

كل شيء عن المسابقات والبرامج القرآنية في رمضان **ملف**

الشروق العربي

مجلة كل الأسرة الجزائرية

جوان 2017 العدد: 1039 الثمن: 150 دج / فرنسا: 3 €

المدير العام علي فضيل أكد أنها
الأقوى منذ 2012
"الشروق" تطلق شبكة
البرامج الرمضانية
في حفل مبهر



مصطفى بيراف يفتح قلبه
للشروق العربي:
لا أطمح أن أكون
وزيرا.. وهذه
حكايتي مع بلومي
ومخلوفي

من أبرز نجوم "عاشور العاشر 2"
سهيلا معلم (الأميرة عبلة):
**انتظروا زواجي
نهاية رمضان!**

تحقيق

وسم "حلال"
الفتنة الكبرى
في طعام
ولباس
الجزائريين

"أنس تينا"
للشروق العربي:
فيديو "الرسالة"
لا يتضمن أي
إساءة للصحابة



● المدير العام مسؤول النشر

علي فضيل

● المدير العام المساعد

ياسين فضيل

● رئيس التحرير

حسان زهار

● مسؤولة الإدارة والتسيير

فايزة حسيني

● القسم التجاري

زروقة حنان - صبيحة سعود

● مكلفة بالإدارة

راضية فيري

● تركيب وإخراج

إبراهيم عمران

● هيئة التحرير: ● عزوز صالح ● ليلي مصلوب

● صبيحة سعود ● خالد طيروش

● كاريكاتير: ● فاتح بارة

● المسؤولة على الموقع الإلكتروني:

● بشينة فضيل

● تصوير:

● خالد مشري

● شهداء الشروق

● مليكة صابور: اغتيلت في 21 ماي 1995

● خديجة دحماني: اغتيلت في 05 ديسمبر

1995 ● حموي مرقان: اغتيل في 15 أكتوبر 1996

● التوزيع

● مؤسسة الشروق

● الطباعة

ANEP Rouiba 2017

● العنوان البريدي

02 شارع الانسانية، حسين داي، الجزائر

العاصمة

● هاتف

023/77/64/50

023/77/64/49

023/77/64/48

● فاكس

023/77/64/44

● الموقع الإلكتروني

magazine.echoroukonline.com

● البريد الإلكتروني

echoroukmag@hotmail.fr

● الحساب البنكي

Crédit Populaire d'Algérie

Agence N°: 00400121

Compte N°: 4000005872 79

تصدر عن مؤسسة الشروق للإعلام والنشر

من أبرز نجوم "عاشور العاشر 2" سهيلة معلّم (الأميرة عبلة):

**انتظروا زواجي
نهاية رمضان!**

10



ملف العدد



**كل شيء عن
المسابقات
والبرامج القرآنية
في رمضان**

18



المدير العام علي فضيل
أكد أنها الأقوى منذ 2012

«الشروق» تطلق

شبكة البرامج

الرمضانية في

حفل مبهر

112

«أنس تينا» للشروق العربي:
**فيديو «الرسالة»
لا يتضمن أي إساءة
للصحابة**

16

مصطفى بيراف يفتح قلبه
للشروق العربي:

**لا أطمح أن أكون وزيرا..
وهذه حكايتي مع بلومي
ومخلوفي**

105

سمير زاهر الرئيس السابق
للإتحاد المصري:

**ندمنا على أحداث أم
درمان.. ورواية «داهية»**

106

اعترافات جلابية تأبئة:

«كدت ألقى

ربي مخمورة

وعارية الجسد»

77

جمال مع مدرسة 'اليد الذهبية'

اللمسة البرونزية

لسهرات رمضان

33

الإستراتيجية



حسان زهار

البرامج الرمضانية والريادة الشروقية

تحدث المنافسة بين القنوات التلفزيونية العربية كل عام في شهر رمضان، بشكل ملفت للنظر، وذلك لجلب أكبر عدد ممكن من المشاهدة، لأهداف كثيرة، تدخل فيها بشكل واضح، سعة القنوات، وسوق الإشهار، وما إلى ذلك من الاعتبارات، مستغلة في ذلك الاقبال منقطع النظير من جانب المشاهد العربي لمتابعة تلك البرامج، بالنظر إلى طبيعة الشهر الفضيل، وما يفرضه الصيام من سلوكيات واهتمامات خاصة.

الانتاج السمعي البصري في الجزائر كلها، خاصة وأن هذا التوجه سيفتح شهية قنوات أخرى منافسة في محاولة للحاق بركب الشروق الذي انطلق بسرعة كبيرة.

إن الأعمال العربية الكبيرة التي قد تغري المشاهد الجزائري والعربي، على غرار برنامج المقالب "رامز تحت الأرض" ... أو المسلسلات المصرية التي تحظى بترويج كبير حاليا مثل مسلسل "عفاريت عذلي علام" بطولة عادل إمام، أو مسلسل الفنان محمد عادل إمام (ابن عادل إمام) بعنوان "معني القط"، أو مسلسل "أرض جو" لفنانة عادة عبد الرازق" أو مسلسل "الحرباية" بطولة هيفاء وهبي وغيرها كثير، لن يكون بإمكانها استيعاب كل هذا الزخم الشروقي القابع في الريادة للموسم الرابع على التوالي، بل إنها ستزيد في دفع المشاهد الجزائري بشكل خاص أكثر فأكثر نحو قنوات الشروق، كونها خرجت من البرامج النمطية التي تعود عليها المشاهد العربي عبر المسلسلات المصرية المستهلكة، إلى رحاب التجديد والأعمال الهادفة (بشقيها الديني والسياسي)، علاوة عن الجانب الترفيهي.

كل هذه الجهود التي نراها في واقعنا الجزائري اليوم، تبشر بالخير وبمستقبل واعد، ولا ينقصها غير عامل مهم وهو عملية الترويج اللازمة وفي الوقت المناسب لهذه الأعمال الفنية بطرق أكثر جذبا وجمالية، فحين نشاهد مثلا شوارع القاهرة قبل رمضان وقد اكتست بحلة الاعلانات الترويجية للمسلسلات الرمضانية، في مشهد يذكر بالحملات الانتخابية عندنا، ندرك حتمية أن تطور أدوات عملنا أكثر لتجاوز حاجز المحلية إلى أفاق أوسع.

وبينما تشتعل المنافسة بين القنوات العربية التقليدية أو المعروفة، على غرار قنوات "أم بي سي" وشبكات قنوات "one" والنهار المصرية و "cnc" وبرامج "دوزيم" المغربية وغيرها من القنوات المنافسة الأخرى، تظهر قنوات الشروق مجددا هنا في الجزائر لتجدد العهد مع الريادة محليا وحتى عربيا، بباقة من أقوى البرامج الرمضانية على الإطلاق، تجعل من الصعوبة على المشاهد الجزائري الاستغناء عنها، ولا مرت أيامه في هذا الشهر الفضيل، وقد فاتته خير كثير، ومتعة لا تعوض.

صحيح أن المنافسة على السوق الجزائرية، أصبحت أكثر قوة، مع بروز محاولات جادة للمنافسة، وصحيح أيضا أن القنوات العربية التقليدية، وخاصة أم بي سي بتاريخها الطويل في جلب المشاهد، تحاول التشبث بمكانتها، إلا أن قنوات الشروق، وخاصة الشروق العامة، منذ عدة سنوات، افتكت مكانتها عن جدارة واستحقاق، وهي هذا العام، تجدد العهد على البقاء في القمة، من خلال تقديم أقوى البرامج الرمضانية على الإطلاق، على غرار العمل الضخم "عاشور العاشر 2"، مسلسل وادي الذئاب مترجم إلى اللهجة الجزائرية، المسلسل التركي السلطانة قسم، وبرنامج "ناس سطح" (جرنان القوسطو)، وغيرها من البرامج الأخرى المرتبطة بروح هذا الشهر، من برامج دينية راقية، وكاميرا خفية وغيرها.

وما يثير الاعتزاز حقا، أن ما يقارب من 90 بالمائة من ساعات البث كما يؤكد المسؤولون هي برامج من إنتاج الشروق نفسها، وهي نسبة مرتفعة جدا مقارنة بما تنتجه باقي القنوات الأخرى، ما يبشر بثورة حقيقية في مجال

مذيعة "بين سبورت" أنيا الأفندي تحث لأيام التلفزيون الجزائري!



يبدو أن الإعلامية الجزائرية في قناة "بين سبورت" أنيا الأفندي، لا زالت تحث لسنوات عملها في التلفزيون الجزائري، حيث كان آخر برنامج قدمته على شاشة التلفزيون العمومي برنامج "مساء الخير" الذي كان يبث على "الجزائرية الثالثة". في هذا الصدد، نشرت "الأفندي" صورة لها مع الفنانة دنيا الجزائرية وعميد أغنية المالوف الراحل محمد الطاهر الفرقاني. وعلقت عليها بالقول: "مع فريق التلفزيون الجزائري في اسطنبول قبل سنوات ومع عميد الفن الجزائري محمد فرقاني الله يرحمه.. كان له معزة كبيرة في قلبي وفي قلوب الجزائريين.. رجل محب الفن الأندلسي الأصيل ومحب الناس والحياة ومحب الجزائر، بالإضافة إلى الفنانة الجميلة دنيا الجزائرية.. فعلا رحلة عمل لا تنسى".

اختطاف رياض بن عمر في صحراء "تاغيت"!

بتصوير برنامج في عرض الصحراء بعنوان "ريم مع النجوم" وعلى هذا الأساس سافر "بن عمر" مع مجموعة من الفنانين لتاغيت.. لكن هناك تعرض السيارة التي تقله لعطب مفاجئ ويتم اختطافه.. وبعد نجاته من المختطفين، توجه له تهمة الاتجار في المنوعات قبل أن يكتشف أنها مجرد مقلب ليس أكثر ينتهي بمنحه درع تكريمي. يذكر أن العديد من الفنانين، بينهم الفكاهية عتيقة طوبال ورضوان بلا حدود، وقعوا ضحية لهذه الكاميرا التي صوّرت في أكثر من منطقة وبأكثر من فكرة وديكور مختلف ستبث حصريا على قنوات "الشروق".

«اليوم تم تكريمي بهذا "التروفيه" الجميل.. المراسيم تتابعونها بحول الله خلال شهر رمضان المبارك على قناة "الشروق TV" قريبا» هكذا، شوق مقدم نشرات الأخبار في قناة "الشروق نيوز" رياض بن عمر متابعيه عبر مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة دون الكشف عن تفاصيل أوفى عن هذا التكريم؟؟ إلا أن "الشروق العربي" علمت أن "بن عمر" حصل على هذا الدرع بعد اختطافه في صحراء "تاغيت" ضمن الكاميرا الخفية "الواعة" التي تعرض على قنوات "الشروق" خلال الشهر الفضيل من تقديم ريم غزالي. وفي التفاصيل، أنه تم اختطاف رياض

الشاب مامي حصريا لـ "الشروق العربي":

انظروا أغنية «بنونس بيك» لوردة بصونني!



● على هامش فعاليات صالون الإبداع الثالث الذي نظمه الشهر الماضي ديوان حقوق التأليف والحقوق المجاورة "أوندا"، كشف أمير الراي الشاب مامي حصريا لـ "الشروق العربي" عن مشروع إعادته لأغنية الراحلة وردة الجزائرية "بنونس بيك" بتوزيع موسيقي جديد. وعن تأخره في إصدار البوم غنائي جديد منذ انتهاء قضيته الشهيرة مع المصورة الفرنسية في 2011.. قال مامي بالحرف: "أبسط وجيب الكامل.. أما بالنسبة للجمهور الذي يترقب جديدي، فأقول له أنني أحضر لطرح "سينغل" بعد انقضاء رمضان سيسبق طرحي لألبوم كامل سجلته بفرنسا بمعية موزعين عالميين منهم سويديين، كما سيتضمن التوزيع الموسيقي للأغاني آلات تقليدية على غرار الكمنجات والشكل الأوبرالي في الأداء".



عن تخفيف التراويح وما شابه

ضرورة استحداث خطاب ديني وفق المرجعية الوطنية، يطرح الكثير من علامات الاستفهام حول مفهوم هذه المرجعية "الأقليمية" لدين عالمي مثل الإسلام.. فهل هكذا يتم خدمة الدين؟ إننا في الجزائر من البلدان التي ستكون فيها فترة الصيام طويلة بحيث تزيد عن 15 ساعة في اليوم، مع حرارة مرتفعة، وهي وضعية كان من المفترض أن تواجهها الجهات الوصية، وعلى رأسها وزارة الشؤون الدينية بمزيد من التسهيلات لأداء شعيرة الصيام في أفضل الظروف، وفي أجواء من التراحم والرحمة والحرية، أما وأن يكون القصد تخفيف الصلاة من أجل متابعة المسلسلات، أو التفرغ للعب "الضامة" مثلا.. فهذا ليس من الدين أبدا.

حسان زهار

وخلق كل حركة إلا بتصريح مسبق، بينما تتخطى وزارة الشؤون الدينية عندنا في فتنجان ماء، حين يتحدث أئمة عن تعليمية بتخفيف صلاة التراويح بساعة واحدة، ورغبة جامعة في إسكات مكبرات الصوت، وضبط الأذان، مع الحرص الشديد على أن يكون الخطاب الديني في رمضان الذي تكثر فيه جلسات الذكر وفق إطار "المرجعية الوطنية". ورغم نفي الوزير محمد عيسى لتعليمية تخفيف صلاة التراويح، بنفس الطريقة المثيرة التي تم بها نفي تعليمية حث الأئمة للمصلين في المساجد على الانتخاب، يبقى هذا التوجه نحو تثبيط العبادة الحرة للمواطنين، هاجس الكثير من الأنظمة العربية، كما أن كثرة الكلام الفضفاض عن

إشراقة

● لا أدري لماذا ترتبك بعض الدول العربية، ومن بينها للأسف الجزائر، كلما حل شهر رمضان المبارك، عندما يقبل المسلمون على دينهم، صياما وقيامًا ورغبة في التوبة، فتبدأ التعليمات العلنية والسريّة من الجهات الرسمية، وعلى رأسها وزارات الشؤون الدينية والأوقاف في تلك الدول بالاشتغال في محاولة "غير بريئة"، لعرقلة مثل هذا التوجه الإيماني لتلك الشعوب المتعطشة لدينها، عبر مختلف الأساليب الملتوية، والتي لا تقنع أحدا. في مصر مثلا، تعليمات متلاحقة، لتحجيم صلاة التراويح، ومنع مكبرات الصوت، وتحديد درس المساء بأقل من عشر دقائق، ومحاصرة صلاة التهجد، ومنع المقرئين أصحاب الأصوات الشجية من إمامة الناس،

بعد وفاة حارس "عاشور العاشر"
بصعقة كهربائية..

اكتشفوا من سيموّضه؟

● انضم التوأّم المرح "حسن وحسين" لنجوم وأبطال سلسلة "عاشور العاشر 2"، حيث سيجسد الثنائي دور الحرس الشخصي للسلطان عاشور.. يأتي ذلك بعد الوفاة التراجيدية للممثل "عبد الله حطاب" إثر صعقة كهربائية مفاجئة في منزله الصيف الماضي. وكان المرحوم يتطلع للاشتراك في الجزء الثاني من "عاشور العاشر"، خاصة مع زيادة مساحة دوره.. إلا أن القدر كان أقوى منه.



«صرخة» كمال رزوق عبر موقع "الشروق العربي" تؤتي ثمارها

● يبدو أن التصريحات التي أدلى بها المنشد كمال رزوق لموقع "الشروق العربي" وقال فيها: "متى ستفهمون أننا لا نغني في رمضان فقط!!" قد أثرت بثمارها.. هذا ما أكدته "رزوق" لمجلة "الشروق العربي"، كاشفا عن حفل سيحييه بقسنطينة في إطار إحياء ليالي رمضان بدعوة من الديوان الوطني للثقافة والإعلام "ONC". لافتا، "سترافقتي بالحفل فرقة 'نجوم سوف الفنية' الناشطة في عديد الاحتفالات الدينية والوطنية.. الحفل سيكون في ليلة القدر أي 27 أو 28 جوان بإذن الله".

وكان كمال رزوق قد هاجم المؤسسات الثقافية والفنية دون استثناء، متسائلا عن المغزى من تهميش وإقصاء المنشدين الجزائريين من مختلف المهرجانات والتظاهرات الفنية التي تقام سنويا في الجزائر.

حرب كلامية بين منتجه وعبد الحميد بلفروني.. منال غربي منتطرة ألحان وتساباب : عائدون بعد رمضان!



● بعد غياب الموسم الماضي قصيرا، سيعود برنامج "ألحان وشباب" ضمن طبعته الثامنة بعد شهر انقضاء الشهر الفضيل.. هذا ما أكدته منتطرة "عودة المدرسة" منال غربي لـ "الشروق العربي"، قائلة إن قافلات "الكاستينغ" ستنتقل مع الدخول الاجتماعي المقبل تمهيدا لإطلاق النسخة الجديدة للبرنامج.

وكانت أخبار كثيرة قد راجت عن توقف "ألحان وشباب" نهائيا بسبب التقشف، وعزز الإشاعة خروج أستاذ الموسيقى عبد الحميد بلفروني للقول إن البرنامج لن يعود للشاشة الصغيرة، وهو ما نفاه المنتج المنفذ للبرنامج عامر بهلول عبر تصريحات رد خلالها على "بلفروني" قائلا: "أنا منتج البرنامج، وأنا أدري بكل ما يخصه، والوحيد من يحق له الإعلان عن استمراره أو توقيفه، لأننا لم نفصل في الأمر بعد"، مضيفا: "صحيح أننا تأخرنا في بعث هذه الطبعة.. لكن هذا لا يعني أن البرنامج توقف، علما أن السبب الأول والأخير في تأخرنا يرجع

إلى أن المدير العام للشركة الراعية للبرنامج (متعامل الهاتف النقال "موبليس") تغير ولم نفصل في الأمر مع المدير العام الجديد"، مذكرا بأهمية الأصوات التي تخرج سنويا من مدرسة "ألحان وشباب" والتي اعتبرها من أهم الأصوات التي تنشط حاليا على الساحة الفنية.

عادت الحالة الصحية للفنان هواري لعوينات لتتدهور من جديد، حيث يتواجد الفنان منذ فترة بإحدى المصحات الخاصة بفرنسا حسب ما كشف عنه أحد أصدقائه المقربين لـ "الشروق العربي"، قائلا: "أخونا هواري مريض جدا، وهو حاليا بمستشفى 'ليون' أدعوا له بالشفاء". ومن المعروف أن "لعوينات" يعاني من سرطان الرئة، وهو ما كان قد كشف عنه في أعقاب الإشاعة التي تحدثت عن وفاته، حيث خرج الفنان يومها ليقول إن شقيقه "حسان لعوينات" هو من غادر الحياة إلى الأبد بعد الوبس الذي حصل. وكان لعوينات قد أعلن اعتزاله الغناء نهائيا من خلال "فيديو" مؤثر جدا نشره من البقاع المقدسة، أبدى خلاله ندمه الشديد على حياته السابقة التي قضاه في عالم الفن، طالبا من الله عز وجل العفو والمغفرة.

يتواجد بمستشفى "ليون" بفرنسا..

تدهور الحالة الصحية للنّان هواري لعوينات!



"الانتخابات" و"حفرة النسا" و«بكالوريا 2» ستكون الحلقات الأقوى حسبها..

سهيلة مقلم (الأميرة عبلة): انتظروا زواجي نهاية رمضان!

هي "الأميرة عبلة" في "عاشور العاشر 2" و"بيبيشة" أيضا.. اخترناها أن تكون نجمة غلاف هذا الشهر لتحدثنا عن نفسها وعن أعمالها الجديدة.. كيف تقضي شهر رمضان؟ ما أوجه الاختلاف والاستدراك بينها وبين "عبلة" و"بيبيشة"؟.. ما حقيقة خطوبتها مع "بيبيش"؟.. قبل أن نفاجئها بالسؤال الذي لم تكن تنتظره: هل صحيح ستزوجين في نهاية حلقات "عاشور العاشر"؟.. تابعوا الحوار إلى نهايته لتكتشفوا:

**بسبب "عاشور العاشر" اعتذرت
عن هذا المسلسل**

تواصلين هذا العام تجسيد دور
الأميرة عبلة في "عاشور العاشر 2"
و«بيبيشة» في "بنت وولد 4".. هل من
الصدفة أن تكوني في رمضان هذا الموسم
أيضا بطلة للأجزاء فلا نراك في أعمال
أخرى؟

في حقيقة الأمر، عُرض عليّ بطولة العديد
من الأعمال، لكن ارتباطي المبكر بتصوير
"عاشور العاشر 2"، ثم دخولي
تصوير "بيبيش وبيبيشة" حال
دون أن أصور أعمالاً أخرى.
ضف إلى ذلك أن مشكلة
معظم الأعمال التي
تعرض في
رمضان كلها
تصور
بفترة
قصيرة
من حلول
الشهر
الفضيل.

حتى الآن لم نرك في

مسلسل درامي بحت، هل

لأن الفكاهة تستهويك أكثر؟

- لا طبعاً، أنا كمثلة يستهويني تجسيد كل
الأنماط والأدوار، إنمار بما عرض عليّ من قبل لم
يكن مناسباً، بالإضافة لضيق الوقت كما ذكرت لك
سابقاً. خذ مثلاً: هذا العام كنت سأظهر في مسلسل
درامي مهم، لكن ارتباطاتي حالت دون ذلك.

"عبلة"
التي لا تحب
"الحفرة"
تشبهني

"يفلبنى رمضان ويصر عني" لأنني مدمنة على "القهوة مع الحليب"!

**هل لنا أن نعرف عن أي مسلسل
تتحدثين؟**

- مسلسل "الخاوة"، حيث كنت مرشحة لأداء الدور الرئيسي "سارة". (تضحك): تصوّر حتى آخر لحظة كان لديهم أمل أن أنهي من تصوير ما أنا مرتبطة به.. لكن الوقت داهمهم، فاضطروا للقيام بـ«كاستينغ» وترشح وجه جديد.

**من وجهة نظرك، ما أوجه
الاختلاف بين الأميرة "عبلة"
و«بيبيشة»؟**

- عبلة صاحبة شخصية قوية، تحب مساعدة الطبقة الكادحة (الشعب) ولهذا دائما ما رأيها يكون مختلفا عن رأي والدها السلطان عاشور. بينما «بيبيشة» شخصية مجنونة الطباع وثر جسية (تحب روحها بزاف)، كما تحب أن تكون لديها حرية التصرف والقرار.

**صراحة، ما هي الشخصية التي
تشبهك أكثر "عبلة" أم «بيبيشة»؟**
- الإثنان، عبلة تشبهني في شخصيتها القوية "اللي ما تحبش الحقرة" ولديها مواقف وتفرض نفسها.. أما «بيبيشة» فهي تشبهني في لحظات جنونها وخفة دماغها.

**متفائلة بنجاح هذا الجزء
بلغنا من الكواليس أن دورك في
"عاشور العاشر 2" ستكون
مساحته أكبر..**

- صحيح، وهذا معناه أن المسؤولية ستكون كبيرة على عاتقي.. خاصة وأن بعض الحلقات سيدور جلها حول "الأميرة عبلة" التي سيكون لها دورا محوريا وفعالا في تحريك الأحداث، وعلى وجه الخصوص حلقة "الانتخابات" و"حقرة النساء" و"الألعاب الأولمبية" و"بكالوريا 2". (تصمت قليلا): هكذا سأحرق الحلقات.

**وهل صحيح أن
حلقات الجزء الثاني
من "عاشور العاشر 2"
ستنتهي بزواجك
من... (تقاطعا
ضاحكة)**

- لا لا لا، أرجو لا أريد أن أحرق

الحلقة الأخيرة.. الصحيح أن "الأميرة عبلة" سترزف في أجواء عرس كبير تشهده المملكة العاشورية، لكن رجاء لنترك المشاهد يكتشف ذلك لوحده.

**طيب، أي من حلقات "عاشور
العاشر" ترينها قوية في هذا
الجزء، إن كان من حيث السيناريو
أو الموقف الفكاهي أو حتى
الرسالة التي تحملها؟**
- الحلقات التي سبق ذكرها، خاصة حلقة

"الحقرة" أين سيكون لسكان المملكة (الشعب) دور كبير فيها ورسالتها ستكون قوية، كذلك حلقة "حريم السلطان". علما أن هذا الجزء سيضم 26 حلقة ساهم في كتابتها ورشة من الكتاب، يتقدمهم المخرج جعفر قاسم. كما أن كتابة العمل بوشرت في شهر ماي من العام الماضي، ما يعني أننا سنكون هذا الموسم أمام حلقات جد قوية ستتضمن مواضيع تجمع بين الضحك والرسائل المشفرة الموجودة في سياق كل موضوع.

مشروع مسلسل "الحرم ملك" مع الفنان جمال سليمان توقف بسبب المال

**بصراحة مطلقة، هل تتوقعين أن
يكون النجاح حليف هذا الجزء،
خاصة وأن البعض أعاب على بعض
مواضيع حلقات الجزء الأول
واعتبرها سطحية؟**

شخصياً أنا متفائلة بنجاح هذا الجزء، وتوقعاتي
أن يعجب المتفرجين أكثر.. طبعاً هذا رأيي بالنظر لما
قرأته وعابشته خلال فترة طويلة من التصوير،
لكن الرأي الأول والأخير يعود للجمهور، ثم سأقول
لك شيئاً مهماً.

تفضلي..

هذا العام التحقت بنا وجوه وشخصيات كثيرة من
شأنها أن تضيف المزيد من التوهج للعمل، كما أن
المخرج جعفر قاسم ترك مساحة لكل ممثل بأن
يرتجل ويضيف بما يخدم العمل، كذلك صوّرنا في
ديكورات مختلفة وجديدة.. يعني -تضيف
مبتسمة- أطلع بأن يكون العمل مميزاً جداً.

«أراب كاستينغ» أضاف لي الكثير..

**ماذا عن الوجوه الجديدة التي
انضمت لهذا الجزء؟**

"أوووه" هناك الكثير من الممثلين الوافدين على هذا
الموسم، سواء ممثلين جزائريين أم تونسيين..
أذكر منهم أحمد زيتوني في دور ابن السلطان
عاشور، بلال ختمي، ريم غزالي في دور "السلطانة
هيام"، علي جبارة (ممثل مسرحي)، أمين يخلف،
التوأم حسن وحسين، وهناك دور لأميرة تدعى
"الجوهر".

بعد خروجك من برنامج "أراب

كاستينغ"، كنت من المرشحات

لأداء دور مهم في مسلسل

"الحرملك" من بطولة الممثل

السوري جمال سليمان، لكن العمل

توقف فجأة، لماذا؟

حسب معلوماتي الخاصة المسلسل توقف
لظروف إنتاجية بحتة. وقد قيل لنا أن شركة
"كلاكيت" -الجهة المنتجة للعمل- مرت العام
الماضي بظروف مالية صعبة، بدليل أنها اكتفت
بإنتاج الجزء الثاني من "العرب" فقط في رمضان
2016. أما بالنسبة لمسلسل "جيران" بطولة زبير
بلحرفاعتزرت عنه، لأن فترة تصويره طويلة جداً
(حوالي 200 حلقة)، إلى جانب أنه يصور في أبو
ظبي، بينما أنا كنت في تونس منشغلة بـ"عاشور
العاشر2".

**دور ي في الجزء الثاني
سيكون محوريا
ومؤثراً.. ورسائله
"مشفرة"!**





تجربتي في أراب كاستينغ أضفت لي الكثير

تجسيد هذه السلسلة.

ماذا عن يومياتك في رمضان؟

معظمها في النوم.. خاصة الأيام الأولى لدرجة أنني قلما أغادر البيت.. "يغلبني رمضان ويصرعني" لأنني مدمنة على "القهوة مع الحليب".

كلمة أخيرة؟

- أحبي جمهوري في كل مكان، أقول لهم حبكم يجعلني أشعر بالمسؤولية وأنتظر رأيكم في "عاشور العشر 2" و"بيبيش وبيشة"، وشكرا لدعم "الشروق" قناة ومجلة وجريدة.



في كلمتين، ماذا أضافت لك تجربة "أراب كاستينغ"؟

أضافت لي الكثير، خاصة من جهة الوقوف على خشبة المسرح ومواجهة الجمهور وتقنيات فن الإلقاء على الركح، والتي كانت بمعية "الكوتش" أستاذ المسرح الممثل السوري أدهم مرشد.

ما هي أكثر الأعمال التي تشدك لمتابعتها خلال الشهر الفضيل؟

أکید مثل كل الجزائريين: البرامج الفكاهية على غرار الكاميرا الخفية، وإن كانت هذه الأخيرة حادت عن مضمونها وأضحت أفلام رعب مخيفة، لا ترفيه فيها، أحب كذلك المسلسلات الدرامية، خاصة التي تكون من بطولة بهية راشدي، أحب أعمال كمال عبدات ومروان قروابي و..

(نقاطها مازحين).

على ذكر مروان قروابي

"بيبيش" .. يعتقد الكثيرون

أنكما مرتبطان والبعض الآخر

يقول مخطوبان، هل تؤكدين، أم

تنفيين ذلك؟

ترد ضاحكة: لا هذا ولا ذاك.. مروان مثل أخي، وربما نجاحنا في ثنائية "بيبيش" و"بيبيشة" أوحى بذلك.. وعلى فكرة هذه الإشاعة لا تضايقني قط، لأنها تؤكد نجاحنا وطبيعتنا في

أنس تينا لـ «الشروق العربي»: لا يتضمن أي إساءة للصحابة

"مانيش من الناس اللي تبدل قناعاتها وتدافع على
آراء الغير بدون اقتناع على جال الدراهم".

"الخيطة" التي كان عملها تطوعيا. أما بالنسبة
لليوتيوب في أوروبا، فنعم يجني منه "اليوتيوب"
أموالا، ولكن في الجزائر الأمر مختلف.. شخصا
فيديوهات لا تتضمن أي إشهار ما يعني
أنها لا تعود علي بدينار واحد.

يعط "اليوتيوب" أنس تينا في حواره مع
مجلة "الشروق العربي"، اللقاء، على بعض
القرود التي صاحبت تصويره لفيديو
"الرسالة" الذي أحدث ضجة عارمة خلال
تشريعات ماي العنقضي.. ويجيب على كل
الأسئلة التي حاصره بها، مشيرا إلى أنه
عرض عليه الترويج والتطيل للانتخابات،
لكنه رفض، كما يد على بعض من حاولوا
إقحام "أمازيغيته" في حملة منظمة
لتشويهه وغيرها من الاعترافات... تابعوا:

صراحة، هل عرض عليك التطيل لانتخابات؟

نعم، عرض علي.. لا أقول
"تطيل" ولكن طلبوا مني أن
أحث الناس على الانتخابات
سواء بأعمال فنية أو عن طريق
الحفلات المنظمة في مختلف
جهات الوطن كما فعل
الكثير من الفنانين..
لكن بالنسبة لي
طبعاً الأمر لم يكن
حتى قابلاً
للمناقش،
لأنني

لا يمكن الحديث مع أنس تينا دون التطرق لفيديو "الرسالة" والضجة التي أحدثها خلال التشريعات الماضية.. سؤالنا: لماذا اخترت اقتباس فكرة الفيديو من فيلم "الرسالة" بالذات؟

أردت الابتعاد عن طريقة "البودكاست" التقليدي،
وملحمة "الرسالة" كانت تدور في ذهني منذ فترة..
وعندما جاءت الانتخابات وجدتها فكرة ملائمة
لأوصل من خلالها المعنى الذي أريده أن يصل إلى
البرلمانيين.. كما أن كل الشعب الجزائري يعرف
الفيلم ومربط به وجدانياً.

لكن البعض رأى أنك أسأت للغة العربية ولأصحاب النبي "ص" في هذا الفيديو، ما ردك؟

عندما تقول البعض أعتقد بأنه إنسان واحد فقط
وهو وزير الشؤون الدينية..
طبعاً الفيديو أبعد ما يكون عن هذا.. حاشا لله أن
أستهزئ بأصحاب النبي "ص"، ما قاله الوزير كان
بخلفية سياسية وبعيدة عن الدين. أعتقد أنه كان
الأجدر به أن يتكلم عن أشياء أخرى أهم من هذا
وأن يترك السياسة للناسها.

صرحت بأن "الفيديو" كلفك 5000 دج فقط، بينما تحدث البعض عن ملايين جنيته؟.. هل صحيح "اليوتوب" يدفع لكم نظير عدد المشاهدات؟

صدقني كل هذا الكلام مغالطات
لمحاولة تقليل نجاح "الفيديو"..
أقسم بالله أن الفيديو كلفني
خمسة آلاف دج ثمن القماش
والباقي كله كان تطوعاً سواء
ممثلين أو تقنيين أو حتى



الرمضاني، حيث أنعبتني الخمس سنوات الماضية كثيرا فقررت أن لا يكون هناك بودكاست هذا العام نظرا للوقت والجهد الكبيرين اللذين يتطلبهما سيناريو وتصوير ثلاثين حلقة، وكذلك حرصا على النوعية التي تعوّد عليها جمهوري.. لذلك سأكون حاضرا ببرنامج "التجربة الاجتماعية 2" التي طورناها كثيرا من الناحية التقنية.

وماذا عن أبرز مواضيع برنامج "التجربة 2"؟

"تجربة فلسطيني في شوارع الجزائر"، "العنصرية على شخص أسود"، "الشبيعة في الجزائر"، "الإعلام، هل يصدقه الشارع الجزائري؟"، "المغلاة في طلبات الخطبة" وغيرها..

مبادئ لن أغيرها رغم منعي من الومضات الإشهارية منذ سنة 2014

كلمة أخيرة نختم بها هذا الحوار؟

أشكر كل الناس وكل الرجال الذين وقفوا إلى جانبي في آخر "فيديو".. والله "كان لحمي يتشوك كي نتلاقى الناس ونحس بلي فعلا فرغتلهم قلبهم"، كما أوجه رسالة لبعض المسؤولين الذين يحاولون في كل مرة تخويف المواطن.. أقول لهم: يجب أن تفتحوا بنا وتدعمونا، لأننا نخدم بلدنا في مجال حرية التعبير، وليكن في علمكم أننا لا نحتاج دروسا في الوطنية، لأننا نحب وطننا ومستعدون لكل شيء من أجل أن تحيا الجزائر.. وتأكدوا بأن الجزائر لن تجد في وقت الصبح إلا الرجال الحقيقيين أصحاب المبادئ وليس "الناس الهوا اللي يجي يديهم".

"الشبيعة في الجزائر" و"مصدقية الإعلام" مواضيع "التجربة 2" ..

بلغنا أنك اشتغلت في ورشة تأليف "عاشور العاشر 2"، هل لك أن تحكي لنا عن أهم التطورات التي ستطرا على السلسلة هذا العام؟

نعم، أؤكد هذا الأمر.. فقد اشتغلت على سيناريو الجزء الثاني لـ "عاشور العاشر" رفقة المخرج جعفر قاسم وفريق عمل كامل.. بالنسبة للتطورات (يضحك) أعتقد أنه لا يحق لي الكلام في هذا الموضوع، لأنه يخص جعفر قاسم وحده، ما يمكنني أن أقوله أن السيناريو سيعجب الجمهور الجزائري.

على ذكر شهر رمضان، ماذا تحضر من برامج؟ وهل من فيديو بعد "الرسالة"؟

بالنسبة لبرامج رمضان، فلأول مرة ومنذ 5 سنوات، سيغيب البودكاست من برنامجي

هجوم الوزير محمد عيسى ضدّي كان بخلفية سياسية وبعبدة عن الدين

أقحم البعض "رمز الأمازيغ" بأحد أقمصتك وأن.. (يقاطعنا ضاحكا)

فعلا بعض صفحات "الفيسبوك" عندما لم تجد لي غلطات "بداوا في الخلط".. ثم منذ متى أصبح رمز الأمازيغ جريمة في حق الوطن.. أنا أقولها: نعم أنا قبائلي وفخور جدا بهذا.. ولكن ليس كما تحاول هذه الصفحات نشره على أنسي عنصري. بالعكس أنا أناضل من أجل نبذ هذه العنصريات والنعرات في المجتمع، وفخور بكل الجزائريين، لأنه في النهاية كلنا مسلمون و"خاوة".

التضييق "حاجة والفتها منذ زمن بعيد" حكي أن بعض القنوات تلقت تعليمات بمنع إشراكك و«ديزاد جوكر» في برامج رمضان ومن الومضات الإشهارية، هل تؤكد الخبر؟

لا أعلم لي بهذا الأمر بالنسبة لشمسو، ولكن ما أعلمه أنه حقيقة تم منعي من الومضات الإشهارية سنة 2014، حتى الشركات الكبرى تخاف من التعامل معي، لا بل وحتى التقنيين والمصورين الذين لا ألومهم، بل ألوم من زرع في قلوب الناس الرعب في زمن حرية التعبير.

هل سيجعلك هذا التضييق تقدم تنازلات مستقبلا؟

يا أخي التضييق "حاجة والفتها منذ زمن بعيد" وليست بالجديدة علي، ولكن بالنسبة للتنازلات إذا كنت تقصد أن أقول شيئا غير مقتنع به، فهذا الأمر مستبعد جدا.. بالعكس سأتكلم كالعادة عن كل ما يهم الشارع الجزائري سواء سياسة أو غير سياسة تماما مثل ما تعوّد الناس علي.



