

سوق العقارات
في سوريا..
الزلازل يفاقم
الجمود

13

عناب



من كرم الثورة

enab baladi

جريدة أسبوعية
تأسست في داريا



قطاع الطب النفسي غير مؤهل

كارثة نفسية في الشمال

ملف خاص



02

أخبار سوريا

الأردن يتأرجح بين حرب
المخدرات والمبادرة نحو
النظام السوري

04

تقارير مراسلين

متضررو الزلازل بانتظار
من يرمم منازلهم

05

تقارير مراسلين

انحباس الأمطار يثير مخاوف
المزارعين ومربي المواشي
بالحسكة

06

تقارير مراسلين

الشيخ مقصود والأشرفية
بحلب.. حصار فوق الزلازل

14

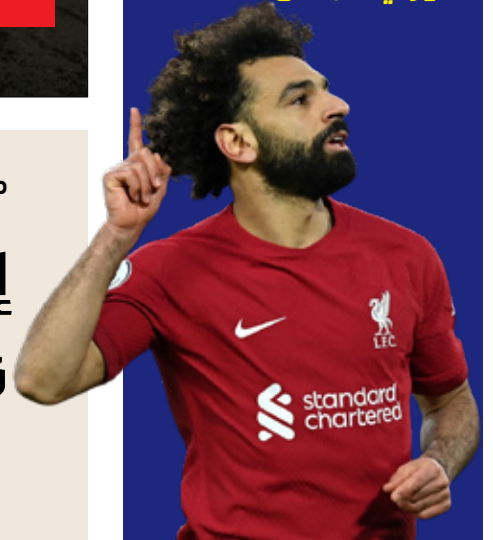
تقارير مراسلين

قادمون من تحت الركام..
سوريون يواجهون التضيق
في اسطنبول

19

رياضة

ليفربول..
صدوة محلية تنعش
الآمال لانتفاضة في
دوري الأبطال



14

منذ الأيام الأولى للزلازل الذي ضرب ولاية كهركان
مرعش التركية في 6 من شباط الماضي، وأمام
التأثيرات المدمرة التي خلفها على مساحات واسعة،
منها مناطق شمال غربي سوريا، أطلقت عدة
منظمات حملات لجمع التبرعات عبر مواقعها
الإلكترونية، وصفحاتها عبر وسائل التواصل
الاجتماعي، للإسهام في عملية الاستجابة الإنسانية
بالمناطق المتضررة، على اعتبار أن الكارثة أضخم من
القدرات المتاحة...

مثالها ما تعرض له ملهم التطوعي..

إشاعات تستهدف تبرعات الزلازل



مجلس النواب الأمريكي بأغلبية ساحقة، في تصويته على قرار ينبغي تمريره من مجلس الشيوخ، قبل إقراره من الرئيس الأمريكي، جو بايدن، ينص على محاسبة كل من يطبّع مع النظام السوري. وجاء القرار، بعد تحركات عربية عقب الزلزال المدمر الذي ضرب

النظام السوري، يرى ملكاوي أنه "لا يتعارض" مع الموقف الأردني، إذ تهدف المطالب الأمريكية للضغط على النظام نحو دفعه بالاتجاه للحل السياسي وفق القرارات الأممية، وهو ما تهدف إليه أيضًا مبادرة الأردن العربية. وفي 28 من شباط الماضي، وافق

وأراء واشنطن بشأن عملية يقودها العرب، قال الصفدي، "إن الجميع يريد أن يرى نهاية لهذه الأزمة، ومنفتح على أي آلية تحقق ذلك". الخبير الأردني في الشأن السوري، صلاح ملكاوي، قال لعنب بلدي، إن الموقف الأردني لم يتغير حيال النظام السوري منذ عام 2011، بوجوب أن لا حل إلا الحل السياسي في سوريا، مشيرًا إلى أن السفارة الأردنية بدمشق لم تغلق حتى تاريخه. وفي ما يتعلق بالموقف الأمريكي من

سياسي، وتهيئة الظروف التي تسمح بالعودة الطوعية للاجئين، وتخلّص سوريا من الإرهاب. وسبق أن أعلن الأردن في أيلول 2022، عن مبادرة عربية لتحقيق السلام في سوريا، عبر وزير خارجيته الصفدي، لم تحقق المرجو منها في ظل معارضة أطراف عربية أخرى. وتستند المبادرة العربية إلى قرارى الأمم المتحدة "2254"، و"2642"، وحول تأثير العقوبات الأمريكية

بانتظار غطاء عربي زار وزير الخارجية الأردني، أيمن الصفدي، العاصمة السورية في 15 من شباط، وهي الزيارة الأولى من نوعها منذ انطلاق الثورة السورية عام 2011. والتقى الصفدي رئيس النظام السوري، بشار الأسد، ووزير الخارجية، فيصل المقداد، موضحًا أن زيارته كانت محطة لبحث العلاقات الثنائية بين الأردن والنظام، وبحث الجهود المبذولة للتوصل إلى حل

زيارة موسكو..

الأسرد نحو تطبيع مع أنقرة وتنازلات مقابل الدعم

الانتخابات الرئاسية في تركيا، المقررة في 14 من أيار المقبل، أمر غير مرجح، مضيّفًا أن أردوغان لا يعارض مثل هذا الاجتماع من حيث المبدأ، لكن "الزلزل المدمرة غيرت كل شيء"، بحسب قوله. ويعتقد المحلل محمود الحمزة، أن روسيا استدعت بشار الأسد، وفرضت عليه بعض المواقف التي ستطرح في اجتماع نواب وزراء الخارجية، معتبرًا أن اجتماع نواب وزراء الخارجية في روسيا الأسبوع المقبل لن يتقدم إلى الأمام دون موافقات من القيادات السياسية.

وقال الحمزة، إن الرئيس الروسي هو من استدعى بشار الأسد، ويريد أن يأخذ منه تعهدات في مواضيع، ويفرض عليه حلولاً معيّنة. "من المحتمل أن بوتين يُحضّر لاجتماع قمة بين أردوغان وبشار الأسد والرئيس الإيراني"، أضاف المحلل السياسي، لافتًا إلى أن النظام السوري لا يرغب بأن يفوز أردوغان في الانتخابات الرئاسية المقبلة، لأن المعارضة التركية أقرب له من أردوغان. ويعتبر الباحث نادر خليل أن روسيا أكثر ميلًا وتقبّلًا لفوز الرئيس التركي

أجل التقارب السوري- التركي، موضحًا أن النظام السوري غير متحمس للتقارب مع أردوغان. كما اعتبر الباحث في مركز "عمران للدراسات الاستراتيجية" نادر الخليل، في حديث إلى عنب بلدي، أن ملفات عدة ستكون على طاولة النقاش، سيكون أبرزها الملف الأساسي بالنسبة لروسيا والمتعلق بمسار التطبيع بين تركيا والنظام بشكل خاص قبل الانتخابات التركية القريبة.

بوتين يدفع إلى التقارب

تعد زيارة بشار الأسد إلى روسيا الأولى من نوعها، بعد الحديث عن تقارب تركي- سوري بوساطة روسية، بدأ بلقاء وزراء الدفاع التركي والروسي والسوري بالعاصمة موسكو، في 28 من كانون الأول 2022.

وحول اللقاء المرتقب بين الأسد والرئيس التركي، رجب طيب أردوغان، قال عضو مجلس الأمن و السياسة الخارجية في الرئاسة التركية تشاجري إرهان، في 6 من آذار الحالي، إن حدوث اللقاء قبل

الأوسط نيكولاي سوركوف قال، إن القضايا الرئيسية التي ستكون على جدول أعمال المفاوضات بين دمشق وموسكو، المساعدات الإنسانية بعد الزلزال، وإمدادات الوقود، وجذب الاستثمارات إلى سوريا، وقضايا التجارة الثنائية، بالإضافة إلى العلاقات السورية- التركية التي تجري مفاوضاتها بوساطة روسية. من جهته، يرى الخبير في مجلس الشؤون الدولية الروسي كيريل سيميونوف، أن النظام سيحاول الحصول على مساعدات من روسيا لحل أزمة الوقود، بعد تعرضه لضغوط إيرانية تتعلق برفع سعر المنتجات النفطية وعدم بيعها بالدين، بالإضافة إلى طلب مساعدات للتعامل مع الأضرار التي خلفها الزلزال، وقد يتضمن اللقاء الحديث عن تطبيع العلاقات بين دمشق وأنقرة.

المحلل السياسي السوري المختص بالشأن الروسي محمود الحمزة، قال لعنب بلدي، إن زيارة بشار الأسد هي جزء من الجهود التي تبذلها روسيا من

الزيارة الأولى التي يُعلن عنها قبل حدوثها.

ثلاثة ملفات.. التقارب أبرزها

قال المتحدث باسم "الكرملين"، ديمتري بيسكوف، إن رئيس النظام السوري، بشار الأسد، يخطط لزيارة روسيا، مشيرًا إلى أن موعد الزيارة سيعلن عنه في وقت محدد، لأسباب "أمنية"، بحسب ما نقلته وكالة "نوفوستي" الروسية، في 6 من آذار الحالي. تصريحات بيسكوف جاءت بعد ساعات من تعليق نقلته صحيفة "فيدوموستي" الروسية من مصدر مقرب من إدارة الرئيس الروسي، فلاديمير بوتين، جاء فيه أن الأسد سيصل في زيارة رسمية إلى موسكو منتصف آذار الحالي، وقد يكون في استقباله بوتين. ولم يعلّق "الكرملين" على أسباب زيارة الأسد إلى موسكو، بينما نقلت الصحيفة عن خبراء روس قولهم، إن القضايا الإنسانية والعلاقات الدولية ستكون على أجندة هذه الزيارة. الباحث الأول في مركز دراسات الشرق

عنب بلدي - أحمد ديب

أعاد الحديث عن زيارة الأسد المرتقبة إلى موسكو الحديث مجددًا عن ملفات عديدة، أبرزها التقارب التركي- السوري، الذي توقف بسبب الزلزال الذي ضرب تركيا في 6 من شباط الماضي. عقب الإعلان عن زيارة الأسد إلى موسكو، كشف وزير الخارجية التركي، مولود جاويش أوغلو، عن عقد اجتماع رباعي على مستوى نواب وزراء الخارجية في موسكو الأسبوع المقبل، بمشاركة النظام السوري وتركيا وروسيا وإيران. عدم تعليق النظام السوري و"الكرملين" على أسباب زيارة بشار الأسد إلى روسيا، فتح الباب أمام تساؤلات بشأن أهمية الزيارة، والمواضيع التي ستناقش خلال وجود الأسد في موسكو. وتعد الزيارة المرتقبة إلى موسكو الخامسة من نوعها بعد اندلاع الاحتجاجات في سوريا، وهي

الحال مساعدات للأردن من برامج تأهيل ودعم وتجهيزات خاصة بأجهزة الكشف والمراقبة، لمحاربة تهريب "الكبتاجون".

وبحسب القانون الأمريكي، يجب أن تتضمن الاستراتيجية وصفًا للبلدان التي تتلقى شحنات كبيرة من "الكبتاجون" أو تعبرها، وتقييم قدرة مكافحة المخدرات في هذه الدول على اعتراض أو تعطيل تهريب "الكبتاجون"، بما في ذلك تقييم للمساعدة الأمريكية الحالية، وبرامج التدريب والمساعدة لبناء هذه القدرات في هذه الدول.

الخبرة والمحلة السياسية في مركز "نيولاينز للاستراتيجيات والسياسات" كارولين روز، اعتبرت في حديث إلى صحيفة "The National"، أن القانون الأمريكي قد يفشل في حال لم يتم توجيهه بتحديد أكثر، إذ يتضمن تعطيل مشاركة النظام في تجارة المخدرات فقط.

وتتوقع الخبرة روز أن تلجأ الإدارة الأمريكية إلى العقوبات مع بدء العملية المشتركة بين الوكالات بشأن المخدرات، مضيفة أن النظام السوري يعتمد على هذه التجارة كندف نقدي بديل وسط الضربة الاقتصادية للعقوبات، ويستخدمها كغرفة، معتبرة أن العقوبات الجديدة مهمة بشكل خاص لردع الضالعين في تجارة المخدرات، الذين لهم صلات بحكومة النظام ولم يتم إدراجهم ضمن العقوبات الأمريكية حتى الآن.

وينشط حلفاء الولايات المتحدة في محاربة تهريب المخدرات مثل الأردن من خارج الحدود السورية من جهة، و"جيش سوريا الحرة" (مغاوير الثورة سابقًا)، من داخل الحدود السورية من جهة أخرى.

وضبط "جيش سوريا الحرة"، وبدعم من التحالف الدولي بقيادة أمريكا، في 6 من آذار الحالي، شحنة مخدرات "كبيرة" كانت متجهة إلى الأردن، تزامنت مع زيارة غير علنية لرئيس هيئة الأركان المشتركة في الجيش الأمريكي، الجنرال مارك ميلي، إلى قاعدة أمريكية في سوريا، في 4 من الشهر ذاته.

العلاقة الأمريكية طالما أنها تلتزم بعقوبات "قيصر".

ومن المحتمل أن الرؤية الأردنية في سوريا تغيرت، بحسب ملكاوي، بعدما رأت أن إخراج الصراع سوريا من سياقه العربي لم يصب في مصلحتها، بل فتح المجال لتدخل إقليمي، ومن ثم دولي حين دخل الروس والأمريكان للمعادلة.

ويتمثل التحدي الأردني لإعادة الانخراط الأردني مع النظام، كون الطرفين "مقيّدان بقرارات حلفائهما الأكثر قوة"، وفق تقرير لمركز "مالكوم كارنيغي"، الصادر في 6 من آذار الحالي.

ووفق التقرير، تمتلك دمشق مجالًا أصغر لاتخاذ القرارات منفردة في ما يتعلق بالقضايا السياسية الداخلية والخارجية، وينطبق هذا بشكل خاص على خلفية علاقتها مع إيران، أما الأردن يضطر إلى أخذ آراء حلفائه، ولا سيما الولايات المتحدة.

قانون "المخدرات" يتيح الدعم

وَقَّع الرئيس الأمريكي، في 23 من كانون الأول 2022، على ميزانية الدفاع الأمريكية عن السنة المالية لعام 2023، التي قدمها "الكونجرس" (مجلس النواب والشييوخ الأمريكي)، متضمنة قانون مكافحة المخدرات التي يديرها النظام السوري.

ويشترط القانون، "تعطيل وتفكيك شبكات إنتاج المخدرات والاتجار بها المرتبطة بالأسد"، وخلال موعد لا يتجاوز 180 يومًا من تاريخ سنّ هذا القانون، يجب على السلطات الأمريكية ذات الصلة، تقديم استراتيجية تنفيذية لـ "الكونجرس".

المحلل السياسي الأردني، صلاح ملكاوي، يشير إلى أن التوجه الأردني نحو طلب المساعدة الأمريكية لوقف تهريب المخدرات، هو "أمر طبيعي"، مستندًا إلى وجود اتفاقيات عسكرية بين الطرفين، وأن الأردن حليف مهم للولايات المتحدة بالمنطقة، دائم التنسيق معها.

وأشار ملكاوي إلى أنه بعد نهاية الـ 180 يومًا لتقديم الاستراتيجية الأمريكية، التي ستتضمن بطبيعة



وزير الخارجية الأردني أيمن الصفدي خلال لقائه رئيس النظام السوري بشار الأسد في دمشق - 15 شباط 2023 (رئاسة الجمهورية)

لقاء وزراء الدفاع السوري والتركي في موسكو.

وتحتاج المبادرة العربية لـ "غطاء عربي"، ويجري العمل عليها، وفق المحلل الأردني، مشيرًا إلى أن زيارة الصفدي تأتي من باب فتح غفرة في جدار العلاقة بين الطرفين، وأن المبادرة العربية لا تشكل تعارضًا مع

وسبق أن حذرت الولايات المتحدة الأمريكية الدول الإقليمية من التطبيع مع الأسد، ملوحة بالعقوبات المفروضة على النظام ومن يتعامل معه، ومذكرة بسجله "الفظيع" في حقوق الإنسان، وذلك بعد زيارة وزير الخارجية الإماراتي لدمشق مطلع العام الحالي، وسبقها بأسبوع

سوريا وتركيا في 6 من شباط الماضي، شملت زيارات ولقاءات مع الأسد، بعضها جاء لأول مرة خلال الثورة، ومنها لقاء رؤساء برلمانات عربية، وزيارة كل من وزير الخارجية المصري، سامح شكري، والصفدي، إلى سوريا، ولقائهما بالأسد.

الدور المهم للجنة التحقيق والآلية الدولية المحايدة والمستقلة لتوثيق انتهاكات القانون الإنساني الدولي، وانتهاكات حقوق الإنسان، والمساعدة في التحقيقات والمحاكمات الجنائية لأخطر الجرائم الدولية.

وقال المسؤول، إنه "في غياب التقدم المستمر نحو حل سياسي للصراع السوري، لن نقوم بتطبيع العلاقات مع النظام، ولن ندعم تطبيع العلاقات مع الدول الأخرى".

قاله الباحث خليل، مضيفًا أنه مقابل المال والوقود من روسيا، سيقدّم الأسد تنازلات.

ولا تزال الولايات المتحدة تعارض التقارب مع النظام السوري، وتتوعد بفرض عقوبات على الدول المطبعة، وذكر مسؤول في وزارة الخارجية الأمريكية، في مراسلة إلكترونية مع عنب بلدي، حول القرار، أنه دون المسألة لا يمكن أن يكون هناك حل دائم "للصراع"، إذ تدعم واشنطن

إذ امتنعت روسيا عن تقديم مساعدات النفط في وقت سابق، مستخدمة احتياج سوريا للنفط الخام ورقة ضغط على النظام لدفعه نحو التقارب التركي. وتوقع الباحث أن يقدم النظام السوري تنازلات مقابل دعم روسيا، التي كانت تراهن على لقاء يجمع بين الأسد وأردوغان قبل الانتخابات التركية.

"وباختصار، الأسد يذهب إلى موسكو ليساوم على التنازلات التي سيقدّمها بمسار التطبيع مع تركيا"، بحسب ما

خلال زيارة الأخير، في 8 من آذار الحالي، إلى تركيا، قال جاويش أوغلو، في رده على سؤال صحفي حول موعد الاجتماع الرباعي، "إن الطرف الروسي عرض عقد اجتماع على المستوى الفني للتحضير لاجتماع وزراء الخارجية المحتمل".

وأضاف أن الأسبوع المقبل سيرسل نائبه لحضور الاجتماع، مشيرًا إلى حضور إيراني أيضًا، ومؤكّدًا على إمكانية عقد اجتماع على مستوى وزراء الخارجية في المرحلة المقبلة، عندما "يراه الجميع مناسبًا".

لا مساعدات دون تنازلات

تشهد مناطق سيطرة النظام أزمة محروقات في الفترة الأخيرة، بالإضافة إلى ارتفاع الأسعار بشكل مستمر، وتعلن وزارة التجارة الداخلية باستمرار عن ارتفاع أسعار المحروقات.

وفي منتصف كانون الثاني الماضي، ذكرت صحيفة "وول ستريت جورنال" أن إيران ضاعفت السعر الذي يدفعه النظام السوري مقابل الحصول على النفط الخام.

ووفق ما نقلته الصحيفة، فإن خط الائتمان الذي سمح لسوريا في السابق بالدفع لاحقًا سرعان ما استنفد بعد أن رفعت إيران السعر من معدل 30 دولارًا للبرميل، ما دفع طهران إلى فرض رسوم مسبقة مقابل تزويد النظام بالنفط.

الباحث نادر خليل يرى أن أحد أسباب زيارة الأسد إلى روسيا، هو الحصول على دعم مالي ووقود بشكل أساسي،

بالانتخابات المقبلة، وترغب بتحقيق تقدم في مسار التقارب السوري-التركي "حتى لو كان شكليًا"، ليستطيع أردوغان استغلال التقارب في الانتخابات التركية، على حد قوله.

وأضاف أن الأسد يحاول التمتع عن أي لقاء أو تقدم في مسار التقارب مع تركيا، حتى لا يكون التقارب ورقة رابحة يستفيد منها أردوغان في الانتخابات التركية.

وبالتزامن مع زيارة بشار الأسد إلى سوريا، يُعقد اجتماع رباعي على مستوى نواب وزراء الخارجية في موسكو الأسبوع المقبل، بمشاركة النظام السوري وتركيا وروسيا وإيران.

وخلال مؤتمر صحفي مع نظيره السوري، فيصل المقداد، قال وزير الخارجية الإيراني، حسين أمير عبد اللهيان، "إن المحادثات الثنائية والحوارات في المنطقة هي الحل الوحيد للالتزامات، ونرحب بالاجتماعات الرباعية المرتقبة في موسكو بهدف الوصول إلى تعاون متزايد والخروج من هذه الأزمات".

ورحب الأسد خلال لقائه عبد اللهيان، في 9 من آذار الحالي، بانضمام إيران إلى الاجتماعات المخصصة لتطبيع العلاقات بين دمشق وأنقرة، مؤكّدًا وجوب وجود "تحضير جيد للاجتماعات يستند إلى أجندة وعناوين ومخرجات محددة وواضحة"، وفق ما نقلته الوكالة السورية الرسمية للأنباء (سانا).

وفي مؤتمر صحفي لوزير الخارجية التركي، مولود جاويش أوغلو، ونظيره الإيراني، حسين أمير عبد اللهيان،



الرئيس الروسي فلاديمير بوتين يلتقي بالرئيس السوري بشار الأسد في الكرملين - 13 من أيلول 2021 (GettyImages)

استجابة لم تتعدّ حدود التقييم

متضررو الزلزال بانتظار من يرمم منازلهم



ناجون يحولون إصلاح خيامهم بعد تضررها بعامقة هوائية في حرس الشغور غربي إدلب - 6 من آذار 2023 / محمد نسيان حنا

عنب بلدي - حسن إبراهيم

"قاعدين بالشوارع، نحنا بحاجة سكن وترميم البيوت، ما بدنا أكل، مؤونة البيت بتكفيني أنا وعائلتي ستة أشهر"، هكذا لخص فرح الدين عثمان أحد سكان بلدة جنديرس مطالبه، بعد أن انتهت به الحال في خيمة يقيم داخلها مع عائلته في أحد شوارع البلدة، عقب زلزال ضرب المنطقة.

