



ص ٧
اتمنى اللعب
في الممتاز



ص ٥
نسعى لوحدة
الريف



ص ٣
الخرطوم في
ايدأ أمينة

ختم كورس الحاسوب الرابع بمركز الشهيد الصادق

ترسل المساهمات
إلى رقم الحساب
2889464
محمد دفع الله احمد سلمان
ترسل الاشعارات لرقم الواتساب
0912414773
مبارك الامين

النوبة

قيادة وريادة
اسبوعية شاملة

صندوق دعم المرضى
منطقة النوبة
ما نقص مال من صدقة
شعار
3366912
احمد الختم عبد السلام
الاشعار هاتف: 0993130757
خوجلي الامين سليمان

المدير العام : حسن محمد حسن

تصدرها رابطة شباب النوبة العدد 29

رئيس التحرير : حمد الهادي ابو الحسن

سكرتير التحرير : ياسر رحمة الله

الخميس ٦ صفر ١٤٤٧ هجري الموافق ٣١ يوليو ٢٠٢٥ م

مدير التحرير : أسماء عبد الوهاب الطيب

غدا ختام دورة الفقيده والشوش

بعدد ١٧ خريجا

ختم كورس الحاسب الآلي بمركز الشهيد



اختتمت في الايام الفائتة كورس الكومبيوتر الذي نظمته رابطة شباب النوبة برعاية كريمة من اللجنة الادارية بمركز الشهيد الصادق عبد الجبار والتي تلقي فيها الدارسين محاضرات في أساسيات الحاسوب لعدد 17 متدرب، وشملت المواضيع التالية:

1. نظام التشغيل (Operating System): التعرف على نظام التشغيل ووظائفه الأساسية استخدام سطح المكتب والملفات والمجلدات التحكم في الإعدادات الأساسية للجهاز
2. مايكروسوفت وورد (Microsoft Word): كتابة وتنسيق النصوص

الجزيرة تتخطى أهلى السروراب

اختتمت عصر الثلاثاء مباريات دوري الاربعة ضمن منافسات دورة الفقيده محمد احمد الصديق (ود الشوش) بقاء جمع بين أهلى السروراب والبادوبة تمكن فيه الاهلى من انتزاع الفوز بثلاثية ليصعد للمباراة النهائية ضد فريق الكواهلة والتي ستجرى يوم غد الجمعة بملعب الدكلاية عند الرابعة عصرا .

الشيخ محمد الأمين إسماعيل في ضيافة النوبة



يحل بين ظهرائنا هذه الايام بالنوبة فضيلة الشيخ الدكتور محمد الامين إسماعيل الداعية المعروف والذي قام بالقاء بعض المحاضرات بمساجد المنطقة وجدت استحسانا وقبولا وحضورا مميذا من كافة قطاعات مجتمع النوبة رجالا ونساء . نسأل الله أن يجعل ذلك في ميزان حسناته

الوفاء لأهل العطاء



الرجلين ردا للجميل حيث كانا يرحلان والدته الاستاذة محاسن مصطفى لمدرسة الفكي الأمين منذ العام ١٩٧١م وهو يذكرهما بالخير ومازالت تلك الايام باقية في مخيلته وهو طفل صغير يأتي بصحبة والدته. الجدر بالذكر أن هذا اللقاء رتب له الاخ عاصم عوض بمعية سعادة الفريق اول شرطة احمد امام

في بادرة انسانية طيبة وجدت استحسانا قام السيد عبد الرحمن عمر محمد من منظمة الاغتنام بزيارة للأعمام بابكر الخضر والصادق السمانى وذكر عبد الرحمن بأن الزيارة تأتي في اطار التواصل مع رجال قدموا خلال مسيرة حياتهم الكثير لسكان الريف الشمالي من خلال عملهم في مجال الترحيل عبر البصات وتأتي زيارته لهذين

مشروع توصيل آبار النوبة بمنظمات الطاقة الشمسية

للمساهمة والتبرع

1289978

بنكك

1084962

اوكاش

51134566

فوري

الاشعار

0922694178 محمد الأمين عمر

دكان علاء الدين السعيد

كاش



حروف مضيئة

جدية بشرى

الاحسان

تعريف الإحسان ؟
أن تعبد الله كأنك تراه
سال جبريل عليه السلام النبي صلى الله عليه
وسلم عن الإحسان فقال (أعبد الله كأنك تراه
فإن لم تكن
تراه فإنه يراك) اليقين المطلق ويأتي ترتيبه بعد
الإيمان وإذا لم يتحقق الإيمان لن يتحقق
الإحسان.
الإحسان إلى الخلق في المال والجاه والعلم
وإحسان في عبادة الخالق وهي التي ذكرناها
سابقاً
قال تعالى (إن الله مع الذين آمنوا والذين أتقوا
وهم محسنون) و
(إذا أحسنتم فقد أحسنتم لأنفسكم) أي شيء
تعمله لوجه الله وبنية صادقة وإخلاص لا بد من
أن يرجع إليك في يوم..
ربنا جعل في بعض الناس صفه الإحسان وهي
مرتبة عالية جداً ومن أرقى درجات الإحسان
حسن الظن بالله تعالى وإذا أحسن إليهم بمالك
او كف أذى أو بجهدك أو نصيحتك بسر الله
تعالى من يحسن إليك !وف قوله تعالى عز
وجل (وهل جزاء الإحسان إلا الإحسان) معناها
إتقان العبادة لله سبحانه وتعالى بإخلاص وإتباع
الرسول صل الله عليه وسلم ومن فعل ذلك فإن
الله يحسن إليه وقال تعالى (إن رحمة الله قريب
من المحسنين)..

السرقه عند الاطفال (٣)

مقال محمد



إشباع الحاجات النفسية*
يعمل الأهل على إشباع الحاجات
النفسية للطفل بنفس قدر الحاجات
المادية، وذلك لأن الحاجة للحنان
والحب والاهتمام لا تقل عن الحاجة
للأكل والشرب، ونقص إشباع هذه
الحاجات يخلق طفلاً غير سوي
ومملوء بعقد النقص والمشاكل
السلوكية.

يجب احترام ملكية الطفل ووضع
الثقة فيه، وتنمية هذه الثقة في
نفسه وتشجيعه، وينصح الخبراء
والوالدين بضرورة ملاحظة تطورات
هذا السلوك على تصرفات الطفل،
وبضرورة إرجاع أي شيء أخذه من
أحد الأصدقاء.

يساعد اشتراك الطفل في نشاط
اجتماعي على تحسن حالته وإقلاعه
عن السرقة، ويفيد في خطة العلاج
تعليم الطفل معنى الملكية الخاصة
منذ الصغر، وذلك بتخصيص دولاب
أو درج خاص به يضع فيه أدواته
وملابسه ولعبه.

* الرقابة على الطفل ومضاعفات
سلوك السرقة عند الأطفال*
* يتساءل البعض هل يمكن أن
يتطور مرض السرقة لدى الأطفال؟*

والتدخين، وتعاطي المخدرات،
ويعتبر أن هذا سببه إهمال الأهل
للطفل حتى يصل إلى هذه المرحلة
الخطرة.
ينبغي أن يحرص الوالدان، من باب
الوقاية، على مراقبة الطفل، وذلك
بالاستفسار عن كل شيء جديد
تراه في البيت مع الطفل، وكذلك
يجب على الأم أن تواصل تعليم
الطفل الأمانة منذ الصغر، من خلال
المواقف والمناسبات المختلفة التي
تمر بها مع طفلها.

الواقع أن الأمر يعود إلى الوالدين
والأهل، لأن هذه المشكلة بالتأكيد
تبدأ من البيت حين يقوم الطفل
بسرقه أشياء من أشقائه، أو بعض
النقود من محفظة أبيه، أو من
مصروف البيت من أمه.
يمكن أن يتطور الأمر إلى قيام
الطفل بسرقة متعلقات زملائه أو
بعض الأموال من بيوت الأقارب أو
الأصدقاء. وبالتأكيد سوف يصحب
هذا السلوك سلوكيات أخرى سيئة،
ومنها على سبيل المثال الانكار

فرحة نجاح

قلم النماء



سمية الشريف

ماويصبو إليه كل شخص هو النجاح في كل شئ
نجاح في الدراسة ..في العمل...يقود إلى تلك
السعادة والفرحة ..تستضي بها الدروب إلى مراقبي
أفضل.

فكل نتيجة تكون أفضل من النتيجة ذاك هو النجاح
ولا بد أن نعلم أننا أننا أن تحسنا هو نجاحك لا بد أن
تفرح به وتبتهج...

ولا بد لنا نلج قليلاً إلى فرحة نتيجة شهادة المرحلة
المتوسطة والتي تعلمنا أن النجاح يحتاج الكثير من
الإجتهاد والعناء حتى نحصل على ذلك الإبتهاج الذي
لا يقتصر على الطالب بل يمتد إلي المدرسة ..إلى
الأسرة ..المجتمع بأكمله ..