نور على نور

كل شيء عن المسابقات
والبرامج القرآنية في رمضان

مع حلول شهر القرآن الكريم، شهر رمضان المعظم، تعود أنوار القرآن الكريم إلى ربوع الجزائر، وهي الأنوار التي لم تغب عنها أبدا، لكن لتشرق بنور ربها حفظا وترتيلًا وتلاوة، عبر تجديد العهد مع مسابقة الجزائر الدولية للقرآن الكريم، وإطلاق كل مساجد الوطن تقريبا لمسابقات حفظ القرآن الكريم، وبروز برامج اذاعية وتليفزيونية يتبارى فيها حفظة كتب الله على خير الكلام، في صورة أخرى معاكسة وأكثر بهاء مما تعودناه ببقية الشهور الأخرى، في مسابقات ستار أكاديمي وما شابه.

وما يثلج القلب فعلا، ويجعل الأمل كبيراً في غد مشرق، أن الجزائريين ورغم كل ما يقال، قد أثبتوا بالدليل القاطع، من خلال التميز والنتائج الباهرة في مختلف المسابقات المحلية والدولية لحفظ القرآن الكريم، أن كتاب الله يسري في عروقهم، وهو ما وقف عليه شخصيا الشيخ محمد الغزالي رحمه الله، عندما كان على رأس جامعة الأمير عبد القادر الإسلامية بقسنطينة أن الجزائريين هم أقرب الشعوب الإسلامية للقرآن الكريم... وهو ما تأكده من قبله ولمسته من خلال هذا الملف.



لأول مرة.. بتطبيقات الهاتف والأترنت ومشاركة 56 دولة

«الشروق العربي» تنشر تفاصيل مسابقة الجزائر الدولية للقرآن الكريم هذا العام

خلفت جائزة الجزائر الدولية للقرآن الكريم هذا العام، خطوات عملاقة لتصل إلى مشاركة عشرين الدول بها فيها 11 دولة خارج منظمة التعاون الإسلامي كفرنسا وكندا وإفريقيا الوسطى وروسيا وبريطانيا بعد أن كانت الجائزة مغربية في طبعها الأولى سنة 2004 لتصبح عربية في دورتها الثانية، ثم تنحدر إلى أهم حدث إسلامي في العالم على غرار المسابقات الدولية التي تقام في مختلف دول العالم، وقد وجهت الجائزة دعوة لـ 56 دولة أكدت 43 دولة مشاركتها قبل شهر رمضان بها فيها 9 دول خارج منظمة التعاون الإسلامي في انتظار التحاق باقي الدول بالمسابقة.



وفي لقاء أجرته "الشروق العربي" مع السيد نور الدين محمد مدير التوجيه الديني والتعليم القرآن بالنيابة بوزارة الشؤون الدينية والأوقاف، صرح بجديد المسابقة الدولية في طبعها الرابعة عشر التي ستقام تصفياتها خلال الأسبوع الأخير من شهر رمضان والنهائيات ليلة القدر المباركة.

فجائزة الجزائر الدولية للقرآن الكريم أنشأها رئيس الجمهورية عبد العزيز بوتفليقة بموجب مرسوم رئاسي رقم 03 - 331 بتاريخ 6 أكتوبر 2003 المتضمن إحداث جائزة دولية لحفظ القرآن الكريم وإحياء التراث الإسلامي المعدل والمتمم بالمرسوم الرئاسي 08-277 المؤرخ في 6 سبتمبر 2008 وتتضمن الجائزة فرعين، الفرع الأول جائزة الجزائر الدولية للحفظة الذين لا تزيد أعمارهم عن 25 سنة، والفرع الثاني المسابقة التشجيعية لصغار حفظة القرآن الكريم للأطفال الذين تقل أعمارهم عن 15

سنة، شرط أن لا يكون المتسابقون قد حصلوا على إحدى المراتب الأولى والثانية والثالثة في دورات السابقة، والمشاركة تكون بمتسابق واحد من كل دولة..

الشاذلي من مصر، وترأس الشيخ الدكتور أيمن السويد من جمهورية سوريا رئاسة اللجنة للطبعة الرابعة والخامسة ليتولى الدكتور عامر لعربي من الجزائر رئاسة لجنة التحكيم في الدورات السادسة والسابعة والثامنة والتاسعة. ليتولى بعدها رئاسة اللجنة في الدورة العاشرة الأستاذ كمال قدة من الجزائر بمشاركة شيوخ ودكاترة من لبنان واليمن.

لأول مرة المسابقة الدولية للقرآن الكريم بالتطبيقات الإلكترونية

تدرس وزارة الشؤون الدينية والأوقاف كما صرح لنا السيد محمدي مشروع إمكانية إدراج مسابقة الجزائر الدولية ومسابقة صغار الحفظة ضمن البرامج التي يمكن تحميل تطبيقاتها عن طريق الانترنت للتفاعل والتصويت بالإعجاب فقط بالأصوات والأداء على ان لا يؤثر التصويت والتفاعل على نتائج قرارات اللجنة، لأن تلاوة القرآن وحفظه دقيق ويعود بالدرجة الأولى إلى أساتذة مختصين في القراءات والتجويد؛ ولأول مرة سيتم التصويت والتفاعل في جائزة الجزائر الدولية عن طريق التطبيق الإلكتروني بالتعامل طبعاً مع المتعاملين الاقتصاديين للهاتف النقال بالجزائر ويتم ذكر اسم المتسابق والرواية والبلد وفتح مقاطع فيديو ليتم التصويت بالإعجاب.

مسابقة أصغر مجود.. أصغر حافظ.. أصغر منشد

ولأول مرة قررت الجزائر إنشاء مسابقة على هامش الأسبوع الوطني للقرآن الكريم بمناسبة المولد النبوي الشريف ابتداء من السنة الماضية لأصغر مجود وأصغر حافظ وأصغر منشد للصغار الذين لا تزيد أعمارهم عن 15 بالنسبة للحفظ مع التجويد، أما مسابقة الأداء الصوتي للتجويد موجهة للأطفال دون الثانية عشر.



وهو عضو في المجلس الإسلامي الأعلى لجمهورية تشاد، والدكتور عبد الله عبد العزيز القحطان العمري من مملكة البحرين، أما باقي أعضاء اللجنة من الجزائر وهم الدكتور محمد بوركاب من جامعة الأمير عبد القادر قسنطينة، الدكتور عناد بن عامر من جامعة البليدة 2، الدكتور عبد الهادي لعقاب جامعة الجزائر 1، الأستاذ عبد الكريم سعدودي من المركز الثقافي الإسلامي، أما لجنة تحكيم صغار حفظة القرآن كلهم من الجزائر وهم الدكتور خليل قاضي من جامعة الجزائر، الأستاذ عبد الرؤوف بوكثير من المركز الإسلامي الثقافي، فتحي لعطاوي من المدرسة الوطنية لدار الإمام، الأستاذ عمر بوسعدة من مركب المنار، الأستاذ خالد دربالي من هيئة الإقراء بالبليدة.

يذكر أن الجائزة الدولية في طبعاتها الثلاث الأولى ترأس لجنة التحكيم فيها الشيخ إبراهيم الأخضر علي القيم من المملكة العربية السعودية بمشاركة الشيخ فرج الله محمود عبد الغني

كما ارتفعت قيمة الجوائز الدولية إلى 100 مليون سنتيم للمرتبة الأولى و80 مليوناً للجائزة الثانية و50 مليوناً للفائز بالمرتبة الثالثة. أما جائزة صغار الحفظة وهي وطنية من مختلف ولايات الجزائر قدرت قيمة الجائزة الأولى بـ50 مليوناً والثانية بـ30 مليوناً والثالثة بـ20 مليون سنتيم، علماً أن قيم الجوائز لم تكن معتبرة في السنوات الثلاث الأولى.

وقال السيد محمدي أنهم راسلوا كل الولايات لإجراء التصفيات التي تمت قبيل شهر رمضان الكريم ونجاح 15 حافظاً من فئة الصغار للمنافسة النهائية لصغار الحفظة. أما الجائزة الدولية فالجزائر ستشارك بمسابق واحد لم يحدد اسمه أو اسمها بعد.

دولة تشاد والبحرين في لجنة التحكيم

تتكون لجنة التحكيم في مسابقة الجزائر الدولية للقرآن الكريم لسنة 2017 في طبعتها الرابعة عشر من الدكتور أبو بكر ولد مدوم من دولة تشاد.

إذاعة القرآن الكريم

نافذة المستمع للبقاء في جوار وحاني خلال الشهر الفضيل

تأسست إذاعة القرآن الكريم سنة 1991 بقرار من الكاتيب المرحوم الطاهر وطار الذي كان يشغل منصب المدير الوطني للإذاعة الوطنية آنذاك، وأضحت اليوم تبث مباشرة على مدار 15 ساعة من منتصف الليل إلى الثالثة زوالاً، يسهر عليها طاقم فني وتقني مشكل من مدير الإذاعة حمدي عيسى، ورئاسة التحرير مكونة من صحفيين ومنشطين، ودائرة للإنتاج بمساعدة مصلحة الإنتاج التي ترأسها السيدة اسمهان قصور التي تقول أنه وتماشياً مع حلول الشهر الفضيل، فقد سطرت إذاعة القرآن الكريم برامج متنوعة، منها ترتيل القرآن الكريم على رأس كل ساعة مدة عشرين دقيقة، إضافة إلى حصص خاصة لتفسير القرآن الكريم، كأعلام القرآن للأستاذ مسعود مباد، وهو خطيب بالمسجد الكبير بالجزائر العاصمة، ووقفات وتأملات في علوم القرآن الكريم للأستاذ سعد عمار، إلى جانب ركن يومي كيف نزلت للأستاذ عبد العزيز بتيقة، وكذلك برنامج قصة في آية تتناول قصص الأنبياء، ناهيك عن برنامج واحة رمضان وهو فضاء يشرح بعض الأحاديث النبوية ويسقطها على الواقع، وبرنامج أحاديث الصيام الذي يستعرض بعض الأحاديث النبوية الشريفة التي تبين فضل الصيام وخواهيه وحكمه.

زيادة على هذا، هناك برنامج أحكام التلاوة، يقدمه الدكتور عماد بن عامر سيخصص خلال رمضان لرواية قالون، وحصّة باللغة الفرنسية بعنوان كيف نفهم الإسلام، بالإضافة إلى برنامج سيرة المصطفى، وهي عبارة عن سيرة النبي (ص)، وحصّة قيم ومناسك من إعداد الديوان الوطني للحج والعمرة ستخصص للعمرة رمضان، وفيما يتعلق بالمسابقات تضيف اسمهان قصور "قمنا بتنظيم مسابقة رمضان برعاية اتصالات الجزائر، وحصّة منهل المعارف، وهي عبارة عن حصّة فكرية. وحصص أخرى موضوعية شاملة تعنى بالضوابط الإسلامية، مشهود لها بالمصداقية ذات خلفية دينية مستوحاة من القرآن الكريم، والسيرة النبوية والشريعة الإسلامية.



إذاعة القرآن الكريم



هكذا تنظم مسابقات القرآن الكريم في المساجد الجزائرية

عرفت المساجد الجزائرية مسابقات القرآن الكريم منذ عهد السلطان الرياني أبو حمو موسى الثاني، الذي ارتأى أنه من الضروري الاحتفاء بحفظة القرآن، والعشايخ الذين يعلمونهم قراءته، فقرر هذا الحاكم العالم تنظيم حفل سنوي، يقود فيه حفظة كتاب الله ويجوب بهم المدن الجزائرية في شهر رمضان الفضيل،

المرجة، ويأمل إمام المسجد الذي خصص أربعة فروع للمسابقة الرمضانية، بأن يتم توسيعها أكثر فأكثر، بإدراج مسابقات فكرية دينية، وبرفع قيمة التحفيزات، وتختلف الظروف التنظيمية لمسابقات القرآن الكريم من مسجد لآخر، ومن منطقة لأخرى، إذ أطلعنا إمام مسجد تيلملي الشيخ حجيبي، على أن أكثر الفئات المشاركة في العاصمة، تكون من الشباب، والمتقدمين في العمر، فقد حدث أن كرم المسجد في الموسم السابق سيدة ثمانية ختمت القرآن الكريم، أما عن شروط المشاركة، فيقول الشيخ بأن هناك ليونة في وضعها، مراعاة للفئات العمرية، حتى لا يحدث العزوف.

وما لاحظناه أن جل المساجد على مستوى الوسط، تتفق في وضع فروع مسابقات القرآن الكريم، المتعلقة بالحفظ والتجويد وإتقان الأحكام، وكذا التقسيم العمري، غير أن التحفيزات تختلف حسب تموقع المسجد، فالشائع أن المساجد والمدارس القرآنية في المدن الكبرى، يمكن أن تستفيد من الدعم المادي للإدارة، كالبليات والولاية، مثلما يحدث بالعاصمة، أما المساجد بالمدن الداخلية والمنعزلة، فإن تكريمات مسابقات القرآن الكريم فيها، تعتمد فقط على مداخل أهل البر والإحسان، وأحيانا تضطر للاستعانة بصندوق الزكاة.



بالمسابقة وفروعها، كما أن المحسنين من أصحاب البر والإحسان هم من يدفعونها في الخفاء، ويتنسيق مع لجنة المسجد، من خلال تخصيص ميزانية معتبرة لتكريم الحفظة، بالإضافة إلى المساهمة المحدودة لبلدية تسالة

وهذا الحدث حسب البروفيسور العيد سمي بـ«العشرونيات»، يبدأ الموكب من مدينة تلمسان مروراً بمساجد الجزائر أين يكرم الحفظة بهدايا ومأكولات فاخرة، قبل أن يستقر بهم الأمر في فسحة مدينة الجزائر، أين ينتظرهم الفقهاء، والعلماء والمشايخ وأفاضل المدينة، للاحتفال في المسجد الكبير بترديد المدائح وتجويد القرآن، وكانت النسوة يطبخن «الفلوج» وهو طبق أشبه بـ«الطمينة» احتفاءً بإنجازات حفظة القرآن.

اندثرت هذه العادة الجميلة إبان الاحتلال الفرنسي وترسخت بعده في أشكال أخرى، أين تعود القائمون على مساجد القطر الوطني والتي يفوق عددها الخمسة عشر ألف مسجد، على إطلاق مسابقات في حفظ وتجويد كتاب الله العزيز، بالقواعد والأحكام، تحبباً للناشئة في القرآن وحثاً للحفظة والمحترفين لتلقيه، ومواصلة البحث في تفسيره، وقد تنقلت «الشروق العربي» إلى عدد من المساجد التي تعكف كل سنة على تنظيم مثل هكذا مسابقات، في المواسم الدينية كالمولد النبوي الشريف، ورمضان، حتى نتقصي أكثر عن سيورة هذه المبادرات الجميلة، وأخطرنا إمام المسجد الأقصى، الشيخ نعيم محمد أن لجنة المسجد هي التي تحدد شروط الالتحاق

نجربة مزامير داوود على الشروق

● وفاء لمشاهديها، تحرص قناة «الشروق» على إرضاء رغبات متابعيها من خلال شبكة برامجية متنوعة ثقافياً سياسياً اجتماعياً دينياً، ومن أهم برامجها الدينية «مزامير داوود» وهو برنامج يعني بأهم المقرئين وحفظة القرآن الكريم من خلال تجربتهم في حفظ القرآن بتقديمهم للجمهور ليكونوا قدوة يحتذى بها، ولمعرفة الطرق التي يستعملونها في حفظهم لكتاب الله بعرض تفاصيل حياتهم، وسرد قصصهم قبل حفظهم للقرآن وبعده، ويشرف حضور هذا البرنامج أئمة، ومختصين لعرض الطرق والسبل والوسائل الناجعة في حفظ القرآن، حيث رأى البرنامج النور في 2014 ليتحول بعد نجاحه إلى مسابقة لحفظة القرآن الكريم لأقل من خمسة عشر سنة في عام 2016م، وليستمر على أمل إعادة هذه التجربة الناجحة في سنة 2017 بعد شهر رمضان، ويقدم هذا البرنامج أصغر مذيع بقناة «الشروق» حسين رضوان.



سفراء في حفظ كلام الله وتجويده

هؤلاء شرفوا الجزائر في المسابقات الدولية

سطعت في سماء الجزائر، أسماء متألفة في
مختلف مسابقات حفظ القرآن الكريم
وتجويده سواء في الدول العربية أو
الإسلامية، فكانوا يحف فرسان المنابر بحناجر
صداحة قل مثيلها في العالم كله، أين
استفادوا احتلال مراتب متقدمة في مختلف
تلك المسابقات لسنوات طويلة، فكانوا بذلك
خير سفراء للجزائر وخير من مثلها في
المحافل الدولية.



عزوز" من البليدة سنة 2009 في جائزة الملكة
الأردنية الهاشمية لحفظ القرآن و«أمنية
سلامة» من الجزائر العاصمة سنة 2012
و«هاجر سباح» من قسنطينة سنة 2013 في
مسابقة الملكة المغربية لحفظ القرآن الكريم،
ونالت المرتبة الرابعة «عائشة نويشي» من ميلة
سنة 2012 في مسابقة تلاوة القرآن الكريم
بماليزيا، وتحصل «أحمد شاوش» من الشلف
على المرتبة الخامسة في نفس المسابقة 2012
و«خالد غريسي» من الوادي على المرتبة
السادسة كذلك في جائزة إيران الإسلامية
لحفظ القرآن سنة 2013.

أهم المسابقات الدولية لحفظ القرآن في العالمين الإسلامي والعربي

من أهم المسابقات الدولية لحفظ القرآن الكريم،
نجد المسابقة الدولية لحفظ القرآن الكريم في
الجزائر التي تأسست سنة 2004، ومسابقة
تلاوة القرآن الكريم بماليزيا التي تعد أقدم
مسابقة رسمية لتلاوة القرآن الكريم في العالم
الإسلامي، المسابقة الدولية لحفظ القرآن
الكريم وتلاوته وتفسيره بمكة ومن شروطها أن
يكون المتسابق ذكرا ولا يتجاوز سنه 25
سنة، المسابقة الدولية لحفظ القرآن وتلاوته
في إيران التي تكون بين سني 15 سنة و35 بعد
التعديل، حيث كانت بين 16 سنة و45 سنة،
مسابقة القرآن الكريم والحديث الشريف
لشباب دول مجلس التعاون الخليجي
التي لا يزيد عمر المشارك فيها على 25 عاما،
المسابقة الهاشمية لحفظ القرآن، وتلتزم الجهة
المنظمة بتذكرة الذهاب والإياب على الدرجة
السياحية بعد وصول استبياناتهم وقبول



فقد استطاع "محمد إرشاد مربعي" من
قسنطينة سنة 2012 أن يتربع على عرش
المسابقة الدولية في مسابقة جائزة السودان
الدولية لحفظ القرآن وهو ما حققته بعده "
من سطيف في مسابقة جمهورية مصر لحفظ
القرآن في نفس السنة، محافظة بذلك على علو
كعب المشاركة الجزائرية في مختلف مسابقات
الحفظ والتجويد الدولية، وتحصل من بعدها
على المرتبة الأولى "ياسين أعمار" من الجزائر
العاصمة في جائزة دولة الكويت للمسابقة
الكبرى لحفظ القرآن الكريم وتجويده سنة
2013، وهو الشرف الذي حافظت عليه
الطالبة "الزهاء هني" في المسابقة الدولية لحفظ
القرآن في دبي 2016. وفي مسابقات أخرى نالت
على التوالي المرتبة الثالثة كل من "خولة

ترشحهم، المسابقة العالمية لحفظ القرآن
بمصر، ويشترط في هذه المسابقة على
المتسابقين من الدول الناطقة بغير العربية ومن
غير الدارسين بالأزهر حفظ ثلاثة أجزاء
هي 28 و29 و30، جائزة دبي الدولية للقرآن
الكريم التي تشترط متسابقا واحدا من كل دولة
ولا يجوز له المشاركة مرة أخرى في المسابقة،
مسابقة تلاوة القرآن الكريم دار السلام،
مهرجان القرآن الكريم العالمي بالسودان،
مسابقة القرآن الكريم في الجمهورية
التركية، مسابقة الكويت الكبرى لحفظ القرآن
الكريم وتجويده، مسابقة تونس لحفظ القرآن،
مسابقة الملك عبد العزيز الدولية بالسعودية،
وغيرها من المسابقات التي لا يتسع المجال
لذكرها جميعا.

مع فرسان القرآن !



● بقلم: سليمان بخيلي

بدأت مسابقات حفظ القرآن
الكريم في الجزائر حسبما
أعرف مع الرئيس هواري
بومدين عام 1968 ثم
أصبحت منذئذ تقليداً سنوياً
معمولاً به كل عام ، حيث
يتسابق حفظة القرآن
الكريم من كل الفئات في
محبريات الشؤون الدينية
على مستوى القطر ، ويؤخذ
المتأهلون الأوائل إلى حضور
حفل يقام ليلة 27 رمضان
بالجامع الكبير تشرف عليه
وزارة الشؤون الدينية
والأوقاف .

الذين سقطوا في جامع كتشاف عام 1832 دفاعاً عن
هذا المسجد الرمزي أمام الاستعمار الفرنسي
البغيض .

وبعد انتهاء التصفيات التي شملت 48 ولاية
بتأطير من وزارة الشؤون الدينية جرى بث
التصفيات النهائية على المباشر طوال شهر
رمضان 2008 م ، حيث سجل البرنامج نسبة
مشاهدة قياسية غير مسبقة في التلفزيون
الجزائري .

غير أنه مع تغيير إدارة التلفزيون (بتنصيب عبد
القادر العلمي مديراً عاماً للتلفزيون خلفاً للأستاذ
حمراوي حبيب شوقي) تقرر في العام الموالي 2009
التقليص من مدة الإنتاج ، والغاء البث المباشر
للتصفيات ، فجرى بث الموسم الثاني مسجلاً
دون نقل مباشر (في رمضان 2009 ، ثم تفاجأت
بعد ذلك مباشرة بقرار إدارة التلفزيون الاستغناء
عن برنامج فرسان القرآن وتكليف إدارة قناة القرآن
بإنتاج برنامج مماثل يحمل عنوان (تاج القرآن)
ما يزال يبث إلى اليوم كل شهر رمضان (لأسباب لا
مجال لذكرها هنا) .

واعتقادي أن برنامج فرسان القرآن استطاع
تحقيق قصب السبق في وقف التخوف السائد
آنذاك من القرآن الكريم ومن البرامج الدينية لدى
بعض الجهات والذهنيات ، ففتح الباب أمام
مختلف فعاليات المجتمع الجزائري لاحتضان
الفكرة منذ العام 2008 ، حتى صار التنافس على
حفظ القرآن وتجويده معهما وشاملاً في مختلف
المؤسسات التعليمية والتربوية وحتى المؤسسات
العقابية التي صارت تنظم سنوياً هذه المسابقات
بمسميات مختلفة .

ويبقى برنامج فرسان القرآن اجتهاداً إن لم نل فيه
أجري المجتهد المصيب فلن نعدم - بإذن الله - أجر
المجتهد المخطئ !

القراءة الثقيلة (أم في الترتيل (القراءة الخفيفة) دون
اشتراط الحفظ باعتبار أن الصوت فن وموهبة
ربانية ؟

● هل يمكن اعتماد المقاييس والضوابط التي
تحكم سير مسابقة وزارة الشؤون الدينية
خصوصاً في مسألة الحد الأقصى للعمر ؟
وبقيت الإجابة عن هذه التساؤلات معلقة حتى
مطلع عام 2006 م عندما تدخل رئيس الجمهورية
(في اجتماع مجلس الوزراء يوم 2006/02/27 وفي
خطاب له بمدينة قسنطينة) فأمر بإعادة بث الأذان
على قنوات الإذاعة والتلفزيون بعد 10 سنوات من
المنع الذي تعود أسبابه إلى منتصف عام 1996 أثناء
العشرية السوداء حيث قدر القائمون على شؤون
الإعلام في البلاد آنذاك أن الأذان مرادف للأصولية
والتطرف فجرى وقف بثه !

هذا القرار الذي ساقته الأقدار سهل على فريق
الإنتاج الذي أشرف عليه مهمة الشروع في
التحضير لتنفيذ انطلاقة برنامج فرسان القرآن ،
حيث جرى الاتفاق مع المدير العام للتلفزيون
الأستاذ حمراوي حبيب شوقي وبمشورة وزارة
الشؤون الدينية على ما يلي :

● تخصيص البرنامج للأداء الصوتي بشقيه (
التجويد والترتيل) دون اشتراط الحفظ ، لكي
يكون مكملاً لمسابقة الحفظ التي تنظمها وزارة
الشؤون الدينية سنوياً .

● اعتماد السن الأدنى 18 سنة ، دون حد أقصى .
إجراء التصفيات في قوافل تنطلق إلى 48 ولاية ،
وذلك بالتنسيق مع مديريات الشؤون الدينية
التي تستقبل ترشيحات المشاركين .

وهكذا انطلق البرنامج في حفل رسمي ضخم
افتتحه رئيس الحكومة عبد العزيز بلخادم في
ساحة الشهداء يوم 16 أفريل 2008 م ، حيث
حرصت أن يكون الانطلاق من هذه الساحة
المقابلة لمسجد كتشاف في رمزية لتخليد الشهداء

غير أن الجمهور لا يشاهد من مجريات هذه
المسابقة الوطنية وتصفياتها إلا تتويج الفائزين
على يد الرئيس في حفل ليلة 27 رمضان ، لأن
تفاصيل التصفيات تتم على مستويات إدارية
فقط تنتهي باختيار مجموعة من الفائزين من
مختلف الولايات .

هذه الملاحظة دفعني نهاية عام 2005 إلى التفكير
في إنتاج برنامج تلفزيوني يهتم بحفظ القرآن
الكريم وإبرازهم من خلال التلفزيون وإتاحة
الفرصة للجمهور لمتابعة مجريات التصفيات ،
فاقترحت على المدير العام للتلفزيون الجزائري
آنذاك الأستاذ حمراوي حبيب شوقي إنتاج برنامج
مسابقات عنوانه (فرسان القرآن) يتبارى فيه
الحفظة على ترتيل القرآن وتجويده ، فلقبت الفكرة
قبولاً واستحساناً ، خصوصاً وأنها تزامنت مع
تذمر المشاهدين إزاء شراء التلفزيون الجزائري
حقوق بث برنامج (ستر أكاديمي) الغنائي من
لبنان وما تضمنه هذا البرنامج من مشاهد لم
يستسغها الجمهور .

ورغم أن فكرة (فرسان القرآن) لقيت تجاوباً
وترحيباً كبيرين من طرف وزير الشؤون الدينية
آنذاك الدكتور أبو عبد الله غلام الله ، ومن المدير
المركزي للتعليم القرآني في تلك الفترة الدكتور محمد
عيسى ، إلا أن التحضير استغرق عامين كاملين
بسبب بعض التساؤلات المطروحة آنذاك للفصل
فيها ، قبل تنفيذ الفكرة ، من بين أبرزها :

● كيف يمكن بث برنامج يتضمن سباقاً في حفظ
القرآن الكريم أو تجويده بينما لا يبث التلفزيون
الأذان ، حيث كان الأذان ممنوعاً آنذاك منذ العام
1996 ؟

● في حال تنفيذ الفكرة هل يخصص البرنامج
للحفظ فقط ، دون مراعاة إتقانهم التجويد أو
الترتيل أو الأحكام ؟
● هل يخصص البرنامج للتسابق في التجويد)

مسابقة
«الماهر»
للحفظ
وال تلاوة

1300 متسابق في التصفيات الأولية وإقبال مميز للإناث

من بين المسابقات الوطنية التي تهتم بحفظ القرآن وتجويده في الجزائر، نجد برنامج "الماهر" الذي يذيع على قناة "الشروق"، وهو فضاء يفتح أبوابه كل أسبوع للتنافس على تجويد وتلاوة القرآن ومخارج الكلمات الصحيحة، وهو كذلك مناسبة لاختيار أحسن المتسابقين الذين يمثلون "البراييم" الأخير في شهر رمضان الكريم، حيث يلمر هذا البرنامج أبواب السنة الثالثة من التواجد كبرنامج بهته بالقرآن الكريم.

● سفيان حاجي: نلمس إقبالا مكثفا وراقيا

● فضيل بلعظم: المستوى رفيع جدا ومتصاعد من سنة لأخرى خاصة عند الإناث

للافتباه في إقبال المتسابقين على هذه المنافسة في الحفظ والتجويد هو تواجد الإناث أكثر وبمستويات راقية.

وتمر التصفيات بعدة مراحل من أجل الوصول إلى "البراييم" الأخير، وعنها يضيف مقدم برنامج مسابقة "الماهر" السيد سفيان حاجي: "قسمنا التصفيات في هذه المسابقة إلى ثلاث مراحل بداية من الانتقاء الأولي الذي يضم كل الأصوات المشاركة للتنافس على خمسين مكانا للانتقال إلى الدور الثاني، ثم انتقاء الأجود منها ضمن 9 ذكور و9 بنات، وهم الأحسن الذين يتنافسون في "البراييم" الأخير في شهر رمضان الكريم، شعارنا فيه أن هذا الشهر شهر القرآن فأردناه أن يكون بالقرآن".

كما توجد إلى جانب برنامج مسابقة "الماهر" برامج أخرى تهتم بكتاب الله عز وجل على غرار برنامج "مزامير داوود" الذي تبته قناة "الشروق" أيضا "الذي يهتم بكل ما هو ديني وما له علاقة بالقرآن الكريم والجوانب الروحية للمسلم".

حلقات التواصل بينهم والتنافس الشريف على حفظ وترتيل كلام الله عز وجل".

ويؤكد أحد حكام برنامج مسابقة "الماهر" للحفظ والتجويد السيد "فضيل بلعظم" أن: "المستوى رفيع جدا ومتصاعد من سنة إلى أخرى، خاصة من صنف الإناث، كما نلاحظ تقاربا كبيرا بين كل المتسابقين في المستوى، وما يميز هذا البرنامج أنه يجمع الحافظات والحافظين لكتاب الله عز وجل بقراءة ورش عن نافع، بالإضافة أنه يفتح المجال لمشاركة حتى المجازين فيه، أما من حيث الإقبال فهو إقبال كبير جدا، وهو ما نلاحظه كل سنة عند تنظيم هذه المسابقة. يختار الفائزون بعد "البراييم" الأخير على أساس القراءة الجيدة المنضبطة بقراءة ورش عن نافع، والملفت

الكثير من الأهداف تم تسطيرها في هذا البرنامج وفي مثل هذه المسابقات التي تهتم بكتاب الله عز وجل، وعنهما يقول المشرف والمقدم لبرنامج مسابقة "الماهر" السيد سفيان حاجي: "أن البرنامج منبر للمنافسة في خير منافسة وهي حفظ كلام الله عز وجل من كل الفئات العمرية، ونسعى من خلاله إلى جمع خيرة الحناجر التي تجيد قراءة القرآن في وطننا ونبرز للناس مدى اهتمام أبناء هذا الوطن بالقرآن الكريم، وهو ما نقف عليه في التصفيات الأولية لانتقاء الأصوات التي تتنافس من أجل الوصول إلى "البراييم" الأخير في شهر رمضان الكريم، حيث نجد مستوى راقيا ومتميزا بين المتسابقين، وكذا نسبة الإقبال على المسابقة كبير جدا ومدهش، تصور أنه وصل في هذه السنة إلى 1300 متنافس من سن 8 إلى 61 سنة من كلا الجنسين، يعكس اهتمام الأسرة الجزائرية بالقرآن والذي نتمنى أن يظهر في خلق أبنائها وسلوكاتهم اليومية، كما أنه فضاء مفتوح على كل أبناء هذا

الوطن، ومن خلاله نربط



بنور القرآن الكريم سطعن قصص مثيرة ومؤثرة لجزائريات مع كتاب الله

عندما ترور بيت غنية وهي آنسة في الثلاثين من العمر، في بلدة بيضاء برج التي تبعد عن سليف بحوالي خمسة وثلاثين كيلومتر، ينتابك إحساس، بأن النور ينبعث من كل الزوايا، وعندما تروي لك حكايتها مع فقدانها للبصر، ومع تعلمها وحفظها للقرآن الكريم، تقتنع بأن الأبصار فعلا لا تعمى، ولكن تعمى القلوب التي في الصدور.



تنتهي، كما قالت سوى بنهايتها، مع كتاب الله، فتحفظ آيات عن طريق السمع، وتتبعها بسورة، حتى تبلغ الحزب الأول، وتجد غنية شقيقها ياسر وعادل إلى جانبها، يدفعاها لحفظ كتاب الله، ولم تمض ثلاث سنوات، من السهر والإصرار، حتى كانت غنية ضمن ملائكة كتاب الله تحفظ القرآن الكريم بأحكامه، وتنقل هذا الكنز إلى شقيقها ياسر وعادل، وتقف مرة، ومرتين، ومرات لتقول لهما: "عسى أن تكرهوا شيئا وهو خير لكم" وتشكرهما، لأنهما أفقداها البصر، وأحيا فيها البصيرة، ويقول ياسر ويدعمه عادل: "كنا نبكي، لأننا تسببنا في فقدان شقيقتنا البصرها، وصرنا نفتخر بها، لأنها صارت تهدينا آيات الله والنصيحة، بل صار الطعام لا يحلو سوى من يديها، فكانت غنية اسما على مسمى، وصارت العين التي يعيش من نورها أهل بيتها.

حكاية غنية التلميذة التي أعطاه الله البصر والبصيرة، تبدأ بمأساة، شغب شقيقها وشقواته، غرست ظفره في عينها اليمنى، ويعجز الأطباء عن مداواة الوجع، فيرفعون راية طبية بيضاء بإسدال السواد، على عينها اليمنى التي تفقد البصر، فتعيش بين أترابها صابرة على نعمة بصر العين اليسرى، ومحبة لشقيقها ياسر الذي قال لها باكيا مرة: "لو خُيرت بين الموت وإصابتك في عينك، لكان خيارى أن لا أكون"... وتمت سنوات المأساة الأولى، ويحين موعد المأساة الثانية. شغب شقيقها الثاني عادل وشقواته، ترمي قلم حبر، لا يريد مستقرا له، غير عين غنية اليسرى، ويعجز الأطباء مرة أخرى عن إنقاذ بصر غنية، ويسدلون ستار الظلام نهائيا على عينيها. ولأن مع العسر، يسرا، تكتشف غنية زورق النجاة، فتعقد اتفاقية لا

أب يورث بناته... مصحفا.. فقط!

كان يوما شتويا، ينثر بعض الثلج على منطقة تيمقاد الأثرية بولاية باتنة، عندما جمعنا والدنا، بعد أن اشتد به المرض، وذرف الدموع، ومديده تحت الوسادة وأخرج مصحفا عتيقا قدمه لنا، وطلب منا أن نسامحه، لأنه لم يترك لنا شيئا في الحياة غير هذا المصحف.. هذا ما روت لنا أربع شقيقات وهن يذكرن أول خطوة في طريقهن لحفظ القرآن الكريم، فقد كان عمرهن ما بين العاشرة والثامنة عشر، عندما بلغ الشيخ يوسف سعدون، مرحلة اليأس من النجاة من الداء الخبيث، فالتفت إلى بناته، واستشرف بسرعة ما تخبئه الحياة لبناته الأربع،

فارتعش رعبا، ورمى نصيحته ووصيته وسلم روحه لخالقها، فضمت الأم بناتها إلى صدرها، وضمت الشقيقة الكبرى سعيدة مصحف والدها، وقررت أن تغرسه في صدرها وفي صدر شقيقاتها، ولم تمر أزيد عن أربع سنوات، حتى تحولت عائلة سعدون إلى أسعد عائلة في المنطقة، بل في العالم، كما تقول سعيدة الحظ سعيدة. في تيمقاد أنت لست في حاجة لدليل أو موزع بريد لتسأله عن بيت البنات، فيكفي أن تقول: حافظات كتاب الله حتى يدلك الصغير قبل الكبير على البيت. تتذكر سعيدة يوم رحيل والدها، وتقتنع بأن الله يُخرج الحي وأي حي، كتاب الله، من الميت والدها، الذي نال بأجر بناته، الأجر كله، وتقول شقيقتهاماء، وقد قاربت الخامسة عشر ربيعا: هناك بنات ورثن القصور، وأخريات الحلي والمجوهرات، وورثنا مصحفا صغيرا نحس به أننا أغنى بنات العالم، أميرات من دون قصر وتاج، ونترك العائلة لتعيش سعادتها، فيقول جابر البنات عمي علي، وكان صديقا لوالدهن: "لم أعرف في حياتي قصة غريبة مثل قصة هؤلاء البنات، فقد عشن فقرات مع والدهن، الذي كان يشقى من طلوع الفجر إلى غروب الشمس، من أجل توفير لقمة العيش، وكنت مقتنعا بأنهن سيمتن بين الجوع واليتم بعد وفاة والدهن، ولكنهن رفعن التحدي، فصار فشلهن نجاحا، وضعفهن قوة، وفقرهن ثراء، فكن خير خلف لصديقي، الذي كان يبكي على بناته وليس على نفسه، ويخشى أن يلتحقن به، بعد أن يفقد الحياة، ولكنهن صنعن من العسر يسرا، بفضل مصحف كان موضوعا في ركن بعيد عن العين، ولكنه قريب من قلب والدة وقلب بناته.



Delliciano®



إن الماء نعمة حقيقية وضرورة من ضروريات العيش والصحة، وهو أساسي لعمل كافة أعضاء الجسم الحيوية، لهذا ننصحك سيدتي بالحذر عند هذه النقطة، فكثير من الأطفال لا يحبذون الشرب وقد يستغنون عنه نهائياً وهذا خطأ جسيم، يؤدي لا سمح الله إلى الجفاف، كما قد يخلف أمراضاً لا تعد ولا تحصى، لهذا اخترنا تناول هذا الجانب، مع خبير التغذية "يوسف دراجي".