تشققات وتصدعات طالت منزل عثمان، حاله كحال آلاف العائلات التي لجأت إلى مراكز الإيواء والخيمات والسيارات، إثر الزلزال الذي أسفر عن انهيار أكثر من 550 مبنى، وتضرر أكثر من 1570 بشكل جزئي، وتصدع آلاف المباني والمنازل شمال غربي سوريا.

وتتكرر مطالب إعادة الترميم، وإعادة بناء ما دمره الزلزال في أكثر من 60 مدينة وبلدة طالتها أضرار الزلزال في مناطق شمال غربي سوريا مع وجود حكومة "الإنقاذ" في إدلب وجزء من ريف حلب الغربي، و"الحكومة السورية المؤقتة" في ريفي حلب الشمالي والشرقي، ومنظمات وجمعيات إغاثية وإنسانية. وقدّر الدفاع المدني السوري عدد العائلات التي شُردت جراء الزلزال بحوالي 40 ألف عائلة.

خيام لا تستر

لجأ عثمان مع عائلته إلى بيت أقاربه الذي لم يتضرر وأقام معهم لمدة أسبوع، في حل غير دائم، ونصب بعدها خيمة في شارع الحي الذي يقيم فيه، منتظرًا خطوط في سبيل الترميم وإعادة بناء الأبنية المتضررة. في 6 من شباط الماضي، ضرب زلزال جنوبي تركيا وأربع محافظات سورية، أسفر عن 2274 حالة وفاة و12400 مصاب شمال غربي سوريا، وفق إحصائيات "الدفاع المدني السوري"، يضاف إليها إحصائيات الأهالي في النقاط المتضررة، مع وجود آلاف العائلات التي تبحث عن خيام،

وتسجيل حالات لوجود أكثر من عائلة ضمن خيمة واحدة.

يقيم نورس جحواني مع عائلته المكونة من 12 شخصاً في خيمة بعد انهيار منزلهم في مدينة حارم بريف إدلب الشمالي الغربي، إذ اشتكى انعدام سبل الحياة فيها، حاله كحال جاره في خيمة مجاورة عبد الجبار السوداني، الذي يقيم مع 17 شخصاً من أفراد عائلته، ويحصلون على وجبة غذاء وربطتي خبز يوميًا. وأوضح نورس لعنب بلدي، أن الخيم الذي يقيم فيه مع عشرات العائلات لا يصلح حتى لأن يكون حلاً مؤقتاً، مطالباً الجهات المعنية بترميم المنازل وإعادة إعمارها وإيجاد حلول دائمة. في 6 من آذار الحالي، تضررت عشرات الخيام جراء رياح عالية السرعة شمال غربي سوريا.

فريق "منسقو استجابة سوريا" العامل في الشمال السوري، وثّق تضرر أكثر من 28 مخيماً للنازحين في مختلف المناطق، واقتلاع وتهدم 58 خيمة. وذكر الفريق أن المخيمات المنشأة حديثاً شكّلت 70% من الأضرار المسجلة، التي توزعت بين المناطق بنسبة 13 مخيماً في إدلب، و15 مخيماً في ريف حلب.

تقييم أضرار و"خطة مشتركة"

لا تزال قضية ترميم الأبنية المتضررة وإعادة بناء المدمرة منها غير واضحة المعالم بعد مرور أكثر من شهر على الزلزال، وسط استمرار فحص وتقييم الأبنية المتضررة من قبل لجان هندسية وفرق تطوعية.

مدير العلاقات العامة في حكومة "الإنقاذ"، جمال الشحود، قال لعنب بلدي، إنه مع انتهاء المرحلة الأولى من إنقاذ العالقين ورفع الأنقاض، بدأ العمل على إحصاء المباني المتضررة جزئياً و كلياً، ووصلت الحكومة لنسبة 60% من الإحصاء.

وأوضح الشحود أن العمل على إصلاح المباني المتضررة سيتم ضمن "خطة مشتركة محلية وحكومية"، بالإضافة إلى توجيه المنظمات وتزويدها بالمعلومات

الكافية والدقيقة حول الأضرار وتقديم الاحتياج اللازم لها من قبل وزارة التنمية والشؤون الإنسانية في "الإنقاذ". وذكر الشحود أن حكومة "الإنقاذ" وجهت وزارة التنمية للتركيز في تأمين السكن بالمرحلة المقبلة على متضرري الزلزال، ضمن معايير الأشد تضرراً والأكثر حاجة.

رئيس المجلس المحلي في مدينة حارم، محمد نواف السيد علي، أوضح لعنب بلدي أن الجهود منصّبة في المرحلة الثانية للاستجابة على فتح الطرقات وترحيل الأنقاض، ثم تبدأ مرحلة صيانة المرافق العامة من طرقات وشبكات مياه وصرف صحي. وقال لعنب بلدي، إن المدينة شهدت انهيار من 430 إلى 450 شقة سكنية بشكل كامل، ومن 200 إلى 250 شقة تضررت بشكل كبير، ومن 300 إلى 350 أخرى طالتها تشققات وتصدعات. نائب رئيس المجلس المحلي في جنديرس، يزن الناصر، قال لعنب بلدي، إن الاستجابة لا تزال في مرحلة إزالة الأنقاض، دون أي عود أو مشاريع مقدمة من أي جهة سواء منظمات أو جهات حكومية لإعادة الترميم أو الإعمار.

وأوضح الناصر أن الحاجات الملحة حالياً هي تأهيل البنى التحتية، وتجهيز الطرقات وشبكات المياه والصرف الصحي، لما لها من تأثير على صحة الأهالي، خاصة مع ارتفاع درجات الحرارة في الأشهر المقبلة. وفي 5 من آذار الحالي، بدأ تنفيذ أعمال الصيانة لشبكة الصرف الصحي في حي التلل بجنديرس من قبل مجلس المدينة المحلي، بالتعاون مع "الدفاع المدني السوري".

لجنة مسح وتقييم

في 6 من آذار الحالي، شكّلت الحكومة السورية المؤقتة "لجنة مركزية لمسح وتقييم أضرار الأبنية والمنشآت الهندسية الخاصة والعامة الناجمة عن الزلزال في مناطق سيطرتها. وتتألف اللجنة من عشرة أشخاص،

وتتولى ثماني مهام، أبرزها إعداد الاستبيانات الخاصة بتقييم الأضرار الفنية والهندسية، وتقديم تقرير نهائي يوضح الأسباب الفنية لعدم مقاومة الأبنية والمنشآت المتضررة للزلزال.

وكذلك تقديم مسودة موازنة تقديرية عن تكلفة الأضرار العامة والخاصة، وتقديم التوصيات والمقترحات لمرحلة ما بعد الزلزال. وتصدر اللجنة التعليمات الناظمة لعملها، وتستعين بمن تراه مناسباً لإنجاز مهامها، وتقديم تقريرها لوزير الإدارة المحلية فور الانتهاء من عملها خلال مدة أقصاها 180 يوماً، كما تصرف النفقات الناجمة عن القرار وفقاً للنظام المالي في "الحكومة المؤقتة".

وسبق لنقابة "المهندسين الأحرار" في ريف حلب أن شكّلت بعد وقوع الكارثة بساعات خلية لجان لتقييم وكشف المباني المتضررة من الزلزال، وصلت إلى ما يقارب 22 لجنة هندسية، وذلك بالتنسيق مع المجالس وبعض المنظمات المحلية للاستجابة الطارئة.

وتعمل تلك اللجان ضمن خطة هندسية مدروسة، وفق ثلاثة تصنيفات لكل منزل متضرر، هي البيت سليم أي صالح للسكن، أو متوسط الضرر، وبالتالي يتم إخلاؤه لحين الترميم، أو شديد الضرر، وهنا يعاد التقييم من قبل لجنة "السلامة العامة" لتقديم تقرير نهائي بالحالة الفنية للبناء، ثم اتخاذ القرار بالإصلاح أو الهدم.

حملات لا تعيدهم إلى منازلهم

أطلقت منظمات وجمعيات وناشطون حملات لدعم المتضررين من الزلزال في الشمال السوري، كان معظمها مواد إغاثية وعينية، والقليل منها توجه نحو إعادة الترميم أو بناء تجمعات ومشاريع سكنية.

بعد أيام من الزلزال، أطلق فريق "ملهم التطوعي" حملة بعنوان "قادرون"، لإعادة إعمار ما دمره الزلزال شمالي سوريا، وتهدف الحملة إلى جمع مبلغ

20 مليون دولار أمريكي كمرحلة أولى لإعمار أربعة آلاف منزل بتكلفة خمسة آلاف دولار للمنزل الواحد.

وتعتمد الحملة بشكل كامل على تبرعات السوريين داخل البلاد وخارجها، بحسب بيان الفريق الذي طلب من كل المنظمات السورية الانضمام والمساهمة في دعم الصندوق لتأمين المبلغ المطلوب لإعادة الإعمار، وتم تقديره من قبل المؤسسات المعنية بـ100 مليون دولار، على أن يتم جمع مبلغ 20 مليون في المرحلة الأولى. ووصل المبلغ الوارد حتى 6 من آذار الحالي إلى ما يقارب 12.2 مليون دولار، ما يعني أن عدد البيوت المؤمنة حتى اللحظة وصل إلى حوالي 2448، وتستمر الحملة رغم توقف "البث المباشر".

مدير قسم حملات الاستجابة في فريق "ملهم التطوعي"، فيصل الأسود، أوضح لعنب بلدي أن الأبنية ستشيد على أرض جديدة، ويجري الفريق حالياً عملية بحث على أراض بجانب المدن المتضررة بحيث تكون حول المدينة وقرب مركزها، لافتاً إلى أن الأراضي "مشاع".

وقال إن عملية التخطيط للشقق انتهت، وفي حال الاعتماد على الأراضي سيبدأ الفريق بمخططات الموقع العام، وبعدها إطلاق مناقصة وتنفيذ بالتعهد والمتابعة والمراقبة عن طريق قسم المأوى في الفريق.

من جهتها، "غرفة تجارة وصناعة سوريا الحرة" العاملة في إدلب، أطلقت حملة بعنوان "خير التجارة"، موجهة لجميع التجار والصناعيين في الداخل السوري وخارجه، وهدفها بناء شقق سكنية للمتضررين والمنكوبين، وذلك بالتعاون مع "لجنة الاستجابة الطارئة" التي شكّلتها حكومة "الإنقاذ"، بما يضمن وضع المال في مكانه الصحيح، وفق تسجيل مصور نشرته "الغرفة".

مبادرات وتبرعات لا تكفي..

جامعيو الشمال.. سكن ومواصلات وبطالة



طلاب يجرون امتحانات الفصل الدراسي الأول في جامعة "حلب في المناطق المحررة" في اعزاز بريف حلب الشمالي- كانون الثاني 2023 (جامعة حلب / فيس بوك)

عنب بلدي - خاص

يواجه طلاب الجامعات شمال غربي سوريا صعوبات وعقبات تثقل كاهلهم وتجعل من الدراسة عبئاً لا عملية محببة سهلة المراد، من إيجار السكن، وارتفاع تكاليف المواصلات، وقلة فرص العمل.

صعوبات يواجهها الطلاب ككل، لكنها أكثر ثقلًا على الطلاب المهجرين أو القادمين من مدن وبلدات إدلب للدراسة في جامعات الريف الحلب، سواء الحكومية منها أو الخاصة. لا حلول جذرية للمشكلات التي يعيشها الطلاب في ريف حلب الذي تسيطر عليه "الحكومة السورية المؤقتة"، وفي مناطق إدلب التي تسيطر عليها حكومة "الإنقاذ"، وتقتصر مساعي الحل على مبادرات وتبرعات من بعض المنظمات والفرق التطوعية العاملة، وسط واقع اقتصادي ومعيشي مترد تشهد المنطقة.

سكن وبطالة ومشكلات إدارية

أحمد نعيمة، وهو طالب من مدينة سلقين شمالي إدلب، يدرس في كلية الهندسة بجامعة "النهضة" الخاصة

بريف حلب، أوضح أن إيجار المنزل بريف حلب هو همّ الطلاب الأول، إذ يصل إلى 80 دولارًا شهريًا (حوالي 1500 ليرة تركية)، يضاف إليها "أتعاب" صاحب المكتب التي تصل إلى 50 دولارًا لتأمين منزل يسكن فيه طالبان أو ثلاثة.

وقال الشاب لعنب بلدي، إن وضع المنزل من حيث النظافة والخدمات لا يرقى للمبلغ المدفوع، ولا يقارن بالوضع المعيشي للمنطقة، مضيفًا أن ارتفاع أسعار جميع المواد من سلع غذائية أو تدفئة مشكلات إضافية تزيد من عبء الدراسة الجامعية.

من جهته، الطالب أحمد ببيضون الذي يدرس في جامعة "حلب الحرة" باعزاز، اعتبر أن أكبر مشكلة تواجه معظم الطلاب خلال الدراسة هي تأمين الدخل والمصروف، مشيرًا إلى أن قسم طب الأسنان الذي يدرسه مكلف أكثر من غيره لما يتطلبه من أقساط وتجهيزات وأدوات.

ولفت الشاب المنحدر من بلدة بداما غربي محافظة إدلب، إلى أنه يبحث عن عمل منذ أشهر لكنه لم يجد، وفي حال عثوره على عمل فإنه يتعارض مع دوامه الجامعي ويؤثر على

تحصيله العلمي.

وإلى جانب المشكلات السابقة، قال الطالب عمر زعتور المنحدر من مدينة كفرنبل جنوبي إدلب، والذي يدرس في كلية الإعلام بجامعة "النهضة" باعزاز، إن هناك صعوبات إدارية من قبل الجامعات نفسها.

وأوضح عمر لعنب بلدي، أن الجامعات لا توفر أو تقدم التجارب العملية الكافية، بما يؤهله لدخول سوق العمل سواء خلال فترة دراسته أو بعدها، مشيرًا بحكم اختصاصه إلى عدم معرفته بعمل الكاميرا أو التدريب عليها في الجامعة، وهذا الأمر ينطبق على أفرع عديدة.

الطالب في جامعة "النهضة" مهند رصين جصري، اعتبر بالإضافة إلى الصعوبات السابقة، أن تلاعب بعض المكاتب العقارية بالطلاب هو أكبر المشكلات، لمعرفتهم بأن الطالب مضطر لاستئجار منزل يوفر عليه مصاريف مواصلات من بلدات ومدن بعيدة.

وقال مهند لعنب بلدي، إن بعض المكاتب العقارية تستغل حاجة الطالب للسكن، وتأخذ منه تأمينًا أو "كمسيون" حوالي 50 دولارًا أمريكيًا، وتعود لإخراجه لأسباب عديدة بعد شهرين أو ثلاثة، ويتم تأجير المنزل لطلاب آخرين واعتماد نفس الأسلوب معهم بعد فترة.

مشكلات في إدلب أيضًا

الطالبة حلا (متزوجة وأم لثلاثة أطفال) تدرس في قسم الإرشاد النفسي بجامعة "إدلب"، وتقيم في ريف جسر الشغور، أوضحت أن المسافة البعيدة عن الجامعة، ووجود طفلة صغيرة لديها، لا يمكنانها من الحضور بالنسبة الكافية في الجامعة. تعمل حلا معلمة في إحدى المدارس، ويفكر زوجها بجديّة بالسكن في مدينة إدلب رغم ارتفاع الإيجارات، لكنه حل مؤقت للتخلص من تعب السفر اليومي، وتذليل الصعوبات حتى تتخرج في

الجامعة.

وتحدثت حلا عن ضغوط متراكمة مع دوام المدرسة والجامعة وإدارة المنزل وتربية الأطفال، بالإضافة إلى صعوبات في تأمين مستلزمات الحياة اليومية، وارتفاع تكاليف السكن والكهرباء والماء والإنترنت وغيرها.

والتقت عنب بلدي عددًا من الطلاب والطالبات في جامعة "إدلب"، ينحدرون من مناطق ريف حلب ومنهم من ريف جسر الشغور، ومنهم مهجرون من ريف دمشق إلى شمالي إدلب، بعضهم متزوج وبعضهم عازب، تحدثوا عن صعوبات مشابهة لتلك التي يعيشها طلاب في جامعات بريف حلب.

تبرعات وحملات دعم

الطالب أحمد نعيمة بعد دراسته لثلاث سنوات في جامعة "النهضة"، أوضح أن المنظمات والفرق التطوعية لا تركز على دعم الطلاب، وأن الأولوية في دعمها تنصب على المخيمات والنازحين، لافتًا إلى ضرورة تخصيص جزء بسيط من الدعم للطلاب في مشواره التعليمي الطويل.

وتنشط منظمات تدعم احتياجات الأشخاص في الشمال السوري، وتخصص جزءًا من دعمها للقطاع التعليمي ككل، من هذه المنظمات "فريق الاستجابة الطارئة" الذي ينظم حملات عبر وسائل التواصل الاجتماعي لدعم الطلاب وتأمين أقساط الدراسة لهم.

ونشر "فريق الاستجابة"، في 11 من كانون الثاني الماضي، إحصائية لحملاته خلال أربع سنوات في قطاع التعليم، شملت ستة آلاف و933 مستفيدًا، ووصلت قيمة التبرعات المجموعة إلى 326 ألفًا و150 دولارًا أمريكيًا.

ومن المنظمات النشطة "فريق ملهم التطوعي"، الذي ينشر بشكل دوري عن تبنيه لعمليات دعم طلاب سواء في الجامعات أو في مراحل مبكرة من الدراسة، وكذلك دفع تكاليف معلمي فصول دراسية محددة.

كما تنشط بعض الجهات في إنشاء بعض المشاريع، منها "هيئة الإغاثة التركية" (IHH) التي افتتحت، في 27 من كانون الأول 2022، مبنى للسكن الجامعي في مدينة اعزاز، يضم 40 غرفة وصالة، ومكتب إدارة، بسعة

تصل إلى 320 طالبًا.

وحمل السكن الطلابي اسم "سكن قونية علاء الدين كيكوبات"، وأنشأه فرع "هيئة الإغاثة" في ولاية قونية التركية، والسكن مخصص لطلاب جامعة "الشام" في اعزاز، التي أنشأتها "هيئة الإغاثة" عام 2015-2016، وتضم حوالي ألفي طالب.

مشكلات تتجدد

المشكلات المذكورة ليست بجديدة على واقع الطلاب، لكنها تتجدد مع بداية كل موسم دراسي، أو مع كل يوم دراسي، بحسب وضع الطالب التعليمي وقدرته على تأمين ومجاراة العملية التعليمية.

كما يواجه الطلاب في ريف حلب بشكل خاص عدة مشكلات طفت على السطح مؤخرًا، منها ما أثر في كانون الأول 2022 من قرارات متداولة متعلقة بالأقساط والرسوم والاستنفاد، لاقت استنكارًا وغضبًا من قبل بعض الطلاب.

واعتبرها بعض الطلاب استغلالًا لهم، متهمين جامعة "حلب الحرة" وإدارتها بأنها تحولت إلى "مؤسسة ربحية لا تعليمية"، وقوبلت هذه القرارات بنفي الجامعة.

وفي 12 من كانون الأول 2022، منع حوالي 25 طالبًا من طلبة كلية طب الأسنان بجامعة "حلب" من إجراء امتحاناتهم، لعدم دفعهم رسوم القسط الجامعي.

وأوضح عميد كلية طب الأسنان، الدكتور محمد خطاب، حينها لعنب بلدي، أن القسط من أجل أن تستمر العملية التعليمية، إذ تعتمد الجامعة في 80 إلى 85% من تمويلها على رسوم الطلبة، وفي 15 إلى 20% على دعم من بعض المنظمات، بحسب العميد. ولفت عميد الكلية إلى أنه في حال عدم دفع الطلبة الرسوم، ستواجه الجامعة مشكلة مالية تعود بالضرر على دراستهم، وسير عمل الجامعة، ونجاح العملية التعليمية وعمل المدرسين فيها، وهذا ما يدفع الجامعة للمطالبة بالدفع والضغط على الطلبة.

كما أثّرت، في تشرين الأول 2022، قضية كلية الإعلام بجامعة "حلب الحرة"، التي لا تزال تشهد بعض التجاذبات وتراقب الاتهامات بين أطرافها من طلبة وإدارة الجامعة، وسط مطالب للطلبة تنتظر الاستجابة.



انحباس الأمطار يثير مخاوف المزارعين ومربي المواشي بالحدسكة



أرض زراعية لمحصول القمح المروي تُسقى بالرياح في ريف القامشلي الجنوبي - 26 شباط 2023 (عنب بلدي / مجد السالم)

الحسكة - مجد السالم

تفاعل مزارعو الحسكة مطلع شباط الماضي، بعد أن عادت الأمطار للهطول مجدداً عقب أشهر من قلتها في المنطقة، لكن حالة التفاؤل لم تستمر طويلاً، إذ انقطعت الأمطار لاحقاً. الجفاف الذي يضرب المنطقة هذا الشتاء، تسبب بإخراج العديد من الأراضي المزروعة بالمحاصيل البعلية من الإنتاج، نتيجة لفشل الحبوب في عملية الإنبات، بحسب ما قاله مزارعون من المنطقة لعنب بلدي. بينما شارفت مساحات مزروعة أخرى على الخروج من توقعات الإنتاج، بحسب ما قاله المهندس الزراعي طارق العايد، وهو من سكان المنطقة نفسها، لعنب بلدي.

إنقاذ بعض المحاصيل

المهندس الزراعي اعتبر أن الهطولات المطرية السابقة جاءت في "لحظة

حرجة"، ولو استمرت أياماً قليلة أخرى، كانت ستؤثر إيجابياً على المحاصيل البعلية العطشى. كما أن مزارعي المحاصيل المروية أيضاً كانوا سيستفيدون من هذه الهطولات كثيراً، لأن الأمطار تعني أنهم سيتوقعون عن ري محاصيلهم عن طريق الآبار التي يكلف تشغيلها مئات الآلاف من الليرات يومياً ثمنًا للمحروقات وغيرها. معاون مدير زراعة الحسكة في حكومة النظام، المهندس عز الدين الحسو، قال في حديث سابق لوكالة الأنباء السورية الرسمية (سانا)، إن الأمطار الهائلة مطلع شباط كانت "منقذة للمحاصيل البعلية، ولا سيما محصولي القمح والشعير". وأضاف أن "فعاليات المنخفض الجوي سترفع نسبة إنبات المحصولين من 35% إلى الضعف"، ولها "دور كبير في مساعدة محاصيل البقوليات على الإنبات". توقعات الحسو لم تنعكس على

من جانبها، أعلنت "الإدارة الذاتية"، صاحبة النفوذ شمال شرقي سوريا، في 5 من آذار الحالي، أنها حددت سعر طن سماد "اليوريا" بـ630 دولاراً. بينما تكمن مشكلة السماد المقدم من سلطات المنطقة، بحسب ما رصدته عنب بلدي من عدة مزارعين، في تأخر توزيع وتوفير المادة من قبل "الإدارة" وعدم كفايتها للجميع. وتبلغ مجمل المساحة المزروعة بمحصولي القمح والشعير المروي والبعل في الحسكة نحو 707 آلاف هكتار، بحسب وكالة "سانا".

