

كرنفال ثقافي في شوارع اسمرأ بعيد الاستقلال



ስእሊ-ሳሌክ ዓብይራኛድር

أقيم في التاسع عشر من مايو كرنفال ثقافي في الشوارع الرئيسية لمدينة أسمرأ احتفالاً بالذكرى الخامسة والثلاثين لإستقلال البلاد. عكس الكرنفال المنظم بتعاون مفوضية الثقافة والرياضة، وإدارة الإقليم الاوسط، ومشاركة 13 مديرية بالاقليم، الأزياء والرقصات التقليدية للقوميات التسع، وانطلق من شارع الشهداء وصولاً الى ساحة الفاتح من سبتمبر. وقال المدير العام لقسم الثقافة والرياضة في الإقليم الاوسط السيد/ أسمرؤم ظقى برهان، في الكلمة التي ألقاها في الفعالية الثقافية والفنية في ساحة الفاتح من سبتمبر، إنه على الرغم من أن الاستقلال الذي حصلنا عليه بالكفاح البطولي والتضحيات الكبيرة قد مر عليه 35 عاماً، إلا أن النضال المرير والتضحيات المقدمة تعتبر حدث تاريخي لا يُحى من الذاكرة. وأوضح بان سكان الإقليم الاوسط، قاموا بالاستعدادات اللازمة للمناسبة باحتفالات باهرة، وان الكرنفال الثقافي المنظم بمشاركة أكثر من 13 الف من السكان وحوالي ألفي شاب، مثلاً على ذلك. تضمن العرض الثقافي المصحوب بالرقص وأغاني جديدة وأخرى قديمة لفنانين مخضرمين وشباب.

برقيات التهنئة تتواصل من قادة الدول بمناسبة الذكرى الـ35 للاستقلال



بعث قادة جمهورية الصين الشعبية، والجمهورية التركية، المملكة العربية السعودية، ومملكة هولندا، وجمهورية مالطا، وجمهورية جنوب أفريقيا، وجمهورية باكستان، ورئيس مجلس السيادة السوداني، الفريق أول ركن عبد الفتاح البرهان، ورئيس جمهورية تشاد، محمد إدريس ديبي إتنو، ورئيسة الهند، دروبادي مورمو، ورئيس جمهورية مالوي، البروفيسور آرثر بيتر موثاريكا، برسائل تهنئة إلى شعب وجمهورية إرتريا، بمناسبة الذكرى الـ 35 للاستقلال المجيد. وأشار الرئيس شي جين بينغ في برقيته إلى العلاقات التاريخية والأخوية بين إرتريا والصين القائمة على الاحترام المتبادل والتعاون، وقال "إن النهج المستقل والاعتماد على الذات الذي اتبعه الشعب الارتري في سنوات الاستقلال الـ 35 الماضية في بناء وتطوير بلادهم يستحق التقدير. وتمنى التوفيق في الخطط المستقبلية.

من جانبه، أعرب الرئيس رجب طيب أردوغان عن اعتقاده الراسخ بأن التعاون الثنائي والمتعدد بين إرتريا وتركيا سيتوسع ويتعزز في مختلف المجالات لصالح الشعبين في المستقبل. كما أعرب كل من خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبد العزيز، وولي عهده الأمير محمد بن سلمان، وأكد رئيس مجلس السيادة السوداني، الفريق أول ركن عبد الفتاح البرهان، رغبة بلاده الصادقة في تعزيز مصالح الشعبين في مختلف المجالات، انطلاقاً من العلاقات الأخوية المتينة والعميقة بين إرتريا والسودان. وعبر ملك هولندا ويليام ألكسندر، ورئيسة مالطا ميريام سبييري ديونو، ورئيس جنوب أفريقيا سيريل رامافوزا، ورئيس الجمعية الوطنية الباكستانية سردار آياز صادق، في رسائلهم، عن تهانيم الحارة للشعب والحكومة الإرترية بهذه المناسبة الوطنية المجيدة، متمنين لإرتريا دوام السلام والازدهار. وعبر القادة، في الرسائل الموجهة باسمهم وباسم حكوماتهم، عن تمنياتهم للرئيس إسياس أفورقي بموفور الصحة والعافية، وللشعب الإرتري بمزيد من التقدم والرخاء، معربين عن حرصهم على تعزيز العلاقات الثنائية والارتقاء بالتعاون المشترك إلى آفاق أوسع خلال المرحلة المقبلة.

الاتحاد الوطني للمرأة ينظم فعالية إحتفالاً بعيد الاستقلال



ስእሊ-የወ-ሃገሥ መብርሀቲ

زائد مسفن، ان تاريخنا الموثق جيداً يسهم كثيرا في ارتقاء صمود الشباب وتمتين الوحدة، وعمل الاتحاد في السنوات الأخيرة بتوثيق بطولات المرأة الإرترية. رافق البرنامج المنظم تحت شعار "صمودنا ضماننا"، أنشطة فنية.

وكبار المسؤولين في الحكومة والجبهة. عرض فيه فيلمين وثائقيين يعكسان دور المرأة الإرترية في ضمان السلامة والأمن البحريين، والعملية المستمرة لتنفيذ امانة الشهداء، استناداً إلى التاريخ الحقيقي. ووضحت منسقة البرنامج، السيدة/

نظم الاتحاد الوطني للمرأة برنامجاً بمناسبة احتفالات الاستقلال في اسمرأ في التاسع عشر من مايو، يعكس بطولات المرأة الارترية في النضال التحرري والدفاع عن السيادة. حضر الفعالية، التي افتتحها وزيرة التعليم الدكتور/حليمة محمد، الوزراء

الإرتريون بالمهجر يحتفلون بالذكرى الـ35 للاستقلال

احتفلت الجاليات الإرترية في تورونتو بكندا وعدد من مدن جنوب السعودية، وجمهورية جنوب السودان بالذكرى الخامسة والثلاثين لاستقلال البلاد، تحت شعار "صمودنا.. ضماننا"، وسط أجواء وطنية مميزة ومشاركة واسعة من المواطنين والفنانين.

وفي احتفال الذي أقيم بمدينة تورونتو يوم 17 مايو، أكدت السيدة/ أمارش مبرهتو أن المناسبة تمثل فرصة لاستذكار مراحل النضال والتضحيات التي قدمها الشعب الإرتري، وتجديد العهد لبناء وطن مزدهر ومستقر. كما بعثت عمدة تورونتو رسالة تهنئة بالمناسبة.

وأفادت اللجنة المنظمة بأن برنامج الاحتفالات سيتواصل يوم 21 مايو بمراسم رفع العلم الإرتري، فيما ستقام فعاليات رياضية خاصة بكأس الاستقلال يوم 24 مايو.

وفي السياق ذاته، نظمت الجاليات الإرترية في مدن خميس مشيط وجيزان والنماص بجنوب السعودية، يومي 14

15 مايو، احتفالات وطنية وثقافية عكست تضحيات الشعب الإرتري وقيم الاستقلال، بحضور أعضاء من السفارة الإرترية وشخصيات اجتماعية وجمع غير من المواطنين. وأكد المشاركون في الكلمات التي أقيمت في المناسبة تمسكهم بقيم النضال الوطني، واستعدادهم لمواصلة الوفاء لتضحيات الشهداء ودعم مسيرة الوطن. وفي جمهورية جنوب السودان، اختتمت الجالية الإرترية في مدينة جوبا بطولة كرة القدم أقيمت بين ثمانية فرق، واستمرت لعدة أسابيع ضمن فعاليات الذكرى الـ35 للاستقلال.