لأن باقي المشروبات مجرد سند:

ضرورة شرب المياه صيفاً للأطفال

وفي الموضوع يقول الأخصائي أن الأطفال هم الأكثر تضرراً عندما تنقص حصة الماء في أجسادهم: "الأطفال أكثر عرضة للجفاف وهم في العادة لا يشربون كميات كافية من المياه وتزداد المسألة صعوبة صيفاً، ولهذا أنصح الأولياء بمراقبة أطفالهم، وتذكيرهم باستمرار بضرورة الشرب، خاصة المياه فهي أولوية".

مشروبات الطاقة ممنوعة

كما يحذر مستضيفنا من بعض المشروبات التي تظهرها طاقة وباطنها ضرر: "على الأهل تجنب أطفالهم شرب العصائر المحلاة بكل أنواعها، والأکید المنع التام لتناول المشروبات الغازية، ومشروبات الطاقة، فأضرارها أكثر من منافعها وهي لا تعتبر بديلاً للماء مطلقاً، ومن أضرارها: تحتوي على كميات كبيرة من السكر



يمكن تحضير الماء وتبريده مرفقاً بقطع من الليمون أو النعناع".

الفواكه تعوض الماء

وفي رد له عن أكالات أخرى توفر الماء للطفل، ينصح محدثنا الأمهات بالخضار والفواكه الطازجة: "الخضار الطازجة منجم للمياه، خاصة الورقية منعاً لهذا أكثر من السلطات، ولا ننسى الفاكهة الصيفية الغنية بالماء والأملاح، فعلى سبيل المثال البطيخ، فيه 95 من حجمه مياه، ويحتوي مواد مضادة للجراثيم، وأثبتت مساهمته في الحفاظ على الجهاز الهضمي، وهو غني بالفسفور والحديد".

ليختم مداخلته بالقول أن باقي المشروبات مثل العصائر الطبيعية لا تبلي حاجة الجسم الكاملة من المياه وإنما تعتبر حصة مُساندة للماء حتى لا يجف الجسم".

وهو نوع ذو سرعة امتصاص هائلة يمكن أن يسبب أزمات صحية، كما يحتمل أن تزيد من وزن الطفل وتصيبه بالسمنة.

وينصح الطبيب الأمهات، خاصة اللواتي يرفض أطفالهن شرب الماء بجعل الحليب أولوية غذائية، سواء بارداً أو ساخناً أو دمجاً في وصفات الطبخ: "قدمي له الحليب، سواء لوحده أو مخفوقاً مع الفاكهة أو قدميه له بارداً مع الشكلاطة، أو على طريقة جداتنا التقليدية محلى بعصير الرمان، فهو جد مفيد للجسم".

وعن الحصة اليومية من الماء يوضح: "الجسم صيفاً يكون شديد التعرق بفعل الحرارة والرطوبة العاليتين، وعلى الأم الحرص على أن يتناول طفلها ما يفوق العشرة أكواب من الماء يومياً لتعويض ما فقده من سوائل، حتى لا تتعطل وظائف أعضاء الجسم، وبالنسبة للذوق حتى يحبه الأطفال



Delliciano®





تغذية الطفل في الفصل الحار

لا بديل عن وجبة صحية

يؤثر الفصل الحار سلباً على شهية الطفل الصغير، تماماً كما يفعله بالكبار، لهذا اخترنا هنا هذا الباب للتفكير إلى التغذية المتوازنة والصحية صيفاً، والتي تمد الطفل بالصحة والنشاط وتضع له النمو السليم.

ولأن الأطفال لا يلتزمون في فصل الصيف بنظام غذائي يومي، نحاول هنا مساعدة الأم أو المربية لتوفر للطفل حاجته من الغذاء، وهذا عن طريق استشارة طبيب وأخصائي تغذية. وفي هذا الجانب يوضح الأخصائي: "الصيف معروف بكثرة الوجبات الخفيفة واختلال النظام الغذائي، فالوجبات تقل وقيمتها الغذائية كذلك، لهذا على الأمهات الحذر من هذا الجانب حتى لا يسقط أطفالهن في فخ سوء التغذية، وهنا أقول أنه لا بديل عن وجبة صحية متوازنة، قد تجد بعض الأمهات العذر بارتفاع درجات الحرارة، أنصح الأمهات بالحرص على أن يأخذوا كفايتهم من الفيتامينات والمعادن والكرbohydrates والسكريات والمياه الضرورية لانتعاش الجسم ولصحة دائمة وبالتالي مقاومة ذاتية للأمراض، فالطعام المتوازن صيفاً ضرورة قصوى".

وينصح الطبيب الأمهات بضرورة المحافظة على الوجبات الرئيسية: "أنصح الوالدات بضرورة الحرص على تناول أطفالهن لوجبتي الإفطار والعشاء، فهي الطريقة المثلى ليحصل الطفل

الأطعمة التي تحتوي على البروتينات والحديد والزنك في وجبة العشاء، ولا تنسى النشويات فهي ضرورية جداً".

المقبلات متنوعة

وفيما يخص الوجبات المقلية التي يكثر تناولها صيفاً والتي يفضلها الأطفال عن غيرها، يشدد محدثنا على تجنبها: "لا أنصح بتناول المقلية للكبار فما بالك للصغار، على الأم تجنب المقلية لأنها تزيد من الكسل والخمول، ولصحة مضمونة أشدد على أهمية توزيع الوجبات صيفاً حتى يتمكن الجسم من هضمها".

ويضرب لنا الطبيب مثلاً في وجبة النزعات التي عادة ما تشمل المسليات والمقبلات: "من الجميل أن تكون المسليات في النزعات وخرجات الشاطئ عبارة عن وجبة همبرغر جيدة مع سلطة خضراء والقليل من البطاطا المغلية أو أجزاء بيتزا، أو حبة فاكهة التي تعد ضرورية لصحة متكاملة".

وكنصيحة ذهبية للأمهات حتى يعتنين بالصحة الغذائية لأطفالهن، يؤكد الأخصائي على ضرورة منع تناول الثلجات بعد السادسة مساءً لصعوبة هضمها، كما يُشدد على أهمية تأخير القيلولة، لأن النوم مباشرة بعد الأكل يثقل الأمعاء ويُصعب عملية الهضم.



على كفايته من العناصر الغذائية التي تلزمه، وحبذا لو تقدم الوجبة في جوهادئ بعيد عن التلفاز مثلاً، ليأكل الطفل بهدوء وتأن ولكي لا يستعجل عملية الهضم، كما ننصح بموازنة حصة الطفل الغذائية، بمنحه طبقاً متوازناً، وحبذا لو تدخل الأم الشوفان في نظام الطفل الغذائي فهو يمثل وجبة كاملة، فضلاً عن



**GEO
SPACE**



خطوات بسيطة لصوم آمن لأطفالنا

مستويات الجلوكوز التي تمتد العضلات
بالطاقة."

وحول السن المناسبة للصيام تقول:

"يمكن البدء في تشجيع

الطفل على الصيام

من سن 7

سنوات، مع

البدء بفترات

صيام قصيرة

لا تتجاوز

بضع ساعات

في بداية النهار.

كما ينبغي

معرفة وزن

الطفل، هل يعاني

الطفل من سوء تغذية،

هل هو مستعد نفسياً لتقبل

فكرة الصيام؟ هل يعاني الطفل من أي

أمراض مزمنة وهكذا."

وحول نصائحها لصيام آمن توضح:

"النوم لفترات كافية مفيد جداً

لتحضير الجسم، وعدم السهر،

تناول الطفل لوجبة السحور،

والتي يجب أن تحتوي على

كربوهيدرات معقدة تضمن

مصدر طاقة له خلال فترة طويلة

من النهار، والحرص على إمداد

الطفل بسوائل متنوعة طوال فترة ما

بعد الإفطار لنضمن تعويض حالة

الجفاف التي تحدث له خلال النهار."



عادة ما يحدد الأطفال التصرف مثل الكبار،
لهذا نجدهم يقلدونهم في كل شيء،
خاصة إذا تعلف الأمر بالصيام خلال الشهر
الفضيل، وهذا لابد للوالدين من الحفاظ
على صحتهم والبحث فيما إذا كان الصوم
آمن عليهم أم لا. وهو ما ستحاول "الشروق
العربي" الوقوف عليه، لأن صحة أطفالنا
تهمةنا.

تقول الطيبية "طوبال" أخصائية طب وجراحة
أطفال بمدينة مفتاح ولاية البليدة، أنه على
الأولياء مراعاة بعض الأشياء إذا ما قرروا صيام
طفلهم دون سن البلوغ أهمها: "بقاء الطفل بدون
ماء طيلة يوم الصيام ولا حتى الطعام، دون إغفال
تأثير الصيام على قدرات الطفل الذهنية والذي
سيؤثر سلباً على طاقته وحرته ونشاطه
الذهني".

لتصيف في السياق ذاته: "وفيما يخص الصيام،
أنا كطبيبة ضد إجبار الصغار على الصوم، فالله
عز وجل كلف البالغين فقط، فالصيام

يؤثر على قدرات الأطفال ويشكل

ضغطاً جسمانياً، يصاحبه

نقص في طاقة الجسم بشكل

عام وفي المخ بشكل خاص؛ كما

أن الجفاف يؤثر على قدرتهم

العقلية وحتى تعرضهم

لانخفاض



**GEO
SPACE**



Dellicians®



لي يندو قو تبهى البهجة في لسانها



SARL Agro des Alpes, lot Saliba N° 62, Zone Industrielle Oued smar, Alger, Algérie.
Tel: 023 920 143/44, Fax: 023 920 146, commercial@agrodalpes.com

توغلت التكنولوجيا في جل
شعاب حياتنا، حتى في
الروحانيات، فألفت عليها طابع
الرياء، إذ ومع إطلاق الإنترنت
بجيلها الثالث والرابع،
انتشرت موضة التقاط الصور
الذاتية أو ما يدعى
بـ"السيلفي" في الأماكن المقدسة، وبعد
أن حذر علماء العالم الإسلامي من انتشار
الفاخرة في بيت الله الحرام، ومع حلول
الشهر الفضيل، ها هه أئمة المساجد عبر
القطر الوطني، ينهون المتواصلين عبر
الشبكة من التقاط ونشر السيلفي أثناء
أداء التراويح.

الأئمة: "راعوا حرمة بيوت الله"
منذ أصبحت تكنولوجيا الهاتف والإنترنت
متاحة لدى الجزائريين، لم يعد يمضي موسم
رمضان، دون أن يجن جنون الأئمة والمنظمين
داخل بيوت الله، فقبل سنوات كنا نسمع الإمام
يأمر بإغلاق الهواتف أو وضعها على الصامت،
وينهى عن المكالمات ويكرر أنها أماكن مقدسة
يجب مراعاة حرمتها، ثم ويتزويد هواتف
الجزائريين بالشبكة بات الأئمة يحذرون من
تحول المساجد إلى قاعات إنترنت، إذ يدعو،
الشيخ عبد العزيز، إمام مسجد "الأنصار" في
البليدة، الوافدين لأداء صلاة التراويح إلى قطع
التواصل مع العباد إلى ما بعد مواقيت العبادة،
وربط الصلة بالله، عن طريق الصلاة والدعاء في
أوقات مستجابة، ونهى بلهجة مشددة مدمني
السلفي، من التقاط الصور في المساجد، كون هذا
الفعل يعد رياء، بالإضافة إلى
الإزعاج الذي يتعرض له
المصلون، هذا فيما
تعلق لافتات
على مداخل
المساجد
كتب عليها
"ممنوع
استعمال
الهاتف
النقال" أو
"اغلق
هاتفك، اربط
صلك
بالله".

عبر الفايسبول

جزائريون ينقلون المباشر لصلاة التراويح

الشبكة لها، بل ويتمادي في تركيز كاميرا هاتفه إلى
الزاوية الأجمل، يقطع الصفوف بحثا عن الإضاءة
الأنسب.

خاصية المباشر: "ها أنا أؤدي التراويح"

ولأن حضور الجزائريون على الفضاء الأزرق
"الفايسبوك"، يفوق وجودهم على مواقع
التواصل الأخرى، فإنهم يواكبون كل الخواص
الجديدة التي يتعزز بها الموقع بما في ذلك إدراج
خاصية البث المباشر أو المشاركة المباشرة، وبات
بالإمكان اليوم أن نشاهد النقل الحي لصلوات
التراويح التي يؤديها الأصدقاء على القائمة، تماما
كما كنا نشاهد ونستمع إلى خطب الجمعة فور
إطلاق خاصية المباشر، ثم نساءل عن الغاية
من مشاركة هكذا مقاطع؟ فربما يريد أصحابها
أن يقولوا لأصدقائهم على الشبكة "ها نحن
نؤدي صلاة التراويح"، ويرجح كذلك أن الدافع
وراء مشاركة مقاطع الفيديو المباشرة من داخل
المساجد والمصليات التي تؤدي فيها صلاة
التراويح، هو حث المتواصلون وتحريك
روحانيتهم باتجاه بيوت الله، عبر بث على
أصوات خيرة المقرئين.

● بين رافض للظاهرة وناقم على أصحابها
ممن يشكّون على الخاشعين في
صلاتهم، وآخرين يعتبرون نشر صور
السيلفي من داخل المساجد وسيلة لتحريك
مشاعر الغافلين وتاركي الصلاة، يعتلي أئمة
صلاة التراويح منابرهم مرّدين ومشدّدين
"ركزوا في صلاتكم يرحمكم الله"، بصيغة دعوية
حديثه انطلق صداها من الحرم المكي، لتدوّي في
مساجدنا، وقد فرضها انسياق المصلين وراء
التكنولوجيا، سابحين في فلك "السناب شات"
و«الإنستغرام» ومواقع التواصل الأخرى
بعيدا عن الخشوع والتدبّر في آيات الكتاب
الحكيم، وكأن الأئمة قد فرغوا من الدعوة إلى
توحيد الصفوف، حتى تصدح حناجرهم بدعوة
رواد المساجد إلى توحيد العقول، ودواخل القلوب
على الدعاء وأداء الصلاة على الوجه الذي يرضي
الله.

ورغم تركيزه الفقهاء لظاهرة التقاط صور
السيلفي بين جموع المصلين والمرتلين لكتاب
الله، كونها لحظات مسروقة من وقت العبادة
والتضرع، وإهدار للوقت الذي يقضيه المصلي
بين يدي الله في جو روحاني، تتقاطع فيه أصدا
الصلوات المتعالية، لا يأبه بعضا من مدمني





مدرسة "اليد الذهبية" "Main d'Or"

زيوت يحتاجها شعرك في رمضان

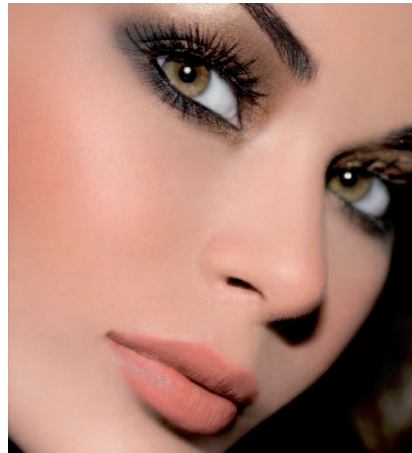
● **زيت الأرغان:** من الزيوت النباتية السحرية للعناية بالشعر. غني بفيتامين E والأحماض الدهنية، هو يساعد على حماية الشعر وفروة الرأس من الآثار الضارة للأشعة فوق البنفسجية، ويضفي لمعاناً طبيعياً على شعرك، استخدامه بعد غسل الشعر باستخدام الشامبو كبديل طبيعي وصحي لبسّم الشعر المرطب.

● **زيت بذور العنب:** مع ملمسه الخفيف غير الدهني، ورائحته اللطيفة يساعد ويرطب الشعر خلال الطقس الحار. يساعد أيضاً على تنعيم الشعر الخشن ومكافحة التجعد، كما يضيف لمعاناً ساحراً على خصلات شعرك.

● **زيت الجوجوبا:** يعد من الزيوت الأمثل للعناية بالبشرة والشعر نظراً لتركيبه الكيميائي المشابه للأفرازات الدهنية البشرية، كما أنه آمن تماماً. وهو مضاد للبكتيريا والأكسدة. فيعمل على حماية الشعر من التأثيرات الضارة للكلور والماء المالح أثناء السباحة.

● **زيت اللوز الحلو:** يتميز بقوامه الخفيف. يمتص داخل بصيالات الشعر ليساعد على تقويتها وتغذية الجذور. من الأفضل استعماله خلال فصل الصيف، حيث يتغلغل داخل البصيالات ليحميها بالترطيب اللازم وحمايتها من أشعة الشمس الحارقة.

اللمسة البرونزية لسهرات رمضان



● طبقي البلاشر باللون البرونزي على وجنتيك مع إضافة القليل من اللون الزهري الفاتح أو الذهبي البراق بشكل متناسق لإضفاء المزيد من الجاذبية لبشرتك.



تكثر الدعوات والولائم في شهر رمضان المبارك، والمرأة الأنيقة لابد أن تكون حاضرة، لذا عليك ألا تهمل مظهرك. وتستعينين بقليل من الماكياج لإطلالة مبهجة في سهرات الشهر الفضيل.

وتنصحك خبيرة التجميل من "مدرسة اليد الذهبية" بالإطلالة البرونزية الحاملة التي تعطيك وجهاً شابياً وحيوية رائعة، ولتطبيق هذا الماكياج ما عليك إلا اتباع الخطوات التالية:

● حضري بشرتك أولاً بالبرايمر والذي يساعد البشرة على استعادة بعض الحيوية والرطوبة.

● طبقي كريم الأساس على كامل البشرة بلون أغمق بدرجة واحدة من لون بشرتك ووزعيه بشكل جيد.

● طبقي الكونسيلر خافي العيوب على المناطق التي تحتاج لذلك.

● طبقي مكياج داكن لعيونك لإطلالة أخاذة. اختاري أحد الألوان التي تناسبك كالبنّي أو الأرجواني الداكن.

● أرسمي عينيّك بالآيلاينر بشكل يناسبهما، ثم طبقي الماسكارا التي تمنح رموشك المزيد من الكثافة والطول.

● وأخيراً حددي عينيّك من الداخل للمزيد من السحر في نظرتك، مستعينة بقلمين، الأبيض للخط الداخلي السفلي، والأسود للخط العلوي بشتات.

حاذري على تتعرك في رمضان وحصنيه ضد النلف

الشعر هو تاج المرأة ويتطلب عناية خاصة دائماً، إلا أن هذه العناية يجب أن تزيد كثيراً، خاصة في شهر رمضان. ولأن هناك العديد من العادات الخاطئة في الغذاء التي كثيراً ما تتبعها في شهر رمضان، سنساعدك في الحفاظ عليه:

شرب كميات كبيرة من الماء

تناولي كمية ثمانية كؤوس من الماء ما بين الإفطار والسحور من أجل ترطيب الجسم والمحافظة على شعرك وبشرتك من خطر الإصابة بالجفاف. فالجسم يفقد الكثير من السوائل خلال الصيام، خاصة في أوقات ارتفاع حرارة الجو.

الابتعاد عن الأطعمة الدهنية

تجنبي تناول الأطعمة التي تحتوي على كمية كبيرة من الدهون واستبدليها بالأطعمة الغنية بالمعادن والفيتامينات، لضمان وصول الغذاء المناسب إلى الشعر.

تناول الخضروات الداكنة

تناولك للعديد من الخضروات الداكنة يساهم في تدعيم قوة شعرك ويعزز نموه بشكل ملحوظ. وينصح بتناول ثمره تفاح في الإفطار وأخرى وقت السحور لمد الجسم بنسبة كبيرة من الحديد الذي يحتاجه.

غسل الشعر

يجب ألا يزيد عدد مرات غسيل الشعر عن ثلاث مرات أسبوعياً، حتى لا يخسر الزيوت الطبيعية التي تفرزها الغدد الدهنية لترطيبه.



دروس بالإقامة للمقاطعات
خارج العاصمة

021235349
0775284015
0550831149

الهاتف

49 شارع حسية
بن بوعلي الجزائر
العاصمة

Main d'or مدرسة اليد الذهبية
دروس في الحلاقة و التجميل

يدخلون في دين الله أفواجا من أرض الجزائر

تجاوز عددهم 1844 خلال
السنوات العشر الأخيرة

يعتبر اعتناق الإسلام في الجزائر، العلف الأكثر حيوية في وزارة الشؤون الدينية، وهو راجع إلى التدفق الكبير للأجانب من جميع دول العالم، من أجل الدخول في هذا الدين الحنيف، ويكون العقبليون عليه في الغالب ممن دفعته الظروف للعمل بالجزائر، والسياح ومن ذوي العلاقات الشخصية كالإقبال على الزواج من أجنبية، وهو واقع حال اعتناق الإسلام في الجزائر.

يكون الحضور كبيراً بعد الإعلان عنه مسبقاً، وتدخل ضمنها مراسيم كثيرة مسطرة من قبل القائمين على هذه العملية من أجل إثراء هذا الحدث وتقديم مثال جيد عن الإسلام في الجزائر، منها التكبير من طرف الرجال وزغاريد النساء عند نطق المعني بالشهادتين، هدايا مختلفة تقدم من طرف الوزارة، تقديم مصحف للمسلم الجديد بلغته الأصلية والعديد من الكتب الخاصة بأركان الدين الإسلامي بطرق مبسطة وصحيحة قريبة للفطرة، وكذا فتح المجال للمصلين لتهنئته عن لبسه لثوب الدين الجديد.

الحياة عامة ولا يجدون الأجوبة الشافية لها، وبقيت عالقة إلى حين الدخول في الإسلام، كما أن شهادة الانتماء إلى الدين عندهم لا تسمى شهادة الديانة، بل شهادة العادات والتقاليد.

كيف تتم عملية النطق بالشهادتين؟

تخضع هذه العملية إلى طريقتين اثنتين هي: أولاً، الطريقة التقليدية النمطية التي تكون في المديرية العامة للشؤون الدينية بحضور المجلس العلمي، وهي طريقة لا تعكس قيمة الحدث. ثانياً: الطريقة التي تعكس حقاً سمو هذا الحدث ورفعته، وتكون في المساجد بعد صلاة الجمعة أين

تتم عملية الدخول في الإسلام عبر عدة جلسات مع الأشخاص الراغبين في ذلك، في شكل مساحات زمنية للمحاور والإقناع، وتكون بحضور المترجمين ومعارفهم من الأصدقاء والأهل، حيث تناقش معهم عدة قضايا، مثل الأسباب التي دفعتهم إلى تقبل الإسلام كدين جديد في ظل الهجمات الشرسة عليه، خاصة من الإعلام الغربي وتشويه صورته الحقيقية وتخويف الناس من كل ما هو مسلم، وكيف اقتنعوا بالإسلام بعد فترات طويلة من التمسك بدين آخر على غرار المسيحية.

انعدام الأجوبة المقنعة في الديانات الأخرى وازدحام الإقبال على الإسلام

بالرغم من كل ما ينشره أعداء الدين الإسلامي والهجمات الهمجية عليه، إلا أن أغلب من يقل على هذا الدين يؤكد أن معرفته للإسلام جاءت قبل معرفته للمسلمين، وما يحاك ضده هو أمر لا يعينهم إطلاقاً، وهو مؤامرة مدبرة من طرف أعدائه، واقتناعهم بأنه الدين الوحيد القادر على الإجابة على كل التساؤلات التي بقيت عالقة في أذهانهم لفترات طويلة، وعجز كل الديانات الأخرى عن الإجابة عنها بشكل واضح ومقنع وبسيط وهو ما يعكس هشاشة هذه الديانات، فتسقط ثققتهم في ديانتهم الأصلية في أول جلسة للمناقشة والإقناع للدخول للإسلام.

ويدخل انتماء الكثير منهم إلى الديانات الأخرى، ضمن المعتقدات والموراث العقائدية حتى ولو لم تكن مقنعة ومتناقضة في الكثير من الأمور، وهذا ما يدفع بهم إلى النزعة الإلحادية حين يريدون معرفة الكثير من الأمور المتعلقة بالجانب الروحي وعن هذه

اعتناق الإسلام في الجزائر في العشر سنوات الأخيرة بأرقام:

السنة	ذكر	انثى	المجموع	النسب
2005	47	17	64	4%
2006	78	42	120	8%
2007	95	38	133	9%
2008	123	49	172	12%
2009	150	48	198	13%
2010	150	62	212	14%
2011	153	53	210	14%
2012	-	-	190	13%
2013	-	-	195	13%
2014	166	58	224	
2015	77	49	126	
2016	163	103	266	

ملاحظة: معتنقو الإسلام في الجزائر في تصاعد من سنة إلى أخرى، وعدد الرجال أكبر من عدد النساء.

صابون للوجه بزيت الأركان

جمال وعناية



- تفادي استعمال مساحيق التجميل وزيوت الشعر، لأنها تنتقل إلى الوجه.
- غسل اليدين باستمرار لتفادي انتقال البكتيريا عند ملامسة البشرة.
- الابتعاد نهائياً عن الضغط على الحبوب بأطراف الأصابع، لأن هذه العملية تدمر الأنسجة المحيطة بتلك الحبوب، مما يدفع البكتيريا الموجودة فيها للتغلغل إلى طبقات أعمق.

منظفات البشرة بقاعدة الليمون من أحسن الحلول لمشاكل البشرة الدهنية

أوضحت أخصائية العناية بالبشرة بمدرسة "اليد الذهبية" أن إفرازات الدهون تزداد في فصل الصيف بفعل ارتفاع درجة الحرارة التي تعمل على تحفيزها، كما ذكرت أن العناية بهذا النوع من البشرة يكون باستعمال منظف يومي بقاعدة الليمون وتقشيرها مرتين في الأسبوع، مع استعمال كريم واق من الشمس بشكل منتظم على مدار السنة، مع عدم الإفراط في الغسيل، كونه يحفز نشاط الدهون، خاصة إذا كان بالماء الساخن. واستعمال منظف بقاعدة الحمضيات يساعد كثيراً على امتصاص الزيوت الزائدة وتعديل نسبة إفرازات الدهون للتخلص من الدهون المتصلبة العالقة بمسام البشرة المسببة للرؤوس السوداء واتساع المسام.

من فوائد الليمون:

- يخلص من حب الشباب، بسبب احتوائه على حامض "الستريك".
- يفتح لون البشرة ويبيضه، ويساعد البشرة على المحافظة على رونقها ونضارتها، لأنه يعمل على إزالة البقع الداكنة من الوجه والتخلص من خلايا الجلد الميتة.
- يحافظ الليمون على نعومة البشرة، وتقويتها، ومنحها النضارة والملمس الناعم الذي تفقده البشرة الدهنية بسبب انتشار الرؤوس السوداء والبثور.

البشرة الدهنية هي أكثر الأنواع حاجة للتنظيف

رغم ميزتها الفريدة في محاربة الشيخوخة والتقدم في العمر، تعاني البشرة الدهنية من مشاكل كثيرة أبرزها الرؤوس السوداء، البثور وحب الشباب، البقع الداكنة، اتساع المسام، فضلاً عن اللعان المزجج بسبب زيادة نشاط الغدد الدهنية المتركمة على السطح، ما يجعلها سهلة الاتساخ، لذلك يعتبرها خبراء العناية بالبشرة من أكثر أنواع البشرة التي تتطلب التنظيف اليومي المستمر.



استهلاك المواد النشوية والسكريات، والمقليات، علاوة عن تجمع المواد السامة في الجسم والإصابة ببعض الأمراض كالإمساك المزمن، وتناول بعض أنواع حبوب منع الحمل بالنسبة للسيدات، إلى جانب استعمال بعض أنواع مستحضرات التجميل والعناية بالبشرة وبعض العوامل المناخية كالعرض لأشعة الشمس وتغير الفصول السنوية.

كيف يمكن حماية البشرة الدهنية من آثار إفراط الإفرازات؟

ينصح أطباء الجلد وخبراء العناية المحترفة للبشرة باتباع بعض الخطوات المهمة والبسيطة في آن واحد للتعامل مع ظهور البثور وتجنب آثار زيادة الإفرازات وذلك بـ:

- استخدام منظف يومي لطيف خاص بالبشرة يكون سائلاً، يحتوي على الحمض الصفصافي المعروف بـحمض الساليسيليك وهو من المواد الفعالة الواسعة الانتشار في المنظفات وأقنعة تنظيف البشرة المحاربة لحب الشباب، مع الصابون العادي.
- الابتعاد عن محفزات ظهور البثور المذكورة سابقاً - بهدف الوقاية.
- الحفاظ على ترطيب البشرة بالسوائل والكريمات لتسهيل خروج إفرازات الجلد.

«حب الشباب» من أبرز مشاكل البشرة الدهنية.. ما هي أهم مسبباته؟

يرجع أطباء الجلد وخبراء العناية بالبشرة لظهور "حب الشباب" إلى انسداد مسام البشرة بفعل تراكم الزيوت والخلايا الميتة، الأتربة والبكتيريا على البشرة فتسد المسام وتمنع خروج الإفرازات إلى السطح، وأحياناً ترتفع قابلية الجسم لتشكيل هذه البثور وتهيجها، خاصة في مرحلة المراهقة والفترات التي تسبق العادة الشهرية عند المرأة وأحياناً خلال فترة الحمل أو انقطاع الطمث بسبب الاختلال الهرموني. إضافة إلى عوامل أخرى مساعدة كعامل الوراثة، تدهور الحالات النفسية

- كالإفراط في تناول الطعام، وكذلك الإفراط في القلق، اتباع العادات الغذائية الخاطئة وعدم انتظام ساعات تناول الطعام، وكذلك الإفراط في



بالشاي و الليمون

لبشرة متوازنة دهنيا





أعيد الحياة لبشرتك

شهر رمضان أفضل توقيت للعناية.. كيف أعتني ببشرتي الجافة؟

● استعمال مستحضرات بقاعدة الزهور أو الصبار أو الخيار يفيد جدا في ترطيب البشرة الجافة.

ومن سبل العناية الطبيعية لا يوجد أفضل من تمرير قشور الموز على البشرة واستعمال هلام الصبار أو أقنعة الخيار والزيت الطبيعية كزيت الأرغان وزيت اللوز..

إهمال العناية بالبشرة الجافة يؤدي إلى ظهور التجاعيد المبكرة

وأشارت الخبيرة إلى أن إهمال العناية بالبشرة الجافة بخطوات بسيطة يتسبب في ظهور علامات التقدم بالعمر وانتشار التجاعيد ليصبح منظر البشرة خاليا من الحيوية، لذلك ننصح بمنح بعض الاهتمام للبشرة، واستعمال كريم يحتوي على مادة الكولاجين لأهمية للبشرة الجافة.

وشددت اختصاصية التجميل على أهمية غسل الوجه من الماكياج والغبار والشوائب قبل النوم لحماية البشرة والحفاظ على صحتها وشبابها، مشيرة إلى أن البشرة تحتاج إلى الماء والراحة والتنظيف والتغذية والتنفس والهواء وأشعة الشمس الناعمة مثلما تحتاجها النبتة للحفاظ على اخضرارها.



تحتاج البشرة الجافة إلى عناية مكررة، وتصف خبيرة العناية بالبشرة بعدرسـة "اليد الذهبية" شهر رمضان الفضيل بأفضل توقيت للعناية بالبشرة وتجديدها وإعادة إصلاح تلفها بعد إراحتها من جميع أنواع المساحيف والمواد العركبة، كما أن الصيام بحد ذاته يخلص البشرة ويظهرها من جميع السموم.



كيف يتم استعادة جمال ونظارة البشرة الجافة؟

- أولا باتباع نظام غذائي صحي وتنوع تناول الخضروات والفواكه.
- الإكثار من الماء وتفادي المشروبات الغازية والسكريات.
- منح البشرة مقدار كاف من الترطيب بالزيوت والكريمات والأقنعة الطبيعية.
- تدليك البشرة باستعمال زيوت طبيعية أو كريمات ترطيب ليلية لتنشيط الدورة الدموية للحصول على بشرة ناعمة ومشرقة.
- الابتعاد عن التوتر ومنح الجسم قسط كاف من النوم.
- حماية البشرة بكريم واق من أشعة الشمس في النهار.
- تجنب تقشير البشرة أكثر من مرتين في الشهر.

وعن أبرز مشاكل البشرة الجافة، ذكرت الخبيرة أنها تعاني من فقدان الترطيب وظهور القشور والتشققات نتيجة الجفاف الذي تتعرض له البشرة جراء عوامل ومؤثرات متعددة، مردفة أن المرحلة الحالية وقدم شهر رمضان الفضيل هو أحسن توقيت للعناية بالبشرة وتخليصها من المشاكل وهو أنسب توقيت لتحضير البشرة لفصل الصيف الحافل بالمناسبات والأفراح. وتشدد الخبيرة على أهمية الاهتمام بالبشرة، خاصة في الليل بغسل الوجه بغاسول منظف بقولها: "أكبر عناية بالبشرة تكون قبل النوم حين يبدأ الجسم في طرح السموم ابتداء من الساعة العاشرة ليلا، وعملية تجديد البشرة تكون كذلك ليلا، لهذا السبب غسل الوجه بماء غسول منظف ملائم للبشرة الجافة بقاعدة الزهور المرطبة من أساسات العناية بالبشرة الجافة".

لماذا التأكيد على العناية الليلية؟

لأن أشعة الشمس غير موجودة، والبشرة تطرح كل سمومها في الليل لتصبح قابلة للاستفادة من مستحضرات العناية في الصباح الباكر.

متى تكون البشرة الجافة أكثر حاجة للعناية والترطيب؟

تكون البشرة الجافة في أمس الحاجة للعناية والترطيب عندما تفقد نظارتها وتبدو مرهقة وتبدأ المشاكل في البروز كالقشور والتشققات، وقد يكون ذلك راجعا إما لسوء التغذية أو نتيجة للتعرض للمواد الكيماوية أو تأثير المناخ.

بالنعناع البري

لبشرة حيوية ومنتعشة



صابون للوجه بزيت الأرغان جمال وعناية



نضارة وجمال البشرة يبدأ من تنظيفها واختيار المنظف المناسب

تتأثر البشرة بعوامل مختلفة كالتلوث، الاختلالات الهرمونية، تغيرات المناخ، تعاطي التبغ، اتباع نظام غذائي خاطئ وغيرها، مما يؤدي إلى اختلال الإفرازات، لتصبح البشرة أرضا خصبة للرؤوس السوداء والبثور وجميع أنواع الشوائب، التي تسد المسامات وتخنق تنفس الجلد، وتسليط برنامج يومي للعناية بالبشرة يبدأ من تنظيفها وحسن اختيار المنظف هو السبيل الوحيد لإعادة الحياة لها.

من أغلى أنواع الزيوت في العالم لاحتوائه على الكثير من الفيتامينات والمعادن المفيدة للصحة. يمنح النضارة والحيوية والصفاء للبشرة ويحميها من الجفاف والتشققات ويزودها بالرطوبة بفضل خاصيته المميزة في ترميم الخلايا وإعادة بنائها. لذلك يعمل على تخليص البشرة من الندوب وتأخير علامات الشيخوخة. واحتواء زيت الأرغان على فيتامين E يجعل منه عنصرا فعلا لعلاج البشرة وحمايتها من تأثيرات العوامل الخارجية، وهو مفيد جدا في استعادة البشرة لحيويتها طبيعيا وإصلاح الأضرار الناجمة عن العوامل المدمرة.

يعتبره خبراء العناية بالبشرة أحسن خيار لاستعادة صحة البشرة وترميم تلف الخلايا وتخليص البشرة من الجفاف، لاحتوائه على مكونات غنية من أحماض الأوميغا 3 والأوميغا 9 تجعله مصدرا مهما للعناصر الغذائية الأساسية لمسام البشرة.

تنصح الخبرة باتباع برنامج عناية خاص، يبدأ بالتنظيف واختيار المنظف المناسب والواقعي للبشرة والعلاج لمشاكلها، لذلك ننصح بمنظف يومي لطيف بقاعدة طبيعية كزيت الأرغان أو الشاي الأخضر وذلك لأسباب عديدة توضحها فيما يلي:

زيت الأرغان أو الذهب السائل وأهم فوائده للبشرة

زيت الأرغان ذو الخصائص العلاجية والدوائية الجملة الذي يستخرج من شجرة الأرغان التي تتواجد بكثرة في جنوب مملكة المغرب، وهي من النباتات

الطبيعية التي تنمو بمفردها، لها قدرة فائقة على تحمل الجفاف والرطوبة ومقاومة ظاهرة التصحر، يعتبر زيت الأرغان

تنصح خبرة العناية بالبشرة في مدرسة "اليد الذهبية" باتباع برنامج يومي وأسبوعي للعناية بالبشرة، لمنحها التغذية والأوكسجين والهواء المناسب والقسط الكافي من أشعة الشمس، وذلك وفق أنواع البشرة وهي خمسة، العادية ومساماتها غير واضحة، تكون عادة حيوية وناعمة للملمس، يعكس البشرة الدهنية التي مساماتها واضحة، ورغم إفرازها لكميات زائدة من الدهون يكون ملمسها خشنا بسبب البثور والرؤوس السوداء، في حين البشرة الجافة تكون مشدودة وغير لامعة ومساماتها غير واضحة تماما، بعكس خطوط التجاعيد الرفيعة التي تنتشر حول دائرة العينين والفم، أما البشرة المختلطة فتجمع بين النوعين الدهنية والعادية، أو بين البشرة الجافة والبشرة العادية، والنوع الخامس المتمثل في البشرة الحساسة، وهي بشرة رقيقة، لونها يميل إلى الإحمرار، سريعة التأثر والتهيج. وعن كيفية العناية بالبشرة حسب نوعها،



زهرة اليليك لوجه مشرق وناصع



أعيدني الحياة لبشرتك

حساسية البشرة تزداد أثناء فترة الحيض، لذلك تنصح الخبيرة بمضاعفة حمايتها خلال هذه الفترة.