مربو المواشي يعانون أيضاً

مربو الثروة الحيوانية بدورهم تحدثوا عن مصاعب تواجههم في تربية وتجارة المواشي، هائل محمد رشيد (30 عاماً)، وهو مربو أغنام من ريف القامشلي الجنوبي، قال لعنب بلدي، إن الأمطار تحسن من المراعي الطبيعية، إذ يعقبها نمو العشب والحشائش التي توفر طعاماً مجانياً للمواشي بعد الغلاء "الكبير" في أسعار الأعلاف. ارتفاع أسعار الأعلاف الناتج عن سوء المحاصيل الزراعية لهذا العام، أدى إلى خسائر بالنسبة لمربي الماشية.

هايل قال أيضاً، إن تساقط الأمطار يشجع السكان على تربية و شراء المواشي، ففي مطلع شباط الماضي، شهدت أسواق بيع الماشية أو ما يُعرف محلياً باسم "علوة الغنم"، تحسناً في حركة البيع والشراء والأسعار، وسجل سعر "الغنمة" الواحدة مع خروفها الصغير نحو مليون و500 ألف ليرة سورية، ومن دون صغيرها نحو 800 ألف ليرة سورية، بينما بلغ سعر "الكبش" مليوني ليرة سورية، والماعز نحو

500 ألف ليرة سورية. وتتحكم وفرة الأعلاف ومدى انخفاض أسعارها ووفرة المراعي المجانية بأسعار المواشي في الحسكة. وتعتبر الأراضي الخضراء "مراعي مجانية" بالنسبة لمربي المواشي، وهي تتأثر بتوفر الأمطار أو حالة الجفاف.

حسن السيد (52 عاماً)، مربو ماشية من ريف بلدة الجوادية الجنوبي، قال لعنب بلدي، إن وضع المراعي تحسن في الآونة الأخيرة، وخفف من عبء توفير الأعلاف على المربين. حسن عبّر أيضاً عن خوفه من استمرار انحباس الأمطار بعد أن كانت الهطولات جيدة مطلع شباط الماضي، باعتباره أن الجفاف سيؤدي إلى انخفاض أسعار الماشية مرة أخرى.

وأضاف أن الأعلاف التي تقدمها "الإدارة الذاتية" لا تكفي قطعياً المواشي الذي يملكه، وهو عبارة عن 35 رأساً من الأغنام، كونها تعتمد على إحصائيات قديمة لتقديم المخصصات، علماً أن أعداد المواشي تتغير بين اليوم والآخر. من جهته، أعلن مكتب الثروة الحيوانية في لجنة الزراعة والري عبر موقع "الإدارة الذاتية" الرسمي، أنه بدأ "بتسليم الدفعة الثالثة من مادة النخالة لمربي المواشي في محافظة الرقة".

وبحسب الإعلان، "بلغت مخصصات الرأس الواحد من الأغنام كيلوغرامين من النخالة، أما مخصصات الأبقار والجمال فبلغت عشرة كيلوغرامات للرأس الواحد، ومخصصات الخيول 35 كيلوغراماً للرأس".

بينما لم تبدأ عمليات التوزيع حتى لحظة تحرير هذا الخبر، بحسب ما رصدته عنب بلدي خلال حديثها مع مربين للمواشي في الحسكة.

النظام السوري يعطّل دخول المساعدات

الشيخ مقصود والأشرفية بحلب..

حصار فوق الزلزال

عنب بلدي - حلب

لم تشفع كارثة الزلزال الذي ضرب المنطقة، لتوقف الحصار المفروض على أحياء الشيخ مقصود والأشرفية في مدينة حلب من قبل النظام السوري، ما زاد من معاناة الأهالي المنكوبين.

وفقد ستة أشخاص في الحيين حياتهم نتيجة الزلزال، إلى جانب وقوع حوالي 100 إصابة بين بليغة ومتوسطة وحالات انهيار عصبي، وفق المجلس العام لأحياء الشيخ مقصود والأشرفية، التابع لـ "الإدارة الذاتية" في شمال شرقي سوريا.

وانهارت في الحيين خمسة مباني، وتحتاج 12 أخرى للإزالة، بسبب الأضرار الكبيرة التي لحقت بها بعد الزلزال، إلى جانب تضرر 400 مبنى، ما أجبر حوالي 50 ألف شخص على النزوح الداخلي، من المباني إلى البيوت الأرضية، إلى جانب توجه عشرة آلاف آخرين إلى الخيام ومراكز الإيواء المؤقتة، كما نزحت نحو ثلاثة آلاف عائلة من الحيين إلى

ولم يعد لدينا أي شيء، في وسط الحصار المفروض علينا من (الفرقة الرابعة)". واشتكى مصطفى ضعف المساعدات الداخلة للحي، بالمقارنة مع حجم المساعدات الوافدة إلى مناطق نفوذ النظام، وكان "حي الأشرفية من خارج أحياء حلب المتضررة"، وفقاً لقلوه.

ويضطر مصطفى للذهاب خارج الحي لشراء حاجياته الأساسية، و دفع تكاليف مواصلات "مرهقة"، على الرغم من وضعه الاقتصادي المتردي بعد الزلزال.

وحاولت "الإدارة الذاتية" إرسال مساعدات للمنكوبين في أحياء الشيخ مقصود والأشرفية ومنطقة الشهباء، منذ الأيام الأولى للزلزال، في حين لم يسمح النظام بدخول المساعدات عبر المعابر الفاصلة بين الطرفين، ماعدا صهاريج المحروقات التي استولى على 60% منها.

الرئيسة المشتركة لهيئة الشؤون الاجتماعية والعمل في "الإدارة الذاتية"، مريم الإبراه، قالت، في 26 من شباط الماضي، إن " (الإدارة الذاتية) بادرت منذ الساعات الأولى لكارثة الزلزال لتقديم المساعدات للمناطق المنكوبة، فيما أغلقت حكومة دمشق الأبواب والمعابر أمام هذه المساعدات". وأضافت، "لم تستقبل حكومة دمشق سوى مادة المحروقات، وكان هناك مقابل لإدخالها، وهو أخذ ثلثي الكمية المرسلة إلى المناطق المحاصرة والمتضررة من الزلزال".

وفي 20 من شباط الماضي، أي بعد أسبوعين من الكارثة، دخلت أول قافلة مساعدات دولية مكونة من تسع شاحنات تحمل مساعدات إنسانية تضم مستلزمات إيواء إلى الحيين، وفي 22 من الشهر ذاته، دخلت قافلة دولية أخرى مكونة من خمس شاحنات فيها خيام وبطانيات.

وتستمر المساعدات المرسلة من "الإدارة الذاتية" و"الهلال الأحمر الكردي"، بانتظار موافقة النظام للدخول وإغاثة المنكوبين.

تنديد دولي

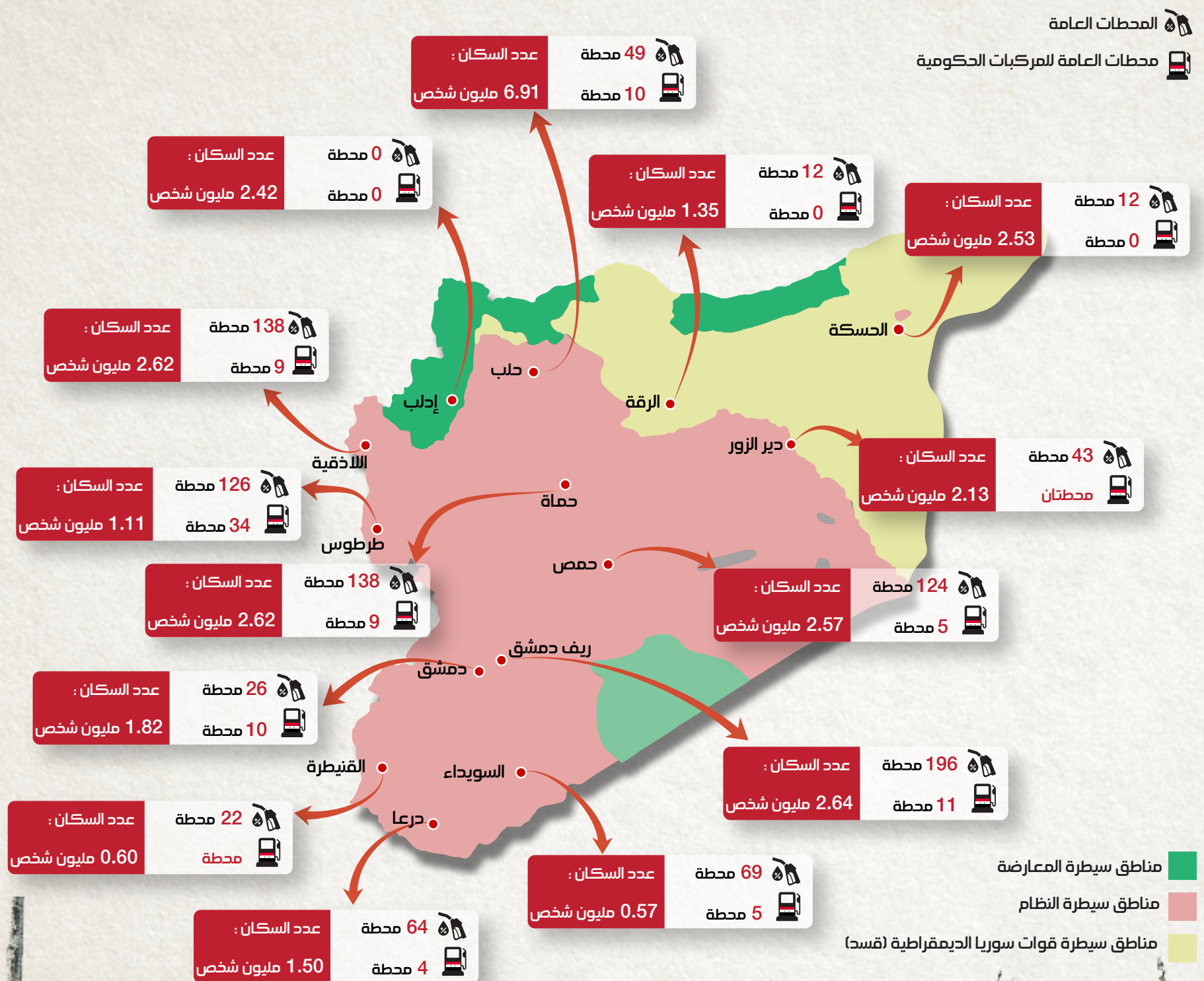
"نيفين"، اسم مستعار لأسباب أمنية، وهي شابة كردية تقيم في حي الشيخ مقصود، قالت لعنب بلدي، إن الحي لم يكن ضمن اهتمامات حكومة النظام قبل أو بعد الزلزال، حيث نفت زيارة أي مسؤول من الحكومة للحي بعد الزلزال أو قبله، حين انهيار بناء سكني، توفي على إثره عشرة أشخاص في 22 من كانون الثاني الماضي.

وعن وضع الحي الخدمي بعد الزلزال، أوضحت "نيفين" أن الحصار لم يترك مجالاً لتحسن الأوضاع، حيث أدى الزلزال إلى تشرد العديد من العائلات التي بحثت عن مأوى لدى أقاربها أو في مراكز الإيواء، كما جرى توزيع مساعدات غذائية للمتضررين من قبل المجلس العام. وبعد دخول صهاريج المحروقات، زادت ساعات التغذية الكهربائية من المولدات

المنتشرة في الحي إلى ثلاث ساعات بدلاً عن ساعتين، وفق "نيفين". وفي 6 من آذار الحالي، نشرت منظمة العفو الدولية تقريراً قالت فيه، إن النظام خلال شهر بعد حدوث الكارثة، منع ما لا يقل عن 100 شاحنة تحمل مساعدات أساسية مثل الغذاء والإمدادات الطبية والخيام من دخول الأحياء ذات الأغلبية الكردية في مدينة حلب. ومنذ آب 2022، فرض النظام "حصاراً وحشياً" على هذين الحيين، ومنع الوقود والغذاء والإمدادات الطبية وغيرها من المساعدات الأساسية من الوصول إلى عشرات الآلاف من المدنيين الذين يعيشون هناك، وفق التقرير. واستنفدت هذه الأحياء بالكامل إمداداتها الطبية قبل الزلزال، ما جعلها غير مهيأة للتعامل مع الإصابات الناجمة عن الزلزال. ووثقت منظمة "سوريون من أجل الحقيقة والعدالة"، ضمن تقريرها المنشور في 21 من شباط الماضي، منع السلطات السورية دخول قافلات المساعدة إلى مناطق نفوذها عبر معبر "الناحية".

ودعا التقرير بناء على أحكام القانون الدولي السلطات السورية إلى تأمين الحاجات الإنسانية لجميع السكان المدنيين على أراضيها، وحيث إن هذه السلطات لا تمارس سلطة فعلية على بعض الأقاليم، يجب عليها السماح بمرور المساعدات الإنسانية دون شروط أو تعقيدات.

ما عدد محطات بيع المحروقات بـ"البطاقة الذكية" في كل محافظة سورية



مكانة اللغة عند الصحفي

علي عید



مرت آلاف السنين دون أن تتغير وظيفة اللغة، فهي أهم عناصر الاتصال ونقل الأفكار، وما تغير هو بنية هذه اللغة ومفرداتها، هناك لغات بادت وأخرى تطورت، ولطالما كانت اللغة دليلاً على حضارة الشعوب وتقدمها.

كل ما سبق مرتبط بسياق المنطق والفلسفة والعلوم، إذ تنقسم اللغة إلى مبنى ومعنى، ودون أن تمتلك هذين العنصرين فهي تفقد وظيفتها الأساسية.

ويختلف مفهوم اللغة عن الصوت، فقد طوره الإنسان، وضبط مخارج الحروف، وأصبح الصوت جزءاً يخدم اللغة، وهذه لا تقتصر على الأبجديات، إذ تعتبر الحركات والإيماءات (لغة الجسد) جزءاً من اللغة والمنطق، فهي تنقل المشاعر والأفكار، لذلك فنحن نشاهد اليوم على الإعلام نشرات لغة الإشارة لفاقدي السمع، كما أننا نتأثر بالموسيقا، وكل مقام منها يشير إلى معنى أو إلى ثقافة ومكان، ومثاله أن هناك مقام "الحجاز" الذي يرتبط بجغرافيا شبه الجزيرة وثقافتها الإسلامية، وطقوسها ومعتقداتها.

في الصحافة، تعتبر اللغة عاملاً حاسماً في أداء المهمة والرسالة، ولغة الصحافة تتطور بتطور وسائلها وتقنياتها، إذ ليس من المستحسن استخدام الإنجليزية القديمة (لغة شكسبير) في نشرات الأخبار مثلاً، كما لا يمكننا نقل أفكار تكنولوجيا العصر للجمهور العربي بلغة ومفردات "الشنفرى" و"تأبط شرّاً".

يتساهل كثير من الصحفيين في عنصر اللغة، ولهذا التساهل أثر كبير في إيصال الرسالة، أو كتابة الخبر الصحفي أو التقرير، أو حتى لدى مقدمي نشرات الأخبار.

من آثار ضعف اللغة عند الصحفي خسارة الجمهور، والعجز عن صياغة الأحداث والأفكار وتقديمها بشكل سلس ومبسط ومفهوم، وغالباً ما سينكشف الصحفي، وقد يفقد هويته كصحفي ليصبح مجرد مزود خدمة فاشل وضعيف.

يجهد الصحفيون المتمرسون في اختيار المفردات المناسبة والسليمة لنقل الخبر، وصياغة موادهم الصحفية، ويتسبب ضعف اللغة عند الصحفي في فقدانه دوره أو حتى فرصته في العمل.

دليل الحاجة إلى لغة سليمة في حرفة الصحافة هو وجود مدققين لغويين، ودليل أهمية اللغة في إيصال الأفكار دون تحريف أو مبالغة، هو وجود مفردات قد يؤدي استخدامها في غير مكانها إلى تغيير المعنى، والتسبب بإشكالات في الفهم لدى الجمهور، ما يورط الوسيلة الإعلامية في قضايا قانونية بعض الأحيان.

كل صحفي هو روائي، وكل رواية تتطلب قدراً عالياً من المعرفة باللغة.

لا تختلف أهمية اللغة عند كل الثقافات والشعوب، ولكنها أكثر أهمية عند العرب، لأنها معجزتهم التي تبنت في القرآن، ولأنها لغة تمتلك ملايين المفردات، ولا يمكن تطويرها إلا بفهمها.

تطورت لغة الصحافة عموماً، ونشأت لغة تسمى "الثالثة"، أو "البياض"، لكن هذا لا يعني الضرب في أساساتها بل تطويرها، وهي قادرة على ذلك.

وضع الباحثون شروطاً في اللغة الإعلامية المعاصرة، منها الوضوح، المعاصرة، الملاءمة، الاختصار، الاتساع، الجاذبية، القابلية للتطور، تلك اللغة بكل شروطها لا ينبغي أن تغير في المعنى، أو أن تكون عاجزة عن إيصال الرسالة.

اللغة عند الفيلسوف النمساوي لودفيج فيتجنشتاين هي الفكر، والفكر هو اللغة، ولا وجود لأحدهما دون الآخر، وهي رسم وتصوير للوقائع في العالم الخارجي.

وقد فاضل مفكرون وفلاسفة عرب بين اللغة والرياضيات، وأسبقية كل منهما على الأخرى، وليس المقام هنا لإثبات الأسبقية، بل التأكيد على أننا، نحن البشر، نحتاج إلى اللغة لتفسير العلوم، ودون اللغة نحن غير قادرين على الوصول، فحتى البرمجيات التي لم تكن نعرفها قبل 50 عاماً أصبحت لها لغتها الخاصة، ودون تدوين لغة البرمجيات وتوحيدها وتداولها بشكل سليم لن تكون هناك فتوحات في عالم الذكاء الرقمي الصناعي.

لكل صحفي أسلوبه، لكن اللغة واحدة، واللغة هي شخصية الصحفي، وشخصية الوسيلة الإعلامية، لذلك فإن لكل وسيلة مرجعاً يسمى "كتاب الأسلوب" (Style Book)، يتم فيه تحديد عناصر أساسية لا تحيد عنها المؤسسة في موادها الصحفية، ابتداء من العناوين وانتهاء ببنية الخبر أو التقرير.

يعتقد كثير من الصحفيين، مع الانتشار غير المنضبط لإعلام وسائل التواصل الاجتماعي (Social media)، أن اللغة لم تعد ذات أهمية تذكر، وأن إيصال الفكرة هو الأهم، فهناك من المؤثرين من يخرجون من شاشات الهواتف النقالة دون أن يقولوا حرفاً، فقط يعرضون أشكالهم الغربية، أو أجسادهم وعضلاتهم، أو حتى مؤخراتهم بالنسبة للنساء، وهذا حكم غير صحيح، لأن وسائل التواصل تقدم إلى حد بعيد خلطة للفرجة والمتعة، لا رسالة للمعرفة ونقل الحقيقة.

المرأة السورية في عيدها العالمي

إبراهيم العلوش



في الثامن من آذار عام 1908، خرجت 15000 امرأة في نيويورك مطالبات بحقوق النساء في الحياة السياسية والاقتصادية، وفي عام 1911، طالب مؤتمر للنساء في الدنمارك باعتبار هذا اليوم يوماً عالمياً للمرأة، وتناقلت المطالبات حتى اعتبرت الأمم المتحدة هذا اليوم يوم المرأة العالمي، اعتباراً من العام 1975، ومُرّ أكثر من 100 عام على تلك المطالبات، ولا تزال المرأة العربية ومعها المرأة السورية في وضع صعب، يصل أحياناً إلى حدود العبودية.

شاركت النساء في الحياة العامة منذ أيام الثورة السورية ضد الاحتلال الفرنسي، وأسهمن بإصدار الصحف، ودخلن قطاع التعليم الجامعي بشكل مبكر مع تأسيس الجامعة السورية في بداية القرن الماضي. ونالت المرأة السورية حق الانتخاب منذ العام 1949 أيام حسني الزعيم، وتزايدت نسب تعليم النساء، وعلى الرغم من أن المرأة في الطبقات الفقيرة والريفية ظلت تعاني الاضطهاد والعمل الشاق والتمييز ضدها، فإنها سرعان ما بدأت الالتحاق بالتعليم والعمل اللذين يحفظان استقلالها أسوة بكثير من نساء المدن.

لا يعرف السوريون يوم الثامن من آذار كعيد عالمي للمرأة، بل كيوم مشؤوم على الحياة السورية بسيطرة "ثورة البعث" التي جرّت المجازر على السوريين وعلى نساء سوريا، ولم تبرز امرأة واحدة في المناصب الرسمية بكل أسف لا في الحكومات المتلاحقة، ولا في أحزاب المعارضة بمختلف مسمياتها، بما فيها الحزب "الشيوعي السوري"، حيث ورثت وصال فرحة بكداش زوجها خالد بكداش الرئيس المزمّن للحزب، لتُسلم القيادة لاحقاً لابنها عمار بكداش أسوة بتوريث بشار الأسد حليف بكداش في

مساحة الاختيار للنساء أكبر، وصارت الابنة في كثير من العائلات لا تقل أهمية عن الابن، ولكن ثمة من لا يزال يتاجر بالقيم القبليّة والتطرف الديني، وبالخوف من المجهول، من أجل استغلال المرأة وإجبارها على وقف تعليمها والزواج المبكر (وزواج القاصرات). وأحياناً، نجد أن العائلة الصغيرة موافقة على منح الحرية لابنتها في الاختيار، ولكن الوسط العائلي والجوار يضغط على العائلة للحفاظ على الجو المحيط من عادات استغلال النساء، خاصة في المجتمعات الصغيرة والمنغلقة. النساء السوريات في المهاجر، ورغم العثرات في اللغة وفي فهم الحياة الجديدة، قدّمن الكثير من الاستقلالية لأنفسهن، وقدّمن لعائلاتهن المساعدات والإنجازات في التعليم، والعمل، وحرية الاختيار التي تضمنها القوانين في البلدان الأوروبية المتحررة بالنواحي الاجتماعية والإنسانية، وقد أصبح الكثير منهن قدوة للنساء اللواتي لا يزلن في سوريا أو في المهاجر الأقل تقدماً، التي تعج بأخبار قتل النساء بذريعة الحفاظ على الشرف!

