأولى لهما ضحكا هysteria وأوضحا السبب في ضحكهما المتواصل وهو سماع تعليقات أصدقائهما، ونال الفيديو نسبة مشاهدة عالية عبر تيك توك تخطت المليون مشاهدة.

شاركت الملكة نفرتيتي زوجها في عبادة الإله الجديد آتون قوة قرص الشمس وكانت هي وزوجها الوسيط بين الشعب وآتون، ويفترض أن تمنح المباركة الكاملة فقط عندما يتحد الزوجان الملكيان، وقامت نفرتيتي خلال السنوات الأولى لحكم زوجها بتغيير اسمها طبقا لتغيير عقيدتها إلى نفرنفراتون نفرتيتي الذي يعني «آتون يشرق لأن الجميلة قد أتت».

تذكر نفرتيتي بالتمثال النصفى لوجهها المصور والمنحوت على قطعة من الحجر الجيري في واحدة من أروع القطع الفنية من العصر القديم وهي أشهر صورة للملكة نفرتيتي، وقد عثر عليه عالم المصريات الألماني لودفيغ بورشاردت في ٦ ديسمبر ١٩١٢ بورشة تحتس النحات في تل العمارنة.

هرب بورشاردت التمثال الكامل (غير المخدوش) إلى منزله في جي الزمالك بالقاهرة، ومن هناك هربه إلى ألمانيا مخفيا ضمن قطع فخار محطمة غير ذات قيمة، مرسله إلى برلين للترميم.

ويوجد تمثال آخر لرأس نفرتيتي بالمتحف المصري من الكوارتز الأحمر والمزين بلمسات من المداد وهو لا يقل في دقة الصنع عن الرأس الموجودة ببرلين ولكنه أقل شهرة.

ومن ألقاب نفرتيتي الملكية الزوجة الملكية العظيمة، وقد أنجبت نفرتيتي من أختناتون ست بنات هن:

- ميريت آتون وقد ولدت في طيبة قبل الانتقال إلى أخت آتون



بنية ضوء جمال عبد الناصر رئيس الجمهورية الثانية - الجزء الثالث قاروق عطية

تمت زيادة السعة الإنتاجية للمجمع باستخدام فرن عالٍ ثالث صناعة روسية عام ١٩٧٣م لحقه القرن الرابع بغرض زيادة إنتاج الشركة من الصلب عام ١٩٧٩م، ليضم المجمع بذلك أربعة أفران عالية. تأسس شركة الكيماويات المصرية

المعروفة بأسم كيما عام ١٩٥٦م. تصنيع كامل لأول سيارة مصرية (السيارة نصر ١٢٨). اهتم بصناعة الأجهزة الكهربائية وصناعة الأسلحة والذخيرة في مصر بشكل داخلي حتى لا نعتمد على الآخرين، بدأ إنتاج الصواريخ المصرية

القاهر والظافر والراند عام ١٩٥٨م بمعاونة العلماء الألمان، وافتتاح مصنع الانتاج الحربي بحلوان عام ١٩٦٠م الذي قام بانتاج طائرات حربية مصرية والمقاتلات الحربية ٣٠٠. كما قام بتأميم العديد من المؤسسات والشركات وتأميم البنوك المصرية سواء كانت خاصة أو أجنبية.

٩- أصدر قوانين جديدة للعمل تفيد العاملين وتضمن حقوق الموظف وصاحب العمل وتنظيم العلاقة بينهم. كما قام بتحديد الحد الأدنى للأجور، وقام بتحديد عدد ساعات العمل في اليوم، وخفض عدد الساعات للعمال.

١٠- دخول العمال والفلاحين للبرلمان وإعطاء المرأة حق التصويت، وإشراك المرأة في الحكم بتعيين حكمت أبو زيد وزيرة للشؤون الاجتماعية.

١١- زيادة مصر في ثلاث منظمات دولية هي منظمة عدم الانحياز ومنظمة الوحدة الإفريقية ومنظمة المؤتمر الإسلامي.

١٢- التوسع في البث الإذاعي وبداية البث التلفزيوني (٢١ يوليو ١٩٦٠م).

١٣- سجلت الميزانية العامة للدولة لأول مرة في تاريخ مصر فائضا في الموازنة بمقدار ٤٧ مليون جنيه (بميزانية عام ١٩٦٩م) بعد النكسة رغم افتتاح كثيرا من المشاريع وإعادة بناء القوات المسلحة.

١٤- لم تشهد مصر أية فتنة طائفية، وتم بناء كاتدرائية العباسية، وضم مسيحي أثيوبيا للكنديرية.

١٥- تم زيادة عدد المساجد في مصر من ١١ ألف مسجد قبل الثورة إلى واحد وعشرين ألف مسجد عام ١٩٧٠م، أي أنه في فترة ١٨ سنة لحكمه تم بناء عدد (١٠ آلاف مسجد) وهو ما يعادل عدد المساجد التي بنيت في مصر منذ الفتح الإسلامي. كما جعل مادة التربية الدينية (مادة إجبارية) لأول مرة في تاريخ مصر يتوقف عليها النجاح أو الرسوب كباقي المواد بينما كانت اختيارية في النظام الملكي.

كان لعبد الناصر إنجازات مجملها من وجهة نظر أيتامه ومناصريه والمنتفعين من عصره كالآتي:

١- إنهاء الاحتلال البريطاني الذي جثم على صدر مصر لـ ٧٢ عاما.

٢- إنهاء سيطرة وتدخل إدارة قناة السويس في الشؤون المصرية إضافة لتورطها في احتلال مصر بالتأميم.

٣- إنهاء سيطرة أسرة محمد علي علي حكم مصر بإنهاء النظام الملكي وإعلان مصر جمهورية.

٤- إنهاء سيطرة الإقطاع على الحكم بقانون الإصلاح الزراعي وتحديد الملكية بـ ١٠٠ فدان.

٥- إنهاء عقود طويلة من الجهل بمجانية التعليم.

٦- إنهاء عقود طويلة من مخاطر الفيضان ببناء السد العالي.

٧- إنهاء عقود طويلة من المرض بالتأمين الصحي.

٨- إنهاء اعتماد مصر على الزراعة فقط والاتجاه للتصنيع وبناء ١٢٠٠ مصنع. أهمها إنشاء مجمع الألومنيوم حيث اتخذ عبد الناصر قرارا في عام ١٩٦٩م بتخصيص ٥٠٠٠ فدان في الظهير الصحراوي لنجع حمادى شمال قنا، لإقامة منطقة صناعية عبارة عن مجمع لإنتاج الألومنيوم، يقوم على استغلال الفائض من كهرباء السد العالي، وبعد ٩ سنوات من الإنشاء وبالتحديد في ٢٧ أكتوبر ١٩٧٥م، بدأت خطوط إنتاج أكبر قلاع الصناعة في الشرق الأوسط، بطاقة إنتاجية إجمالية ٣٢٠ ألف طن سنوياً وتضم ٦٥٠٠ عامل مصري. وشركة الحديد والصلب المصرية، ففي ١٤ يونيو ١٩٥٤م أصدر عبدالناصر مرسوماً بتأسيس شركة الحديد والصلب في منطقة التبين بحلوان كأول مجمع متكامل لإنتاج الصلب في العالم العربي برأس مال ٢,١ مليون جنيه، في ٢٣ يوليو ١٩٥٥م قام عبدالناصر مع أعضاء مجلس قيادة الثورة بوضع حجر الأساس الأول للمشروع على مساحة تزيد على ٢٥٠٠ فدان شاملة المصانع والمدينة السكنية التابعة لها والمسجد الملحق بها، بعد توقيع العقد مع شركة ديماج دويسبرج (ألمانيا الشرقية) لإنشاء المصانع وتقديم الخبرات الفنية اللازمة، وفي نفس التوقيت تم تشغيل ميناء الدخيلة لتوريد الفحم اللازم لتشغيل الأفران، وكذلك خط سكك حديدية من الميناء تصل إلى حلوان وخط سكك حديدية آخر لتوصيل خام الحديد من الواحات إلى حلوان.

ولم يأت شهر نوفمبر من عام ١٩٥٧م حتى كانت الأفران الكهربائية الخاصة بصهر الحديد قد بدأت أعمالها بالفعل، وفي ٢٧ يوليو ١٩٥٨م افتتح عبدالناصر الشركة الوليدة لتبدأ الإنتاج في نفس العام باستخدام فرنين عاليين صنعا بألمانيا الشرقية. (وقد

NOW OPEN



MALLARD MEDICAL



AGAPE PHARMACY

PHARMACY

CLINIC

Monday Senior's Day
20% Discount

Free Deliveries

Easy Refills through
our Website

(647) 344-3153

(647) 344-3173

www.agapepharmacy.ca

Hours: Mon-Thurs 9:30 – 7:00

Fri 9:00 – 6:00

Sat 9:00 – 1:00

Sun - Closed

Female Physician

Dr. Juliana Gorja

Accepting New
Patients

WALK-INS are
Welcome

(647) 351-5955

(647) 351-5958

Hours: Mon-Thurs 10:00 – 6:00

Fri 9:00 – 4:00

Sat 9:00 – 1:00

Sun - Closed

Coupon – \$5 OFF

Get \$5 off with a purchase of \$20 on
Over-The-Counter products

Details in store. Limit one per customer

10 Mallard Rd #C105, 106, 107 North York, ON M3B 0A7



من ملفات طبيب

د/ رأفت جندي، طبيب عائلي

طريقة الإزاحة لطريقة

في هذه الحالة أتى المريض للكشف عليه فقلت له بطريقة المزاح ان التعامل مع الادوية ليس بطريقة التعامل مع متطلبات المنزل، فعندما يفرغ المنزل من السكر او العدس نذهب للبقال لكي نجلب المزيد.

الغريب ان هذا المريض كان يعمل صيدلي خريج من إحدى الدول، والمفاجأة له ان في هذه الزيارة وجدت انه ليس فقط مصابا بارتفاع ضغط الدم ولكن أصابه مرض السكر أيضا ولكن في بدايته.

بعض المرضى لا يستجيب للمتابعة ومن واجب الطبيب ان يلزمه بهذا وهذه هي إحدى الطرق.

موعدنا العدد القادم أن شاء الرب

أتى مريض حديث لي وهو على ادوية متعددة لإرتفاع ضغط الدم، وكان ضغطه منضبطا مع الادوية التي يتناولها.

بعد الزيارة الأولى كان يذهب للصيدلي لكي يكرر له نفس الادوية، فكان الصيدلي يرسل لي لكي اكرر له الادوية، استجبت له بضعة مرات، ولكن عندما طالت المدة ولم يستجيب للحضور للمتابعة رفضت الاستجابة بتكرار الادوية لمدة ٣ شهور، ولكي لا اضع حياته في خطر كررت له الادوية ولكن فقط لمدة اسبوعان.

اعلم ان هذه الطريقة تكلف المريض أكثر لو كان يدفع الادوية او تضايق الصيدلي ان لم يجعل المريض يدفع أكثر لصرف الروشتة لمدة اسبوعان فقط حتى ولو كان معه تأمين دواء.

لإعلان بالجريدة اتصل على:

ahram.teeba@gmail.com

او اتصل بشرف اسكاروس (416)659-8744



ببغاء الأمازون مشهور بكونه حيوانا منزليا أليفا نظرا لقدرته المميزة على تقليد كلام البشر وغيره من الأصوات، إحدى أشهر فصائله للتربية المنزلية هي الأمازون ذو الوجه الأصفر والأمازون ذو مؤخرة العنق الصفراء والأمازون برتقالي الجناحين والأمازون ذو الجبهة الفيروزية. إن ببغاء الأمازون يجيد تقليد الأصوات تماما مثل الببغاء الرمادي الأفريقي وببغاء المكاو، وجميعهم معروفون بحبهم للمرح وبراعتهم في استخدام أقدامهم، وإذا ما تم تدريبهم جيدا فسيصبحون مخلصين وودودين لأصحابهم، ولكن يجب الأخذ في الحسبان أن ببغاوات الأمازون يمكن أن تتصرف بدوانية حين يبدأ موسم التزاوج مثل معظم الببغاوات، كما أنها تحتاج إلى عناية كبيرة، منها توفير بيئة مسلية لها مثل إعطائها ألعابا قابلة للمضغ حتى تفرغ رغبتها الفطرية في المضغ فيها، ومكافأتها حين لا تتصرف تصرفات عدوانية حتى لا تتبنى هذه التصرفات، وهي ببغاوات عرضة للسمنة إذا لم تقم بما يكفيها من الأنشطة الجسدية. عيش ببغاوات الأمازون ٥٠ سنة أو أكثر.