الاليوفيرا غنية بالخصائص العلاجية للبشرة الحساسة

استخدام الأليوفيرا أو الصبار على البشرة الحساسة مفيد جداً للترطيب والقضاء على الطفح الجلدي والتهيج، لما تحتويه نبتة الصبار من تأثيرات واضحة على الوجه بعد استعمال الصبار الطبيعي أو مستحضرات بقاعدة الصبار على البشرة. تقول الخبيرة أن الوجه الذي يغسل بغاسول منظف بقاعدة الصبار تكون النتائج واضحة عليه من حيث النظارة وجاذبية البشرة، فمهم جداً تضيف استعمال مستحضرات بقاعدة الصبار اللطيف والمرطب على البشرة الحساسة وعلى البشرة التي يكثر استعمال الماكياج عليها، كون الصبار يغذي البشرة بعمق ويرطبها بلطف، والصبار يعالج تهيج البشرة ويحميها من التجاعيد، شرط أن يكون المستحضر ملطفاً وخالياً من الكحول. كما تنصح باستعمال كريمات مرطبة أساسها من الماء لا الزيوت حتى تساعد على الترطيب، كون البشرة الحساسة تحتاج لعناية خاصة وتنظيف لطيف، والتعامل معها يكون بأكثر حذر، خاصة عند اختيار منتجات العناية، لذلك تؤكد الخبيرة على ضرورة اختيار مستحضرات بقاعدة الصبار والمواد المهدئة واللطيفة للبشرة، واصطحابها باستعمال واقي الشمس.

كيف نتجنب التهابات البثرة الحساسة؟

البشرة الحساسة تكون أكثر عرضة لعشاكل البشرة، كونها سريعة التهيج والحكة والالتهاب لسرعة تأثرها بمستحضرات العناية بالبشرة والتجميل، وتكون مسامات البشرة الحساسة أضعف من غيرها، أما نسبة الحساسية فتختلف درجاتها من شخص لآخر، لذلك يجب التأكد من أن الأعراض راجعة للحساسية أو لعرض جلدي.

- للحساسية بالجلد.
- استشارة طبيب مختص في الجلد قبل استعمال أي مستحضر لتفادي التهيج.
- يفضل استخدام صابون مضاد للبكتيريا عند غسل الوجه، كونه يساعد على تنظيف الجلد بعمق وإزالة البكتيريا من المسام.
- تفادي تقشير البشرة وتجنب المستحضرات بقاعدة حمضية والخلطات الكيميائية.
- ترطيب البشرة بالسوائل كالأكثر من شرب الماء مع استخدام محلول أو كريم مرطب خال من المواد الضارة.
- اعتماد نظام غذائي صحي متوازن مع الإكثار من الفواكه الغنية بالأوميغا 3 مع تناول منتجات الألبان والأسماك.

- دهن البشرة بماء الورد
- أوزيت جوز الهند، لإعطائها مظهراً ناعماً ومنتعشاً.
- تمرير نصف حبة من الطماطم الطازجة على البشرة الحساسة مفيد جداً في تهدئتها والقضاء على الاحمرار والتهيج.
- معروف أن

ذكرت خبيرة التجميل والعناية بالبشرة بمدرسة "اليد الذهبية" أن بعض الآثار المصاحبة للبشرة الحساسة كالاحمرار وسرعة التهيج، يتطلب دائماً اتخاذ التدابير الوقائية كتفادي استخدام بعض أنواع الصابون والكريمات والمستحضرات التي تحتوي على مواد كيميائية.

أفضل طرق العناية بالبشرة الحساسة

- تجنب المستحضرات الدهنية التي تتسبب في سد مسامات البشرة الحساسة التي هي في الأصل ضيقة.
- تفادي التعرض لأشعة الشمس والغبار، والابتعاد عن جميع مصادر ارتفاع درجة الحرارة ومصادر الصدمات، كالانتقال من مكان بارد جداً إلى مكان ساخن جداً.
- تفادي الماء الساخن وحمام البخار كونه يزيد من حساسية البشرة واحمرارها، لذلك من الأفضل تنظيف البشرة الحساسة بماء بارد.
- الابتعاد عن عملية تقشير البشرة بمواد كيميائية واختيار المستحضرات الخالية من العطور والكحول، لأن هذه المواد تزيد من حساسية البشرة.
- تجنب تدليك البشرة، لأنه يحفز الأوعية الدموية المسببة



بالألوة فيرا لبشرة ناعمة و مسترخية



الغيبون عنها متذمرون

شاشة رمضان 2017 تحتفي بعودة "أرسطو" ودكار ونورية

بين غياب وعودة وإقصاء، تشهد الشاشة الرمضانية هذا العام، سوقاً حقيقية للانتقالات بين نجوم آثروا الغياب وآخرين فرض عليهم الإقصاء وبعضهم الثالث أبى إلا أن يشارك من باب الحضور وآخرين قرروا العودة بعد غياب محسوس. ع الشروق العربي" استنطقت في هذا السياق بعض الأسماء المفضلة وأخرى عائدة، فجاءت بعض الإجابات "صادمة" للغاية.. تابعوا واحكموا.



● **جميلة عراس:** "بعض الممثلين تحولوا إلى سد خانة وسقطوا في الرذاعة"

● **ليندة باسمين:** "أحياناً يُخيّل إليّ أنني أشاهد مسلسلاً واحداً منذ 4 أو 5 سنوات"

زلت قادراً على العطاء"، لافتاً أن نصوص المسلسلات الحالية كلها تدور حول العشق والغرام وكأنها مسلسلات تركية بنسخة جزائرية؟ متسائلاً "هل انتهت القصص الاجتماعية الجزائرية العميقة؟ أكيد لا.. صدقوني أصبحت لا أجدر لسؤال الناس عن الجديد؟ "وين راكم هكذا غايين؟ مارانش نشوفوكم!"

الإشاعة تتسبب في إقصاء هؤلاء..
أسماء فنية كبيرة ستواصل غيابها عن الشاشة هذا العام افتقدها المشاهد ومنها نذكر: سيدة الشاشة الجزائرية فريدة صابونجي، شافية بوزراع (الالة عيني)، طه العامري، مصطفى برور، مريم علاق، الظاهرة عثمان عريوات، بيونة، محمد أرسلان، وغيرهم الكثير.. تخبرنا إحدى المشاتلات أن بعض المخرجين والمنتجين يتجنبون ترشيح هذه الأسماء بحجة أنهم يغالون في أجورهم "مع أن طلباتهم بسيطة جداً"، تضيف محدثتنا، التي رفضت الإفصاح عن اسمها "ضف أن الوسط الفني عندنا أصبح مريضاً بالإشاعات والدسائس للأسف، فتجد بعضهم يروج بأن الممثل الفلاني مريض. وآخر يقولون عنه اعتزل و.. و.. لتتوزع الأدوار على الأسماء نفسها والنتيجة: الممثل (ة) نفسه (ا) تجده موزعاً في معظم الأعمال".

بوناب: "الجديد حبو بصح القديم لا تفرط فيه!"

بداية تحقيقنا استهلناه مع الفنان المخضرم، جمال بوناب، الذي بات غيابه محسوساً خلال السنوات الأخيرة وهو ممن تألق في العديد من المسلسلات الجزائرية، خاصة تلك التي أخرجها الراحل، جمال فزان، الذي قال "الجديد حبو بصح القديم لا تفرط فيه!!"، قبل أن يضيف أن مشاركته هذا العام ستكون شرفية من خلال عملين اثنين فقط، الأول سلسلة "تحت المراقبة 2" من بطولة، عبد القادر السيكتور، والذي سيكون ضيفاً شرفياً في حلقتين من السلسلة، بينما العمل الثاني يتمثل في سيتكوم "قصبة سيتي" من بطولة مجموعة من الممثلين الشباب سيكون ضيفاً في حلقة واحدة!!

وبحسرة يقول بوناب "للأسف، هناك إقصاء لا أريد القول إنه متعمداً، لكن تغيب فناني الجيل السابق أصبح حقيقة ملموسة.. لست ضد الشباب، بل سعيد بهم وبحماسهم، لكن ما يحز في نفسي هو عدم الاستفادة من خبرات الجيل السابق، وكأننا نقول لهم فاتكم القطار.. المفروض الشباب نحيطهم بخبرات من سبقوهم".

ويضيف محدث "الشروق العربي" قائلاً "بعد 44 سنة قضيتها في التمثيل بين الإذاعة والتلفزيون، أشعر أنني ما

**ليندة ياسمين: "أين هي الدراما؟
أبحث عنها ولا أجدها"**



عراس: "أنا قليلة الظهور لكن بإرادتي!"
على النقيض من، ليندة ياسمين، تقول الفنانة، جميلة عراس، إنه عُرض عليها خلال المواسم الرمضانية الأخيرة أعمال عديدة، لكنها اعتذرت عنها كونها لم تكن مناسبة لها "إطالاتي مدروسة جدا، ولهذا تجدني قليلة الظهور، لكن بإرادتي.. وحتى لا يمل المشاهد مني، بعض الممثلين تجدهم في كل الأعمال وهو ما اعتبره "محرقة" وسد خانة وسقوط في الرداءة بسبب حب الظهور لأجل الظهور". خاتمة تصريحها "آخر أعمالني كانت في رمضان 2012 مع قناة "الشروق TV" عبر مسلسل "الوجه الآخر"، وقد اكتفيت بهذا العمل إلى أن وجدت ما كنت أبحث عنه وهو سيكوم بعنوان "بلادي وناسي" من بطولة القدير سيد أحمد أقومي وحجلة خلادي وصالح بوبير وسامية مزيان ولطفي بن سبع".

الفنانة المحبوبة، ليندة ياسمين، تمرّ بحلول هذا العام 4 سنوات بالتمام والكمال عن آخر ظهور لها عبر شاشة رمضان!!، حيث كان آخر ظهور لها من خلال مسلسل "جراح الأيام" و«دار أم هاني».. تقول عن إقصائها "لم يعرض علي أي عمل لأعود به إلى الشاشة ولا أجد حرجا في قول ذلك، ما دام المثلين والمخرجين أنفسهم هم من يتسيّدون الشاشة ويحتكرونها، وكأننا نشاهد مسلسلا واحدا عندو 4 أو 5 سنوات". وتستطرد ياسمين قائلة "زمان كنا نشاهد المثل يظهر في عمل واحد يتقنه، كما كنا نشهد تنوعا في المثلين والأسماء وتوزيع الأدوار"، وحين سألتها عن رأيها في الدراما؛ جاء ردها صادما "وأين هي الدراما؟ كم مشاهدة أبحث عنها ولا أجدها!!".



الممثل، حكيم دكار، المعروف بـ«جحا»، فهو يعود هذا العام بعمل جديد من إنتاج محطة قسنطينة الجهوية عبارة عن سكاتشات فكاهية مقتبسة من حكايات تراثية محلية اقتبسها من عمق التراث الشعبي الفنان حسان بوكوسي من 12 حلقة، مدة كل حلقة 13 دقيقة، يجسد شخصياتها مجموعة من الممثلين القسنطينيين المعروفين يتقدمهم دكار وفتيحة سلطان. ومن مفاجآت الشاشة الرمضانية هذا العام أيضا، ستكون عودة الفنانة القديرة، نورية قصدرلي، من خلال المسلسل الاجتماعي "سامحني" من إخراج، سيد علي بن سالم، وذلك بعد غياب زهاء ثلاثين عاما، حيث سيكون المسلسل من بطولة: مدني نعمون، عبد الحميد رابية، نادية طالبي، زينب عراس، حجلة خلادي وغيرهم.

نجوم يعودون في رمضان 2017

في مقابل إقصاء وتهميش بعض الفنانين، يشهد موسم رمضان 2017 عودة أسماء فنية كان حضورها لافتا في الأعوام الماضية على غرار الممثل الشاب محمد بوشايب المعروف بـ«أرسطو» في سلسلة "الجمعي فاميلي"، وذلك من خلال سلسلة "قصة سيدي" من بطولة مراد صاوي والفنانة سعاد سبكي، بينما يعود شقيقه عز الدين بوشايب (سامي) للشاشة بدور جديد في "عاشور العاشر 2".. هكذا يشهد رمضان 2017 عودة الشقيقتين إلى الشاشة. أمّا



ما جديد مشروعه مع ماهر زين؟

النشد جلول

«هذا ما طلبه مني الشاب عبدو في رمضان!»

والحمد لله.

يكشف النشد جلول في حوار خص به مجلة "الشروق العربي" تفاصيل آخر اتصال مثير دار بينه وبين مغرب العداجات الشاب عبدو، وكيف أعلن له هذا الأخير نيته في التوبة واعتزال الفن، مبرزا ما آل إليه المشروع العنشد مع النشد العالمي ماهر زين، وأسباب تأخر ألبومه الجديد لأكثر من ٣ سنوات... تابعوا.

بداية الحديث معك جلول من مشروع الديوم مع ماهر زين الذي وعدتنا به، لكن لم نر شيئا؟

يبدو أنه لن يرى النور، بسبب تعنت مدير أعماله الذي صار يتهرب كثيرا، رغم أنه أعجب في بادئ الأمر بالفكرة وأعطانا الموافقة المبدئية، خاصة بعد استماعه رفقة ماهر زين لأنشودة "في مدح رسول الله" التي أرسلها له توفيق بوملاح وبقي معه في اتصال دائم عن طريق الرسائل الإلكترونية، ثم انقطع فجأة، وأغلب الظن أن يكون قد اشترط أموالا مقابل تجسيد الفكرة، والعلم لله.

وحتى ألبومك الأخير تأخر لأكثر من 3 سنوات.. لماذا؟

اسألوا الموزع الموسيقي توفيق بوملاح، فهو المسؤول عن إصداره، بعد توقف دار الإنتاج "السان هاوس" عن النشاط، حيث قدمته لبوملاح مقابل مبلغ مالي معتبر وكل مرة يقول أنه سينزل للأسواق، لكن لا جديد يذكر، وبقيت أنا "ما بين الماء والنار"، حتى أنني لم أستطع تسجيل ألبومات أخرى رغم طلب المنتجين، فسلمت أمري لله وبقيت أنتظر ربما قد يطرحه بوملاح رمضان هذا، وهذا ما أتمناه.

وكيف اتجهت لفعل الخير وتقديم برنامج تلفزيوني؟

الفكرة جاءت من خلال برنامج أخي وصديقي الشيخ فيزازي عبر قناة الشروق "وافعلوا الخير"، حيث مع كثرة طلبات المحتاجين والمرضى، ولأننا ننتمي لجمعية خيرية واحدة، قررنا تقاسم المسؤولية والخير، فاتجه هو "للشروق تي في" وانضممت أنا لقناة خاصة في وهران، وكما يقال "يد واحدة لا تصفق"... فتعاوننا حل الكثير من المشاكل

على ذكر فعل الخير، أشركت مؤخرا اللاعبين بن زرقعة ومصباح في مشاريعك، كيف أقنعتهم؟

نعم، اللاعبين الدوليان السابقان شيخ رضوان بن زرقعة وعلي مصباح من أغز أصحابي، حيث نلتقي كل أسبوع لإجراء مقابلة ودية بين الرياضيين والفنانين وأبناء الحي، ومرة اقترحت عليهما الفكرة، خاصة وأنهما مشهوران ومحبوبان لدى الوهارة، وافقادون تردد، وصاروا يتنقلان معنا في كل خرجات الخيرية، حتى أن بن زرقعة رافق أحد المرضى الشهر الماضي إلى مستشفى بمدينة ليج البلجيكية لإجراء عملية جراحية كانت ناجحة والحمد لله، فيما طلبت من علي مصباح أن يقود هو الآخر سفيرة علاج أحد المرضى قريبا.

يبدو أن انشغالك أيضا بالأعمال الخيرية ساهم في ابتعادك عن الساحة الانشادية؟

يمكن القول حقا أن اهتمامي بتقديم برنامج "كن في عون أخيك" عبر إحدى القنوات الخاصة وفعل الخير مع جمعية كافل اليتيم لوهران، كان أحد الأسباب التي عطلتني عن تسجيل أي جديد، لكن هذا لا يمنع من التأكيد على أن تقديم يد العون للمحتاجين واليتامى، عندي أسمى من كل شيء، خاصة لما ترى الفرحة على وجوه كل من تلقى مساعدة مالية أو شفي من مرضه وما شابه ذلك من الحالات.



قبل عامين، ما الجديد عنها؟

لا جديد يذكر، فمنذ تسجيلي شكوى لدى مصالح الشرطة، لم تصلني أي معلومة عنها، لا هي ولا محلي الخاص بالمواد الغذائية الذي سرقت محتوياته أيضا، وبين عشية وضحاها أصبح جلول "على الحديد" كما يقول المثل الشعبي، ولكن هو ابتلاء من الله عز وجل والحمد لله.

- وكيف تكسب قوت يومك؟

أتوسط بين البائع والمشتري حول بيت للبيع مثلا ويكون لي نصيب إذا ما تمت الصفقة، كما لا أنسى إكرامات أهل الإحسان، فأغلبهم يقول لي هذا المال للمحتاجين والمرضى وهذا لك ولأولادك والحمد لله على كل شيء.

وهناك أيضا ما تجنيه من

الحفلات الإنشادية التي تحييها؟

بالطبع والحمد لله، برمجة كبيرة هذا العام إن شاء الله وأضرب موعدا الجمهوري ومحبي الإنشاد بأول حفل سيكون مع بداية شهر رمضان، بقاعة الأطلس من تنظيم الديوان الوطني للثقافة والإعلام، ثم محطات أخرى بالمشرية، عين الدفلى، البيض، عين تيموشنت، الشلف، بني صاف وغيرها.

هل من عمرة في هذا رمضان؟

مع الوضع المالي الصعب، لا أعتقد ذلك، لكن إذا ساعدني أحدهم وتكفل بإرسالى للعمرة لن أرفض (يضحك).

كلمة أخيرة لقراء "الشروق العربي" وكل متابعي المنشد جلول..

شكرا لكم على هذا الحوار الشيق، ونسأل الله لكم التوفيق والسداد والإخلاص، وكل حرف تكتبونه بألف حسنة.. رمضان مبارك للجميع ولا تنسوننا بالدعاء حفظكم الله.



وهل تتلقى مساعدات من أصدقائك الفنانين؟

بالطبع، كل الفنانين القدامى قدموا لنا المساعدات للمحتاجين على غرار الشاب ناني، الشاب عباس، هوارى الدوفان، حسني الصغير ورضا.. وثوابهم عند الله.

على ذكر الفنانين الذين لا تزال تجمعك بهم علاقة طيبة، من تراه مقبلا على التوبة قريباً؟

مؤخرا قبل يومين فقط من إجراء هذا الحوار، اتصل بي الشاب عبدو، وقال لي بصريح العبارة "أفكر كثيرا في التوبة وأتمنى أداء عمرة أو الذهاب للحج، فقط يا جلول أكلفك بمهمة وأحاسبك عليها يوم القيامة وهي الإكثار لي من الدعاء، خاصة في شهر رمضان.. لذلك أحس أنه بات قريبا أكثر من أي وقت مضى لاعتزال الفن. أما من كنت أعتقد توبته وكانت عندي ثقة تامة فيه فهو صديقي الشاب أنور، لكن لم يعلنها بعد لظروف يعلمها هو فقط.

يتزامن تواجد هذا العدد من "الشروق العربي" بالأكشاك مع شهر رمضان، كيف يقضي جلول أيامه؟

عادي ككل الجزائريين، مع أننا تغيرنا كثيرا مقارنة بالماضي، حيث كنا أكثر تبذيرا وتفكيراً في الأكل، وأهم شيء بالنسبة لي في رمضان هو ختم القرآن، حيث أنافلس مع زوجتي وأبنائي من يختم أكثر ينال هدية، والحمد لله العام الماضي ختمت القرآن 3 مرات ونصف، وإن شاء الله هذا العام أكثر. مع الإشارة إلى أننا نعالج في البيت يوميا "حديثا نبوي" ونتناقش حوله مع الإكثار من التكبير والاستغفار.

وما أطباقك المفضلة في هذا الشهر الكريم؟

زمان كنت مولعا بعدة أطباق، أما اليوم، لا يهمني سوى العبادة، ولا أخفي عليك أن طبقي اليومي في رمضان هو الحليب والتمر والحريرة والقهوة



فقط، ثم أقصد المسجد مباشرة لأداء صلاة التراويح ولا أعود إلا وقت السحور لتناول وجبة "الكسكسي" التي هي عادة بالنسبة لنا في وهران.

يعني هذا أنك لا تتابع التلفزيون أصلا في رمضان؟

أقاطعه تماما وأتفرغ للعبادة فقط كما ذكرت لك من قبل، مع الاكتفاء بمشاهدة السكاتشات والكاميرا المخفية على قناة الشروق وبعض القنوات الجزائرية الأخرى وقت الإفطار فقط.

ماذا عن مساهمتك في رفع الأذان للصلاة في مساجد وهران؟

ليس في رمضان فقط، بل في سائر الأيام، على الأقل أقوم بالأذان مرة واحدة يوميا، مع الإشارة إلى أن كل مسجد أدخل للصلاة فيه إلا ويطلب مني التقدم للأذان والحمد لله.

شهر رمضان يذكرك أكيد بسرقة سيارتك "كليو كومبيس"؟



رمضان مع نجوم تركيا

سر خبز لميس وشوربة وبوراك بالي بيك

مع قدوم رمضان ينتاب الفضول العلايين من المشاهدين عن يوميات نجومهم المفضلين، ماذا يأكلون وماذا يشربون، من يصوم ومن يفطر، وبسبب هوس المعجبين وتحت ضغط العليشيات الفايستوكية بعث "الشروق العربي" بحرونات تجسسها على مواعيد الإفطار الأسطنبولية وتطفلت على عزومات "السحور" الأناضولية وأرسل التقرير السري إلى مكتب أردوغان كتب عليه "شهية للغاية".



المضاف إليه قليل من عصير الليمون لإضفاء النكهة الحامضة عليه.

ممثلة برتبة طباطبة

تعد هازال كايا أو فريجة في مسلسل "اسميتها فريجة" من الطهاة الماهرين في الشوييز التركي، كونها النجمة الوحيدة التي تملك دبلومًا في الطبخ، وتجيد هازال الطبخ الفرنسي والإيطالي، لكن الأكالات التركية القديمة هي من توقد حماسها دائما في شهر رمضان. ورغم إصابتها بالسكري، تخصص هازال على مساعدة أمها في المطبخ من خلال تحضير أطباقها المفضلة كشوربة "أكتشيلي أناضولو شوربي"، وهي عبارة عن حساء عدس وشعير، أما زميلها في مسلسل فريجة أولسوي شاتاي المشهور بأمير فيفقد السيطرة على جوعه أمام طبق الكوميوش الذي تحضره والدته وهو عبارة عن تشكيليلة من اللحم والسمك المشوي على الفحم.

مطبخ للإيجار

تجزم صهباء التلفزيون التركي سانجو إلتشين أو ديمًا في مسلسل حب للإيجار أنها هي من يحضر طبق دولمة السلق الشهية في مشاهد عدة من مسلسلها بعد تشكيك صحيفة الزمان في قدراتها على الطهي، وتعترف أنها لم تكن تجيد تحضيره قبل التصوير، لكنها دخلت في تربص مغلق مع والدتها وهي تحضره الآن ببراعة في شهر رمضان. أما حبيبها في المسلسل باريش اردوتش أو عمر فرغم اسمه الإفرنجي إلا أنه مسلم من أصل ألباني. وتخصص عائلته المكونة من والديه وشقيقه أنور وميرث على الالتقاء حول أطباق تركية وألبانية كطبق "إسكندر كباب" الذي يسهل لعب باريش حسب تصريحات والدته، وهو عبارة عن شرائح لحم وصلصة طماطم توضع فوق قطع من الخبز المغمس بالمرق وتسكب فوقه صفائح الزبدة الساخنة. ولتذكيره بطفولته الألبانية تحضر له أمه مشروب "البوز" المصنوع من الدرة الصفراء.



بطنها.

لميس والخبز التركي

تشارك النجمة رقم واحد في تركيا توبا بويوكستن معجبيها دائما على انستغرام، حياتها اليومية، خاصة في شهر رمضان، وتتف هذه الأخيرة في إعداد الخبز التركي الذي تعلمت أسرارها من والدتها، وتقول توبا التي نشرت وصفته على فايسبوك، أن سر نجاح وصفتها هو بياض البيض المخفوق

يؤكد الممثل الوسيم بوراك أوزجسيت الشهير بدور بالي بيك في حريم السلطان أن شهر رمضان المعظم مكانة خاصة بالنسبة له ولعائلته التي يحاول دائما التواجد معها في الإفطار رغم تفرغه للأعمال الخيرية وعراية العديد من الجمعيات التي تنشط بقوة خلال شهر الصيام - "يشعري رمضان بالراحة والطمأنينة، وأتوقف عند حلوله عن الركض هنا وهناك وأعيد تجديد طاقتي وتحديد أولوياتي، وهو فرصة لمساعدة الفقراء والمحتاجين، فرحة الأطفال وهم حول مائدة الإفطار لا تقدر بثمن". ويفضل بوراك طبق البوريك أو البوراك بالجزائرية وهو مصنوع بنفس الطريقة من أوراق الديول ويتم حشوه باللحم والجبين ويصل ثمنه إلى أكثر من 150 ليرة تركية حسب الحشو، وينتهي بوراك معركته بالبقلاوة كتجلية لسان حاله يقول: أتيت أكلت وشبعت.

مواعيد السلطنة الأم

وغير بعيد عن الشخصيات الأسطورية في مسلسل "حريم السلطان" يخيم على قصر توبكاي صمت الحملان عند دخول السلطنة الأم، وكدورها في المسلسل تعشق الفنانة القديرة نيهات شهري الإفطارات الرمضانية التي تقيمها على شرف الفقراء والمحتاجين. ولاتزال حتى الآن تعشق أكل البيض المسلوق في الإفطار، لأنه يذكرها بالطفولة أيام الصيام الأولى حين كانت تحضره خفية عن أمها لما يطبق الجوع على



عبايات عصرية وراقية من توقيع Dolce & Gabbana لإطلالة مميزة في الشهر الفضيل

بمناسبة شهر رمضان المبارك، اختارت لك الشروق العربي مجموعة راقية من العبايات العصرية الفخمة التي تناسب إطلالتك في الشهر الفضيل، المجموعة للمصمم العالمي "ستيفانو غابانا" من دار الأزياء "تولتشي غابانا"، والذي أبدع في المزج بين خامات الساتان والدانتيل برقة متناهية تناسب موسم الصيف.

التصاميم المبرزة أو
المطبوعة بالورود، آخر ما
جاءت به العباية لعالم
الموضة، خاصة تلك
التصاميم التي تجمع بين
الخامة الموردة، وخامات
أخرى كالـدانتيل
والشيفون (الفولار)، إنها
عصرية بامتياز.





من خلال هذا
التصميم الفني
للعباية، باللون
الأسود العوحد،
والخامة ذات
النقوش العربية،
تشعر وكأن
المصمم العالمي
ستيفانو غابانا
يريد أن يقول
للنساء المسلمات،
أن العلامة قد
صممت لكن
أخيرا.

ألوان المعادن وخاصة
الذهبي المزهر، أي
الذهبي العائل إلى لون
الورد، واللون الأبيض
الكلاسيكي، وامتزاجهما
مع اللون الأسود، تناسق
يجتمع على أبسط تصاميمه
العباية، ليخرج به في
واحدة من أرقى قطع
"دولتشي أند غابانا".



البيج هو ثاني لون سيمر
على مجموعة "دولتشي"
أند غابانا، فهذا اللون
الهادئ، ورغف فخامة
التصميم الذي جاء عليه،
قد أخرج المجموعة من
طابع الرسعية، وهذه العناية
صالحة للعشاوير اليومية
أيضا.



تطريزات الورود
البارزة،
بالبروديه، أو
أشرطة الساتان،
لمسة فنية
إبداعية انفردت
بها دار دولتشي
أند غابانا، عندما
بصفت بها على
قطيع من أول
مجموعة عبايات
وقعتها.



نظارات شمسية من Chloé



الإطارات الضخمة والغريبة

ميزة النظارات الشمسية هذا الموسم

النظارات الشمسية ذات التصميم الغريبة والعصرية المستوحاة من الإطالات الشبابية الحيوية لسنوات الخمسينات.. قطعة ضرورية يجب امتلاكها هذا الموسم، خاصة تلك التي تتميز بإطار دائري ضخم، مرصع بالأحجار أو مطبوع بالأشكال الملونة وطبعات جلود الحيوانات.. وقد اخترنا لك مجموعة من أهم النظارات الرائجة، لإخراج إطلالتك الصيفية من الروتين..

نظارات من dolce & gabbana



نظارات من Fendi

نظارات من Gucci



نظارات من jimmy choo



نظارات من miu miu



نظارات من PRADA



Lovely Milk

صحة و سعادة

Tél. +213 21 81 20 - Fax : +213 21 81 20 09



مسحوق حليب كامل الدسم سريع الذوبان
LAIT Entier en Poudre Instantané

MG
28 %
S.M.

قوالب الدجاج والفطر

المقادير:

- أوراق الديول • نصف صدر دجاج مقطع
- مكعبات • حبة بصل صغيرة الحجم
- مفرومة • 150 غ فطر مقطع • 150 غ جبن
- مبشور • 02 حبات بيض • 02 ملاعق كبيرة
- حليب سائل من نوع "Lovely" • 03 ملاعق
- كبيرة قشدة • ملعقة كبيرة بقدونس
- 02 ملاعق كبيرة زيت • 50 غ زبدة
- ذائبة • ملح / فلفل أسود



الشاف: عير جريبة

طريقة التحضير:

في مقلاة نقلي البصل والدجاج في ملعقتين من الزيت، نضيف الفطر والبقدونس والتوابل، نخلط المقادير ونتركها تطهى على نار هادئة، عندما تنضج نفرغها في وعاء ونضيف لها البقدونس والجبن المبشور والبيض المخفوق والقشدة والحليب، نأخذ قوالب الطهي، ندهنها و ندخل ورقة الديول نقوم بدهنها بالزبدة الذائبة، ثم نفرغ بداخلها خليط الدجاج والفطر ثم ندخله للفرن على درجة 160 .

Lovely Milk

صحة و سعادة

Tél. +213 21 81 20 - Fax : +213 21 81 20 09



مسحوق حليب كامل الدسم سريع الذوبان
LAIT Entier en Poudre Instantané

MG
28 %
S.M.



مقرمشات البطاطا

المقادير:

- 03 حبات بطاطا متوسطة الحجم
- ملعقة كبيرة حليب بودرة من نوع "LOVELY"
- 150 غ جبن مبشور
- ملعقة كبيرة بقدونس
- 02 حبات بيض
- 04 ملاعق كبيرة حليب سائل من نوع "LOVELY"
- 100 غ فريضة
- 150 غ خبز مرحي
- زيت للقلي
- ملح / فلفل
- أسود / زنجبيل / فلفل عكري

مقادير صلصة المايونيز والجبن الطازج:

- علبة جبن طازج
- ملعقة صغيرة بقدونس
- ملعقة صغيرة بصل مفروم
- 03 ملاعق كبيرة صلصة المايونيز



طريقة التحضير:

في قدر نضع البطاطا تغلي في الماء والملح بعد تقشيرها وتقطيعها، عندما تنضج نصفها من الماء ونهرسها بواسطة شوكة، نضيف لها حليب البودرة والجبن والبقدونس والتوابل وحبّة البيض المخفوقة، نخلط جميع المقادير، ثم نقوم بتشكيلها على شكل بيضوي، ونغمسها في الفريضة ثم البيض المخفوق مع الحليب ثم الخبز المرحي، ونقوم بقليها حتى تأخذ اللون الذهبي، تقدم مع السلطة وصلصة المايونيز والجبن الطازج.



Lovely Milk
صحة و سعادة

Tél. +213 21 81 20 - Fax : +213 21 81 20 09



مسحوق حليب كامل الدسم سريع الذوبان
LAIT Entier en Poudre Instantané

MG 28 %
S.P.

ميفان بالجمبري

● المقادير:

- 150 غ جمبري مقشر
- 02 حبات بيض
- 02 ملاعق صغيرة خميرة كيميائية
- 08 ملاعق كبيرة زيت
- كوب حليب من نوع "Lovely"
- 50 غ جبن مبشور
- 200 غ فريضة
- سانوج للتزيين
- ملعقة كبيرة زيت
- ملح / فلفل أسود



● طريقة التحضير:

في مقلاة نقلي الجمبري في ملعقة زيت ونضيف الملح والفلفل الأسود، عندما ينضج نتركه جانبا، في وعاء نخفق البيض ونضيف الزيت ثم الحليب والجبن و 100 غ من الجمبري المطهي والملح والفلفل الأسود والفريضة والخميرة الكيميائية، نخلط جيدا المقادير حتى نتحصل على خليط سائل، نأخذ قوالب الطهي ندهنها بالزبدة ثم نرشها بالفريضة، نضغ الخليط فيها ثم نزينها بجمبري وقليل من السانوج وندخلها الفرن على درجة 180 .

Lovely Milk
صحة و سعادة

Tél. +213 21 81 20 - Fax : +213 21 81 20 09



مسحوق حليب كامل الدسم سريع الذوبان
LAIT Entier en Poudre Instantané

MG 28 %
S.P.

من عمرة الزوالية إلى عمرة vip خاصة بالشخصيات

من 18
إلى 140
مليون
سنتيم

عمرة رمضان

في رمح النقش، وفي وقت العواطف البسيط يصارع لكسب لقمة العيش، في رمضان أصبحت العمرة بمنزلة الحج لعن اسقطاع إليها سبيلا، تشهد ارتفاعا رهيبا في أسعارها على مستوى الوكالات، فلا تقل عن 18 مليون سنتيم في الخمسة عشر يوما الأولى من الشهر الكريم، ورغم تكلفتها التي تفوق العصور، إلا أننا نلاحظ إقبالا عليها، خاصة لعن لم يسعهم الحظ في أداء فريضة الحج خامس أركان الإسلام، بسبب إهدار فرصهم في القرعة تارة أو إلغاء تسعيرة الحج تارة أخرى... زيادة على هذا، فالوكالات السياحية تنتهز فرصة الإقبال الكبير للمعتمرين لرفع الأسعار وتعوّض النقص الذي عرفته قبل رمضان، ناهيك عن الضريبة الإضافية التي فرضتها السلطات السعودية على تأشيرة الحج والمعقدة بـ 20 ريالاً سعودياً.

أكفاء إرشادات دينية مع مرشدين دينيين. وتضع الوكالة أمام زبائنها تسعيرة خاصة بالأيام الأولى من رمضان: غرفة جماعية 185.000 دج، غرفة ثلاثية 197.000 دج، والأيام الثانية من رمضان: غرفة جماعية 268.000 دج، غرفة ثلاثية 320.000 دج، غرفة ثنائية 395.000 دج. وفي يوم 21 من رمضان: غرفة جماعية 285.000 دج، غرفة ثلاثية 348.000 دج، ثنائية 438.000 دج. وشهر كامل: غرفة جماعية 329.000 دج، غرفة ثنائية 384.000 دج، وفي الأخير يبقى الاختيار في يد المعتمر، الذي يسهل لعبه على الوكالات من كثرة الإغراءات، حتى لا نقول ادعاءات وإعلانات كاذبة ووهمية في بعض الأحيان، غايتها كسب المال بأي طريقة ممكنة، ضاربة بالمصداقية عرض الحائط، ولا يهمها في ذلك المواطن ولا راحته، بل جيبه لاستنزاف أمواله قدر المستطاع.

خاص. في حين تضع مجموعة زمزم للسياحة والأسفار ببجاية برنامج عمرة شهر رمضان الكريم عبر توفير رحلة مباشرة مع الخطوط الجوية السعودية أو الجزائرية، وتخصص لهم إقامة في فندق "النارة" (بيربيلي) 800 متر عن الحرم المكي، أما بالمدينة فتخصص فندقا بـ «مجموعة الأندلس» الذي يبعد 250 متر عن الحرم، وتمنحهم عديد الخدمات كتأشيرة الدخول إلى المملكة العربية السعودية، وتذكرة السفر إلى البقاع المقدسة إضافة إلى تقديم هدايا للمعتمر كلباس الإحرام، حقيبة يد، منشفة، سجادة الصلاة، حقيبة الظهر، دلوماء زمزم، وشاح للنساء، وتوفير الرعاية مع أطباء

ومع تعدد الوكالات الخاصة وفي ظل التنافس بينها، تعتمد هذه الأخيرة لكسب أكبر عدد من المعتمرين في الشهر الفضيل من خلال منح خدمات، وإميازات، وتسهيلات لإغرائهم ومن هذه الوكالات وكالة عرباون للسياحة والأسفار ببئر خادم بالعاصمة، وعلى لسان وكيلها التجاري أحمد زناجي تقترح تسعيرة الخمسة عشر الأولى بـ 185000 دينار جزائري لغرفة رباعية، و195000 دينار جزائري لغرفة ثلاثية، و215000 دينار جزائري لغرفة ثنائية، أما بالنسبة للخمسة عشر يوما الأواخر، فتضع الوكالة غرفا رباعية بـ 235 ألف دينار، غرف ثلاثية بـ 255 ألف دينار، غرف ثنائية بـ 285 ألف دينار، في حين تقدر تسعيرة شهر كامل بـ 275000 لغرفة رباعية، 295000 لغرفة ثلاثية، 345000 لغرفة ثنائية، مع العلم أن الفندق يبعد عن الحرم 900 متر، وهناك أيضا عمرة خاصة بالشخصيات vip، حيث يضيف زناجي أحمد أن مثل هذا النوع من العمرة تقوم بها وكالة تور بدرارية التي يتعاملون معها، حيث تفوق سعرها 140 مليون سنتيم للمعتمر الواحد، مع تخصيص غرف في الأبراج، وسيارة فاخرة ومرشد



صدر بجين "المودزاريلا" والطماطم

المقادير:

- صدر دجاج ● نصف حزمة قصير ● نصف حزمة بققدونس
- فص ثوم ● 60 غ زبدة ● 100 غ جبن مودزاريلا ● 03 ملاعق
- كبيرة زيت ● 02 حبات طماطم كبيرة الحجم
- ملعقة صغيرة حبي مجفف ● ملح / فلفل أسود
- 02 ملاعق كبيرة لوز مرحي



الشاف: عير جريسة

طريقة التحضير:

في آلة كهربائية نطحن القصير والبققدونس والزبدة وفص الثوم ونضع الخليط جانبا، نأخذ صدر الدجاج نشرحه من فوق أي نشكل فتحات عرضية، نملأ هذه الفتحات بالخليط وقطع "المودزاريلا" ونرش فوقه اللوز المرحي، في صينية نضع ورق الألمنيوم ونضع فوقه ملعقة زيت، ثم نضع فوقه صدر الدجاج ونغطي الصينية بورق الألمنيوم وندخلها الفرن، عندما ينضج ننزع ورق الألمنيوم ونتركه حتى يأخذ الدجاج اللون الذهبي. في مقلاة وفي ملعقتين من الزيت نضع الطماطم المقطعة شرائح دائرية وسميكة نوعا ما ونضيف فوقها خليط البقدونس والقصير والزبدة، عندما تنضج نقدمها مع صدر الدجاج.

