



حديث الكاميرا

المساحة المخصصة لفرزة سيارات الأجرة من التواهي إلى الفتح وجولدمور والتي تقع وسط مدينة التواهي بحاجة إلى الاهتمام بها وصيانتها ورصفها حيث أصبحت في حالة يرثى لها بسبب الحفر التي تنتشر على مساحتها منذ فترة طويلة دون الاهتمام بها أسوة ببقية شوارع عدن رغم أنها تستخدم كموقع للاحتفالات الوطنية وكذا مهرجانات المرشحين للانتخابات المحلية والنيابية فهل من نظرة لهذه الساحة .



باختصار

علي أحمد صالح

عملية توزيع المساعدات الرمضانية للمتحتاجين في هذا الشهر الفضيل الذي تجري في مختلف محافظات ومدريات ومساجد وجمعيات الجمهورية تحظى باهتمام كبير هذه الأيام. غير أن هذه العملية يشوبها بعض القصور والمخاطر في قبال بعض المعنيين بتوزيعها على الفقراء في بعض المواقع المشار إليها. وما حدث مؤخرًا في عملية التوزيع هذه التي جرت مؤخرًا بمسجد الشيخ زايد بن سلطان بحي عبد العزيز عبد الولي من مخاطر ومخاطبات للمتحتاجين من المساعدات وذلك على سبيل المثال لا الحصر يبعث على الأسف والأسى من المدة التي عانى منها المواطنون المحتاجون وهو الأمر الذي أثار حنق جمعية قطر الخيرية التي قدمت المعونة جزأها الله خيرًا. وما حدث أنه لم يحصل من هو بحاجة ماسة إلى تلك المساعدات على شيء وعاد خالي الوفاض ودموع الحسرة والأسى تنهمر من عينيه أمام أطفاله الجوعى حسب الشكاوى التي تسلمتها الصحيفة. وفي ذات الوقت نشيد بما حدث في مسجد أبي ذر الغفاري بخورمكسر وما تبعه إمامه الفاضل الشيخ علي محمد عبدالله بارويس في توزيع المساعدات دون محاباة وإجمالة للمتحتاجين سرا دون دعاية أو مهانة أو تقدير وهو عمل جليل يستحق الشكر. اتقوا الله يا هؤلاء إنها أمانة في أعناقكم.

ملاحم رمضان

المأكولات الطازجة على موائد الإفطار تفتح شهية الصائمين

المسك (الجاهزة من المطاعم الشهيرة والتي تنتشر في أرجاء المدينة .. وإذا كانت مائدة الإفطار هي المائدة الأساسية للصائمين ، فإن مائدة السحور لا تخلو من الاهتمام بها ، حيث يحرص الناس على تناول وجبة السحور ، من بعض الأكلات (الحقيقية) كالخبز والخبز والزيتون وهناك من يكتفي بالعصائر والزبادي ، حتى لا يشعر بالتعب أو الإرهاق



المرأة العربية تتفنن في طهي الوجبات اللذيذة على مائدة الإفطار

تبدأ بتناول الحساء (الشورية) أو (العصائر) ، ثم اللحم وسلطة الخضروات ولا تكثر من تناول النقويات كالأرز. كما يصيب الأطباء بعدم النوم بعد تناول الإفطار لأن ذلك يقلل من نشاط الجهاز الهضمي ، ويسبب الانتفاخات والغازات ، وزيادة الوزن ، فعلى الأسرة أن تخرج للسحور على الأقدام ، حتى تجنب متاعب الهضم بسهولة ، وفي الوقت نفسه تحرق السعرات الحرارية التي لا يحتاجها الجسم. ويعد النمط الاستهلاكي المفرط في الإقبال على تناول الطعام من العادات المرفوضة ، خلال شهر رمضان ، ورغم ذلك فإن بعض الأسر لا تلتفت إلى تحذيرات الأطباء والمتخصصين ، لأنهم يظنون أن شهر الصوم هو مناسبة للطعام والشراب ، ولا يحرصون لصحتهم أو صحة أولادهم ، الذين يفقدون القدرة ، وهم يرون الأب والأم يقبلان على تناول الأكلات الدسمة دون تفكير وروية.