ببغاء البادجي أو الدرة أو الطائر الطيب أو البنجريّة
المعروفة لدى العامة من العرب باسم طائر الحب أو عصفور الحب أو عاشق ومعشوق، ولدى عامة الغرب باسم الباراكيت المنزلي المألوف وباراكيت الترس، وأيضًا البادجي هي إحدى أنواع الببغاوات الصغيرة طويلة الذيل آكلة البزور، وهي المُمثل الوحيد لجنس الببغاوات الرخيمة ولا توجد بحالة بريّة إلا في الأنحاء الأكثر قحطا وجفافا من إستراليا، حيث عاشت متحدية الجفاف والحياة الصعبة طيلة ما يقرب من خمسة ملايين سنة البري من هذه الطيور أخضر وأصفر اللون دائما، ويمتلك علامات سوداء صدفيّة الشكل على ظهره، وفقا للعنق، والجناحين غير أن التزاوج الانتقائي في الأسر أدّى إلى نشوء أفراد مستأنسة زرقاء، وببيضاء، وصفراء، ورمادية، وأخرى ذات أعراف. الدرة من طيور الزينة المحببة في جميع أنحاء العالم، ويعود ذلك لحجمها الصغير، وسعرها القليل، ومقدرتها على تقليد صوت البشر، وطبيعتها المرحّة.



أكثر ما يُعرَف عن هذا الببغاء الصغير أنّه طائر أقفاص مُحِبٌّ للغزلة، ولكنّه في البريّة مُحِبٌّ للاجتماع، واسعُ التنقّل، كثيرًا ما يطُوف في أسراب ضخمة، حُجومها تختلف باختلاف مُؤونة الطعام. ففي السِنِوات التي يكون خِلالها هُطول الأمطار مُرتفعًا نسبيًا والطعام غزيرًا، تغدو الدرة إحدى أكثر الببغاوات الإستراتيجية عَدَدًا. ببغاوات الدرة تمتاز برشاققتها وسُرعة طيرانها، ونادرًا ما تُلَازِم أسرابها مَكانًا واحدًا مدّة طويلة. تُعشّش أزواجها في مُستعمرات، وقد يُنتج الزوج عدّة فقسّات في الموسم.

ببغاء الدرة ودلالة التسمية

الدرة في اللغة العربية هو اسم علم مؤنث معناه «اللؤلؤة العظيمة»، وهو بضم الدا ومنها اشتق اسم الطائر الطيب الذي يُفيد معنى الطائر النفيس أو الغالي. ولعل الاسم أطلق على هذه الطيور بسبب ما تُظهره أزواجها من ولع ببعضها. من الأسماء الرديفة الأخرى المألوفة في العالم الغربي: پاراكيت الترس، وپاراكيت الأعشاب المُغرّد، والببغاء الكناري، والببغاء العتابي أو ببغاء الزرد، وببغاء الأسقلوب ل، والدرة أيضًا هي الشيء النفيس، فيُقال دُرّة التاج، أي أبرز وأعلى ما فيه، وقد حملت معنى الببغاء عند العرب قديمًا. كذلك تُعرف هذه الطيور خطأ باسم طيور الحب أو عصافير الحب، في المجتمعين الشرقي والغربي على حد سواء، ولعل سبب ذلك هو نفس السبب الذي جعل تسميتها العربية ما هي عليه، أي الولع الذي يظهر على أزواجها عندما تقوم بتنظيف ريش بعضها.

البقية في العدد القادم

إعداد/د. شاكر اسطفان

الإطلاق. والببغاوات عموماً طيور معمرة تعيش مدداً طويلة. ويمكن تعليم بعض أنواعها بعض الحركات والكلمات البسيطة. وهناك ببغاوات تصل اسعارها إلى ١٥٠٠ دولار ومنها من تخرج له اوراق رسميه كشهاده ولاده وغيرها ومن هاذه الببغاوات ببغاء مكاوي.



لحظة من فضلك

عند قرائتك عزيزي القارئ للفقرة السابقة فهناك ما يظهر قدرة الرب في خلق الكون والخلقة وابداعه ودقته في اتمام ما يصنعه بيده بكمال يفوق التصور وقدرة العقل البشري على ادراكه فمن هو وراء جعل ذكر الببغاء يقوم بإطعام الأنثى فترة رقدتها على البيض ومن وضع نظام الأستقرار العائلي في حياة الببغاوات بحيث لا ينفصل الزوجان بعضهما عن بعض مدى الحياة، ولا يتزوج أي منهما مرة أخرى ومن الذي أوصى بالحب بحيث ندرکه عندما يُرى الذكر والأنثى وهما يسويان ريش بعضهما بمنقاريهما لتعميق أواصر الألفة. والأهم من ذلك كله وما أود أن أؤكد علي هو :

من بدء الخليقة، ذكرًا وأنثى خلقهما الله

ليس في الإنسان فقط ولكن في جميع ما خلقه الرب يسوع لأستمرار الحياة وتوالد الأجيال وحفظ النوع لجميع الكائنات الحية.

أنواع الببغاء المتحدثة بطلاقه

الببغاء الرمادي وتشمل على نوعين: الببغاء الرمادي الأفريقي وببغاء التمنة الرمادي



ببغاء التمنة الرمادي الببغاء الرمادي الأفريقي

والمعروف أيضا باسم الببغاء الرمادي أو الكاسكو، هو أحد أنواع ببغاوات إفريقيا وهو ببغاء متوسط الحجم وجد لأول مرة في الغابات المطيرة في غرب ووسط أفريقيا. يعتبره الخبراء واحد من أذكى الطيور في العالم. يتغذى بشكل أساسي على النخيل والجوز والبذور والفواكه والمواد الورقية، ولوحظ تغذيته أيضًا على الحلزون. بفضل قدرته على تقليد الكلام أصبح له شعبية كحيوان أليف، الذي أدى إلى القبض على العديد منه وبيعه لتجارة الحيوانات الأليفة.

الببغاء الرمادي يمتاز بقدرة فائقة جدًا على الكلام لم يصل إليها أي ببغاء، وقد تصل قدرته على استيعاب وحفظ ألف كلمة وهذا ما يميز الببغاء الأفريقي قدرته على ربط الكلمة بالحدث وقد يستطيع تمييز الألوان والأشياء وأيضًا بعض الإشارات. يبدأ الطائر الأفريقي الكلام في عمر ما بين ٦-٨ أشهر وهناك بعض الطيور تبدأ الكلام من الصغر ربما في الشهر الأول لحين أن الريش لم يكسوها بالكامل وأيضًا في سن ٣ شهور ويعتمد ذلك على ذكاء الطائر، ولكن تدريب الطائر يبدأ بسن صغيرة وقبل عامه الأول فهو له القدرة على تسجيل الكلام ومن ثم يذكرها بشكل مفاجئ. يربي الببغاء الرمادي كمقتنى زينة، وكحيوان أليف في المنزل وفي قفص كبير متين، أو على حامل، وإذا تمت تربيته في قفص يجب أن يسمح له بالخروج واللعب، وتعلم أخذ وحمل الأشياء، ويمكن له أن يتعلم عادة العض المزعجة، ويجب أكل الفستق، وممنوع من أكل البقدونس، ويجب البيض كثيرًا. يعرف الببغاء الرمادي بشخصيته الحساسة فهو مختلف عن باقي الأنواع الأخرى من الببغاوات لأنه يحتاج إلى عناية فائقة وتعامل خاص، فلا يجب تركه وحيدًا لفترة طويلة، أو ضربه باليد، أو حبسه لمعاقبته، فهذا سيجعل منه حزينًا وخائفًا، ويبدأ في تنف ريشه بنفسه، وأحيانًا قد تسوء الحالة وينفق الطائر، وهذا ما يحصل عندما يعيش طائران في قفص واحد ويموت أحدهما أو يفقد الطائر مربيه الذي كان متعلقًا به. ولذلك يجب على صاحب الطائر أن يعتني به ويقدم له الخضروات والفواكة الطازجة ويجلس معه لفترات طويلة ويسمح له بساعة أو ساعتين يوميًا خارج القفص للعب والتواصل معه.

ببغاء الأمازون هو ببغاء من ببغاوات العالم الجديد متوسط الحجم وقصير الذيل و ينتشر في منطقة تمتد من أمريكا الجنوبية وحتى المكسيك والكاريببي.



إِنَّ جَمِيعَ الَّذِينَ لَمْ يَعْرِفُوا اللَّهَ هُمْ حَقَقَى مِنْ طَبَعِهِمْ، لَمْ يَقْدِرُوا أَنْ يَعْلَمُوا الْكَائِنَ مِنَ الْخَيْرَاتِ الْمَنْظُورَةِ، وَلَمْ يَتَأَمَّلُوا الْمَصْنُوعَاتِ حَتَّى يَعْرِفُوا صَانِعَهَا (حك) ١٣: ١)

الحلقة الثانية عشرة: طرق التواصل المختلفة بين الكائنات الحية

وفاء الببغاوات والزيجة الواحدة لمدى الحياة



براكيت كارولينا ببغاء من نوع الماكاو يقف على الأرض

الببغاء طائر معروف بألوانه الزاهية التي تتراوح بين الأخضر والأحمر والأزرق والأصفر، وتقليد بعض أنواعه للأصوات وهو ما جعلها طيور محببة للإنسان لتربيتها كطيور مدللة، وقد تتعلم الببغاء الرمادي الإفريقية حوالي ٨٠٠ كلمة، إلا أنها في البرية لا تقلد أصوات بعضها البعض أو أية أصوات أخرى وإنما تحدث جلبة وصخبًا وصفيراً فهي طيور ذكية اجتماعية، توجد الببغاوات في المناطق الدافئة من العالم منها الهند وجنوب شرق آسيا وغرب أفريقيا وفصيلة واحدة - انقرضت الآن في الولايات المتحدة الأمريكية يسمى (براكيت كارولينا) الذي انقرض في أوائل القرن العشرين - بالإضافة إلى أمريكا اللاتينية وأستراليا ونيوزيلندا. يتميز الببغاء برأسه الكبير نسبياً، وعنقه القصير، ولسانه الغليظ، وقائمه بالمخالب المعقوفة التي تساعده على التعلق بأغصان الأشجار، وبمنقاره الصلب المتين القادر على كسر قشرة الجوز الصلبة، بالإضافة إلى قدرة بعض أنواعه على تقليد الأصوات، وطول أعمار بعض أنواع.