كما شهد الحفل الختامي عروضاً رياضية وفنية قدمها أعضاء الاتحاد الوطني للمرأة والطلاب، تضمنت أغاني وفقرات تراثية تجسد التنوع الثقافي الإرتري.

وفي ختام البطولة، توج فريق "دندن" بكأس الاستقلال، وتسلم الكأس من قنصل إرتريا في جنوب السودان السيد/ طقاي محاري.

رياض الأطفال في كرن تحتفل بذكرى الاستقلال



دعا معلمو رياض الأطفال في مدينة كرن للدفع ببرامج احتفالات الاستقلال التي تضع في الاعتبار الأطفال بهدف نقل القيم الوطنية اليهم.

وأوضحوا في الفعالية الترفيهية التي نظمتها وزارة التعليم في السادس عشر من مايو، انه من المهم أن يتعلم الأطفال عبر برامج الترفيه، غرس معنى الحرية في نفوسهم في سن مبكرة.

وقالت مسؤولة وحدة الثقافة والرياضة والصحة في مكتب التعليم بإقليم عسبا الأستاذة /نجاة الأمين، إن البرنامج، استمرار للأنشطة التي يتم تنفيذها لضمان التنمية الشاملة للأطفال. شارك في الفعالية اطفال من 33 روضة بالمدينة.

مكتب العمل نجح في تسوية نزاعات العمل بالتراضي خلال 35 عاماً

أفاد قسم العمل بأنه تم خلال السنوات الـ35 الماضية من الاستقلال تسوية 95% من نزاعات العمل المطروحة عبر الصلح، من أصل أكثر من 298 ألف نزاع عمالي تم النظر فيها.

وأوضح المدير العام للقسم، السيد/ ولدي إيسوس إيسا، في تصريح لوكالة الأنباء إرينا، أن مختلف الأنشطة التي ينفذها القسم تستند إلى قانون العمل الإرتري، الذي يكفل حرية وحقوق تنظيم العمال، ويوفر إطاراً للحوار بين

أصحاب العمل والعمال، إلى جانب تنظيم الجوانب الاجتماعية والاقتصادية والثقافية المرتبطة ببيئة العمل.

وفيما يتعلق بتسجيل الباحثين عن العمل، أشار السيد/ ولدي إيسوس أنه تم خلال الفترة الممتدة من 1991 إلى 2025 تسجيل أكثر من 243 ألفاً و600 باحث عن عمل، موضحاً أن 57% منهم توفرت لهم فرص عمل، فيما تم توظيف 75% من المستفيدين من تلك الفرص. كما بين أن قسم العمل نفذ عمليات

تفتيش ورقابة على أوضاع العمل في أكثر من 43 ألفاً و500 مؤسسة خلال الفترة ذاتها، حيث التزمت 28% من المؤسسات بالمعايير القانونية المطلوبة، بينما تعرضت 4% للعقوبات، في حين تم توجيه إنذارات لـ18%.

وأشار المدير العام لقسم العمل إلى أن إرتريا أصبحت عضواً في منظمة العمل الدولية عام 1993، ووقعت على ثنائي اتفاقيات أساسية تابعة للمنظمة الدولية للعمل.

دعم ذوي الإعاقة الذهنية في مندفا

وجه رئيس جمعية ذوي الإعاقة الذهنية وتخلف النمو في الإقليم الجنوبي السيد/ دسالي حقوس، دعوة للدفع في مساعدة المعاقين ذهنياً، لما له من دور لتمهيد الأرضية لفرصهم المستقبلية. جاء ذلك في برنامج نُظّم لتقديم طلاب ومعلمي مدرسة أروتا المتوسطة في مدينة مندفا مساعدات عينية في الحادي عشر من مايو.

وقال مدير مدرسة فري قالسي الابتدائية الأستاذ/ قدي هيلي، التي يدرس بها الطلاب ذوي الإعاقات الذهنية، إن 26 طالباً يتلقون تعليمهم برعاية معلمين ذوي خبرة. وقدم شكره لطلاب ومعلمي مدرسة أروتا على دعمهم.

ودعا مدير مدرسة أروتا المتوسطة الأستاذ / طاهر يحيى، المجتمع على زيادة الرعاية المقدمة للأشخاص ذوي الإعاقة الذهنية، لتخفيف العبء على أسرهم.

من جانبها ناشدت مسؤولة التعليم في مديرية مندفا الأستاذة/ بلاي آريا، المجتمع عامة على زيادة المساهمة كي لا يشعر ذوي الإعاقة بالعزلة ولا يُحرَموا من الخدمات الاجتماعية الكافية، وإن يكونوا أكفاء تعليمياً ومهنيًا ومنتجين.

كلية التربية واللغويات بعدي قبح تنظم مهرجانها السنوي

أقيم المهرجان السنوي الثالث عشر لكلية التربية واللغويات في عدي قبح في السادس عشر من مايو تحت شعار "صمودنا ضماننا".

وصرح رئيس شؤون الطلاب الأستاذ/ داويت هبتى سلاسي، بأن المهرجان يُمثل تويجاً للمسابقات التي ظلت تُقام على مدار العام، وأن أهميته بالغة لما يُرسخه من روح المنافسة والمحبة والتعاون بين الطلاب.

تضمنت المسابقة - التي ركزت على المجالات الأكاديمية والتاريخية والثقافية والرياضية - أوراقاً بحثية وعروض أزياء ومسابقات تحليلية ومعارض صور فوتوغرافية.

وقال مسؤول اتحاد الشباب والطلاب بالكلية، الشاب/ كويل تخلي، إن المسابقات التي تُقام بين الطلاب بشكل فردي وجماعي تُعد منصة لاختبار مهاراتهم وإبداعاتهم وتحفيزها.

وأكد ممثل عميد الكلية الدكتور/ برهاني قلتا، أن المحتوى المُقدم عكس مهارات وقدرات الشباب. أخيراً، تم تقديم الجوائز للفائزين في الفئات الفردية والجماعية، وحصل طلاب التاريخ على جائزة البطولة.

يجدر بالذكر ان كلية التربية واللغويات يدرس بها أكثر من 2500 طالب وطالبة هذا العام.

شرطة شمال البحر الاحمر تعقد سمناً في أفعبت ومصوع

أفعبت، النقيب/إستيفانوس كيداني، أن حماية الممتلكات ومتابعة الأوضاع في الأحياء بصورة مستمرة، إلى جانب تعزيز التعاون مع الشرطة، يسهم بشكل كبير في الحد من الجرائم والمخالفات.

ودعا المشاركون في اللقاء إلى تكثيف وضع إشارات المرور في الطرقات، وتطبيق العقوبات القانونية بحق المخالفين لقوانين السير، إضافة إلى توفير خدمات نقل منتظمة للمساهمة في تقليل حوادث المرور.

في سياق متصل، نظم مكتب شرطة إقليم شمال البحر الأحمر سمناً لألفي

قدم قائد شرطة إقليم شمال البحر الاحمر، المقدم/ جمع محمد سعيد، في 14 مايو، سمناً لسكان مدينة أفعبت، ركز فيه على دور المجتمع والشرطة في مكافحة الجرائم والحد من حوادث المرور.

وأوضح المقدم/ جمع أن الإقليم سجل خلال عام 2025 نحو 422 جريمة و1,423 مخالفة، إضافة إلى 355 حادث مرور، أسفرت عن 14 حالة وفاة وأكثر من 230 إصابة جسدية، إلى جانب خسائر مادية تجاوزت 7.5 مليون نقفة.

من جانبه، أكد قائد مركز شرطة

عقد مدراء مديرتي إمني حيلي وعدي خوالا، سمناً لطلاب الصف الحادي عشر الذين يستعدون للتوجه إلى مدرسة وارساي-يكاو في ساوي، لاستكمال تعليمهم الثانوي وأداء واجبههم الوطني ضمن الدورة التاسعة والثلاثين.