إبتهاج يحكي عن أن التعليم هو غاية كل فرد يحصل
منه علي عمل يؤهله أياً كان ذاك العمل في كل مجال
من ضروب الحياة...

عامل .. معلم ..كاتب... مزارع ..تاجر ..مهندس .. طبيب
..أياً كان .. الأصل في ذلك أن يكون الإتقان...

والإخلاص والتفاني
وما يجئ ذلك إلا بزرع روح النجاح في كل شئ ..
لنحصل بعد ذلك على تطور في شتى المجالات..

ولا ننسى الإشادة والتحية والتقدير لكل المدارس
التي تأبرت وثابر تلاميذها حتي يتصدروا أوائل ولاية
الخرطوم ونخص بذلك .. مدارس الريف التي برزت
في نتيجة المرحلة المتوسطة .. منها

مدرسة حسن الريح
مدرسة الجزيرة إسلانج النموذجية بنات مدرسة
الشهيناب مدرسة الفكي الأمين وغيرها ..

وكل المدارس التي برز أبنائها وكل المدارس التي
تسعى حيثما إلى مراتب العلا والفلاح...

ولكن حتى المدارس التي لم تحظى بإذاعة طلاب
منها ...لأنكر أن بها من المتفوقين والساعيين
المجتهدين ..والذين يسعون بجد إلى مراقبي أفضل
فذاك هو النجاح الحقيقي ..

فالسعي إلي النجاح والتحسن إلى الأفضل ذاك هو
أعظم نجاح....

حيث جاءت الإمتحانات في ظروف إستثنائية
وبالرغم من أن السنة الدراسية كانت قصيرة إلا أن
الطلاب أثروا البحث عن النجاح...

المعلم الذي تفاني وأنقن
إدارات التعليم التي خططت ونظمت
الأسر التي سهرت وتعبت

المجالس التربوية التي وقفت وساندت المجتمع الذي
شجع وأرشد كلهم كان لهم الأثر البالغ....

فهذه منة وتوفيق من الله عز وجل..والذي جاء بعده
النصر والفرح..
وأكيد إذا كان الكل على هذا المنوال فلا نخشى على
السودان..

مشكلات الطفولة

المبكرة (2)

صفاء عبدالمنعم



الإستراتيجيات الذكية.. وأسرار تحويل
الطاقة إلى فرص إبداع..

بعد نوبات غضب يوسف المتواصلة وجدت
أمه طرق مبتكرة وإستراتيجيات ذكية لقيادة
غضب ابنها بأمن وتوجيهه إلى إبداع بشكل
جيد ومثمر

بدأت تقدم له قطع تركيب كبيرة "البلوكات/
مكعبات الخشبية"

والبازل ذو القطع الكبيرة لتركيب الصور
والصلصال؛ فتطلب منه أن يبني منزلاً كبيراً
يصل للسقف قبل أن يرن المنبه الذي تضعه
له. أو أن يبني بالصلصال وحشاً كبيراً ثم
يدمره. فتركيز الطفل على القطع والألوان

في البازل والمكعبات يبعده تفكيره عن سبب
الغضب، وكذلك حركات العجن المتكررة في
الصلصال تساعده على التفريغ العاطفي

وتقلل التوتر وتهدئ الجهاز العصبي.
كل هذا يعمل علي تحويل الطاقة الحركية

الزائدة إلى حركة هادئة فيقلل هرمون
الكورتيزول " هرمون الغضب" بنسبة ٢٠%
خلال ١٠ دقائق حسب دراسة جامعة هارفارد.

وكذلك هذه الطرق تحفز هرمون السعادة
يطلق " الدوبامين" هرمون المكافأة مما
يحسن المزاج.

التركيب والتشكيل كلاهما يحتاجان إلى
تخطيط وصبر وهما عدواً للإنفعال.

أما أم عمر فقد لجأت للعلاج اللغوي اليومي
المكثف:

فكانت تحرص على الإشباع السمعي
والأسئلة المفتوحة لطفلها فتكرر له الكلمات
٢٠ مرة أثناء الأنشطة اليومية، وتسأله
ليجيب عليها بدلاً من تلبية طلباته بالإشارة.

إضافة لإستخدامها الأدوات التفاعلية مثل
أغاني الحروف أي نطق الحرف مع إيقاع
الطبل وتشكيل الحروف بالصلصال مع نطقها
فأصبح تدريجياً يصنع الأشكال وصفها " هذه

تفاحة - هذه سيارة حمراء" وأخيراً فقد
كانت حريصة على قطع الإلكترونيات لتحفيز
التفاعل المباشر.

فأصبح عمر بذلك:
-ينطق أسماء أشياء مألوفة " قطة - حلوى -
وردة"

-يكون جمل بسيطة " أريد أن أنام"
-يروي قصص قصيرة " ذهب الي الحديقة
مع أمي" ..

وضع مقومات النجاح الهدف الأسمى..تجئ بعدها
فرحة تؤدي بدورها إلى مواصلة الإجتهد والتميز..

يكون بذلك سودانا أسمى وأرقى وذاك هو النماء
الذي نسعى إليه.

نسال الله التوفيق والسداد للجميع وحتى الذين لم
يحالفهم حظ النجاح لا يقنطوا فالنجاح يأتي بعدم
اليأس والتفاؤل وأكيد هو آت .

فالتحية والتفائل لكل من تأبر..
هدفه نجاحه ومن بعده وطنه الذي نتمناه دوماً في
الأعالي سائلين بذلك المولى عز وجل أن يبعد عنا
مطامع الطامعين ..

وتقول لهم إن الله بفضل الله وشعبه قادم بقوة
في طريق النماء والتطور..يأذن الله

لهذا لا نحب وطننا (٣)



احمد ابو حواء

الوطن هو أعلى ما يعتز به الإنسان لأنه مهد صباه ومدرح خطاه ومرتع طفولته ومأوي كهولته ومنع زكرياته ونبراس حياته ؛ وموطن أبائه وأجداده وملأذ أبنائه وأحفاده.

فالإنسان بلا وطن إنسان. بلا هوية وبلا ما مضى وربما بلا مستقبل..

لذلك ليس لنا إلا حب الوطن ولا بديل ، فأرض الأجداد والآباء أرض الخير والبركة والعتاء والنقاء أولى بحبنا من حبنا لسواها...

حب الوطن ينبع من الإيمان الخالص بالله عز وجل والإيمان بالوطن كقطرة سليمة ..

حب الوطن كلمة حق في حق الوطن الذي يمثل قبلتنا على جبين أرضه .

الوطن هو المكان الذي ولدنا فيه وعشنا في كنفه وترعرعنا على أرضه وتحت سماؤه وأكلنا من خيراته وشربنا من ماؤه وتنفسنا هواؤه وأحتمينا في أحضانه ولو أبعدتنا الظروف ومشاكل الحياة عنه لسبب أو لآخر فهناك دائماً ما يشدنا للعودة إليه فجدورنا الراسخة في ترابه وإنتماؤنا الفطري وولاؤنا له لا ينتهي ولا يفنى أبداً.

الوطن. كلمة ذات حروف بسيطة ولكنها تحمل كل المعاني العظيمة وتعجز الكلمات عن التعبير .

الوطن ليس مجرد حكاية تروي او كلمات نثر تقال بأسلوب بديع بل هو أجمل النعم التي أنعم الله بها علينا وبالتالي فإن علينا أن نحمله وندافع عنه ونفديه بأغلى ما نملك . ونعمل جميعاً كي يد واحدة ليبقى آمناً وصامداً في وجه المحن.

الوطن هو المأوي والملجأ و الأسرة الكبيرة التي يجب أن تكون متماسكة بأبنائها حتى نلهم بالدفء ونشعر بالأمن والأمان والسكينة والحرية والطمأنينة وهو النواة التي يعم من خلالها الخير والعتاء على أبنائه دون إستثناء أو تمييز إن تكاتفوا جميعاً علي رفعتهم.

الوطن هو نعمة كبيرة وواجبنا أن نصون ترابه وأرضه بالترابط والتلاحم وغرس القيم النبيلة في نفوسنا جميعاً...

إن مبدأ حب الوطن لا ينكره عقل ولا يرفضه لبيب فهو إنتماء فريد الإحساس ووفاء وتضحية شريفة فالوطن ليس لهجة نتلفظ بها أو جنسية نحملها أو قانون نلتزم به بل هو أسمى من جميع تلك العبارات ولأن الوطن هو النعمة الأكبر فعلياً أن نصونها ونعمل علي حفظ ترابه وأرضه ورفعة ناسه.

وطنتنا هو الأجل والأكمل فلماذا وكيف لا نحبها؟!.