براكيت كارولينا هو الببغاء الوحيد الذي ينتمي لمنطقة شرق الولايات المتحدة، حيث كان ينتشر من وادي أوهايو إلى خليج المكسيك في الغابات القديمة حول الأنهار، وقد انقرض هذا النوع عام ١٩١٨

أنواع الببغاء كثيرة تقارب ٣٥٣ نوعاً، وهو يأكل الجوز، والحبوب، والثمار، وخاصة التين البري، يعيش في الغابات، ويتنقل بين أعالي الأشجار. من أنواعه ما هو شديد الذكاء، قادر على تقليد الأصوات، وحتى بعض الكلمات البشرية البسيطة. ويستطيع استعمال القدمين للقبض ونقل الغذاء إلى الفم، فضلاً عن استخدامها للتشبث بالأغصان وللتسلق على الفروع، كما أنه يستخدم فكه العلوي للتعلق بالأغصان والأراجيح التي تعلق بأقفاصه في حالة تربيته في الأسر. يبلغ طول أقصر الببغاوات ١٠سم وأكبرها ١٠٠ سم. وطيور الببغاء عموماً طيور غير مهاجرة، تبني أعشاشها في ثقب الأشجار، وببيضها أبيض اللون مستدير خال من الشوائب أو الألوان، وتضع الأنثى عدد من البيض يتراوح ما بين ٢-٤ بيضات، وتحتضن البيض لمدة ٣٠ يوماً أو ٥ أسابيع **تقوم الأنثى خلالها بالرقود على البيض بينما يقوم الذكر بإطعامها في تلك الأثناء**، أما الأنواع صغيرة الحجم فقد تبيض حوالي ٨ بيضات، وتبقى الأفراخ - أفراخ الماكاو الكبيرة الحجم - في العش مدة تتراوح من ١٠ أسابيع إلى ١٢ أسبوعاً أو ٣-٤ شهوراً. وقد يعيش الببغاء لفترات طويلة تصل إلى سنوات. و موسم التكاثر عند أنثى الببغاء يكون في الفترة ما بين الربيع والخريف وترقد على حوالي ٢-٤ بيضات. **والببغاوات طيور وفية، بحيث لا ينفصل الزوجان بعضهما عن بعض مدى الحياة، ولا يتزوج أي منهما مرة أخرى، وغالبًا ما يُرى الذكر والأنثى وهما يسويان ريش بعضهما بمنقاريهما لتعميق أواصر الألفة.** ببغاوات الماكاو أكبرها حجماً على

الصليب فى تعليم المسيح

كتبها Oliver

-الصليب هو الكرسي الذى جلس عليه الرب و حكم. هو باب الملكوت لمن حرمهم حكم الموت من الدخول إلى أرض الأحياء. ظاهرياً هو خشبتان. واحدة رأسية علوية متجهة للسماء و الثانية أفقية موازية للأرض. هذا الشكل المادى للصليب يترجمه تعليم الرب يسوع منذ البدء. كأنه يضع الصليب فى جميع الوصايا.

- حين أجمل الرب الناموس كله فى آيتين. تحب الرب إلهك من كل قلبك (هذا هو الإتجاه العلوى نحو السماء) و تحب قريبك كنفسك (هذا هو الإتجاه الأفقى نحو الذين على الأرض). بهذين الإتجاهين المتحدتين معاً نحيا. فكأن كل علاقتنا بالثالوث تتم بالصليب.

- حين ولد الرب يسوع ظهر نجم يرفع الأنظار نحو السماء للراغبين فى مقابلة المسيح. حين وصل المجوس وجدوه على الأرض نزلت الأنظار إلى مزوده الخشبى. دارت الأنظار من هنا إلى هناك حيث المولود مضجعا ملفوفاً بأقمطة. لقد شهد المجوس مبكراً صورة مصغرة للصليب فسجدوا له تماماً كالمشهد فوق الصليب حين أتت الساعة. فنحن نقابلنا و تصالحنا بالمسيح المصلوب.

- ولد المسيح فى أورشليم. كان دوماً الإنجيل يصف ذهاب المسيح إلى أورشليم بالصعود. لأنها جبال مرتفعة. من هذا العلو نزل إلى الجليل. ثم صعد إلى أورشليم حين أتت الساعة و مات و قام. مره ١٥ و لو ٢. هذا هو الصليب محور خدمة الرب بين صعود و نزول. بين أورشليم السماوية و أرضنا المليئة



St-Takla.org

من النبوات و الكتب كان يقدم خطة خلاصنا. ليت روح الله القدوس يتمتع نفوسنا بما سمعه التلميذان لتتعلم القراءة الخلاصية للكتاب المقدس. لأن الرب يسوع فسر كلامه بكلامه جاعلاً الصليب محور كتابه المقدس و كل الأسفار بشارة الفداء و شخصه المخلص البار جوهر الكلمة و الخلاص فيه. لهذا تقرأ الكنيسة هذا الجزء فى عيد الصليب لأنها شهادة من رب الصليب أن الصليب ملازم لكل تعاليم المسيح من أسفار موسى و حتى الرؤيا. لو ٢٤: ٢٦.

- فى عيد إكتشاف خشبة الصليب تقرأ الكنيسة فصلاً يقدم نفس الفكرة. يو ١٠: ٢٢ - ٣٨. المسيح يشير إلى أبيه السماوي فى الأعالي ثم يشير إلى نفسه مخلصاً ثم يشير إلى أعماله التي تنقلنا من الخطية إلى البر. هو يقدم الصليب الحى المتمثل فى كيانه.

-الصليب ليس شكلاً فحسب. ليس ظاهرياً بأكمله. بل هو بقود الذين إختبروا محبة المسيح لكي يجذبوا إلى الصليب الباطني ليبادلوا المصلوب محبة بمحبة. يعلمنا كيف نفهم الكتاب فى ضوء الصليب. الذى بدوره تصبح الأسفار بلا جدوى. هكذا تعلم تلميذى عمواس و تعلمنا معهما أن تعليم رب المجد هو الصليب الروحي الذى نحمله بفرح. نتبعه حاملين كل وصية فى القلب كصليب نحيا مع المصلوب عليه. الصليب عيد لكلمة الله فينا. نقرأها مجدداً لتتقين أن شخص الرب ظاهر و كامن فى أحداث الكتاب و أن صلبه كان تحقيقاً لكل الآيات و الكتب و الأسفار. لقد كان فى كل سفر يبشرنا و نحن لم نعلم. يطمئننا على خلاصنا و نحن لم ننتبه. يفرحنا و نحن لم ندرك. لكن حين شاهدنا آلامه عرفنا الأسفار. حين رأيناه مصلوباً فهمنا الكتاب كله. لأنه كتاب المصلوب له المجد.

- كل آية هى عيد صليب تحياه النفس التي تنتعش بكلمة الروح. كل سفر يأخذنا إلى مرحلة من مراحل آلام الفادى. فمن لا تأخذ الكلمة إلى المصلوب لا يدرك عمق ما فيها من خلاص. لهذا طوبى لمن فتح المصلوب أعين قلوبهم فرأوا الجراحات و المسامير و الطعنة بين دفتى كلامه المحيى من موسي حتى الرؤيا.

بالخطية. نزل ابن الإنسان و صعد بعدما نقلنا من يسار الرفض إلى يمين القبول قدام الأب. كأنه بجسده رسم الصليب على وجه المسكونة. يو ٣: ١٣. ليس أحد نزل من السماء إلا الذى صعد إلى السماء أى ليس أحد تجسد و صلب عنا و مات و قام إلا الذى أدخلنا بواسطته إلى حضرة الأب. ابن الإنسان الذى هو فى السماء.

- فى عظته الذهبية على الجبل بدأ بالمساكين بالروح لأن لهم ملكوت السموات. بدأ بالملكوت رأساً علوية تكون هدفاً للأنظار فى الحياة. ثم ظل فى عظته الربانية ينتقل بين اليسار من التعاليم المتقوصة و المدلسة من الناس إلى اليمين حيث تعليم الكمال. ظل يربط البشر بتعليمه يربط المحبة هو ١١: ٤. كأنها مسامير تثبيتت إنسان الملكوت فى القلب. ثم فى نهاية العظة نزل إلى القاعدة التي يرتكز عليها الصليب. البيت المبني على الصخر... الإيمان بشخص المصلوب و خلاصه الكامل. فالمبني على الصليب لا تجرفه الأمواج. مت ٩. عظة الرب يسوع على الجبل إعلان لإرادة الأب لخلاصنا نطقها الروح القدس على فم الإبن الكلمة و كلها صليب روحى مرسوم فى قلب كل من يرغب الخلاص. من علو ملكوت السموات إلى نزول الصخر الذى عليه نتكل و به نخلص.

- ظهر الرب يسوع لتلميذى عمواس بعد قيامته و لم يتعرفا عليه متعجبين أن المسيح مات هكذا سريعاً قبل أن يعيد مملكة داود لمجدها. فماذا كانت الإجابة؟ ظل المسيح يفسر كل الكتب بدءاً من موسى النبي حتى ملاخى النبي. ليجيب على سؤال واحد طرحه بنفسه. أما كان ينبغي أن المسيح يتألم بهذا و يدخل إلى مجده؟ كل الكتاب يشرح خلاص المسيح على الصليب. فالمسيح لم يمت فجأة و لا مات سريعاً بل عبر آلاف السنوات

James Snow Medical Walk-in Clinic & Pharmacy

ادارة جديدة

العيادة والصيدلية ترحبان بالعملاء الجدد

Accepting
New
Patients

نقوم بتوصيل
الأدوية للمنازل

خصم خاص مع هذا
الإعلان

الاثنين / الجمعة

٩ صباحاً حتى ٧ مساءً

السبت ٩ صباحاً حتى ٢ ظهراً

Dr. Adriana Hajas

And

Dr. Deen

يرحبان باستقبال المرضى

905-636-1050 / 905-636-1799

51 James Snow Parkway North Milton, Ontario L9E 0H1

Call now to
book your
appointment

Sameh Abdou

certified translator
Simultaneous Interpreter
Community Interpreter

Conference / In person / Video/telephone



proofreading
High professional
quality
affordable prices

تحرير
ومراجعة
جودة مهنية عالية
أسعار معقولة

MA in Translation/Simultaneous Interpretation
BA in English Language and Literature,
Alexandria University
(ATIO Certified Translator (Arabic/English
Immigration and Refugee Board Interpreter
ATA Translator / Interpreter
CILISAT Certificate
MCIS, UHN, Access Alliance Interpreter

دراسات عليا في الترجمة والترجمة الفورية
حاصل على ليسانس أدب للغة الإنجليزية من جامعة الإسكندرية
مترجم معتمد بهيئة المترجمين والمترجمين الشفهيين والفوريين بأونتاريو (عربي/إنجليزي)
مترجم شفهي بهيئة الهجرة واللجوء
مترجم/مترجم شفهي بالهيئة الأمريكية للمترجمين ATA
حاصل على شهادة CILISAT الكندية للترجمة الشفهية القانونية والطبية والمجتمعية
مترجم طبي وقانوني بالعديد من المستشفيات الجامعية والمراكز الصحية والشركات القانونية بأونتاريو



ATIO
ata
American Translators
Association

Phone: 416-297-6659
samehshafik@hotmail.com

بجميع أشكالها لأنها تشتري الوهم للواهمين. يحمل هؤلاء ذنب المقدس و يكون كهوتهم ذنباً أيضاً عد ١٨: ١.

- الذين يتسترون خلف الخدمة للهروب من مسؤولياتهم الأسرية مخادعين بعيدين عن الإيمان الحقيقي. لذلك خدمتهم وهمية لأنهم فقط يستترون بها لتخدير ضمائرهم و لعثرة الآخرين. ١٥: ٨.

- يا خادم الوهم إنتبه. إفتح قلبك للنور فيحرق الروح القدس هذا القش الذي يعطى حجماً زائفاً لك و للخدمة. ما زالت الأرض أرضك تنتقل فيها من الزوان إلى الحنطة. تتضاعف أثمارك عما كنت تظنه ثمراً. عش زمن المسيح لا زمن الخدمة الزائفة. أنظر توبة بطرس التلميذ و حصادها. أنظر هلاك يهوذا التلميذ و إخش نهايته. إخلع الخادم العتيق و إلبس الجديد بقبول وصية المسيح و محبته. صلى كثيراً

للمراعى الصالح كى يعود المراعى الصالح ليسكن ضمائرنا و قلوبنا و نياتنا. فتختفى الخدمة الوهمية و ينبزغ نور المسيح من أفعالنا و يمجد الناس أبانا الذى فى السموات و نخفى نحن.

- من صفات الخدمة الوهمية كثرة النزاعات بلا سبب. لأن هذه حرب لذات تتصارع مع ذات ليس الله بينهما. كذلك قلة المحبة علامة الخدمة الوهمية. الشللية و المحاباة خدمة ضالة كمن يميز بين المخدمين وينتقي من يميل إليهم و يتجاهل الباقيين. يحقق لنفسه مكاسب و يفقد النفوس المؤمن عليها.

- لكل حنطة زوان. تشبهه فى كل شيء إلا القلب. لكل خدمة زوانها. لكن الزوان ينفصح وقت الحصاد.

- يوجد وسط الخدام أشراراً مثل إبنى عالي الكاهن و إبنى صموئيل النبي. خدمتهم لبطونهم. شعبهم فى شهواتهم. و الأبرياء بسببهم يسقطون. تخرب المقداس بمثل أولئك. هؤلاء كانوا قريبون من الهيكل و أبأؤهم خدموا بأمانة. زاغوا و أزاغوا. شهادة صموئيل النبي عن الخدمة تدين الخدام الزائفين ١ صم ١٢.