أقيمت السمناً في مديرية إمني حيلي يومي 7 و8 مايو، حيث نُظمت في كودو- بعور، وإمني حيلي، وفي

ادارتا إمني حيلي وعدي خوالا تعقدان سمناً للطلبة المتوجهين إلى ساوي

تشكل كذلك بيئة وطنية يلتقي فيها الطلبة القادمين من مختلف أنحاء البلاد، كما تتيح لهم فرصة تنمية قدراتهم الرياضية والفنية والثقافية.

و دعوا الطلبة إلى تجنب حمل الاحتياجات غير الضرورية التي قد تُثقل كاهل أولياء الأمور بمصاريف إضافية، مؤكداً أن المدرسة توفر المستلزمات الأساسية اللازمة للطلاب.

قاعة عدي-بقيعو بعدي خوالا في الـ7 من مايو، وذلك بإشراف معلمي مدرسة وارساي-يكاو. تناولت السمناً أهداف المدرسة وأنشطتها ولوائحها التنظيمية، إضافة إلى توضيح طبيعة الحياة الدراسية فيها.

وأوضح القائمون على السمناً أن مدرسة وارساي-يكاو لا تقتصر على تقديم التعليم الأكاديمي فحسب، بل

عقد مدراء مديرتي إمني حيلي وعدي خوالا، سمناً لطلاب الصف الحادي عشر الذين يستعدون للتوجه إلى مدرسة وارساي-يكاو في ساوي، لاستكمال تعليمهم الثانوي وأداء واجبههم الوطني ضمن الدورة التاسعة والثلاثين.

أقيمت السمناً في مديرية إمني حيلي يومي 7 و8 مايو، حيث نُظمت في كودو- بعور، وإمني حيلي، وفي

ثورة شعب

خمس وثلاثون عاما مرت على إستقلال دولة ارتريا ونيل شعبها لحريته بعد كفاح مرير خاضه الارتريون للتحرر والانتعاق من نير المستعمر الاثيوبي الذي نكل وارتكب عشرات المجازر، وقتل الآف من أبناء الشعب الارتري المسلم الذي ناضل من أجل حريته .

يحتفل اليوم الشعب الارتري بعيده الخامس والثلاثين وهو يقف على ارضية صلبة من الانجازات التي تحققت بسواعد ابنائه رغم العقوبات الأحادية الجانب التي فرضت عليه نظرا لمواقفه الراضية للهيمنة والاستعمار الجديد .. وهي مواقف تؤكد أن الشعوب التي ناضلت من أجل الحرية ودفعت الارواح والدماء ترفض منطق التبعية ، وأنها مستعدة لدفع الثمن ولو كان باهظا من أجل مواقفها المبدئية. خمساً وثلاثون عاما ومسيره البذل والعطاء والنهوض مستمرة بفضل السواعد السمراء التي تعمل بجد وكد من أجل بناء دولة بالامكانات الذاتية ، يستوي في هذا الارتريون بالداخل وبالخارج الذين يدركون إدراكا تاما أن الأمم تنهض بسواعد ابنائها .. وأن معركة البناء تستلزم استكمال المسيرة التي إنطلقت شرارتها في الفاتح من سبتمبر للعام 1961 م وفاء لدماء الابطال الذين قدموا ارواحهم من أجل التحرير . وعلى الرغم من التوترات التي يشهدها العالم وبالاخص في منطقة الشرق الاوسط والقرن الافريقي ، إلا أن دولة ارتريا استطاعت بفضل حكمة قيادتها من تجاوز هذه التوترات ، والنأي عنها في ظل مساعي بعض الاطراف الإقليمية من تأجيج الصراع في المنطقة ، وقدمت رؤى لحل الازمات بدعوة الاطراف الخارجية بوقف تدخلها وإشعال نار الفتن في دول المنطقة ، وترك دولها تحل مشاكلها ، لان التدخلات الخارجية هي التي ادت لعدم الاستقرار .

اليوم يحتفل الشعب الارتري بعيد إستقلاله وهو يدرك أن الوصول لهذا اليوم لم يكن سهلا ، بل دفع من أجله الآف الشهداء .. وان صموده هو الضامن الوحيد لبناء دولته .. تحية من ارض المختار للشعب الارتري الشقيق وهو يحتفل بعيد حريته وإستقلاله .

عصام فطيس

كاتب صحفي / ليبيا

في الذكرى الـ 35 للتحرير والاستقلال التحية لهذا الشعب وذاك الجندي العظيم

كتب/ محمد نور يحيى

العدو قبل الصديق . فرغم إستمرار العدو الاثيوبي بارتكاب جرائمه في قتل الحجر والبشر والضرع والزرع



جيشها الذي كان يمارس الإبادة بحق شعبنا ، إلى ذليل يستجدي جرعة ماء وكسرة خبز ، وتأمين خروج مهين إلى بلاده.

وكان شعبنا دوماً كريماً ، حليماً ، مسامحاً ، وقد أمن لهم سلامتهم وفق معطيات القانون الانساني والدولي... وبعد تحرير ارتريا ، وتحرر الشعب الاثيوبي من ظالمه ، قدم كل ما يملك من دعم ، وتأمين بما يسمح بإعادة النظام والامن الى اثيوبيا الجارة ، لكن بعد اعوام قليلة رد النظام الذي حميناه الاحسان بالاساءة ، فأشعل الحرب واعلن غزو البلاد ، فتصدت له حرائر ارتريا قبل رجالها ، وهبوا دفاعاً عن السيادة ، حفاظاً على المكتسبات التي تحققت، وعندما رأى حلفاءه مندفعوه لإشعال الحرب ان محاولاتهم باءت بالفشل ، لجأوا الى القانون الدولي الذي كان منصفاً للحق ، ممثلاً في قرار مفوضية الحدود الارترية - الاثيوبية...

وبعد مرور فترة الاحرب والا سلم تظاهروا بإستعدادهم للتعايش وبدء مرحلة جديدة ، ينفثوا من خلالها سمومهم في الجسد الارتري ، فخاب ظنهم ، وعادت حليلة لعادتها القديمة بالتامر على ارتريا ، لكن فات عليهم ان هذا الشعب لازال يعتز بكرامته ، ويفخر بوطنيته ، وأن اشبال وشباب اليوم هم سليل ذاك الشعب الجبار ، ففي لحظات الخطر الكبرى، تُقاس قوة الدول والشعوب بما تملكه من قدرتها على البقاء متماسكة من الداخل.... فالتحية والاكبار لشهداءنا ، والمجد والفخار لقوات دفاعنا حامية الحمى ، والسؤدد لذلك الشعب العظيم الجبار الذي إستعصى على محاولات قواى الاستكبار للنيل منه ، والى مزيد من المنعة والعزة لوطن الاحرار ... والغد حتماً أكثر إشراقاً.....

التحصين لهذا الشعب وذاك الجندي العظيم

كان صمودنا عصياً على كل المحاولات ، لأن هذه الثورة التي صهرتها التجارب القاسية تقود إرادة شعبية لاتقهر، ولأن الأرض ، لم تعد مجرد اودية وتلال وجبال صماء ، بل تحولت إلى رمز للصلابة التي لا تلتين، وجمالنا وبغالنا ، كلها عوامل شكلت مقاومة عنيدة إستعصت على حسابات و إدراك كل قوى التآمر مهما تلبست بشعارات القوة والعظمة...!

إنها قدرة الشعب الارتري ، العجيبة القادرة على الانبعاث من



تحت الرماد، حيث أثبت الإنسان الارتري أن إرادة الحياة هي العتاد، وأن الجذور التي غاصت في عمق التاريخ لا تقلعها العواصف ولا يحوها الاستبداد ...

