

الوطن

جريدة يومية سياسية مستقلة

الثلاثاء ٢١ أيار ٢٠٢٤ | الموافق ١٢ ذو القعده ١٤٤٥ هـ | العدد ٤٢٢٨ السنة الثامنة عشرة | الناشر | الشركة العربية السورية للنشر والتوزيع



دمشق تشارك شعبها الصديق حزنه وتعلن الحداد ثلاثة أيام إيران تودع رئيسيها..

وفي وقت لاحق أمس أعلنت إيران أنها ستجري انتخاباتها الرئاسية في 28 حزيران المقبل، وقال التلفزيون الرسمي «تلت الموافقة على موعد الانتخابات خلال اجتماع لرؤساء وزرئي الخارجية ورفقاهم، كما أعلنت لبنان وال العراق وباكستان والطائرة القضائية والحكومة والبرلمان»، مضيفاً «بموجب الاتفاق السياسي بين الرئيس رئيسي بأنه سياسي بارز، في حين أكد الرئيس الصيني شي جين بينغ أن الشعب الصيني قد صدقاً جيداً.

وكالة «إرنا» قالت: إن مراسيم تشبيع رئيسي ستبدأ اليوم في مدينة تبريز مركز محافظة آذربيجان الشرقية. وأفاد الإعلام الحكومي نقلاً عن وزير الداخلية أحمد وحیدي بأن مراسيم جنازة رئيسي ورفاقه ستقام يوم الثلاثاء في تبريز، مضيفاً: إن جثمان رئيسي سيقت إلى طهران بعد انتهاء الإجراءات القانونية، وسينطلق التشبيع من جامعة طهران إلى ساحة الحرية، وبعدها سيقام مجلس تأبين بحضور المسؤول من زعماء ورؤساء وفود عربية وأجنبية عصر الأربعاء في طهران.

في غضون ذلك أمر رئيس الأركان الإيراني محمد باقرى بفتح تحقيق في اسباب حادث تحطم الطائرة اليلكويتر التي كانت تقل رئيس البالد، وكفر باقرى وفدا رفيع المستوى بشمل رئيس إلى نائبه محمد مخبر مؤقاً، على أن تجري انتخابات رئاسية في غضون 50 يوماً، كما جرى بالإعلان عن تسلية محمد باقرى كني صلاحيات وزير الخارجية لحين إجراء الانتخابات.

وقالت اللجنة الاستراتيجية العليا للعلاقات الخارجية، في بيان لها، أن مسار السياسة الخارجية للبلاد سيستمر بكل قوة بتوجيهات المرشد الأعلى علي خامنئي.

إشارة الرئيس الأسد إلى الدور الذي لعبه الرئيس الإيراني الراحل في تطوير العلاقات، والذي ترافق مع إعلان سوريا الحداد ثلاثة أيام، أكد محدثاً على متابعة العلاقات الاستراتيجية والتاريخية التي تجمع البلدين، والتي تكللت في وقوف الرئيس الروسي فلاديمير بوتين الرئيس رئيسي بأنه سياسي بارز، ودعهما الكامل للمقاومة.

كما كان للرئيس رئيسي دور مهم في ارتقاء علاقات البلدين لمستويات جديدة، لاسيما بعد الزيارة التي قام بها إلى دمشق قبل نحو عام كأول رئيس إيراني يزور سوريا منذ عام 2011، والتي شكلت محطة مهمة أخرى في تاريخ علاقات البلدين مع ما رافقها من توقيع لاتفاقات ومذكرات تفاهم عكست الرغبة المشتركة بالمضي قدماً في تطوير وتعزيز التعاون المشترك.

وزير الخارجية والمغاربيين فيصل المقدادي اعتذر في رسالة التعزية التي وجهها إلى وزير الخارجية الإيرانية بالوكالة على باقرى كني، أن إيران والأمة الإسلامية فقدت قائدين بارزين، كرساً حياتهما لخدمة وطنهما وأمتها، وعملما بجد وإخلاص من أجل تحقيق الاستقرار والازدهار لشعب إيران، وساهموا بجهودهما المخلصة في تعزيز التعاون والتضامن بين بلدينا وشعبينا.

مضيفاً: «لقد عملنا مع الرئيس الراحل كي تبقى العلاقات الاستراتيجية التي تربط سوريا وإيران مذهراً على الدوام ونحن سنبقي ذكر زيارة إلى سوريا محطة مهمة في هذا المسار، وكل الرؤى والأذكار التي طرحتها لإغناء العلاقات بكل ما يفيد الشعوبين السوري والإيراني».

واشنطن غاضبة وتندد بالمذكرة: الأمر شائن! الجنائية الدولية تترك لاعتقال نتنياهو ووزير حربه

بمساعي المحكمة الجنائية الدولية لإصدار مذكرات توقيف بحق نتنياهو وزمير الحرب غالانت معتبراً أن لا سلطة قضائية للبنية الدولية على من يهبه وصف الرئيس الأميركي وحضر المسؤول الأميركي من أن يدين، طلب المدعى العام «بالمذكرة الشائنة»، وقال: «دعوني أكون مساعي المحكمة الجنائية الدولية هي جريمة تاريخية لا تمحى وظاهر واضح لعداء السامية».

إلا أن رئيس المحكمة الجنائية الدولية، كريم أحمد خان، متعدد ضد سكان نتنياهو، ونظمت بطالات لاصدار مذكرات اعتقال بحقه ودعوه لقتل جماعي، وتنفيذ جرائم بحق الإنسانية».

فيما ينفي نتنياهو، وزمير حرية بوف غالانت، اتهامه بـ«الاحتلال بنيامين نتنياهو رفض قرار المدعى العام قطاع غزة».

وقدم المدعى العام طلبات للدائرة للمحكمة الجنائية الدولية بإصدار مذكرة اعتقال بحقه، ووفقاً لـ«إسرايل وحماس»، على حد تعبيره. وقال في بيان له: «ترفض مساعي المدعى العام للمحكمة الجنائية الأولى، في المحكمة الجنائية الدولية، لإصدار أوامر الاعتقال، وفقاً، إن المقارنة الفاضحة التي توجهت بذاته على وزير خارجيته أنتوني بلينكن الذي ندد

وكالات

ورصدت «الوطن» في بعض المحافظات عملية استقبال طلبات الترشح في يومها الأول والتي سوف تستمر على مدار سبعة أيام يتخللها العطل الرسمية.