- الذى يُعلم ما يرضى الناس لا الله يحرف الشهادة. الذى بجسارة يميل إلى الظالمين ليغترف من غنائمهم و يترك الرعية للسلب و الحملان للنهب من إبليس عدو خلاص النفوس. الذى يلبس ثوب التقوى و يخلع عنه التقوى. الذى يُشرع لأجل مناصريه و يخش النطق بحق المسيح. هذا كله باطل.

- رعاة أمناء مختبرين منقادين بالروح يبدأون الإعداد الروحي المملح بكلمة الإنجيل و التغذية المستمرة بمحبة المسيح تصنع جيلاً أفضل من خدام المسيح. يكون إختيار الخدام فيه بأكثر تدقيق. لا يهم أن يكونوا كثيرين بل أن يكونوا مثمرين. و لنبتعد عن السيمنية

الخدمة الوهمية

كتبها Oliver

- الله وحده فاحص القلوب و الكلى. النور كاشف الظلمة. يميز الحمل عن الذنب و الذنب اللابس ثوب حمل. روح الحق فاحص الضمائر و الأفكار و نيات القلب يختصم الخدمة الوهمية. لا يقبل القربان الزائف. مراجعة النفس تقود إلى معرفة حقيقة الخدمة التى نخدمها.

- ليسأل الخادم نفسه هو : لمن أخدم؟ لحساب من؟ لأن البعض بعدما يبدأ بداية مقدسة بمحبة للمسيح يكمل مسيرته بإنحرافات متنوعة عن المحبة الأولى و يتوه. تنطفئ منارته و يصير الحى الميت و خدمته ميتة يطوف بها كالفرسيين البر و البحر دون توبة؟ يخطف الرعية لنفسه. خادم للوهم هو. مت ٢٣: ١٨.

- الإختيار بداية و ليس نهاية. يهوذا كان إختيار المسيح لكنه إختار خدمة الموت. الناس يندعون. الكهنة يندعون رؤساء الكهنة يندعون. البابا القديس ألكسندروس هو الذى رسم أريوس كاهناً و هو أيضاً الذى رسم القديس أثناسيوس كاهناً و شتان بين خادمين. فالعيب ليس فيمن فتح باب الخدمة لكن العيب فيمن ضل عن مسيحه الراعى الصالح مقياس الكمال و هدف الخدمة (الوحيد).

- الخادم الذى تستهويه شهادة الناس يذبل سريعاً. يذهب و شعبيته لا تخلصه. الخادم الوهمى يقيس خدمته بالعدد و يغفل الحق. يستهلك عمره وسط الأنشطة بلا روح. زائف يصنع خدمة مزيفة و لا يقدم المسيح للمخدمين بل يصرفهم جائعين. خادم مزعج كنجاس يطن و صنجا يرن و محبة المسيح مُداسة.

If you're always
trying to be normal
you will never know
how amazing you can be.

- Maya Angelou



إشراف جوى غالي

تكوين حكومة أقلية ليبرالية أخري



أوتاروا : عندما قام جستن ترودو بمغامرة ودعا الي الانتخابات الفيدرالية في ١٥ أغسطس، كان يأمل في الاستفادة من المشاعر الايجابية للكنديين تجاه تعامل حكومته مع أزمة وباء كورونا، وتوفير اللقاحات للكنديين، وأرسل ترودو الكنديين للتصويت علي الانتخابات وتحدث النخبون عن رأيهم في تكوين الحكومة الكندية ولم تكن النتيجة مختلفة عما سبق، فقد حصل الليبراليون علي ١٥٨ مقعدا في البرلمان وقد كسبوا مقعدان أكثر عما كانوا سابقا ولكن تظل حكومة أقلية، وحصل حزب المحافظين علي ١١٩ مقعدا وهذا نفس عدد المقاعد السابق علي الرغم من فوز الحزب بالتصويت الشعبي، وحصل حزب كتلة كيبكوا علي ٣٤ مقعدا وكسبوا مقعدين أكثر عما كانوا في السابق، وحصل الحزب الديمقراطي الجديد علي ٢٥ مقعدا وهو نفس العدد السابق وحصل الحزب الاخضر علي مقعدين ولكن زعيمة الحزب فقدت منصبها بسبب عدم حصولها علي عدد كافي من الاصوات في المنطقة المرشحة لها، هذا وسوف يقوم ترودو بتعيين وزراء جدد في البرلمان الجديد رقم ٤٤، وسيقرر رئيس البرلمان متى يعود البرلمان للانعقاد ويلحق ذلك الفاء خطاب العرش الذي يلخص خطة الحكومة الجديدة امام ممثلة الملكة في كندا، والان سيتعين علي حكومة الاقلية الليبرالية ان تجد شركاء لها من احزاب المعارضة الاخري وعلي الارجح حزب كتلة كيبكوا او الحزب الديمقراطي الجديد لتميرير التشريعات الرئيسية والبقاء في الحكم.



تورنتو تحتل المرتبة الثانية في قائمة المدن الأكثر أمانا في العالم لعام ٢٠٢١ (تقرير)

كانت سلامة وأمن المدن دائما مصدر قلق كبير للسائحين والمسافرين عندما يختارون المدينة التي يريدوا زيارتها، وعلي الرغم من الارتفاع الحاد لحوادث العنف المسلح وارتفاع عدد السائقين المتهمين العام الماضي وسط الاغلاق في مدينة تورنتو، فقد تم تصنيف المدينة من قبل مجلة الايكونوميست بانها ثاني أكثر المدن امانا في العالم بعد مدينة كوبنهاجن التي احتلت المرتبة الاولى، وقد تم تقييم المدن علي اساس ٧٦ مؤشرا منها الامن الشخصي والامن البيئي والامن الصحي، وقد حصلت مدينة كوبنهاجن علي ٨٢،٤ نقطة من ١٠٠ واحتلت المرتبة الاولى في قائمة أفضل وأمن الاماكن للعيش وانت مدينة تورنتو في المرتبة الثانية وحصلت علي ٨٢،٢ من ١٠٠ وتمكنت المدينة من التحسن بشكل ملحوظ منذ تقييمها اخر مرة عام ٢٠١٩ وكانت في المركز السادس وقد ارتفعت درجات مدينة تورنتو بسبب مدي الامن والامان بها ونظام النقل العام وشبكة الطرقات وصيانتها بشكل عام وايضا بسبب خطة المدينة في إدارة النفايات وتأهب النظام الصحي فيها اثناء الوباء علي مدي ال ١٧ شهرا الماضية ، وقد جاءت مدينة سنغافورة في المركز الثالث ومدينة سيدني في المركز الرابع وطوكيو في المركز الخامس، وحصلت مدينة نيويورك علي المركز الحادي عشر متساوية مع مدينة برشلونة الاسبانية ولم تكن مفاجأة ان احتلت مدينة لاجوس النيجيرية والقاهرة وكاراتشي و كراكاس المراكز الخمسة الاخيرة في القائمة.



طالبات وطلبة جامعة ويسترن في مدينة لندن باونتاريو يخرجون من الصفوف للاحتجاج علي التحرش الجنسي للنساء في الحرم الجامعي

لندن ؛ أونتاريو : خرج مئات من طالبات وطلبة جامعة ويسترن من الفصول الدراسية يوم الجمعة ١٧ سبتمبر للاحتجاج علي ما أسموه (كراهية النساء) في الحرم الجامعي وذلك بعد سلسلة من الشكاوي حول اعتداءات جنسية ظهرت أخير، وحملت الطالبات والطلاب لافتات تندد بالعنف الجنسي وتدعم الناجين من هذه الاعتداءات وهتفت الطالبات (أوقفوا هذا العنف ولا مزيد من الصمت) وكتبت بعض الطالبات رسائل تشجيع وحب للفتيات الضحايا تقول بعضهن (أبقى قوية، أنا أقف بجانبك وأؤمن بك، ونحن جميعا نقف معك) وقالت شرطة مدينة لندن ؛ أن أربعة نساء تقدمن بشكاوي رسمية حول تعرضهن للاعتداء الجنسي في السكن الجامعي مؤخرا، وأيضا تحقق الشرطة في اخبار نشرت علي صفحات التواصل الاجتماعي تتحدث عن تخدير جماعي للنساء وأعتداءات جنسية عليهن في السكن الجامعي خلال الاسبوع الاول من الدراسة، ولكن لم يتقدم احد بشكوي رسمية حول تلك الادعاءات، وقالت طالبة في السنة الثالثة الجامعية «إنها تعتقد ان الجامعة لاتأخذ هذه الادعاءات علي محمل الجد وان هذا أمر مرعب عندما نعرف بما يحدث في السكن الجامعي » وقد أعلنت جامعة ويسترن عن أنها ستطلب من الطلاب المقيمين في السكن الجامعي حضور دورات تدريبية عن العنف الجنسي ومشاكل الحرم الجامعي وهذا الاجراء جزء من خطة جديدة من شأنها ان تشهد تعيين ١٠٠ مراقب ليلي في المساكن الجامعية وانشاء فريق عمل يعمل علي سلامة الطلاب بشكل شامل وعميق، وقالت مقاطعة أونتاريو انه يتعين علي الكليات والمعاهد والجامعات بعد المرحلة الثانوية ان تحدث سياساتها المتعلقة بالعنف الجنسي لدعم افضل للطالبات اللاتي يتقدمن بشكاوي عن هذا الموضوع، وقالت المقاطعة ؛ إنه لا ينبغي تأديب الطالبات اللاتي يبلغون عن العنف الجنسي لخرقهن قواعد الجامعة بشأن تعاطي الكحوليات والمخدرات، وقت وقوع حوادث الاغتصاب، ولا ينبغي ان تكون الاسئلة المتعلقة بالتاريخ الجنسي للمشتكية جزءا من عملية تلقي الشكوي، وقالت نائبة رئيس الشؤون الخارجية بمجلس جامعة ويسترن (أن هذا سيجعل الضحايا يشعرون بمزيد من الراحة عند الإبلاغ عن حادث اعتداء جنسي) هذا وقد ظهرت سلسلة التحرش والاعتداءات الجنسية هذه في الوقت نفسه الذي تعاملت فيه الجامعة مع وفاة احد طلابها وهو جابرييل نيل ١٨ سنة في الاسبوع الاول من الدراسة بعد تعرضه للاعتداء يوم الجمعة من فرد خارج الحرم الجامعي.



رئيس وزراء البرتا جيسون كيني يعتذر للمواطنين عن الاجراءات التي اعلنها عن فتح المقاطعة في شهر يونيو، والتي ادت الي ارتفاع حاد للمصابين بالكورونا

قدم رئيس وزراء مقاطعة البرتا جيسون كيني اعتذاره لسكان البرتا، عما قامت به حكومته مؤخرا من فتح المقاطعة والغاء التباعد الاجتماعي مما نتج عنه زيادة في اعداد المصابين بفيروس كورونا وامتلاء غرف العناية المركزة، الامر الذي جعل حكومة المقاطعة تطلب المساعدة من الحكومة الفيدرالية، وقال رئيس وزراء المقاطعة جيسون كيني « كنا نأمل جميعا ان نتمكن من وضع كوفيد خلفنا هذا الصيف – وكان هذا بالتأكيد أملي ولكن من الواضح الان أننا كنا مخطئين ولهذا أعترز، واضاف، نعم لقد قلت الكثير من الاشياء المتفائلة لانني أعتقد أن مهمة القائد هي نقل الشعور بالامل والتفاؤل وليس الشعور باليأس والتشاؤم » هذا وقد ادعا اثنان من النواب في البرلمان في المقاطعة جيسون كيني للاستقالة قائلين « أن الادارة غير المنسقة والاهمال دمرت ثقة الجمهور ومن أجل خير المقاطعة يجب علي رئيس الوزراء ان يستقيل فورا حتي يمكن استعادة ثقة الجمهور » ومن ناحية أخرى اصدر وزير السلامة الفيدرالي بيل بلير بيانا يقول بان الحكومة الفيدرالية استمعت الي نداء البرتا للمساعدة في مقاومتها للموجة الرابعة من وباء كورونا وسوف تقدم الحكومة الدعم اللازم لسكان البرتا خلال هذا الوقت العصيب، وبحسب البيانات الصادرة من وزارة الصحة في البرتا فهناك ٢٠٣٠٤ حالة مرضية نشيطة من كوفيد ١٩ وعدد الحالات في المستشفيات ١٠٥٨ وفي العناية المركزة ٢٢٦ وعدد الوفيات خلال اسبوع ٢٦١١.