لا يزال العبء الأكبر في العائلة يقع على النساء، ولا تزال المرأة هي سفينة النجاة لكثير من عائلاتنا، وهي تعبر الماسي التي ألحقها نظام الأسد بالسوريين، بالإضافة إلى وباء "كوفيد-19"، و"الكوليرا"، والجوع، والزلازل الأخير، ولكن المرأة ظلت منارة حياتنا، ومصدر فرح وأمل لنا، وهي تستحق العيد في يومها العالمي، وتستحق منا أن نكرمها في عيدها، ونضعها في مكانتها كإنسانة لها أحلامها، ولها شخصيتها المستقلة، فالمجتمع الحر لا يمكن بناؤه في ظل العبودية، والأحرار هم وحدهم القادرون على بناء حياة حرة ونبيلة تستحق أن نحلم بها.

"الجهبة الوطنية التقدمية". وكانت نجاح العطار، أول نائبة لرئيس الجمهورية، مجرد قلادة سياسية زائفة يتباهى بها حافظ الأسد وابنه من بعده، بأنها أخت رئيس سابق لحزب "الإخوان المسلمين" (عصام العطار) الذي لاحقته فرق الاغتيال إلى ألمانيا وقتلت زوجته. ولا ننسى بثينة شعبان كوجه أنثوي بارز من إنتاج نظام "البعث"، وكان لها دور واضح في التحريض الطائفي. ولعل أشهر امرأة سورية تداول الجمهور اسمها واخترقت ذكورية السلطة السياسية والدينية المحيطة بالنظام، هي منيرة القبيسي التي توفيت مؤخراً عن تجمع ديني يخدم السلطة وهي في ذروة اعتدائها على السوريين منذ العام 2011.

تدهور وضع المرأة السورية بعد المكتسبات التي حققتها منذ الاستقلال، وتحولت مع اندلاع الثورة إلى أكبر الضحايا، حيث جعلتها ميليشيات الأسد فريسة للاغتصاب والتحرش والابتزاز على الحواجز وفي المعتقلات التي ابتلعت النساء مع أطفالهن دون رحمة. رغم كل ذلك، انتزعت المرأة مشاركتها في مختلف المجالات الاجتماعية والاقتصادية والسياسية، وبرزت ناشطات وفنانات وطبيبات وصحفيات، في الداخل وفي المهاجر، ملأن العالم احتجاجاً على دكتاتورية الأسد مثل الدكتورة فداء حوراني وسهير الأتاسي وفدوى سليمان وبسمة قضماني ومي سكاف والدكتورة أماني بلور ووعد الخطيب وسمر يزبك... ولعل مستشفيات غوطة دمشق وحلب وحمص، والأفلام والكتب التي صدرت في مختلف أنحاء العالم من قبل نساء سوريات خير دليل على دورهن الرائد.

لا شك بأن معظم العائلات السورية توصلت إلى تفاهمات بين رجالها ونسائها، وصارت

قطاع الطب النفسي غير مؤهل الزلازل يخلق كارثة نفسية في الشمال

عنب بلدي
ملف العدد 577
الأحد 12 آذار 2023

إعداد:
لجين مراد
حسام المحمود
خالد الجرعتي



وتركيا بـ"قنبلة موقوتة" تهدد الصحة النفسية لمتضرري البلد.

تناقش عنب بلدي في هذا الملف مع اختصاصيين وأطباء نفسيين وجهات معنية حجم الاحتياجات لخدمات الصحة النفسية، ومدى إقبال سكان الشمال السوري على تلقي تلك الخدمات وسط ارتفاع وتيرة حاجات سابقة، وظهور أخرى خلقتها الكارثة.

كما تبحث جاهزية قطاع الصحة النفسية لاستيعاب الكارثة، ومدى أولوية تلقي العلاج النفسي من وجهة نظر مجتمع متنوع المعاناة.

لحظات وصفها الناجون بـ"القيامة"، طالت تفاصيل الحياة في المدن المتضررة، وخلفت أضراراً جسدية واضحة، وأخرى نفسية لم يظهر أثرها الحقيقي كاملاً بعد. خوف وشكاوى من أشكال مختلفة من الاضطرابات النفسية، بدأت تظهر تدريجياً على الأهالي في شمال غربي سوريا، دون أن تستثني الأطفال أيضاً، وسط تحذيرات من "كارثة ثانية" قد تنتج عن غياب الاستجابة للأضرار النفسية التي طالت الناجين.

وأمام الاحتياجات الملحة لخدمات الصحة النفسية، وصف تقرير صادر عن الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر (IFRC)، كارثة الزلزال الذي ضرب سوريا

الكارثة لم تنته..

ناجون عالقون في دوامة الخوف والقلق

فعل نفسي واستجابة طبيعية للكارثة. ويتطلب هذا المستوى من الأعراض جلسات دعم نفسي، واهتماماً ورعاية خاصة لتجنب تفاقم المشكلة، وفق التقرير.

وبينما قد تكون بعض الأعراض التي يواجهها الناجون من الزلزال عارضة ومؤقتة وطبيعية، من المتوقع أن تظهر أمراض مزمنة وحالات تتطلب تدخلاً طبياً، وفق الطبيب جلال نوفل. إلى جانب ذلك، يشير تقرير "أطباء بلا حدود" إلى احتمالية استمرار أثر تلك الحالات على المدى الطويل، وامتداد أثرها على العائلة والمجتمع بأكمله، كما أن أثر تلك الحالات على المجتمع يمكن أن يسبب زيادة بتعاطي المخدرات، وكثرة في المشكلات الزوجية، وظهور مشكلات إضافية مرتبطة بالعنف والعوانية، في حال عدم الاستجابة لها بالسرعة المطلوبة.

حديث إلى عنب بلدي، إن الطب النفسي بعد الكوارث ومنها الزلزال، يتجنب الحديث عن اضطرابات نفسية، في "الفترة الحادة" التي تتراوح بين أسابيع وأشهر بعد الكارثة، مع التركيز على طمأنة الناس، مبرراً ذلك بأن حالة الخوف يمكن أن تزيد عند الحديث عن الأمراض النفسية.

هذا الرأي يتفق معه الطبيب النفسي جلال نوفل، إذ يرى أن العديد من الأعراض يمكن أن تكون طبيعية، ولا سيما في ظل استمرار الكارثة. وأوضح نوفل أن استمرار الهزات الارتدادية ووجود إشاعات حول زلزال متوقع، يفرضان استمرارية تلك الأعراض لوقت أطول. وبحسب تقرير صادر عن منظمة "أطباء بلا حدود" حول الصحة النفسية بعد الزلزال، سيكون لدى جميع المتضررين من الزلزال باختلاف مستويات الضرر الذي تعرضوا لها، رد

بنا للنقذه من كابوس الزلزال"، تابع رمضان لعنب بلدي. وفي استطلاع رأي أجرته عنب بلدي في مدينتي إدلب واعزاز، اتفقت معظم الآراء على أن الخوف صار جزءاً من تفاصيل الحياة اليومية للكبار والصغار في المنطقة، ما ترتبت عليه آثار متفاوتة، وصلت في بعض الحالات إلى العجز عن ممارسة الروتين اليومي لدى الراشدين، بينما تركت تأثيراً مضاعفاً على الأطفال، إذ يعاني العديد منهم صعوبات بالنوم والكلام وفقدان الشهية، بحسب الاستطلاع.

بعض الأعراض "غير طبيعية"

"أعراض طبيعية لحدث غير طبيعي"، هكذا اختصر الطبيب النفسي محمد أبو هلال ما يعيشه الناجون من الزلزال في سوريا وتركيا.

وقال أبو هلال، خلال

مستمرة حيال الضرر النفسي الذي تواجهه إحدى ابنتيهما، وفق قولها. "كل الإصابات ممكن تتعالج، لكن خوفاً الحقيقي من حالة بنتي النفسية"، تابعت فاطمة، لافتة إلى أن صحتها الجسدية بدأت تتحسن، لكن حالة ابنتها النفسية التي تجهل تفسيرها لم تشهد أي تطور إيجابي خلال الأيام الماضية.

ومع امتداد الزلزال إلى مناطق واسعة في الشمال، يعاني أيضاً أطفال رمضان سليمان المقيم في مدينة اعزاز آثاراً نفسية مختلفة، إذ يرفضون العودة إلى منزلهم بعد أكثر من شهر على الكارثة.

"منذ حدوث الزلزال نستيقظ يومياً على صراخ طفلي الصغير وهو يستنجد

بعد أسبوعين من الزلزال المدمر، ضرب زلزال، في 20 من شباط الماضي، منطقة دفنة بولاية هاتاي التركية، بلغت شدته 6.4 درجة على مقياس "ريختر"، خلف أضراراً محدودة في شمال غربي سوريا، لكنه أعاد استحضار مشاهد الرعب، في وقت كانت المنطقة تتجه فيه إلى للمة جراحها، والتعامل مع الأزمات الراهنة التي خلقها أو فاقمها الزلزال.

"بنتي لليوم رافضة تحكي، ورافضة أي تعاطي مع الناس، حتى معي"، هذا ما قالته فاطمة العرنوس لعنب بلدي من غرفة مستشفى تجمعها بطفليتها المصابتين في مدينة إدلب.

لا تزال فاطمة وطفلتها يتلقين العلاج اللازم للكسور أو الجروح التي أصابت أجسادهن، بعد مضي شهر على الزلزال، كما تعيش الأم حالة قلق





في بحر من الالاحتياجات

هل العلاج النفسي أولوية؟

أبرز الأعراض الشديدة التي يمكن أن يعيشها الناجون من الكوارث الطبيعية:

- الاكتئاب.
- الذهان.
- أعراض جسدية ليس لها تفسير عضوي.
- اضطراب ما بعد الصدمة.
- انتكاسات في أمراض نفسية موجودة مسبقاً.

أبرز الأعراض الطبيعية التي يمكن أن يعيشها الناجون من الكوارث الطبيعية:

- ردود فعل لدى البالغين:**
1. الخوف.
 2. مشكلات النوم.
 3. الرغبة بتجنب كل ما يمكن أن يذكرهم بالكارثة.

- ردود فعل لدى الأطفال:**
1. سرعة الانفعال.
 2. العدوانية.
 3. القلق.
 4. الانحدار إلى مرحلة سابقة من الحياة (مص الإبهام، سلس البول...).

باعتقاد لم توضح مصدره، بأن هذه الآثار ستزول مع الوقت. "بعمرنا ما رحنا على طبيب نفسي، بكفي نقرأ الأناكر والله بصبرنا"، أضافت فاطمة.

الطبيب النفسي والمشرف على مركز منظمة "أوسوم" الطبية، محمد العلي، قال لعنب بلدي، إن إقبال الأهالي على العلاج النفسي في المنطقة "مقبول"، لكن المسألة تتطلب مزيداً من التثقيف والتوعية. وأوضح العلي أن هناك من يعتبر العلاج الطبي النفسي مرتبطاً بـ"وصمة عار" مجتمعية، ما يجعل التوعية بأهمية العلاج وتصحيح تلك المعتقدات الخاطئة أولوية في الوقت الراهن، وهو ما يؤكد أيضاً الطبيب جلال نوفل، الذي اعتبر "المعتقدات الاجتماعية الخاطئة" سبباً لاستبعاد بعض الناس فكرة تلقي علاج أو دعم نفسي في الشمال.

وأضاف نوفل أن العديد من الأشخاص يفضلون مراجعة أشخاص يمارسون "الشعوذة" على مراجعة شخص مختص، ما يفاقم المشكلات على الصعيد الفردي والمجتمعي.

إدراكه أهميته لمختلف الفئات العمرية شمال غربي سوريا، تدفعه إلى ذلك الظروف المعيشية والاقتصادية، التي فاقم الزلزال قسوتها. ويتقاطع رأي زياد مع مجموعة آراء أخرى استطلعتها عنب بلدي ميدانياً، وشددت بالمجمل على وجود حالة رعب وخوف كبير من تكرار حادثة الزلزال.

رفض أو جهل مجتمعي رغم قبول بعض الأشخاص المستطلعة آراؤهم فكرة مراجعة الطبيب النفسي، ورفض بعضهم الآخر لأسباب اجتماعية، أو لشعور تلقائي بتحسّن، أشار بعض الأشخاص إلى عدم القدرة المادية على مراجعة طبيب مختص نفسياً، مشيرين في الوقت نفسه إلى ترتيب أولويات لا يضع العلاج النفسي على رأس سلّم الاحتياجات، الأمر الذي تعزّزه الأجور المرتفعة التي تتطلبها جلسات العلاج من هذا النوع، في ظل نقص حاد بأطبائهم المختصين في المنطقة. فاطمة العرنوس، التي تعاني ابنتها آثاراً نفسية عديدة، بررت عدم الاستعانة بدعم نفسي لابنتها

"12 سنة حرب، وفوقا زلزال، والفقر والقهر، مين مرتاح؟ وبين المصري لزيارة الطبيب النفسي؟ لازم أكل أو أزور الطبيب النفسي؟". يلخص زياد غنوم بأسئلته التي لا ينشد لها جواباً، المشهد الذي يعيشه السوريون في شمال غربي سوريا قبل وبعد حدوث الزلزال، حيث تتشابه ظروف الحياة ومنغصاتها في نفس الوقت.

رب الأسرة المقيم في ريف إدلب وأحد الناجين من الكارثة، بيّن لعنب بلدي وجود حالة فزع وذعر وخوف بعد الزلزال، كما أكد خوف العائلة على الأطفال في المقام الأول، على اعتبار أنهم لا يعرفون كيف يحمون أنفسهم إن حلّ طارئاً ما.

وقال زياد، إن الخوف متواصل منذ حدوث الزلزال، كما ارتفعت حساسية الكبار تجاه ما يرتبط بهذا الحدث، ما ينعكس على الأطفال الخائفين أصلاً، فبعد 12 عاماً من الحرب، لم يبقَ لدى الناس شعور بأطمئنان أو راحة بال، والتوترات حاضرة دائماً، وفق قوله.

يضع زياد العلاج النفسي بميزان مفاضلة مع الغذاء والطعام، رغم



قطاع الطب النفسي "غير مؤهل"

يعاني القطاع الطبي شمال غربي سوريا مشكلات وضغوطات كبيرة، جراء محدودية الدعم المقدم للمنشآت من جهة، وغياب الكوادر الطبية المتخصصة بما يلبي احتياجات المنطقة من جهة أخرى. ويعدّ قطاع الطب النفسي من أبرز القطاعات غير المؤهلة لاستيعاب احتياجات المنطقة، خصوصًا في ظل كارثة فاقمت الاحتياجات، بحسب معلومات حصلت عليها عنب بلدي من عدة مصادر عاملة بالقطاع.

تحديات "كبيرة"

تراكم المعاناة بالنسبة لسكان شمال غربي سوريا ضاعف الحاجة لتعزيز قطاع الطب النفسي في المنطقة حتى ما قبل حصول الزلزال، خصوصًا أن أكثر من نصف سكان المنطقة نازحون من مناطق أخرى، ويعانون الآثار المترتبة على الصراع المستمر في سوريا.

منذر الخليل، طبيب باحث في مشروع أبحاث لتقوية النظام الصحي في شمالي سوريا، ومدير صحة إدلب السابق، قال لعنب بلدي، إن الصحة النفسية للمقيمين في المنطقة تمثّل "تحديًا كبيرًا"، ولا سيما للناس المعرضين للاضطهاد، كالنساء والأطفال والمسنين وذوي الإعاقة. وأضاف أن الارتفاع الملحوظ في عدد حالات الانتحار المسجلة، على مستوى المنشآت الصحية، "رغم غياب الإعلان الرسمي"، يعتبر دليلًا على ذلك.

وتنشر غرف ومعرفات نشطة عبر "تلجرام" في شمال غربي سوريا، بشكل متكرر، أخبارًا عن حالات انتحار تتكرر من وقت لآخر،

ضحاياها من فئة الشباب في أوقات كثيرة. وتعاني خدمات الصحة النفسية في سوريا بالمجمل تحديات كبيرة، بحسب الطبيب، مثل النقص الحاد في التمويل والموارد البشرية، والأوضاع الأمنية غير المستقرة، ونقص الخبرة والتدريب، وعدم تكييف خدمات الصحة النفسية لتتناسب مع أعراف المجتمع وثقافته واحتياجاته.

إمكانيات محدودة

مدير مديرية الرعاية الأولية في مديرية صحة إدلب، الطبيب محمد مستت، قال لعنب بلدي، إن الآثار الكارثية التي أحدثها الزلزال انعكست طبيعياً الحال على الصعيد النفسي، ومنها "اضطراب الهلع" و "اضطراب الكرب" (ptsd) اللذان ارتفعت نسبتهما بين سكان المنطقة كأول أثر ظهر بعد الزلزال على الصعيد النفسي.

وتفاقم أثر الكارثة جراء ضعف بقطاع الطبي خصوصًا على صعيد خدمات الطب النفسي، بحسب ما قاله مستت، الذي أرجع العوائق الأساسية لتدبير مثل هذه الحالات إلى شح الكوادر المتخصصة الخاضعة للتدريبات الخاصة بالطب النفسي، إلى جانب فقدان بعض هذه الكوادر بسبب الزلزال مؤخرًا.

وحول المناطق التي تديرها "الحكومة السورية المؤقتة"، شمالي محافظة حلب، قال وزير الصحة في الحكومة، الدكتور مرام الشيخ، إن اهتمام القطاع الطبي بالمجمل انصب على تأمين التدخل العلاجي المتعلق بـ "إنقاذ الحياة"، بينما لم تتوفر لدى الوزارة إحصائية دقيقة لعدد العاملين في قطاع الطب النفسي بمناطق شمالي حلب .

نقص يعود لسنوات

الطبيب منذر الخليل قال لعنب بلدي، إن ضعف هذا القطاع تعود جذوره لأكثر من عشر سنوات، وتفاقم خلال فترة الحرب، إذ لا يوجد في منطقة شمال غربي سوريا مركز واحد متكامل يقدم خدمات الطب النفسي .

وفي ظل الاحتياجات الطارئة الإسعافية المستمرة، عادة ما تتجه المنظمات ومقدمي الرعاية الصحية لتقديم الخدمات المنقذة للحياة على حساب الخدمات الأخرى، بما في ذلك خدمات الطب النفسي، وفق ما قاله الخليل.

وخلال الأيام الأولى للزلزال، استجابت المستشفيات والمراكز الطبية في سوريا للأزمة بقدرتها القصوى من معدات وكوادر، رغم العجز الكبير الذي يعانيه القطاع الطبي عمومًا.



"من الضروري أن يولي صناع القرار في قطاع الصحة أهمية خاصة لخدمات الصحة النفسية، بما في ذلك الرعاية النفسية بالكوادر الطبية، مع ضرورة تقديم المنظمات الدولية والحكومات الدعم لتعزيز قدرة هذا القطاع".

منذر خليل
طبيب باحث في مشروع أبحاث من أجل تقوية النظام الصحي في شمال سوريا، ومدير صحة إدلب السابق.

وزير الصحة، الدكتور مرام الشيخ، قال حينها لعنب بلدي، إن المستشفيات في المنطقة تعمل بطاقة قصوى، وسط إعلان حالة طوارئ واستنفار، شمل منظومات الإسعاف والمستشفيات والكوادر الطبية كاملة .

ويظهر ذلك النقص المستمر منذ سنوات، كما ورد في بحث سابق أعدته منظمة "إحياء الأمل" عام 2019، إذ توصل الباحثون إلى أن برامج الدعم النفسي- الاجتماعي في سوريا "مقبولة إلى حد ما" لكنها لا تغطي الحاجة.

حضور المنظمات

عملت عشرات المنظمات على الاستجابة للكارثة وتقديم خدمات الدعم النفسي، بينها منظمة "إحياء أمل"، إذ استقبل العاملون فيها مدنيين يعانون اضطرابات نفسية ناتجة عن الصدمة التي مرّوا بها. وبحسب ما قالتها المنظمة لعنب بلدي، فإن تدخلها في مجال الدعم النفسي انقسم إلى شقين، الأول الدعم النفسي- الاجتماعي غير الدوائي، وينفذه داعم نفسي اجتماعي، أو اختصاصي نفسي يقيّم الوضع النفسي للمصاب، ويقدم له العون النفسي الأولي والجلسات الفردية التي تتضمن بعض التقنيات للمساعدة على التعامل مع الضغوط والاستجابات الناجمة عن الحدث الصادم، بينما يتضمن الشق الثاني العلاج الدوائي بإشراف الطبيب النفسي الذي يصف الدواء المناسب لكل حالة، ويتابع مستوى تحسنها بالتنسيق مع الاختصاصي النفسي .

الطبيب النفسي والمشرّف على مركز منظمة "أوسوم" الطبية، محمد العلي، قال لعنب بلدي، إن حالة من النقص الحاد في فرق الدعم النفسي يعانيها العاملون في القطاع، رغم الحاجة الملحة في هذا الجانب مؤخرًا، كما أن قلة الخبرات اللازمة للتعامل مع مرحلة بعد الصدمة، عاقت الاستجابة للأزمة التي تواجهها المنطقة، بالنسبة للعاملين في القطاع.

أشار العلي أيضًا إلى أن بناء القدرات في المجال، وتنمية الكفاءات بالتدريبات الضرورية واللازمة

للتعامل مع الأزمات، ضرورة تحتاج إليها المنطقة.

وحذّر تقرير منظمة "أطباء بلا حدود" من الأثر الذي يمكن أن تتركه الكارثة على العاملين ضمن المنظمات التي تقدم خدمات الدعم النفسي، موصيًا هؤلاء الأشخاص بعدم العمل لأكثر من ستة أيام متتالية. كما قال الطبيب النفسي العامل ضمن "الجمعية الألمانية السورية" جلال نوفل، إن العاملين بالمنظمات التي كانت تقدم خدمات الدعم النفسي في وقت سابق، صاروا ضحايا للكارثة.