وحتى عندما حاول الاعداء على الالتفاف والتحايل ، بابتداع المفاوضات في محاولة لكسب الوقت وتمييع القضية ، تمسكت ثورتها بثوابتها الوطنية ، وفاوضت من موقع قوة إستمدتها من صلابة ذلك الثلاثي العصي على أي غزو أجنبي.

وبالنتيجة وبعد أن إستنفذت كل الحيل خرجت اثيوبيا من الحرب تحصد الخيبة والفشل، وتحول

نحتفل هذا العام بالذكرى الـ 35 للتحرير والاستقلال تحت شعار "صمودنا ضماننا" وقد ضمنا سيادتنا وأمننا حدودنا في منطقة تشهد صراعات وتقلبات ، ومواجهات وصراعات تتوالد والمزيد منها أكثر تعقيداً، وقد صنعنا ذلك بقوة إرادتنا ، ويقين شعبنا الذي لا يتزعزع بعودة حقه في الحرية والاستقلال اليه مهما كانت المؤامرات ، وقد بذل التضحيات للتصدي لتلك المؤامرات. فالقوة اليوم تُقاس بالقدرة على تأمين ما تحقق. لأنه يمكن لأي طرف أن يسيطر على مساحة واسعة، لكنه يفقد قيمتها سريعاً إذا لم يستطع الحفاظ على ما حققه من مكتسبات.

وما ان حرب التحرير الشعبية التي خاضها شعبنا بقيادة ثورته ليست معارك عسكرية فقط تخاض، بل كانت ولا زالت وستظل مرتبطة بمسار سياسي يواكب التطورات الميدانية، مسنوداً بدعم شعبي تمثل في الالتحاق المستمر

من قبل الشباب من الجنسين ودعم الثورة بدماء تتجدد، ودعم لوجستي يضمن مواصلة المعركة حتى تحقيق النصر المؤزر. فالاعتماد على القوة الغاشمة من الاستعمار الاثيوبي المدعوم من قوى الاستكبار الظالم ، لم تحقق شيئاً ، ولم تقرر مصير، ولم يُحققها عتاة الارض ولو اجتمع معه وحوش الأرض من مجرمي البشر.

فالمقاومة الشعبية والثورة الارترية انتهجت أساليب تنسجم مع كل مرحلة، وقد إستفادت من الدروس والعبر، وقد تجلى ذلك في إتقان المقاومة في أدائها ومفاجأتها في الميدان وبشهادة الجميع، بل

أرتريا الحديثة

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

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

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

طباعة ضوئية وتصميم صفحات:

فاطمة حمد إدريس

ثورة عثمان محمد

راسلونا على العنوان التالي:

al-hadisa@zena.gov.er

من هنا وهناك

إعداد/ أسماء
عبدالله صالح

بعمر الـ 97 عاماً يشارك في رحلة انعدام الجاذبية



سجل الأمريكي روبرت جوردون ماكافي، 97 عاماً، رقماً قياسياً كأكبر رجل سنّاً يطير في انعدام الجاذبية، بعد مشاركته في رحلة نظمتها شركة «زيرو جي» بمدينة سان خوسيه بولاية كاليفورنيا، برفقة حفيده كاي.

وتفوق روبرت جوردون على الرقم السابق المسجل باسم إد دوايت، الذي كان يبلغ 90 عاماً في مايو 2024.

وخلال الرحلة القصيرة، عاش الطبيب النفسي المتقاعد لحظات من الفرح وهو يطفو داخل الطائرة، وقال إنه لم يكن قلقاً من الرحلة رغم طبيعتها، ومحاولة البعض جعلها تبدو خطيرة. وأضاف: «عندما وصلت الطائرة إلى ارتفاعها المقصود، سمح للمشاركين بإطلاق أحزمة الأمان والطفو في انعدام الجاذبية، وقضيت أنا وكايت تلك اللحظات الثمينة ندور معاً مثل بطلين خارقين». كان روبرت يلتوي ويكمل التقلبات كما لو كان مراهقاً مرة أخرى، وابتسامة عريضة على وجهه وهو ينحرف حول الطائرة، وينزل بلطف عبر مجموعات المشاركين المبتهجين في انعدام الوزن في الفضاء.

وبعد الهبوط أوضح روبرت أنه أحب التجربة، لكن الرحلة لم تدم طويلاً بما فيه الكفاية، وأنه كان سيقضي ساعات بسعادة وهو يطفو مع حفيده.

روبرت جوردون عضو في اتحاد الطيارين الثمانينيين، وسعى لتكريم خدمته العسكرية وذكرى شقيقه جي جي ماكافي الذي علمه الطيران. وفي يوم الرحلة ارتدى بدلة خاصة، وتمكن من الطفو إلى جانب حفيده محققاً حلمه القديم.

مرشد سياحي يتسلق «إيفرست» للمرة الـ 32

صرح مسؤول بأن كامي ريتا شيربا، أحد مرشدي تسلق الجبال المعروفين باسم الشيربا، في نيبال، تسلق جبل إيفرست للمرة 32، محطماً الرقم القياسي الذي سجله هو نفسه العام الماضي. ووصل كامي ريتا (56 عاماً) إلى قمة الجبل الذي يبلغ ارتفاعه 8849 متراً، أعلى قمة في العالم، أثناء مهمة لإرشاد متسلقين في رحلة نظمتها شركة «14 بيك إكسبيديشن».

وهنأت وزارة السياحة النيبالية المرشد على تحقيق ما وصفته «إنجازاً تاريخياً»، ومساهماته في الترويج للسياحة الجبلية. وذكرت الوزارة أن كامي ريتا وصل إلى القمة في الساعة 10:12 صباحاً (0427 بتوقيت جرينتش)، مضيعة أن امرأة من مرشدي الشيربا أيضاً، تدعى لاجبا وعمرها 52 عاماً، صعدت إلى القمة للمرة 11 بالنسبة لها، وهو رقم قياسي بالنسبة لوصول النساء إلى القمة. ولم تتوفر تفاصيل عن عمليات التسلق. وُلد كامي ريتا في قرية تام بإقليم سولوكمبو، مسقط رأس تنزينج نورجاي، الذي كان هو والنيوزيلندي السير إدموند هيلاري أول من تسلق جبل إيفرست في عام 1953.

صعد كامي ريتا القمة للمرة الأولى في عام 1994، وسجل الوصول إلى القمة مرتين في بعض الأعوام

فاز باليانصيب للمرة الـ 18 يا للحظ السعيد..!



حصد الأمريكي روبرت بيفان، من ولاية أيداهو، جائزة يانصيب جديدة بقيمة 50 ألف دولار، عبر لعبة «كينغ سكراتش»، ليرفع عدد المرات التي فاز بها في اليانصيب إلى 18 مرة منذ عام 1997، محققاً أرباحاً طائلة، تراوحت على مدار عقود بين ألف إلى 200 ألف دولار لكل جائزة، إضافة إلى سيارة فاخرة. واحتفت مؤسسة يانصيب أيداهو بهذا الإنجاز النادر عبر منشور على منصة «إنستغرام»، وتساءلت فيه: «هل تضرب الصاعقة 18 مرة؟ بالنسبة لروبرت بيفان، ربما نعم»، في إشارة إلى وتيرة فوزه الاستثنائية التي بدأت قبل نحو تسعة وعشرين وعشرين عاماً.