لنجاح الوصفة ننصح
باستعمال أجهزة

SONASHI®
FRANCE

الكهرومنزلية

فخذ الدجاج المحشي مع البطاطا المهروسة

المقادير:

- 02 فخذ دجاج
- 03 حبات بطاطا كبيرة الحجم
- 02 ملاعق كبيرة قصبر
- 02 ملاعق كبيرة بققدونس
- 100 غ فول سوداني محمص ومطحون
- 100 غ دجاج مفروم
- ملعقة كبيرة بصل مفروم
- 02 ملاعق كبيرة قشدة
- 50 غ جبن طري
- 70 غ زبدة
- حبة بيض
- خيط غذائي

طريقة التحضير:

في وعاء نخلط
الدجاج المفروم مع
القصبر والفول
السوداني المطحون
والبصل، نضيف الملح
والفلفل الأسود، ثم
نضيف حبة البيض
المخفوقة ونخلط جميع
المقادير، نأخذ فخذ
الدجاج ننزع منه العظم
من الأسفل ثم نحشيه
بخليط الدجاج المفروم، نلف
عليه الخيط الغذائي وندهنه
بالزبدة ثم ندخله الفرن في صينية
مدهونة بالزيت ليطهى.
بواسطة آلة كهربائية نطحن البقدونس
و20 غ من الزبدة والجبن الطري والقشدة، ثم
نضيف الخليط للبطاطا التي قمنا بغليها
وهرسها بواسطة آلة كهربائية مسبقا، ثم
نضيف الملح والفلفل الأسود.
تقدم البطاطا المهروسة مع الدجاج ونزينها
بقليل من الفول السوداني المطحون.

لنجاح الوصفة ننصح
باستعمال أجهزة

SONASHI®
FRANCE
الكهرومنزلية



قالب الدجاج المفروم مع الفلفل بثلاثة ألوان

المقادير:

- 400 غ صدر دجاج
- 08 حبات بيض
- 03 حبات فلفل كبيرة الحجم
- (أخضر-أحمر-أصفر)
- 80 غ جبن مبشور
- 02 ملاعق كبيرة زيت
- ملح/فلفل أسود

طريقة التحضير:

بواسطة آلة فرم نقوم بفرم صدر الدجاج ثم نضعه في وعاء، نضيف له 04 حبات بيض مخفوقة، الملح والفلفل الأسود ونتركه جانبا، نأخذ الفلفل نقطعه شرائح رفيعة وطويلة، ثم نقلبه في ملعقتين من الزيت.

في وعاء نخلط الفلفل مع 04 حبات بيض مخفوقة، نضيف الملح والفلفل الأسود والجبن المبشور.

في قالب مستطيل الشكل مدهون بالزبدة ومرشوش بالفرنينة نضغ أولاً صدر الدجاج بالبيض المخفوق، ثم نضغ الفلفل بالبيض المخفوق، ثم نزين بالجبن المبشور وندخله الفرن على درجة 180 حتى يأخذ اللون الذهبي.

لنجاح الوصفة ننصح
باستعمال أجهزة

SONASHI®
FRANCE

الكهرومنزلية

SONASHI®
FRANCE

**GARANTI
2 ANS**

**UN LEADER
DE L'ELECTROMENAGER**

لحم العجل الملفوف بالسبانخ والجبن مع صلصة الطماطم بالفطر

المقادير:

- شرائح من لحم العجل
- أوراق سبانخ
- 200 غ جبن طري
- 03 حبات طماطم
- حبة بصل
- 03 فصوص ثوم مهروس
- 02 ملاعق كبيرة خردل
- 03 ملاعق كبيرة زيت
- 50 غ فطر
- 50 غ فطر مقطع
- ملح / فلفل أسود / زعيترة
- خيط غذائي

طريقة التحضير:

نأخذ شرائح اللحم ندهنها بالخردل ثم نضع فوقها ورق السبانخ، ثم الجبن الأبيض ونلفها ونلف عليها الخيط الغذائي ثم نحمر اللحم الملفوف في مقلاة.

في صينية نضع ملعقتين من الزيت، البصل المقطع والطماطم المقطعة مع الثوم المهروس والملح والفلفل الأسود والزعيترة، ثم نضع فوقها اللحم الملفوف المحمر ونغطي الصينية بورق الألمنيوم ثم ندخلها الفرن على درجة حرارة 180.

عندما ينضج اللحم ننزعه ونقطعه دوائر. نأخذ الطماطم والبصل ونرحيها بواسطة آلة كهربائية، نضيف لها الفطر المقطع والمقلي في ملعقة زيت، ونضيف كذلك الفطر غير المقطع، لنحصل على صلصة طماطم بالفطر متماسكة. نقدم اللحم مع الصلصة ونزين صحن التقديم بحبات الفطر.

نجاح الوصفة ننصح
باستعمال أجهزة
SONASHI®
FRANCE
الكهرومنزلية

GARANTI 2 ANS

SONASHI®
FRANCE

**UN LEADER
DE L'ELECTROMENAGER**





غزلوؤك ترعاه أياؤ أمينة
www.bellat.net



سلطة الخضار بـ «باتي»

المقادير:

• شرائح من "باتي" بلاط بالخضار "paté aux légumes"
• شرائح من "باتي" الديك الرومي "paté de dinde"
• نوع "بلاط" • حبة فلفل أخضر • حبة فلفل أحمر • حبة
شمندر (بيطراف) • حبة جزر • حبة بصل • ملعقة كبيرة
قصير • 02 ملاعق كبيرة ياغورت طبيعي • ملعقة
كبيرة مايونيز • سلطة خضراء • 50 غ زيتون
أخضر • أسياخ صغيرة

طريقة التحضير:

بعد غسل وتقسير الخضار نقطعها
بالطول وفي وعاء نخلطها مع
"الياغورت" الطبيعي وصلصة
المايونيز، نأخذ الشرائح ونملأها
بالخضار ونقوم بعلقها بواسطة
الأسياخ ونضيف الزيتون ثم نقدمها
مع السلطة الخضراء (انظري
الصورة).



غزلوؤك ترعاه أياؤ أمينة





غزلوئك ترعاه أيادٍ أئينة

www.bellat.net



بوراك بكريمة الجبن و "سلامي"

● طريقة التحضير:

في قدر نسخن القشدة ثم نضيف الجبن الأبيض والجبن حتى نتحصل على كريمة جبن متماسكة نوعاً ما، ننزع الخليط من النار ونضيف له قطع "سلامي"، نأخذ ورق الديول ونضع كمية من الخليط في ورق الديول ثم نلفها، في مقلاة نسخن الزيت ثم نقلي "البوراك" المحشي بصلصة الجبن وعجينة "سلامي".

● المقادير:

- أوراق الديول
- 200 غ "سلامي" بلاط مقطعة
- 20 سل قشدة
- 100 غ جبن أبيض
- 100 غ جبن مبشور
- زيت للقلي

● ملاحظة: يمكنك

أيضا استعمال "لانشون" بلاط مع "سلامي"، ستتحصلين على ذوق ألذ.



غزلوئك ترعاه أيادٍ أئينة





غزلوؤك ترعاه أياؤ أئينة

www.bellat.net



مملحات بـ «روتى» باللحم

● طريقة التحضير:

نخلط الفريئة مع "مارغرين الحرة"
الطرية والملح، نجعل بالماء حتى نتحصل
على عجينة متجانسة، نتركها ترتاح مدة
30 دقيقة.
في وعاء نخفق البيض، نضيف القشدة،
الجبن المبشور، الملح و"روتى باللحم"
المدخن المقطع مكعبات.
نيسط العجينة ونضعها في القوالب ثم
نفرغ عليها الخليط، نزين بالجبن الطري
وندخلها الفرن على درجة 180 حتى
تنضج.

● المقادير: العجينة:

- 500 غ فريئة
- 250 غ مارغرين بلاط "الحرة"
- نصف ملعقة صغيرة ملح
- ماء للجمع
- 200 غ روتى باللحم المدخن
- من نوع "بلاط"
- 03 حبات بيض
- نصف كوب قشدة سائلة
- 200 غ جبن مبشور



غزلوؤك ترعاه أياؤ أئينة



دخل عليها التطريز والدانتيل والشيفون..

ملابس الصلاة النسوية بأنامل شيطانية

تحرص كل جزائرية مع دخول شهر رمضان على اقتناء ملابس خاصة بالصلاة كالعباءات أو الإسدالات الفضفاضة المريحة، كاعتنائها بدهن البيت أو تحضير لوازم الشهر، ويشهد سوق ملابس الصلاة انتعاشا كبيرا في الشهر الفضيل، مواكبا الطلب المتزايد عليها من المصلين كي يكونوا في أبهى حلة لأداء الفرائض.

وبعد أن كانت العباءات أو إسدالات الصلاة بسيطة أحادية اللون، مع بعض الرسومات غير الصاخبة بشمن لا يزيد عن الألف دينار، شهدت المحلات المختصة في بيع الخمارات ولوزام الصلاة رواج ستايلات جديدة أكثر صخباً قادمة كالسيل العرم من تركيا وماليزيا واندونيسيا، وابتعدت عن هدفها الحقيقي في أن تستر عورة المرأة أثناء صلاتها فحسب، وراح المصممون والمصممات يتدعون موديلات بالتطريز ملفتة للانتباه مع استعمال دانتيل كالي الغالية في الحواف، كما يلجأ البعض للكروشيه والبرودي المبهج.

نسيج العفة

وفي زخم التغيير والابتداع، دخلت أقمشة أخرى في صناعة عباءة الصلاة كالشيفون والفيسكوز اللذان يعطيان أريحية وانسيابية وخفة للتصميم من وجهة نظر المتاجرين والمضاربين بقيم الإسلام. هذه الموديلات الجديدة والتي تبدو غريبة عن المرأة الجزائرية بدأت تأخذ حيزا كبيرا في اختياراتها، لأن المرأة من البداية وحتى النهاية "عشاقة ملالة"، والتغيير بالنسبة لها حتمية أزلية مرتبطة ببقائها أو زوالها حتى في أدق اختياراتها لملابس

مهمتها ستر عورتها أثناء تعبدها، لكنها تتناسى في غفلتها ماهية العبادة فتطفق تخصف على جسدها من ورق جهنم. ويحذو الرجل حذو شقائقه فتجده في

ظاهره لا يهتم كثيرا حين يقنني قميصاً أو "جبة"، لكن في لاوعيه يتباهى بأنه اشترى أجود الماركات وأغلاها.

سوق الصلاة

في أثناء تجوالنا قرب بورصة بورسعيد بالعاصمة، استوقفنا طريق مزدحمة جل محلاتها تبعيع الخمارات وملابس الصلاة للمرأة، وأدهشنا الكم الهائل من الألوان المعروضة وكأننا في احتفالية هولي الهندية، أين يتراشق الناس بالبهارات الزاهية. وسألنا أحد الباعة وهو لاجئ سوري استقر

حديثا في الجزائر، عن الموديلات الجديدة، فأكد لنا أنها فاخرة وذات جودة عالية، غالبيتها من ماليزيا وبلاد العشرة آلاف جزيرة، وهناك موديلات مصرية وسعودية أيضا لا تقل جودة أو فخامة. وخلال حديثنا مع صاحب المحل دخلت زبونة فضولية قصد السؤال فقط لا بغرض الشراء، وأبدت امتعاضها من البهرجة والألوان الكثيرة في العباءات المعروضة بشكل جميل على "مانكانات سوداء"،

ولم يكن الامتعاض يرتسم على ملامح زبونة ثانية اقتحمت المكان من فرط حماسها، وكصاحبة البيت راحت تقلب البضاعة بشغف وتلمس بأناملها تفاصيل الدانتيل ودقة التطريز، واشترت دونما اهتمام بالسعر 3 موديلات قالت وكأنها وجدت كنزا مدفونا هذه لأمي ولحماتي وواحدة لي. آخر زبونة رأيتها في الدكان فضلت شراء موديل عادي، وعندما سألتها عن رأيها في الموديلات الأخرى: "لا بأس بها، ولكن في الصلاة يجب الابتعاد عن الملابس المشتتة للانتباه ليحضر الخشوع"، وأضافت معارضة لسانها: "لكن هذه العباءات لا ضير من ارتدائها في البيت".

اكتشفت من خلال العينات مدى الاختلاف الموهل في عقليات النساء، فهناك المعارضة بشدة لكل هذه البدع على حد رأيها وقرارها مساسا بالدين، وهناك التي ترى أن الدين يسر وأن الفقهاء لم يتشددوا في هذه المسألة، خاصة وأن هذه الملابس البيتية ليست زينة ظاهرة تذهب عقول من رآها، وأما العينة الأخيرة فلا تدري على أي ساق تقف، على ساق الاستصعاب أو الاستسهال.

حضر القانونون وغداً سياتى آليات تطبيقه وسم حلال.. الفئنة الكبرى فى طعام ولباس الجزائريين

HALAL
Pour vos bébés
الحلال لأطفالكم

VitaMeal
baby



تحمل الكثير من المواد الغذائية في العساحات التجارية الكبرى علامة "حلال" سواء العسثورة أو العنذجة فى الجزائر، وبدأ العواهن ىنجذب إليها خاصة فى شهر رمضان، وهو ما له نشهده من قبل، حيث كان العواهن ىستهلك مواد دون الرجوع إلى أصلها أو شريعنها على اعتبار أنه فى دولة اسلامية، الحلال والحرام فيها مسألة واضحة، لكن بعد الشكوك التى أثبتت حول أنواع من العنذجان والمعن فى أصلها، أصدرت الحكومة الجزائرية مرسوماً يوضح ويضبط "وسم الحلال" على ما يأكله الجزائريون، غير أنه وإلى غاية اليوم يبقى وسم "حلال" علامة تجارية رابحة تحارب الكثير من المخابر الجزائرية الخاصة للاستحواذ على ختمه والسيطرة على السوق ما قد يحوله إلى فئنة الاستهلاك القادمة.

العالية لوحدها أكثر من 400 مليار دولار، وقد اعتمدت كبرى الدول المصدرة لواء التجميل، خاصة اسبانيا إلى وضع علامة حلال لأكبر الماركات لتسيطر على السوق الإسلامية بعد أن عرفت منتجات حلال إقبالا كبيرا فى العالم. وأقرت الجزائر رسمياً مصطلح حلال على المنتجات الغذائية المعنية قبل أربع سنوات فقط، حين أصدرت الحكومة المرسوم التنفيذي رقم 13-378 المؤرخ فى 9 نوفمبر 2013 الذى يحدد الشروط والكيفية المتعلقة بإعلام المستهلك، وجاء فى القسم الثانى المتعلق بالبيانات الإلزامية للوسم فى المادة 12 المتضمنة المعلومات حول المواد الغذائية منها مصطلح حلال للمواد الغذائية "المعنية"، ولم يقصد جميع المواد، بل فقط المتعلقة بالمصدر كالحوم ومشتقاتها والمواد التى تدخل فى صناعتها مواد محرمة شرعاً.

حرب طاحنة بين المخابر الخاصة للاستحواذ على منح ومراقبة شهادة الحلال للمنتوج الغذائى الوطنى والمستورد

كبير من الأسواق الإسلامية بملايير الدولارات لمختلف المنتوجات بما فيها الجزائر، وتعدت علامة حلال كل المواد الغذائية إلى الألبسة والأحذية ومواد التجميل التى بلغت سوقها

قبل سنوات أثبتت ضجة كبيرة حول مصدر المواد الغذائية على غرار اللحوم المستوردة إذا كانت مذبوحة وفق الشريعة الإسلامية أو مصعوقة أو مقتولة، وحول سلسلة الذبح إذا كانت نفسها مخصصة لنحر الخزائر أو المواد المنهكة بالكحول والخمور كالشكولا والحلوى، وامتدت الشكوك إلى أبسط مركب أو محسن أو ملون فى طعام الجزائريين، وما يقتنونه من الملبات والحلويات والمنتجات معقدة التركيب لا يطالع أغلب المستهلكين تركيبها للتأكد من خلوها من المواد المنوعة شرعاً.

وظهرت علامة حلال على المواد الغذائية فى الجزائر بعد سنوات من توجه الدول المصنعة الكبرى إلى اعتمادها فى غزو الأسواق العالمية الإسلامية لجنوب شرق آسيا، خاصة ماليزيا وأوروبا وتركيا خاصة التى سيطرت على جزء



غير أن هذا القانون بقي مبتورا بدون آليات لتنفيذه مما جعل الموسم حلال يتخطى بين الحقيقة والشك، وبين الصدق والدعاية والإشهار التجاري، والمبالغة، وأصبح مجرد علامة تجارية يهدف إلى جلب المستهلك فقط بعيدا عن القانون.

الحلال التركي يجتاح الأسواق الجزائرية

في جولة إلى المساحات التجارية الكبرى بالعاصمة والولايات المجاورة لها، عثرنا على منتجات ذات الموسم حلال ليست للحوم أو مشتقاتها فقط "كالكاشير والباتي"، بل كتبت علامة حلال بالحجم الكبير على مختلف الأصناف الغذائية المحلية والمستوردة من المشروبات الغازية، الخل التركي حلال، الخميرة حلال، الفلفل الأسود حلال، البهارات الهندية حلال، والزعفران الإيراني حلال، الفستق واللوز والعنب المجفف حلال، الشوكولا حلال، ومواد تزيين الحلويات وحلوى "مادلان" كلها تحمل علامة حلال أغلبها مستورد من تركيا وماليزيا وإسبانيا وفرنسا.

اتصلنا بإحدى شركات توضيب عجينة طلاء وتزيين الحلويات وقد وضعت علامة حلال بالبند العريض في علب التوضيب وسألناهم عن حقيقة وسم الحلال، فأجابنا مسؤول التسويق بأن هذه المنتجات مستوردة من تركيا ويدخل في صناعتها مادة الجيلاتين، وهي مادة نحرص على أن تكون نباتية، لأن السوق الأوروبية تصنع جيلاتين حيواني من شحوم الخنزير وهو محرم في الشريعة الإسلامية، لذلك نضع علامة حلال على العلبة حتى نطمئن المستهلك، ووزارة التجارة تراقب هذا النوع من السلع أي الجيلاتين بعد تسويق نوع حيواني محرم على أساس أنه نباتي وذلك باعتراف منتجين في أوروبا.

أما عن الفستق الحلال "والكاوكا" الحلال والعنب المجفف حلال، فأجابنا صاحب مؤسسة خاصة لاستيراد هذه المواد من إسبانيا وتركيا، بأنها تحمل العلامة "حلال" لعدة أسباب، ليس الحلال فقط ما يذبح حسب الشريعة الإسلامية، بل ماهي المكونات التي تدخل في تركيبه، وهل منتج بأموال غير مشروعة أو في مصانع تعالج فيها مواد محرمة شرعا، فمثلا الفستق الذي نستورده حلال، لأنه لا يعالج ولا يعلب في مصانع تعليب منتجات غير حلال مثل "الشيبس" المنكهة بالخنزير مثلا وهو نوع يباع في دول أجنبية، وإذا كان الفستق يحمص على نفس سلسلة السحب، فمن المؤكد احتواءه على بقايا مواد محرمة وبالتالي شهادة حلال مطلوبة ولا تقتصر على طبيعة المادة الغذائية، بل تتعدى طريقة التصنيع والتعليب والتخزين وغيره، وهو المفهوم الواسع للحلال الذي يبحث حوله كبار الأساتذة من جامعات أوروبية بما فيها فرنسا.

تركيا وماليزيا وإسبانيا وفرنسا تسيطر على سوق "الحلال" في الجزائر



غياب آليات الرقابة يجعل من وسم "حلال" بلا معنى في الجزائر.

في غياب آليات الرقابة... جمعيات حماية المستهلك تحذر من "فتنة" الحلال

«يعتبر الرسوم التنفيذي مبتورا بعد أربع سنوات من صدوره وليس لوسم الحلال بالصيغة

الحالية، أي معنى في الوقت الراهن لعدم وجود آليات الرقابة كالمخابر المختصة ولجنة عليا من الدولة ورجال دين، وكل ما لديه علاقة بمنح أو مراقبة رخصة حلال، فقبل عشر سنوات كنا نتحدث عن وسم الحلال، لكن كانوا ينتقدوننا، لأننا في بلد مسلم لا يستهلك غير الحلال، لكن كنا نقصد الحلال المصدر إلى الخارج وهذا قبل أن تخطف تركيا السوق من الجزائر" هكذا صرح رئيس جمعية "أمان" لحماية المستهلك السيد منور حسان للمشروق العربي، مؤكدا أن الدول الأوروبية كفرنسا وإسبانيا دخلت السوق حلال بقوة، وأن اليهود يسيطرون على منح شهادة "حلال" عبر كامل أوروبا، وتبقى الرقابة في الجزائر غائبة تماما وشكوك المواطن لا تزال قائمة، فقد سبق وأن راسلت جمعيات حقوق المستهلك وزير الشؤون الدينية الحالي والسابق للتعجيل بتشكيل لجنة من مشايخ لهم مرجعية دينية لمراقبة هذه السوق، خاصة المذايح.

وأكد لنا رئيس الجمعية أن عددا كبيرا من المخابر تابعة للخواص تسعى حاليا مع وزارة التجارة للاستحواذ والتخصص في منح ومراقبة شهادة الحلال للمنتوج الغذائي الوطني أو المستورد، لكن الجمعية ترفض بشدة إسناد المهمة للخواص الذين قد يحولون الحلال إلى مجرد تجارة رابحة ويستهنون بمشاعر الجزائريين، خاصة العقيدة، وأضاف "نحن نشترط أن تكون لجنة الوسم حلال تابعة للدولة، مستقلة، لا تخضع لأي ضغوطات اقتصادية أو لوبيات التجارة وبارونات الحاويات"، مشيرا إلى أن الكثير من الخواص ليسوا مهنيين وقد ساهموا في زرع الشك حتى في خبز المواطن عندما صرحوا بأن خميرة الخبز مصدرها "الخنزير"، وذكر أن جمعيات حماية المستهلك عليها أن لا تعمل على زرع الشك في ما يأكله وما يلبسه المواطن، وتحمي عقيدته، والحيولة دون أن تحتوي مأكولاته وما يلبس من أي منتج محرم شرعا.

اليهود يسيطرون على سوق وسم "حلال" عبر كامل أوروبا

في حلة البريستيج

السينية النحاسية تعود إلى سهرات الجزائريين

كانت الحاضر الأول في سهرات تدوم حتى الفجر، تنبع من قلبها رائحة الزهر والبريق أو الليمون ورائحة مسك الليل، في استدارتها الأنيقة، ويحواها العتامة، المنحوتة والمنقوشة بدقة لا متناهية، سلبت أرياء العاصفة، متبجة، فسطنية، وهران.. ورووع كثيرة من الوطن، فالتفتن حولها، يروين الأحجيات ويداعبن البوقالة حتى يرتفع صحنها، وفي غفلة تسلك العصرية من رواق وسط الدار، ومنه أيضا، رحلت السينية النحاسية، وفي جعبتها بركة البوقالة وحلاوة الصامصة والقنيدلات.

اختفت السينية النحاسية عن بيوت الجزائريين لسنوات، خفت بريق الأواني المبهرة وانعكاساته على الزجاج والأثاث، وسقطت من أجندة ربات البيوت مهمة فنية كانت تشغلن كل فترة قصيرة، حين كن ينفضن الغبار عن السينيات والأباريق ويلمعنها، بالملح والليمون، ومع كل هذا طوى الزمن الجميل صفحة مهمة في فصل رمضان، متى غابت السهرات النسوية في هذا الشهر الفضيل، ولأن من طبع العائلات الثرية شراء التراث، هاهي عادة السينية الرمضانية تعود في شكل بريستيج يختص به الأغنياء وبعد ماذا؟.

أواني صينية تنافس السينية

تلك الأواني اللامعة المصقوفة على واجهات محال الديكور الفخمة، مصدرها من الصين أو بلدان شرق آسيا، تستهوي الجزائريين من الأغنياء، وتجذب مغناطيسهم لأنها تمت إلى التراث الجزائري الذي هجره بفعل العصرية، أثمانها بالاسعة تطرح الإشكال، هل تستطيع هذه الأواني المقلدة الهشة، أن تنافس الأطعم التي كانت ترافق جيلين أو أكثر على التوالي، تصنعها يد النحاسين فتدقق في إخراجها تحفة فنية تبهر الناظرين، نزلنا إلى كل من سوق العرب بوسط البلدة، وتجولنا بعدها في أروقة القصبة حيث لازلت تسمع مطرقات النحاسين، تقع على الصفيحة بغضب المكابر رغم الهجر، فتجعل



لسينية وأوانيها، زبائنهم من العائلات المسورة التي تبحث عن القطع المميّزة، ويزداد الطلب عليها بحلول شهر رمضان، رغم ارتفاع أسعارها بفعل غلاء المادة الأولية وندرتها، ما يبيّن أنّ السينية النحاسية عادت على شكل بريستيج ينافس العصري من الأواني المعدنية التي أغرقت السوق الجزائرية، وجرت معها الكثير من الأواني وقطع الزينة، بعضها كان ملازما لها كـ«البساطات»، «الهيديرة» التي أصبحت تُباع بعد تلويينها بما يناهز العشرة آلاف دينار، وأخرى عصرية ومبتكرة، كحماله المناديل الورقية.

وما شجع إقبال العائلات الجزائرية على السينية النحاسية في هذا الشهر الفضيل، هو أنّ هذه القطع الفريدة، ورغم إدخال العديد من التعديلات والزخارف العصرية المبتكرة عليها، باتت صالحة للديكور أكثر منها للاستعمال، خاصة مع هيمنة الديكور المغربي والأندلسي على صالونات الجزائريين، فالإنفاق السخي على اقتنائها لم يعد كما كان، يدخل ضمن ميزانية الأواني الرمضانية المخصصة للسهرة واللمعات، فحسب، وإنما حضور سينية نحاسية، مع طقم شاي بكامل إكسسواراته، وربما بعض الأطباق النحاسية المخصصة للحلويات، بقاعة الاستقبال، أصبح دليلا على رقي ورفعة ذوق آل ذلك البيت، فهنيئا لمن لا يزال يحتفظ بالسينية النحاسية في منزله.

منها سينيات، تحت طلب العائلات الراقية، وحتى الجالية ممن يقضون رمضان في الغربية، التي أصبحت



مستعدة اليوم لدفع الكثير من المال مقابل إحلال أجواء تراثية تليق بشهر رمضان، وبالضيوف الثقيل، تقسينا عن أسعار الأواني النحاسية المصنوعة باليد فكانت المفاجأة أن تلك القطع التي استغنى عنها أغلبنا لصالح تجار الخردة، أصبحت تباع بالملايين، فالسينية النحاسية الصغيرة، بطقمها الكامل لا يمكن اقتنائها بأقل من ثلاثين ألف دينار، وكلما زاد حجمها وزادت القطع والإكسسوارات على سطحها ارتفعت أثمانها وقد تبلغ السبعين ألف دينار. وفي حديثنا إلى بعض أصحاب هذه المحلات، أكدوا لنا أنّ

طلقة مستباحة

عاشق في الأربعين



شعر :
عبدالعالي مزغيش

بياض وجهك يغري أم ترى النَّمش ؟
مهلاً - برّبك - إنَّ الرّوحَ ترتعش !!
ما كنت أحسب أن أهوى مراهقة
في الأربعين وأن القلب ينتعش !!
تعبت من قصص الحب القديم وفي
دنيا النساء كواني الجوع والعطش
حتى لقيتك يا جنيتي فإذا
شيطان شعري مغرور ومندهش !!
كأنني ما عرفت الحب من زمن
وكنت قبلك جمر الشوق أفتersh
ولا سهرت على "الأطلال" منتظرا
وجها صبوحا متى ما رَق لي غيش ×
أبكي كأن الصبا "صرخ الخيال هوى"
دمعا، وهل بقيت "تيمقاد" أو "جرش" ×
أين الأغاني التي أحببتها وهوى
قد كان نبج رؤى فاحتله الغش ×
لي حكمة نضجت لولا الجنون ولولا
.. خدك النار أذكي جمرها النمش !!
الوشم في الظهر يكفي كي يدوخي
فلمست أعمى ولا في نظرتي عمش
يا زهو عيني يا لهو الفراغ ويا
ليلي الندي يا عمري الذي "دعشوا" ×
هم حاصروا فرح الدنيا بفتنتهم
وأنت فتنة قلب منه قد نهشوا
ما كنت مثل "جميل" × في الهوى أبدا
ولست أنيش في التاريخ إن نبشوا
بحقدهم فشروا آياتهم شططا
وبالأحبة رغم الحب قد بطشوا
دينني أنا الحب مشغول بآيته
قلبي رواها فلا "حفص" ولا "ورش" ×

- هوامتن :

- غيش : ما تبقى من ظلمة الليل عند بداية الفجر
- تيمقاد وجرش : آثار جزائرية وأخرى أردنية، ينظم فيها مهرجانان غنائيان
- الغش : الماء أصابه كدر
- دعشوا : فعل مبتكر منسوب إلى تنظيم "داعش" الإرهابي
- جميل : بن معمر العدري، عاشق بتيمة
- حفص وورش : قراءتان أو روايتان للقرآن الكريم، وهناك أيضا قراءة قالون عن نافع



شعر :
د. طارق ثابت - باتنة

أراني على موعد بالخيال
غدي، شمعتي، دمعتي،
سفري في السؤال
بتلك الرموز أهب
إلى الوشم أرنو كما الياسمين
أنا الطلقة المستباحة في الاحتفال
لكم بعثرتني الرؤى
والخطى
بالسؤال.

على زورق الليل
يفتح الوشم حفل العبور
يغوص الندى في النداء
على زورق الليل نشدو قليلا
ونمشي على ضفة الحزن نتلو
الحبور
نودع آخر قافلة للرجال ..

نحديق في العسجدي الذي غاب
نحديق في لونا ..
فتكتبني دهشتي شاهدا
عنشروا
وأزرع أسئلتي في المدى عاشقا
رافضا لفحات الدجى
ذاهلا مثلما وردة
ذابلا في المحال ...
أيا زهرة الشوق رفقا
بهذي الخيول ...
فإني مررت على جبهة الوجد
أتلو صمودي
وكل الصحاري بقلبي
أتيت بنايي الحزين حماما جميلا
أتيت ونوري الدفين ..
يشكل بعض الخيول وبغض الخيال ..

دمي لوعة تحتويها الدروب
وشعري سيبقى لضوء المدينة يرنو
يبلغ ما في الزهور وما في الشذى ...
فخلف المواعيد تنتصب الأغنيات
تقاوم موجا صديئا لوجه البقاء
تقاتل حتى إذا ما تبين ..
خييط البياض من الانكسار ..
عاد إليها ألف سؤال ..

إلى كل
المبدعين

تفتح "الشروق العربي" صفحاتها، لنشر إبداعات المبدعين في مجال
(الشعر، القصة القصيرة والخاطرة) .. فعلى الراغبين في نشر إبداعاتهم
مرفقة بصورهم إرسالها إلى العنوان الإلكتروني التالي :

mobdi3oon@outlook.fr

"كدت ألقى ربي مخمورة وعارية الجسد"

اعترافات
جلبابية
تأبئة:

تقف "نسرين" اليوم
على الطريق
المستقيم بعد ضبابية
الحياة التي كانت
تعيشها لعدة سنوات،
كان رمضان 2009
بالنسبة لها نقطة
انكسار في حياتها
وحبل وصال مع
خالقها بعد الضياع
الذي عاشته، سبقها
إلى ذلك حالة الخمر
التي عاشتها بعد وفاة
اثنتين من صديقاتها
في حادث مرور
مروع على الطريق
الرايب بين "الجزائر
شامخ" و"فور دلو"،

"الجزائر شامخ" متجهين إلى "فور دلو" في سيارة تذهب وتأتي يميناً وشمالاً وعلى موسيقى صاخبة، لنفترق بعد كل هذا الضلال وكل يذهب إلى بيته على أن نعاود الكرة في نهاية الأسبوع القادم، غير أن الأجل كان الأقرب من هذا الموعد، كان "كمال" يصدد إيصالنا إلى "فور دلو" مخموراً لا يكاد يرى حتى إشارات المرور، يسير بسرعة مجنونة، لكن من ينتبه إلى هذا ونحن سكارى لا يرى الواحد منا حتى من يجلس إلى جانبه أو من يكلمه؛ لا أتذكر شيئاً من الحادث سوى الصورة الأولى منه حين اصطدمنا بحاجز فوق الجسر، وعند استرجاعي للوعي في المستشفى، نهضت على أسوأ ذكرى في حياتي، رأيت خلالها الموت بعيني، لكنني كنت أتمنى أن لا ألقى ربي بتلك الصورة وأنا مرمية من دون لباس على قارعة الطريق، وهي الصورة التي مازالت تطاردني وبسببها أعيش تعيسة، على الرغم من رحاب التوبة الذي أتنعم فيه اليوم، لقد ظلت صورة "كريمة" و«سارة» لا تفارقني أبداً، وكل أمنيّاتي اليوم لو أنهما إلى جانبي تذوقان ما أتذوقه من لذة التوبة، لقد بقيت رهينة الذكرى السيئة والماضي الماجن عدة أشهر من بعد، لكن بفضل من الله أرشدتني إحدى الأخوات إلى التوبة والاستغفار ليكون رمضان 2009 نقطة الفصل بين حياة المجنون الماضية وحياة الزهد والتوبة اليوم، ومن فتاة عارية مخمورة بعد سهر طويل إلى "جلبابية" لا تنقطع عن المساجد ودور الذكر.

تروي قصتها مع المجون والليالي المظلمة في حضرة الخمر واللقاءات الجنسية التي ما كانت لتنتهي إلا وقد أذن لصلاة الفجر في أمكنة ضيقة وفي سهرات خاصة رفقة الكثير من الغرباء في حي "فور دلو"، "كنت أنام وأفيق على الموسيقى الصاخبة التي لا تنقطع سواء في السيارات أو في الأماكن الخاصة لسهراتنا، رفقة الكثير من الشباب سواء ممن أعرفهم أو الغرباء منهم، كنا ننام في حضرة قارورات الخمر من كل الأنواع، سكارى لا ندري ما نقول ولا نفعل، ونستهلك كل أنواع الحبوب التي كانت لا تصل إلا للقليل من الناس وليس كحال اليوم، أين أصبحت في متناول حتى الأطفال، نمارس كل أنواع المجون الذي وصل إلى حد الجنون وبلغ عنان السماء، حين أتذكر ما مررت به تدمع عيني من دون أن أنتبه، كيف لا وقد اقتربت من لقاء ربي وأنا مخمورة وعارية الجسد".

وتكمل "نسرين" اعترافها المؤثر: "بعد سهرة طويلة ماجنة، مارسنا فيها كل أنواع الرذيلة بـ«الجزائر شامخ» لم أكن أدري أن هذا اليوم هو آخر يوم تنطفئ فيه حياة أقرب صديقاتي "كريمة" و«سارة» إلى الأبد، وهما اللتان قضيت معهما أكثر من عشر سنوات في هذا الجو، كنا عائدتين من

امراة شجاعة.. أم عجوز تصطاد شباب الإليزيه؟

بريجيت ماكرون سيدة فرنسا الأولى... تحت القصف

بحون عقدة ولا خجل ويخطي واثقة وثابتة صعدت سيدة فرنسا الأولى بريجيت ترونيو البالغة من العمر 64 عاما إلى العنصة بساحة اللوفر وأمسكت بيد زوجها إيمانويل ماكرون الفائز في الانتخابات الفرنسية وهو شاب في 39 من العمر، كانت الصورة ملهمة للبعض مثل ما كانت صادمة للكثيرين، خاصة الصحافة الفرنسية والبريطانية والعربية، فلم يعد شغفها معرفة كيف تمكن هذا الشاب القادم من المجهول ليبرز في أقل من سنة ونصف، ثم يحكم فرنسا بقدر ما أنهك الاعلام نفسه في معرفة أسرار العلاقة الخاصة التي تربط شابا وسيما بامراة تكبره بـ 24 عاما.