وأوضح الطبيب أن العاملين ضمن ذلك القطاع صاروا بحاجة إلى الدعم والاستشارات، لتجنب وصولهم إلى حالة "الاحتراق النفسي".

الإسعاف النفسي رفيق الإغاثة

تعيش مناطق شمال غربي سوريا واقعًا معقدًا لا يمنح المقيمين في المنطقة "رفاهية" التفكير والبحث عن علاج نفسي لمشكلات أو أعراض نفسية يمكن أن تطرأ على الشخص بصرف النظر عن العامل الزمني، قبل أو بعد حدوث الزلزال.

الأرقام والإحصائيات توضح أن معظم السكان لا يلبون الحد الأدنى من هرم الاحتياجات البشرية التي حددها عالم النفس إبراهيم ماسلو في كتاب "الدوافع الشخصية" عام 1954، وأكثرها إلحاحًا في المقام الأول الاحتياجات الفيزيولوجية (طعام وشراب بشكل أساسي)، ما يضع الإحساس بالأمان، الذي يرتبط هنا بالعلاج النفسي نسبيًا، في درجة أعلى على سلم الاحتياجات.

ويعيش في شمال غربي سوريا 4.6 مليون نسمة، يحتاج 4.1 مليون منهم إلى المساعدة، كما يعاني 3.3 مليون شخص انعدام الأمن الغذائي، من الرقم الإجمالي المكوّن من 2.9 مليون نازح و1.8 مليون شخص يقيمون في المخيمات، وفق بيانات مكتب تنسيق الشؤون الإنسانية التابع للأمم المتحدة (أوتشا)، الصادرة في 23 من شباط الماضي.

ونزح جراء الزلزال نحو 40 ألف عائلة، وبلغ عدد الأبنية المدمرة بالكامل نحو 550 بناء، والمتضررة بشكل جزئي أكثر من 1570 بناء، بالإضافة إلى مئات الأبنية المتصدعة، بحسب تقديرات "الدفاع المدني". وتضرّر ما لا يقل عن 55 مرفقًا صحيًا من الزلزال في شمال غربي سوريا، وأكثر من 110 من المراكز الصحية بحاجة إلى الوقود أو الأدوية، كما تشير التقديرات الأهمية إلى وجود 280 ألف شخص متضررين من الزلزال بشكل مباشر، وبحاجة ماسة إلى المأوى والمواد غير الغذائية.

أمام هذه الأرقام، شدد عامر الغضبان، الدكتور في علم النفس التربوي، على وجود علاقة بين الإسعاف النفسي وأنواع الإغاثة أو الدعم الأخرى بعد الزلزال، مشيرًا إلى تركيز الاهتمام في الفترة الأولى من وقوع الكارثة على الإغاثة المادية، بينما تتطلب المسألة دعمًا وإغاثة نفسية ترافق منذ اليوم الأول للإغاثة المادية والغذائية والطبية.

في سياق متصل، أوضح الدكتور الغضبان أنه في مرحلة ما بعد الكوارث تظهر بعض الأعراض النفسية، ليتبعها التكيف والتعافي، وتراجع في ظهور أعراض كثيرة كانت واضحة، لكن شريحة من الناس تستغرق معها الأعراض النفسية وقتًا أطول، دون اهتمام بالحالة، على أمل التعافي مثل الآخرين.

ولفت الغضبان، في حديث إلى عنب بلدي، إلى أن تفاقم الحالة قد يؤدي بالشخص إلى الاكتئاب الشديد، والأمراض الذهانية، وظهرت خلال الثورة حالات من هذا النوع بسبب إهمالها بعد ظهور الأعراض.

وعزز ضعف القطاع الطبي من جهة، وارتفاع الإصابات وتفاوت خطورتها في المنطقة من جهة أخرى، التركيز أكثر على الجانب الطبي من الإصابات، إذ بيّنت تقديرات منظمة الصحة العالمية، أن احتياجات القطاع الصحي في شمال غربي سوريا تصل إلى 15.7 مليون دولار، منها 6.7 مليون لتوفير الأدوية، و0.7 مليون فقط لدعم الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي.



منطوعة من الخوذ البيضاء تواسي طفلًا كان ينتظر انتشال جثة صديقه من تحت الأنقاض في قرية عزمارين شمال غربي سوريا (الدفاع المدني السوري)

سوق العقارات في سوريا.. الزلزال يفاقم الجمود



توزيع مساعدات صحية عبر الحدود مقدمة من منظمة الصحة العالمية إلى مستشفى "الرفاه" في مدينة جنديرس شمال غربي سوريا- 18 شباط 2023 (OCHA)

عنب بلدي - جنى العيسى

ضاعف الزلزال المدمر الذي ضرب أربع محافظات سورية في 6 من شباط الماضي، أزمة الإيواء والسكن التي نشأت خلال السنوات الماضية في معظم المحافظات السورية، الأمر الذي ستركب أثره على سوق العقارات على المدى الحالي والمستقبلي.

وخلال السنوات الماضية، أدى ارتفاع أسعار مواد البناء ووصولها إلى مستويات غير مسبوقة، بالإضافة إلى انعدام القوة الشرائية لدى المقيمين في مناطق سيطرة النظام، إلى جمود في حركة سوق العقارات، رافقه ارتفاع كبير في العرض لا يتوازى مع الطلب، لأسباب عديدة أبرزها الرغبة بالهجرة.

تعد مؤشرات تأثر السوق العقارية في سوريا سلباً بالزلزال عديدة، دون حلول تلوح في الأفق للأزمة الحالية، ويفتح جمود وركود السوق لسنوات سابقة الباب أمام تساؤلات حول المقومات التي تجعلها قادرة على تلبية احتياجات السكن والإيواء التي نتجت عن الزلزال.

عوامل نفسية وهندسية

في مقال للرأي نشره موقع "المدن" نهاية شباط الماضي، للباحث السوري إياد الجعفري، اعتبر أنه بناء على تجارب سابقة في الأسواق العقارية بمناطق متضررة بكوارث طبيعية، خاصة الزلزال، عادة ما ينخفض الطلب على العقارات.

ويرتبط انخفاض الطلب بأسباب نفسية تتعلق باهتزاز الثقة بمنانة العمران، وقدرته على حماية أرواح قاطنيه في حالة حدوث الزلزال، بحسب الباحث. الأستاذ المتتسب في معهد الجامعة الأوروبية في فلورنسا بإيطاليا، والمشارك في مشروع "زمن الحرب وما بعد الصراع في سوريا"، الدكتور جوزيف ضاهر، قال لعنب بلدي، إن ركود السوق العقارية لعوامل نفسية يمكن أن يكون لفترة مؤقتة فقط، وبعد مرور هذه الفترة، ستعود سوق العقارات للتأثر بالعوامل المتأثرة بها لسنوات سابقاً. وأوضح ضاهر أن وضع السوق العقارية في سوريا لم يتغير أو يختلف كثيراً عما هو عليه قبل كارثة الزلزال، في حركة شراء العقارات، لكن ما سيغير يتعلق بحركة الإيجارات، التي سترتفع قيمها خاصة في المناطق المتضررة بشكل مباشر من الزلزال. الدكتور في العلوم المالية والمصرفية

وتعد المناطق المنكوبة في سوريا (حلب، إدلب، اللاذقية) مناطق متضررة قبل الزلزال المدمر، وتعاني بشكل دائم ارتفاعاً في قيم الإيجارات نتيجة وصول أعداد كبيرة من النازحين إليها، كما تعتبر معظم مناطقها متضررة أو مدمرة بشكل شبه كامل نتيجة العمليات الحربية التي تعرضت لها في وقت سابق.

مستقبل "قائم"

تعد حركة شراء العقارات بالنسبة للمقيمين في سوريا محدودة لسبب رئيس، يتمثل بأسعارها المطروحة التي لا تتناسب مع القدرة الشرائية للناس، بينما يبقى الطلب على إيجارات العقارات خاصة السكنية منها مرتفعاً، نتيجة الأعداد الكبيرة للنازحين داخلياً، ومؤخراً الحاجة إلى الإيجار لمن دُمرت منازلهم بسبب الزلزال.

ووسط غياب الخطة الحكومية الواضحة لدى النظام السوري، لجهة تأمين المساكن للمتضررين من الزلزال، مع الحاجة الكبيرة لذلك، يرى الباحث إياد الجعفري أن المشهد المستقبلي يبدو "غاية في القاتمة".

ويبدو مستقبل السوق العقارية في سوريا نحو المزيد من الركود، وانهيار الأسعار، والعمران العشوائي المنافي للمواصفات الفنية المطلوبة لمقاومة حتى أبسط الهزات الزلزالية، في ظل تلاشي أي ثقة بقطاع التشييد السوري تسمح بالرهان على عودة استثمار المغتربين في هذا القطاع بوقت قريب، وفق الباحث. في ظل هذه المعطيات، يرى الدكتور جوزيف ضاهر أن السوق العقارية في سوريا تحتاج حالياً إلى العديد من المحددات، لضمان عدم تدهورها أكثر، وأن تكون قادرة على تلبية الاحتياجات التي نشأت عن الزلزال.

وتتمثل تلك المحددات، بما يلي:

1. تقنين وتطوير وتنظيم العشوائيات التي تمثل ما بين 30 و40% من إجمالي عدد المساكن وتحسين بنيتها التحتية.

2. تحسين الإجراءات الأمنية لبناء المساكن.

3. الأهم من ذلك هو سياسة إسكان لمصلحة الطبقات العاملة التي تعاني نقص السكن، والإسكان الباهظ الثمن، وهذا يعني الاستثمار في الإسكان الرخيص، وتقديم تسهيلات ائتمانية تتيح لعائلات الطبقة العاملة تحمل تكاليف إيجار منازل قليلة التكلفة، وتنفيذ سياسة ضبط أسعار إيجار المساكن للطبقات الشعبية.

وبحسب أحدث إحصائية صادرة عن حكومة النظام، وصل عدد المباني التي انهارت بشكل مباشر في المحافظات المنكوبة لحظة وقوع الزلزال إلى 199 مبنى سكنياً، دون أن يُعرف حتى الآن حجم الدمار الذي لحق بالمنشآت الصناعية والمعامل وغيرها من الورشات.

ومنذ اليوم الأول، بدأت حكومة النظام بتشكيل لجان فنية

للكشف الهندسي في المحافظات التي ضربها الزلزال، لتقييم حالة المباني التي تضررت بشكل جزئي، تقرر إثر ذلك هدم 292 مبنى كان آيلاً للسقوط.

وتوصلت الحصيصة الأحدث حول نتائج الكشف إلى وجود أربعة آلاف و444 مبنى غير آمن وغير قابل للتدعيم، بينما بلغت أعداد المباني التي تحتاج إلى تدعيم لتصبح آمنة للعودة 29 ألفاً و751 مبنى، وعدد المباني الآمنة التي تحتاج إلى صيانة 30 ألفاً و113 مبنى، بحسب تقرير صادر عن "اللجنة العليا الإغاثية" التي يرأسها وزير الإدارة المحلية والبيئة، حسين مخلوف، في 2 من آذار الحالي.



ليرة تركية ▲ مبيع 398 شراء 392

يورو ▲ مبيع 8038 شراء 7953

دولار أمريكي ▼ مبيع 7550 شراء 7475

الذهب 21 ▲ 343,000 الذهب 18 ▲ 339,000 المازوت = 12000 البنزين = 12000 الغاز = 125000 (لجيرة) السكر (ك) = 7200 الرز (ك) = 10000

مثالها ما تعرض له "ملهم التطوعي" ..

إشاعات تستهدف تبرعات الزلزال

عنب بلدي - حسام المحمود

منذ الأيام الأولى للزلزال الذي ضرب ولاية كهرمان مرعش التركية في 6 من شباط الماضي، وأمام التأثيرات المدمرة التي خلفها على مساحات واسعة، منها مناطق شمال غربي سوريا، أطلقت عدة منظمات حملات لجمع التبرعات عبر مواقعها الإلكترونية، وصفحاتها عبر وسائل التواصل الاجتماعي، للإسهام في عملية الاستجابة الإنسانية بالمناطق المتضررة، على اعتبار أن الكارثة أضخم من القدرات المتاحة.

وما زاد من أهمية وضرورة حملات التبرعات هذه، تأخر وصول المساعدات الأممية حتى خامس أيام الزلزال، إضافة إلى وصولها المتأخر فيما بعد خالية مما طالبت به فرق الإنقاذ بالبدائية (معدات وآليات رفع الانقاض).

وبعد إنهاء عمليات البحث والإنقاذ، ثم البحث والانتشال، بجهود محلية خالصة أنجزها "الدفاع المدني السوري" بالتعاون مع المدنيين، برزت بوضوح أكبر الحاجات الإنسانية الأخرى المتعلقة بالإيواء، وكل ما يتبعه ويتطلبه ويطرافق معه، من احتياجات طبية وغذائية.

وإلى جانب استجابة المنظمات، بدأت تظهر بعض التجاذبات حيال مستوى الشفافية وآلية جمع التبرعات، وصولاً إلى أحاديث غير مدعومة بسند قانوني أو برهان واضح، للتشكيك بنزاهة بعض المنظمات، لاعتبارات منها ما قد يندرج في إطار التبعية السياسية.

وفي الوقت الذي دعا به أشخاص ومؤثرون غير سوريين للتبرع لمنظمات سورية محلية دعماً للاستجابة الإنسانية، ظهر بالمقابل سوريون يشكون بأمانة بعض المنظمات وتعاطيها الإنساني مع الاستجابة ذاتها.

ويتدرج هذا التشكيك إلى حد بعيد في إطار المغالطات والمعلومة الناقصة من جهة، والإشاعة من جهة أخرى، على اعتبار أنها غير مدعّمة ببراهين، فالدعوة لعدم دعم فريق والتبرع لمصلحته كونه لا ينشط في مناطق سيطرة النظام، أغفلت في الوقت نفسه "تجريمه" من قبل النظام السوري، كما أن الحديث عن سرقات أو عدم وصول مساعدات لم يأت مرفقاً بأدلة.

غياب الحقائق يعني الإشاعة

وتتخذ هذه الإشاعات من وسائل التواصل الاجتماعي قنوات سهلة لانتشارها وتناقلها، ضمن سرداب طويل من تداول النص أو المعلومة دون التحقق، وبمعزل عن غياب هذه الأنباء عن معرفات الأطراف المعنية، ووسائل الإعلام ذات المصداقية.

وبحسب تعريفها في قاموس "المعاني الجامع"، فالشائعة كالإشاعة، خبر مكذوب غير موثوق فيه وغير مؤكد ينتشر بين الناس، ومن الناحية الاصطلاحية هي انتشار كلام لا أصل له .

ووفق بحث نشرته، في 2015، جامعة "كولومبيا" الأمريكية (أسست في القرن الـ18)، تحت عنوان "أكاذيب وأكاذيب ومحتوى فيروسي"، توصّل البحث إلى مجموعة نتائج، أبرزها أن العناوين التي يجري تقديمها على شكل أسئلة قد تؤدي إلى تضليل الجماهير.

"حتى لو تم تقديم شيء ما إلينا كسؤال، فإننا نميل إلى التفكير فيه على أنه صحيح، لأننا محبطون بسبب عدم اليقين. من المرجح أن ننشر إشاعات إذا اعتقدنا أنها صحيحة وإذا كانت ذات صلة شخصية بنا".

ولتوضيح الصورة، تحدثت عنب بلدي إلى فريق "ملهم التطوعي"، العامل في شمال غربي سوريا، والذي طالته بعض الإشاعات أيضاً، ورغم ذلك، استطاع الفريق جمع 11 مليون دولار أمريكي، ضمن حملة التبرعات التي أطلقها منذ وقوع الزلزال وحتى إعداد هذه المادة.

مدير البرامج في الفريق، أحمد أبو شعر، أوضح لعنب بلدي أن كل حملة ناجحة للفريق منذ تأسيسه عام 2012، تترافق بمجموعة شائعات قد يكون

مصدرها النظام أو "ذباباً إلكترونياً" تابعاً له للتشويش على الحملة، مشيراً في الوقت نفسه إلى أن هذه الحملات تستمر وتحقق أهدافها بفضل استمرارية التبرعات وثقة الناس، بمعزل عن "قيل وقال".

وأضاف أبو شعر، "من ينتقد ويسأل من باب الاستفسار والاستفهام، نقدّم له الأجوبة فعلاً برحابة صدر، لكن مروجي الشائعات لا نرد عليهم، قد نلجأ للطرق القانونية لمقاضاتهم بسبب محاولة تشويه السمعة".

مستقبل مجهول

أكثر ما يؤرّق النازحين إلى اسطنبول من اللاجئين السوريين، شعورهم بمواجهة مستقبل مجهول تفرضه ظروف اللجوء والإقامة في تركيا، وزادت في هذا الشعور حالة النزوح الداخلي عقب الزلزال.

خلال الندوة التي حضرتها منظمات محلية ودولية معنيّة بحقوق الإنسان، روت علا الأحداث التي دفعتها وعائلتها إلى ولاية اسطنبول، علماً أن اثنين من أفراد عائلتها هما من ذوي الإعاقة، ويحتاجان إلى رعاية طبية خاصة.

وسمحت رئاسة الهجرة التركية عقب الزلزال بأيام للاجئين السوريين من المسجلين في المناطق المتضررة إثر الزلزال، بالانتقال إلى ولاية أخرى، شرط الحصول على إذن سفر لمدة ثلاثة أشهر.

بينما لم توضح الهجرة التركية مرحلة ما بعد انتهاء إذن السفر، خصوصاً أن فترة ثلاثة أشهر لا تعتبر كافية للسماح بعودة اللاجئين النازحين إلى المناطق المتضررة.

باسل وشقيقه نجوا من تحت ركام منزلهما الذي دمره الزلزال في مدينة أنطاكية التركية، انتقلا إلى اسطنبول للإقامة في منزل أحد الأصدقاء بشكل مؤقت.

عبرّ باسل عن قلقه من المستقبل المجهول في البلاء، وقال لعنب بلدي، إنه توجه منتصف شباط الماضي إلى دائرة الهجرة في منطقة بيازيد باسطنبول

لاستخراج إذن سفر، للسماح له بالإقامة بشكل قانوني في اسطنبول لمدة ثلاثة أشهر.

ورغم أن عشرة أيام مرّت على الزلزال، رفض الموظف منحه إذناً للسفر لأكثر من شهرين، علماً أن القرار الصادر عن رئاسة الهجرة ينص على منح السوريين إذناً مدته ثلاثة أشهر.

باسل راوده الفضول حاله كحال السوريين الذين نزحوا نحو مدن أخرى، فسأل الموظف عن إمكانية تجديد الإذن، أو الحصول على آخر جديد بعد انتهائه، "لكن يبدو أن لا شيء معلوم حتى بالنسبة لموظفي الهجرة"، بحسب ما قاله لعنب بلدي.

تعقيدات خدمية

لا تقتصر حالة الخوف والقلق بالنسبة للسوريين القادمين إلى اسطنبول على غموض الجانب القانوني، إذ تؤثر عشوائية قرارات دائرة الهجرة على أبسط التفاصيل.

رفضت مؤسسات الكهرباء والماء التابعة لبلدية اسطنبول فتح وتفعيل العدادات وإيصال الخدمة إلى منازل بأسماء لاجئين سوريين شردهم الزلزال، قابلت عنب بلدي بعضهم، ما اضطرهم للبحث عن شخص تركي أو مسجل في اسطنبول لفتح العدادات باسمه، وكانت مبررات الموظفين أن أي قرار لم يصدر في هذا الصدد.

عمر شاب سوري جاء إلى اسطنبول قادماً من مدينة أنطاكية أيضاً، قال لعنب بلدي، إنه يفكر بالعودة إلى المدينة التي

مخاوف من محاولات دفعهم إلى مغادرة تركيا

قادمون من تحت الركام..

سوريون يواجهون

التضيق في اسطنبول

عنب بلدي - خالد الجرعتلي

أضيفت قصة نزوح جديدة إلى حياة عائلة علا التي كانت تقيم في مدينة أنطاكية جنوبي تركيا، حيث شهدت المنطقة دماراً كبيراً عقب زلزال 6 من شباط الماضي.

قررت عائلة الفتاة السورية علا جطل، وهي أسرة لاجئة، التوجه من ولاية هاتاي إلى مدينة اسطنبول بحثاً عن منزل تقيم فيه، لكن صعوبات جمّة واجهتها.

قابلنا علا عندما كانت تحاول إيصال صوتها في ندوة لمنظمات معنيّة بحقوق اللاجئين في اسطنبول، إذ وجهت خلالها نداءات للسلطات التركية، للنظر في ظروف اللاجئين بالبلاء، والسماح بتسهيلات قانونية أمامهم.

علا واحدة من مئات وربما آلاف السوريين ممن قرروا التوجه إلى اسطنبول، هرباً من الدمار الذي خلفه الزلزال في الولايات التركية الجنوبية، لكن التعقيدات القانونية وضعت عقبات كثيرة أمامهم

الإنسانية العاملة شمال غربي سوريا، وفق ديراني.

فجوة في تلقي المعلومة

المعيدة السابقة في جامعة "دمشق" والديكتورة في الإعلام هلا الملاح، أوضحت لعنب بلدي أن الحديث عن إشاعة يعني فجوة في تلقي المعلومة وربما غيابها، ما يسبب ظهور إشاعات وفبركة كلام قد يحمل شيئاً من الدقة، وربما ينطوي على الكثير من التخويف.

وفي حالات الأزمات إجمالاً، تقل المعلومات وتنشغل مصادرها أصلاً في وقت يتناقل به الناس روايات مختلفة حيال موضوع ما، كما يرتبط ظهور الإشاعات بأحد عاملين، أولهما قلة المعلومات، ما يفتح باب التأويل، والثاني كثرتها وتناقلها دون تحري دقتها، ما قد يزيد من حساسية الموقف والاضطراب في الشارع.

والرد الأمثل على هذه الإشاعات، وفق الملاح، يتجلى بتخصيص كوادر للرد عليها، كما أن الأمر يرتبط أيضاً بوعي المثقفي، ومدى بحثه عن أكثر من مصدر للخبر، وعدم تسلميه بكل ما يسمع أو يشاهد، ما يعطي وسائل الإعلام مسؤولية التوضيح لتأكيد أو نفي الموضوع مثار الجدل، أو توضيح اللبس فيه.