كندا تستأنف رحلاتها من الهند مع تدابير إضافية لوباء كورونا

تم فرض حظر علي الرحلات الجوية من الهند لأول مرة يوم ٢٢ أبريل، بسبب أنتشار الإصابة بفيروس كورونا المتحور (دلتا) وفي حين أن هذا الفيروس المتغير أصبح الشكل المهيمن للفيروس في كندا والعديد من البلاد الاخري، فقد استقرت الحالات في الهند وسط زيادة التطعيمات، ولذلك ذكرت وزارة النقل الكندية أنها ستستأنف الرحلات الجوية المباشرة من الهند يوم ٢٦ سبتمبر، وسيحتاج المسافرين المؤهلين لدخول كندا الي إثبات الحصول علي اختبار سلبي لكوفيد ١٩ في غضون ١٨ ساعة من مغادرة الهند، وعلي المسافرين ايضا تحميل معلومات خاصة بهم في تطبيق (أررايف كندا) قبل الصعود الي الطائرة، واي فرد يأتي الي كندا عن طريق غير مباشر يحتاج الي الحصول علي اختبار سلبي لكوفيد ١٩ من بلد ثالث غير الهند في غضون ٧٢ ساعة قبل المغادرة الي كندا – هذا وقد تلقى نحو ٦٤٪ من سكان الهند جرعة واحدة من اللقاح وتم تطعيم ٢٢٪ منهم تطعيما كاملا، ويأتي رفع الحظر علي الطيران الهندي بعد عدة أسابيع من سماح كندا للمسافرين من جميع دول العالم الذين تم تطعيمهم بالكامل بالحقن لكندا، ومع ذلك تواصل الولايات المتحدة تقييد السفر من كندا مشيرة الي ارتفاع الاصابات بفيروس كورونا المتحور (دلتا)

للاعلان بالجريدة انصل على:

ahram.teeba@gmail.com

اوانصل بأشرف اسكاروس (416)659-8744

الاطباء والفنيين والمعالجين) و٥٦ موظف غير سريري، وقالت المستشفى ان الموظفين الذين لم يتلقوا الجرعة الاولى من اللقاح بحلول يوم ٢٢ سبتمبر تم وقفهم عن العمل واعطوا اجازة لمدة أسبوعين غير مدفوعة الاجر، وإذا لم يحصلوا علي الجرعة الاولى من اللقاح بحلول يوم ٧ أكتوبر سيتم إنهاء عملهم مع المستشفى او تعليق أمتيازاتهم (مع توصية للمضي قدما والغاء امتيازاتهم او إنهاؤها) ولهذه لن يعرف عدد الذين لم يتم تطعيمهم الا بعد ٧ أكتوبر، وقال الرئيس التنفيذي للمستشفى « ان المستشفى وضع سلامة ورفاهية المرضى ومجتمعنا وأعضاء الفريق الطبي في المقام الاول من خلال مطالبة الموظفين بالحصول علي التطعيم بالكامل، وإن الافراد الذين لم يمتثلوا لسياسة المستشفى وقرروا عدم الحصول علي التطعيم لن يؤثروا علي تقديم الرعاية السريرية او غير السريرية في مجتمعنا »



مستشفى وندسور توقف ١٤٠ من العاملين فيها عن العمل بسبب عدم حصولهم علي تطعيم كوفيد ١٩

وندسور : أوقفت مستشفى وندسور باونتاريو عشرات الموظفين عن العمل وبدون راتب لعدم حصولهم علي تطعيم كوفيد ١٩، وذكرت المستشفى الاقليمي أن ٣٣٩٨ او ٩٦٪ من العاملين فيها حصلوا علي التطعيمات بشكل كامل وأمتثلوا لسياسة المستشفى بالحصول علي جرعة واحدة علي الاقل بحلول يوم ٢٢ سبتمبر، ولكن كان هناك ١٤٠ موظفا لم يمتثلوا لسياسة المستشفى منهم ٩٤ موظفا سريريا (من الاطباء والممرضين ومساعدى

مراحل الإيمان السبعة

٥) مرحلة المجادلة :
٢٠. أَبَاؤُنَا سَجَدُوا فِي هَذَا الْجَبَلِ، وَأَنْتُمْ تَقُولُونَ إِنَّ فِي أُورُشَلِيمَ الْمَوْضِعَ الَّذِي يَنْبَغِي أَنْ يُسَجَدَ فِيهِ».
٢١. قَالَ لَهَا يَسُوعُ:
٢٤. اللَّهُ رُوحٌ. وَالَّذِينَ يَسْجُدُونَ لَهُ فَبِالرُّوحِ وَالْحَقِّ يَنْبَغِي أَنْ يَسْجُدُوا».
٢٦. قَالَ لَهَا يَسُوعُ: «أَنَا الَّذِي أَكَلَمُكَ هُوَ».
٢٧) مرحلة التبشير :
٢٨. فَتَرَكَّتِ الْمَرْأَةُ جَرَّتَهَا وَمَضَتْ إِلَى الْمَدِينَةِ وَقَالَتْ لِلنَّاسِ:
٢٩. «هَلُمُّوا انظُرُوا إِنْسَانًا قَالَ لِي كُلِّ مَا فَعَلْتُ. أَلَعَلَّ هَذَا هُوَ الْمَسِيحُ؟»
٣٠. فَخَرَجُوا مِنَ الْمَدِينَةِ وَأَتَوْا إِلَيْهِ.

١) مرحلة الرفض الكامل للمسيح (الإيمان) :
٩. قَالَتْ لَهُ الْمَرْأَةُ السَّامِرِيَّةُ: «كَيْفَ تَطْلُبُ مِنِّي لِنَشْرَبِ، وَأَنْتَ يَهُودِيٌّ وَأَنَا امْرَأَةٌ سَامِرِيَّةٌ؟» لِأَنَّ الْيَهُودَ لَا يُعَامِلُونَ السَّامِرِيِّينَ.
١١. قَالَتْ لَهُ الْمَرْأَةُ: «يَا سَيِّدُ، لَا دَلْوُ لَكَ وَالْبُئْرُ عَمِيقَةٌ. فَمِنْ أَيْنَ لَكَ الْمَاءُ الْحَيُّ؟»
٣) مرحلة القبول :
١٥. قَالَتْ لَهُ الْمَرْأَةُ: «يَا سَيِّدُ، أَعْطِنِي هَذَا الْمَاءَ، لِكَيْ لَا أَعْطِشَ وَلَا أَتِي إِلَى هُنَا لَأَسْقِي».
٤) مرحلة الإيمان :
١٩. قَالَتْ لَهُ الْمَرْأَةُ: «يَا سَيِّدُ، أَرَى أَنَّكَ نَبِيٌّ!

ما بعد الأيام (٦)

توفيق مري مينا





٤٩ يناير ١٩٥٠ نجح رالف بانس وسيط الأمم المتحدة في وقف إطلاق النار في فلسطين، وفي فبراير يصبح إبراهيم عبد الهادي باشا رئيسا للوزارة وتقع سلسلة اغتياالات طالت رجل البوليس سليم زكي والنقراشي باشا وتصادر الحكومة كتاب طه حسين (المعذبون في الارض) واستقال إبراهيم عبد الهادي بعد خمسة اشهر،، أجريت الانتخابات وفاز الوفد ودُعي النحاس لتأليف الوزارة وقام بزيارة طه حسين في منزله وعرض عليه ان يتولى منصب وزير المعارف فيطلب طه ان يتضمن خطاب العرش إعلانا بمجانية التعليم فيسال النحاس: هذا شرط?... إذن فهو شرط مقبول.... إتفقنا مبروك.

الوزير

صباح ١٦ يناير ١٩٥٠ يلقي النحاس باشا خطاب العرش امام مجلس النواب، ويعلن فيه مجانية التعليم الابتدائي والثانوي والفني، ويقول الوزير طه حسين أن العلم يجب ان يكون كالماء والهواء متاحا للجميع، ويشرع في إنشاء نقابة للمعلمين تضمهم جميعا وترعى شئونهم فإن اساس التعليم الصالح هو الاستاذ الصالح والمعلمون ينتخبونه نقيبا لهم، يتحدث عن رغبته في إنشاء جامعة عين شمس وجامعة اسيوط. ،، في مدينة ألسفورديتلقى طه حسين من جامعتها درجة الدكتوراة الفخرية، وفي مانشستر يشتري مرافقو الوزير ما يريدون من الهدايا ويرفض البائع تقاضى الثمن قائلا : لقد اسعدنى هذا الصباح ان اقابل رجلين من اصحاب هذا الرجل العظيم، وفي زيارته لروما حيث مُنح درجة الدكتوراة الفخرية، وفي أثينا استقبله الملك والملكة، والى مدريد حيث افتتح المعهد المصرى للدراسات الاسلامية.

بسبب انتقاد احد الوزراء له قدم استقالته فى اكتوبر ٥١ لكنها رُفضت،، وفى معهد الصحراء فى هليوبوليس إحتفال يحضره الملك يتحدث طه حسين عن اهمية الصحراء وفى نهاية الحفل يتوجه الملك إليه بقوله : متشكر يا باشا.،، عام ٥١ يدخل بيته حاملا الاختراع الجديد (المسجل \ الريكوردر)،،، تليفون من المنيا أخوه ينعى اليه وفاة والدته،،، ٨ اكتوبر ٥١ النحاس باشا امام البرلمان (باسم مصر امضيت المعاهدة وباسم مصر الغيتها) هكذا تم الغاء معاهدة ١٩٣٦،، يرفض الانجليز الإلغاء ويهاجمون ثكنات البوليس المصرى فى الاسماعيلية فى ٢٦ يناير ٥٢ فتدافع عنها القوة الموجودة فيها دفاع الابطال وفى نفس اليوم يقع حريق القاهرة وتسقط وزارة النحاس باشا.

السيدة هيلين كيلر التى لا تسمع ولا ترى ولا تتكلم، تصل الى مصر وتطلب مقابلة طه حسين ويرد طه : بل انا الذى اذهب الى زيارته.

الثورة

فى فندق فى قرية بشمال إيطاليا يملى على سكرتيره كتاب (على وبنوه) تتصل به السفارة المصرية فى روما تبليغه بقيام الثورة المصرية ضد الملك. يؤجل عودته الى مصر

للاعلان بالجريدة اتصل على:
ahram.teeba@gmail.com
اواصلد باشرف اسكاروس (416)659-8744

وأول عربى يقوم بذلك بعد استقلال تونس عام ٥٦،، ويحتفل به الرئيس الحبيب بورقيبة،، وفى يونيو ٥٨ يدعو المغرب لزيارته ويستقبله الملك محمد الخامس أعظم استقبال ويمنحه ارفع الأوسمة ويزور مدن الرباط ومكناس وتطوان ومراكش والدار البيضاء وفاس حيث استقبله الزعيم علال الفاسى.

المرجع الدكتور محمد حسن الزيات

يتبع

لمؤنس وزوجته ليلي. ،، وللبيت حديقة جميلة. ، فى صالون البيت يستمع وزوجته الى الموسيقى وبعدها تقرأ سوزان كتابا بالفرنسية،، فى هذا الصالون يسمع طه حسين إعلان الرئيس جمال عبد الناصر تأميم قناة السويس،،، ويقع العدوان الثلاثى على مصر. ويصدر كتاب يشجب العدوان يكتب طه حسين المقال الاول فيه مبشرا بنهاية عصر الاستعمار، ويقرر ان يرد على فرنسا وسام اللجيون دو نور من طبقة جراند أوفيسييه الذى منحته الحكومة الفرنسية له من قبل.