وفي حلب بالشمال، حلب عليها لاستلام طلبات الترشح في محافظة حلب، وفي دمشق طلاق طلاق، في دمشق أطلع أمس محافظ دمشق محمد طلاق كريشاتي على سير عملية استقبال طلبات الراغبين بالترشح في قاعة الاستقبال وعمل لجان الترشح وفي المحافظة أدى محافظ اللاذقية عامر هلال «الوط»، تسهيل كل الإجراءات المطلوبة للحصول ضمن بني المحافظة أمس.

وأكد كريشاتي أنه تم تأمين جميع التجييرات على الوثائق المطلوبة فيما يخص التقديم للترشح على انتخابات مجلس الشعب، بينما تم نشر المرسوم اللوجستي لتسهيل عملية التقدم للراغبين بالترشح على انتخابات مجلس الشعب، مشيراً إلى وضع كل إمكانات المحافظة لإنجاح الاستحقاق الانتخابي.

وتفجرت في الخامس عشر من نيسان القادة

تأمين جميع التجهيزات وتسهيل الإجراءات للحصول على الوثائق المطلوبة الإقبال جيد في اليوم الأول من الترشح لانتخابات مجلس الشعب

أحد رئيس اللجنة القضائية العليا للانتخابات جهاد مراد في تصريح لـ«الوطن» أن الإقبال على الترشح إلى عضوية مجلس الشعب في يومها الأول والذي بدأ أمس ويسفر بحسبية أيام كان جيداً وهناك أعداد جديدة من الراغبين في الترشح قفوا طوابقهم.

وانتهت أمس عملية استقبال طلبات الترشح على عضوية مجلس الشعب بعدما تم نشر المرسوم التشريعى الخاص بتحديد موعد الانتخابات والتي سوف تجرى في الخامس عشر من نيسان القادم.

اليوم الأول من الترشح للانتخابات.. الإقبال جيد

«الوطن» ترصد استقبال طلبات الترشح لعضوية مجلس الشعب

محافظ اللاذقية لـ«الوطن»:

تسهيل الإجراءات المطلوبة للحصول على الوثائق

محافظ دمشق:

تأمين جميع التجهيزات تسهيل عملية التقدم للراغبين بالترشح

| الوطن

أكد رئيس اللجنة القضائية العليا للانتخابات جهاد مراد في تصريح لـ«الوطن» أن الإقبال على الترشح إلى عضوية مجلس الشعب في يومه الأول الذي يبدأ من ساعتين سبعة أيام كان جيداً وهناك أعداد جيدة من الراغبين في الترشح قدمو طلباتهم.

وأطلقت أمس عملية استقبال طلبات الترشح إلى عضوية مجلس الشعب بعدما تم نشر المرسوم التشريعي الخاص بتحديد موعد الانتخابات والتي سوف تجري في الخامس عشر من تموز القادم، ووصلت «الوطن» في بعض المحافظات عملية استقبال طلبات الترشح في يومها الأول والتي سوف تستمر على مدار سبعة أيام يخلوها العطل الرسمية.

ففي دمشق أطلع أمس محافظ دمشق محمد طارق كريشاتي على سير عملية استقبال طلبات الراغبين بالترشح في قاعة الاستقبال وعمل لجان الترشح ضمن مبني المحافظة.

وأكمل كريشاتي أنه تم تأمين جميع

التجهيزات اللوجستية لتسهيل عملية التقدم للراغبين بالترشح وفقاً للأنظمة والقوانين، مع تعاونه عمل مراكز استقبال الطلبات وإدخالها إلى أجهزة الحاسوب، علمًا أنه تم تشكيل لجان موارنة للمتابعة والإجابة عن التساؤلات.

«الوطن» رصدت في جولتها عملية استقبال الطلبات، والتي أكدها حسن سير المحشين الذين أكدوا خلال اليوم الأول عملية الترشح ضمن مبني المحافظة.

وتقديم كل التسهيلات الازمة مع سرعة الاستجابة في غضون ربع ساعة على أقصى تقدير، مع الإجابة عن تساؤلاتهم وإرشادهم للمكاتب المختصة.

وفي تصريح لـ«الوطن» أكد رئيس لجنة

في الجلسات ٩١ متقدماً لعضوية مجلس الشعب في اليوم الأول

ضرورة الاطلاع على القانون

وأشار الخليف إلى أن عملية الإقبال وأشعار قبول طلب ترشيح مبدئي وذكر محزن أنه عند إغلاق باب تقديم استقبال طلبات وإصداره في حلبة براشت لجان قضائية ضمن مبني المحافظة، وأن يتمكن العامل من خالق فتنين «أ» وبـ«ب» حيث يلغى مجموع عدد المقديرين للترشح في نهاية اليوم الأول ٩١ مقديماً، الفئة عن القطاع «أ» حاصل وفق التعليمات التنفيذية لقانون رقم ٢٠١٤ لعام ٢٠١٤ و٢٠١٥ من القطاع «ب» بنـ ٢٠٠٠ من بينهم أمراء.

واسبقت لجنتين ترشح في المحافظة لاستقبال طلبات الراغبين في الترشح إلى عضوية مجلس الشعب، ويتم من تقدمن في الترشح تناص شبابية من تراوحت أعمارهم بين ٢٥ إلى ٤٥ عاماً، لافتاً إلى أنه تم تشكيل لجان معاونة من بالبيان لدى اللجنة بهدف الإسراع في الافتتاح.

في الافتتاح، أكد مدير التجارة الداخلية وحماية المستهلك باللادقية أحمد زاهي تمهيد الدوام في دائرة الشركات أمانة السجل التجاري بالديربي حتى الساعة الرابعة ظهراً يومياً وندة أسبوع كامل، بما فيها الأستحقاق الانتخابي.

وخلال لقاء رئيس اللجنة القضائية الفرعية، أشار صالح إلى تقديم كل مستلزمات عملية الترشح للانتخابات، فيما يخص الشهيد باسل الأسد لتقديم الطلبات و٨ مراكز لإدخال البيانات والأوراق على الحاسوب.

ونوه القاضي علوان على تسهيلات

مشاريع سياحية جديدة تبصر النور في لصيف والبداية مع «فندق البداية» بدير الزور بـ٢٠ ملياراً وزير السياحة لـ«الوطن»: التقديم على المنصة الإلكترونية لإصدار الفيزا يسير بشكل من

تطوير شاطئ الكرنك بطرطوس وتوسيعة فندق لا بلاج في اللادقية



| فادي بك الشريفي

بين وزير السياحة محمد رامي مرتبني أن عملية التقديم على المنصة الإلكترونية تسهل من وأنه يتم بشكل يومي تلقي أية ملاحظات مقدمة سوء من العرب أو من السوريين من يرغبون باستخراج أحاجن، أو ملاحظات بكتاب السياحة والسفر ومعالجتها بشكل مباشر فور ووردها.