جوهر الحكاية

عاطف آدم أحمد



الخرطوم في أيادٍ أمينة



هباء يذروه الرياح. فهذا الشعب بحضاراته وتاريخه وحاضره أكبر من أن يكون خاضعاً لها.

جوهر الحكاية...

إلى كل سوداني معني بالسودان لا تكن جسر لعبور الدسائس والمكائد ، لا تكن أداة في يد العدو وهو يخوض حرب جديدة ميادينها وسائل الإعلام والحياة الإجتماعية.

لطالما كان إنتصار السودان في تماسك وتضافر أبنائه

مدنيين وعسكريين،

ولعل القوات المسلحة السودانية والقوات المساندة لها صور أخرى للوحدة الوطنية والحالة التي إكتملت من عندها إنتصارات الدولة على الفوضى.. الجيش...علي المليشيا...

وتبين الفرق بين مقاتلي الجيش...وقتلة مليشيا الجنجويد....

الوحدة الوطنية والتعايش الإجتماعي السلمي من كل بقاع السودان ومن كل فج فيه جمعتهم جغرافيا الخرطوم بمدنها الثلاث وضواحيها.

في ذلك رسالة وفكرة راسخة مفادها أن مليشيا الجنجويد هي الرائدة في القتل والتنكيل علي أساس إثني وقبلي وما وثقه وأدلى به أفرادها أنفسهم دليل...

كما إمتد نشاط أبواقها إلى اللعب علي أوتار التحيز الإثني لتستجدي من يعينها في ورطتها وهي تحت قبضة القوات المسلحة السودانية والمقاومة الشعبية.

وتارة أخرى لإحداث تشوهات في النسيج الإجتماعي لتعويض خسارتها في الميدان

(عسكرياً) بإحداث إشكالات من الداخل إلا أن حكمة الله في تعرية فكرة

المليشيا وسوءها جعل كل إدعاءاتها

منذ أن دخلت الجامعة لم أعب عنها فترة طويلة فقد كانت ولا تزال أرض الأعلام وميدان الأفعال التي تحقق ذلك..

ببريقها وقدرتها على إستيعاب السودان التي هي عنوانه...

المدينة تكسوها ملامح الفراغ فعملية العودة لم تكتمل بعد وهو أمر يلاحظه رواده العارفين بإزدحامها وضجيجها الوليف..

القوات النظامية تباشر مهام وموزعة بدقة وتتخذ من الإجراءات ما يحفظ سلامة وأمن المواطن .

المواطنين الصامدين الذين لم يبرحوها تنفسوا الصعداء مع تحريرها من دنس مليشيا الجنجويد سيئة الصيت،

نفسهم المواطنين الصامدين وحتى اللحظة يمثلون واحدة من أجمل صور

النوبة عبر صحيفتها



فوق صَنْقور المَحَلَّة الطالت كَبَن
قُول للمَحَلَّة بِيوتِك خَرَبَن

و تمثل السيول المندفعة عبر هذا الوادي بشاره خير بخريف مبشر،

وكذلك يوجد بالقرية مركز الشهيد الصادق ذو الأنشطة المتعددة (ثقافية دينية صحية) إذ تقام فيه الأيام الصحية و دورات الحاسوب و دروس للممتحنين، و كذلك تمتلك القرية فريق بالدرجة الثالثة و هو من الفرق المشهود لها بالقوة و الجسارة و دائماً ما يقف الحظ في طريق ترقية للدرجات العليا، و قد كانت له صولات و جولات على نطاق المنطقة عبر دورات الريف و كان فارسها الأوحده ، و كذلك توجد فرق الأحياء الداخلية و فرق للناشئين، و تنظم دورات منتظمة بين كل فترة و أخرى مما يساعد في خلق المواهب و صقلهم، و كذلك هناك ميدان صلاتي العيد و هو بمثابة ملتقى جامع يجتمع فيه أهل القرية مرتين في العام، و هو يعتبر صمام أمان وحدتنا الداخلية، هذه نبذة مختصرة عن قريتي الحبيبة أتمنى أن تنال رضاكم ،

و دتمت سالمين

بالقرية تحدثنا شمالاً قرى السروراب الكبرى و جنوباً الجزيرة اسلانج و كلهم أبناء عمومتنا ، لدينا الموظفين و المزارعين و التجار شأننا شأن غيرنا من القرى، و يشق القرية وادي رملي منبسطة يقسمها إلى نصفين كل نصف يسمى الآخر بشق الوادي و هذا الوادي كان في الماضي مغطى بغابة كثيفة من أشجار السنط المتشابكة و التي ذهبت بفعل القطع الجائر، و كانت أبقار الحلة تسرح بين هذه الأشجار و هو بمثابة متنفس للقرية و هو نواة لأن يكون سوقاً لحركة الناس الدائبة فيه فهو سنتر القرية و رمانة ميزانها، و في فصل الخريف له منظر جمالي خلّاب، إذ تجد الأطفال يلعبون فيه و الكبار يتفرون و الجميع مسرور، و يحمل هذا الوادي مياه الأمطار التي تأتي من الخلاء و كذلك التي تأتي من داخل القرية عبر الخيران الصغيرة و يحملها إلى البحر، و قد قال الشاعر الدكتور ود

بادي يوصف حال الوديان في الخريف

الوادي الجانا مترقن

مدّ جناحو الطايل شرقاً وغرباً

القبلي يروفو علي القلعات إتضربن

الدكن البعدن قرتن

وتلك الأيام



اسامة عوض احمد

عندنا جلسة يا السامع تعال شرفنا
إسمك و إسم أبوك بي قريتك عرفنا
نعرف أحوالكم أناس وأعرفو ظرفنا
نحن الخوة ما نبخل عليها حرفنا
بعرف نفسي لي السامعني والماسامع
ساكن النوبة و القرية اللي ديارنا معالم
قرية النوبة شمال أمدردمان تبعد عنها حوالي ٣٥ كم
ساكنها جعليين و جموعية مع بعض الخليط نتيجة
النسب، و تقسم القرية إلى عدة أحياء داخلية و هي
(خشم بيوت) (مثل النايلاب الباراب الجماراب) إلخ.... و
هذه التسميات مأخوذة من إسم الجد لكل خشم بيت و
لكن تجمعنا كلنا القرية في بوتقتها عبر وحدة وطنية
جاذبة

و تمتاز النوبة بالأراضي الزراعية الخصبة إذ يعمل الغالبية
بالزراعة و قد كانت الزراعة شبه موسمية لشح المياه إذ
ثروي الزراعة عبر المتر لموسمية البحر ، و المحاصيل التي
تزرع هي : الأعلاف من برسيم و أبو سبعين و كذلك
البصل. و في موسم الشتاء يتم زراعة المحاصيل الشتوية
مثل الفول المصري و الفاصوليا ، و بعد إدخال الآبار
الأرتوازية في عملية الري أصبحت المساحات المزروعة
أوسع من قبل، كذلك تمتاز القرية بوجود أكبر عدد من
المعلمين على مستوى الريف، الذين هم رسل العلم و
شعلات النشاط، و بها روضة أطفال حكومية و عدد من
الرياض الخاصة و كذلك مدارس للأساس بنات و بنين و
مدرستين ثانويتين للبنين و البنات ، و بها مركز صحي في
طريقه لأن يصبح مرجعياً و هي من أكبر قرى الريف من
حيث الكثافة السكانية ، و بها قرابة الثمانية جوامع،، و
نتعارف كلنا من كبيرنا إلى صغيرنا فكلنا أبناء رحم واحد
جدنا حمد القويرح الذي أتى من الجووير غرب شندي قبل
زمن طويل و إستوطن

همسات يراع

عمار محمد ابو شهيد

سعادة الفريق أول أمن
جلال الدين الشيخ (١)

عبر صحيفة النوبة الإلكترونية ، و عمود همسات يراع ، و علي غير العادة نستضيف فريق أول أمن جلال الدين الشيخ الطيب الرئيس الأسبق للهيئة الطوعية ، و الرئيس الأسبق للهيئة المتحدة ، في إفادات عن نشأة ومراحل تكوين الهيئة الطوعية للسروراب عبر مراحلها وإنجازاتها و ما آلت إليه ، بعيد عن روتين السؤال و الرد ، كما نوجه له الدعوة كاتباً مشاركاً وخبرة يستفاد منها و نحن نعمل على إصدار مجلة الحرازة الشهرية ، كما أشكر المهندسة الأستاذة الشاعرة سهير فتح الرحمن التي كانت الوسيط بين الصحيفة والفريق أول ، فالكلمة والعمود له

نعمل على توحيد الريف
تحت كيان واحدوجدنا وثائق من الثلاثينات
تؤكد وجود جمعية تضم الأهل
بالسروراب والجزيرة اسلانج