ولا توجد فروق هائلة بين عادات المصريين الغذائية خلال شهر رمضان ، فغالبية الموائد في اليمن والقرى عامرة بأطباق المصيرية ، وإن اختلفت بعض الأصناف ، وطريقة طهيها ، فهناك أكلة (الكشري) ذات التسمية المصرية ، وتختلف طريقة تحضيرها في المدن عن القرى ، حيث تتكون من الأرز والعدس والمكرونة و (قلية) البصل والصلصة وبعض حبات من الحمص ، أما في الريف فهي تقتصر على الأرز والعدس فقط حيث يتم خلطهما وطهيهما بالمسلي مع إضافة بعض الملح والبهارات ، لتقدم في أطباق مع أكلات السمك أو البيض المسلوق. ويرى أهل الريف أن امتلاء مائدة الإفطار بأطباق الطعام ، يعلا قلب الأطفال بالفرحة ، فالشهر بالنسبة إليهم هو شهر الهجة والسور ، فضلا عن أن البيت الريفي يستقبل الضيوف كل يوم ، حيث تقام المأدب ويجمع شمل الأسرة على مائدة الإفطار .

الحمل	الثور	الجوزاء	السرطان	الأسد	العذراء
3/21 إلى 4/19	4/20 إلى 5/20	5/21 إلى 6/21	6/22 إلى 7/22	7/23 إلى 8/22	8/23 إلى 9/22
علاقة غرامية ستتحول إلى علاقة صداقة. ستكون بصحة ممتازة و مرح ممتاز ومعنويات عالية. لديك فرصة لازدهار شخصيتك. تحدياتك المادية وريغتك في التوسع ستسمح لك بإنجاز بعض النجاحات. في العمل توقعات هامة بنجاح جهودك السابقة.	الأخرون هم مصادر طاقة لك. كن اجتماعياً. أخرج وتكلم مع الناس. ذلك سيعيد إليك الشباب فوراً. استخدم قواك العظمى التنظيمية لتلصق مع الآخرين سوياً مناسبة اجتماعية. على صعيد العمل أنت مستقر لديك طموحات مهمة للمرحلة المقبلة تساعدك النجوم في تحقيقها.	إذا كانت الأمور تبدو متوترة، فليس من الضروري أن تترك نفسك متمسكاً في وسط الزوبعة. اعترف بالذي يحدث وأخرج. ليس من الضروري أن تبذل جهداً كبيراً من أجل أي شخص ، لكن حالات معينة تتطلب مرونة إضافية. عليك بأخذ وجهات النظر الأخرى بعين الاعتبار ، وأن تكون جاهزاً للتغيرات المفاجئة في الخطة.	عليك بنصرة المظلومين والمستضعفين، سواء كنت أنت المظلوم أو شخص ما تعرفه. كل شخص يجب أن يأتيه نصره من حيث لا يدري . جزم الصعوبات التي تعترض طريقك تحبط ريغتك بأن تكون المايسترو. لا تقلق أبداً؛ قريباً ستكون أنت البطل، و ستجد بعض المتعة في هذا المزيج.	التنظيم لا يقاوم بالنسبة لك. فعندما تعمل بنظام ملفاتك الخاص، فإن مساعدة صديق تجعلها مرتبة كما تريدها. اكبح جماح اندفاعك للتفاخر حول إنجازك الأعظم الأخير. وكن راضياً هادئاً، وابدأ بتخطيط مهامك القادمة. العاطفة لديك منخفضة اليوم ابحث عن أي شيء يوججها.	اليوم يصبح كل شيء مفهوماً. مهارك بالاعتناء بالتفاصيل واتخاذ القرارات كفيلاً. هذا هو يومك المحظوظ، والحظ السعيد ما زال يرافقك، وكذلك غداً. يمكنك أن تنهي مشاريعك بمهارة، إنه وقت واعد لبدء أي شيء جديد. الحبيب يريدك أن تقدم على خطوة جديدة لا تتردد.