من هي بريجيت ماكرون التي صنعت الرأي العام في فرنسا والعالم وخطفت الأنظار من زوجها الرئيس، من هذه السيدة التي تملك الكثير من الشجاعة لمواجهة قصف الإعلام الذي نعتها بأبشع الأوصاف الجارحة. إنهما وبساطة امراة عادية تعمل مدرسة لغة فرنسية بالشانوية، عاشت حياة هادئة منذ زواجها الأول سنة 1974 من رجل يدعى أونديري لويس أوزيار موظف في بنك، وأنجبت معه ثلاثة أطفال سياسيتان 1974 مهندس ولورونس 1977 طبيبة قلب وتيفان 1983 محامية، ولها ستة أحفاد. بريجيت من مواليد 13 افريل 1953 بمدينة أميان بفرنسا من عائلة بورجوازية تملك اكبر معامل "الشوكولا" وسلسلة من المحلات ولها ستة إخوة، بعد دراستها الأدبية بجامعة ستراسبور، تخرجت أستاذة للأدب الفرنسي وتوظفت في ثانوية "بروفيدونس" أين التقت بإيمانويل ماكرون، مراهق في الـ 15 من العمر، حيث كانت تنشط ناديا للمسرح شارك فيه قسم ماكرون، وقدمت معه مسرحية أين تقاربا في الإلقاء لأول مرة، ومنذ ذلك الوقت صارا لا يفارقان بعضهما، هو يقول انه وقع في سحرها، وهي تقول وقعت في سحر

هكذا كان الزواج

عائلة ماكرون وخاصة والدته ووالده جراح الأعصاب المشهور لم يتقبلا فكرة ارتباط ابنهما وهو في السادسة عشر من العمر بامراة متزوجة وتكبره بـ 24 عاما فقررا إبعاده عنها وإرساله للدراسة في العاصمة باريس أين مكث فيها لسنوات حتى تخرجه سنة 2001 بشهادة ليسانس في العلوم السياسية، ويقول زوجها السابق ان ماكرون الطفل كان يزور بريجيت في البيت مثلما يزورها الكثير من تلاميذها، لكن لم يتوقع أن تكون العلاقة بينهما أكثر من أستاذ وطالب، لكن ماكرون صرح بحبه للأستاذة التي جعلته يعشق الأدب الفرنسي والمسرح والشعر ويعزف على البيانو، وأفصح لها عن حبه وإعجابه الشديد، وصرح لها انه سيتزوجها في يوم ما مهما كانت الظروف، لكن بريجيت رفضت وقاومت الشاب الوسيم في البداية قبل أن تستسلم لمشاعرها التي انتهت بها إلى طلب الطلاق من زوجها في 2006، لكنها تقول "رفضت العلاقة عندما كان قاصرا"،



حرب الإساءات بدأت بعد أن قدمت بريجيت استقالتها من التدريس واقتحمت الحركة السياسية لدعم زوجها فور إعلانه ترشحه للرئاسيات، ولم يشعر الشاب الوسيم إيمانويل ماكرون بالخل من اصطحابها معه في كل مكان ويقبلها أمام كاميرات الإعلام الفرنسي والعالمي، ضاربا عرض الحائط كل الانتقادات التي وجهت له، لكن بريجيت كما تقول في بعض التصريحات أنها فقدت الكثير من القوة وبدأت تشعر بالحر من سنّها وأنها تأثرت كثيرا بالانتقادات الجارحة والخادشة لشخصيتها، خاصة عندما قال عنها "جون ماري لوبان" صائدة شباب في قصر الاليزي.

قصص وسخرية من بريجيت

بعد ظهور بريجيت للإعلام قبل وبعد الانتخابات الرئاسية تعرضت لهجوم كبير وانتقادات في لباسها وشكلها وعمرها وحتى قصة الشعر التي وصفت بغير اللائقة، وانها لا تجيد اختيار اللباس، وحسب أقاربها فإن بريجيت كانت كلما تتلقى دعوة لحضور حفلة أو مناسبة يطلب منها أن تهتم بشكلها ولباسها...

وأكثر التعليقات الساخرة من نوقها صدر عن الصحافة المهتمة بالمرأة عموما وسيدات العالم الأولى، حيث وصفت مجلة "فوغ" أن بريجيت لا تملك نوقا في اللباس وإطالاتها كسيدة أولى، وهي انتقادات جارحة، وأن عائلة ماكرون تتلقى الكثير من الضربات القاسية، لكن سيدة فرنسا الأولى تلتزم الصمت والهدوء، لأنها معتادة على هذه الانتقادات منذ 20 عاما. خلال مسيرة ماكرون السياسية والوثبات القوية لوصوله إلى قصر الاليزي، أطلقت في فرنسا شائعة شذوذه الجنسي، وأنه يتقاسم العيش مع مدير راديو فرانس "ماتيو غالي"، وقال ماكرون إن الرئيس الأسبق نيكولا ساركوزي يقف وراء شائعات حول حياته الخاصة حسب مجلة "أكسبرس"، وكان زواجه من سيدة تكبره سنا أكبر دافع للشائعات رغم أن أقاربه كذبوها، وأكدوا أن الرئيس الفرنسي ليس شاذًا.



بطنها وكتبت الجريدة "مع ماكرون كل شيء ممكن".

لكن الجميع يؤكد أنها سعت للقاءه بعد سنوات من الفراق عندما طلبت نقلها إلى باريس، وتقول في تصريحاتها أن "ماكرون بدأ يقنعها شيئا فشيئا وفشلت في مقاومته"، ورضخت لطلب الزواج بعد أن رفضت الفكرة بسبب فارق السن بينهما. تزوجت بريجيت من إيمانويل ماكرون في أكتوبر سنة 2007 وهو في الثلاثين من عمره بعد سنة واحدة من طلاقها، وقد عاش الزوجان سنوات بعيدا عن الإعلام، لأن ماكرون لم يكن الشخص المهم ليسلط عليه الضوء آنذاك حتى دخوله عالم السياسة وتوليّه منصب وزير الاقتصاد سنة 2014 فلم يلبث طويلا حتى أخرج زواجه وزوجته للإعلام في جوان 2015، وكانت صدمة الفرنسيين كبيرة، وتصدرت صورة المرأة "العجوز" كما وصفت غلاف أكبر المجلات الفرنسية منها "باري ماتش"، كما كانت محور سخرية لكثير من الرسومات الكاريكاتورية آخرها جريدة "شارلي إيبدو" الساخرة التي أظهرتها حاملا وماكرون يتحسس

شركة MIDY Peinture تحتفل بربع قرن من التواجد في السوق الوطنية



إحتفلت شركة "ميدى PEINTURE" بربع قرن من تواجدها في السوق الوطنية في قصر المعارض بالجزائر، تواجد كان محصنا بنوعية رفيعة من تشكيلات مختلفة من الصباغة، وبأثمان في متناول الربون، يوم جمعت فيه الشركة كل الشركاء والزبائن الذين كانوا راضين جدا بما تقدمه الشركة إلى حد الساعة، وهو ما سمح لها بربح رهان المحافظة على التواجد في السوق الجزائرية وبشكل مؤثر.

الأصعدة رغم كل الصعوبات التي مررنا بها طيلة هذه الفترة، استطعنا أن نقدم للسوق الوطنية جملة منتجات ذات جودة عالية وبأثمان في متناول كل الزبائن بشهادتهم اليوم والحضور المكثف لهم، ويكفينا فخرا أننا شركة وطنية لإنتاج الصباغة أن نصل إلى هامش في السوق الجزائرية لهذه المنتجات يصل إلى 15 بالمائة ومنافسة المنتجات الأخرى حتى المستورد منها، وأعود وأؤكد أن هذا النجاح ليس نجاحا للشركة فقط، بل لكل الشركاء والزبائن بكل أنواعهم، ومعركتنا في هذه السوق كسبناها بسلاح الجودة والتمن، واليوم بعد ربع قرن من الحضور نسعى إلى التوسع أكثر في السوق وتقديم تشكيلات أخرى من هذه المواد.



حضور كان مميزا عكس مدى اهتمام الزبون الجزائري بصباغة ميدى التي أصبحت من بين المنتجات الجزائرية المحلية التي وصلت إلى مصاف كبار شركات هذه المواد ونافست منتجات مستوردة من حيث الجودة والأسعار، وهو ما سمح لها بأن تسطير على هامش كبير من السوق الوطنية طيلة هذه الفترة وحافظت عليها رغم كل تقلبات السوق وأمام كل المعطيات.

السيد بشير عوسات المدير العام لشركة MIDY PEINTURE

هو حدث تاريخي بالنسبة لنا ولكل شركاء وزبائن ميدى للصباغة، وإنجاز ناجح بكل المعايير وعلى كل



وكل الزبائن، وسعداء جدا بخدومتهم".

مسلم عبد الهادي مكلف بالتسويق في شركة ميدي للصباغة



«هي 25 سنة من العطاء والنجاح في السوق الوطنية، استطعنا أن نحافظ على التواجد في السوق الوطنية بمنتجات ذات نوعية رفيعة وبأثمان في متناول كل الزبائن، وخير دليل على هذا، الحضور الذي أبى إلا أن يشاركنا احتفالية ربع قرن من الحضور في السوق الجزائرية، كما أكرر التحية لكل طاقم الشركة ولكل الشركاء والزبائن وللشروق العربي التي كانت حاضرة في كل المناسبات».

رصدنا آراء بعض الزبائن والشركاء في هذا الاحتفال، آراء اجتمعت في نقطة واحدة وهي رضا الجميع على ما تقدمه شركة ميدي للصباغة من مواد ذات جودة عالية وبأثمان معقولة مقارنة ببعض الشركات الأخرى حتى المستوردة منها. يقول السيد سمير فاني "صباغة ذات جودة عالية استعمل تشكيلاتنا، لأنها تناسبني من حيث الجودة والسعر، أنا جدارض على كل التشكيلات التي تعمل عليها الشركة في كل مرة"، وهو ما ذهب إليه محمد من ولاية تيزي وزو الذي أعجب كثيرا بما تقدمه شركة "ميدي" إلى حد الساعة من تشكيلات رفيعة ومعقولة الثمن: "بفضل الشركة أصبحت لدينا ثقة في المنتجات المحلية، ولا أرى أي فرق بين ما تقدمه شركة "ميدي" وما يستورد من الخارج من هذه المواد».

ربع قرن من التواجد في السوق الجزائري، واحتفالية كانت مناسبة لتجديد الأهداف المسطرة والحفاظ على ما قدمته الشركة إلى حد الساعة، من أجل البقاء صامدة أمام مدّ وجزر السوق الجزائرية، وكل المعطيات الجديدة التي يفرضها التنافس من أجل البقاء، كما كانت كذلك حلقة تواصل مباشرة مع كل الزبائن والشركاء من أجل تجديد الثقة بينهم.

والزبائن ووسائل الإعلام على رأسها "الشروق العربي" التي كانت حاضرة معنا في كل المناسبات".

السيد عبد الحميد مودة المدير التقني التجاري



«مناسبة سعيدة لكل طاقم الشركة وكل الشركاء والزبائن، وتواجد مؤثر في السوق الوطنية ورهان استطعنا أن نكسبه نتيجة للدراسة العميقة في تقديم منتجات ذات جودة عالية، استطعنا من خلالها أن ننافس حتى المنتجات التي تأتيها من الخارج، بل وأصبح المستورد لهذه المواد يعمل ألف حساب لشركة ميدي، ويرغم كل الظروف التي مررنا بها، استطعنا أن نحافظ ليس على التواجد فقط، بل تواجد مؤثر في السوق الوطنية، ونجاحنا اليوم ليس نجاحا للشركة فحسب، بل نجاح للاقتصاد الوطني ككل، أكرر التهئة لكل طاقم الشركة في كل الاختصاصات ولكل الشركاء

السيد بوطغان زبير مساعد المدير العام المكلف بالإنتاج في شركة ميدي للصباغة



«سعيد جدا بهذه المناسبة، نصل اليوم إلى 25 سنة من الحضور في السوق الجزائرية، استطعنا من خلالها أن نرسم تواجدنا في السوق ونؤسس لاسم الشركة بالبنط العريض، هي تجربة ناجحة إلى حد الساعة تعكس مدى اهتمام القائمين على الشركة في تقديم النوعية الجيدة من صباغة ذات تشكيلات مختلفة، أما من أسباب المحافظة على التواجد في السوق الوطنية رغم كل الظروف الصعبة أننا راعينا معايير كثيرة أهمها تقديم منتجات ذات نوعية جيدة بأسعار في متناول كل الزبائن، وكذلك بفضل الدراسة والإرادة من كل الأفراد على مستوى الشركة، حققنا كل الأهداف المسطرة منذ بداية مشروع إنتاج دهون وطنية ذات ميزات عالية، وبهذه المناسبة أشكر كل الشركاء



عرائس في سنة أولى مطبخ

مأس وأجالات محروقة
في أول يوم
من رمضان

في حياة كل كنة جديدة آلاف القصص لترويها، فهي بدون سابق إنذار تدخل مسابقة خاسرة مع الحماة أو "العجوزة" التي يتحول لسانها إلى سيف بثار لا يرحم لا الإنس ولا الجن المنيار، فتندقد نر كعبة الشورية التي تشبه على حد قولها "الرغلي وما يغلي"، أو نقص سماكة العرق في العنوة أو حتى التتبيل الناقص للسلمة، ناهيك عن التفحيم البدائي لهاولة الأكل، فهي ترع أن حاولتها قطعة مستوحاة من لوحة العشاء للرسام الكسندر غران.

الشورية والحماة والزوج الساخط

هناك نوعان من الأزواج، الصبور على "زهرو" مع المرأة التي لا تعرف الطريق الصحيح لمعدته، والزوج الساخط الذي يقلب المائدة من دلاله المفرط حين لا يجد ما تشتهي معدته، وهذا ما اكتشفته نوال المتزوجة في الربيع والتي قد تطلب البوقاطلو في الصيف إن لم تجد طريقة تتعلم بها الطهي، تقول بتأفف: "في اليوم الأول من رمضان، قمت بدوزين الشورية كما تعلمتها من أمي، غير أنني بعد وضعها على الفرن رحت أشاهد التلفزيون، وفي غمرة انسجامي نسيت أن الشورية على نار، وأن زوجي سينهار بسببها.. عاد زوجي كعادته من العمل على الساعة السابعة فاستقبلته بصراخي بسبب الدخان الكثيف المنبعث من المطبخ- النتيجة شورية محروقة وفرن ملتهب وزوج يستشاط غضبا، وانتهى بنا المطاف متطفلين في بيت حماتي التي لم تخف نشوة انتصارها، خاصة وإن ابنها لم يصبر على طعامها منذ اليوم الأول من الصيام."

هناك المئات من القصص مثل التي سقناها لكم والتي لا تروى إلا في مجالس الغيبة والنميمة أو في حمامات "تكياس" الذنوب، فهناك من أمضى زوجها أول يوم صيام في مطاعم الرحمة، وهناك تعرضت للضرب بسبب أكل "مسوس"، وهناك أيضا من كان أول يوم من رمضان أول يوم من عدة طلاقها.



تحضرها فيه هي الدجاج المحمر. بعد التشويط والتتبيل وضعته في السيخ وأشعلت الكهرباء دون الغاز وبقي الدجاج نيئا وجافا مدة طويلة وادركت سهيلة القلب في النهاية ولم تجد سوى الطريقة القديمة في الطهي أي في "القدرة"، وتنتهي كلامها بمرارة: "كان يوما صعبا، بقي سرا من أسرار الزواج التي لا تباح لا في المضاجع ولا للأشباح".

ويأتي شهر رمضان الكريم بالنسبة لها كحملة انتخابية تخوضها بلا مناضلين ولا مشجعين وبدون دعم الدولة، فهي تعتمد على ذكائها وحنكتها فقط لتخوض غمار اللعبة الشرسة. "الشروق العربي" تدق أبواب البيوت وتدخل المطابخ باستئذان الضيف وأدب العشرة لتروي لكم ألف طبخة وطبخة في حياة عرائس رمضان.

كنة a emporter

تدخل عادة الأم كشخصية ثانوية من شخصيات مولير بطباعها الحادة ويتدخلها الخانق في حياة ابنتها حتى لا ينقلب القدر على "فمها" فتشبه البنت أمها. تقول ياسمين أن يومها الأول في رمضان كان خدعة حاكتها هي وأمها كي لا تتعرض كعروس لنقد حماتها اللاذع، إذ بمجرد ما سمعت بدعوة زوج ابنتها لأهله حتى راحت تقدم الدعم اللوجستي لها من مأكولات جاهزة من عند **traiteur** والبوراك الذي ينتظر أن يقلب فقط في زيت الكذب، وكريا وسكينة حاكتا المؤامرة بأدق التفاصيل حتى الحلويات المعسلة أتت متباهية في سنويات كتب من تحتها "صنع بلادي".

الدجاج وسيف الحجاج

في قصة شيقة أخرى تروي سهيلة ذكرياتها مع الفرن الجديد الذي اشتراه زوجها خصيصا لرمضان، واقتربت هي أن تكون أول أكلة

مادقة
صومي بصحة وأناقة

برحمة

Parfums
WOUROUD

إعداد

راضية حجاب • نسيبة إنتصار علال

« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »

DEODORANT
Miss de Wouroud
FEMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums WOUROUD

الغذاء المتوازن والسليم في رمضان يُجنبنا الكثير من العشكلات الصحية التي قد يتعرض لها الصائمون. "الشروق العربي" قرعت باب أخصائية التغذية لتفيدكم بأسله الطرق للأكل الصحي.

الأكل الصحي في رمضان

● بعد كل ذلك أبدي في تناول السلطة.
● اتركي الطبق الرئيسي للأخير، بعد أن تكوني قد أعددت جسمك ومعدتك لتلقي الطعام، والأهم أن تحرصي على أن يكون من

كوني نشيطة في يومك:

نصائح للاستغلال الجيد لساعات النهار

إعداد وجبات رمضان: تأخير إعداد الطعام حتى اللحظة الأخيرة ليس أمراً مريحاً، خاصة عند إعداد طعام يستغرق وقتاً طويلاً كالمحاشي والكفتة وغيرها. أعديها في عطلة نهاية الأسبوع واحفظيها جاهزة للطهي وبذلك تقللين ساعة أو أكثر من وقت الطهي.

سريع للطاقة، ثم تناول رشقات من الماء لتعويض السوائل، هكذا تمنحين معدتك وقتاً للراحة وتنشيط العصارات الهضمية المعدية والمعوية.

● ابدئي بتناول كمية من الماء أو العصير أو اللبن وذلك قبل البدء بتناول الطعام، وذلك لإمداد الجسم بالسوائل الضرورية، وعن البدائل التي يمكنك تناولها فيمكنك تناول عصير البطيخ، فهو مفيد جداً، وأيضاً يمكنك تناول عصير الليمون.

● احذري تناول كميات كبيرة من المقبلات، فسعراتها جد عالية، وهذا سيصيبك بالتخمة.

● لا تهمل طبق الشورية نظراً لأهميته في تحضير المعدة لاستقبال الطعام، كما أنه يعمل على تعويض الجسم بجزء من السوائل المفقودة خلال النهار.

فالصائم لا يحتاج إلى غذاء كثير في رمضان، بل على العكس تماماً فهو يحتاج إلى كميات أقل نظراً لقلة الحركة والجهد المبذول في هذا الشهر.

فالوجبات المطلوبة يجب أن تكون متنوعة بحيث تحتوي على جميع العناصر الغذائية الأساسية المتمثلة في الكربوهيدرات (الخبز والحبوب والمعكرونة)، والبروتينات (اللحوم والأجبان) والفيتامينات، والأملاح المعدنية (الخضراوات والفواكه) وكميات معتدلة من الدهون النباتية والسكريات، حيث يحتاج جسم الإنسان في شهر رمضان إلى غذاء صحي متوازن.

كما يجب أن تكون هناك ثلاث وجبات رئيسية في رمضان، تفصل بينها فترة زمنية مناسبة. كما عليك ألا تفاجئي معدتك بكميات كبيرة من الأكل حتى لا تعاني من مشاكل.

● يستحسن أن تفطري على ثلاث حبات تمر، كمصدر



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »

DEODORANT
Malika
FEMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums WOUROUD



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »

DEODORANT
Elu
HOMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

Parfums
WOUROUD

أهمية القيلولة والغذاء الصحي في السحور

يبدأ يوم الكثير من السيدات بعد وجبة السحور، فبين التحضير للعمل، أو الاهتمام بالأطفال وأشغال البيت، ثم الطبخ وإعداد الأطباق والحلويات، ينقضي اليوم، بفقدان الكثير من الطاقة والجهد المبذول، والاستمرار على هذه الوتيرة لشهر رمضان كاملاً، قد يضع السيدة أمام مشاكل صحية كبيرة في النهاية.

استشارت "الشروق العربي"، الدكتور علي حماني أخصائي التغذية والعناية الجسدية، حول السبل الصحية التي يجدر بالسيدة الصائمة اتباعها في رمضان من أجل الحفاظ على صحتها وحيويتها وتجديد نشاطها، وجمعنا لك هذه النصائح:

أكثر ما يحتاجه الجسم في هذه الفترة هو الأكل الصحي والنوم الجيد، وإذا تكلمنا عن النوم الجيد فلا نعني هنا بالضرورة النوم لساعات طويلة، خاصة وأن السيدات يفضلن السهر في شهر رمضان، واغتنام اليوم في الشغل، بل نعني

النوم بانتظام في مدة ومواعيد محددة، إذ ينصح الدكتور حماني، بأخذ قسط من الراحة لمدة تسعين دقيقة بعد الزوال، وهذا ما يدعى بالقيلولة، وهي عادة صحية سليمة، وسنة نبوية شريفة، عمل بها رسولنا الكريم، صلى الله عليه وسلم، ونصح بها أمته، لاسيما أن العلم قد أثبت بأن دورة النوم الكاملة تتراوح مدتها بين 60 و80 دقيقة، وهي مدة ثبت بكونها أكثر راحة من النوم العميق الذي ينتهي قبل أن تستوفي صاحبه الراحة الكافية، وتحتاج دورة النوم إلى بعض الظروف كي

تتكمّل، خاصة في فترة الصيام، إذ على السيدة الاستلقاء في مكان مظلم، هادئ ومتوسط الحرارة، ما بعد الزوال، فالنوم في حدود الساعة في هذه الظروف من شأنه دعم قدرة السيدة في انجاز مهامها المنزلية، وتقوية ذاكرتها، وبالتالي تحسين أدائها.

القيلولة نُبذ اضطرابات النوم بعد السهر

أفادنا أخصائي التغذية والعناية الجسدية الدكتور علي حماني، أنه وبعد اطلاعه على عديد الأبحاث وتقارير الصحة العالمية، وكذا من خلال تجاربه الحية مع الحالات النسوية التي يتابع نظامها، فإن الخضوع لفترة قيلولة بعد الزوال ولمدة تتراوح ما بين 80 و90 دقيقة، من شأنه أن يبدد اضطرابات النوم التي تمر بها السيدات، خاصة في فترة التأهب للحيض وما بعده، لذا يلفت الدكتور حماني الصائمات بالخصوص




« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »

DEODORANT
Sixième Sens
H&F
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

Parfums
WOUROUD



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
OSCAR

HOMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD

الذي ينال منه بعد ساعات طويلة من الصيام والطبخ، أما العادة الأسوأ، فهي ملء المعدة بأكثر قدر من الطعام قبل الخلود إلى النوم بعد السهر، وعدم الاستيقاظ عند الأذان، وهذا أكثر ما يحذر منه الأخصائي في التغذية والعناية الجسدية، بالمقابل ينصح بتأخير وجبة السحور قدر الإمكان، إلى أن يقترب أذان الانقطاع عن الأكل والشرب، أما بالنسبة لنوعية الطعام التي ينصح بها كوجبة صحية للسحور، خاصة للسيدات اللواتي يقمن ببذل جهد إضافي خلال أيام رمضان الصيفية والحارة، ينصح بتناول الحليب ومشتقاته، كاللبن والجبن قليل الملوحة، لأنها تساعد على الاحتفاظ برطوبة الجسم لفترات أطول، والتركيز أكثر على الفواكه والخضار الطازجة الغنية بالمياه والفيتامينات على غرار، الطماطم، الخس، الخيار.. والتفاح، البطيخ بأنواعه، دون إهمال الفواكه الجافة، كالشمش والزعتر.. وينصح أيضا بالابتعاد التام عن الأطعمة الدسمة، وتلك التي تدخل التوابل الكثيرة في تركيبها، وخاصة الأطعمة الحارة اللاذعة، فهي تطالب الجسم بالماء، وتمنح الشعور بالظما بعد دقائق.

بالنسبة للسوائل، التي يكثر عليها الطلب في سحور رمضان، خوفا من العطش، يرشدك الدكتور علي حماني، لتناول عصائر الفواكه الطازجة، التي تمدك بالطاقة طوال اليوم، وتبعد عنك العطش والدوخة النابعة عن انخفاض نسبة السكريات، وتجنبني كل ما هو مشروبات غازية، حتى شرب كميات كبيرة من الماء يمكن أن يضر بصحتك، وجمالك، وتذكر أن الكمية المناسبة من المياه لا تتجاوز 8 أكواب في اليوم من الفطور حتى السحور.

والسر في علاقة القيلولة بالنوم الهادئ والسريع في ليل رمضان، يرتبط بتعود الدماغ على النوم وتهيئته، على عكس ما هو شائع.

هذه الأغذية تمنحك من العطش

من الملاحظ، أن الكثير من السيدات يغطن في النوم العميق بعد تحضير وجبة السحور، ولا يقوين على تناولها، من شدة التعب



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT

Miss de Wououd

FEMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD





« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
Malika
FEMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD

خلطات عطور عربية لانتعاش دائم ينسيك العطش

يغض النظر عما هو شائع بخصوص العطور النسوية في رمضان، بين قائل بكونها مفطرة، ومكره لها، تشتكي السيدات في هذا الشهر الفضيل من رائحة الطعام، التي تلتصق بهن خلال الساعات الطويلة التي يقضينها في إعداد مائدة الإفطار، لذا اجتهدنا بمعية العطار السوري عبد الفتاح لنطالعك على أبسط الخلطات العربية التي يمكن أن تخلصك من هذا المشكل.

بحرارة الغرفة لثلاث أيام، أضيفي إليها كوبا متوسطا من الماء ودعيها في الشلاجة ور جيها من فترة لأخرى، ستحصلين على محلول عطري باللون الأبيض، ضعيه في بخاخ، واستعمليه على مناطق من جسمك في شهر رمضان، أو حتى يمكنك رشه في الهواء لتغيير الجو، رائحته طبيعية ومنعشة.

هذا بالإضافة إلى اعتبار رائحة الليمون بمثابة مطهر لتلك الرواسب التي تتركها رائحة زيوت القلي في حجرة ربة البيت كما تتركها في الهواء، لهذا يمكن إعداد عطر الليمون الفعال في مخبرك المنزلي ودون الحاجة إلى شرائه بأعلى الأثمان من العطارات، السيد عبد الفتاح العطار المشرقي صاحب عطارة الشرق بالبليدة يطلعك على الوصفة التي توصل إليها بعد تجارب طويلة، وينصحك بإعدادها أسبوعين أو ثلاثة قبل استعمالها، ليكون عطرك أكثر تركيزا ونفاذا.

في إناء زجاجي، ضعي عجينة الليمون، التي قمت بتحضيرها سابقا بوضع قشور ليمونتين في الخلاط الكهربائي، واطحنها حتى الحصول على عجينة لينة، قد يقتضي الأمر

منك وضع قطرات من عصير الليمون في إناء الخلاط لتسهيل الطحن، أضيفي إليها قطرات من زيت الليمون المتواجد في الأسواق، حوالي ملعقة صغيرة، وأغلقي القارورة الزجاجية بإحكام واتركيها

لا شك أن الانتعاش الدائم خلال أيام رمضان الطويلة والحارة، هو هوس كل سيدة، والبشرى تكمن في إمكانية حصولها على ذلك، لإحساس أكثر بالأنوثة وتجاوز العطش والتعب والروتين، من خلال توظيف عناصر نباتية موسمية تتواجد في العادة بجميع المطابخ = على غرار: الليمون، البابونج، القرفة، النعناع..

هكذا تحضرين:

عطر خلاصة الليمون النفاذ:

لا شك أن رائحة الليمون تتغلغل في الأنف لتملأك حيوية ونشاطا، وتمنحك شعورا بالانطلاق، لذلك تفضلها الكثير من السيدات،



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
OSCAR
HOMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD

« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
Sixième Sens
H&F
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD

إلى المزيج، ترح جيداً قبل إضافة كوب من الماء،
للحصول على عطر النعناع المنعش.

عطر البابونج المهدئ مع الورد:



تحتاجين إلى الهدوء والشعور بكامل أنوثتك
وأنت تخرجين من المطبخ بعد ساعات طويلة
ومتعبة تقضينها في إعداد الطعام، وقد تحتاجين
لاستنشاق البابونج وخلصات روائح الورد
حتى تتخلصي من التعب، لذا قومي بتحضير
عطر الورد هذا بمفردك، بوضع بتلات البابونج
والورد التي تفضلين عطرهما مع إضافة قطرات
من زيوتها، ضعي عليها كمية من الكحول
حسب مستوى التركيز الذي ترغبين في
الحصول عليه، ودعي المزيج لحوالي ثلاثة أيام أو
أكثر قبل أن تقومي بتصفيتها من بتلات الورد
باستعمال قطعة قماش.

العشرين عاماً في مجال العطور أن كولونيا القرفة
تمنحك الشعور بالانتماء الشرقي، وتضاعف
فخر بكونك ربة بيت أصيلة، أما عن الوصفة،
فلا تتطلب سوى ثلاثة مكونات بسيطة، أولها
الكحول المتواجد في الصيدليات، يلزمك نصف
لتر لستة أعواد قرفة، ضعهم معا في إناء
زجاجي، لليلة كاملة، في
محيط مظلم،
سيتحول لون الكحول
في الصباح إلى اللون البني المحمر،
أضيفي إليه قطرات من عطر القرفة،
ويبقى أمامك خيار إضافة قطرات من
مستخلص القرنفل أو زيت القرنفل، كما
يمكنك إضافة قرصة من مسحوق حبوب
القرنفل الذكية.

عطر النعناع المنعش:

يعد عطر النعناع الخيار المشترك لكلا الجنسين
نساء ورجالاً، لما يمنحه النعناع لمستعمله من
انتعاش وحيوية، ولصنع هذا العطر المميز في
المنزل يمكنك اتباع طريقة الخبير السوري عبد
الفتاح، بوضع حزمة من النعناع الطازج مفرومة،
مع قطرات من عطر النعناع، لليلة كاملة يتم
تصفيتها

باستعمال قطعة

قماش (شاش

طبي)، ثم

إضافة نصف

كوب

من
الكحول

كولونيا القرفة العربية الفاخرة:



رائحة القرفة من بين أشهر العطور العربية،
شائعة الاستعمال. وقد جلبنا لك أسهل طريقة
لتحضير كولونيا القرفة في المنزل، ويؤكد لك
العطار السوري عبد الفاتح عن خبرة ناهزت



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
Elu
HOMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
Miss de Wouroud
FEMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD

نموذج البرنامج اليومي الناجم لشهر رمضان

تنتظر جميع السيدات حلول الشهر الفضيل،
فهو فرصة لإثبات إمكانياتهن في المطبخ،
وفي إدارة شؤون المنزل بما في ذلك
الجانب التنظيمي والاقتصادي،
والإفراط في الاهتمام بهذه
الأمر قد يسبب لديهن
حالة من الإرهاق يمكن
أن تتحول إلى أمراض لا
سبح الله، خاصة مع
ارتفاع درجات
الحرارة، لذا حاولنا
في هذه الورقة أن
نقدم لك النموذج
الصحيح لتنظيم
برنامجك الرمضاني،
على النحو الذي
يريدك.

النظام الدقيق سر راحتك

بالعودة إلى الخبرة الطويلة لسيدات البيوت
الناجحات، في إدارة شؤون العائلة في شهر
رمضان، نكتشف أن النظام والسير وفق
برنامج دقيق هو السر وراء استمتاعهن بشهر
رمضان، وتفرغهن للعبادة، إضافة إلى كل تلك
المهام المنزلية المنضوية ضمن مسؤولياتهن
اليومية، لذا ومن أجل نجاحك في هذه المهمة،
عليك أولاً بوضع برنامج دقيق لهذا
الشهر، ومحاولة الالتزام به قدر
الإمكان. كأن تستيقظي في
حدود الثامنة صباحاً لإنجاز
أعمالك المنزلية الروتينية،
وحاولي تقشير الخضار أو
إعداد المطبخ مسبقاً لتجهيز
الإفطار كي

بعد الإفطار

ينصح خبراء الصحة بالحركة الدءوب بعد
الأكل، وعليك أخذ هذه النصيحة بالذات بعين
الاعتبار في شهر رمضان، فيكفيك محيط
مطبخك الصغير أو قاعة الطعام للتحرك
بالشكل الكافي، اغسلي الأواني ورتبها قبل
الجلوس إلى التلفاز أو الصلاة، وحاولي ألا تفوتي
عليك مشاوير السهرة في الهواء الطلق،
والاستمتاع بانخفاض درجات الحرارة، إذ
يعتبر المشي لعشرين دقيقة بمثابة رياضة
يومية تساعدك على تجاوز اللحظات
الشاقة، على عكس ما يعتقد البعض
بأن المشي يضاعف التعب.
تفادي السهر لساعات متأخرة،
حفاظاً على صحة جسمك
ورونق بشرتك، وتذكري
دائماً بأن الإنسان في
حاجة إلى الراحة
والنظام، حتى يؤدي
مهامه على
أحسن وجه.



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
Malika
FEMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
Elu
HOMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

Parfums
WOUROUD

تغلب على هاجس نفاذ الوقت بهذه الخطوات

مع اقتراب شهر الصيام، تزداد مخاوفنا نحن
السيدات من نفاذ الوقت، وهو المشكل الذي
يتكرر مع كل موسم، لهذا نحاول قدر الإمكان
تقديم يد المساعدة لكيفية استثمار الوقت،
حيث يكفيناك لقضاء كافة حوائجك، وفي
مقدمتها العبادة.



للسحور، تكوينين قد ارتحت بما فيه الكفاية وأديت
عباداتك في وقتها، وفي هذا الشأن ننصحك بأداء
الصلوات الخمس في أوقاتها، فهذا من شأنه طرح
البركة في وقتك ولا تنسي التسبيح والتكبير
والأذكار وأنت تعدين الوجبات، لتضاعفي
الحسنات. وحتى لو كنت أما، فمعنا لن تبذلي أي
جهد، عندما يستيقظ الأولاد صباحا حضري لهم
الطور الصباحي المعتاد، وعند الظهيرة ممكن أن
يكون الغذاء مما تبقى من وجبة الإفطار، أو تكتفين
بمنحهم الفاكهة متبوعة بعصير، ووجبة العشاء
ستكون معكم على الإفطار وهكذا.
وبهذه الطريقة سيبقى لك متسع من الوقت
لترتاحي وتسترخي، وتتمتعين بصياحك بشكل
رائع.

مكان قريب، هكذا ستنظمين نفسك.
ننصحك سيدتي بتحضير قائمة طعام مقترحة
لشهر كامل وقائمة للتسوق الأسبوعي.
وفري على نفسك الجهد والتفكير، كما سيكون
من الجيد تحضير قائمة اقتراحات لأطباق رئيسية
وجانبية طيلة الشهر، وهكذا ستهلين على
نفسك عملية اقتناء اللوازم بشكل لا يضر الميزانية،
وهناك طريقة إضافية لتوفير الوقت والجهد، وهي
إعداد المقبلات والفتائر والعجائن بشكل مسبق،
وهي طريقة عملية للنساء العاملات واللواتي
يملكن عائلات كبيرة العدد. بالنسبة لأعمال
التنظيف، ننصحك بغسل أواني الطبخ مباشرة
بعد الفراغ من التحضيرات، حتى لا تتكدس
وتتعبك، وحتى مع انتهاء الإفطار والتحضير

قد تتساءلين كيف؟ سنقول لك أن الحل يكمن في
وضع جدول بالمهام اليومية، يضم أهم الترتيبات،
الطبخات حسب الأيام، مآدب الإفطار، أيام التسوق
وغيرها. ولعلمك، فالجدول متغير حسب أولويات
أي سيدة، عليك أن تحترمي ساعات النوم اللازمة
للجسم، لتجدي نشاطك.
أول نصيحة هي الاستيقاظ باكرا، على الأقل قبل
الزوال، ابدئي بتقسيم يومك إلى أجزاء حسب
أولوياتك ونوعية المهام التي تنوين أداءها،
كالتسوق، بداية الطبخ، التحضير لمآدب الإفطار،
وهكذا. هذا سيمنحك وقتا طويلا قبل الإفطار
وتستطيعين الاسترخاء فيه وتحضير نفسك.
تنظيم أجندة بتواريخ الأنشطة العائلية
والاجتماعية الرمضانية، وعلقها على الشلاجة أو في



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
Sixième Sens
H&F
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

Parfums
WOUROUD



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
OSCAR
HOMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD

ولا تنسي إبهاج طاولتك ببعض المكسرات التي ستعكس شخصيتك النشيطة. الفواكه: نظفيها وقصيها بطريقة متناسقة، وضعيها في صحون متفرقة، حتى لا تُخرجي ضيوفك عند تقطيعها، ولا تنسي وضع السكاكين الخاصة وأوانٍ لوضع قشور المكسرات.

والآن سنأتي إليك، حضري نفسك مسبقا، اختاري ما ستلبسينه والشبشب والعطر الذي ستضعينه، وهكذا، ففي الساعات التي سترحينها ستحضرين نفسك ولا تنسي تسريح شعرك، وهنا ننصحك باستعمال إكسسوارات الشعر فهي جد مناسبة للسهرات الرمضانية واكتفي بأقراط بسيطة فقط.