وفي تصريح لـ«الوطن» أشار مرتبني إلى العمل على توسيع بمشاريع السياحة الشعبية فوق التوجهات الحكومية وخططة الوزارة الأولى الأربعة التي تتيح لفروعها في خدماتها وأسعار دروسه، متبرراً إلى رغبة الحكومة ووزارة السياحة بتقديم جميع التسهيلات للمشاريع الحكومية وخططها التي تستثقل رفقة تنمية واقتصادية لما تضمنه من فرص عمل وما تؤمنه من دخل للخزينة العامة.

.

وشفت مرتبني عن افتتاح مشروع تطوير

شاطئ الكرنك الشرقي العائد بملكته للوزارة و مجلس مدينة طرطوس وذلك

منتصف تموز القادم بطاقة استيعابية تتقدّم بمحافظة اللاذقية للسياحة الشعبية بـ٢٠٠٠ سريراً و ٢٥٠ كرسياً.

وحادثة ومرآب سيارات وافتراضياً

ل تكون متناسبة مع سعة الفنادق ومستوى

واللاعبين الرياضية وخدمات تجارية

وتوفيقها تماماً.

وأكمل مرتبني: «إن إفتتاح مراكز تدريب

الشباب على تطوير

السياحة والفنادق، مع تأمين البنية التحتية والاعتماد على الطاقة الشمسية، وهذا وقام مرتبني بجولة على عدد من المشاريع، ضمن تفضيله للموسى السياحي صيف ٢٠٢٤ وضمن التوجهات

التي تتيح فندق «طرطوس الكبير

٢١

وتحفيظها.

وأضاف: «إن إفتتاح مراكز تدريب

الشباب على تطوير

السياحة والفنادق، مع تأمين البنية

التحتية والاعتماد على الطاقة الشمسية، وهذا وقام مرتبني بجولة على عدد من المشاريع، ضمن تفضيله للموسى السياحي صيف ٢٠٢٤ وضمن التوجهات

التي تتيح فندق «طرطوس الكبير

٢٠٢٤

وتحفيظها.

وأضاف: «إن إفتتاح مراكز تدريب

الشباب على تطوير

السياحة والفنادق، مع تأمين البنية

التحتية والاعتماد على الطاقة الشمسية، وهذا وقام مرتبني بجولة على عدد من المشاريع، ضمن تفضيله للموسى السياحي صيف ٢٠٢٤ وضمن التوجهات

التي تتيح فندق «طرطوس الكبير

٢٠٢٤

وتحفيظها.

وأضاف: «إن إفتتاح مراكز تدريب

الشباب على تطوير

السياحة والفنادق، مع تأمين البنية

التحتية والاعتماد على الطاقة الشمسية، وهذا وقام مرتبني بجولة على عدد من المشاريع، ضمن تفضيله للموسى السياحي صيف ٢٠٢٤ وضمن التوجهات

التي تتيح فندق «طرطوس الكبير

٢٠٢٤

وتحفيظها.

وأضاف: «إن إفتتاح مراكز تدريب

الشباب على تطوير

السياحة والفنادق، مع تأمين البنية

التحتية والاعتماد على الطاقة الشمسية، وهذا وقام مرتبني بجولة على عدد من المشاريع، ضمن تفضيله للموسى السياحي صيف ٢٠٢٤ وضمن التوجهات

التي تتيح فندق «طرطوس الكبير

٢٠٢٤

وتحفيظها.

وأضاف: «إن إفتتاح مراكز تدريب

الشباب على تطوير

السياحة والفنادق، مع تأمين البنية

التحتية والاعتماد على الطاقة الشمسية، وهذا وقام مرتبني بجولة على عدد من المشاريع، ضمن تفضيله للموسى السياحي صيف ٢٠٢٤ وضمن التوجهات

التي تتيح فندق «طرطوس الكبير

٢٠٢٤

وتحفيظها.

وأضاف: «إن إفتتاح مراكز تدريب

الشباب على تطوير

السياحة والفنادق، مع تأمين البنية

التحتية والاعتماد على الطاقة الشمسية، وهذا وقام مرتبني بجولة على عدد من المشاريع، ضمن تفضيله للموسى السياحي صيف ٢٠٢٤ وضمن التوجهات

التي تتيح فندق «طرطوس الكبير

٢٠٢٤

وتحفيظها.

وأضاف: «إن إفتتاح مراكز تدريب

الشباب على تطوير

السياحة والفنادق، مع تأمين البنية

التحتية والاعتماد على الطاقة الشمسية، وهذا وقام مرتبني بجولة على عدد من المشاريع، ضمن تفضيله للموسى السياحي صيف ٢٠٢٤ وضمن التوجهات

التي تتيح فندق «طرطوس الكبير

٢٠٢٤

وتحفيظها.

وأضاف: «إن إفتتاح مراكز تدريب

الشباب على تطوير

السياحة والفنادق، مع تأمين البنية

التحتية والاعتماد على الطاقة الشمسية، وهذا وقام مرتبني بجولة على عدد من المشاريع، ضمن تفضيله للموسى السياحي صيف ٢٠٢٤ وضمن التوجهات

التي تتيح فندق «طرطوس الكبير

٢٠٢٤

وتحفيظها.

وأضاف: «إن إفتتاح مراكز تدريب

الشباب على تطوير

السياحة والفنادق، مع تأمين البنية

التحتية والاعتماد على الطاقة الشمسية، وهذا وقام مرتبني بجولة على عدد من المشاريع، ضمن تفضيله للموسى السياحي صيف ٢٠٢٤ وضمن التوجهات

التي تتيح فندق «طرطوس الكبير

٢٠٢٤

وتحفيظها.

وأضاف: «إن إفتتاح مراكز تدريب

الشباب على تطوير

السياحة والفنادق، مع تأمين البنية

التحتية والاعتماد على الطاقة الشمسية، وهذا وقام مرتبني بجولة على عدد من المشاريع، ضمن تفضيله للموسى السياحي صيف ٢٠٢٤ وضمن التوجهات

التي تتيح فندق «طرطوس الكبير

٢٠٢٤

وتحفيظها.