أوقات الصلاة والشروق في محافظات الجمهورية

إعداد الفلكي اليمني / أحمد محسن الجوي					
العشاء	المغرب	العصر	الظهر	الشروق	الفجر
جزء ٣ د س	جزء ٣ د س	جزء ٣ د س	جزء ٣ د س	جزء ٣ د س	جزء ٣ د س
صنعا	PM 7:12:46.463	PM 6:15:43.315	PM 3:18:47.673	PM 12:02:25.614	AM 5:44:54.613
عدن	PM 7:07:39.213	PM 6:05:19.960	PM 3:11:49.649	AM 11:59:04.863	AM 5:48:39.079
تعز	PM 7:12:11.370	PM 6:14:12.859	PM 3:16:59.422	PM 12:03:05.613	AM 5:47:46.755
المكلا	PM 6:52:28.286	PM 5:49:23.993	PM 2:57:58.632	AM 11:42:42.247	AM 5:31:48.288
الحديدة	PM 7:17:21.940	PM 6:14:40.905	PM 3:23:03.768	PM 12:07:25.009	AM 5:55:56.636
إب	PM 7:11:51.769	PM 6:14:44.478	PM 3:16:57.589	PM 12:02:29.622	AM 5:46:02.744
حجة	PM 7:17:06.848	PM 6:19:10.887	PM 3:21:51.833	PM 12:05:31.638	AM 5:47:49.481
عمران	PM 7:14:00.457	PM 6:16:52.044	PM 3:20:12.507	PM 12:03:26.231	AM 5:45:46.837
مأرب	PM 7:08:13.535	PM 6:09:18.043	PM 3:14:17.629	AM 11:57:49.681	AM 5:42:08.064
صعدة	PM 7:15:42.299	PM 6:17:33.257	PM 3:22:34.279	PM 12:04:10.124	AM 5:46:32.260
سيئون	PM 6:54:54.110	PM 5:51:10.878	PM 3:01:16.244	AM 11:44:07.213	AM 5:32:50.092
زنجبار	PM 7:06:30.418	PM 6:03:39.967	PM 3:10:58.303	AM 11:57:42.122	AM 5:47:33.306
عتق	PM 7:01:41.663	PM 5:58:26.151	PM 3:07:12.384	AM 11:51:55.627	AM 5:41:12.896

يمكنك أن تنجز تقريباً أي شيء اليوم، ويعود الفضل لمهارتك التنظيمية. أنت تحافظ على أدواتك واحتياجاتك في صفٍّ مرتبٍ ولطيف، وتصرف بعضاً من وقتك في مساعدة الآخرين على تنظيم أمورهم. ومكافأتك هي الشعور بدفع المجموعة والتعاون.	9/23 إلى 10/22	اليزان
امض قدماً، حاول شيئاً جديداً، ولا تدع النكسات الصغيرة تثبط عزمك. أمامك جاذبية لا تقاوم على ما يبدو، سواء من شخص أو في مشروع، هناك من يحاول إيقاعك في فخ التسرع. وإذا كنت ذكياً، ستقاوم على الأقل اندفاعك الأول.	10/23 إلى 11/21	العقرب
عاطفياً أنت متردد اليوم بشأن الحبيب لا تبادر إلى أي لقاء، فكر بعمق، ابحث عن تطبيقات معك في الرأي والأفكار لتشكيل فريق متكامل. تبدأ محادثة عادية وبسيطة، لكنها تتعمق شيئاً فشيئاً، إذا كنت تريد اكتشاف شيء معين تريده اطرح أسئلة جديده، ولا تخف من المضي.	11/22 إلى 12/21	القوس
توقع أن يرد شخص ما على جميل صنعتة معه. يمكنك أن تتعلم الكثير. كونك تستطيع التفرير لا يعني بأنك تستطيع أن تفرض ما تقررته على الآخرين. تستطيع تكوين شراكة مع زميل عمل أو صديق، عاطفياً تتمتع بحببة الشريك و عليك ان تبادلها بمثلها.	12/22 إلى 1/19	الجدي
لا تأمن زملاء عملك على اسرار بيتك فهذا خطأ كبير. فضولك سيصل إلى مستويات شبيهة فظة اليوم. أنت مستمع جيد، لكن وجهه نظرهم ما زالت تبدو سخيف بالنسبة إليك. انتباهك المهذب قد ينتهي نهاية غير مهذبة، وربما تكون ردة فعلك وقحة.	1/20 إلى 2/18	الدلو
لا تحاول ان تقلد الآخرين انت شخص مبدع لديك افكار جديدة عليك تطبيقها بدل التقليد الأعمى. أنت قد لا تؤمن بما تسمعه، لكن كن صبورا و أعط فرصة. دماغك متشوق لبعض التحفيز، إلى حدٍ الشرة في حك الجلد. اخرج وشاهد مسرحية أو فيلماً أو اذهب إلى محاضرة.	2/19 إلى 3/20	الحوت

حظك اليوم

كتبه المهندس وادونتها