وعلى الرغم من هذا الحظ المتكرر، خطف بيفان الأنظار، بعيداً عن الأرقام والمكاسب المادية، بتصريح أكد فيه أن «الكنز الحقيقي» في حياته هو استمرار زواجه لأكثر من 40 عاماً، معتبراً أن شراء التذاكر برفقة زوجته تحول من ملاحقة للمال إلى عادة يومية تعكس لحظات ترفيهية بسيطة وعميقة في حياتهما المشتركة.

36 حفيداً يقاضون جامعة شيكاغو بسبب إرث

بالقواعد الرسمية للمستفيدين. ويواجه الأحفاد خطر خسارة المزايا الضريبية الكبرى التي تمت مع الحساب المعفى من الضرائب، لعقود في حال خسارة الدعوى، حيث ستؤول الأموال إلى تركة الجدة، وهو ما يفرض عليهم أعباءً مالية إضافية، ويحرمهم من الاستفادة الكاملة من تركة جدهم الذي قضى حياته باحثاً وطبيباً في جامعة شيكاغو.

في المقابل، أكدت عائلة الطبيب الراحل في دعواها المدنية أن الجامعة والشركة رفضتا كل الحلول الودية والقانونية المقترحة لإعادة توزيع المزايا، ومن بينها وثيقة صاغها محامي التركات باتريك أغنيو عام 2022 تثبت نية العالم الراحل وتوافق التوقيع مع قوانين ولاية ويسكونسن، بينما نفت الشركة مزاعم الإهمال، وأكدت الجامعة التزامها

صهره دان ديفيز نيابة عن زوجة الراحل، فاليري، غير قانوني ويفتقر للصلاحيحة.



1988 وحده عام 2014 ليكون إرثاً لأحفاده الـ 36 عبر توزيعات سنوية وشهرية، إلا أن شركة (TIAA) جمدت الصرف بعد وفاته عام 2019 عن عمر ناهز 93 عاماً، محتجة بأن نموذج تعيين المستفيدين لم يكن موقعاً من قبله، وأن التنازل عن الحقوق الزوجية الذي وقعه

يقاضي 36 حفيداً لطبيب مسالك بولية مخضرم، جامعة شيكاغو وجمعية تأمين ومعاشات المعلمين الأمريكية (TIAA)، في نزاع قانوني حول صندوق ائتماني بقيمة مليوني دولار من مستحقات تقاعد جدهم الراحل، بدعوى تعرضهم للخداع وحرمانهم من المزايا الضريبية لإرثهم. وتعود تفاصيل القضية إلى الصندوق الاستثماري الذي أنشأه العالم الراحل إدوارد ليون عام

إعداد / هاجر حامد



الأسرة

همسة في أذنك



أهم 10 نصائح لتحسين الصحة النفسية للمرأة

الصحة النفسية جزء لا يتجزأ من الحياة اليومية، وتؤثر بشكل كبير على قدرة الإنسان على التعامل مع الضغوط، العلاقات والعمل. بالنسبة للمرأة، قد تكون الضغوط النفسية أكثر حدة بسبب تعدد الأدوار التي تلعبها في الحياة، سواء كأم، زوجة، عاملة، أو طالبة. تحسين الصحة النفسية للمرأة ليس فقط أمراً مهماً للحفاظ على التوازن العاطفي، بل هو أيضاً ضروري لتحسين جودة الحياة بشكل عام. في هذا المقال، سنستعرض أهم 10 نصائح لتحسين الصحة النفسية للمرأة، وكيفية تطبيقها في الحياة اليومية.



تنظيم الوقت يساعد المرأة في السيطرة على ضغوط الحياة اليومية. تحديد أولويات المهام اليومية وتجنب تعدد المهام، يمكن أن يساهم في تقليل التوتر. 4. الحصول على قسط كافٍ من النوم النوم الجيد يعد أساسياً للصحة النفسية. قلة النوم تؤثر بشكل مباشر على القدرة على التركيز، وتزيد من مشاعر القلق والتوتر. يجب الحرص على النوم لمدة تتراوح بين 7-9 ساعات يومياً؛ للحصول على نوم مريح وهادئ يعزز من الصحة النفسية.

5. التغذية السليمة

التغذية الجيدة تلعب دوراً كبيراً في تحسين الحالة النفسية. تناول الأغذية الغنية بالفيتامينات والمعادن، مثل: الفواكه، الخضروات، الأسماك الدهنية، والمكسرات، يساعد في تحسين المزاج وتعزيز النشاط العقلي.

6. الاهتمام بالذات والرعاية الشخصية

الاهتمام بالنفس هو عنصر هام في تحسين الصحة النفسية. يجب على المرأة أن تخصص وقتاً للاعتناء بذاتها وممارسة الأنشطة التي تجلب لها السعادة والاسترخاء. سواء أكان ذلك عبر ممارسة هواية مفضلة، أو الاهتمام بروتين العناية بالبشرة، فإن الاهتمام بالذات يعزز من

1. ممارسة الرياضة بانتظام تعدّ الرياضة إحدى أفضل الوسائل لتحسين الصحة النفسية. فالنشاط البدني يساعد في إطلاق هرمونات السعادة مثل الأندورفين، والتي تقلل من التوتر، وتحسن المزاج.

2. التواصل الاجتماعي الجيد الإنسان كائن اجتماعي، والتواصل مع الأصدقاء والعائلة يمكن أن يكون عاملاً هاماً في تحسين صحته النفسية. مشاركة المشاعر والأفكار مع الأشخاص الذين نثق بهم، تساعد في تقليل الضغط والتوتر. من الضروري بناء علاقات صحية وداعمة قائمة على الثقة والاحترام المتبادل.

3. تنظيم الوقت وإدارة الضغوط

7. التأمل والاسترخاء التأمل وممارسة تقنيات الاسترخاء مثل تمارين التنفس العميق، تساعد في تهدئة العقل والجسم. هذه الأنشطة تساهم في تقليل مستويات التوتر، وتعزيز الوعي الذاتي والاتصال بالعواطف بشكل أعمق. يمكن للمرأة أن تخصص بضع دقائق يومياً للتأمل؛ لتتبع بالاسترخاء وتحسن صحتها النفسية.

8. طلب المساعدة عند الحاجة

الاعتراف بالحاجة إلى المساعدة النفسية ليس ضعفاً؛ بل هو خطوة شجاعة نحو التحسين. إذا كانت المرأة تشعر بالإرهاق أو تعاني من مشاكل نفسية مستمرة؛ فإنه من الضروري اللجوء إلى محترفين في مجال الصحة النفسية مثل: المستشارين أو الأطباء النفسيين.

9. التحلي بالإيجابية والتفاؤل

التفكير الإيجابي يلعب دوراً مهماً في تحسين الصحة النفسية. لذا من الجيد التحلي بالتفاؤل ومحاولة رؤية الجانب الإيجابي في مختلف المواقف.

10. التوازن بين العمل والحياة الشخصية

من المهم أن تجد المرأة توازناً بين حياتها المهنية والشخصية. الانخراط الكامل في العمل من دون أخذ وقت للاسترخاء والترفيه، يمكن أن يؤدي إلى الإرهاق والضغط النفسي. لذا، يجب الحرص على تخصيص وقت للراحة، والاستمتاع بالأنشطة التي تجلب السعادة، وقضاء وقت مع الأهل والأصدقاء.



مطبخ أسرتي كوكيز الشوكولاتة

يختلطوا تماماً.