ويحل وافد جديد على (رامتان) أمينة مؤنس طه حسين، حفيذة جميلة لطفه حسين، تدعوه تونس لزيارتها للاشراف على لجنة امتحانات آخر العام ويكون أول مصرى

الوالدة



عصفور الحرية

بقلم/ مدحت مورييس



(voicy2005@yahoo.com)

الى الغرفة - ثم طار الى الداخل محلقاً لدورة واحدة بعدها هبط مستقراً على حافة باب القفص المفتوح ثم قفز للداخل ملتقطاً بعض الحبوب الملقاة في أرضية القفص.. وتوقعت أن يخرج من القفص مرة أخرى لكنه لم يفعل!!!!!! اتسعت عيناى في دهشة بينما ارتفعت ضحكات محدثى وهو يقول لو أنه يملك يدان لأغلق القفص بارادته» قالها وهو يغلق القفص على الطائر. أصابنى الوجوم.... شعرت بالهزيمة.... وضع الرجل يده على كتفى وقال « قبل أن تتكلم عن الحرية عليك أن تسأل نفسك - يا مانح الحرية للضعفاء- كيف يجد الطائر الصغير طعامه فى الخارج وسط الجوارح..... لقد خلق ليعيش فى حدود ذلك القفص لا ليتصارع مع الأقوياء» قلت له مبرراً « لكن الحرية هى الحرية فى كل مكان ولكل الكائنات» قاطعنى فى حسم « للحرية مقاييس ترتبط بالقدرات وهى عند الانسان تختلف عن الكائنات الأخرى، فالانسان مثلاً يضع حدوداً لحرية الكائنات التي تعيش حوله حتى الطليق منها.» قلت مضيقاً « والانسان أيضاً يضع حدوداً لحرية انسان آخر» رد فى جدية تامة « هنا تبرز القدرات.... على الانسان أن يضع حدوداً مناسبة لنفسه ولا يدخل فى صراعات لا طاقة له بها.... يا عزيزى لا تطلب من شاعر أن يعزف لحناً شجياً ولا تسأل طبيب أن يرسم لوحة زيتية.

وللمرة الثانية فى خلال دقائق اشعر بالهزيمة لكننى ايضا لم اشعر بالاحباط فقد شعرت ان الكثير من الشعارات والعبارات البراقة قد لا تكون مناسبة للتطبيق فى بعض الاوقات او بعض المواقف او ان تكون غير متناسبة مع من يطبقها... وخلصت انه لا يوجد فى الحياة شىء مطلق فكل الامور نسبية.

ابتسمت وأنا أنهض لأهم بالخروج..... فقال الرجل مندهشاً.... هل ستذهب ولم نبدأ درسنا الأول بعد؟ قلت فى امتنان « لكنك علمتني الدرس الأول فى الحياة بل وقد يكون الدرس الاهم فى حياتى.... وعلى الان أن أطبقه. سألنى ضاحكاً... وكيف ستطبق الدرس الاول الذى تعلمته؟ اجبته بسرعة.... بان ابحت عن قفص يناسبنى.

الغامضة وايضاً ثقته الحقيقية والغير مصطنعة بنفسه كلها امور كانت كافية لان تبدد الثقة المصطنعة التي اظهرتها... ظل الرجل صامتاً للحظات شعرتها ساعات وكلما اتسعت مساحة الصمت كلما زاد ارتياكى بعدما سقطت ثقتي بنفسى فى جب عميق.

بدأ الرجل الكلام واتجه رأساً نحو الموضوع الذى اتيت اليه من اجله، فانا الذى اتصلت به طالباً

مشورته وانا فى مقبل حياتى العملية فى مجال ادارة الاعمال ليفيدنى من علمه وخبرته فى هذا المجال. انتبه الرجل لارتياكى وعدم تركيزى وانتبه ايضا لعيناى المتجهتان رغم ارادتى نحو القفص الخالى.

لقد سألتنى المشورة وأتيتنى طالباً درساً مستفادة فى مجال ادارة الأعمال» هكذا قال لى بنبرة عالية لم اعرف سببها أجبت «هذا صحيح» قال الرجل مستطرداً « لكنك -فيما يبدو- أردت أن يكون درسك الأول درساً فى الحياة « لم أجد ما أرد به عليه وأنا أنظر اليه مندهشاً سألنى « أعتقد أنك منحت الطائر الصغير حريته؟» أجبته بسرعة « بكل تأكيد» ابتسم الرجل فى سخرية لم أستسغها ثم ثبت عينيه من فوق كتفى نحو النافذة وخرجت كلماته هادئة متباطئة « اذاً عليك بالنظر خلفك فى هدوء»..... التفت خلفى -كما أمرنى-.... وهالنى أن أرى الطائر الصغير يقف على حافة النافذة محركاً رأسه فى كل الاتجاهات - وكأنه يستأن فى الدخول

صيحة مشجعة للعصفور الصغير وحبست انفاسى عندما وجدته يتجه نحو نافذة الحجرة... وقف العصفور على حافة النافذة ناظراً نحو الأفق البعيد، حرك رأسه يمينا ويساراً عدة مرات وانا مازلت على حالى اترقب كاتماً انفاسى لكن صوتى ارتفع بالصياح من جديد بعدما طار الطير خارجاً بينما اسرعت و طللت من النافذة وانا اودعه واشير اليه مشجعاً، ظلت عيناى تتابعانه فرأيتهم يحلق طائراً فى دورات قصيرة بعدها انطلق مختفياً خلف المبنى الكبير.. غمرنى الارتياح وانفجرت أسارى وترددت شعارات بداخلى كلها تعبر عن جمال الشعور بالحرية وغمرتنى سعادة فاقت توقعى لشعورى بأننى قدمت صنيعاً طيباً لمخلوق ضعيف

متخيلاً الطائر الذى منحته حريته وهو يحلق ويرفرف بجناحيه فى كل الأنحاء لكن فجأة انفتح باب

غرفة المكتب التى كنت انتظر بها حيث دخل رجل الأعمال الكبير السن والمقام الذى كنت بانتظاره. دخل الرجل مرحباً بى فهو يعرفنى منذ كنت طفلاً باعتباره صديقاً قديماً للأسرة. نظر نظرة عابرة نحو القفص الخالى وهو يتجه ليجلس على مقعد مكتبه فاسترعى خواء القفص انتباهه وتوقعت ان يسألنى عن القفص الذى اختفى عصفوره فبادرته قبل أن يتسائل شارحاً له ما حدث وما فعلته مع العصفور وانا اتحدث بفلسفة وثقة لا يتناسبان مع تدخلى فيما لا يعينى وتصرفى فيما لا املك. لكن رد الفعل المفاجئ للرجل وابتهامته

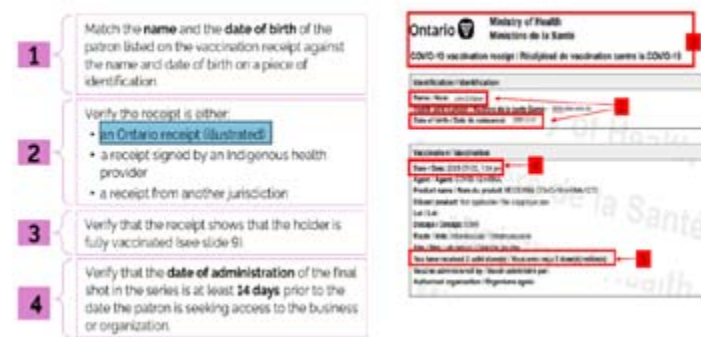
عندما تراه تجد عينيك تتجه نحوه كل بضع دقائق، وفى كل مرة تكتشف شيئاً جديداً.... طائر صغير.... جميل.... وضعيف... حبساً لقفص حديدى، فى وسط الجمال ترى حزناً دفيناً مؤكداً ينبعث من عينيه.... انه وبلا شك حزن الحرمان من الحرية.... الم الجسد المحبوس وانين العقل المحصور بين جدران اربعة صماء.

هكذا قلت لنفسى وانا اردد مجموعة من الكلمات الشهيرة والاقوال الماثورة التى تتغنى وتتفنن فى وصف الحرية وانا اراها تمر برأسى وتتجسد أمام عيناى بموسيقاها الحالمه وكلها تصب فى اتجاه وحيد وتدور حول معنى واحد.... « الحرية لا تُقدر بثمن». لم أدر كم مرة نظرت نحو الطائر الحزين، لكنى وجدته ينظر نحوى نظرة اعتقدت أننى فهمتها جيداً فمددت يدي - دون تردد - فاتحاً باب القفص للعصفور الصغير..... فتحت الباب عن آخره... لم أفكر فى صاحب القفص.. أقصد صاحب العصفور ولم أهتم بالغضب الذى سينتابه عندما يرى القفص فارغاً فقط انصب اهتمامى على أن ينال العصفور حريته الضائعة.... ووقفت منتظراً رد فعل الطائر الصغير فاذ به يقف ساكناً وكأن الدهشة الجمته، ابتعدت خطوات مرتداً الى الخلف متعمداً ان امنحه الامان لعل رهيبته تتبدد.... ووقفت بعيداً اترقب..... وماهى الا ثوان حتى بدأ العصفور الصغير فى القفز عدة قفزات رشيقة... داخل القفص، ثم بدأ يحرك جناحيه الصغيرين فقالت لنفسى لعله يختبرهما من بعد طول انتظار - وبعد لحظات اقترب من باب القفص المفتوح ووقف امامه متردداً ثم بعدها انطلق بخفة خارج القفص محلقاً فى أنحاء الغرفة لدورتين كاملتين ووجدتنى دون ان اشعر اطلق

أونتاريو تنشر تفاصيل جديدة حول كيفية أثبات الحصول علي التطعيمات بداية من ٢٢ سبتمبر

تورنتو : أصدرت أونتاريو مزيداً من التوجيهات للمؤسسات والشركات غير الأساسية لكيفية فحص شهادات التطعيم التي يقدمها الزوار عند الدخول الي هذه الشركات، وبداية من يوم ٢٢ سبتمبر يجب علي الأشخاص الذين يريدون دخول المطاعم او الحانات وصالات الرياضة ودور السينما والمسارح وحفلات الموسيقى او المناسبات الاجتماعية في صالات مغلقة

Steps for Businesses and Organizations: Proof of Vaccination



تقديم شهادة تثبت حصولهم علي جرعتين من لقاح كوفيد ١٩، ويمكن الحصول علي هذه الشهادة اما بطاعتها او تنزيلها من موقع الحكومة او يمكن استخدام إيصال موقع من مقدمي الخدمات الصحية من السكان الاصليين، ولن تؤثر القواعد الجديدة علي الاطفال دون سن الثانية عشر الذين ليسوا مؤهلين بعد للحصول علي اللقاح، وتطلب المقاطعة من الموظفين القائمين عند مداخل المؤسسات في استقبال الزائرين ان يطابقوا اسم الفرد وتاريخ ميلاده المكتوبين في شهادة التطعيم مع بطاقة هوية الفرد، ويجب ان يذكر في شهادة التطعيم حصول الفرد علي جرعتان من اللقاح، ويجب ان يتحقق موظف الاستقبال من أن تاريخ الحصول علي اللقاح كان قبل ١٤ يوما علي الأقل، ومن الامثلة علي بطاقة الهوية هي شهادة الميلاد او شهادة الجنسية او رخصة القيادة او بطاقة الهوية الصادرة من الحكومة او البطاقة الصحية او جواز السفر، وحذر المسؤولين من أن الفرد او الزائر لمؤسسة ما هو وحده المسؤول عن اثبات انه الصاحب الشرعي لشهادة التطعيم، وقد يؤدي عدم امتثال الافراد او الشركات الي غرامات مالية، وقالت المقاطعة انها قررت إتخاذ اسلوب مدروس وإنها تأمل ان تحقق توازن ما بين السلامة العامة والمخاطر التي تتعرض لها الشركات، وان ضباط الشرطة سيبدأوا بالتعليم والتحذير لضمان أتباع الشركات للبروتوكولات المناسبة، وقال السيد كالي رشيد مساعد وزير الحكومة الرقمية انه بحلول يوم ٢٢ اكتوبر سيتم إعطاء سكان أونتاريو رمز استجابة سريع (بار كود) مع معلومات التطعيم الخاصة بهم وستستخدم الشركات تطبيقاً لمسحه ضوئياً ويجري الان تطوير هذا التطبيق، ومن المهم ان يعرف سكان أونتاريو انه لن تكون هناك حاجة لابراز شهادة التطعيم اذا كان الفرد سيستخدم دورة المياه في منشأة داخلية او يقوم بدفع ثمن شئ ما طلبه او يحضر زفاف او جنازة ولكن عند حضور تجمع اجتماعي داخل صالة مغلقة لمناسبة ما فيجب اظهار شهادة التطعيم، ويعفي من شهادات التطعيم اولئك الذين لديهم شهادة طبية تفيد بان لديهم سببا طبيا يمنعهم من الحصول علي التطعيم.