وتبقى أكبر عقبة تواجهينها بعد انصراف الضيوف ألا وهي تنظيف المطبخ، صدقنا لو كنت تخلصت من كل الأواني ونظفتها فور استعمالها، ستجدين أن مطبخك نظيف، وحتى عند تجهيز الأكل لتقديمه.

خطة عملية لتنظيم دعوات الإفطار والسهرات في الشهر الفضيل

شهر رمضان للتكافل الاجتماعي وزيادة الروابط الاجتماعية والعائلية، لهذا نكثر فيه دعوات الإفطار، وكثيرا ما يفرض على السيدة بذل مجهودات أكبر، وستشكل لا محالة مشكلة تريد من التوتر اليومي، وعليه سنحاول التقليل من هذا الأخير بخطوات جد بسيطة.

للحلاجة لتتراخى. وبهذه الطريقة ستحدين قائمة مشترياتك بسهولة، وستعرفين ما عليك إحضاره من المتجر، وهذا سيجنبك اقتناء أشياء أكثر من حاجتك أو أشياء لا تحتاجينها. وحتى مائدة الإفطار حضريها بيوم مسبق، وعطري غرفة الصالون واتركيها مغلقة، غطي كل الأدوات بمفرش حتى لا يؤثر فيها الغبار، كما لا تنسي إعداد أواني السهرة والحلويات التي ستنوين تقديمها، صفقيها في صينية على طاولة منفصلة. الشاي حضريه في آخر لحظة حتى يبقى محافظا على نكهته، ولا تجعلينه يغلي كلما برد، فهذا سيكسبه الكثير من المارة.

أول شيء، علينا تحضير قائمة بأصناف المأكولات التي سنقدمها على المائدة، وسيشمل هذا: السلطة ممكن تقديم منها صنفين، المقبلات: تكون عادة عجائن أو لفائف من الجبن واللحم المدخن والمرتبديلا وبعض شرائح الطماطم والزيتون، أو لحم حلو، الشوربة، الطبق الرئيسي: اختاريه بعناية ويمكن المزاوجة بين اللحم والدجاج في كثير من الأطباق، والفاكهة أو التحلية، هذه الأخيرة يُنصح بتحضيرها مسبقا بيوم، خاصة إذا كانت تحتاج للتبريد أو للراحة قبل التقديم، ويفضل وضعها في الأكواب والأواني التي ستقدم فيها قبل الإفطار وإرجاعها



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
Miss de Wououd
FEMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »

DEODORANT
malika
FEMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

Parfums
WOUROUD

ضرورة العناية بالمظهر بعد الطبخ

انتبهي بإطلالك الرضائية المشرقة لنفندي تنهية من حولك

في البداية، وتوجهي للسلطات والوجبة الرئيسية، نظفي أواني الطبخ حتى لا تتراكم وكذا الأرضية، ستجدين أن الوقت لا يزال طويلا، هنا خففي النار على الموقد واقتدي الحمام، خذي دشا خفيفا، تخلصي من روائح الطبخ والثوم والبصل ونظفي أظافرك جيدا، استرخي واخرجي، غيري ثيابك بأخرى عملية، ولا تغفلي تطبيق قليل من الزيت المعطر بالنكهة والحدة التي ترغبين، حتى لا تعلق فيك رائحة الطعام.

نأتي لشعرك، جففيه جيدا ولا داعي لغسله يوميا، وسرحيه بطريقة بسيطة، تراعين فيها عدم تساقط شعرات منه في الوجبات، ثم ضعي فوقه شريطا للشعر، أو "بوندانة" أو ربطة من الساتان، ولا تنسي تطبيق ماكياج خفيف، أو الاكتفاء بالكحل الأسود وممشط الرموش وقليل من "البلاشر"، لتعطي وجهك النظارة وتخفي أي شيء من التعب.

نأتي للباس، نريده عمليا، فالأكيد أنك لم تنتهي بعد من تحضير المائدة وقلي "البوراك"، وتقسيم حصص الأكل، فالثوب الذي ستقدمين فيه وجبة الإفطار لابد أن يكون مريحا، وجميلا، وحبذا لو يكون مطرزا قليلا ليعطي للمسة العربية الكلاسيكية، وليعطيك إطلالة فخمة نوعا ما، ويجب أن تراعي فيه التوسط في الطول وحبذا لو يكون من قطعتين، أي قميص وسروال، وليس هناك أجمل من الأزياء التقليدية الخفيفة، أو ننصحك الاستعانة بالقصات التونسية أو المغربية المتوفرة بكثرة في السوق، والتي تعتبر عملية بدرجة كبيرة.



لا نريد لأعباء البيت وواجباتك أن تشغلك عن العناية بهندامك وبجمالك، لهذا ننصح بالبدء في التحضير للوجبات الرضائية اليومية في وقت مبكر قليلا، وهذا وفق رزنامة أعمال يومية مخطط لها من قبل، تسمح لك بترتيب نفسك وريح الكثير من الوقت، ووفقها بإشري التحضير لوجبة الإفطار باكرا، ابدئي بالحساء والحاجات التي تأخذ وقتا كتحضير المملحات مثلا، إطلهها

سيدتي العزيزة، الشهر الفضيل على الأبواب وبطبيعة الحال ستستهلكين كل وقتك في المطبخ والتنظيف والتحضير لوجبة الإفطار، كما ستؤدين العبادات، لكن في كثير من الأحيان تهملين نفسك ووظافتك الشخصية، وحتى تكوني جوهرة مائدة الإفطار وتضيفين البهجة على من حولك، نحاول ها هنا مساعدتك.



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
OSCAR
HOMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

Parfums
WOUROUD



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »

DEODORANT
Sixième Sens
ANTI-TRANSPIRANT H&F
0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité
W Parfums WOUROUD



خطوات ضرورية لسلامة شعرك في رمضان



تساعد فروة الرأس على إفراز الدهون الطبيعية، وتمدّها بالحديد والكالسيوم، وتعمل على علاج ضعف الشعر وجفافه.

العصائر الصناعية:

يجب الابتعاد نهائياً عن شرب العصائر الصناعية المحلاة والمشروبات الغازية والمضافة إليها نكهات، واستبدالها بالمشروبات الطبيعية ولاسيما المشروبات الرمضانية المتعارف عليها مثل؛ قمر الدين والتمر الهندي.

الحلويات:

ينصح خبراء التجميل والعناية بالشعر التقليل من تناول الحلويات التي تحتوي نسبة سكريات عالية مثل القطايف والبسبوسة، وذلك لأنها تؤثر على الشعر.

من بين هواجس النساء في رمضان العناية بالشعر، ولأن ساعات الصيام قد تؤثر عليه، ننصحك بخبرة التغذية بإتباع خطوات بسيطة تحافظ على سلامة الشعر.



الألبان قليلة أو خالية الدسم المختلفة، فهي بلا منازع أهم مصدر للكالسيوم بالإضافة إلى احتوائها على معادن لحديد والبوتاسيوم والفيتامينات اللازمة مثل فيتامين "أ، ب، سي،..." والتي بدورها تعزز صحة الشعر وتمنع تساقطه، كما تساعد في المحافظة على القوة واللمعان المطلوبين لأي شعر صحي.

الخضراوات ذات الأوراق الداكنة:

من المهم جداً تناول الخضراوات في رمضان، فهي تساعد الجسم في عملية الهضم، وتعتبر الخضراوات داكنة اللون مثل؛ الملوخية والسبانخ والجرجير والبروكلي أهم المواد الغذائية التي

وفي الموضوع تقول أنه على المرأة الراغبة في الحفاظ على جمالها الابتعاد عن تناول الوجبات الجاهزة، وحتى السكريات والدهون، مع شرب كميات كافية من الماء والسوائل حفاظاً على الشعر من التقصف والجفاف.

كما يجب على المرأة شرب كميات كبيرة من الماء من وقت الإفطار إلى وقت السحور تدريجياً وعلى دفعات لتسهيل عملية الهضم، كما عليها تناول السلطة لاحتوائها بدورها على كمية مقبولة من السوائل والألياف.

منتجات الألبان:

يجب أن تحتوي وجبة السحور على منتجات



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
Elu
HOMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums WOUROUD

« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »

DEODORANT
Miss de Wououd
FEMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums WOUROUD

لا تهملّي أطرافك وأظافرك في رمضان

عن طبيعة السيدة، أكانت مهمة بجمالها أو مهمة، عاملة أورية منزل؟
وفيما تعتقد الكثيرات أن التخلص من الأظافر فور ظهورها، والغسل المتكرر للأيدي بالصابون ومواد التنظيف من شأنه المحافظة على مظهرها الجميل، تؤكد الأخصائية رندة أن هذا الأمر خاطئ تماما، وقد يؤدي إلى نتائج عكسية، كالتهيج والخشونة وتغير اللون، وربما إلى مشاكل جلدية أكثر تعقيدا كالإكزيما بدخول عوامل أخرى، قد تتعجب الكثيرات من هذه المعلومة مثلنا، لكن، ما هي السبل الصحيحة للعناية باليدين؟



● اختيار الصابون الملائم لطبيعة الأيدي أمر ضروري، تقول الأخصائية في العناية، بل إنه أهم من عملية غسلهما في حد ذاتها، إذ تتوفر في الصيدليات العديد من الأنواع المختبرة، كصابونات العناية بالأيدي الخشنة مثلا.

● عدم إهمال الترطيب، خاصة بعد الاحتكاك الطويل لسطح اليد بالمياه شديدة البرودة أو الحرارة، أو أنواع مواد التنظيف المختلفة في شهر رمضان، وفي موسم الحرارة متى تكثر الإفراغات الجلدية، يجب غسل اليدين بالماء والصابون المنتقى بعناية، ثم ترطيبهما بكريمات الترطيب، أو الزيوت الطبيعية المغذية، والتي يشترط ملاءمتها مع نوع البشرة دائما.

● لا يقلل التقشير أهمية عن الترطيب، لذا حاولي تقشير يديك، عند كل حمام كامل، حتى تتخلصي من الخلايا الميتة التي تشوه جمالهما وتعرضهما للجفاف والتجاعيد.

اليدين بمثابة مرآة السيدة، لأن النظر إلى مظهرهما وترتيب الأظافر، يعطي انطباعا سريعا



التواجد الطويل للسيدة داخل المطبخ في رمضان، وعلامتها المستمرة للعاء ومواد تنظيف الأواني، خاصة العركرة منها، بان يقضي على جمالية الأيدي والأظافر تماما كما يقضي على الدهون، صف إلى هذا اهمال العناية بالجلين، عند الانشغال بأمور أخرى، يضع السيدة في موقف محرج يوم العيد، ولتفادي كل هذا، استشارت "الشروق العربي" أخصائي العناية بالأطراف، وجلبت لك هذه النصائح البسيطة وسهلة التطبيق.

العناية باليدين

لأن يدي الإنسان، هي الطرف الأكثر عرضة للبكتيريا والجراثيم من خلال توظيفهما في كل الأنشطة اليومية تقريبا، تشدد السيدة رندة صاحبة مدرسة "الأناقة" للجمال والعناية، على ضرورة إيلاء هذا العضو اهتماما بالغا، فهي تعتبر

« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »

DEODORANT
Malika
FEMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums WOUROUD



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »

DEODORANT
Elu
HOMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD




القدمين تماما مثل الاهتمام بعناصر الجسم الأخرى كاليددين، واختيار الصابون أو شامبو خاص وملائم.

- أهم خطوة يجب أن ترافق تنظيف القدمين، هي تجفيفهما بشكل جيد، إذ تشدد الأخصائية في العناية السيدة رنة، على أهمية استعمال منشفة خاصة بالقدمين، من النوع القطني، حتى تتمكن من امتصاص كل طبقة المياه من على سطح القدم، لتفادي تحولها إلى روائح كريهة باعتبارها البيئة المناسبة للفطريات والبكتيريا.
- أظافر القدم أيضا تحتاج إلى العناية والاهتمام، من خلال تقليمها المنظم، دون إلحاق الضرر بالزوايا.
- تقشير القدمين عادة قديمة، اعتمدتها الجدات عند كل حمام، حاولي قدر المستطاع عدم إهمالها مهما كان وقتك ضيقا، خاصة في موسم الصيف، حفاظا على جمالية قدميك، بإزالة النسيج الصلب.
- رطبي قدميك، وابتعدي عن شباشب النايلون.

جلوسك أمام التلفاز، استعيني بشريحة ليمون لفرك أظافرك، ستتخلصين من رائحة الطعام على يديك، وكذا من بقايا مواد التنظيف الكيميائية المترسبة عليها، ستلاحظين ظهور طبقة لامعة تدوم طويلا.

العناية بالقدمين:

حرارة الطقس، تدفع بعض السيدات إلى المشي حافيات القدمين في المنزل، وهذه عادة سيئة، فبالإضافة إلى أنها تنافي إتيكيت الأنوثة، تؤدي إلى تراكم الأوساخ على سطح الجلد، وبالتالي إلى مشاكل صحية وجمالية، لذا يجب الاهتمام بنظافة

العناية بالأظافر:

لاشك، أن غالبية ربات البيوت يفضلن الأظافر القصيرة في شهر رمضان، بسبب نقص



الوقت للعناية المستمرة بها بعد كل دخول للمطبخ، كذلك التخلي عن طلاء الأظافر في هذا الشهر الفضيل ينسي السيدات وجود عضو شديد الحساسية يحتاج إلى الاهتمام، هنا، قد تتساءلين، هل تحتاج الأظافر القصيرة إلى العناية أيضا؟ وكيف؟

تجيب الأخصائية في العناية السيدة رنة، بأن الأظافر بشكل عام معرضة للمشاكل والبكتيريا والكسر، لذلك يجب العناية بها، أما في رمضان فيمكن الاستعانة بمواد طبيعية، مثلا:

- عند الدخول إلى المطبخ، استعيني بفص ثوم، مرريه بالدعك على الأظافر حتى تمتص عصيره، ثم اشفطي يديك بالماء الفاتر، هذا من شأنه تنقية وتقوية الغشاء الفوقي للأظافر.
- الليمون جيد جدا للأظافر واليددين، يمكنك استعماله بعد الفراغ من اشغال البيت، فعند





« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »

DEODORANT
Sixième Sens
H&F
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD






« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
OSCAR

HOMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD

على الإفطار

عدم التنوع في الأصناف الغذائية على وجبة الإفطار والاكثفاء بصنف واحد من شأنه مساعدتك على إنقاص وزنك بشكل كبير، خاصة إن كان الصنف المختار يحتوي على اللحوم، الحمراء منها أو البيضاء مع الأرز.

الأكثفاء بكوب ماء واحد

الاكثفاء بشرب كوب ماء واحد فقط على الإفطار، مهم جدا، وتجاوز هذا العدد السحري سيؤدي إلى تمدد العصارات الهاضمة وتوسع المعدة، وبالتالي يجعلها تطلب المزيد من الأكل، كما قد تصابين بالانتفاخ مما يساهم لاحقا في بروز الكرش وهذا آخر ما تريدينه، لذلك لا تشربي أكثر من كوب ماء على الإفطار، وإن كنت ترغبين بالمزيد فاكبحي جماح رغبتك لما بعد الإفطار بساعة تقريبا، واشربي بعدها القدر الذي تشائين.

ابدئي يومك الموالى بوجبة سحور حارقة

اختاري تناول وجبة سحور حارقة، كشرب اللبن، أو الرائب، أو تناولي البيض المسلوق مع برتقالة أو التمر واللبن أو الخيار مع اللبن من شأنها أن تعمل على رفع الاستقلاب في الجسم وحرق الدهون بكمية أكبر.

أبجديات إنقاص الوزن في رمضان

تحل أي فتاة وأي سيدة سعيدة بإنقاص وزنها وفقد بعض الشحوم المخزنة والتي اكتسبتها على مدار أيام السنة، والأكد ليس هناك أفضل من شهر الصيام لفقدان الوزن والحصول على جسم رشيق وصحي ومتناسق، وفيما يلي ستجدين كيف ومتى ستخسرين الوزن الزائد.

خاطفة على أطفالك، وتسرعين عندما يرن الهاتف، وقد تقومين بتنظيف أرضية المطبخ، كلها مجهودات تحرق الدهون في جسدك فابتهجي.

الأكثفاء
بصنف
واحد

المنتشي قبل الإفطار

وجد الخبراء أن المشي لساعة كاملة قبل موعد الإفطار بساعتين يساهم بشكل كبير في استعادة الجسم لرشاقته، فهذه الساعة تعرف علميا بالساعة الذهبية لحرق الدهون، فهذه الأخيرة تحرق في هذه الفترة أربع مرات أكثر من أي وقت آخر.

وطبعا، نقول لكم أن مخزون السكري في العضلات في ذلك الوقت يكون في حدوده الدنيا، وأي جهد عضلي ستقوم به العضلة ستأخذه من المخزون الدهني فيها، لكن يجب الحرص على عدم تناول الطعام بعد المشي مباشرة، بل لابد من الانتظار مدة ساعة كاملة قبل البدء بتناول الطعام.

قد تتساءلين سيدتي كيف لك بالمشي وأنت ستكونين بصدد الإعداد لوجبة الإفطار، ابتسمي، فأنت تستثمرين ساعتك الذهبية للحرق بطريقة جد سليمة، أولست تنتقلين بين المطبخ وغرفة الطعام؟ وتنظفين أواني المطبخ، وتركضين لإطالة



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT

Miss de Wououd

FEMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD





« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
Malika
FEMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD



الشوكولا ورقائق الذرة والمربى.

الوجبات الأساسية:

استبدلي البطاطا المقلية أو الأرز
البسمتي بالمعكرونة من القمح
الكامل أو الأرز الأسمر وإذا كان لابد
لك من تناول الأرز اختاري الأرز
الأبيض الطويل.

الحليب ومشتقاته:

يمكنك تناول الياهورت المجمد مع قطع
الفواكه أو الأيس كريم أو الحليب
بالشوكولاتة، ولكن بكميات معقولة.

البقول:

استبدلي الفاصولياء بالعدس أو الفاصولياء
المعلبة أو الفول أو الحمص وهي وجبات
رائعة للسحور.

عزيمته، ونقدم لك هنا هذا الريجيم السهل
والبسيط، دون الإحساس بالجوع.
يعتمد هذا الريجيم الصحي على تخفيض
السعرات الحرارية التي تتناولينها خلال شهر
رمضان بتناول بعض الأطعمة التي ستشعرك
بالامتلاء والشبع لأطول فترة ممكنة.

الخبز:

استبدلي الخبز الأبيض بخبز القمح الكامل،
الخبز الأسمر أو خبز الشعير أو النخالة.

الخضار:

استبدلي الشمندر السكري مثلاً بالبازلاء
المجمدة أو البروكلي وكذلك الفطر
والجزر والقرنبيط.

الفاكهة:

استبدلي الموز بالخوخ أو
التفاح أو العنب
والفريز
والبرتقال.



الوجبات الخفيفة والطويلات:

يمكنك تناول
الجوز أو رقائق
الشوفان بدلاً
من
البسكويت. كما

أن هناك وجبات
خفيفة جداً وقيمة يمكنك
تناولها بين الوجبات دون
أن يزيد وزنك كالجوز
والزبيب أو الكعكة
الاسفنجية وحليب



التراب الطارق

تناولي شراباً من مكونين أثبتا علمياً وطبياً
فعالتهما في حرق الدهون، وهما مزيج الليمون
مع البقدونس، فشربهما بشكل يومي طيلة
الشهر الكريم، خاصة بعد قضاء صلاة التراويح،
سينشط عملية حرق الدهون ورفع نسبة
الإستقلاب في الجسم، مما يخلصك من
السموم ويساهم في إذابة الشحوم والدهون
المكدسة في المناطق الصعبة، كالكرش والأرداف.

ريجيم ذهبي لوزن مثالي في رمضان

تريدين الاستثمار صحياً في رمضان قصد
الوصول إلى الوزن المثالي والتمتع بجسد رشيق
بحلول عيد الفطر المبارك إن شاء الله، نقول لك
إن شهر الصيام هو الوقت الأنسب لمضاعفة



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »



DEODORANT
OSCAR
HOMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »

DEODORANT
Sixième Sens
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD

صيام الحامل في رمضان.. ماله وما عليه

مع دخول شهر رمضان الكريم، يتبادر إلى
أذهان العديد من السيدات الحوامل
أسئلة تخص الصيام أثناء الحمل وما له من
فوائد وأضرار.

تواجه الأمهات الحوامل تحدياً حقيقياً أمام
الصيام في رمضان، سنحاول في هذا المقال
الإجابة على التساؤلات الشائعة بناء
على أحدث الدراسات العلمية
والطبية، خاصة بوجود كثرات
ممن يرفضن التخلي عن هذه
الشعيرة الدينية المهمة.

هناك العديد من الاختلافات في
نتائج الدراسات الطبية التي
تبحث في تأثير الصيام على
الحمل، وترجع هذه الاختلافات
إلى وجود عدة عوامل منها توقيت
رمضان بالنسبة للحمل، حيث
إن الصيام في الشهور الأولى من
الحمل يكون له تأثير أكبر، وإذا
كان صيفاً تزيد المشقة. لدينا
كذلك عامل التغذية، فاختلاف
العادات الغذائية خلال فترة

الإفطار والسحور يؤدي إلى اختلاف

مستويات الطاقة على مدار اليوم من سيدة
لأخرى، مما يخلق اختلافاً في تأثير الصيام على
الحمل، فضلاً عن الحالة الصحية العامة
للحوامل، وكذلك اختلاف الحالة الصحية من

سيدة لأخرى مثل: الوزن ووجود أمراض مزمنة
من عدمها. وتشير بعض الدراسات إلى أن
السيدات الحوامل في الثلثين الثاني والثالث
والتي تكون حالتهن الصحية العامة جيدة لا
يحدث لديهن خلال صيام شهر رمضان أي
تأثير سلبي على نمو الجنين. من جانب آخر،
تشير دراسات أخرى إلى ارتفاع احتمالات ولادة
الجنين ذي الوزن المنخفض بمقدار مرة ونصف
لدى السيدات التي يتصادف صيامهن مع
الثلث الأول من الحمل.

ومع هذا، إن اخترت الصيام فعليك الحذر من هذه
الإشارات والاتصال بطبيبك فوراً:

- إذا كنت تشعرين بعطش شديد، وتبولين
أقل بكثير من المعتاد، أو إذا أصبح بولك داكن
اللون ورائحته قوية، فهذه علامة على
الإصابة بالجفاف، وقد يجعلك ذلك أكثر
عرضة لالتهابات المسالك البولية.
- انقباضات مثل الألم. يمكن أن يكون
ذلك مؤشراً على ولادة مبكرة.
- لم تكتسبي وزناً كافياً أو أنك
تخسرين من وزنك.
- الصداع أو آية آلام أو ارتفاع في
درجة الحرارة.

- تغير في حركات الجنين.
- إذا شعرت بالدوار، أو الإغماء،
أو الضعف، أو التشويش، أو
التعب، حتى بعد حصولك
على قسط وافر من الراحة.
أفطري عن الصيام على الفور
واشربي ماء يحتوي على
بعض الملح والسكر، أو محلول
معالجة الجفاف عن طريق
الفم.



« Vous avez aimé le parfum !
Vous allez adorer son Roll On »

DEODORANT
Elu
HOMME
ANTI-TRANSPIRANT

0% Alcool
0% Paraben
24H Efficacité

W Parfums
WOUROUD



DOZIA

LE BON GOUT DU BON CAFE



مصطفى بيراف يفتح قلبه للشروق العربي:

لا أطمح أن أكون وزيرا ..
وهذه حكايتي
مع بلومي ومخلوفي

يكشف مصطفى بيراف الذي ارتبط اسمه لسنوات برئاسة اللجنة الأولمبية الجزائرية في هذا الحوار المطول (من جزأين)، الكثير من الأسرار الرياضية والخاصة، التي لم يكشف عنها من قبل، ومنها تفاصيل لم تنشر من قبل أبدا عن قضية لخضر بلومي مع الطبيب المصري، وموقفه من الضجة التي أثارتها توقيف مخلوفي عقب الأولمبياد الأخيرة، مع تفاصيل ما حدث في أولمبياد ريو دي جانيرو وما رافقها من إخفاقات وانتقادات ألقى بها بدوره على عاتق الوزارة كونها المسؤول الأول على القطاع.

ضدي، ورغبة مني بعدم تعكير صورة الجزائر الرياضية دوليا فضلت الانسحاب.

تقصد الوزير الهاشمي جيار؟

لا أريد أن أذكر الاسم، فهذا الوزير كان يظن أنني منافس له، لكنني أنا متطوع، ولم أحصل على راتب من اللجنة الأولمبية أو أي مقابل مادي، وقرار انسحابي كان من تلقاء نفسي، لأنني رأيت فيه مصلحة للجزائر، وأؤكد أن السيد أحمد أويحيى لم يضغط علي ولم يجبرني على الانسحاب.

في تصريحاتك السابقة، أكدت أنك

تعرضت للتهديد من طرف

مسؤول سام في رئاسة الجمهورية،

لماذا التهديد، ومن وراءه؟

فعلا، تعرضت للتهديد بسبب موقفى الداعم لرئيس الجمهورية، ومن هددني كان من بين المناهضين للعهدة الرابعة، وهم زمرة قليلة في رئاسة الجمهورية، لكن اليوم لا أحد يستطيع تهديدي. صحيح، كانت هناك خلافات بيني وبين المسؤولين في القطاع وانتهت، فأنا لا أستطيع بناء علاقات رياضية تضم 4 ملايين جزائري على الحقد والكراهة وتصفية الحسابات.

تتعرض دائما إلى انتقادات كبيرة،
هل لديك خصوم من السياسيين أو
المسؤولين في وزارة الشباب أو حتى
الإعلاميين؟

لا، ليس لدي خصوم، وما يجمعني بكل هؤلاء الذين ذكرت هو الاحترام، فأنا متواضع وابن الشعب وأحب الرياضيين وهم يحبونني ولدي علاقات طيبة مع الإعلاميين وحتى السياسيين.

لكنك تحدثت عن تهديدات من

طرف مسؤولين في رئاسة

الجمهورية أجبروك على

الانسحاب من رئاسة اللجنة

الأولمبية سنة 2009 من بينهم

رئيس الحكومة آنذاك أحمد

أويحيى؟

أحمد أويحيى أخ وصديق، وهو لم يطلب مني الانسحاب، لقد كانت الأمور السياسية معقدة والجزائر مستهدفة ومبرمجة في موجة "الربيع العربي"، والحملة التي قادها ضدي آنذاك وزير الشباب والرياضة مغلوطة، لكن فيما بعد تم تدارك الأمور وعرف الوزير انه على خطأ عندما تأمر

كما فتح بيراف قلبه لـ«الشروق العربي» للحديث عن أمور خاصة ومثيرة حول طبيعة مرضه، والصراعات التي زجت به في السجن "ظلما" منذ انتخابه لأول مرة على رأس اللجنة الأولمبية في 1996، وكيف تلقى التهديدات من طرف مسؤولين في الرئاسة بسبب دعمه للعهدة الرابعة لرئيس الجمهورية عبد العزيز بوتفليقة، وكيف انسحب سنة 2009 من الساحة في موجة ما يسمى "الربيع العربي"، وكيف خاض غمار الترشح مرة أخرى على رأس اللجنة الأولمبية (التي سيتقرر مصيرها والمجلة تحت الطبع)، وغيرها من القضايا الأخرى خلال هذا الحوار المتميز والمليء بالمفاجآت.

في البداية نريد الاطمئنان على
صحتك وما حقيقة مرضك؟

لقد أصبت بجلطة دماغية بعد ستة أشهر من ألعاب ريو دي جانيرو، وكنت في حالة صحية حرجية، وتعرفون ما معنى الجلطة ومضاعفاتها، لكن البروفيسور نبوش، وهو مختص في أمراض القلب والمتابع للمفي الصحي، منحني شهادة طبية تؤكد قدرتي على متابعة عملي، لذا ترشحت لرئاسة اللجنة الأولمبية مرة أخرى.

هل تقبل منصبا في الحكومة لو عرض عليك؟
الوزارة ليست من طموحي.

تعرضتم لانتقادات كبيرة واتهمتم بتبديد الأموال في منافسات ريو دي جانيرو مقابل نتائج مخيبة للأمال، ما تعليقكم؟

في الألعاب الأولمبية السابقة كنا في وضعية مالية جيدة أكثر من كل الاتحاديات وأحسن حتى من الوزارة، ومنحنا لهم الأموال اللازمة للذهاب إلى منافسات ريو دي جانيرو، وتكفلنا بكل المصاريف، ولولا اللجنة الأولمبية لما تمكن 68 رياضيا من المشاركة الأكبر من ناحية العدد منذ الاستقلال، وهو عدد أكثر حتى من دول عربية غنية، لكن الكثير انتقدنا وقال كيف فاز مخلوفي فقط بميداليتين؟.. أقول لهؤلاء المزايدين والذين لا يعرفون الحقيقة، هي أن تحضير رياضي واحد للمشاركة في الأولمبياد يكلف مليون دولار، لكن في الجزائر نحن أهلنا 68 رياضيا بمليونين ونصف مليون دولار.. يجب أن نكون موضوعيين، فما معنى 32 مليار سنتيم التي يتحدثون عنها؟ إنها فقط مليونين ونصف مليون دولار، لا تمثل دخل لاعب واحد في البارصا مثلا لمدة أسبوع. كل المصاريف المذكورة في التقارير بالسنتيم ومقيدة ومبررة ومسجلة ومرتبة ومتفقون عليها مع الوزارة.

يعني لا يوجد فساد ولا هدر للأموال العمومية؟

لا توجد أموال عمومية، لأن أموال اللجنة حضرنا بها اللاعبين ودفعنا بها حقوق المشاركة، والوزارة أعادت لنا الأموال التي استعارتها منا.

هناك أصوات طالبت برحيلك؟

إذا بحثنا عن هوية الأشخاص الذين يقودون حملة ضدي في الفاييس بوك سنجدهم شخصا واحدا أو شخصين على الأغلب، وهما معروفان في الأوساط الرياضة ولديهما مشاكل مع اللجنة ومعني شخصيا، لأنني حاربتهم وأحارب كل المزورين الذين يتلاعبون في الفواتير ويتاجرون بالمنشطات وسط الرياضيين.

من تقصد؟

مسيرون وتقنيون من المستوى الضعيف يصنعون أبطال المنشطات ويتاجرون بها وسط الرياضيين.

اتهم توفيق مخلوفي المسؤولين الرياضيين بالتقصير، وأنه تدرب وشارك بإمكانياته الخاصة في أولمبياد ريو دي جانيرو، ما تعليقكم؟

أتحدى ايا كان إن كان توفيق مخلوفي يقصد اللجنة الأولمبية.. اتهاماته موجهة للمسؤولين على



***الذين يقودون حملة ضدي يتاجرون بالمنشطات وسط الرياضيين**

الرياضة في الجزائر، وأنا لست مسؤولا على السياسة الرياضية في الجزائر، فقط أشير أن كل طلبات مخلوفي أخذت بعين الاعتبار، وليس لدي أي خلاف معه، بالعكس أنا فخور به، فهو شرف للجزائر، ويطل كبير وقد ربح ميداليتين ودفعنا له 20 ألف دولار عن كل ميدالية وتسلم المبلغ بكل فرح، فخالفه كان مع وزارة الشباب والرياضة وليس مع اللجنة الأولمبية، لهذا ضميري مرتاح تجاه هذا البطل.

تعتبرون العلبة السوداء لأسرار قضية بلومي والطبيب المصري.. فهل تفصح لنا عن حقيقة ما قمت به لحل تلك القضية الشائكة؟

ما سأبوح به اليوم لم يسبق لي أن تحدثت عنه من قبل، لقد تدخلت لوحدي في حل مشكلة لخضر بلومي التي بقيت عالقة في القضاء المصري والقضاء الجزائري والانتربول لمدة 21 سنة، وعجزت كل المساعي السياسية والدبلوماسية عن حلها. فالحقيقة أن بلومي كان بريئا من حادثة إصابة الطبيب المصري في عينه بشظايا زجاج كأس كسره أحد اللاعبين الغاضبين بعد خسارة المنتخب الجزائري في القاهرة، لكن المصريين كانوا يعرفون بلومي فقط فاتهموه ظلما، فعندما التقى رئيس الجمهورية عبد العزيز بوتفليقة الرئيس المصري حسني مبارك طلب منه شخصيا أن يحل قضية اللاعب لخضر بلومي التي عكرت صفو العلاقات الجزائرية المصرية، لكن حسني مبارك لا سلطة له على القضاء المصري، وكان وزير

الخارجية آنذاك مراد مدلسي قد التقى بأحد المستشارين في الجامعة العربية، وقال له أن مصطفى بيراف رئيس اللجنة الأولمبية هو الوحيد الذي يستطيع التدخل لامتزجه من علاقات صداقة قوية مع رئيس اللجنة الأولمبية المصرية منير ثابت، فاتصل بي مدلسي الذي اعرفه منذ كان وزيرا للتجارة، وقال لي أن مستشارا في الجامعة العربية يعتقد أنك تستطيع حل قضية لخضر بلومي، لأن رئيس الجمهورية شخصيا مهتم بها، قلت له نعم سأبحث في القضية.. ثم عاودنا والتقينا وطلبت السفر إلى القاهرة مع توفير سيارة وسائق لمدة 24 ساعة، اتصل مدلسي حينها بسفير الجزائر عبد القادر حجار وطلب منه أن يضع تحت تصرفي سيارة وسائق، كما طلبت منه أن لا تأخذ القضية منحى سياسي أو أنها قضية دولة.

كان سي بلحاج محمد رئيس اللجنة الوطنية للرياضة المدرسية مسيرا للخزينة وقد كان معربا، فاصطحبته معي وبوصولي إلى مصر تكلمت مع صديقي رئيس اللجنة الأولمبية المصرية منير ثابت، وهو صهر حسني مبارك، وانتظرتني في المطار واتجهنا إلى الفندق واستدعى الطبيب مع محاميه الذين رفضوا الصلح وطلبوا بتعويضات كبيرة، في اليوم الموالي جاء الطبيب المصري لوحده دون محاميه وذهبنا إلى المجلس القضائي وقال أن المحامين طلبوا منه عدم الثقة في الجزائريين، أطلعنا على مصاريف عملية جراحية فاشلة في مصر، ثم في أمريكا، وسحب شكواه وأعطانني تفويضا ممضيا من النائب العام لمجلس قضاء القاهرة، فالتصت بوزير الخارجية وطلمأته، ثم اتصلت بالرئيس المدير العام لبنك "بدر" السيد جبار، وقال لي نحن في الخدمة، فأرسلت له رقم حساب الطبيب المصري أحمد عبد النعم أحمد عبد الهادي وحولوا باسمه مبلغا ماليا تلقاه في نفس اليوم.

عدت الدخول إلى الجزائر واستدعيت بلومي، وذهبنا إلى مكتب السيد براجة النائب العام للمحكمة العليا الذي اتصل بدوره بالنائب العام لولاية معسكر وأخبرته بأن الشكوى تم التنازل عنها في القضاء المصري، وراسلنا مجلس قضاء القاهرة الذي منحنا قرار التنازل، وذهبت إلى مكتب الانتربول في الجزائر، لأن بلومي صدرت في حقه مذكرة دولية للتوقيف تم إلغاؤها بناء على تنازل الضحية، وبعد أسبوع فقط تمكن بلومي من اللعب أول مقابلة له في الدوحة بعد 20 سنة.

يبتغ...

نألبعون في الجزء الثاني من هذا الحوار:

- لماذا تأخر بيراف في الاعلان عن ترشحه مرة أخرى لرئاسة اللجنة الأولمبية؟
- وما هي الضمانات التي حصل عليها، ومن أي الأطراف؟
- موقف بيراف من المسؤولية عن الاخفاق في ألعاب ريو.
- حقيقة الصراع بينه وبين وزير الرياضة ولد علي.
- تجربته السياسية وحقيقة موقف أويحيى وسلال منه.
- تجربته في السجن وما هي بالضبط ممتلكاته الخاصة.



باريس سان جرمان يريد التربص بالجزائر

● قالت مصادر متطابقة، أن نادي باريس سان جرمان الفرنسي يريد التحضير قريبا في الجزائر، خاصة وأن العاصمة الجزائرية لا تبعد عن العاصمة الفرنسية باريس إلا ساعتين فقط بالطائرة، وأن القطري ناصر الخليفي، رئيس الفريق الباريسي أعجب بمركز سيدي موسى الذي يتوفر على كل شروط التحضير، حيث تلقى من طرف أحد مساعديه "جزائري الجنسية"، كل التفاصيل عن مركز سيدي موسى الذي يشبه بكثير مركز كلار فونتنان الذي يحضر فيه المنتخب الفرنسي.

عطلة محرز بالجزائر

● أكد أحد زملاء اللاعب الدولي الجزائري رياض محرز أنه قرر أن يقضي عطلته السنوية بالجزائر وبالصيف في مسقط رأسه بتلمسان، حيث من المقرر أن يلعب مباراة رسمية مع الخضر امام الطوغو، ثم ينتقل إلى عاصمة الزنانيين لقضاء أيام راحة بعد موسم صعب وشاق، ويشارك أيضا في وهران في دورة للايتام.

الحكم الجزائري عبيد شارف يصوم نصف رمضان في كوريا

● أكد الحكم الدولي الجزائري عبيد شارف للشروق العربي انه يصوم أكثر من أسبوعين في كوريا الجنوبية بمناسبة مشاركته في كأس العالم للأواسط (فئة أقل من 20 سنة)، وهذا تحضيراً لكأس العالم القادمة المقررة بروسيا 2018، الدولي الجزائري قال للشروق أن الصوم بعيد عن الأهل وفي قارة أخرى وبعادات تختلف عن العادات الجزائرية ما هو إلا "تضحية" منه للمشاركة في مونديال روسيا رغم المنافسة الشديدة من حكام آخرين من القارة الإفريقية.