- أضيفي البيض والفانيليا، وامزجي لمدة 2-3 دقائق حتى يصبح الخليط ناعماً.
- أضيفي الدقيق مع الملح تدريجياً، وامزجي حتى تتكون عجينة لزجة ومتماسكة.
- إذا كانت العجينة سائلة جداً، أضيفي ملعقة صغيرة دقيق إضافية.
- أضيفي قطع الشوكولاتة وقلبي بلطف.
- غطي العجينة وضعيها في التلاجة لمدة 30 دقيقة، وتبريد العجينة يساعد على الحصول على كوكيز أكثر تماسكاً

المقادير

- سكر : نصف كوب
- البيض : 2 حبة
- الفانيليا : ملعقة صغيرة
- دقيق : كوب ونصف (قد تحتاجين ملعقة إضافية حسب القوام)
- ملح : رشّة
- رقائق الشوكولاتة : حسب الرغبة
- الشوكولاتة : حسب الرغبة (قطع)
طريقة التحضير
- اخفقي الزبدة جيداً حتى تصبح هشة وكرمية.
- أضيفي السكر واخفقي حتى

صحة

فوائد الكمون للعديد من المشاكل الصحية

- خفض مستويات السكر المرتفعة: يساهم الكمون في خفض نسب السكر المرتفعة عند مريضات السكري من النوع الثاني، وذلك من خلال تناول 100 ملليغرام من زيت الكمون يومياً. - المساهمة في تخفيف أعراض متلازمة القولون العصبي: إن استهلاك الكمون أو زيته يساهم في تخفيف أعراض متلازمة القولون العصبي لدى المصابات به؛ إذ إن الكمون قد يساهم في تخفيف آلام المعدة والانتفاخ.

تخفيف التوتر: يساهم الكمون في مقاومة آثار التوتر كونه يمتلك خصائص مضادة للأكسدة، وأبرزها فيتامين C.

المساهمة في تنشيط الذاكرة: إن تناول مستخلص الكمون يساهم في تحسين القدرات العقلية واسترجاع المعلومات بشكل أفضل وأسرع.

- إن شرب الكمون المغلي يفيد الجهاز الهضمي ويعالج مشاكل المعدة، وكذلك يخفف من آلام البطن. يسكن من الآلام المصاحبة للدورة الشهرية.

- يقوّي مناعة الجسم ضد خطر الإصابة بالأمراض، نظراً لما يحتويه من مركبات غنية بالمعادن والفيتامينات الهامة للصحة. - يساعد في علاج أمراض الجهاز التنفسي كالسعال وضيق التنفس بسبب مخاط الصدر واحتقان الحنجرة.

- يزيد من نشاط الجسم ويمدّه بالطاقة اللازمة. - يحمي الكبد من التلف من خلال تنظيفه من السموم الموجودة به. - يضبط مستوى ضغط الدم لاحتوائه على عنصر البوتاسيوم. - يحتوي الكمون على نسبة من الحديد، مما يساهم في علاج حالات فقر الدم والأنيميا.

- يعالج نزلات البرد والإنفلونزا لاحتوائه على مضادات للأكسدة.

الكمون هو أحد الأعشاب التي لها الكثير من الفوائد والمستخدمة في الطب البديل كعلاج فعال للعديد من المشاكل الصحية، وهو من التوابل التي لا غنى عنها في المطبخ، حيث يوضع في العديد من الأطعمة كمنكهة مميزة، ويتم تناوله كعصير بعد غليه لعلاج بعض الأمراض.

- خفض مستويات الكوليسترول الضار وارتفاع مستويات الكوليسترول النافع، خفض الوزن ومحيط الخصر وكتلة الدهون بشكل ملحوظ.

- يتم تحضير عصير الكمون عن طريق نقع ملعقتين من الكمون الحَب في الماء ليلة كاملة ثم غليه في الصباح، وإضافة نصف ليمونة للعصير بعد تصفيته من الحبوب. ثم تناوله على معدة فارغة صباح كل يوم لمدة أسبوعين وستلاحظين الفارق.

- يمكن مزج ملعقة من مسحوق الكمون مع 5 غرامات من الزبادي وتناوله بشكل يومي. كما يمكن إذابة 3 غرامات من مسحوق الكمون في الماء وتناوله يومياً، بعد إضافة بضع قطرات من العسل له.

- خلط 3 غرامات من الكمون مع اللبن الزبادي، وتناولهما مرتين يومياً لمدة 3 أشهر.

- إضافة الكمون كنوع من التوابل على الخضروات والحساء واليخانات واللحوم قبل طهيها. - تحضير منقوع الكمون، ويتم هذا من خلال نقع ملعقتين صغيرتين من بذور الكمون في 1.5 لتر من الماء المغلي، وبعد ذلك تصفية الماء وشربه على جرعات.

- الكمون من المواد الفعالة في فقدان الوزن لأنه يساعد على حرق السعرات الحرارية، هذا بالإضافة إلى تميّزه بالعديد من الفوائد، منها تقليل نسبة الكوليسترول، تقليل فرص الإصابة بالنوبات القلبية، تنشيط الذاكرة، تعزيز مناعة الجسم، علاج الأنيميا أو فقر الدم وتحسين عملية الهضم.



بمناسبة الذكرى الخامسة والثلاثين للإستقلال ...

أسمرات تشهد كرنفال شعبي نابض بالإيقاعات والرقصات الشعبية ومتلاءم للأزياء تقليدية!!

درار وألحان تسفائي محاري. بعدها غنت الفنانة الشابة/ سارة تخلي سبت، بالبلين اغنية بعنوان "سأخونكي"، من كلماتها وألحانها.

في الفقرة الثانية من الحفل الموسيقي الحي والمباشر، قدم الشابان/ أزيب زراي وسامئيل عظمي قرقيش، مونولوج، من تأليف ملس نقوسي، حظى بتفاعل وتجاوب عالي من الجمهور لأدائهم الراقى والقوي، تلاها الفنان/ عثمان عمر (جمايكا) بأغنية بالنارا بعنوان "كولولو" من كلماته وألحانه، قدمها بأسلوبه الإيقاعي الجميل والقوي ورقصاته التي تنبض بالحياة.

توالت بعده الاغنيات، حيث قدم الفنان المخضرم/ تخلي كفلي ماريام (ود



والذي بث على الفضائية الإترية مباشرة، وكانت أول اغنية باللغة التقرينية للفنان الشاب/ أريون صالح، بعنوان "قوال هقري" من كلمات وألحان أريون صالح، ادى الرقصات فرقة "أدماس"

المنطلق فإن سكان الإقليم الأوسط مثل جميع الإترين، يحتفي بهذه المناسبة العظيمة، وقد بدأ إحتفالاته منذ الخامس من مايو بمختلف البرامج، وما زالت هذه البرامج تنظم في المدارس بنشاط وهمة من قبل الطلبة والمعلمين، واليوم شاركت في هذا الكرنفال الثقافي الشعبي جميع مديريات أسمرات بما يبرز روح التصدي الشعبي، وبمشاركة شعبية واسعة بلغ عددهم 13 ألف من الجماهير و1950 من الشباب، جسدوا فيه قومياتنا التسع. وفي الختام اتقدم بخالص الشكر والتقدير لكل مديري المديريات والسكان، والمعلمين والطلاب، والتقدير لجميع الفنانين الذين نظموا هذه الفعالية لتخرج بهذه الصورة البهية، وشكر خاص

الموسيقي الحي الذي نظم بهذه المناسبة. وبعد تبوء الجميع اماكنهم، وفي تمام الساعة الخامسة والنصف، بدأ الحفل بالوقوف دقيقة صمت حداداً على ارواح الشهداء، بعدها ألقى مسؤول الثقافة والرياضة بالإقليم الأوسط السيد/ سمروم عندي برهان، كلمة إفتتاحية لبرنامج الحفل، حيا وهنأ فيها الحضور بمناسبة الذكرى الخامسة والثلاثين للإستقلال، وفي مقدمتهم، مفوضية الثقافة والرياضة، السفير/ زمدي تخلي، والمدير التنفيذي بإدارة الإقليم الأوسط، السيد/ زرتيت تولدي برهان، ومسؤولي الحكومة والجهة، وقادة الجيش، والضيوف المدعوين، والشعب والمعلمين والطلبة.