وإلى جانب التشكيك بمسألة التبرعات في مناطق شمال غربي سوريا من قبل البعض دون تقديم أدلة، وبعد تناقل بعض الناشطين في مناطق سيطرة النظام صوراً وتسجيلات مصوّرة لبيع المساعدات الإغاثية القادمة من دول مختلفة لمتضرري الزلزال، ظهر رئيس النظام السوري، بشار الأسد، في خطابه المتأخر عن الزلزال، في 16 من شباط الماضي، داعياً المواطنين للبحث عن الحقيقة بدلاً من "تسويق الشائعة"، معتبراً طغيانها باعثاً على الإحباط، وفق تعبيره.

وخلف الزلزال المدمر نحو 2274 حالة وفاة شمال غربي سوريا، 1414 حالة وفاة في محافظات حماة وحلب واللاذقية، واتخذته النظام السوري منذ ذلك الوقت بوابة للاستثمار السياسي يسعى لاستغلالها، عبر ربط السياسة بالكارثة.

أممي في التعامل مع كارثة بهذا الحجم، وفق اعتراف الأمم المتحدة نفسها .

وللتشجيع على التبرع والحاجة للسرعة في الاستجابة، تدعو بعض المنظمات المتبرعين للتبرع للجهة التي يتقنون بها، تلافياً للتأثر بأي أحاديث أو إشاعات قد تخلق في أنفسهم شكاً ما .

المدير التنفيذي لمنظمة "بنفسج"، هشام ديراني، أوضح لعنب بلدي أن مبادرات جمع التبرعات عبر الأفراد والفرق التطوعية والمنظمات الموثوقة تساعد في تغطية الاحتياجات والاستجابة للحالات الإنسانية والحملات الإنسانية في حالات الطوارئ التي لا تستطيع المنظمات العمل فيها بشكل مباشر.

كما اعتبر ديراني أن أحد أهم أسباب جمع التبرعات، خلق قنوات إضافية لجمع المال لمساعدة المتضررين، بعيداً عن المنظمات والأمم المتحدة والآلية التقليدية المتبعة لتنفيذ مشاريع الاستجابة الطارئة أو التنموية.

وعلى مدار 12 عامًا، وجدت الشائعات طريقها لمهاجمة أي عمل يحدث تغييراً واقعياً على الأرض وفي الميدان، وفق المدير التنفيذي لـ"بنفسج"، الذي أشار إلى تركيز الإشاعات على الفرق التطوعية والمنظمات غير الربحية، لتدمير سمعتها وتشويه صورة العمل الإنساني.

وحول آلية تعامل المنظمة مع الإشاعات، لفت ديراني إلى إنشاء قسم مختص بالمساءلة يجري العمل على تطويره، في سبيل تحقيق درجات عالية من الشفافية مع المجتمع من جهة، والمناحين من جهة أخرى، إلى جانب التعامل الجدي مع الشكاوى ومتابعتها مباشرة عبر لجان تتولى التحقق وتقرير آلية محاسبية عند الخطأ، دون منح الإشاعة تأثيراً على عمل المنظمة.

وتعتبر وسائل التواصل الاجتماعي وقنوات "تلجرام" ومجموعات "واتساب" محركاً للإشاعات، حيث يجري تناقل المحتوى دون التحقق من صحته، مع الإشارة إلى رغبة النظام بتشويه صورة مختلف المنظمات

على العكس، فإنها تخدم التبرعات، وفق أحمد أبو شعر، الذي بيّن أن كل حملة للفريق تترافق بإشاعة تحقق تبرعات مضاعفة، ولا يتقلص معها تفاعل الناس مع النداء الإنساني، كما تنشُد الإشاعة.

"قد تسبب الإشاعات المسيئة إحباطاً نفسياً للمتطوعين، على اعتبار أن من يعمل لمصلحة الناس لا يجب أن يقابل بردود من هذا النوع، لكن هناك قناعة بأن العمل على الأرض يعبر عن نفسه، والحياة مستمرة ومشاريعنا متواصلة".

أحمد أبو شعر- مدير البرامج في فريق "ملهم"

الحاجة طاعية.. التبرعات ضرورة

معاناة مناطق شمال غربي سوريا حاضرة وأخذت بالتصاعد قبل كارثة الزلزال، كما أن تقارير أممية كثيرة تحصي بالأرقام هشاشة الواقع الاقتصادي والمعيشي، وأبواباً أخرى مختلفة من المعاناة، إذ ارتفع عدد الأشخاص الذين يحتاجون إلى مساعدات إنسانية (قبل الزلزال) إلى 14.6 مليون شخص، بزيادة قدرها 1.2 مليون شخص مقارنة بعام 2022، ومن المتوقع أن يصل هذا الرقم إلى 15.3 مليون شخص في العام الحالي.

وبلغ عدد السكان الذين يحتاجون إلى مساعدات إنسانية في شمال غربي سوريا خلال عام 2022 نحو أربعة ملايين و600 ألف شخص، بينهم ثلاثة ملايين و300 ألف يعانون انعدام الأمن الغذائي، ومليونان و900 ألف نازح داخلياً، بحسب تقديرات مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الإنسانية (OCHA).

ومع حدوث الزلزال، ظهرت أيضاً أزمة في الإيواء تترتب عليها مخاوف من انتشار الأمراض، في وقت يعاني به القطاع الصحي حالة "ضعف مناعة" قبل الزلزال، وحالة إنهاء جراء استجابة متواصلة على مدار الساعة لأعداد كبيرة من المصابين خلال نحو أسبوعين بعد الزلزال.

كل هذه المعطيات تجعل نشاط المنظمات المحلية ضرورة بعد خذلان



فريق ملهم التطوعي أثناء توزيع مداخل شمال سوريا (تعديل عنب بلدي)

ويصدقونها دون تحقق أو تبيين، وفق قوله.

كما أشار إلى إتاحة فريق "ملهم" مختلف المعلومات المرتبطة بالتبرعات عبر موقعه الإلكتروني، وفسر حالة "الانجرار المحتمل" خلف الإشاعة، بغضب الناس على مؤسسات المعارضة السورية، ما يضع الفريق أمام واجب التوضيح والتفسير وإبقاء الناس على اطلاع.

ولا تتأثر حملات التبرعات التي يجريها فريق "ملهم" بالإشاعات المتكررة، بل

وحول الجهات المستفيدة من ترويج الإشاعات، بيّن مسؤول الفريق أن المستفيد وفق وجهة نظره هو النظام السوري، الذي ربما يقف عبر تابعين له خلف حسابات وهمية وغرف "تلجرام" تنطلق منها حملات التشويه، معتبراً غرض هذه الإشاعات تشتيت الناس، وعرقلة التبرعات، على اعتبار أن بعض الناس من الشارع الثوري أو "المحسوبين على المعارضة" قد ينجرون وراء هذه الاتهامات

كما يجب على دوائر الهجرة التركية إتاحة الوقت لتحديد هوية اللاجئين تحت الأنقاض، ودفن من فقدوا أرواحهم بطريقة تحترم متطلبات ثقافة الجنازة والدفن.

البيان طالب أيضاً الجهات التابعة للأمم المتحدة والمنظمات الدولية الأخرى بزيادة مساعدتها المقدمة للمتضررين من اللاجئين السوريين، بحسب حجم الكارثة.

الولايات الآمنة لمدة 60 يوماً. وأعطت السلطات التركية الإنن بالسفر إلى سوريا بين ثلاثة وستة أشهر، لكنه يفسر أحياناً على أنه "عودة طوعية"، بحسب ما جاء على لسان وزراء ومسؤولين حكوميين أتراك، ولا يجب أن يواجه السوريون الذين ذهبوا إلى سوريا للوصول إلى أقاربهم المتضررين من الزلزال أي صعوبات في العودة، بحسب البيان.

وأبرز مقترحات الحلول كانت مطالبة الحكومة التركية بإجراء تحقيق جدي في مزاعم الانتهاكات، وبدء التحقيق مع من استردوا مساعدات الزلزال المقدمة للسوريين، أو هاجموهم، أو أخرجوهم من مراكز الإيواء والخيام.

وتضمنت أيضاً إيقاف استراتيجية "تخفيف الضغط"، ورفع جميع قيود السفر المتعلقة باسطنبول والمحافظات الأخرى، وإلغاء تحديد شرط البقاء في

لعائلات سورية جرت في مركزي الترحيل الرئيسيين باسطنبول بمنطقة توزلا، جنوب المدينة، أو في سيليفري.

أسباب التضييق

قابلت عنب بلدي أربع عائلات قادمة من المناطق المتضررة في الزلزال إلى ولاية اسطنبول، ممن تمكنوا من استخراج إذن سفر حال وصولهم إلى اسطنبول، إذ قالوا جميعهم إن إجراءات منح الإنن لم تكن معقدة.

الناشط طه الغازي قال من جانبه لعنب بلدي، إن طلبات بعض العائلات للحصول على إذن سفر بقيت معلقة. وأضاف أن هذا التضييق قد يندرج تحت بند التصرفات الفردية لموظفي دائرة الهجرة، لكنه لم يستبعد في الوقت نفسه أن تكون من ضمن الإجراءات التي تهدف إلى دفع السوريين خارج البلاد.

وتابع الغازي أن الفترة المقبلة قد تشهد مزيداً من الضغط على السوريين المقيمين في البلاد، ومن ضمنهم المقيمون في المناطق المتضررة إثر الزلزال.

مطالب بحلول

خلال ندوة نظمته مجموعة من منظمات المجتمع المدني السورية والتركية، طُرح بيان يطالب بحلول للوضع القانوني للاجئين السوريين عقب كارثة الزلزال.

المنظمات قالت إن الاستجابة للبند الواردة في بيانها يمكن أن تحدّ من معاناة اللاجئين السوريين، خصوصاً في ظل الظروف الإنسانية المتردية.

دُمّر مكان إقامته فيها، ليقم في خيمة، أو حتى في الشارع، "أفضل من التنقل بين دوائر حكومية لا يعرف موظفوها ما يحصل فيها".

إلى مزيد من التضييق

الناشط في قضايا حقوق اللاجئين طه الغازي، قال لعنب بلدي، إنه يتوقع أن ترتفع وتيرة التضييق القانوني على اللاجئين السوريين مستقبلاً.

وأرجع أسباب هذا التضييق إلى رغبة الحكومة التركية بمغادرة السوريين أراضيها، لكنها تحاول دفعهم للخروج باتجاه أوروبا، أو باتجاه سوريا، طوعاً. وأضاف الغازي أن هذا التعقيد القانوني تجلّى في بعض الحالات التي تمكن من توثيقها خلال الأيام القليلة الماضية، إحداها ترحيل بعض العائلات عند وصولها إلى ولاية اسطنبول، علماً أن أفرادها قادمون من المناطق المتضررة، بحجة وجود "أكواد" على قيودهم.

"الأكواد" هي رموز تطبق على سجلات الأجانب المقيمين في تركيا، وتوضح عدة حالات، هي: تبليغ الأجنبي في بعض الحالات، أو الإشارة إلى سبب منع الدخول إلى البلاد، أو إخطاره بسبب الترحيل في حالات أخرى، بحسب مكتب "MIHCI" الحقوق.

وتختلف أسباب وضع هذه الرموز باختلاف الحالات، وتتفاوت مدة بقاء الرموز في سجل الأجنبي، بالنظر إلى أهمية الإجراء المتخذ بحقه.

الغازي قال أيضاً، إن بعض هذه الحالات



تصوير جوي للدمار جراء الزلزال في ولاية هاتاي جنوبي تركيا- 14 شباط 2023 (HA)

ضبط السكر.. خفض الضغط.. تنزيل الوزن.. علاج الأرق ما فوائد خل التفاح

د. كريم مأمون

يُستخدم خل التفاح لإعطاء نكهة لذيذة للأطعمة، كما يُستخدم لأغراض أخرى كحفظ المأكولات، وتعقيم الخضراوات والفواكه، وتعقيم الأسطح المختلفة، وله فوائد صحية، فهو يُستخدم علاجاً منزلياً لبعض الأمراض والوقاية منها، مع أن العديد من فوائده غير مدعومة بالبحث والدراسات.

ما خل التفاح

"الخل" بالإنجليزية (Vinaigre)، وأصول هذه الكلمة تعود إلى اللاتينية، وهي مشتقة من كلمتين: "Vinum" التي تعني النبيذ، و"Aigre" التي تعني الحامض. وبالنسبة لخل التفاح، فهو في الغالب عصير تفاح، يُخضّر عبر إضافة الخميرة التي تحول السكر الموجود في العصير إلى كحول، تحوله الجراثيم إلى حمض الأسيتيك الذي يعطي الخل طعمه الحامض ورائحته القوية. ويتكون خل التفاح بنسبة 94% من الماء، والبقية مجموعة من المواد والعناصر والمركبات والأحماض التي تمنحه الطعم اللاذع والرائحة القوية، وتتضمن مكوناته:

- البكتين (Pectin).
 - بعض الفيتامينات مثل: "B1"، و" B2" و" B6" والبيوتين وحمض الفوليك والنياسين وفيتامين "C".
 - كميات بسيطة من المعادن، مثل الصوديوم والفوسفور والبوتاسيوم والكالسيوم والحديد والمغنيزيوم.
 - الجراثيم والأحماض اللبينية، وحمض الستريك، وحمض المالك، وهو ما يُعرف باسم حمض التفاح.
- ويوفر خل التفاح ما يقارب 220 سعرة حرارية في اللتر الواحد.
- ويمكن تناوله ضمن بعض أطباق الطعام كالسلطات، ويمكن شربه بشكل مباشر بعد تمديده بالماء، كما يمكن تناوله على شكل كبسولات تتوفر في الصيدليات كمنتجات غذائية.

ما فوائد خل التفاح

لخل التفاح فوائد صحية وجمالية تشمل ما يلي:

1. خفض مستويات السكر في الدم: يساهم خل التفاح في علاج وإدارة مرض السكري من النمط الثاني، إذ إنه يساعد على إنقاص هضم النشاء، الأمر الذي يعمل على التحكم بنسبة سكر الدم بعد تناول الوجبات النشوية، كالخبز والأرز والمعكرونة، وكذلك فإنه يقلل من مقاومة الإنسولين في الجسم.
2. المساعدة على فقدان الوزن: وذلك من خلال تعزيز الشبع والشعور بالامتلاء، وبالتالي قمع الشهية واستهلاك سعرات حرارية أقل، إضافة إلى تعزيز حرق الدهون، وقد أظهرت بعض الدراسات أن تناول خل التفاح يومياً يؤدي إلى حرق الدهون الحشوية، وهي الدهون الموجودة حول الأعضاء في البطن، والتي تعد عامل خطورة للسكري والأمراض القلبية الوعائية.
3. تعزيز مناعة الجسم: يساهم حمض الأسيتيك، وهو من مكونات خل التفاح الرئيسية، في تعزيز المناعة من خلال قتل بعض مسببات الأمراض ومنع تكاثر الجراثيم الضارة.
4. علاج السعال والتهاب الحلق: يعد من أقدم استخدامات وفوائد خل التفاح في الطب التقليدي، ولكن ليس هناك الكثير من البحوث أو الدراسات العلمية الكافية التي تثبت ذلك.
5. الحفاظ على صحة الكلى والإسهام في علاج التهاب المسالك البولية وتطهيرها من الجراثيم.
6. تخفيف وعلاج التعرق الليلي: وذلك من خلال أخذ القليل من خل التفاح وتدليك كامل الجسم به قبل النوم.
7. خفض ضغط الدم المرتفع.

8. علاج الأرق.

9. الوقاية من عسر الهضم.

10. تعزيز صحة البشرة: عن طريق تخفيف تهيج الجلد، وتضييق المسامات، ومنع تشكل البثور، وموازنة درجة الحموضة في البشرة.

11. علاج كدمات الجلد: إذ إن الكدمات ناتجة عن الدم المتجمع تحت الجلد نتيجة للصدمة، والخواص المضادة للالتهاب في الخل تساعد على إزالة الدم المتجمع، ما يساعد على تسريع الشفاء.

12. علاج الثعلبية: يتم تدليك موضع الإصابة بالثعلبية بخل التفاح المركز.

13. تعزيز صحة الشعر: يمنع تشكل قشرة الشعر المسببة للحكة عن طريق التخلص من الدهون الزائدة التي تتسبب بتكوين القشرة، وذلك من خلال إعادة توازن الرقم الهيدروجيني لفروة الرأس.

14. التخلص من رائحة الجسم، وخاصة رائحة القدمين الكريهة، إذ تساعد خواص الخل المطهرة على إزالة الروائح الكريهة وتطهير القدمين، بالإضافة إلى أن خصائصه المضادة للفطريات تمنع وتكافح الحالات الفطرية، مثل فطريات قدم الرياضي.

15. تنظيف الجروح ومعالجة الفطريات، حيث يتميز خل التفاح بخصائصه المضادة للميكروبات.

كيف يُستخدم خل التفاح

هناك العديد من الوصفات والطرق المختلفة لاستخدام خل التفاح، وتختلف حسب الاستطباب أو الفائدة المرجوة:

في التهابات البلعوم: يتم خلط ملعقة صغيرة من خل التفاح، وملعقة صغيرة من العسل، ورشة صغيرة من الفلفل الحار في كوب من الماء الدافئ، ثم شرب هذا المزيج أو الغرغرة به.

لتخفيف السعال: مزج ملعقة صغيرة من خل التفاح مع ملعقتين من العسل، ويضاف له الجليسرين بمقدار ملعقتين، ويمزج جيداً، ويتم تناول ملعقة صغيرة من المزيج ثلاث مرات يومياً، وفي حال كان السعال شديداً تؤخذ ملعقة صغيرة كل ساعتين، أما في حالة نوبات السعال الليلية فتؤخذ ملعقة صغيرة أو ملعقتان قبل النوم.

للتخفيف، وضبط سكر الدم، وتقوية المناعة، وعلاج **عسر الهضم:** تتم إضافة ملعقة طعام أو اثنتين من خل التفاح إلى وجبة الطعام، ويمكن إضافته إلى السلطة مع زيت الزيتون، ولكن يفضل شرب خل التفاح قبل الوجبات عن طريق خلط ملعقة إلى اثنتين من خل التفاح في كوب ماء وشربه، ويكرر مرتين أو ثلاث مرات في اليوم.

لخفض ضغط الدم المرتفع: إذ يمكن أن يساعد تناول السلطات المزوجة بزيت الزيتون وخل التفاح من خمس إلى ست مرات بالأسبوع في السيطرة على ارتفاع ضغط الدم.

علاج الأرق: وذلك عن طريق شرب خل التفاح بعد نحو ساعة ونصف من تناول وجبة الطعام على شكل مزيج مكون من نصف ملعقة صغيرة من خل التفاح مع ملعقتين صغيرتين من العسل ونصف كوب ماء دافئ للمساعدة على النوم والتغلب على الأرق.

علاج الكدمات: يتم تغميس كرة من القطن في الخل المخفف وتثبيتها بضمادة على الكدمات وتركها لمدة ساعة.

للوّجه أو البشرة: بتغميس كرة قطنية ومسح البشرة النظيفة والجافة به، دون الحاجة إلى شطفها بعد ذلك.

للسّعر: عن طريق خلط ملعقتين كبيرتين من الخل وكوب واحد من الماء، ثم استخدام المزيج على الشعر بعد غسله بالشامبو، وينصح بتدليكه على فروة الرأس وتركه لمدة عشر دقائق قبل الشطف.

علاج الثعلبية: يتم تدليك موضع الإصابة بالثعلبية بخل التفاح المركز ست مرات في اليوم لمدة 15 يوماً. للتخلص من رائحة القدمين: يمكن استخدامه عن طريق خلط كوب واحد من خل التفاح مع أربعة أكواب من الماء في الحوض ونقع القدمين لمدة 15 دقيقة، ثم يتم شطف وتجفيف القدمين.

هل من أضرار لاستخدام خل التفاح

قد يؤدي الاستخدام المركز لخل التفاح إلى حدوث بعض الأضرار، إذ يجب أن يمدّد بالماء بنسبة 15-30 مل خل في 250-300 مل ماء، وذلك لتجنب حدوث مشكلات، مثل حكة الحلق أو تلف أنسجة الحلق، أو تآكل مينا الأسنان، أو تأذي أغشية المريء والمعدة.

قد يؤدي الاستخدام المفرط لخل التفاح لفترة طويلة إلى حدوث نقص البوتاسيوم في الدم الذي له أضرار خطيرة، وتزداد احتمالية حدوث نقص البوتاسيوم إذا كان الشخص يتناول أدوية طارحة للبوتاسيوم مثل بعض المدرات كالفيروسييميد. كذلك يمكن للاستخدام الموضعي أن يسبب الحساسية لبعض البشّرات، وخاصة الحساسة.



كتاب

اسطنبول..

الذكريات والمدينة

"اسطنبول: الذكريات والمدينة"، هو كتاب مذكرات

وسيرة ذاتية من تأليف أورهان باموق، يتحدث فيه

عن التغيير الثقافي الواسع الذي هز تركيا بعد سقوط

الإمبراطورية العثمانية، وفقدان تقاليد الأسرة، وعن

مضيق البوسفور وتاريخ اسطنبول مع المضيق.

مذكرات باموق هي سرد للحياة الخاصة للمؤلف، والمدينة

التي عاش فيها، وقبل كل شيء، لعلاقته بهذه المدينة.

باموق هو الابن الثاني لعائلة ثرية، وعانى طفولة منعزلة

في مبنى تسكن في كل طابق منه مجموعة مختلفة من

الأقارب.

لماذا الانبهار بأشياء من الغرب؟ يقول باموق، "كانت غرف

الجلوس متاحف صغيرة مصممة لتثبت للزائر أن أصحاب

البيوت كانوا غربيين"، وكان مصطفى كمال أتاتورك

قد فرض قبل عقود فقط سلسلة من الإصلاحات على

الجمهورية التركية التي نشأت بعد تفكك الإمبراطورية

العثمانية، مثل الأبجدية الرومانية، واللباس الغربي،

وتغيير أسس المجتمع من مجتمع ديني إلى علماني.