للإعلان بالجريدة

انصلد على

ahram.teeba@

gmail.com

اوانصلد

باشرف اسكاروس

(416)659-8744

تكريم الكنيسة القبطية في كندا بأطلاق اسم ابونا انجيلوس سعد على شارع و منتزى في مدينة ميسيساجا



أطلقت مؤخرا مدينة ميسيسوجا بكندا اسم القمص أنجيلوس سعد كاهن كنيسة العذراء مريم والبابا اثناسيوس - ميسيسوجا ، على شارع وبارك بالمدينة تكريما له . - هو القس أنجيلوس ميخائيل سعد ويُعرف بأبونا أنجيلوس سعد Angelos saad - الاسم بالميلاد : فيليب ميخائيل - تاريخ الميلاد: الأحد ٢٩ يناير ١٩٥٠ ، - مكان الميلاد: البحيرة - مصر . - الدراسة: كلية الطب - جامعة الإسكندرية . - تاريخ الرسامة: الأحد ٣ سبتمبر ١٩٧٨ م . - بدأ خدمته بكنيسة الانبا تكلا بالابراهيمية - الاسكندرية - انتقل بعدها للخدمة في كنيسة العذراء والبابا اثناسيوس - ميسيسوجا، والتي تعد الآن أكبر كنيسة قبطية في كندا - يعد أحد أهم كهنة الكنيسة القبطية وأكثرهم عطاءا خلال الخمسين سنة الأخيرة و راع لأكثر كنيسة قبطية بالمهجر كله - احتفلت الكنيسة القبطية بكندا منذ أيام بمرور ٤٠ عاما على رسامته كاهنا - كرمه قداسة البابا تواضروس خلال زيارته الرعوية لكندا في سبتمبر ٢٠١٤ باعتباره راع لأكثر كنيسة بالمهجر و مؤسس أكثر كنائس قبطية في كندا . - تتجلى ثمار خدمته - بحسب الاستاذ مدحت عويضة مدير تحرير جريدة الاهرام الكندي - فى انه استطاع أن يجلب لميسيسوجا حوالي ٢٥٪ من أعداد كل المهاجرين لكندا فأصبحت ميسيسوجا معقل الأقباط في كندا - أسس العديد من الكنائس القبطية في كندا - أسس جمعية الانبا ابرام لخدمة أخوة الرب في مصر - امتدت خدمته إلى اثيوبيا - يتمتع بتقدير وحب من جميع القيادات السياسية بكندا تغيير اسم منتزه "فلينج بروك" في كندا باسم الأب أنجيلوس سعد

قررت مدينة ميسيساجا الكندية تسمية منتزه "فلينج بروك" Fallingbrook في ميسيسوجا باسم الأب أنجيلوس سعد تقديرا لدوره على مدى ٤٣ عامًا في خدمة المجتمع.

يذكر أن القمص أنجيلوس ميخائيل سعد، هو ابن كنيسة الانبا تكلاهيمانوت القبطية الأرثوذكسية، الإبراهيمية، الإسكندرية، مصر.

مجدى بشوع يكتب الأب الكاهن قدس

أبونا القمص أنجيلوس ميخائيل سعد

- الاسم بالإنجليزية: Reverend Father Angelos Mikhail Saad.
- تاريخ الميلاد: الأحد ٢٩ يناير ١٩٥٠ م.
- مكان الميلاد: البحيرة - مصر.
- الاسم العلماني: د. فيليب ميخائيل.
- الدراسة: كلية الطب - جامعة الإسكندرية.
- رشّحه أبونا تكلا لبيب للكهنة.
- تاريخ الرسامة: ٣ سبتمبر ١٩٧٨ م.(١)
- الرسامة بيد: قداسة البابا شنودة الثالث.
- يوم رسامته كاهنًا هو نفس يوم رسامة القس إبراهيم عطية - القس بيشوي واصف - القس ميخائيل عزيز.
- بعد الرسامة قضى الكهنة الجُدد فترة الأربعين يومًا في دير الأنبا بيشوي بوادي النطرون، وقام المعلم إبراهيم عباد بتسليمهم الألقاب.
- الخدمة في: كنيسة الانبا تكلاهيمانوت القبطية الأرثوذكسية، الإبراهيمية، الإسكندرية، مصر.
- انتقل بعدها للخدمة في كنيسة السيدة العذراء والبابا اثناسيوس - ميسيساجا، كندا.
- الاسم في الرتبة الأولى: القس أنجيلوس ميخائيل سعد.
- يُعرّف أيضًا بالخارج باسم: أبونا أنجيلوس سعد Angelos Saad.
- تاريخ القمصية: ١٤ نوفمبر ١٩٩٤ م.(٢)

فضلا عن رعاية الآثار والمتاحف ودعم المؤسسات الثقافية، والسماح بإنتاج أفلام من قصص الأدب المصري الأصل بعد أن كانت تعتمد على الاقتباس من القصص والأفلام الأجنبية. كما قام بإنشاء استاد القاهرة الرياضي بمدينة نصر (افتتح عام ١٩٦٠م ضمن احتفالات عيد الثورة).

٢٤- ساهم في إقامة منظمة التحرير الفلسطينية، وهي منظمة سياسية شبه عسكرية، معترف بها في منظمة الأمم المتحدة وجامعة الدول العربية كممثل شرعي وحيد لتمثيل الفلسطينيين في داخل وخارج فلسطين. تأسست عام ١٩٦٤م بعد انعقاد المؤتمر العربي الفلسطيني الأول في القدس لتمثيل الفلسطينيين في المحافل الدولية. وهي تضم حركة فتح والجبهة الشعبية لتحرير فلسطين بالإضافة للعدد الأكبر من الأحزاب والفصائل الفلسطينية عدا حركة حماس وحركة الجهاد الإسلامي. كان الهدف الرئيسي من إنشائها هو تحرير فلسطين عبر الكفاح المسلح.

٢٦- أقام الوحدة مع سوريا تحت مسمى الجمهورية العربية المتحدة (١٩٥٨-١٩٦١م)، كما أسس الاتحاد الفدرالي مع اليمن.

.....

كانت بعض هذه الإنجازات حقيقية، وبعضها مبالغ ومضخم فيه، والبعض كارثي أدى لما نحن فيه من التدن سياسيا واقتصاديا ووطنيا، والبعض أيضا فنكوش ولم يحدث إطلاقا، وسنناقش كل ذلك في المقال القادم إذا كان في العمر بقية.

إحصائيات مجلس الكنائس العالمي.

٢١- ساند عبد الناصر كل الدول العربية والإسلامية في كفاحها ضد الاستعمار، وكان أكثر حاكم عربي ومسلم حريص على الإسلام ونشر روح الدين الحنيف في العدالة الاجتماعية والمساواة بين الناس.

٢٢- في عهده صدر قانون بتحريم القمار ومنعه، كما أصدر عبد الناصر قرارات بإغلاق كل المحافل الماسونية ونوادي الروتاري والمحافل البهائية، كما تم إلغاء تراخيص العمل الممنوحة للنسوة العاملات بالدعارة التي كانت مقننة في العهد الملكي وتدفع العاهرات عنها ضرائب للحكومة مقابل الحصول على رخصة العمل والكشف الطبى.

٢٣- إهتم بالفن والثقافة والرياضة حيث قرر عام ١٩٥٨م إنشاء وزارة تعنى بشؤون الثقافة، وكان على رأسها الراحل ثروت عكاشة أول وزير للثقافة والإرشاد القومى، وخلال تلك الفترة تم إرساء البنية التحتية للثقافة وإنشاء كثير من الهيئات التى عملت على إثراء الحياة الثقافية والفنية، مثل المجلس الأعلى للثقافة، والمجلس الأعلى لرعاية الفنون والآداب والهيئة العامة للكتاب، ودار الكتب والوثائق القومية والتي كانت تحوى في وقته نحو نصف مليون مجلد من الكتب والمخطوطات القيمة، للمحافظة على التراث المصرى بداخله. تم تأسيس فرق دار الأوبرا المختلفة مثل أوركسترا القاهرة السيمفوني، وفرق الموسيقى العربية، والسيرك القومي ومسرح العرائس، والاهتمام بدور النشر، كإنشاء المكتبة الثقافية، التي كانت النبتة الأساسية لمشروع مكتبة الأسرة،

بقية مقال «جمال عبد الناصر رئيس الجمهورية الثانية» ص ١١

١٨- تطوير الأزهر الشريف وتحويله لجامعة عصرية تدرس فيها العلوم الطبيعية بجانب العلوم الدينية، وتم بناء آلاف المعاهد الأزهرية والدينية في مصر وتم افتتاح فروع لجامعة الأزهر في العديد من الدول الإسلامية. كما كان له الفضل في إرسال البعثات الأزهرية إلى أفريقيا واستقبال مصر لأبنائها للتعليم بأزهرها. في عهده وصلت الفتاة لأول مرة إلى التعليم الديني كما تم افتتاح معاهد أزهرية للفتيات، وأقيمت مسابقات عديدة في كل المدن لتحفيظ القرآن الكريم، وطبعت ملايين النسخ من القرآن الكريم، وأهديت إلى البلاد الإسلامية وأوفدت البعثات للتعريف بالإسلام في كل أفريقيا وآسيا، كما تمت طباعة كل كتب التراث الإسلامية في مطابع الدولة طبعت شعبية لتكون في متناول الجميع، فيما تم تسجيل المصحف المرتل لأول مرة بأصوات كبار المقرئين وتم توزيعه على أوسع نطاق في كل أنحاء العالم.

١٩- في عهده تم ترجمة القرآن الكريم إلى كل لغات العالم، وإنشاء إذاعة القرآن الكريم التي تنذع القرآن على مدى اليوم دون توقف.

٢٠- في عهده سجلت بعثات نشر الإسلام في أفريقيا وآسيا أعلى نسب دخول في الدين الإسلامى في التاريخ، حيث بلغ عدد الذين اختاروا الإسلام دينا بفضل بعثات الأزهر في عهده حيث دخل الإسلام ٧ أشخاص من كل ١٠ أشخاص وهى نسب غير مسبوقه وغير ملحوقه في التاريخ حسب

صحتين وعافية

د. تباسيم جندى

الزهايمر وامراض التخلف الذهنى للكبار



قد يتبادر الى ذهن فوراً مرض الزهايمر عندما نذكر امراض التخلف الذهنى، ولكن الحقيقة ان امراض التخلف الذهنى هي مجموعة

كبيرة لها اسباب عديدة والزهايمر هو واحد من ضمن المجموعة، ومرض الزهايمر يمثل ٥٠٪ منها وبعض المصادر الاخرى تقول انه يمثل ٨٠٪، ولكن على اية حال فان الباقي من ٢٠-٥٠٪ له اسباب اخرى يمكن ان تكون قصور فى الاوعية الدموية او تغذية خاطئة ونقص فى بعض المواد الغذائية او بعض الامراض مثل مرض الشلل الرعاش او الاسراف فى الكحوليات والتعرض لمضاعفاتها او صدمات للمخ او التهاب فيه من بعض الفيروسات او البكتيريا.

واذكر كل هذه الاسباب لانه غالباً يتم تشخيص الزهايمر بناء على الاعراض وليست فحوصات معملية، والفحص الاكيد هو عمل عينة من المخ وهذا لا يحدث الا بعد الموت لكى ترى التغيرات التى تحدث فى خلايا المخ من ترسب لمادة الاميلويد او التاو التى تؤدى الى موت الخلايا العصبية.ش

وواضح من الاحصائيات ان الزهايمر تزداد نسبته فى السنوات الاخيرة، ففي الولايات المتحدة ازدادت نسبة الزهايمر فى القرن العشرين بمقدار ١٠ اضعاف.