تقرير/ جمال محمد علي
عدسة/ أبراهام بيبي
صالح عبد القادر
كبروم ظهاري

شهدت العاصمة أسمرات في التاسع عشر من مايو فعاليات إحتفال البلاد بالذكرى الخامسة والثلاثين للإستقلال المجيد، تحت شعار "صمودنا... ضماننا"، بتنظيم كرنفال شعبي شاركت فيه المديريات الثلاثة عشر بمدينة أسمرات بتظاهرة إحتفالية نابضة بالحياة، دمجت ألوان التنوع الثقافي الثري للشعب الإترتي، بموسيقاه وإيقاعاته الغنية وأزيائه المتنوعة بالتصاميم والألوان الجميلة، جابت شوارع أسمرات وأزقتها



تخول) وتخلت سلمون، اغنية من اغاني النضال الثوري بالتقرينية بعنوان "لعي لامنا"، من كلمات سلمون ظهاري، وألحان ود تخول. بعدها تغنى الفنان/ صالح أحمد (بروتين) بالساهو بعنوان "باهار" من كلماته وألحانه، بعدها غنت الفنانة المخضرمة/ برختي ولدسلاسي (تانيكي) بالتقرينية اغنية بعنوان "أزمر" من كلمات سلمون درارا وألحان فظوم ولدي ماريام، تلاها الفنانان الشابان/ سليمان احمد (سافرا) وسموون هبتي سلاسي، باغنية بالتقرايت والتقرينية، من كلمات محمد سعيد وملس نقوسي، وألحان سليمان احمد، عاد من بعدها الفنان/ أستيفانوس زماج، وغني اغنيته الثانية في الحفل الموسيقي، بالتقرينية بعنوان "سمور هزي"، من كلماته وألحانه.

قدم بعدها الفنان الشاب/ منقسأب قري قرقيش، اغنية بالكناما بعنوان "كيشو فوردا" من كلماته وألحانه، ليعود من بعده الفنان/ تسفائي فحيرا، بأغنية "عوت قالسنا" وهي واحدة من اغنياته النضالية المشهورة، وفي الاغنية الثانية له في الحفل الموسيقي الحي، غني الفنان المخضرم/ ود تخول، اغنيته المشهورة "إريتانا" من كلماته وألحانه، ليختتم الحفل الموسيقي الحي والمباشر، الذي نظمته إدارة الإقليم الأوسط ومفوضية الثقافة والرياضة بمناسبة الذكرى الخامسة والثلاثين للإستقلال، بأداء النشيد الوطني.

الفلكلورية. تلتها اغنية بالتقرينية للفنان المخضرم/ إستيفانوس زماج، بعنوان "بدهو" من ألحانه، وكلمات



المناضلين المخضرمين خشبة المسرح، ليقدموا باقة من الاغنيات الوطنية الجديدة واغاني من فترة الكفاح المسلح لها ذكرى راسخة في ذاكرة الشعب الإترتي في حفل موسيقي حي ومباشر من ساحة الفاتح من سبتمبر

من كلمات تسفائي محاري و سلمون

اللجنة تنسيق الإحتفالات. بعده، إعتلت فرقة "قيح مريت" الفنية وعدد ا لفنانين

وقال " نحتفل بالذكرى الخامسة والثلاثين لإستقلالنا الذي حققناه بفضل نضالنا البطولي وتضحياتنا الغالية، تحت شعار "صمودنا... ضماننا!"، بأبهى صورة. إن الظلم والمعاناة التي عشناها في ظل الإستعمار الغاشم، لا يمكن ان ننساها وهي ذكرى قاسية ذقتنا مراراتها. وإن الشعب الإترتي و خلال معاناته من الإستعمار قد إكتسب وعياً بان خياره الوحيد هو نيل الحرية، وهو يعلم الثمن الباهظ الذي سيكلفه هذا من تضحيات جسام، ودون ان يلتفت إلى دعم يأتيه من الخارج، آمن بوحده ونظم صفوفه وخاض نضاله ضد القوى العظمى وحقق حريته وإستقلاله، لذا ولأن الشعب الإترتي يعلم جيداً الثمن الباهظ الذي بذله من اجل حريته، نجده يحرص عليها ويمنحها جل همه وجهده، ويحتفل بها بهذه الصورة البهية اليوم، ومن حقه ان يفرح بها في كل لحظة" و اضاف قائلاً " ومن هذا



تلتقي امام نقفة هاوس وإنطلقت من هناك شاققة طريقها عبر شارع الشهداء ثم شارع الحرية العريق في مساحة للبهجة والسرور، معبرة عن الوحدة والتضامن والفرح. حيث مثلت كل مديرية من هذه المديريات القوميات الإترية التسع بأزيائها وتسريحاتها وإيقاعاتها وموسيقاها ورقصاتها وتراثها الغني، حيث اصطفت الحشود على شاعري الشهداء والحرية وفي مقدمتهم طلاب المرحلة الثانوية بأسمرات، وعبرت عن سرورها بهذا المشهد الخلاب بتفاعلها بالتصفيق والهتافات والتشجيع والرقص مع مختلف الإيقاعات والأغنيات الإترية التي كانت حاضرة بقوة. وصل الكرنفال الشعبي الي محطته الأخيرة ميدان الفاتح من سبتمبر، وصعد إلى المدرجات لمشاهدة الحفل

إعداد

عبد الله محمد علي

kazamamme5@gmail.com

الرياضة

منتخبنا الوطني لكرة القدم في المجموعة الرابعة بتصفيات كأس الأمم الإفريقية 2027

في المقابل، فرضت القرعة مواجهة عربية مرتقبة لمنتخب تونس، بعدما أوقعت في المجموعة الثامنة إلى جانب منتخب ليبيا، إضافة إلى أوغندا وبتسوانا. أما منتخب الجزائر، فوجد نفسه في واحدة من أقوى مجموعات التصفيات، بعدما أوقعت القرعة في المجموعة التاسعة إلى جانب زامبيا وتوجو وبوروندي، في مجموعة يُنتظر أن تشهد منافسة قوية على بطاقات التأهل. كما خطفت المجموعة الثالثة الأنظار، بعدما ضمت منتخبات كوت ديفوار وغانا وجامبيا والصومال، لتبدو واحدة من أكثر مجموعات التصفيات إثارة وقوة.

قرعة أمم أفريقيا 2027 تبتسم لمصر والمغرب.. وتضع الجزائر في مأزق مبكر وأسفرت القرعة عن مجموعات متفاوتة القوة بالنسبة للمنتخبات العربية، حيث جاء منتخب المغرب ومصر في مجموعتين تبدوان أسهل نسبياً مقارنة ببقية المنافسين. وضمت المجموعة الأولى منتخب المغرب إلى جانب منتخبات الجابون والنيجر وليسوتو، بينما جاء منتخب مصر في المجموعة الثانية رفقة أنجولا ومالاوي وجنوب السودان.

وشهدت مراسم القرعة حضور عدد من أساطير الكرة الأفريقية، يتقدمهم EAST AFRICA PAMOJA AFCON 2027. كما تمثل هذه النسخة عودة البطولة القارية إلى منطقة شرق أفريقيا للمرة الأولى منذ 51 عاماً، ما يمنح الحدث أهمية كبيرة على المستويين الرياضي والجهاهيري، وسط ترقب واسع من جماهير كرة القدم في القارة السمراء. عصام الحضري، إلى جانب ماكس جراديل، وويليام تروست إيكونج، بالإضافة إلى تريزور موبوتو.