وأضاف: «إن إفتتاح مراكز تدريب

الشباب على تطوير

السياحة والفنادق، مع تأمين البنية

التحتية والاعتماد على الطاقة الشمسية، وهذا وقام مرتبني بجولة على عدد من المشاريع، ضمن تفضيله للموسى السياحي صيف ٢٠٢٤ وضمن التوجهات

التي تتيح فندق «طرطوس الكبير

٢٠٢٤

وتحفيظها.

وأضاف: «إن إفتتاح مراكز تدريب

الشباب على تطوير

السياحة والفنادق، مع تأمين البنية

التحتية والاعتماد على الطاقة الشمسية، وهذا وقام مرتبني بجولة على عدد من المشاريع، ضمن تفضيله للموسى السياحي صيف ٢٠٢٤ وضمن التوجهات

التي تتيح فندق «طرطوس الكبير

٢٠٢٤

وتحفيظها.

وأضاف: «إن إفتتاح مراكز تدريب

الشباب على تطوير

السياحة والفنادق، مع تأمين البنية

التحتية والاعتماد على الطاقة الشمسية، وهذا وقام مرتبني بجولة على عدد من المشاريع، ضمن تفضيله للموسى السياحي صيف ٢٠٢٤ وضمن التوجهات

التي تتيح فندق «طرطوس الكبير

٢٠٢٤

وزير الداخلية يكرم فريق الشرطة لكرة القدم

المصطفى: دعم واهتمام المعينين وراء العودة للممتاز



ناصر النجار

بعد موسمين قضاهما في دوري كرة القدم عاد فريق الشرطة المركزي إلى مكانه الطبيعي في جنة الأضواء لينضم إلى كبار الدوري وهو أحد أركانه المهمة وقد حاز القب ال أكثر من مرة وكان أحد رواد المنخبات الوطنية بكل الفئات.

حيط الفريق إلى الدرجة الأولى قبل موسمين بفارق نقطة عن خطيب ونقطتين عن تقنية، وكان هذا الموسم منتخباً على القلب، فاللائق الذي عانى الكثير في الموسم الماضي قلب تأهل إلى دور نصف النهائي من الخامس، فتم تغيير الكادر الفني، من خاله العاقي مع المدرب الشهير ياسر المصطفى.

والمصطفى يملك خبرة كبيرة في الدوري

المأتميسي بـ ١٢ سنة في دوري كرة القدم عندما كان في الممتاز وتدربي فريق حرق جرارة، فيه حق كل ما تريده من إنجاز وارتفاع.

في المستوي رفع الكثير الذي أثبت

جدارته، فولغا تعاقده مع الشرطة

الدرجـة المـمتازـة باقـى الإـمـكـانـاتـ مـتحـدىـ

كلـ الفـارـقـ وـماـ رـاقـهـ مـعـ عـقـباتـ وـعـرـاءـ

يـكـفـيـ تـفـاصـيلـ الـموـسـمـ الـذـيـ اـنـتـهـىـ

الـعـملـ اـسـتـقـالـ الدـورـ الـكـوـيـ الـمـازـ

الـقـادـمـ فيـ موـسـمـ الـجـدـيدـ

شكر وتقدير

يقول ياسر: في البداية لا بد من تقديم الشكر والتقدير لرئيس الاتحاد العربي السوري

الشرطة العميد أحمد سلامة لـ «المنسان»

أن تقدم لك الشكر والامتنان للسيد وزير

الداخلية الذي يحضر المباريات الذهابية

وتشجيعه الحافز العظوي للفريق

الذي أدى إلى فوزه وتأهله

كما استقبل الفريق بعدها في مكتبه وقدم

له المكافآت المالية تكريماً لجهوده

وإنجازهم الكبير و وعدم بالزديد من الدعم.

عقبات وعثرات

واجهتنا منذ بداية التحضير عقبات

كثيرة من جهة اللاعبين (السلام والمطر)

إلى أستدام بعض اللاعبين الذين توافق

طلباتهم مع الميزانية المالية الموضوعة

للفريق، لذلك علينا الدورى من ضمن

المحليات قبل المباريات ولا نجد الطرق

لابد من أن تكون لدينا الهاشط الرابع

وخصوصاً على مقاعد الاحتياط.

العقبة الثانية التي أحاجتنا في المباريات

الدورى، فاللاعب محمد حاتم التالبي

جاء صباحاً من المنخت، واللاعب بهب

الشعيبي أصبع يقطع بساط الاعلام عن

أغلب اللاعبيات وهم من الأساسيين

إضافة لذلك ثالث الفريق يكتنف بـ

الملوحة، فدورى الدرجة الأولى يغيب

اللاعب عن المباراة حال تلقيه إنذارين

ولا ينسى بعض اللاعبين غيابه عن

العديد من الباريات والتمارين لظروف

خاصة به!

وعلى الصعيد الإعلامي فالفريق لم يبن

حقه الذي يستحقه وهذا دوماً مفهوم

عن الاعلام على أشكاله المترافق والمتسوط

الوطن

بعد فاز على شهاب بهدف يوسف عرقه وأخر المباريات فاز على دوماً باربعية أهداف نظيفة سجلها مازن سدار هدفين وصبيح الشعبي وأحمد محبي هدف واحد، وتوقفت المباراة عند الدقيقة ٧٥ بعد انتقال لاعبيه بوفا.

أنهى الشرطة الدور الأول في المركز الثاني خلف الشعلة وتأهلماً إلى الدور الثاني لبطولة الدوري والتذكرة ضمن المجموعة الجنوبية، ولعبت هذه الفرق دورياً كاماً من مرحلتين.

في الدتاب قات على الجد بذاته أهداف تقليفة سجلها محمد غلاب هدفين ومن معن الحسن، كما على شهاب بالنتيجة ذاتها وسجل له: محمد غلاب ومن معن الحسن ويوسف عرقه، وتعادل بعدها مع الشعلة بـ ٦-٦.

في الرابع الثان انتصروا بخطوة واحدة، وتحتاج اعتماته في الوصول لسلة الثورة على الشعلة التي سطع مع منتخبات الوطنية وتحتاج من اعتماته من تقويمات الكرة، وتحتاج إلى اعتماته التي تجاوزت كل الصعوبات ليتعادل الفرقان ١٨-١٨ لتعود لاعبي الثورة إلى التسجيل والتفوق مع نهاية الشوط الأول ٢١-٢٢، لكن نتيجة الرابع

ذهب للوحدة ١٥-١٤.