الرحيم إمام ومن الجزيرة إسلانج العم علي نايل ومن الشيخ الطيب مولانا عبدالرحيم محمد صالح ومن العلماء د. الحبر يوسف نور الدائم عليه الرحمة . بعدها دعونا لعقد جمعية عمومية وقد تم ذلك بإستراحة في بحري وقدمت الدعوة كذلك لعدد من أهلنا بالنوبة وقد حضر بالفعل العم إبراهيم سعد ، وأذكر عندما فتح الباب للنقاش سأل لماذا لا تكون الهيئة لكل الريف ؟ واجبه بأنه في مخيبتنا أن تشمل كل الريف لكن منطقة السروراب تعاني من الفرقة والإنقسام ما لم تعانیه بقية القرى من حولنا لذا دعونا نتعافي أولاً حتى نتعافي ونصلح أنفسنا ونصلح الآخرون بصلاحتنا وهذا لا يعني أننا سننفضل عنكم وبالفعل وتحققاً لهذا الغرض أنشأنا أمانة لشئون القرى والجزيرة مهمتها التواصل مع الجيران وتحقيق النفع المتبادل بيننا وبينهم ، وشهادة لله بعد مضي عدد من السنين وبعد أن أحسنا بأننا تعافينا ذهبنا مبادرين بزيارة للأخ المرحوم عبد الرحيم إمام وذكرنا له وعدنا بأن تشمل الهيئة كل القرى وخاصة أنكم ذكرتم أنكم قد سعيتم لعمل كهذا منذ عام ١٩٦٥م ، فنرى الآن أن الوقت مناسب لهذا العمل فرحب جداً بالطرح وأسئلتكم الرأي على إن يكون الأخ عثمان الأمين رئيساً لهذه الهيئة المعنية بتطوير الريف بأثره وأن تنشئ كل قرية هيئة مصغرة لها وترقد هذه الهيئة الريفية برئيسها وعضوين آخرين .

وتم إختيار الأخ عثمان الأمين لهذه المهمة بعد أن إعتذرت أنا نسبة لتعيني معتمداً لمحلية جبل أولياء وحتى هيئة السروراب إعتذرت منها وتولي رئاستها الأخ محمد عظيم النور ووعدت أن أكون عضواً فاعلاً في أي من اللجان ، أنتظر الأخ عثمان ردحاً من الزمان حتى يتم تكوين هذه الهيئات ولم يتم ذلك وأيضاً فشلت التجربة التي كانت ستمثل نقلة كبيرة في وحدة أبناء الريف وإلتفافهم حول القضايا الكبرى ، نأمل من شبابنا الحالي وأنتم تشكلون رأس رمحه إعادة التفكير في الأمر ليرى النور.

هذه ملامح عامة وسأقفز مباشرة إلى إنجازات الهيئة الطوعية لنهضة السروراب.. الحمد لله عكفت هذه الهيئة منذ البداية علي تشخيص العلل وكانت مشكلة النفايات هي الأشد ، جلسنا مع القائمين علي أمر كرري وأم درمان ووفروا عربتان لنقلها وتم إشراك مكتب الصحة بالمحلية وتم تعيين متحصلين علي مستوى الريف .. إستمرت التجربة عدة أشهر وفضلوا في المواصلة لأن الأهل لم يدفعوا ولا ملين ، نفذت الهيئة العديد من حملات الرش للبعوض والذباب وكانت عامة لكل الريف ..



الأستاذ شمس الدين المصباح الأخ الجيلي تاج الدين الأخت أميرة الشيخ كل هذه المجموعة شكلت القوى البشرية المكونة للهيئة الطوعية وعقدنا إجتماعاً لتوزيع المهام وتكوين المكاتب من نائب رئيس وأمين المال والسكرتارية وأمانة شئون القرى ، وأمين الإستثمار والتنمية البشرية ونائب أمين المال وشئون المرأة والطفل ، شئون الدعوة ، الخدمات العامة ، شئون التعليم ، أمانة العاملين بالخارج ، أمانة الشؤون الصحية ، أمانة الإعلام ، أمانة الشباب والرياضية ، وعكفنا علي صياغة نظام أساسي يوزع المهام ويضبطها ويضبط الهيئة ونسير علي هدية كدستور منظم وحاكم لأعمالنا ، أشير هنا بأن كل من الدكتور محمد الحبر والأستاذة أزاهر إسماعيل لم يتمكننا من الإستمرار معنا وهذا دفعنا لإختيار بدلاء لهما وإضافة أعضاء جدد للهيئة فتمت إضافة المذكورين:

المهندس محمد الفاتح عبدالوهاب
العقيد ركن محمد عبدالله الأمين
المهندس سهير فتح الرحمن
الأستاذ عبدالرحمن قسم السيد.
الأستاذ محمد الحسن الشريف.
الاستاذ عماد إبراهيم يوسف.
الأستاذ سيف الدين محمد عبدالواحد.
الأستاذة سحر ميسرة إلياس
الأستاذ سعد السماني خالد.
الأستاذ جمال عبدالحمود

سارت الأمور بصورة طيبة فعملنا قسم رعاة فخري يضم عدد من الشخصيات من كبار السن واصحابه الحكمة والدراية للمرجعية الفكرية والخبرة العملية ، وهذا المجلس لم يكن قاصراً علي أهل السروراب وحدهم فكان من النوبة الأخ الأكبر عبد

تقوم بحل المشاكل في مهدها وتتولي النهوض بالمنطقة ؟ أمن الجميع علي أهمية الأمر

وإستقر الرأي علي تكوين هيئة أو جمعية ، وسميت بلجنة تطوير السروراب وتم إختيار العم المصباح الشيخ إبراهيم ليكون رئيساً لها وكان ذلك في العام ٢٠٠١م ، تزامن ذلك الحدث مع تعييني أنا والأخ الجنيدي للعمل بالخارج ، الأخ الجنيدي كملحق عسكري بمصر وأنا مستشار فني بسفارة السودان بالرياض وقد أقامت هذه الهيئة مهرجان رياضي كبير وداعاً لنا ، بعد مغادرتي لأرض الوطن لم تواصل اللجنة أعمالها. في عام ٢٠٠٨م تكرم الأخ عبد المحمود الشيخ خالد بدعوتنا لإجتماع بمنزله بالثورة وكان الغرض منه هو التفاوض في أمر المنطقة بما يرفع من شأنها ويوفر الخدمات لأهلها فاستقر الرأي علي تكوين هيئة طوعية من الحضور وغير الحاضرين وقد كلفت برئاستها وبالفعل تفاعرتنا وإخترنا من الذين تحملوا معنا هذه الأمانة المذكورين :

الأخ عقيد شرطه طيار محمد عظيم النور
الأخ محمد عظيم بشير
الأخ عبد المحمود الشيخ خالد الأخ العقيد عثمان الأمين الأخ أبوالميسر محمد خالد عليه الرحمة الأخ عمار الجلال الأخت أزاهر إسماعيل لأمانة المرأة والطفل لكنها لم تحضر
الأخ محمد الحبر يوسف نور الدائم أميناً لشؤون الدعوة وايضاً لم يحضر الأخ هاشم الطيب الأخ هشام السري
الأخ فيصل المفتاح
الأخ يحيي عبد الله المك
الدكتور محمد الشيخ الولي

بسم الله والحمد لله والصلاة والسلام علي رسول الله أولاً كل الشكر للأهل بالنوبة وأخص الأبناء القائمين علي أمر صحيفة النوبة الإلكترونية والتهنئة لهم بإنشاء هذه الصحيفة ونسأل الله تعالى لهم التوفيق وتحقيق المقاصد.

كما أشكر الأخت باشمهندس سهير والتي كانت هي حلقة الوصل بيني وبين هؤلاء الفتية . نسأل الله لها الصحة والعافية . شهادة مني أشهد بها لأهل النوبة والله خير الشاهدين بأنهم قد عرفوا العمل الطوعي منذ زمن باكر وقد شيّدوا من خلاله العديد من المؤسسات والمنشآت الخدمية والتي تقف شامخة حتي الآن وشاهدة لهم ومحفزة للأخريين والله نسأله القبول لكل من إنخرط وساهم في هذا العمل الكبير .

كذلك أقول أن العمل الجماعي والتكافلي يجري مجري الدم عند كل أهلنا وهنا أقصد كل سكان الريف في الرقعة الجغرافية الممتدة من الحريراب حتي الشيخ الطيب وأذكر وأستدل لما ذكرت بالآتي...

في منتصف الثلاثينيات من القرن الماضي وجدنا وثائق تؤكد أن هناك جمعية تضم الأهل بالسروراب والجزيرة إسلانج وقد كان علي رأسها كل من الأعمام ، العمدة محمود والجد الصديق الكاوي ، ووجدنا إيصالات مالية ونظام أساسي وهذا يدل علي سبق المعرفة وسعيهم لنهضة مناطقهم .