شجع شجار باموق مع شقيقه الأكبر، والجدال المتكرر

بين والديه، والغياب الطويل لوالده، على إنشاء "عالم

ثاني"، بينما تأكلت ثروة العائلة ببطء من خلال المشاريع

التجارية الفاشلة لوالده وعمه، ما أدى إلى لجوء المؤلف

المستقبلي إلى عالمه الخيالي.

على عكس الشعراء العثمانيين، فإن اسطنبول في كتاب

باموق هي "مدينة الكآبة"، ويقول، "أحب الأمسيات

المبكرة، عندما ينزل الخريف إلى الشتاء، عندما ترتجف

الأشجار الخالية من الأوراق في رياح الشمال، والناس

الذين يرتدون المعاطف والسترات السوداء يندفعون إلى

منازلهم عبر الشوارع المظلمة".

ويصف المدينة بأنها ملونة بالأبيض والأسود، وأنه

يستمع بمشاهدة "الغسق ينزل مثل قصيدة في الضوء

الباهت لمصاييح الشوارع، ليغمر هذه الأحياء القديمة".

وصف روح المدينة هو محور المذكرات، ويسميتها باموق

"huzun"، وهي كلمة تركية تشير إلى الكآبة على

مستوى المجتمع.

وببراعة، يتحدث باموق في جزء من ثلاث صفحات "عن

عبّارات البوسفور القديمة الراسية بمحطات مهجورة في

منتصف الشتاء، حيث ينظف البحارة النائمون الطوابق،

ونساء يطلن من خلال ستائرهن في انتظار أزواج لم

يتمكنوا من العودة إلى المنزل في المساء، وكبار السن

يبيعون الملاءات الرقيقة، وسجادات الصلاة، وزيت الحج

في باحات المساجد ومقابر المدينة، التي تبدو كبوابات

لعالم ثانٍ، والأضواء الخافتة التي تراها في أمسية على

المراكب التي تعبر من كاديكوي إلى كاراكوي".

إصلاحات أتاتورك والتوق إلى أن يكون كل شيء

"أكثر غربية"، أدى أيضًا إلى دفع المجتمع لمحو الماضي

العثماني، يصف باموق بأسف التحولات، إذ يتم هدم

الأحياء العثمانية واستبدال كتل خرسانية "حديثة" بها،

وتتدهور القصور الخشبية التي بناها العثمانيون على

شواطئ البوسفور أو تحترق.

الرواية مكتوبة بشكل جيد ومؤلفة بدقة، لكنها مكررة

في بعض الأحيان، والأهم من ذلك أنها تعاني قدرًا معينًا

من الامتداد.

تغطي فهرسة باموق مساحة كبيرة، ولكنها تفتقر أحيانًا

إلى العمق الذي لا يدخل القارئ في حياة اسطنبول

العثمانية، ولكنه يراها كمنابر طبيعية، من دون الشعور

بالمجتمع أو بحياة الشارع.

يفشل باموق في إيضاح مدى تراجع المدينة عن ذروتها

أو التأثير المعقد لإصلاحات أتاتورك، وجاءت بعض

فقرات الكتاب مختصرة لإفساح المجال أمام عدد قليل من

الحكايات، ومع ذلك تبقى المذكرات رواية ممتعة عن مدينته

وثقافته.

"اسطنبول: الذكريات والمدينة"، وثيقة تاريخية غارقة

في الإحساس الشعري، مليئة بالذكريات العائلية،

والتعليقات الاجتماعية، والنقد الفني.

"التوأمة الرقمية"

تقنية لكشف الأضرار والتنبؤ بها قبل حدوثها

المحتملة ونقاط الضعف في الهياكل المنزلية، وهذا يسمح بإجراء الإصلاح والتحسينات قبل حدوث الزلازل، ويمكن أن تكون مفيدة في تقييم المنازل المتضررة أيضًا، إذ توفر للمهندسين والخبراء فهمًا تفصيليًا للمنازل المتضررة، وتحديد نقاط الضعف في وقت قصير، مما يقلل الوقت والتكلفة التي تنطوي عليها هذه الأنشطة.

أبرز الاستخدامات

تستخدم شركة السيارات "تسلا" هذه التقنية في جميع سياراتها، إذ تنشئ محاكاة رقمية للسيارات من خلال أجهزة الاستشعار الموجودة على المركبات، وهذا يسمح للشركة بتحديد الأماكن التي من المرجح أن تحدث فيها الأعطال، وتقليل الحاجة إلى إحضار السيارات لمحطات الخدمة للإصلاح والصيانة، بحسب مجلة "فوربس" الأمريكية.

كما يملك ملعب "صوفي" في لوس أنجلوس بأمريكا "توأمة رقمية" خاصًا به، ويضم حرم هوليوود الذي حوله، وتم تشييد "التوأمة الرقمية" في حين كان الملعب قيد الإنشاء عام 2020، وهو يجمع البيانات للإجابة عن أسئلة الجميع من منظمي الأحداث والمهندسين الذين يقومون بعمليات صيانة.

ويوجد العديد من الأمثلة

للاستخدام الرقمي في المدن، مثل استخدام الصين "توأمة رقمية" لكامل مدينة شنغهاي، وفي البنية التحتية مثل شبكة النقل والطرق في مدينة لوس أنجلوس الأمريكية. فكرة "التوأمة الرقمية" استُخدمت أول مرة عام

عقب كارثة زلزال كهرمان مرعش، استخدمت تركيا تقنية "التوأمة الرقمية"، لتقييم المنازل التي لحقت بها أضرار، والحد من خطر تفاقم الكارثة وتزايد الأضرار.

وتُعرف تقنية "التوأمة الرقمية" بأنها إنشاء نسخة رقمية طبق الأصل من كائن مادي أو نظام أو عملية، لاستخدامها في التحليل والتحسين وتقليل التكاليف وتفاذي الأضرار قبيل حدوثها.

تُستخدم هذه التقنية في مجموعة كبيرة ومتنوعة من الصناعات، أبرزها النقل والطاقة والتصنيع والرعاية الصحية والبناء.

ومن خلال أجهزة استشعار وكاميرات وطائرات "درون"، تُجمع بيانات العنصر المادي المراد تحليله أو تقييمه، وبواسطة هذه البيانات يجري إنشاء النسخة الرقمية للعنصر أي "التوأمة الرقمية"، ويمكن لهذه النسخة محاكاة سيناريوهات العالم الحقيقية، واختبار العنصر ومدى كفاءته في أثناء العمل، سواء كان آلية (محرك سيارة أو محرك طائرة)، أو جسمًا صلبًا في أثناء الزلازل.

وبمجرد جمع البيانات، يمكن استخدامها لإنشاء نماذج تحليلية حسابية لإظهار تأثيرات التشغيل، والتنبؤ بحالات مثل التعب، وتحديد السلوكيات.

واستُخدمت هذه التقنية بالفعل لحل عدد كبير من التحديات، منها اختبار الإجهاد ومقاومة التآكل لتوربينات الرياح البحرية، وتحسينات الكفاءة في سيارات السباق، بحسب منظمة "TWI" المختصة في البحث والتكنولوجيا.

يتيح "التوأمة الرقمية" للمهندسين والخبراء البحث عن حلول لإطالة عمر المنتج، وتحسينات التصنيع وتطوير المنتج واختبار النموذج الأولي، إذ يمكن ابتكار حل واختباره في العالم الافتراضي للمنتج بدلًا من العالم الحقيقي، يمكن أن يشمل ذلك مواجهة بين النموذج الرقمي وكائن مادي فعلي لإرسال الملاحظات والبيانات وتلقيها في الوقت نفسه. تساعد "التوأمة" في تحديد مخاطر السلامة

سينما

"المتهمة".. كثير التذكر يرضني

يندرج المسلسل المصري "المتهمة" في إطار أعمال الجريمة والإثارة التي بُنيت حبكةها على لغز، وقضية تعمل على حلقتها وكشف تفاصيلها على مدار حلقات العمل.

وإذا كانت الأعمال الدرامية بعظمها تسير وفق أحد نسقي الحبكة، تصاعدي من البداية للنهاية، أو أسلوب "الخط خلفًا"، عبر البدء من النهاية، ثم إعادة تفسيرها ومنطقتها، فإن أعمال الجريمة تتيح الجمع بين الأسلوبين في عمل واحد، عبر سرد الأحداث في الزمن الحاضر بعد وقوع الجريمة، لتجسيد ظروف الأبطال، والعودة بالزمن أيضًا إلى ما قبل وقوعها لتقديم مبرراتها وشرح آلية تنفيذها وظروفها والغاية منها.

والحكاية أن "نورهان"، سيدة متزوجة، تشهد جريمة قتل زوجها قبل أن تهرب بسيارتها، فتتعرض لحادث سير يفقدها ذاكرتها القريبة، ما يعني نسيانها للجريمة، وما يتعلق بها، وما يضعها أيضًا في خانة الاتهام الأولى.

وما إن تدرك الزوجة المكلمة موقعها من الحادثة حتى تهرب من الشرطة، محاولة إثبات براءتها عن بُعد، ومنتظرة ما تجود به الذاكرة، في سبيل معرفة الجاني.

في العمل كما في الحياة، تغدو الذاكرة سلاحًا ذا حدين، فكثير التذكر يرضني، وقليله قد يحمي، أو يرضني أيضًا، لكن لا بد من تفسيرات.





هل يعلن الباريسي نهاية مشروعه



عروة قنواطي

ما بال السنة الجديدة إلا وتقتحم بنا طرق الحزن وممرات الفضائح في عالم الرياضة هنا وهناك، بحسب تصنيف الفضائح وعناوين الحزن وتدرجها، بأقل الصدمات وأضخمها. طبعاً في حياتنا ما هو فضيحة رسمية بكل معنى الكلمة، وفضيحة مجازية تطلق على الهزائم التاريخية ونقاط التحول غير المتوقعة بمسيرة نجوم أو أندية أو بطولات.

لن نخوض اليوم في حديث الشارع حول أشرف حكيمي وثمة اغتصاب الوجهة له في فرنسا، فالأمور والحديث ما زالت في نقطة البداية، والقضاء لم يدخل إلى خط القضية، ولن نمر حالياً على قضية نادي برشلونة المتعلقة بمزاعم دفع رشوة لشركة يمتلكها إنريكي زينغيرا، نائب رئيس لجنة الحكام السابق في الاتحاد الإسباني لكرة القدم، فالقصة أيضاً لم تُحسم، القصة ولا نعرف أبعادها بكامل التفاصيل، مر الوقت للحديث عن سباعية الريذز في مرمى مان يونايتد وأصداء الهزيمة الثقيلة، فأين نذهب بالبوصلة ضمن بوابة الفضائح والتراكمات؟

مشروع نادي باريس سان جيرمان الذي بدأت تتضح ملامح التصعد فيه، وكأن زلزلاً قض مضجع المشروع فأحدث شرخاً وشقوقاً غير مفهومة، لم تكن مستبعدة، وكان هناك من يحذر من مشهد حدودها ولكنها ليست مفهومة من ناحية الاستعداد والتحضير والوعود والمبالغ الضخمة التي صُرّفت لأجل هذا المشروع خلال عقد من الزمان وحتى اليوم.

محللاً لم يعكر صفو "بي إس جي" (P.S.G) سوى نادي ليل خلال عقد من الزمان، وفيما تبقى كانت السيادة والريادة في الدوري لأبناء حديقة الأمراء، نحن هنا نتحدث عن دوري أبطال أوروبا وحلم النجمة الأولى على القميص الذي سقط مجدداً في فخ الفريق البافاري الألماني فخطف بطاقة التأهل للدور ربع النهائي ورمى بالباريسيين من الدور ثمن النهائي، نفسه الدور الذي خرج به أصدقاء ميسي ومبابي ونيمار أمام ريال مدريد في الموسم الماضي .

عشر سنوات لم يصل فيها الفريق الباريسي إلى المباراة النهائية سوى مرة واحدة، وخسر فيها التتويج بقي فترة وباء "كورونا" أمام بايرن ميونيخ بهدف دون رد، والدور نصف النهائي للبطولة مرة واحدة، وخسر البطاقة لمصلحة مانشستر سيتي الإنجليزي، فيما كان ضيف الدور ربع النهائي أربع مرات والدور ثمن النهائي أربع مرات.

عشرة مواسم بلا نجمة أوروبية وبمرور ثلثة من أكبر نجوم العالم في الفريق لسنوات، هذا الموسم هو الثاني للنجم ليونيل ميسي برفقة النجمين كيليان مبابي ونيمار وداخل كوكبة من المميزين أمثال: فيراتي، ماركينيوس، دوناروما، راموس، حكيمي، وكيمبمبي، وقبل ذلك كان هناك كافاني، إيكاردي، دي ماريا، نافاس، إبراهيموفيتش، وعدد من المدربين هم توخيل، لوران بلان، بوتشيتينيو، أوناى إيمري، وجالتيرير، وماذا علينا أن نستعرض أكثر؟؟

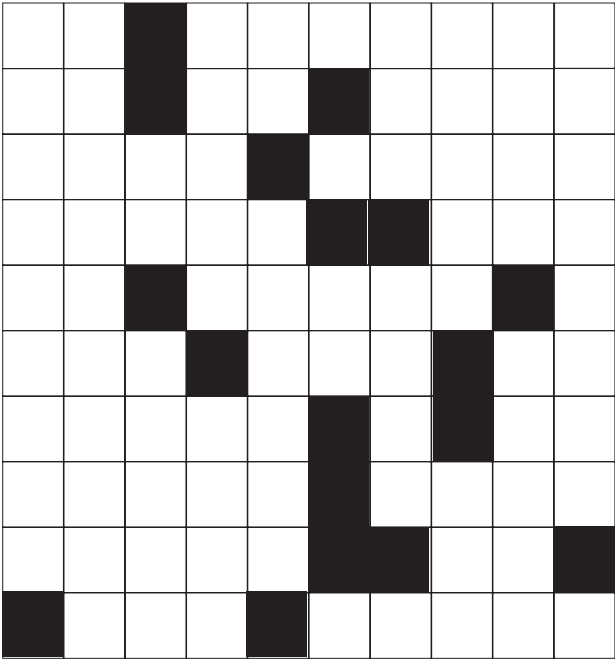
بشكل أو بآخر، حال سان جيرمان تيشابه حال مانشستر سيتي الإنجليزي من ناحية عدم الحصول على النجمة الأولى في دوري أبطال أوروبا وإغداق المبالغ الضخمة والصفقات التاريخية، ولكن يبقى لمنافسات إنجلترا ووضع السيطرة الكروية فيها طعم ونكهة خاصة تستوجب الصبر أحياناً على المشروع مهما كانت الصدمات قوية فيه من النافذة الأوروبية، ومن ثم نحن بحاجة لمراقبة ما تبقى من موسم السيتي لمعرفة أي حصاد سيخرج به.

لطالما تحدث خبراء كرة القدم والنقاد بعيداً عن التسويق والنظرية الاقتصادية والمرايح الضخمة التي تأتي من بوابة صفقات النجوم، بأن تكديس اللاعبين المميزين بشكل "البلاي ستيشن" قد يأتي بأضرار لا تُحمد عقبائها وخلافات كبرى وفراغ إداري في غرفة الملابس، و شكل المدربين في السنوات الأخيرة يدل على هذه المصيبة مع الاحترام لتاريخ السيد جالتيرير والسيد بوشيتينيو، ولكن المستوى الهزلي للفريق في العامين الماضيين خلال دوري أبطال أوروبا كان واضحاً وفاضحاً، حتى لو كان الخصم ريال مدريد أو بايرن ميونيخ، الفريق الباريسي يتشعر وكأنه في مباراة أساطير خيرية، أو في مئوية أحد الأندية الكبرى.

في الوقت الذي تتردد به عناوين وأصوات حول رحيل سريع للنجم الأرجنتيني ليونيل ميسي خارج أسوار الفريق هذا الصيف، وأخبار بأن كيليان مبابي قد لا يكون ضمن أوراق الفريق الرسمية الموسم المقبل، وبدء التفكير الجدي بإيجاد بديل لنيمار البرازيلي المصاب في كل موسم، والتضحية بصفقات لم تقدم للفريق الأول سوى "البريستيج"، هذا إن لم تثبت القضية على أشرف حكيمي أيضاً، ووقتها عليه الانفصال عن النادي الباريسي، فماذا تبقى من مشروع سان جيرمان؟

مشروع باريس بحاجة إلى تدعيم مهاري وفني وعلى مستوى المهارات بعيداً عن "البريستيج" وعن المراجيح الاقتصادية، بحاجة إلى كادر فني وتدريب وإداري يضبط غرفة خلع الملابس و يبدأ بعلاج التصدعات، لماذا لا يتم صرف بعض المبالغ الطائلة على اللاعبين الشباب لمدة موسمين أو ثلاثة مواسم، لربما ينجح قادة المشروع بإدارة المركب الباريسي للوصول إلى شاطئ الأمان بدون أضرار أو على الأقل بأضرار معقولة.

10 9 8 7 6 5 4 3 2 1



1					3	9	8		4
2	4				2		8		1
3		3					6		
4	6		4			2			3
5			2		4		7		
6	1			9			5		2
7			5					3	
8		4		3		6			1
9	2		3	4	1				
10									

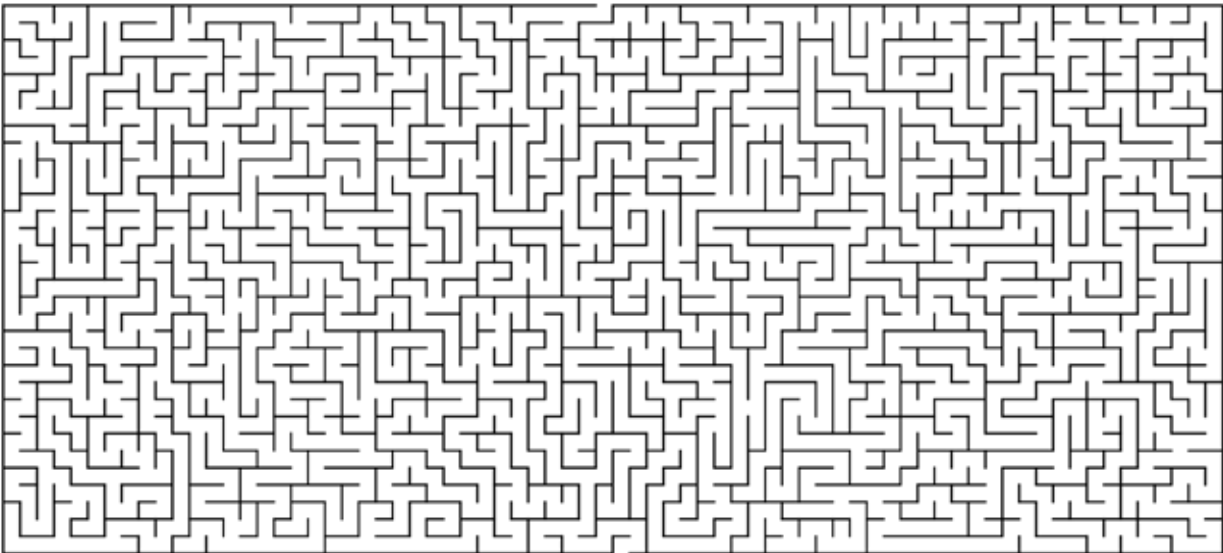
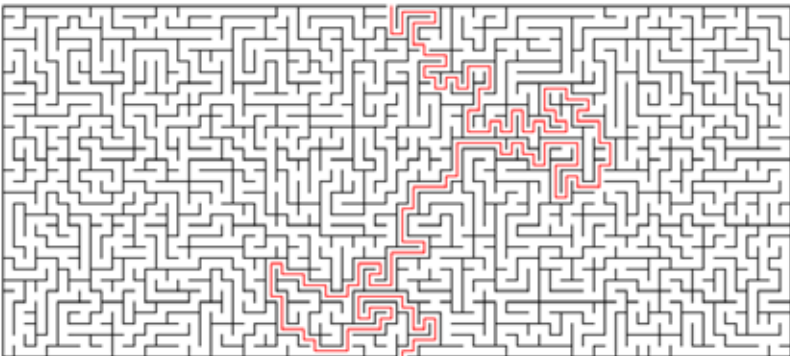
لعبة تتكون من 9 مربعات كبيرة 3×3، و81 مربع صغير 9×9.

تكون بعض المربعات الصغيرة معبأة بالأرقام بدايةً، وعلى اللاعب إكمال باقي المربعات باستخدام الأرقام من 1 إلى 9، في كل واحدٍ من المربعات التسعة الكبيرة، وفي كل صفٍ أو عمود.

- ### أفقي
1. بطولة كأس العالم لكرة القدم 2006 o نصف طعما
 2. طير طويل الأرجل والنقار o ستم o لتفسير المعنى والاستطراد.
 3. مجموعات من الأوامر للكمبيوتر لعمل شيء ما o
 4. متلازمة الالتهاب التنفسي الحاد.
 5. مجموعة طقوس وتقاليذ لحدث ما o احد الوالدين
 6. أخطأ o قذح وذم شعرا o سأم وضيق من بطء مرور الوقت.
 7. للنداء o عكس منغلق
 8. السنة النار الشديدة o متشابهات
 9. نصف خروج o توقف لعمل شيء جانبي أثناء القيام برحلة أساسية.
 10. بطولة كأس العالم لكرة القدم 1998 o استجد وأظهر لونا جديدا.

- ### عمودي
1. بطولة كأس العالم لكرة القدم 1994.
 2. يقطع بالأسنان وخاصة اللحم o مدينة باكستانية
 3. أشياء غير مفهومة أو صعبة الفهم o يصيبه الجنون
 4. فعل أمر يقال عند الصلاة o خوف مرضي
 5. ارتفع وعلا.
 6. بحر o فجوات بالغة الصغر في الجسم أو ورق النبات.
 7. عكس الحرب o من ينقق.
 8. نصف نبات o ما يوضع على الأثاث لحمايته أو لزينة فتقرش عليه.
 9. لاعب ليبي في نادي الشباب السعودي.
 10. لاعب وفاق سطيف الجزائري

10 9 8 7 6 5 4 3 2 1									
1	ن	ا	و	ل	ت		ا	ف	و
2							ب	ل	ي
3							ب	ع	ل
4	ي	م			ا				س
5	م			م	ا	ج	م	ذ	ه
6							ل	و	ي
7	ا	ل	ف	ر	د	ن	و	ب	ل
8	و	س	ا	م		ر	ن	ا	ف
9	ف	و	س	ف	ر	ج		ن	ف
10	د	ف			ج	ب	س		ر



للمشاركة في تحرير صفحات "عنب بلدي" يمكنكم إرسال مشاركاتكم

عبر البريد الإلكتروني إلى editor@enabbaladi.org

الآراء الواردة في الجريدة لا تعبر بالضرورة عن رأي عنب بلدي

ليفربول..