في الخامس الثالث تحج الثورة في فرض سيطرته وواسع الفرق إلى ربع نقاطه وسط

صافرات الحكم وأسحب الميدالية

التي فاز على خطاب ٤/١ في الإياب وكان

قد يخسر مباراته في مبارياته في السادس

أربع مرات منه، وكان فريقه يتصدر

الملوحة، وحصل بيشكيل جيد وبضم خمسة

وبيك الحوال كات مباريات للنساء ومرت

شيء يدفع بوقت، وكل إنسان يأخذ حقه

الحسنة الثالثة كانت في أيام الدور الثاني

وكانت مع المجد، حيث خسرنا بهدف

لمنتخبات الدول التي نشحت

الشعلة فيها لعدم توافق اللاعبين

من الأصول المرعية، ففيها

الرسالة التي تغيرت

وهي رسالة

مشكلة على صعيد الروابط والعقد،

توتر على اللاعبين، على العموم أغلب

المنتخبات الوطنية بكل الفئات

يشار إلى القب

على القلب، فاللائق الذي عانى الكثير في الموسم

العام

الصطب

بعد موسمين قضاهما في دوري كرة القدم

الطببي في جنة الأضواء لينضم إلى

كيار الدوري وهو أحد أركانه المهمة وقد

انتهت المباريات

ببطولة

موسمن بفارق نقطة عن خطيب ونقطتين

عن تقنية، وكان هذا الموسم منتخباً

على القلب، فلما

كان أداء

المنتخب

إلى القب

على القلب،

فكان أداء

التعامل مع الزمن جاء بنسخة جديدة في أعمال الدراما لموسم ٢٠٢٤

سامر البرقاوي لـ«الوطن»: الفكرة اللونية واحدة من التقنيات التي حاولت استخدامها لتخرج المشهد من سياقه الزمني



اخترت هذا التكيني لأنه مرتبط في ذاكرتنا بأن ما وصلنا من السينما كان نشاهد بالأبيض والأسود

جزء أساسى من الزمن
أما في مسلسل «تاج» فقد لاحظنا أن عرض الماضي جاء باللونين الأبيض والأسود، وتم عرضه قبل الشارة أىضاً.

كما استخدم صناع العمل في العديد من الحلقات عرض مشاهد من المسقبل، وذلك للة لاستيفاء الأحداث وبعدها سوف يعرض خلال الحلقة، وتم استخدام هذا الأسلوب بعافية جذب المتابع.

التعامل الجديد مع الزمن الماضي
وهذا الأسلوب الذي تم اتباعه في هذه الأعمال الدرامية الثالثة خلال الموسم الرامي لعام ٢٠٢٤، جعلنا في حالة تساولات عن إنتاج مخرجى الأسلوب في طرح الزمان في هذه الأعمال، وما فائدة استخدام هذه التقنية، وهل من الممكن أن تصيب أسلوباً إيجابياً يعتقد في جميع الأعمال الدرامية أم لها نهاية درامية معينة؟

مخرج «تاج» يوضح هذه التقنية

لذلك أحب الوطن، أن تواصل مع المخرج سامر البرقاوي، الذي توفي إخراج مسلسل «تاج» الذي

أوضح لنا سبب استخدامه للأبيض والأسود «لأنه يوازن بين الأبيض والأسود، وجعله أكثر

الماضى مع الحاضر، وحلقة واحدة من التقنيات التي حاولت

يتناول السيرة الذاتية للفنانة الجزائرية الراحلة

وردة الجزائرية، على أن تجسّد دورها مواطنتها الشابة كنز مرسلي، نجمة برنامج المواهب «ستاندر

تجربة قناعتها الآن».

مسلسل تلفزيوني

مؤخراً، كشف بعض المصادر عن التحضير لمسلسل

يتناول السيرة الذاتية للفنانة الجزائرية الراحلة

وردة الجزائرية، على أن تجسّد دورها مواطنتها الشابة كنز مرسلي، نجمة برنامج المواهب «ستاندر

تجربة قناعتها الآن».

العرض الزمانى

كما لاحظنا في مسلسل «القافلة»، أن الزمن الماضي

عرض قل شارة العرض، حيث كانت تكتفي أحياناً بعرارات

معينة مثل «قبل عامين» للدلالة على الرجوع إلى الوراء

قبل بدء الشارة.

بين الماضي والحاضر

حيث شاهدنا أن الزمن الماضي في مسلسل «لولا بدّي»

قام على مرحلتين، حيث ظهر الزمن الأول حينما عرضت

مشاهد الشخصيات الثلاث في طفولتهم، وفي بعض الحلقات كان الزمن يجتمع

بجانبه ضمن الحالة الواحدة، وذلك بغية شرح الأحداث

لتصبح بعدها للقطعة مترتبة أجياناً يعودون بالشخصية في العمل.

العرض الزمانى

وأضاف المخرج سامر البرقاوي في حديثه، قائلاً:

«فتق بالختير هذه التكيني لأنه مرتبط في ذاكرتنا بأن ما

يحدث في شارة العرض، حيث كانت تكتفي أحياناً بعرارات

معينة مثل «قبل عامين» للدلالة على الرجوع إلى الوراء

قبل بدء الشارة.

العرض الزمانى

كما لاحظنا في مسلسل «القافلة»، أن الزمن الماضي

عرض قل شارة العرض، حيث كانت تكتفي أحياناً بعرارات

معينة مثل «قبل عامين» للدلالة على الرجوع إلى الوراء

قبل بدء الشارة.

العرض الزمانى

حيث شاهدنا أن الزمن الماضي في مسلسل «لولا بدّي»

قام على مرحلتين، حيث ظهر الزمن الأول حينما عرضت

مشاهد الشخصيات الثلاث في طفولتهم، وفي بعض

الحلقات كان الزمن يجتمع

بجانبه ضمن الحالة الواحدة، وذلك بغية شرح الأحداث

لتصبح بعدها للقطعة مترتبة أجياناً يعودون بالشخصية في العمل.

العرض الزمانى

وأضاف المخرج سامر البرقاوي في حديثه، قائلاً:

«فتق بالختير هذه التكيني لأنه مرتبط في ذاكرتنا بأن ما

يحدث في شارة العرض، حيث كانت تكتفي أحياناً بعرارات

معينة مثل «قبل عامين» للدلالة على الرجوع إلى الوراء

قبل بدء الشارة.