كذلك في زيارتنا التعريفية بالهيئة عند إنشائها ذهبنا للعم والأخ الأكبر عبد الرحيم إمام عليه رحمة الله ، ، وأذكر أنه قال لي أن هذا العمل الذي قمتم به الآن فكرنا فيه منذ عام ١٩٦٥م ودعونا لإجتماع حضره معنا من أهلك عمك أحمد الطيب الأحمر متعه الله بالصحة و العافية ولكنه لم يرى النور لأسباب مختلفة ، نفس هذا العمل أبلغني به الأخ صديق آدم رد الله غربته وقال أنه في عام ١٩٧٤م عقدوا إجتماعاً بنادي العوضاب ضم ممثلين لكل منطقة السروراب منهم المرحوم بكر صديق العم عبد الغفار عبد الله الأحمر العم عمر الجموعي الأحمر العم طلب الطيب الأخ الأكبر معتصم الجلال عليه الرحمة والأخ إسماعيل الأمين..

وكان مهمهم عمل هيئة تنهض بالمنطقة لكن أيضاً لم يكتب للعمل النجاح في عام ٢٠٠١م حدثت مشكلة بين الأهل في الدشنياب والشيخ الطيب ، ودعاني نفر منهم للتوسط لإنهاء هذا الصراع فبذلنا جهدنا حتى تم ، ، وضع الطرفين في الإطار القانوني حينما لم يفلح الحل الأهلي وجنبناهم مصادمة وشيكة أصطبحت في هذا العمل أعمامي الكبار عليهم الرحمة

العم بشير المبارك
العم المدني الولي
العم المصباح الشيخ إبراهيم
وبعدنا تفاعرتنا هل نحن في السروراب ألسنا في حوجة إلى مرجعية شورية

الجرائم السيبرانية



فريق أول
احمد امام التهامي

نحاول في هذه المساحة التطرق لبعض القضايا والاحداث التي تهم الناس والخروج قليلا عن المألوف وربما واحد من هذه القضايا والتي بدأت تنتشر حول العالم مايعرف بالجريمة السيبرانية digital investigation و sipercrime وهي التحقيقات الرقمية والتي تتطلب اشخاصا ذوي قدرات خاصة ومدربون للتعامل مع مثل هذه الجرائم .. ابعادها ومواجهتها .. اطراف الجريمة والاختصاص ، وهذا للثقافة العامة ذلك ان كثير من القرويات تضم العديد من رجال الأعمال والتجار ويجب من الضرورة أن يكونوا على الامام بمثل هذه الجرائم التي تهدد اعمالهم.

تعرف الجريمة السيبرانية بأنها أي عمل إجرامي يتم عن طريق استخدام الحاسب الآلي بغرض التأثير على وظيفة الحاسب الآلي او نظامه والذي صمم بالاساس للاستخدامات الايجابية لتسهيل حياة الناس ولكن البعض يدخل ويغير في انظمة هذه الاجهزة للتكسب غير الشرعي او لاختراق الانظمة الأمنية للدول كما حدث من قبل باختراق لوزارة الدفاع الأمريكية (The pentagon) وتمت متابعة من قام بهذا الاختراق حتى تم القبض عليه في الفلبين .

لذلك أترنا أن يكون هذا مدخلنا لأن المجتمعات المعاصرة وهي تمر بمراحل النمو الاقتصادي والاجتماعي صار مصحوبا بانماط سلوكية مستحدثة وكل ما تطور العالم تطورت معه هذه الانماط من السلوكيات المستحدثة اساسها المعلومات والبيانات السيبرانية المنقولة عبر الفضاء والعالم مقبل على ما هو اكبر وأخطر مما نشاهده اليوم حسب الدراسات التي قام بها الخبراء ويرجع هذا للمساحات غير المحدودة التي يغطيها الفضاء السيبراني بل اصبح

يتحكم في مفاصل الدول من حركة التجارة وحركة السفن والطائرات وكل نواحي الحياة بل كل الانشطة المرتبطة بحياة الناس اليومية. اصبحت التقنيات السيبرانية مالكة ومهيمنة على اسرار الامن الصناعي والاسواق المالية والبيانات العامة والخاصة بتفاصيلها الدقيقة مخزنة او منقولة عبر التقنيات السيبرانية ومن السهولة بمكان للذين يعملون في مجال اجهزة الاتصالات والاجهزة الذكية الدخول اليها بسهولة .. حركة النقل والمواصلات البرية والبحرية والجوية وكثيرا ما نسمع بأنه تم قفل الاجواء ومثال لذلك ما حدث في الحرب الايرانية الاسرائيلية الاخيرة تم قفل الاجواء في دول الخليج. ايران واسرائيل وبعض دول المنطقة وذلك لتأثر كل انظمة تشغيل حركة الملاحة الجوية بالانشطة السيبرانية.

اصبحت الانشطة السيبرانية تدخل في

التواصل الاجتماعي وحتى لعب الاطفال والبرامج الترفيهية .. تسعى المجتمعات والافراد والمؤسسات بقوة في التوسع الوسائط السيبرانية لذلك اصبح الانترنت. واحدة من الادوات التي لاغنى عنها بل ضرورة من ضروريات الحياة . ارتفع عدد مستخدمي الانترنت في العالم من ٤٠٠ مليون في عام ٢٠٠٠ إلى أكثر من ٣.٥ مليار مستخدم في العام ٢٠١٤ الانترنت ٦١٢.٧ مليار دولار وكل هذا في العام ٢٠٠٦ The Centre for Policy Research and studies معمول في بأوظيفي وهو مركز البوليس للأبحاث والدراسات لذلك يقال ليس من الغريب ان يصاحب هذه الثورة السيبرانية التي ادخلت على جميع مجالات الحياة آثار سلبية على سلوكيات الافراد في المجتمع وافرز ظاهرة جديدة وانماط جديدة من الجرائم ذات العلاقة بتكنولوجيا العصر

تعرف بالجرائم السيبرانية وكل هذا التطور بدلا من ان يفرز أشياء ايجابية افرز انماطا من الجرائم لها علاقة بتقنيات العصر .

نكتفي بهذا القدر وفي العدد القادم نتحدث عن اسباب الحماية الامنية ومواجهة هذا الخطر والمهددات التي قد تعيق الاستفادة العامة من التقنيات السيبرانية ووسائلها الذكية .. نتحدث عن تدابير وقائية في منظومة متكاملة للأمن السيبراني القائم على اتفاقيات دولية واقليمية وقوانين وطنية تواكب متغيرات ثورة الاتصالات وابتكارات الذكاء الاصطناعي حتى يكون الجميع في مأمن فيما يخص مستنداتهم وموبايلاتهم وتطبيقاتهم البنكية .

هذه الدراسة كبيرة للغاية ربما في اكثر من ٢٠٠ صفحة لكن سنحاول ان نبسط الامر ان شاء الله حتى يستفيد الجميع .



ثقافة طبية

رأد طبيب / ميسرة العوض



معلومات عامة عن الصحة

فيما يلي بيان لمجموعة من المعلومات العامة عن الصحة: يتألف نمط الحياة الصحي من ثلاثة أمور أساسية، وهي: اتباع نظام غذائي صحي، والنوم بشكل جيد، وممارسة التمارين الرياضية بانتظام. ليكون الشخص بصحة جيدة ينبغي التوقف عن تناول المواد التي تُعزِّز وتزيد من احتمالية الإصابة بالمرض، مثل: التبغ، والكحول، والسكريات المضافة للأطعمة، والطعام المُصنَّع، والوجبات السريعة. لا تُساعد التمرينات الرياضية فقط على تحسين المظهر، بل يمتد تأثيرها لأكثر من ذلك، من حيث أنها تُحسِّن عمل الهرمونات في الجسم، وتُساعد على تقليل الاكتئاب، وتقلِّل من خطر الإصابة بأمراض مختلفة، مثل: السمنة، ومرض السكري من النوع الثاني، وأمراض القلب، ومرض ألزهايمر، بالإضافة إلى أنها تُقلِّل من مستويات السكر ومستويات الإنسولين في الدم، وتحسِّن نسبة الكوليسترول، وتُخفِّض الدهون الثلاثية، ومن الجدير بالذكر أنه ليس بالضرورة الذهاب إلى النادي الرياضي لممارسة الرياضة . فمن الممكن القيام ببعض التمارين في المنزل. يُساعد الحصول على نوم جيد على تحسين الصحة الجسدية والعقلية، كما أنه يُقلِّل من خطر حدوث مشاكل صحية مختلفة. يؤدي التعرض للضغط والتوتر طوال الوقت إلى تدمير صحة الإنسان، حيث قد يُسبِّب التوتر زيادة الوزن، ويؤدي إلى الإصابة بمشاكل صحية كثيرة. لا توجد علاقة بين الإصابة بنزلات البرد والجو البارد أو الساخن؛ فنزلات البرد تحدث بسبب التعرض لعدوى فيروسية (بالإنجليزية: Virus) في العادة، ولكن، يميل الأشخاص للبقاء في المنزل في الأجواء الباردة، وبالتالي تنتقل العدوى الفيروسية بسهولة من شخص إلى آخر خلال الطقوس الباردة. يؤثر لون الشعر في عدد شعرات الرأس، حيث يكون لدى الأشخاص الأشقر حوالي 140 ألف شعرة في المعدل، والسمر حوالي 108 ألف شعرة تقريبا، وذوي الشعر الأحمر 90 ألف شعرة فقط ، ومن الجدير بالذكر أنَّ الشعر ينمو بسرعة أكبر في الليل، بالإضافة إلى أنَّ الشعر الداكن ينمو بسرعة أكبر من الشعر الأشقر .