بلماضي ينتابك مع صحفي جزائري

● قال مصدر مؤكد ان المدرب الجزائري جمال بلماضي الذي يشرف على تدريب فريق لخويا القطري تشابك مؤخرا مع احد الصحفيين الجزائريين، قبل إحدى الحصص التدريبية لفريقه، ويعود السبب إلى ان الزميل طرح أسئلة محرجة على بلماضي جعلت هذا الأخير "يتنرفز"، وكادت الأمور أن تصل إلى حد التشابك بالأيدي، لكن تدخل أولاد الحال تحكموا في الوضع، وأرجعوا في النهاية الأمور إلى نصابها.



اللاعب الدولي السابق محمود قندوز لـ «الشروق العربي»:

الشيخ حماني أفتى لنا بالصيام في المونديال وفي فلسطين قضيت أفضل رمضان



أكد اللاعب الدولي السابق محمود قندوز أن التشكيلة الوطنية التي خاضت مونديال 82 و86، حصلت على إجازة من مفتي الجزائر للإفطار خلال اللقاءات الرسمية مع الترام الصوم خلال التدريبات، وقضاء كل الأيام التي أفطرنا فيها مباشرة بعد نهاية المنافسة والعودة إلى الجزائر.

في فلسطين صمت أحسن رمضان في حياتي

كما تحدث قندوز عن صوم رمضان في فلسطين منذ أربع سنوات خلال إشرافه على نادي الأميري، وقال لـ «الشروق العربي» عن تلك التجربة: «لقد قضيت في فلسطين أحسن وأفضل رمضان في حياتي رغم أنني كنت بعيدا عن العائلة، أتذكر أنني وصلت رام الله في الأيام الأخيرة لرمضان، واكتشفت نكهة الشهر الفضيل، حيث أفطرت مرات عديدة مع اللاجئين، واعتبرت نفسي واحدا منهم، وهناك تذوقت طعم هذا الشهر، ومعاونة الناس في فلسطين».

وأضاف الدولي السابق «الفندق الذي كنت أقيم فيه يطل على القدس المحتلة، وأعطاني شعورا لم أحسه طوال حياتي، إنه السكنية والطمأنينة، وكنت يومها أصلي داخل مسجد مع مخيم للاجئين».

في القدس مع أكثر من 800 ألف مصلي

ما بقى راسخا في ذهني، قال قندوز هو أني صليت ليلة القدر في المسجد الأقصى، قيل لي أن المسجد كان فيه ما يقارب 800 ألف مصلي أو أكثر، وبعد أيام عدت وصليت في نفس المكان الذي صلى فيه الرسول صلى الله عليه وسلم، لأنني لم أستطع أن أفعل ذلك في رمضان من شدة الزحام، كانت أجواء رائعة لازلت احتفظ بها في ذاكرتي، وأتمنى أن أعود وفلسطين محررة.

حيث استيقظ باكرا وأقوم بنفس الأعمال التي أؤديها في الأيام العادية، وأساعد زوجتي في بعض الأعمال المنزلية، ميزتي أنه بعد صلاة التراويح مجبر على التدريب للمحافظة على رشاقتي».

وفي حديث خص به «الشروق العربي» قال قندوز: «أتذكر أنه قبل تنقلنا إلى إسبانيا للمشاركة في أول مونديال في تاريخ الجزائر، زارنا مفتي الجزائر أحمد حماني رحمة الله عليه، وأكد لنا بضرورة الإفطار خلال اللقاءات الرسمية، باعتباركم في مهمة وطنية تتطلب منكم جهدا بدنيا كبيرا، وهو ما أراحنا وزادنا للظهور بقوة، واستطعنا يومها الفوز على ألمانيا ونحن مفطرين، لكننا التزمنا بفتوى الشيخ حماني وأعدنا صيام كل الأيام التي أفطرنا فيها مباشرة بعد عودتنا إلى الجزائر، ونفس الشيء حدث لنا في مونديال المكسيك أربع سنوات من بعد»، وأضاف قندوز قائلًا: «كان اللاعبون يتجهون إلى الملعب بنية الصوم، لكن مباشرة بعد وصولنا إلى ملعب المنافسة نفطر، لكن في قرارة أنفسنا، كنا نعلم أن تلك الأيام سنعيد صومها، وأدعو الله عز وجل أن يغفر لنا، ويتقبل كل أعمالنا، لأن ما قمنا به كان من أجل الوطن».

أساعد زوجتي وأتدرب بعد التراويح...

كما تحدث محمود قندوز عن يومياته في رمضان، وقال في هذا الجانب: «هذه السنّة ولارتباطات عائلية سأصوم مع عائلتي في فرنسا، وبعيدا عن نكهة رمضان في الجزائر».



الإضراب عن الطعام ..

هل هو صيام أم رجس من عمل الشيطان؟

بينما استعد المسلمون في العالم كله لصيام شهر رمضان المكرم، يتقربوا إلى الله بالطاعات، وطمعا في محو الذنوب والخطايا التي علقت بهم طوال أيام السنة، فاجأ عدد من السياسيين الجزائريين العالم بأسره، بإعلان الإضراب عن الطعام، ليس نافلة ولا طمعا، لأجل العزيز من الحسنات، وإنما طلبا لمقاعد في البرلمان، أو من أجل مكانة قريبة من السلطان.



وإذا كان بن غنيسة قد قرر في لحظة من يقظة ضمير أن يضرب عن الشيتة للسلطات الجزائرية، فإن الفنان محمد المازوني، عكس ذلك تماما، قرر (بعد استكمال البضاعة المحلية برمتها)، أن يرفع التحدي ويضرب الشيتة للسلطات الفرنسية الجديدة، عبر التغني "أنا فرنسي وأحب فرنسا" بحجة أن ذلك يعتبر خدمة للجزائر وللوطنية الجزائرية. ومهما يكن الخرشف الذي يكون المازوني قد استهلكه، ويريد أن يبلعه الشعب الجزائري، إلا أن إعلانه الاستعداد لمسح صياط الرئيس بوتفليقة، لا يبدو أنه كان "كفارة" كافية عن خطيئة إعلانه عشق ماكرون وزوجته ماكرون.

الكفارة الوحيدة المقبولة في هذه الظروف الدقيقة، هو أن يصوم ستن يوما متتالية، وأن يلتحق بإضراب تواتي في مقره، من أجل مجاعة وطنية بالتوازي مع حلول شهر الصيام.

تري هل يأتي يوم، ويصوم الناس على متابعة مثل هذه الشخصيات الكاريكاتورية؟ لنجرب هذا رمضان أن نقلع عن التدخين وعن اصطياد الناموس!



هذه الحالة، عبادة أم هورجس من عمل الشيطان؟

ولأن الإضراب عن الطعام، هو مظهر من مظاهر الصيام، وإن بأهداف سياسية، فقد كان من الواجب أو المستحب (وقد يكون من المندوبات)، أن يرافق ذلك فترات من القيلولة السياسية على مطارح "ليبونج"، لاستكمال المشهد الساخر، ويكون النوم أحد مظاهر هذا الاحتجاج الغريب، الذي يمزج بين الإضراب عن الطعام والإضراب عن العمل، في ثنائية فريدة من نوعها في العالم، لكن وفق ما هو سائد عادة عندنا في شهر رمضان بالذات، أين يكون الصيام مرادفا للخمول ورفض العمل، فتنهار إنتاجية العامل في هذا الشهر الفضيل تحديدا إلى أدنى حد لها، وتتحول أماكن العمل إلى محاشر للنوم الجماعي، كما تتحول أماكن العبادة إلى فنادق خاصة بالقيلولة طويلة الأمد.

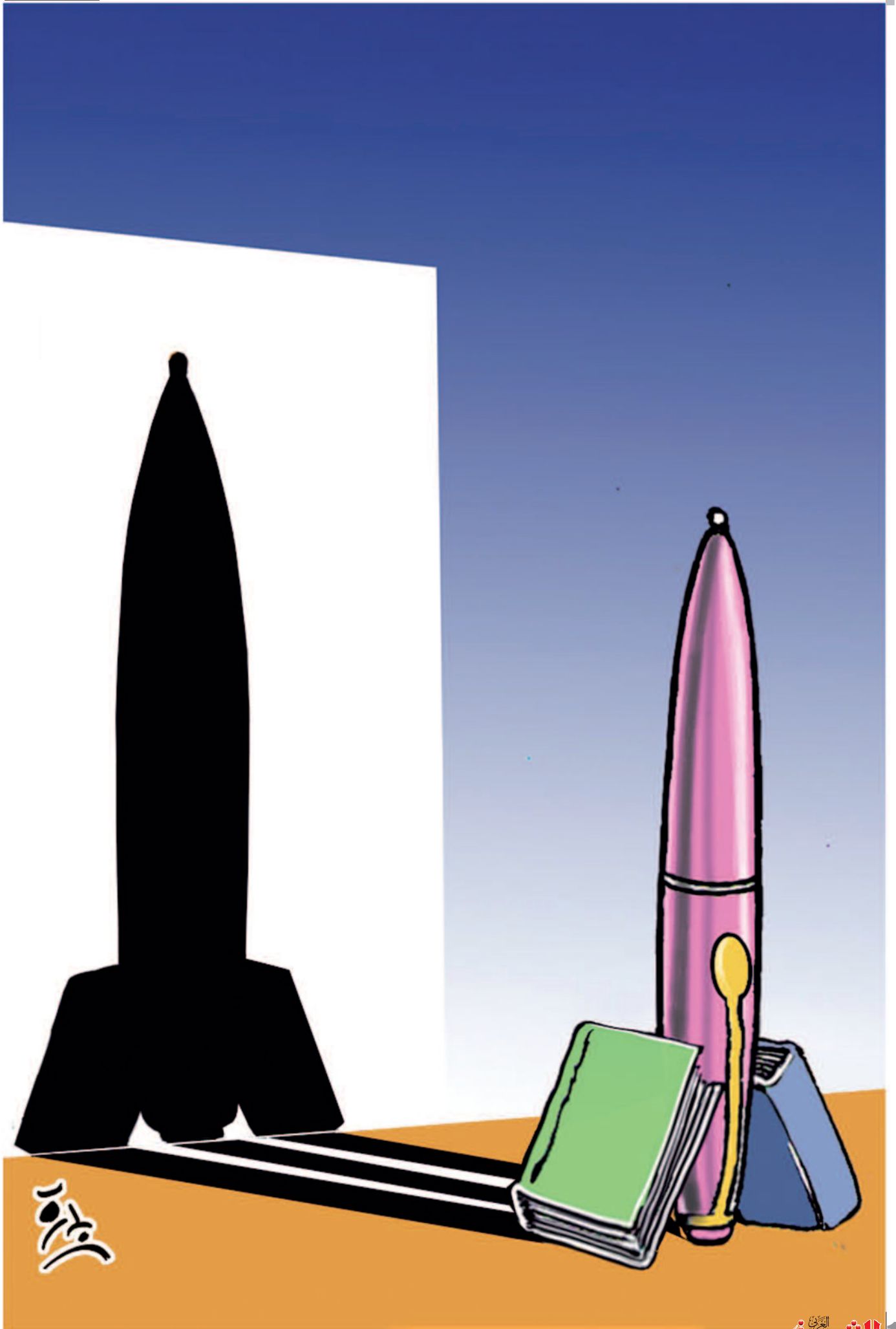
المثير في قضية الإضرابات الغريبة والعجيبة هذه، أنها امتدت إلى ما هو أكثر طرافة، بعدما أعلن رئيس ما يسمى حزب السلام بن غنيسة، وفي نفس التوقيت تقريبا الإضراب عن الشيتة، مع الحفاظ على اكسسوار النوم فوق المطرحة وذلك إلى أن تستجيب السلطة لمطلب اعتماد الحزب.

الرجل كان صريحا جدا وهو يؤكد أنه كان "شيتا" للدولة من أجل الحصول على اعتماد حزبه، لكنه صدم بتجاهل السلطات التي ظل "يشيت" لها منذ سنوات فكان من الواجب إجراء مراجعة في الموقف والتوقف عن "الشيتة" المجانية من خلال عدم ذكر وصف فخامته على الرئيس بوتفليقة، ولا وصف معاليه على السيد وزير الداخلية، غير أن المهم في القضية برمتها، أن الإضراب لا علاقة له بالأكل، فالأكل والشرب بالنسبة إليه مباح "حتى يتبين الخيط الأبيض من الخيط الأسود"، تماما كما هو أمر "التشبية" في الجزائر بحكم فتوى سياسية جزائرية حديثة تؤكد أنها حلال طيب ولا شيء فيها وفاعلها غير أثم بل إنه يرجو من الله ما لا ترجون.



موسى تواتي، وبونجمة، اختارا الإضراب عن الطعام، تحقيقا كما قال من أجل الوصول إلى "مجاوعة وطنية"، كل ذلك قبل أن يتم رؤية هلال رمضان، وقبل أن تعلن لجنة الأهلة في وزارة محمد عيسى ثبوت الرؤيا، لتدخل البلاد كلها في أجواء من الصيام السياسي، ولكن من بابيه الساخر، بعد أن تحول الإضراب عن الطعام من قضية رأي عام، يتعاطف معه الجميع، إل مادة غنية للسخرية والتنكيت، وهي حالة يصعب فهمها، إلا إذا فهمنا العلاقة بين الأكل والسياسة في جزائر "الهتهم".

لكن لا يمكن فهم هذه العلاقة، بين الأكل والسياسة، من دون استعمال مصطلحات دينية، خاصة وأن الصيام هو نوع من الإضراب الديني على الطعام، ولكن احتجاجا على الشياطين، وتحديدا لوسوساتهم، غير أن المشكلة هي أن الشياطين في رمضان تكون مصفدة، ولا مجال للحركة إلا للشياطين الانس، الذين يسمحون لأنفسهم بارتكاب شتى أنواع الموبقات، بما في ذلك تزوير إرادة الشعب في الانتخابات، وهو السبب الذي يبدو ظاهريا أنه كان وراء الإضراب عن الطعام لتواتي وبونجمة، بينما في الواقع هو إضراب بسبب عدم الأكل، أي أن المطلوب باختصار "خلونا نأكلو معاكم، وإلا رانا صايمين" .. فهال الصيام في



جيل 2030

إذا أخذنا بنظرية ابن خلدون وحملنا نظريته في الدولة على محمل الجد، سنكون على مقربة من نهاية الجيل الجديد من "جيل الثورة"، أي الجيل المعظم، الذي عاش في الاستقلال أكثر ما عاش خلال الثورة! ابن خلدون يحدد الجيل بأربعين سنة لعدة اعتبارات منها نهاية نمو العقل واكتفائه عند سن الأربعين، وذكر ذلك في القرآن الكريم (فلما بلغ أربعين سنة قال ربني أوزعني أن أشكر نعمتك.. إلى آخر الآية الكريمة)،



● عمار يزل

هم جيل الثوار الذين فجروا الثورة ضد فرنسا الاستعمارية في 54؛ والذين كانت أعمارهم لا تتجاوز 30 سنة وأقل! هذا الجيل هو الجيل الأول الذي سيحكم البلاد بعد الاستقلال ولمدة 40 سنة، أي إلى غاية 1990؛ بعدها، كان لابد من هزة شعبية وتحول نوعي، كون أن عمر الجيل الأول قد انتهى عمليا وعلى الجيل الجديد أن يأخذ زمام الأمور بعد الاستقلال! إلا أن هذا لم يحدث ولكن حدث ما حدث وانفجر الوضع، لأنه لم نهمد لانتقال سلس للسلطة! الجيل الثاني بعد الاستقلال، كان عليه أن يأخذ زمام الأمور سنة 1990 إلى غاية 2030؛ وإذا كان الجيل الثاني هو نفس العائلة الحاكمة المعدلة؛ أي أبناء البناء والأحفاد، فإن تاريخ 2030، سيكون مصيريا وسيعرف نفس الظواهر التي عرفتها الجزائر سنة 1990 إن لم نوفق في تنظيم انتقال مرن وسلس بين الجيل الأول والثاني تمهيدا للجيل الثالث الذي سيحكم إلى غاية 2070. بعد أن يكون قد حدث أول انتقال إلى عائلة سياسية جديدة قد تكون من الاسلاميين، الذين عليهم الانتظار إلى غاية هذا التاريخ! بعدها! لهذا نرى السلطة التي فهمت أخيرا المسألة مع انقراض الجيل الأول والثاني للثورة، تعمل على غلق اللعب أمام أية مغامرة سياسية من شأنها أن تعمل على إفتكاك زمام المبادرة السياسية والاقتصادية من المخطط الاقتصادي المبرمج سلفا إلى غاية 2030..! ذلك أن العهود الرئاسية الأربع قد مكنت من غلق باب اللعب داخل الغرفة الواحدة والرقعة الواحدة، بل وسطرت الدرب الاقتصادي الانتقالي لمن سيأتي! وهذا معناه أن العائلة السياسية الحالية ماضية في الحكم إلى غاية نهاية الجيل الثالث وبعدها يكون لكل حادث حديث.. أو.. أحداث!

● ويحدد عمر الدولة بثلاثة أجيال أي 120 سنة! وإذا قمنا بلعبة حسابية انطلاقا من هذه النظرية المفترضة، فإنه بعد كل نهاية جيل ستكون هناك نقلة نوعية داخل العائلة الحاكمة، قد تكون هزة شعبية أو تحولا سلسا أو انتقالا غير طوعي! تنتهي بعدها الأجيال الثلاثة بتغير شامل وانحيار الدولة لصالح أجيال أخرى من غير العائلة الحاكمة. وإذا أخذنا بعين الاعتبار أن 1830م، كان تحولا نوعيا ونهاية دولة قائمة، فإنه بعد 40 سنة، ستكون قد دخلنا في جيل جديد! وهذا ما حدث بعد 1870م؛ نهاية الثورات والانفضاضات الشعبية بعد ثورة المقراني فيما خلال بعض المحاولات الثورية الجماعية والفردية.

جيل المقاومة المسلحة انتهى تقريبا في هذا التاريخ، وسيأتي جيل آخر لأربعين سنة يتعامل بإستراتيجية أخرى للمقاومة من داخل الجهاز السياسي والإداري؛ المقاومة بالمشاركة! كان هذا حتى 1910م، عندما بدأ التصعيد الكولونيالي، خاصة مع ما كان يحدث في فرنسا من انقلابات وتحولات سياسية واقتصادية منذ الثورة الفرنسية وانتقالها من النظام الملكي إلى الجمهوري فالإمبراطوري فالملكي فالجمهوري وهكذا! دواليك! الحرب العالمية الأولى ستفجر غضب الجزائريين بداية من التجنيد الإجباري في 1912م، وسيعرف هذا الجيل الثالث مع نهايته نهاية الوجود الفرنسي في الجزائر! الجيل الثالث سينتهي عمليا في 1950م، أي بعد 40 سنة من عمر هذا الجيل الأخير! فالثورة التحريرية بدأت عمليا في 1950م وأما انفجارها المسلح فكان مجرد شكل خارجي للتحول! هكذا، يمكن اعتبار أن جيل الاستقلال الأول

1- ما هو تقييمك للحملة وحصيلتها؟

راجع ج/القل

□ الحملة أداتها الحملة.. والجميع ضربها بهلبة.. الله يسترنا منهم ويبعد بلادنا على بلادهم.

2- ما رأيك في هذا المدرب

السبانيولي الذي نسيت اسمه، لكنه يتقاضى مليارا شهريا وهدفه ليس موندريال روسيا ولكن كان 2019؟

محمد ك/البويرة

□ هذا معناه أن السبانيولي جابوه باش ياكل "الفرتونة" ألي خلاها روراوة لزطشي!

3- وماذا أنت فاعل في

رمضان؟

فتيحة ط/بني عمران

□ ما عندي ما ندير.. في الليل رقاد وفي النهار رقاد.. وإن الله غفور رحيم.

4- سمعنا بأنك تحولت إلى

سمسار في العقار؟

عبد الله ج/ سيدي موسى

□ لو كان غير صح.. هذا فستني وهف.

5- ما رأيك في المدرب

الاسباني الذي جاء به

زطشي لتدريب

"المحاربين"؟

عماد الدين ط/الشلف

□ والله غير شفتو في الجرنان ياكل "الفريت" مغمسة في الهريسة، قلت هذا ألي ينفع للمحاربين باش يشعل في رجليهم النار.

6- ماكرون فاز بالرئاسيات

الفرنسية، ما هو السر في نظرك؟

عمور ق/بسكرة

□ زوجته الثرية التي تزوجها وهي تكبره به ٢٠ سنة باسم "لأمور" يا نبي عمور.

7- أين ستقضي عطلتك هذا

الصيف؟

سعيدة ب/الكاليتوس

□ مع رفيقة دربي الحاجة فضولية وهناك سنسمع أغنية "أنا وحببي في الجبل نلقطو النوار".

المدير العام علي فضيل أگد أنها الأقوى منذ 2012

«الشروق TV» تطلق شبكة البرامج الرمضانية في حفل مبهر

تخوض قنوات «الشروق تي في» للعرّة الخامسة على التوالي، التحدّي والعنافة الكبيرة خلال شهر رمضان بأضخم الأعمال الدرامية والبرامج الفكاهية والاجتماعية والسياسية التي اعتاد الجمهور مشاهدتها كل سنة، لكن هذه العرّة ستكون «الأشهر» من ناحية العنافة، حيث اعتبرها الرئيس المدير العام، علي فضيل، الشبكة الأقوى منذ إطلاق بث القنوات في ٢٠١٢.



«سي بي سي بنة» قناة المرأة الجزائرية والتي ستنفرد هي الأخرى ببرامج قوية وخاصة.

أسماء إعلامية ورياضية تنتمي على برامج «الشروق تي في»

من بين الأسماء الثقيلة على الساحة السياسية، المدير العام الأسبق للتلفزيون الجزائري والوزير الأسبق، حمراوي حبيب شوقي، الذي حضر الحفل رفقة مدير الديوان الوطني للثقافة والإعلام، لخضر بن تركي، ورئيس الرابطة الوطنية المحترفة والإعلامية، كريمه عباد، وكلهم أبدوا إعجابهم بشبكة البرامج وحرصهم على مشاركة أسرة «الشروق» حفلها المميز.



القنوات، وقد انتقيت انتقاءً يتلاءم وأذواق كل الفئات وفق دراسات ميدانية حدّدت ميولات المشاهدين الجزائريين، خاصة مع إطلاق قناة

● في حفل كبير حضره كبار الإعلاميين والمثّلين والمنتجين وكذا كبار المعلنين في الجزائر، أفرجت قنوات «الشروق تي في» من فندق «الأوراسي» على مفاجآت كبيرة لشهر رمضان من خلال شبكة برامج ضخمة في إنتاجها وإخراجها ونصوصها، وكانت اللوحة الإشهارية لمختلف البرامج قد شدّت أنظار الحاضرين وأبدوا إعجابهم الكبير بها بما فيهم إعلاميين من قنوات أخرى منافسة ومن التلفزيون الجزائري.

الحفل الكبير نشاطه الإعلامي، قادة بن عمار والزميله ياسمين موسوس، حيث ألقى المدير العام، علي فضيل، كلمة قال فيها إنّ شبكة البرامج لهذه السنة الأقوى منذ انطلاقة بث



للتشريعات 2017، وسيكون توجههما هذه المرة من الانتخابات والسياسة إلى قنوات "الشروق" للمشاركة في عدة أعمال درامية وبرامج فكاهية، حيث سيقدم، اليوتيوبر شمس ودي زاد، برنامج "الواعة" مع النجمة، ريم غزالي، وهو أول عمل له بعد فيديو "ما نسوطيش".

مستشار مَجْمَع "الشروق": «الشروق تهدف للانتشار العربي والمغربي»

أذواق الجزائريين والسعي للانتشار العربي المغربي قائلا "المجمع لا يبحث أن يكون الأول في الجزائر نحن نبحث عن الانتشار المغربي والعربي". وأضاف، المتحدث ذاته، أن شبكة البرامج هذه السنة راعت الجانب الديني لشهر رمضان فخصّصت مجموعة ثقيلة من البرامج الدينية.

قال، عدنان ملاح، المستشار الخاص للمدير العام لمجمع "الشروق"، إن هذه المؤسسة وضعت قوتها هذه السنة لتنفرد بأضخم البرامج على غرار المسلسلات المبلجة باللهجة الجزائرية والمسلسل الضخم "السلطان عاشور العاشر" في جزئه الثاني بالإضافة إلى البرنامج الساحر "ناس سطح"، هادفة للوصول إلى تلبية

جديد "راب نيوز 2" في موسمها الثاني
كشف مخرج ومقدم برنامج "راب نيوز" عن إحداث تغيير كبير على برنامجه الفكاهي الساخر والسياسي هذا الموسم، حيث ستمدد مدة عرضه وسيلتحق به 12 مغني راب للمشاركة في البرنامج، مع استحداث فقررة خاصة بالأطفال ولأول مرة ستبث السلسلة لقطات صُوّرت بالولايات المتحدة الأمريكية أين يُقيم مقدم البرنامج.

«أنس تينا» و«ديزاد جوكر» يخطفان الأضواء

حضور، البودكستر "أنس تينا"، واليوتيوبر شمس ودي زاد، خطف الأضواء نظرا لبرامجهما السياسية الساحرة المعروضة على شبكات الإنترنت وفاقّت مشاهداتها مليوني مشاهدة، وهي برامج أحدثت ضجة كبيرة وأربكت الأحزاب والسلطة قبيل الحملة الانتخابية



أقوى البرامج الرمضانية على قناة «الشروق العامة»



«عاشور العاشر» مفاجأة رمضان

من باقة برامج الشروق على القناة العامة عدة مسلسلات درامية وكوميديية أبرزها مسلسل عاشور العاشر في جزئه الثاني، وهو مسلسل يجمع بين الفكاهة والدراما في سياق الحلقات المتصلة على خلاف الجزء الأول الذي اعتمد على سياق الحلقات المنفصلة، المسلسل للمخرج جعفر قاسم، وقد اعتمد هذه المرة على تصوير المشاهد الخارجية في دولة تونس الشقية، أما التركيب فتم في استوديوهات المنتج جعفر قاسم، يقوم بدور البطولة في المسلسل الممثل الكبير صالح أوقروت رفقة باقة من الممثلين الشباب أمثال أحمد زيتوني مع انضمام ثلة من الممثلين على غرار ريم غزالي والتوأم حسن وحسين وبلال ختمي، وسيتم بث حلقات المسلسل الجزء الثاني مباشرة بعد برنامج الكاميرا الخفية، أي في حدود التاسعة مساءً.

«خاتم سليمان» يعود من جديد

من بين البرامج الثقافية والفكرية التنافسية، البرنامج الشهير «خاتم سليمان» لمقدمه الإعلامي الكبير سليمان بخليلي، وهو برنامج فكر يعتمد على أسئلة ثقافية تطرح على المواطنين الذين يلتقي بهم بخليلي عبر مختلف ولايات الوطن، ويتحصل كل مجيب إجابة صحيحة في الأخير على خاتم من ذهب، يذكر أن هذا البرنامج يقدم في حدود السادسة مساءً.

«انس تينا» في «تجارب»

من بين البرامج أيضا التي دخلت شبكة رمضان على قناة «الشروق العامة» برنامج «تجارب» في موسمه الثاني من تقديم «البودكاستر» الشهير «انس تينا».

برنامج «راب نيوز»

برنامج «راب نيوز» في موسمه الثاني من إنتاج قناة الشروق يبث في رمضان، يعالج اليوميات



«الشروق العامة» البرنامج الفكاهي السياسي الذي تجاوب معه المشاهدون الجزائريون منذ بدايات بثه على بعض القنوات الخاصة وهو برنامج «جرنان القوسطو» للمخرج عبد القادر جريو، لكن هذا الموسم سيكون برنامجا من إنتاج الشروق ويبث خلال سهرات رمضان بعد مسلسل عاشور العاشر، وبرنامج القوسطو برنامج ساخر فكاهي بإسقاطات سياسية قوية تمكنت «الشروق تي في» من الحصول على حقوق بثه لموجب العقد التجاري الذي أبرمته مع المخرج، وقد فشلت قناة «الجزائرية» في التوصل إلى اتفاق مع أصحاب البرنامج.

والظواهر الاجتماعية والسلوكيات في شكل نشرة هزلية بـ«الراب» من إخراج وتقديم محمد بدري، وهو ممثل مسرحي مقيم حاليا في الولايات المتحدة الأمريكية، المخرج المنفذ لهذا العمل حكيم فريية.

هذا إضافة إلى مسلسلي

«وادي الذئاب» للمرة الأولى باللهجة الجزائرية والمسلسل التركي الثاني .. «السلطانة قسم»

مفاجأة «الشروق تي في» : «ناس سطح»

من المفاجآت التي تشاهدونها على شاشة قناة



أقوى وأضخم البرامج الدينية على الشروق TV



مقدم البرامج الدينية
حسين رضوان



- 1/ رسائل من الحرمين
- 2/ عائض القرني في تغريدات قرآنية
- 3/ قصة وآية لنبل العوضي
- 4/ برنامج ديناً قيماً
- 5/ الشيخ النابلسي وبرنامج ويتفكرون
- 6/ برنامج أعلام ومعالم
- 7/ برنامج رياض الإيمان
- 8/ الماهر بالقرآن
- 9/ برنامج الحديث الديني
- 10/ مفاتيح الجنة.. أضخم عمل ديني على قنوات الشروق
- 11/ "فرسان الآذان"
- 12/ فاسألوا أهل الذكر



برامج الشروق بنة cbc الرمضانية

طبخ وجمال وبرامج دينية واجتماعية ومسلسلات تركية



أطلقت مؤخراً، قناة بنة cbc التي وضعت حجر أساس جديد، لتلبس ثوباً آخر في الاسم والمحتوى من "بنة تيفي" إلى "سي.بي.سي بنة"، بمعنى قنوات الشروق للإنتاج السمعي البصري، برامجهما الجديدة التي سهر من خلالها المدير العام لمجمع "الشروق" السيد علي فضيل، على مواكبة متطلبات ورغبات المرأة الجزائرية، التي لا تقتصر على برامج وحصص الطبخ فقط، وإنما تشمل مشاهدة المسلسلات الاجتماعية والتركية، وبرامج الدين والفقه التي تواكب عقلية "الزوجة" الجزائرية، ناهيك عن البرامج الترفيهية.

وانطلقت بنة cbc بحلتها الجديدة، بعد دراسة أجراها رئيس مجمع "الشروق"، حول المرأة الجزائرية وميولاتها ورغباتها وأذواقها في التلفزيون، ليخرج بنتيجة أن المرأة الجزائرية تشاهد برامج الطبخ فقط من الساعة الحادية عشر صباحاً إلى غاية السادسة مساءً، ثم تخصص باقي الوقت لتابعة المسلسلات والبرامج الاجتماعية، ولذلك تم تكييف قناة "بنة cbc" مع هذه الميولات، حيث ستكون 50 بالمائة برامج مخصصة للطبخ و50 بالمائة ستخصص للمسلسلات والبرامج الاجتماعية.

هذا الخيار سيشمل برامج دينية من أهمها برنامج "ويتفكرون" للشيخ محمد راتب النابلسي، "تغريدات قرآنية" للشيخ عبد القادر

قصة سليم الإنسان الطيب ويعمل مدرسا فيضطر الزواج من سارة كي تستطيع أن تخرج من سوريا، ومسلسل سامحيني المعروف بـ "فريدة" ويعالج قضايا المجتمع بقلب درامي يتسم أحيانا بالكوميديا البسيطة.

مفا جاة الكاميرا الخفية

من الحصص والبرامج الترفيهية خلال الشهر الفضيل برنامج "الكاميرا الخفية"، حيث خصصت "بنة cbc"، برنامجين من هذا النوع من الكاميرات سيتم عرضهما طوال الشهر الفضيل.

براهمي، برنامج "قصة حب" للشيخ عبد اللطيف الغامدي، برنامج "هدى" لعائض القرني، فقه النساء برنامج تعده جميلة شعير ويقدمه الشيخ بلقاسم شنشال.

وبعيد عن البرامج الدينية يطل علينا مسلسل جزائري بعنوان "كلينيك أنتيك" حيث يظهر الممثل الكوميدي محمد بونوغاز وتحل قناة "بنة cbc"، أيضا ببرامج اجتماعية ومسلسلات جزائرية كمسلسل وهو مسلسل يروي قصة، وأخرى من أضخم مسلسلات الدراما التركية، كمسلسل "زهرة القصر"، ومسلسل قصة حب.. وهو مسلسل تركي اجتماعي يحكى

ماكرون .. (سحراتو) الهجالة!

● المتحمسون لهذه العلاقة النادرة قليلون بالتأكيد، وهم يتحدثون عن حب نبيل، تسقط أمامه الفوارق العمرية، غير أن المندeshين وأنا منهم طبعاً، لم يستطيعوا أن يستوعبوا فارق السنوات الأربع والعشرين بين بريجيت وإيمانويل (39 سنة مقابل 64 سنة)، ولا بداية هذه العلاقة بين امرأة في أفول عمرها (39 سنة) ومراهق لا يتجاوز 15 سنة.. ولعل التفسير الوحيد الذي قد نخرج به نحن النساء العربيات في مثل هذه المواقف المحرجة، هو أن نتهم "المصفارة" بريجيت، بوضع السحور لماكرون و«عقرتلو» و«ربطته» بـ(كادنة صحيحة)، على الطريقة الجزائرية، ووضعت عقدتها في أحد القبور المنسية.

القصة لا تشبه ما تروج له بعض المواقع، عن العلاقة الغرامية بين نجمة تلفزيون الواقع "كورتني كارداشيان" ذات الـ38 ربيعاً، مع عارض الأزياء الجزائري الأصل "يونس بن ديجيما" البالغ 23 سنة، ولا لقصة حب "سيلين ديون" مع زوجها "رونيه انجيليل" الذي يفوقها بـ26 عاماً، ولا بغيرها من القصص والروايات الأخرى، لأننا بصدد الحديث عن رئيس دولة عظمى، لها ارتباطات مباشرة بالوضع الجزائري، الذي يفسر مثل هذه الأمور بطريقته الخاصة والمبتكرة. ملخص القول، أن السيدة بريجيت، التي كانت متزوجة ولديها ثلاثة مراهقين، طلقت زوجها من أجل شاب صغير، وهو أمر من الناحية الأخلاقية مستهجن ولا علاقة له بالنبل أبداً، الأمر الذي دفع بعض منتقديها في فرنسا إلى تفسير الأمر على أنه عملية تحويل قاصر واضحة الأركان، وربما يعاقب عليها القانون، لكن التفسير الجزائري برأيي هو الأكثر ترجيحاً، ولو بحثنا في خلفيات القصة لربما اكتشفنا في النهاية، أيادي امرأة جزائرية، تحالفت معها بريجيت، لكي تعمي عيون ماكرون، عبر تقنيات السحر الأسود والأصفر، ليبقى وفيها لها طوال هذه السنوات، وربما بقي معها حتى بلوغها الثمانين، من دون أن يفكر بأن يلعب بذيله خارج العلاقة الزوجية، حتى وهو رئيس وحوله جميلات فرنسا وصغيراتها.

السؤال الكبير الآن: هل كنا من خلال هذه النقاشات الساخنة التي أنتجناها عن ماكرون وعجوزه الأنيفة، نحاول أن ننسى ونتغافل عن واقعنا المتردي، وعن ما يسمى المرأة الأولى في أوطاننا العربية؟ ربما يكون الأمر كذلك، ورغم أن زوجة بشار الأسد، أسماء ذات الأحذية المرصعة بالآلماش، والملكة رانيا، وزوجة حاكم مصر، انتصار عامر، التي لم تتميز بدورها سوى بارتدائها مجوهرات مرصعة بالآلماش، يصنعن الحدث أيضاً في بلدانهم، إلا أن الاقتراب من الحديث الإعلامي في حياتهن الخاصة، وعلاقتهن بأزواجهن قد تدخل أصحابها في غيايات السجون.

فلنعزي أنفسنا إذن بمثل هذه الأحاديث، عن العجوز بريجيت، وعن أميرة بريطانيا الجديدة، تشارلوت اليزابيث ديانا، وعن ميلانيا وإيفانكا، تماماً كما تحدثنا (وفشيننا) غلنا في كارلا برونو زوجة ساركوزي، وعن عشيقة فرانسوا هولاند، فاليري تريرفايلير، وعن الأميرة ديانا، وميشال أوباما، وغيرها، فهذه أسماء تتيح لنا الحرية في أن نتحدث عن خصوصية الرؤساء بكل ديمقراطية، وعن أسرار الفرائش الزوجية بكل شفافية، وعن الخيانات وفارق العمر، ولو بترجيح استعمال "الكادانات" وعقاقير "الشيخة زرزومية".

فعلاً، نحن أمة تشبه المرأة "البائرة"، كي خانها زهرها تقول "سحروني".



بقلم: نورهان بليدي

اعترف أنه قبل أن يتم انتخاب إيمانويل ماكرون رئيساً لفرنسا، وحتى بعد انتخابه، ظل موضوع "العجوز بريجيت"، زوجة هذا الرئيس الشاب، عنواناً كبيراً لكل أحاديثي الخاصة تقريباً مع زملاء والزميلات في الصحافة، كما ظل مادة دسعة في الكواليس، للحديث عما يتناوله الإعلام الفرنسي والبريطاني، وما تكشفه مجلات العشاهير العالمية، من أسرار هذه العلاقة الغريبة، التي وبعبكس ما يروجه البعض، لم يستوعبه ليس فقط العقل العربي وحده، بل أحد بلبله حقيقة داخل مختلف الثقافات البشرية، من اليابان إلى أستراليا.