العرض الزمانى

كما لاحظنا في مسلسل «القافلة»، أن الزمن الماضي

عرض قل شارة العرض، حيث كانت تكتفي أحياناً بعرارات

معينة مثل «قبل عامين» للدلالة على الرجوع إلى الوراء

قبل بدء الشارة.

العرض الزمانى

حيث شاهدنا أن الزمن الماضي في مسلسل «لولا بدّي»

قام على مرحلتين، حيث ظهر الزمن الأول حينما عرضت

مشاهد الشخصيات الثلاث في طفولتهم، وفي بعض

الحلقات كان الزمن يجتمع

بجانبه ضمن الحالة الواحدة، وذلك بغية شرح الأحداث

لتصبح بعدها للقطعة مترتبة أجياناً يعودون بالشخصية في العمل.

العرض الزمانى

حيث شاهدنا أن الزمن الماضي في مسلسل «لولا بدّي»

قام على مرحلتين، حيث ظهر الزمن الأول حينما عرضت

مشاهد الشخصيات الثلاث في طفولتهم، وفي بعض

الحلقات كان الزمن يجتمع

بجانبه ضمن الحالة الواحدة، وذلك بغية شرح الأحداث

لتصبح بعدها للقطعة مترتبة أجياناً يعودون بالشخصية في العمل.

العرض الزمانى

حيث شاهدنا أن الزمن الماضي في مسلسل «لولا بدّي»

قام على مرحلتين، حيث ظهر الزمن الأول حينما عرضت

مشاهد الشخصيات الثلاث في طفولتهم، وفي بعض

الحلقات كان الزمن يجتمع

بجانبه ضمن الحالة الواحدة، وذلك بغية شرح الأحداث

لتصبح بعدها للقطعة مترتبة أجياناً يعودون بالشخصية في العمل.

العرض الزمانى

حيث شاهدنا أن الزمن الماضي في مسلسل «لولا بدّي»

قام على مرحلتين، حيث ظهر الزمن الأول حينما عرضت

مشاهد الشخصيات الثلاث في طفولتهم، وفي بعض

الحلقات كان الزمن يجتمع

بجانبه ضمن الحالة الواحدة، وذلك بغية شرح الأحداث

لتصبح بعدها للقطعة مترتبة أجياناً يعودون بالشخصية في العمل.

العرض الزمانى

حيث شاهدنا أن الزمن الماضي في مسلسل «لولا بدّي»

قام على مرحلتين، حيث ظهر الزمن الأول حينما عرضت

مشاهد الشخصيات الثلاث في طفولتهم، وفي بعض

الحلقات كان الزمن يجتمع

بجانبه ضمن الحالة الواحدة، وذلك بغية شرح الأحداث

لتصبح بعدها للقطعة مترتبة أجياناً يعودون بالشخصية في العمل.

العرض الزمانى

حيث شاهدنا أن الزمن الماضي في مسلسل «لولا بدّي»

قام على مرحلتين، حيث ظهر الزمن الأول حينما عرضت

مشاهد الشخصيات الثلاث في طفولتهم، وفي بعض

الحلقات كان الزمن يجتمع

بجانبه ضمن الحالة الواحدة، وذلك بغية شرح الأحداث

لتصبح بعدها للقطعة مترتبة أجياناً يعودون بالشخصية في العمل.

العرض الزمانى

حيث شاهدنا أن الزمن الماضي في مسلسل «لولا بدّي»

قام على مرحلتين، حيث ظهر الزمن الأول حينما عرضت

مشاهد الشخصيات الثلاث في طفولتهم، وفي بعض

الحلقات كان الزمن يجتمع

بجانبه ضمن الحالة الواحدة، وذلك بغية شرح الأحداث

لتصبح بعدها للقطعة مترتبة أجياناً يعودون بالشخصية في العمل.

العرض الزمانى

حيث شاهدنا أن الزمن الماضي في مسلسل «لولا بدّي»

قام على مرحلتين، حيث ظهر الزمن الأول حينما عرضت

مشاهد الشخصيات الثلاث في طفولتهم، وفي بعض

الحلقات كان الزمن يجتمع

بجانبه ضمن الحالة الواحدة، وذلك بغية شرح الأحداث

لتصبح بعدها للقطعة مترتبة أجياناً يعودون بالشخصية في العمل.

العرض الزمانى

حيث شاهدنا أن الزمن الماضي في مسلسل «لولا بدّي»

قام على مرحلتين، حيث ظهر الزمن الأول حينما عرضت

مشاهد الشخصيات الثلاث في طفولتهم، وفي بعض

الحلقات كان الزمن يجتمع

بجانبه ضمن الحالة الواحدة، وذلك بغية شرح الأحداث

لتصبح بعدها للقطعة مترتبة أجياناً يعودون بالشخصية في العمل.

العرض الزمانى

حيث شاهدنا أن الزمن الماضي في مسلسل «لولا بدّي»

قام على مرحلتين، حيث ظهر الزمن الأول حينما عرضت

مشاهد الشخصيات الثلاث في طفولتهم، وفي بعض

الحلقات كان الزمن يجتمع

بجانبه ضمن الحالة الواحدة، وذلك بغية شرح الأحداث

لتصبح بعدها للقطعة مترتبة أجياناً يعودون بالشخصية في العمل.

العرض الزمانى

حيث شاهدنا أن الزمن الماضي في مسلسل «لولا بدّي»

قام على مرحلتين، حيث ظهر الزمن الأول حينما عرضت

مشاهد الشخصيات الثلاث في طفولتهم، وفي بعض

الحلقات كان الزمن يجتمع

بجانبه ضمن الحالة الواحدة، وذلك بغية شرح الأحداث

لتصبح بعدها للقطعة مترتبة أجياناً يعودون بالشخصية في العمل.

العرض الزمانى

حيث شاهدنا أن الزمن الماضي في مسلسل «لولا بدّي»

قام على مرحلتين، حيث ظهر الزمن الأول حينما عرضت

مشاهد الشخصيات الثلاث في طفولتهم، وفي بعض

الحلقات كان الزمن يجتمع

بجانبه ضمن الحالة الواحدة، وذلك بغية شرح الأحداث

لتصبح بعدها للقطعة مترتبة أجياناً يعودون بالشخصية في العمل.

العرض الزمانى

حيث شاهدنا أن الزمن الماضي في مسلسل «لولا بدّي»

قام على مرحلتين، حيث ظهر الزمن الأول حينما عرضت



من دفتر الوطن

الأغاني والقلوب المتعبة!