آلام أسفل البطن والظهر



الآخر أقل شيوعاً. من بين الأسباب الأكثر شيوعاً: الحمل، مشاكل الدورة الشهرية، التهاب الزائدة الدودية، حصوات الكلى، التهاب المسالك البولية، متلازمة القولون العصبي، و التهاب المفاصل. في بعض الحالات النادرة، قد تكون الأورام السرطانية أو مشاكل الكبد هي السبب.

الأسباب الشائعة:

الحمل:

آلام أسفل الظهر والبطن شائعة أثناء الحمل بسبب زيادة الوزن والضغط على المفاصل والعمود الفقري.

مشاكل الدورة الشهرية:

قد تسبب تقلصات الدورة الشهرية آلاماً في أسفل البطن والظهر.

التهاب الزائدة الدودية:

قد يسبب التهاب الزائدة الدودية ألماً حاداً في أسفل البطن (عادةً على الجانب الأيمن) وقد يمتد إلى الظهر.

حصوات الكلى:

يمكن أن تسبب حصوات الكلى ألماً شديداً في أسفل الظهر والبطن، خاصةً عند تحركها عبر المسالك البولية.

التهاب المسالك البولية:

يمكن أن يسبب التهاب المسالك البولية ألماً في أسفل البطن والظهر، بالإضافة إلى أعراض أخرى مثل الألم عند التبول أو الحاجة المتكررة للتبول.

متلازمة القولون العصبي:

قد تسبب متلازمة القولون العصبي ألماً في البطن والظهر، بالإضافة إلى أعراض أخرى مثل الإمساك أو الإسهال.

التهاب المفاصل:

يمكن أن يسبب التهاب المفاصل، مثل التهاب المفاصل التصلبي، ألماً في أسفل الظهر والبطن.

الأسباب الأقل شيوعاً:

الألم .

كمادات باردة ووظيفة .

يمكن استخدام كمادات دافئة أو باردة لتخفيف الألم والتهاب.

الراحة:

يجب الحصول على قسط كافٍ من الراحة وتجنب الأنشطة التي تزيد من الألم.

الأمم.

تمارين رياضية: يمكن ممارسة تمارين رياضية خفيفة لتقوية عضلات الظهر والبطن ، مما يساعد على تخفيف الألم وتحسين الدورة الدموية.

الوضعية الصحيحة:

يجب الحفاظ على وضعية صحيحة للجسم أثناء الجلوس والوقوف لتجنب الضغط على الظهر.

التدليك:

يمكن الإستعانة بالتدليك لتخفيف التوتر العضلي وتحسين الدورة الدموية.

يمكن أن تكون ناجمة عن مجموعة متنوعة من الأسباب ، بعضها معروف والبعض الآخر غير معروف.

الأورام السرطانية:

قد تسبب الأورام السرطانية، مثل سرطان المبيض، ألماً في أسفل الظهر والبطن.

مشاكل الكبد:

قد تسبب مشاكل الكبد، مثل التهاب الكبد أو تليف الكبد، ألماً في البطن والظهر.

متى يجب زيارة الطبيب؟

يجب زيارة الطبيب إذا استمر ألم أسفل البطن والظهر لأكثر من 24 ساعة، أو إذا كان مصحوباً بأعراض أخرى مثل الغثيان، والتقيؤ، والحمى، والنزيف، وصعوبة التبول، أو ألم شديد.

نصائح لتخفيف الألم:

مسكنات الألم:

يمكن استخدام مسكنات الألم التي تصرف بدون وصفة طبية لتخفيف

حين يصير التراب ملعباً والهواء أغنية

محمد نصر الدين [فر فور] يحكي
حكاية كرة وحلم لم تُنصفها الفرص بعد

في قلب الريف الشمالي حيث يلتقي عبق الأرض بصفاء النفوس وُلد محمد نصر الدين حمد محمد ابن قرية النوبة شاباً يبلغ الثالثة والعشرين نشأ بين أزقة الطفولة في روضة النوبة النموذجية فخطى إلى مدرسة الشيخ نايل بنين ومنها إلى مدرسة الجزيرة إسلامج الثانوية بنين حتى ارتقى في مدارج العلم إلى جامعة كرري كلية العلوم الإدارية



حوار/مصطفى فيصل الفكي

هذه وصيتي
لشباب الحلةاشجع الهلال
وريال مدريداطمح باللعب
في الممتاز

إسلامج 2018 ثم النوبة 2019 وأخيراً مع النيل
إسلامج هذا العام
أما عن أول مباراة رسمية له في الدوري فأجاب
كانت يوم واحد يناير 2020 مع الجزيرة إسلامج
وعن اللحظة الأجل قال
كل فوز بعد معاناة له طعم خاص ومباريات الكأس
لها لذة لا تُنسى
وعن إنجازاته

نعم أحرزت كؤوساً لكن كلها في الدورات الداخلية
فقط
أحلام الغد وآمال القلب
حين يُسأل عن حلمه الكبير تلمع عينه
أطمح أن ألعب في الدوري الممتاز ثم أن أحترف
وأمثل المنتخب الوطني وأؤكد أن الريف الشمالي
مليء بالموهب التي تنتظر الفرصة
ولو جاءه عرض من نادٍ كبير
سأوافق بلا تردد

وعن أصعب ما واجهه قال بأسى
إصابتي في العضلة الضامة أبعثتني سنة كاملة عن
الملاعب وكانت أقسى سنة عليّ
بعيداً عن المستطيل الأخضر
عن شخصيته خارج الملعب قال
أنا هادئ جداً أحب الجلوس وحدي أحياناً لكنني
سريع الضحك وأبسط الأشياء تضحكني حتى
العوارة

وعن التوازن بين الكرة والحياة
في صغري كانت كل حياتي كرة لكن بعدما كبرت
نظمت وقتي بين الدراسة والعمل والكرة والحمد لله
وعن أمنيته المفضلة

محباً الهلال شجعت منذ صغري وعالمياً ريال
مدريد منذ 2012 يوم فتحت عيني على الدوريات
الأوروبية
رسائل صادقة
لشباب الحلة يقول
اشتغلوا على أنفسكم ركزوا لا تفقدوا الأمل
فالمستقبل بانتظاركم وإذا تابرتم ياذن الله تصلون
ولكل من شجعه ودعمه

وعن كرة السدم يحكي محمد بنبرة العاشق الواله
منذ وُلدت ما عرفت شيئاً في دنياي أحب إليّ منها
كأنها تسري في دمي أولى خطواتي في الملاعب
كانت مع فريق الجزيرة إسلامج سنة 2018 ورغم
أنني أرى أن مسيرتي لم تبدأ بعد إلا أن تلك كانت
شراستي الأولى
وحين سُئل عن شجعه ومد له يد العون في بداياته
أجاب بتقدير
كثيرون والله من شجعوني لكن لا أنسى عمنا عوض
عبد الجليل الذي قال لي ذات مساء عام 2014 حين
تبلغ الثامنة عشرة سنسجلك في الفريق الأول فشد
حيلك

رحلة الميدان ومهارات الفتى
لم يختر محمد مركزه عبثاً بل بحدس الموهبة
أعشق الهجوم أتحرك بين الأجنحة ورأس الحربة
فهنا أجد نفسي وأخرج أجمل ما عندي
أما عن مهاراته فيقول بكل فخر
السرعة والمراوغة هما سلاحني في الملعب
وعن قوته بين اللاعبين
تأثرت محلياً باللاعبين محمد بشير بشة ومهند
الطاهر وعالمياً بالأسطورة كريستيانو رونالدو
والفنان نيمار
أجمل اللحظات وأقسى التجارب
حين تذكر أجمل مباراة له ابتسم وقال
كانت مع فريق النوبة ضد أب روف سنة 2022
مباراة لا تُنسى
وسُئل عن الفرق التي لعب لها خارج قريته فقال
لعبت مع فرق كثيرة وكان يمكنني أن
أسجل مع شباب الهلال لكن لم أحسن استغلال
الفرصة وندمت بدأت مع الجزيرة

كل الشكر والاحترام لكل من وقف معي خاصة أهل
قريتي والله يجزيكم عني خيراً
كلمة من القلب لأهلي وأحبابي
وأنا أختم حديثي لا بد أن أقول كلمة من قلبي على
أهل القرية أن يلتفتوا أكثر إلى شؤون هذه المواهب
وأن يمدوا لهم يد العون ويهيئوا لهم ما يحتاجونه
حتى يشقوا طريقهم كما يليق بهم فكم من زهرة
ذبلت قبل أن تُسقى وكم من طائر كُسر أجنحته
وهو لم يطر بعد
وأما أنتم يا من في قلوبكم رغبة وفي صدوركم نار
الشوق للكرة أو لأي حلم آخر لكن تقف أمامكم
الحواجز لا تياسوا ولا تتركوا أيديكم فالله يفتح
الأبواب للصابرين ومن سار على الدرب وصل
اجتهدوا ولو خطوة خطوة فكل نهر عظيم بدأ
بقطرة
فلنكن جميعاً يداً واحدة نزرع الأمل في أرضنا
ونرعى مواهبنا حتى نُزهر ياذن الله.