ويمكن للبعض ان يتصور ان التخلف الذهنى او مرض الزهايمر هو منحصر فى فقدان الذاكرة، ولكنه ايضا يتضمن فقد للغة ومفرداتها وفقد للقدرة على حل المشاكل والقدرة على تنفيذ المهام وبقية القدرات العقلية التى تتعلق بالتفكير والاستنتاج.

ويذكر كثيراً العلاقة الوراثية فى مرض الزهايمر، فمثلاً توجد علاقة بين داون سيندروم والزهايمر لان كروموزوم ٢١ وهو المسبب لمرض داون يحمل الجين المكون لمادة الاميلويد التى تترسب فى الخلايا العصبية، وتوجد ظواهر جينية اخرى ليس مجالها هنا.

ولكن هنا احب ان انوه الى العوامل الاخرى التى تساعد على حدوث امراض التخلف الذهنى:

- الغذاء: لان الدهون تشكل نسبة كبيرة من المخ، فان نوعية الدهون هامة جداً، فقد وجد العلماء ان الافراط فى الدهون المشبعة وهى اساسا الدهون الحيوانية من اللحوم والالبان او الدهون الترانس التى تنتج من الزيوت المهدرجة والمارجارين هى عوامل مساعدة على ترسيب الالومنيوم كمادة سامة لخلايا المخ.

- النوم: وجد العلماء ان اضطرابات النوم وتغيير الساعة البيولوجية للنوم وقلة التعرض لضوء النهار يمكن ان يساعد على الاصابة بالزهايمر، فهرمون الميلاتونين له تأثير مضاد للاكسدة وواقى للخلايا العصبية من المعادن الثقيلة.

- صدمات الرأس

- التعرض المستمر للمعادن الثقيلة مثل الالومنيوم والسيليكون: فمعدن الالومنيوم وجد فى ترسبات الاميلويد فى خلايا المخ، كما وجدت

نسب الالومنيوم اعلى فى مرضى الزهايمر اكثر من الاصحاء، وعندما تعرضت حيوانات التجارب الى الالومنيوم بصفة مزمنة ظهرت عليهم اعراض تشبه الزهايمر واصيبت الخلايا العصبية بما يحدث فى مرض الزهايمر.

- زيادة نسبة الهوموسيستين فى الدم: وهى معامل خطورة بالنسبة الى تصلب الشرايين ويمكن التحكم فيها بتناول فيتامين بى ٦ وبى ١٢ وفيتامين سي.

- مرض السكر: وجد العلماء ان مرضى السكر ومقاومة الخلايا للانسولين تزداد معها خطورة الاصابة بالزهايمر بمقدار ١,٥-٤ مرات، فزيادة نسبة السكر ومايصاحبها من استهلاك لهرمون الانسولين يؤدى الى نقص الانسولين فى خلايا المخ مما يجعلها فقيرة فى الطاقة وعرضة للاكسدة وتدمير للميتوكوندريا والخلايا العصبية، لذا كان من المهم التحكم فى نسبة السكر وتحسين استجابة الخلايا للانسولين.

- نقص المواد الغذائية بالخاص بي ١٢ والزنك وفيتامين دى: نقص فيتامين بى ١٢ شائع للاعمار فوق ٦٥ وينتج عنه اعراض شبيهة بالزهايمر ويوجد نسبته قليلة فى مرضى الزهايمر، اذ يمكن ان يؤدى الى اكتئاب وتخلف للقوى الذهنية، واعراضه فى البداية هى الشعور بالتعب والحرقان فى الاطراف، ويمكن معرفة النقص بالفحص المعمل. اما الزنك وهو ايضا شائع مع كبار السن فهو مسئول عن الانزيمات التى تصحح اخطاء الذى ان ايه وايضا مستوى الزنك ضعيف مع مرضى الزهايمر، ولكن يجب التنويه هنا ان مستويات الزنك العالية يمكن ان تكون سامة للخلايا العصبية. كما وجد العلماء ان فيتامين دى هام فى تكوين الخلايا العصبية ووجدوه ناقصا جدا مع مرضى الزهايمر، ونقص فيتامين دى يؤدى الى نقص القوى الذهنية.

والآن ماذا يمكن ان نفعل لتجنب امراض التخلف الذهنى بما فيها الزهايمر:

- الغذاء الصحى: من المهم ان ننتهج نهجا صحيا فى الاطعمة التى نتناولها بمعنى ان يكون طعامك نسبة الدهون المشبعة فيه قليلة اى الدهون الحيوانية، والامتناع عن تناول الزيوت المهدرجة امثلة المارجارين والمتواجدة بشدة فى اغلب الاطعمة المعدة الجاهزة والوجبات السريعة واغلب انواع المعجنات، والاهتمام بتناول الزيوت الصحية مثل زيت الزيتون.

وينصح العلماء بتناول طعام البحر المتوسط والاساس فيه هو تناول الاسماك واستخدام زيت الزيتون وكثير من الخضار والفواكه والحبوب الكاملة والبقول، وهى تساعد على ابطاء فقد الذاكرة ونقص القوى الذهنية.

ووجد العلماء ان تناول الكرفس بصفة خاصة يمكن ان يعطى نوع من الوقاية من امراض التخلف الذهنى وذلك بناء على تجارب اجريت على الحيوانات.

- النوم المناسب واحترام الساعة البيولوجية اى النوم فى الليل بين ١٠-١٢ والتعرض لضوء النهار

NATUROPATHIC DOCTOR

الطب القديم ، الحديث البديل لكيماويات العقاقير

علاج السممة بدون عقاقير
مرض السكر والكوليسترول
نظم التغذية للأصحاء والمرضى
أمراض القولون و الكبد والجهاز الهضمي
أمراض الحساسية والمناعة والجهاز التنفسي
آلام الظهر والمفاصل والصداع المزمن
أعراض إنقطاع الدورة
عشاشة العظام بالهرمونات الطبيعية

TREATMENT FOR:

- Obesity without pharmaceuticals.
- Diabetes, and high Cholesterol
- Joint pains, back pain, headache, and Migraine
- Allergies, Respiratory illness, and the immune system
- Digestive, liver, and colon disorders
- Menopause, Osteoporosis, hormonal disorders with natural hormones
- Nutrition programs for the sick and healthy

تغطيه معظم شركات التأمين

TABASEEM GINDI
Doctor of Naturopathy
Master Degree U of T
16 years of experience

د. تباسيم جندى
دكتورة الأعشاب والتغذية
ماجستير من جامعة تورونتو

For appointment call:
(416) 654-1556
1366 Yonge Street # 206 (Yonge St. on St Clair subway)

من عيادة الطب الطبيعى

المغنسيوم وأعراضه الجانبية



س: تناول المغنسيوم كما وصفه لى الطبيب المعالج بالطرق الطبيعية ولكن بدأت اعانى من اسهال فماذا افعل؟ وهل من الضرورى تناول المغنسيوم؟

ج: فى الواقع ان عنصر المغنسيوم قد أهمل كثيراً إذا نظرنا الى عادات الطعام الفقيرة فيه او الى التربة التى تفتقر اليه وبالتالي الأطعمة او بسبب تناول الكالسيوم بكثرة فى الأطعمة او كمكمل غذائى مما يؤدى الى نقص المغنسيوم. ولأنه يدخل فى أكثر من ٣٠٠ تفاعل كيميائى فى الجسم من ضمنها تفاعلات اخراج الطاقة وجب علينا إعطائه الأهمية اللازمة.

ونقص المغنسيوم يحدث كثيراً مع تقدم السن ومع تناول الكحوليات ومع استخدام كثير من العقاقير وعلى راسها مدرات البول ومثبطات الحامض فى المعدة، وأعراض نقصه هو التوتر وعدم النوم والشعور بالتعب والتقلصات

العضلية والامساك واضطراب ضربات القلب، وهو مفيد فى كثير من الحالات مثل الربو والفيبروماالجيا والصداع النصفى وتقلصات العضلات سواء بسبب الدورة او تقلصات الأرجل وله فائدة فى تخفيف التوتر والمساعدة على النوم وفى امراض القلب.

اما إذا حدث لك اسهال بسبب تناوله خفف من الجرعة وراقب ما يحدث، وبعض الأطباء الطبيعيين ينصح بتناول المغنسيوم الى حد الاسهال ثم تناول الجرعة الأقل منها.

د. تباسيم جندى

-المكملات الغذائية: تناول المكملات الغذائية حسب الاحتياج ومنها فيتامين دى وبى ١ وبى ١٢ واوميجا ٣ ومضادات الاكسدة ومعدن الزنك وفوسفاتيديل سيرين وكولين والكرم وباكوبا والجنكو وهيوبيرزين وغيرها وكلها تعمل على حماية خلايا المخ ولكن يجب تناولها مع اشراف طبى ودور كل منها يحتاج الى مقال آخر، ويجب ان تتم الفحوص المعملية لمعرفة مستوى فيتامين دى وبى ١٢ قبل تناولهما.

- الابتعاد عن الالومنيوم ومصادره: تجنب معدن الالومنيوم فى مضادات حموضة المعدة ومزيلات العرق وبودر القهوة الصيامى والمعلبات وبعض انواع البيكنج بودر المحتوية على الالومنيوم واوعية الالومنيوم وورق الالومنيوم.

ولقد وجد العلماء ان حامض السيترك وسترات الكالسيوم تساعد على امتصاص الالومنيوم ولكن المغنسيوم يقلل هذا الامتصاص، لذا ينصح بالاطعمة العالية فى المغنسيوم مثل المكسرات والبذور والخضر والحبوب الكاملة والبقول.

DSF Welcomes Timothy Gindi!



Devry Smith Frank LLP
Lawyers & Mediators

Devry Smith Frank LLP ('DSF') welcomes Timothy Gindi who joins us as an associate lawyer in our Commercial Litigation, Employment law and Personal injury groups. He graduated from the University of Windsor and University of Detroit Mercy with a J.D. from Canada and a J.D. from the United States. Soon after, Timothy was called to the Bar in 2014. While in Law School, Timothy received the book award for Medical Malpractice and was the recipient of the Best Trial Notebook award for the Ernie Goodman Moot.

Prior to DSF, Timothy worked for a boutique firm in Toronto practicing in a number of areas including: Employment Law, Commercial Litigation, Property Damage, and Personal Injury. Timothy has appeared before all levels of court in Ontario, he has also represented clients before the Financial Services Commission of Ontario, the Human Rights Tribunal, the Social Benefits Tribunal, the License Appeal Tribunal, Ministry of Labour, Labour relations board.



Welcome Timothy!

DSF

مؤسسة تضم ١٨٥ محامى يتصفون بالدأب على العمل مع مساعديهم المهنيين تتواجد في ٣ مدن مختلفة تورونتو وبارى وويتبى.

DSF

تفخر بسنواتها الخمسة وخمسين من خدمات قانونية عظيمة. محامينا في الثلاث مدن لهم الخبرة والمعرفة فى كثير من الامور القانونية التي تخدم مستخدمينا. كما ان "دى اس اف" تتميز بالصلوع بالعديد من الامور القانونية المعقدة في مكاتبنا الثلاث في تورونتو وبارى وويتبى. ومن ضمن خبراتنا العديدة نحن نقاضى ونساعد الهيئات المختلفة في كل اعمالها القضائية كما نتوسط في حل المشاكل. كذلك يمكن ان نساعد في بيع وشراء العقارات ونعد الوصية ونساعد الافراد في الهجرة الى كندا. وفريقنا يضم محامين من الثلاث مدن تورونتو وبارى وويتبى كما يضم مساعدين لهم خبرتهم وحرصهم على الامور القضائية التي تتعلق بالمؤسسات والاعمال الصغيرة والافراد بسهولة ومهنية.

وسواء واجهنا امورا مستعجلة تتطلب التدخل السريع او امورا تحتاج الى المشورة اليومية فنحن نتعامل مع كل الضغوط والاحمال ونعمل على التخفيف من الاضطراب المصاحب لحياتهم واعمالهم.

حاول ان تحصل على المشورة والحماية القضائية بالاتصال بـ info@devrylaw.ca

Phone/Fax: 416-446-3340
95 Barber Greene Road, Suite 100
Toronto, Ontario, M3C 3E9
E-mail: Timothy.Gindi@devrylaw.ca