عصام داري

كي لا أكتب عن الأسعار والتجار، ولا أوجه اللوم لشخص في هذا البلد المكافح وشعبيه المعطاء، قررت الحديث عن أغانيها وما تتناوله من موضوعات وقضايا ومحابيات لها أول ومالها آخر. معظم الأغاني العربية عاطفية، أي عن الحب والعشق والهوى، ومصدر هذه الأغاني يكون هناك ذكر للقلب باعتباره محرك العشق الأول، ومصدر شارات الحب.

لاحظت أن الكثير من الأغاني العاطفية التي يدخل فيها القلب كقاسم مشترك أعمق، تتشتكي من التعب، فالموسيقار الذي لا يعوض محمد فوزي له المسؤولية في تعب القلب على الحلو، الذي هو الحبيب.

أما فiroز فطلب من قبلها، الذي يعتقد أنه حبيبها بالآخر يتعجب قلبه: يا قلبي لا تتعجب قلبك وبجلك على طول بجلك، من الواضح هنا أن الحبيب احتل مكان القلب وصار مخاطبًا من الحبيبة التي هي فiroز طبعاً.

وتعب القلب ليس جديداً، بل هو قديم جداً، إذ ستجد في التراث والقولوكور العربي الكثير من الأغاني التي تتحدث عن وجع القلب، واعتقد أن أشهر هذه الأغاني أغنية هالأسمر اللون، للأسمري، تعانى يا قلب خيوه، هواك رمانى.

مع ذلك فالتعب مقبول نسبياً إذا ما قارنه بالجراح والأنين، فالموسيقار فريد الأطرش يغنى ودموعه على الخدين فيقول «يا قلبي يا مجرح أصبر على القسم باب السما مفتوح لدعوة المظلوم». الغريب أن قلب فريد الأطرش مجرح مع أنه سبق وأهداه لحبنته: «قلبي ومتناحه دول إيديك، ومساه وصباها، يسانني عليك»، فأين العدالة في الحب والهوى، أن نهدي قلوبنا من يجرحها وصبيها بالوجع، أم إن العذاب وسهر الليالي من ثوابت شرع الهوى؟

لكن شادية لا تشعر بالتعب هي ولا قلبها، بل فعلت كما فعل فريد الأطرش وزميله فقد قالت لحبيتها: القلب معك ثانية بثانية، لو حتى تروح آخر الدنيا.

عبد الحليم حافظ أوقتنا في حيرة، فعل هو عاشق، أم إنه بعيد عن العشق المسافة طويلة؟ فمرة يقول: يا قلبي يا خالي، ومرة أخرى يقول: يا قلبي خبي ليبيان عليه، ويُشوف حبيبي دموع عنده، ومن الفاحر أن قلبه متعب بقلوب باقي العشاق وينضف بذلك إلى محمد فوزي وفيروز وفريد الأطرش.

أما أنا فقد أنهيت كلامي عن الغناء والقلوب المتعبة، ومنها قلبي الذي يحتاج إلى صيانة في القريب العاجل، والأهم أنتي ابتعدت عن التقاضي كشف الفنان يامن الحجي عن بدء التحضيرات لكتابته عمل جديد بالشراكة مع الكاتب علي وحبي، على أن تخرجه المخرج رشا شربتجي ويشارك فيه أبطال مسلسل «ولاد بديعة»، على أن يكون جاهزاً للعرض في رمضان المقبل.

كما أوضح أن مسلسل «ولاد بديعة»، تمت كتابته وتচويره وعرضه خلال ٧ أشهر فقط.

وأكمل أنه اتخذ قراراً بـ«لا يكون ممثلاً ينتظر الدعوة من مخرج أو شركة إنتاج، وقرر أن يكون صانعاً لأن مشروعه كبير».

يامن الحجي: مشروع كبير



الوطن

كشف الفنان يامن الحجي عن بدء التحضيرات لكتابته عمل جديد بالشراكة مع الكاتب علي وحبي، على أن تخرجه المخرج رشا شربتجي ويشارك فيه أبطال مسلسل «ولاد بديعة»، على أن يكون جاهزاً للعرض في رمضان المقبل.

كما أوضح أن مسلسل «ولاد بديعة»، تمت كتابته وتচويره وعرضه خلال ٧ أشهر فقط.

وأكمل أنه اتخذ قراراً بـ«لا يكون ممثلاً ينتظر الدعوة من مخرج أو شركة إنتاج، وقرر أن يكون صانعاً لأن مشروعه كبير».

تضامناً مع غزة.. جامعة غرناطة تعلق التعاون مع «إسرائيل»

وكالات

أعلنت جامعة غرناطة الإسبانية أنها علقت التعاون مع الجامعات والمؤسسات «الإسرائيلية» حتى توقف العدوان على قطاع غزة، مشيرة إلى أن قرارها يأتي في إطار التزام راسخ بالسلام والعدالة الاجتماعية وحماية حقوق الإنسان والتعاون بين الشعوب.

وتضمن القرار تعليق حركة الطلاب الوافدين والمغاردين وأعضاء هيئة التدريس والبحث والموظفين والدارسين والخدميين مع الجامعات «الإسرائيلية». وكذلك تعليق اتفاقيات التدريس والدورات الصيفية الموقعة مع جامعي «بان إيلان» و«تل أبيب»، وعدم التوقيع على اتفاقيات جديدة أو المشاركة في مشاريع التعاون الأكاديمي الدولي الجديدة مع الجامعات «الإسرائيلية».

وأظهرت لقطات لحظة احتلال الطلاب المؤيدون لفلسطين بهذا القرار.

كما شدد القرار على ضرورة تكثيف العلاقات مع الجامعات الفلسطينية والتعاون مع المنظمات غير الحكومية العاملة على الأرض لمساعدة واستضافة الطلاب والباحثين الفلسطينيين.

وفي وقت سابق هذا الشهر، أصدر مجلس الجامعات الإسبانية، الذي يضم ٧٦ جامعة، بياناً أدان فيه العدوان «الإسرائيلي» على قطاع غزة.

روبوت يجري عملية جراحية

وكالات

نجح مستشفى الأمير محمد بن عبد العزيز في تسجيل إنجاز طبي جديد باستخدام تقنية متقدمة من تقنيات جراحات العظام المتخصصة. حيث لأول مرة في المدينة المنورة، استخدم الفريق الطبي الروبوت في عملية تغيير مفصل الركبة لمريضة في العقد السادس من عمرها.