دورة الففيد محمد احمد الصديق ود الشوش

أهلي السروراب والكواهلة يصعدان للنهائي

النصر النوبة والبادوبة يودعان البطولة



جاءت المباراة هادئة في شوطها الأول حيث تبادل الفريقين الهجمات التي لم تخلو من الخطورة رقم شحها.. ولكن في الشوط الثاني كشر فريق الأهلي السروراب عن أنيابه وقادة عدة هجمات خطيرة أثمرت عن هدف أول أحرزه اللاعب يس جهاد الدين.. حاول فريق البادوبة تدارك الأمر ولكن من هجمة منظمة استطاع فريق السروراب أن يوسع الفارق ويحرز هدف ثاني عن طريق لاعبه أحمد المعتصم.. وأصل الأهلي هجماته المنظمة وضغط على مرمى البادوبة كثيراً إلى أن تحصل على ركلة جزاء بعد عرقلة أحد مهاجميه.. ترجمها اللاعب محمد الحبيب ياسر إلى هدف ثالث.. بعدها هدأ فريق الأهلي السروراب من رتم المباراة وحصر المباراة في وسط الملعب بعد إطمأنانه على النتيجة.. إستمر الحال هكذا إلى أن أعلن الحكم عن نهاية المباراة.. بهذه النتيجة صعد فريق الأهلي السروراب للمباراة النهائية ليواجه فريق الكواهلة المتأهل سلفاً بعد فوزه على النصر النوبة بركلات الترجيح.. حضر المباراة جمهور غفير أشاد بأداء الفريقين والروح الرياضية لهم.. الجدير بالذكر أن النهائي سيلعب يوم الجمعة القادم وسيصاحبه كرنفال تكريم وتسليم للجوائز..

في أولى مباريات نصف النهائي لعبت مباراة النصر النوبة الكواهلة يوم الإثنين الماضي على ملعب الدكلاية.. حيث جاءت المباراة متكافئة بين الطرفين.. مباراة كلها إثارة وندية لم تخلو من اللعب الجميل والمسرات الرائعة التي تفاعل معها الجمهور.. اضاع الفريقين عدة فرص خطيرة وإن كان فريق النوبة هو الأكثر إضاعة للفرص.. وإستمر هذا السجال إلى أن إنتهى الوقت الأصلي بالتعادل السلبي بين الفريقين.. وإلتجت المباراة إلى ركلات الترجيح التي إبتسمت لفريق الكواهلة الذي أحرز رماته أربعة ضربات مقابل ثلاث لفريق النوبة.. ويعلن فريق الكواهلة نفسه أحد طرفي النهائي.. حضر المباراة جمهور غفير ألهم حماس اللاعبين حيث كان فاكهة المباراة.. وتغني كل بلاعيه طوال زمن المباراة.. هذه المباراة تعتبر أفضل وأجمل مباراة على الإطلاق في هذه الدورة وستظل عالقة في الأذهان لفترة طويلة من الزمن.. وفي ثاني مباريات نصف النهائي إلتقى عصر الثلاثاء فريقي الأهلي السروراب وفريق البادوبة..



تخريج كورس الحاسوب بمركز الشهيد الصدق عبد الجبار



التعامل مع الجداول والصور..
إعداد المستندات للطباعة
3. مايكروسوفت إكسل (Microsoft Excel):
إدخال البيانات وإنشاء الجداول..
إستخدام المعادلات البسيطة..
تنسيق الجداول وتحليل البيانات..
4. مايكروسوفت بوربوينت (Microsoft PowerPoint):
تصميم العروض التقديمية
إدراج النصوص والصور والرسومات
إعداد الشرائح للعرض
وكل ما ذكر من دروس كانت بواسطة معلم الحاسوب الشاب أشرف زكريا وقد شرف الختام ممثلي رابطة شباب النوبة عنهم المقداد أحمد وخوجلي الأمين وعلاء الدين السعيد..
وذكر الأخ علاء الدين بأنه فتح باب التسجيل للدفعة الخامسة حاسوب وكذلك كورسات لغة انجليزية لجميع المستويات الإستمرار كذلك في إقامة كورسات للإسعافات الأولية والتمريض بأنواعه المختلفة..

برعاية كريمة من لجنة الخدمات والتسيير ويأشرف ومتابعة من لجنة مركز الشهيد وتنفيذ رابطة شباب النوبة.. شهد مركز الشهيد الصادق عبد الجبار تخريج الدفعة الرابعة من كورس الحاسوب والذي أقيم في الفترة من 25 أبريل 2025م إلى 16 يوليو 2025م..
عدد الخريجين: 17 متدرباً
تفاصيل الدورة:
قدما دورة شاملة في أساسيات الحاسوب لعدد 17 متدرب، وشملت المواضيع التالية:
1. نظام التشغيل (Operating System):
التعرف على نظام التشغيل ووظائفه الأساسية
إستخدام سطح المكتب والملفات والمجلدات
التحكم في الإعدادات الأساسية للجهاز
2. مايكروسوفت وورد (Microsoft Word):
كتابة وتنسيق النصوص





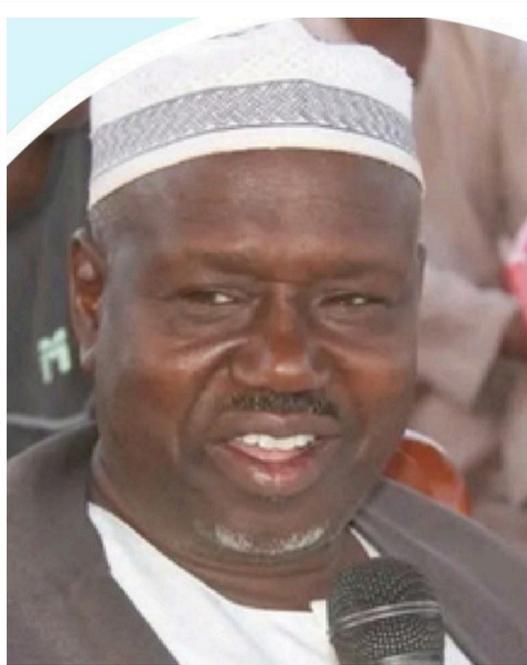
شق الوادي

عبد الوهاب الطيب

عبدالرحمن قرمة
(وفاء وبكاء ونجوم)

الوفاء للراجلين (قيمة إنسانية عظيمة) لا تتوفر إلا لأصحاب القلوب الصافية والنفوس الطيبة وبالتالي فإن مثل هؤلاء الناس يجدون القبول والتقدير من كل فئات المجتمع ولا غرابة في إن يوصف من يحملون هذه الصفات بالملائكة كأن يقول محدثك: (فلان هذا إنسان ملاك) ، هذا وأن أصحاب هذه الصفات لا يقتصر وفاؤهم للراجلين فقط ففي كل وإد تجدهم يمشون بجميل الصفات وحلو الأخلاق من هؤلاء الأخ الإنسان واللاعب المبدع /عبدالرحمن قسم السيد صاحب الإسم الشهير (قرمة) .

عبدالرحمن قسم السيد (قرمة) نجم السروراب في زمن سابق والذي شهد له كل معاصريه بالنجومية في الميدان والنجومية خارج الميدان بجميل أخلاقه وصفاته كان وفياً للراجل/محمد عوض الله عندما كان حياً بيننا حيث كان يحرص علي زيارته في كل مرة يأتي فيها من السعودية لقضاء إجازته السنوية ، وحين طلبنا منه أن يتحدث إلينا عنه في ذكري وفاته كان يبكي أثناء الحديث حتى أشفقنا عليه ، ومن يستمع إليه وهو يخلط الحديث بالعبرات بظن أن محمد عوض الله قد مات قبل لحظات وليس قبل سبع سنوات ولكنه الوفاء والوفاء شيمة الأكرمين كعبدالرحمن قرمة وأمثاله في هذا الزمان قليلون.