كأس الأمم الإفريقية 2027 كل من كينيا وأوغندا وتنزانيا بتنظيم مشترك. ومن المقرر أن تُقام بطولة كأس أمم أفريقيا "باموجا 2027" خلال الفترة الممتدة من 19 يونيو حتى 17 يوليو 2027، في نسخة تحمل طابعاً تاريخياً واستثنائياً، باعتبارها المرة الأولى التي تُنظم فيها البطولة بمشاركة ثلاث دول مستضيفات. عودة البطولة القارية إلى منطقة شرق أفريقيا للمرة الأولى منذ 51 عاماً، ما يمنح الحدث أهمية كبيرة على المستويين الرياضي والجهاهيري، وسط ترقب واسع من جماهير كرة القدم في القارة السمراء.

أسفرت قرعة تصفيات كأس الأمم الإفريقية 2027 عن وقوع منتخبنا الوطني لكرة القدم في المجموعة الرابعة إلى جانب منتخبات جنوب أفريقيا وغينيا وكينيا، وذلك ضمن التصفيات المؤهلة للنهائيات القارية المرتقبة. ويأمل المنتخب الوطني الذي تخطى عقبة إيسواتيني في التصفيات الأولية بمجموع المباراتين اللتين اقيمت في المغرب وإيسواتيني، في تقديم مشاركة قوية وتحقيق نتائج إيجابية أمام منتخبات تملك خبرة كبيرة في المنافسات الإفريقية، وسط تطلعات جماهيره للظهور بصورة مشرفة خلال مشوار التصفيات. ومن المقرر أن تستضيف نهائيات



تدريب لحكام كرة القدم الشاطئية والصالات بمدينة مصوع

نظم الاتحاد العام لكرة القدم دورة تدريبية لحكام كرة القدم الشاطئية والصالات، بمشاركة حكام من مختلف مناطق البلاد، وذلك بمدينة مصوع خلال الفترة من 09 إلى 14 مايو الجاري. وهدفت الدورة، التي اشتملت على جوانب نظرية وعملية، إلى تأهيل حكام أكفاء وموثوقين في مختلف المناطق، وتعزيز انتشارهم بصورة متوازنة، إضافة إلى المساهمة في معالجة النقص القائم في حكام كرة القدم الشاطئية والصالات على مستوى البلاد. وأكدت المديرية العامة لفرع الثقافة والرياضة في إقليم شمال البحر الاحمر السيدة زينب عمر، في كلمة ختامية، أهمية تنظيم دورات تدريبية متواصلة ومنظمة في جميع مناطق البلاد، بهدف تطوير الرياضة الوطنية عموماً، وكرة القدم الشاطئية والصالات خصوصاً، إلى جانب إعداد الحكام واللاعبين ورفع كفاءتهم الفنية.

بعد 22 عاماً.. أرسنال بطلا للدوري الإنجليزي الممتاز بعد تعثر مانشستر سيتي

فوات الأوان. وفجر غوارديولا بركاناً من التكهانات في وسائل الإعلام البريطانية بعدما راوغ بذلك حول مستقبله مع "السيتيزنز"، رافضاً إعطاء إجابة حاسمة بشأن بقائه من عدمه، تزامناً مع التقارير التي تشير إلى إمكانية رحيله هذا الصيف بعد مسيرة حافلة دامت 10 سنوات كاملة. غموض مستقبله مع مانشستر سيتي وأوضح غوارديولا فلسفته في إدارة الأزمات بالقول: "ما يمكنني قوله إن عقدي يتبقى فيه عام واحد، ومن واقع خبرتي لا يمكن الإعلان عن قرارات مصيرية وسط المنافسة لتفادي أي عواقب سلبية على الفريق". وأردف: "لن أكشف عن قرارٍ عبر وسائل الإعلام، يجب أن أتحدث أولاً مع رئيس النادي والجهاز الفني واللاعبين لأن القرار سيكون مشتركاً، لكنني في النهاية أسعد رجل في العالم لوجودي في هذا النادي الاستثنائي".

ثنائية القرن؛ حيث يستعد "المدفعية" لخوض نهائي حابس للأنفاس في دوري أبطال أوروبا ضد باريس سان جيرمان الفرنسي يوم 30 مايو الجاري بالعاصمة المجرية بودابست، وعينهم على معانقة ذات الأذنين للمرة الأولى في تاريخ النادي. وقدم الإسباني بيب غوارديولا، المدير الفني لمانشستر سيتي، تهنئة رسمية ومؤثرة لمواطنه وتلميذه السابق ميكيل أرتيتا ونادي أرسنال بعد تتويجهم بلقب الدوري الإنجليزي الممتاز "البريميرليغ" قبل جولة واحدة من النهاية، مستغلاً تعثر فريقه بالتعادل المخيب (1-1) أمام مضيفه بورنموث. وجاء تعثر كتيبة الإسباني بيب غوارديولا الليلة ليتجمد رصيد سيتي عند 78 نقطة بفارق يتجاوز الـ3 نقاط المتبقية في الجولة الأخيرة، ويعلن أرسنال بطلاً رسمياً قبل موقعة الختام الأحد المقبل أمام كريستال بالاس. بعد 22 عاماً.. أرسنال بطلا للدوري الإنجليزي

ويأتي هذا التتويج التاريخي لينهي عقدة استمرت 22 عاماً كاملة، حيث لم يتذوق شمال لندن طعم الفوز بلقب الدوري الإنجليزي منذ الموسم الأسطوري التاريخي (2003-2004) الذي حقق فيه رفاق المدرب الفرنسي أرسين فينغر اللقب دون أي هزيمة، وهو الإنجاز الذي عجزت كبار الأندية الإنجليزية عن تكراره. في المقابل، شكل تعادل مانشستر سيتي صدمة لجماهيره التي منت النفس بنقل الصراع إلى الأسبوع الأخير حيث من المقرر أن يواجه أستون فيلا، إلا أن صلابه بورنموث أهدت اللقب الثمين للمدرب الإسباني ميكيل أرتيتا وجماهير "الغانرز". أرسنال نحو المجد القاري وحلم الثنائية ولا تقتصر طموحات أرسنال هذا الموسم على استعادة الهيمنة المحلية فحسب؛ بل يتطلع الفريق اللندني لكتابة التاريخ بأحرف من ذهب وتحقيق

بعد 22 عاماً من الغياب، أرسنال يتوج بلقب الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم (البريميرليغ) رسمياً للمرة الـ14 في تاريخه، مكماً واحدة من أعظم القصص الرياضية في العصر الحديث، وذلك بعد تعادل ملاحقه المباشر مانشستر سيتي 1-1 أمام مضيفه بورنموث، مساء يوم الثلاثاء، ضمن الجولة 37 (قبل الأخيرة) من البطولة. وكان "المدفعية" قد وضعوا يداً على الكأس الغالية يوم الاثنين عقب فوزهم الثمين على بيرنلي بهدف نظيف وقعه النجم الألماني كاي هافيرتز في الدقيقة 37، ليرتفع رصيد الفريق إلى 82 نقطة. وجاء تعثر كتيبة الإسباني بيب غوارديولا الليلة ليتجمد رصيد سيتي عند 78 نقطة بفارق يتجاوز الـ3 نقاط المتبقية في الجولة الأخيرة، ويعلن أرسنال بطلاً رسمياً قبل موقعة الختام الأحد المقبل أمام كريستال بالاس. بعد 22 عاماً.. أرسنال بطلا للدوري الإنجليزي



صمودنا ضماننا التمية الزراعية بكل ارجائه



تصوير وتصميم : تازاز أبرها
سامينل يوهانس