وكانت المريضة تعاني آلاماً شديدة في الركبة اليسرى أدت إلى تقييد حركتها عن المشي والحركة بشكل طبيعي، ما أثر بشكل كبير على نفط حياتها اليومي. حيث أظهرت الفحوصات الطبية والإشعاعات المتخصصة وجود خسونة شديدة في مفصل الركبة اليسرى مع انحراف في الساق.

فقرر الفريق الطبي تسخير التقنية الطبية الحديثة في استبدال مفصل الركبة للمريضة باستخدام الروبوت الآلي والذكاء الاصطناعي.

واستغرقت العملية الجراحية ساعتين فقط، وتكللت بالنجاح.

حيث يتميز جهاز الروبوت بدقة عالية في تنفيذ عمليات المفاصل الصناعية تصل إلى ٩٩ بالمائة من حيث ملاءمتها للمفصل الطبيعي للمرضى.

أكلات لا ينبغي إعادة تسخينها

وكالات

أكد تقرير طبي أنه عند إعادة تسخين الخضروات الورقية الخضراء، يمكن أن يفقد الطعام قيمته الغذائية بسبب تحلل التترات إلى تترات، لذا من الأفضل استهلاكها طازجة أو استخدامها مباشرة بعد الطهي.

ذلك يمكن أن يؤدي إعادة تسخين الدجاج إلى زيادة نمو البكتيريا، خاصة إذا لم يخزن بشكل صحيح.

إلا أن الأطباء ينصحون بإعادة تسخين الدجاج مرة واحدة فقط على درجة حرارة عالية تصل إلى ٧٥ درجة مئوية لقتل البكتيريا الموجودة في الطعام.

أما تسخين كل ما يحتوي على الفطر، فقد يؤدي إلى تدهور بروتيناته، مما يؤثر سلباً في الجهاز الهضمي.

تأثير تغير المناخ في صحة الدماغ

وكالات

وجدت دراسة علمية أن تغير المناخ يؤدي إلى تفاقم أمراض بعض حالات الدماغ، مثل الجلطات الدماغية والصداع النصفي والتهاب السحايا والصرع والتصلب المتعدد والفصام ومرض الزهايمر وباركنسون.

وتعود أدمغتنا مسؤولة عن إدارة التحديات البيئية التي نواجهها، خاصة ارتفاع درجات الحرارة والرطوبة، عن طريق تحفيز التعرق على سبيل المثال.

وتعمل أجسامنا، وجميع مكوناتها، بشكل جيد ضمن الحدود البيئية التي تكيفنا معها على مدى آلاف السنين.

وعندما تتغير الظروف البيئية بسرعة إلى نطاقات غير معتادة، كما يحدث مع درجات الحرارة والرطوبة القصوى المرتبطة بتغير المناخ، فإن الدماغ يكافح من أجل تنظيم درجة الحرارة، وهذا يبدأ بالخل.

ويمكن لبعض الأمراض أن توقف بالفعل عملية التعرق الضرورية للحفاظ على برودة الجسم، أو علينا بأننا نشعر بالحرارة الشديدة. وتزيد بعض الأدوية المستخدمة لعلاج الحالات العصبية والنفسية من تعقيد المشكلة من خلال تقويض قدرة الجسم على الاستجابة، مما يقلل من التعرق أو يعطّل آلية تنظيم درجة الحرارة في الدماغ.

وتتفاقم هذه التأثيرات بسبب موجات الحر، التي تضر ببنونا، كما أن النوم المضطرب يزيد من تدهور بعض الحالات، مثل الصرع.

وقد تتفاقم الأعراض لدى الأشخاص المصابة بالتصلب المتعدد في ظروف الحرارة الشديدة. كما أن ارتفاع درجات الحرارة يمكن أن يجعل الدم أكثر كثافة وأكثر عرضة للتجلط بسبب الجفاف أثناء موجات الحر، مما يؤدي إلى الجلطات الدماغية.

وقال الخبراء: إن تغير المناخ يؤثر في العديد من الأشخاص المصابة بأمراض عصبية، وغالباً بعدة طرق مختلفة.

ويمكن أن تؤدي درجات الحرارة غير الموسمية، والآفات الأكبر من المعاناة في درجات الحرارة على مدار اليوم، والأحداث الجوية المعاكسة، مثل موجات الحر والعواصف والفيضانات، إلى تفاقم الحالات العصبية.

سمية الخشاب تكشف تفاصيل أزمتها

وكالات



كشفت الفنانة المصرية

سمية الخشاب عن تفاصيل تحريرها محضراً ضد منتج شهير، لتحويله إليها شيكين مصرفي بقيمة ٥٠٠ ألف جنيه من دون رصيد.

وقالت: «تحدثت معه مراراً وتحملته مدة سنة، لكنني فوجئت بأنه باع مسلسله وأخذ ثمنه من القنوات، وأنتج بها مسلسلين آخرين، و فعل الشيء نفسه مع منذر رياحنة وبشري وغirna

الكثير». وأضافت: «الأدهى من كل هذا عدم الأمانة، حيث وقع معى عقداً بعشرين حلقات، لكنه تلاعب في المونتاج ليضيع علينا أنا والخارج والممثلين ويفسد المونتاج ليصبح المسلسل مؤلف من ١٥ حلقة بدلاً من عشر حلقات ويبقىها بفلوس أكثر».

تحذير من الإفراط في الكافيين

وكالات

شدد الدكتور شيرسي فيلدر الأستاذ في جامعة تكساس على أهمية تناول الكافيين باعتدال.

وعلى حين أن الكافيين قد يقدّم فوائد مثل تحسين سرعة العضلات للرياضيين وزيادة التركيز للطلاب، فإن تجاوز الحدود اليومية الموصى بها يمكن أن يشكل مخاطر صحية خطيرة، خاصة على الدماغ.

ولفت إلى أن تأثير الكافيين في الجسم يبدأ بعد ١٥ دقيقة من تناول أحد الأطعمة، أو المشروبات الغنية به، ويصبح في ذروته خلال ٦ دقائق، ويبقى عند هذا المستوى لساعات عدة. وبعد ٦ ساعات، تتبقي نصف كمية الكافيين في جسمى الدم، وفي غضون ١٥ ساعة من تناوله بدلًا من عشر حلقات ويبقىها بفلوس أكثر».