لي تجربة سابقة مع وفاء وبكاء عبدالرحمن قرمة فقبل أربع سنوات كان يتابع معي حالة الأخ /عمر الصادق إمام حين كان مريضاً بالسرطان وإستدعت حالته السفر إلي مصر للعلاج و عندما أخبرته بشفاء الأخ عمر الصادق إمام من مرض السرطان فإتصل بي والسعادة والفرحة تملأه والعبرات تخنقه وتخفق حديثه ثم تكرر الأمر عندما توفي عمر بعدها بسنتين فإتصل بنا من السعودية وكالعادة هزه البكاء وهزمته الدموع وكان الرجل قبل هذا وذلك صاحب مبادرة في علاج الأخ /عمر الصادق بالخارج ومعه نفر كريم من أبناء السروراب بالسعودية.

مالم نذكره من حديث عبدالرحمن قرمة عن محمد عوض الله أن قرمة حضر ذات مرة عندما كان في العاشرة من عمره في السبعينات إلي ميدان النوبة لمشاهدة من أسماهم بأفذاذ اللاعبين بالريف الشمالي بدءاً بمحمد عوض الله ومدثر من (النوبة) ثم المرضي من الحريزاب والشيخ الفكي والشيخ السيمت من (الفكي الأمين) ومحمد آدم وصديق آدم من (الكواهلة) والأسد من (العوضاب) ومن (السروراب) كمال بحري والسراج ومن (الباعوضة) أحمد الريح وودعجب وعبدالرحمن، ذكر قرمة أنه كان يتمني أن يكون مبدعاً مثلهم ومن خلال ما سمعنا فإنه قد كان فعلاً مثلهم فناً وإبداعاً.

من أبناء جبله تمنى قرمة أن يلعب مع محمد الأمين من (الشيخ الطيب) وعباس الريح من (النوبة) وعن عباس الريح والزين العوض فقد كان يري إنهما كانا يستحقان أن يلعبا بأندية القمة الهلال والريخ والموردة في ذلك الزمان

وبالعودة إلي فقيدينا الكبير/ محمد عوض الله ومن الحكايات الجميلة والمعبرة التي حكاها لي معاوية عبده ابن شقيق الفقيدي إن معاوية كان يتحدث إلي والده (عبده) عن عمه الراحل وقال له : يا أبوي والله عمي (أمحمد) دة في صفاتو ولا عشرين ما بتتلقي فيكم كلكم ! (وعمنا عبدة سلفا مقر علي الكلام دا ..) كما يقول معاوية ! ولكن أبوي سألتني زي شنو ؟ : قلت ليهو

أنا بي عمري دا يوم وانا احد ما شفت عمي (أمحمد) صار (وشو) ولا (نهرلو) زول فينا خليك من (يضرىو) !!! كان رد أبوي الفوري والحالاضر : (دا ما الوداهو المقابر بلا كرعين)!!! وكان مرض السكري قد تسبب في أن يفقد محمد عوض الله بصره وتبتت رجله، ويقيني بأن هذا الرجل القامة لو كان يعلم بأن سماحة أخلاقه وأدبه الجم ومعاملة الناس صغيرهم وكبيرهم بالحسني والإخلاص في عمله ستفضي به إلي تلك المعاناة مع المرض لما أختار غير أن يكون ذلك الرجل الذي عرفناه وأحببناه .. نسأل الله له واسع الرحمة وعظيم المغفرة والعلامة من الجنان .



الدودو

هذه القطعة من الاثاث التي كانت تمثل الخزانة في ذلك الزمان الجميل والتي لا يخلو منها بيت توضع في مبنى مرفق بالفرقة يسمى (القطيع) هذه القطعة من الاثاث لها رمزيتها التاريخية التي كانت مخزناً لكل ما هو ثمين رأينا أن نستخرج من خلال رمزيتها كل ما هو غال و ثمين من تاريخ تذخر به هذه المنطقة العريقة في شتى المجالات ونبحر من خلالها في بحر الذكريات توثيقاً لرجال اعطوا وما استبقوا شيئا ولاحداث وصروح كاد ان يطويها النسيان

السحارة



ابو القاسم

يبع الضحكة قبل الشاي



نادي النوبة وما ادراك ما نادي النوبة .. هذا الصرح الذي كان يمثل برلماننا مصغراً لاهلها وملتقى لاجتماعياتهم ومقراً لاجتماعاتهم منه تخرج المبادرات لخدمة اهل الحلة وبمسرحه تقام الليالي الترفيهية في الاعياد .

وسط كل هذا الزخم كان الخال ابو القاسم عبد السلام يمثل حجر الزاوية لهذا النادي حتى صار كأحد جدرانه .. ارتبط بالنادي والنادي ارتبط به .. كل داخل للنادي لابد ان يعرج على محله الذي لم يكن فقط لبيع الشاي ولكن لبيع الضحكة والابتسامة التي ينتزعها منك مهما كانت حالتك ومزاجك معكرا .

كان ابو القاسم هاشا باشا يداعب الصغار والكبار يطوف على رواد النادي ينشر الفرح والضحكة ..

نسأل الله ان يتقبله في عليين مع الشهداء والصديقين والى اللقاء مع رمز آخر من رموز الحلة

طنطنة الورق



علاء الدين محمد الحسن

جلال الشيخ ... يقف في بياض الزمان ، وطهارة المكان .

رجل معطاء واعى ومتواضع ، عاش في الظل الصادق ، وكتب اسمه في مخطوطة التاريخ ، ولم يسع للأضواء المؤقتة ، والظهور المستأجر ، وإنما أكتفى بأن صار عبداً لله .

رجل أستثنائي في زمن رتيب عبوس مقلوب تداخلت فيه الرؤوس بالأرجل ، رجل مهموم بهموم المنطقة في زمن إنصرف فيه القوم إلي ما هو أدنى ، كيف لا وهو يعيش التعب من أجل الآخرين ، ويذوب في الأخلاص وشئ كثير من إنكار

الذات وينتج بفرح ، ويؤثر بالقدوة الحسنة ، وهو يعيش العمل في صمت ، والصمت لا يذوقه إلا الصامتون .

رجل لاتجده إلا في مجال الجد ، والكد ، والعمل النافع ، من الذين يقوون علي إحتمال تكاليف التميز والقوة ، ويجمع بين صفات الشموخ ، ويترفع عن الصغار .

السطور أعلاه لم تخصص لإنجازاته لأنها كثيرة ، هي فقط وقفة مع التاريخ والبلاء الحسن ، واكتفي بمتك الله بالصحة . *علاء الدين محمد الحسن*

حين تزه
الحياة من
قلب الرماد

بقلم | شاذلي عبدالله

المجتمعات تصنع الأمل
في زمان الحرب

في خضم العواصف التي تعصف بالبلاد، وانهايار الخدمات الأساسية، تنهض مجتمعاتنا من بين الركام لتكتب فصلاً جديداً من الإرادة والكرامة. لم تنتظر النوبة شمال أم درمان، ولا حي الإنقاذ جنوب الخرطوم، وعوداً من أحد، بل قررت أن تبني حاضرها بيدها، وتضيء دروبها بطاقة الشمس وإرادة الناس.

تبرعات أهل الحي، ودعم أبناء المناطق في الداخل والخارج، تحولت إلى محطات طاقة شمسية، تضيء الماء وتعيد النور للحياة. ليست هذه مجرد مبادرات إسعافية، بل رؤى تنموية واعية، تستثمر في الطاقة النظيفة، وتقدم نموذجاً بديلاً للتنمية المستدامة في وجه التحديات البيئية والاقتصادية.

الحكومة المجتمعية: المواطن شريك في القرار والمحاسبة

ما يجعل هذه التجارب أكثر إلهاماً ليس فقط نجاحها العملي، بل الطريقة التي أديرت بها: المواطن أصبح الممول، والمراقب، والمستفيد. في هذه المنظومة، لا مجال للتهميش ولا غموض في الموارد... بل شفافية تُبنى على الثقة، ومحاسبة تُبنى على المشاركة، ومشاريع تُبنى لتبقى.

من رحم الأزمة... ميلاد نموذج جديد ما يحدث في هذه المناطق ليس حدثاً عابراً، بل بداية لتحول فكري وتنموي. حين تتقاطع إرادة الناس مع بصيرة التخطيط، وحين تصبح الأزمة فرصة لإعادة البناء على أسس جديدة، نكون قد خطونا أول الطريق نحو وطن لا يُهزم.

فلنوثق هذه النماذج، ولنؤمن أن الأمل لا يُهدى... بل يُصنع..

الرياض يوليو 2025م