صدوة مدلية تنعش الآمال

لانتفاضة في دوري الأبطال

عنب بلدي - محمد نجار

يواصل نادي ليفربول صحوته في منافسات الدوري الإنجليزي الممتاز (البريميرليج)، من خلال تحقيق النتائج الإيجابية، وحصد المزيد من النقاط التي أعادته إلى المراكز المتقدمة في واحد من أقوى دوريات كرة القدم في العالم. نتائج قوية في الدوري فتحت أبواب الأمل أمام جماهير النادي العريق من أجل تصحيح المسار، وتعويض الانتكاسة التي يعيشها النادي في مسابقة دوري أبطال أوروبا، فهو مهدد بالإقصاء من دور الـ16 في البطولة القارية. ويعول فريق الريدز والجماهير على قائمة النجوم التي يمتلكها، أمثال صلاح وفيرمينو وجاكبو ونونيز وأرنولد وصخرة الدفاع فان دايك، بقيادة المدرب الألماني المحنك يورجن كلوب.

الريدز يكتسح اليونائيتد

في 5 من آذار الحالي، حقق ليفربول فوزاً تاريخياً على ضيفه مانشستر يونايتد في "أنفيلد"، بسبعة أهداف دون رد، في نتيجة وضعت ليفربول بالمركز الخامس في سلم ترتيب الدوري برصيد 42 نقطة. نتيجة قاسية وغير متوقعة توحى بمباريات قوية ومثيرة مقبلة، وتبشر عشاق النادي بعودة الفريق إلى مستواه الموهوب، وتذلل الفرق الأخرى بصعوبة الدقائق التي تلعبها في مواجهة ليفربول. ويحتاج فريق ليفربول إلى ثلاث نقاط ليقتحم مربع الكبار المؤهل للمشاركة بدوري أبطال أوروبا الموسم المقبل، إذ يبتعد عن الرابع توتنهام نقطة وعن الثالث مانشستر يونايتد ثلاث نقاط، مع امتلاكه مباراة مؤجلة.

بعد 25 مباراة خاضها ليفربول في الدوري، فاز في 12 مواجهة وتعادل بست، وخسر سبعة، له من الأهداف 47 وعليه 28 هدفاً.

وعاد ليفربول إلى سكة الانتصارات بعد بداية متعثرة لا تليق بالنادي العريق، وصلت به النتائج السلبية إلى المركز الـ12 لكنه بدأ بالعودة تدريجياً.

وأقصى ليفربول من مسابقتين محليتين هما بطولة كأس الاتحاد الإنجليزي ورابطة المحترفين، وخرج من كأس الاتحاد من الدور الرابع في التصفيات إثر خسارته من برايتون بهدفين لهدف ليودع البطولة مبكراً، وخرج من كأس الرابطة

إثر خسارته بثلاثة أهداف لهدف أمام مانشستر سيتي في دور الـ16.

ليلة تألق صلاح

أصبح النجم الدولي المصري محمد صلاح الهدف التاريخي لفريق ليفربول في الدوري الإنجليزي الممتاز، وأكثر اللاعبين تسجيلاً للنادي في هذه البطولة.

تألق صلاح وسجل هدفين في مواجهة اليونائيتد رافعاً رصيده من الأهداف مع ليفربول إلى 129 هدفاً، متفوقاً على الأسطورة روبي فالور بفارق هدف.

ويحتل الفرعون المصري المركز السابع في قائمة الهدافين التاريخيين بالنادي بمختلف البطولات.

مواجهات تنتظر ليفربول

بقي 12 جولة على نهاية الدوري الإنجليزي للموسم الحالي، يخوض فيها ليفربول مباريات قوية ومرتبقة أمام أندية تقاثل للوصول إلى مربع الكبار، وأندية تكافح من أجل تجنب الهبوط إلى الدرجة الأولى.

ومن أبرز المواجهات الصعبة التي تنتظر فريق ليفربول، مباراة القمة ضد مضيفه مانشستر سيتي حامل اللقب ووصيف الدوري حالياً، في 1 من نيسان المقبل، على ملعب "الاتحاد".

ويلتقي ليفربول مع مضيفه تشيلسي في 4 من نيسان المقبل، على ملعب "ستامفورد بريدج"، في

مواجهة تعتبر قوية رغم تعثر تشيلسي في نتائجه وتقديمه أداء متواضعاً.

وفي 9 من نيسان المقبل، يستضيف ليفربول المتصدر أرسنال على ملعب "أنفيلد"، ويواجه توتنهام هوتسبير رابع الترتيب في 30 من الشهر نفسه.

وتتخلل هذه المواجهات مباريات مع أندية متوسطة تتذلل الترتيب في الدوري، من الممكن أن تحقق المفاجآت وتقلب الطاولة على بعض الأندية المتصدرة، إذ تقدم الأندية كل ما لديها في الجولات الأخيرة من عمر الدوري.

معارك "ذات الأذنين"

انعكس التعثر المبكر للليفربول في الدوري على بعض النتائج في مسابقة أعلى الألقاب الأوروبية، بطولة دوري أبطال أوروبا، وتأهل ليفربول من مجموعته ثانياً بعد المتصدر نابولي برصيد 15 نقطة بفارق الأهداف بينهما.

وفي دور الـ16، تعرض الريدز لخسارة ثقيلة ومدوية لا تليق بالنادي وسمعته، كانت على أرضه وبين جماهيره أمام نادي ريال مدريد الإسباني بنتيجة خمسة أهداف لهدفين، في 21 من شباط الماضي.

وتتطلع جماهير النادي الإنجليزي إلى تقديم الفريق أداء جيداً بمباراة الإياب في 15 من آذار الحالي على ملعب مدريد "سانتياغو برنابيو"، ومواصلة الحلم في معانقة الكأس الغالية "ذات الأذنين".

وتعد المواجهة بمنزلة رد الدين والانتقام للليفربول من ريال مدريد الذي حرم الريدز من التتويج باللقب مرتين حين أقصاه في نهائي موسم 2021-2022، ونهائي 2017-2018.

هدافو ليفربول في بطولة الدوري الإنجليزي

اسم اللاعب	عدد الأهداف
محمد صلاح	129
روبي فالور	128
ستيفن جيرارد	120
مايكل أوبن	118
ساديو ماني	90
فيرمينو	89

تيل..

خليفة ليفاندوفسكي في هجوم

بايرن ميونخ

يعتبر لاعب كرة القدم الفرنسي ماتيس تيل (17 عاماً) موهبة هجومية واعدة في فريق بايرن ميونخ الألماني، وأحد اللاعبين الذين تعول عليهم إدارة النادي البافاري وجماهيره في المستقبل.

يوصل الشاب الفرنسي تقديم الأداء الجيد في مركز الهجوم تدريجياً منذ دخل بديلاً للمهاجم المصاب ساديو ماني في أيلول 2022، وسجل هدفاً حينها أمام شتوتغارت في إطار منافسات الدوري الألماني.

بداية قوية للشباب منحته فرصة تحطيم رقم قباسي مع البافاري، إذ صار تيل أصغر لاعب يسجل هدفاً للبايرن على مدار تاريخ البوندسليجا، بعمر 17 عاماً و136 يوماً حينها.

وحطم بذلك الرقم المسجل باسم زميله الألماني جمال موسيالا الذي كان أصغر لاعب يسجل للبافاري في الدوري، وكان عمره حينها 17 عاماً و205 أيام.

الحالي في 20 مباراة، لعب لمدة 484 دقيقة، سجل خلالها ستة أهداف.

قبل تعاقد بايرن ميونخ مع تيل في تموز 2022، حطم اللاعب أحد الأرقام القياسية مع نادي رين الفرنسي، بعد أن أصبح أصغر لاعب يمثل رين على الإطلاق بظهوره لأول مرة ضد بريست في آب 2021، واحتل حينها المركز الـ11 على قائمة أصغر اللاعبين في تاريخ الدوري الفرنسي.

ولعب تيل مع منتخبات فرنسا تحت 17، و18، و19 عاماً، وحقق بطولة أوروبا تحت 17 عاماً في 2022، وسجل خلالها ثلاثة أهداف، منها اثنان في مرمى بلغاريا وهدف في مرمى بولندا.

تبلغ القيمة السوقية لتيل 20 مليون يورو، انضم لنادي البايرن في 26 من تموز 2022، وينتهي العقد في 30 من حزيران 2025، حسب موقع "Transfermarkt" للإحصائيات.

يمتلك تيل مهارات مراوغة عالية، وسرعة في الجري، وقدرة على مزاحمة الخصوم وكسب الكرات العالية، إذ يبلغ طول اللاعب 1.83 متر، ولديه القدرة على الإنهاء الجيد للكرات في المرمى.

رغم صغر سنه، نال اللاعب الإشادة من عدة مدربين منهم مدرب رين الفرنسي، برونو جينيسينو، الذي قال، إنه لاعب أكثر نضجاً بالنسبة للاعبين من عمره، وصفاته الرياضية أعلى من المعتاد، وقدراته الفنية وذكاؤه في اللعب من الصفات المذهلة.

وقال عنه مدرب بايرن ميونخ، جولييان ناغيلسمان، إنه "لاعب صغير موهوب يمكنه لعب مراكز مختلفة، سريع جداً وقوي بجسده، جيد في الدفاع عن الكرة". وأضاف ناغيلسمان أن تيل يمكنه تسجيل 40 هدفاً في موسم واحد، مثل روبرت ليفاندوفسكي، "يوماً ما في المستقبل". شارك تيل مع بايرن ميونخ خلال الموسم



طبيعية.. ردود الفعل خلال الكوارث وبعدها

انتبهوا إلى العلاقات الأسرية بعد الكوارث



صفوان قسيام

تتكون الأسرة من أب وأم وأطفال، وفي نموذج الأسرة السورية قد يكون للأب أكثر من زوجة، وربما يعيشون معاً، ويضاف إليهم الجد والجدة والإخوة وزوجاتهم وأطفالهم أيضاً. وقد دفعت الأوضاع الأمنية التي عاشها الشعب السوري، وعمليات التهجير والنزوح، الكثير من الأسر إلى ترك منازلها الخاصة والتجمع في منازل جماعية كحل مؤقت أو وحيد حينها. الزلازل كالحروب، تعتبر من الأزمات التي تعصف بالمجتمعات وتفرقها، ولها أثر عميق جداً في المجتمع ومؤسساته وبنите وأسرته وأفرادها، ففي كثير من المواقف يجد الأب نفسه خائفاً بينما العيون شاخصة إليه، تراقبه كيف سيتصرف، وهو ربما يشعر بالعجز تجاه موقف أقوى منه، وربما كانت لديه الحكمة والجرأة والسرعة لينقذ الموقف، أو تجد الأم نفسها تحمل رضيها أو طفلها وتجري من فورها خارج المنزل غير عابئة سوى بسلامته، كلها ردود فعل تختلف من شخص لآخر، حسب الموقف والخبرة والشخصية والقدرة على التحكم بالظروف. وربما فقدت العائلة بعضاً من أفرادها أو المقربين، وربما منزلها ورزقها، ناهيك بالصدمة النفسية التي تصيب كل الأفراد، بنسب متفاوتة. كلها سيناريوهات محتملة تصيب العلاقة داخل الأسرة بكثير من الخلل، وقد تؤدي إلى زعزعتها أو تفككها أيضاً، نتيجة لردود الفعل النفسية

التي تصيبنا بعد الكارثة.

يشيع في مجتمعنا ألا يفصح الرجال عادة عن مشاعرهم، لاعتبارات اجتماعية، بغض النظر عن صوابية هذه الثقافة. يقولون إن الرجل يجب أن يكون صلباً شجاعاً لا يخشى شيئاً، ولأنه بنظر أسرته يجب أن يكون كذلك، فإن أبدى شيئاً من خوفه وتوتره وقلة حيلته، انعكس ذلك على شعور الأسرة بالأمان، لأنه مصدر أمانهم. وذلك يرتب عليه عبئاً نفسياً كبيراً سيظهر على تصرفاته وردود فعله، ولا سيما إن ترافق بغياب المحيط الاجتماعي الداعم، أو تعرضه لموقف صادم خلال محاولته النجاة وإنقاذ من حوله، كفقده لشخص عزيز، أو تعرضه هو أو عائلته لخطر وشيك. سمعنا عبارات من نوع: عشنا ظروف الحرب في سوريا، والقصف والبراميل، لكننا حتى اليوم لا نعرف ما هو مرعب أكثر من الزلزال.

تحدثنا في مقالات سابقة نُشرت في جريدة عنابدي عن أعراض نفسية تصيب الإنسان عند تعرضه لحدث صادم يهدد سلامته أو سلامة من يحب، وإن لم تلقِ ردود الفعل هذه اهتماماً وعناية مناسبة، فإنها قد تؤثر على المصاب وجميع من حوله، وربما تتطور لتحدث مشكلات في العمل والعلاقات الاجتماعية، لذا من المهم القيام ببعض الأنشطة اليومية التي تساعد على التشافي.

على أفراد الأسرة أن يكونوا واعين للحالة النفسية التي تصيب الإنسان عند الصدمة، وعدم البناء عليها واتخاذ أي قرارات مصيرية مبنية على انفعالات، كالطلاق والانفصال أو البيع والشرء، خصوصاً عند الغضب.

قد نجد ردود فعل تشيع بشكل أكبر عند جنس أكثر من غيره، كالغضب والعصبية عند الرجال، والحزن والانطواء عند النساء، وكثرة الحركة وزيادة العنف عند الأطفال، ونجد نقصاً في التركيز والنسيان عمومًا، واضطراباً في النوم والأكل، وهذا كله يفاقم المشكلات ويخرب المزاج ويؤثر على السلوك، وهو ما ينعكس على العلاقة داخل الأسرة، فالأب يصب غضبه على العائلة، والأم تصرخ على الأطفال، خصوصاً إن كان لديهم زيادة في الحركة، والأطفال يضايقون بعضهم أو يقومون بإتلاف الأشياء مثلاً، فيصبح جو المنزل متوتراً، وقد يترافق برد فعل تجاه المنزل نفسه، لأنه يرتبط بالحادثة فيشعر الجميع بعدم ارتياح فيه، أو يشعر بعضهم أن سريته مثلاً غير مريح، رغم أنه لم يشك منه سابقاً، وكله ينعكس على الارتياح والاكتفاء العاطفي الذي يجب على الأسرة أن تشيعه. إن اختلال روتين الأسرة، وتعرضها لظروف تؤثر على استقرارها، يزيد من توتر أفرادها، وقد تصل الأمور إلى حد العنف بكل أشكاله، وهذا الأمر لا يوجد فيه مجتمع معصوم، فكل

المجتمعات مهما بلغت ثقافتها اللاعنفية قد تبدي سلوكيات عنيفة في ظروف معينة، وقد شاهدنا مثلاً ارتفاع نسبة العنف الأسري وعنف الأزواج والشركاء في أوروبا خلال الحجر الصحي فترة "كورونا"، فالجميع متوتر وخائف وأخذ أقصى درجات حذره، مع زخم إعلامي يأخذ شكل التخويف وليس التوعية.

الناس يصبحون مجبرين على البقاء في المنزل، والامتناع عن التواصل جسدياً مع الآخرين والقيام بأنشطتهم المعتادة، وربما قضاء المزيد من الوقت في مكان واحد، ما يدفعهم للتدخل في أمور لم تكن ضمن اهتمامهم، كطريقة إعداد الطعام، أو ترتيب الأشياء، أو طريقة لعب الأطفال أو كثرة احتياجاتهم. كل ذلك مع الوقت يُشعر الأسرة بأنها تراقب بعضها، ما يضعف الإشباع العاطفي والارتياح، ويبالغ في ردود الفعل التي تحدثن لتنفجر على شكل عنف. ولأسباب قد تكون أقل من عادية، حصلت بالفعل العديد من حالات الانفصال الأسري، والاستقالات من العمل، والعنف والجرائم. راقبوا تصرفاتكم بهدوء، قيموها، تعرفوا إلى الأسباب التي تجعلكم تتصرفون كذلك، اكتشفوا مشاعرهم التي ترافق أفعالكم، وفي النهاية تعرفوا إلى احتياجاتكم التي تكمن وراء مشاعرهم وتصرفاتهم.

اسألوا بقية أفراد الأسرة: هل تغير شيء في أفعالنا؟ ناقشوههم بسلوككم، حاولوا أن يتقروا الموضوع في سلوككم بهدف التعرف إلى ردود الفعل غير المناسبة لتصحيحها وتوضيحها للآخر.

لا تقللوا الحوار إلى معركة تبادل للاتهامات مع شركائكم وأطفالكم، تفهموا أن أطفالكم يحتاجون إلى الحركة فنظموا لهم وقتاً مناسباً يتناسب مع الوقت الذي تحتاجون إليه لتراحوا أو العكس.

اتفقوا على ألا تتناقشوا وأنتم غاضبون، إن خرج أحدكم عن طوره، تذكروا أنه على غير طبيعته، فلا تقابلوا أفعاله بسلوك مشابه أو ترفعوا من صوتكم، تقبلوه حتى يهدأ. وعندما يرفع أطفالكم صوتهم وهم يتكلمون معكم بغضب، اخفضوا صوتكم سترن أنهم يخفصونه تلقائياً.

وراء كل تصرف احتياج معين، فكروا باحتياجاتكم وباحتياجات الآخر، وحاولوا تقبلها والتفاهم على أسس تلبيتها. إن خرجت الأمور عن السيطرة، استشيروا اختصاصياً اجتماعياً أو اختصاصياً في العلاقات الاجتماعية، فهي اختصاص مستقل لا يستطيع الجميع الخوض فيه، قد ينهي علاقة قابلة للإصلاح، وقد يجبر علاقة مكسورة على خطأ، فيتسبب بوقوع حيف على أحد طرفيها، كونوا حذرين فيمن تستشيرون.



مسن يجلس على بناء مدمر إثر الزلزال الذي ضرب جنوب تركيا وسوريا في جنديرس (اندلس ميديا)

أرستأذنا الكريم.. أنت تافه

اكتشفتُ لكم، في الآونة الأخيرة، اكتشافاً عجبياً، هو أن معظم الذين يروني إنساناً تافهاً، عندما يخاطبونني على وسائل التواصل الاجتماعي، يبدؤون كلامهم بجملة "أستاذنا الكريم". فإذا أبديت استيائي من كلام أحدهم، يرد علي قائلاً: لماذا لا تقبل الرأي الآخر يا أستاذنا؟ لقد خاطبتك بكل احترام. هذا الاحترام، في الحقيقة، هو لب المشكلة، فمن يبادرك بالاحترام والكراهية والمشاكسة، أمره بسيط، توبخه وتحظره، فتنتهي المشكلة في أرضها، وأما صاحب الاحترام، فإنه يضعك في موقف صعب، ويضطررك للأخذ والرد معه، قبل أن تصلا، في النهاية، إلى ذلك الحل الرائع: الحظر. ومما توصلت إليه، أيضاً، أن الاحترام الذي يكنه أحدهم لي، مشروط بأن أكون أنا ممن يعلمون الغيب، فأعرف ماذا يريدني أن أكتب، وأكتب له ما يريد، ووقتها لا بد أن يصفق لي، ويثنى على ذكائي، ويقترح على زوجته ووالدته وأبنائه أن يقرؤوا ما كتبت، ويوضح لهم أن هذا، الأستاذ خطيب، كاتب أخو حفياته، بدليل أنه، في هذه المقالة، قال ما كنت أفكر فيه، بالضبط. سبحان الله يا جماعة، صدقوني لو لم أكن مشغولاً، في هذه الأيام، لكتبت نفس "اللقدش"، ونشرته.

في السابق، عندما كانت تحصل في بلدنا مشكلة اجتماعية كبيرة، كأَن تهرب فتاة من بيت أهلها، أو تضبط سيدة ما زوجها مع امرأة أخرى على سرير الزوجية، أو يعلن أحد التجار الكبار إفلاسه، بعدما يكون قد جمع أموالاً طائلة من الناس، لا يبقى صوص ابن يوم في البلد إلا ويدي برأيه في هذه القضية، وهم يستخدمون، للتعبير عن الحالة، عبارة: ما بقي حدا في البلدة إلا وصَبْ شكارة! والشكارة، هي كيس القمح الذي كان يأخذه الرجل إلى الطاحون، ويصبه في الدلو، ويتلقى الطحين من الأسفل.

واحد من الذين كانوا يحبون كتاباتي، وكلما التقاني يشيد بي، ويقول للآخرين الموجودين معه: صدقوني الأستاذ خطيب هو أستاذ الأساتذة في الكتابة الأدبية والصحفية والإذاعية والتلفزيونية، وقع في حيرة من أمره عندما رأى، خلال الصيف الماضي، عدداً كبيراً من أعضاء جماعة "الإخوان المسلمين" وأشباههم يهاجمونني، بسبب رأي كتبتُه على "تويتر" لا يتوافق مع عقيدتهم، ويبدو أنه فكر طويلاً في نوع الشكارة التي يجدر به أن يصبها، إلى أن وصل إلى حل مدهش فكتب مستنكراً: خطيب بدلة كاتب؟ مين قال إنه كاتب؟ هه هه هه. كُتِّبَ آخر زمان!

قبل أن يخترع الغرب الإنترنت، ويطور الاتصالات، ثم تبدأ وسائل التواصل الاجتماعي بالظهور، لم يكن بمقدور أي إنسان أن "يصب شكارة" في أي موضوع يريد، فإبداء الرأي كان يتطلب أن تكتبه، وترسله إلى صحيفة ما، وأن توافق عليه الصحيفة وتنشره، وأما الآن فقد أصبح من حق حتى الذين يخطئون باللغة، أن يكتبوا رأيهم، وينشروه، خلال ثانية واحدة. مثلاً: أنا "رائي" أن تتبدت أنت عن الخوض في هذه الأمور، فقد "دنى" لك تكتب لنا حكايات قوية حتى "نتسلا". ويكتب آخر: يجب أن "تتفائل" بالمستقبل، ولا "تفكّل" لحم العلماء المسموم، وهكذا.