

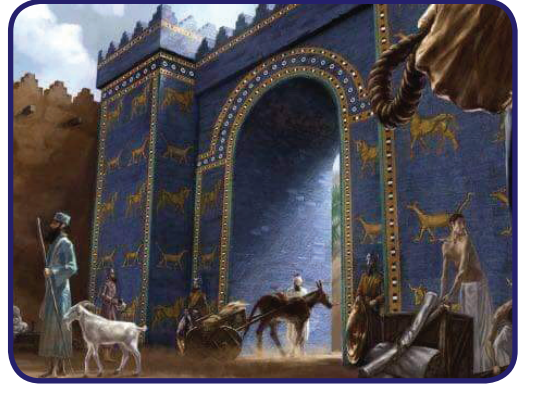
لإعلاناتكم واقتراحاتكم  
يرجى الاتصال بنا على  
313-502-8801  
وزيارة موقعنا على الشبكة  
freeopinionpress.com

السنة الثانية 2019 | VOL 02  
شباط 2019 العدد 21  
February 2019 | ISSUE NO. 21

THE FREE  
opinion  
PRESS  
الرأي الحر

جريدة الشباب العربي الامريكي في أمريكا الشمالية

الاعياد في العراق



**A New Day For  
Democracy In The  
State of Michigan**



هل ستصب ألتفاقيات  
ألتصادية مع الأردن  
في مصلحة الاقتصاد العراقي

متميزون

يسر القزويني



Welcoming Wayne County  
from the Bad to Good  
with Warren C. Evans Leadership

شخصية  
من بلادي

الدكتورة  
زهراء علي



Century 21

لجميع أنواع  
العقارات بيع  
وشراء وأيجار  
البيوت

Abdulilah Aljabur  
REALTOR®

Century 21  
Curran & Christie

25636 Ford Road  
Dearborn Heights, Michigan 48127

Cell: 313.995.6448

Office: 313.274.7200

Fax: 313.274.6268

Aaljabur@yahoo.com

www.century21cc.com





# هل ستصب ألتفاقيات ألققتصادية مع الأردن في مصلحة الاقتصاد العراقي؟

د. عبد علي عوض



والجانب الأردني لن يدفع سنتاً واحداً من تكاليف إنجاز ذلك المشروع، إنما يريد قطف ثماره من دون أية نفقات. إن المشروع في العادة يبني في العراق على وفق احدي الصيغ التعاقدية التالية: البناء والتشغيل والتحويل BOOT أو البناء والتملك والتشغيل ومن ثم التحويل BOOT أو البناء والتملك والتشغيل BOOT هذه الثلاثة انواع هي الأكثر شيوعاً واستعمالاً في العراق، وهي شكل من أشكال تمويل المشاريع، حيث تحصل جهة خاصة على امتياز من الدولة او القطاع الخاص لتمويل وتصميم وبناء وتملك وتشغيل منشأة مذكورة في عقد الامتياز. يتيح ذلك للمستثمر استرداد نفقات الاستثمار والتشغيل والصيانة الخاصة به في المشروع. أي في نهاية المطاف أن العراق سيدفع كلف هذا المشروع إضافة إلى كلف تشغيله وأرباحه في نهاية المطاف، وفي هذا المشروع بالذات نجد أن الكلفة عالية جداً وقد لا يكلف المشروع نصف هذا المبلغ. بما أن النفط في العراق يلعب الدور الرئيسي في تغطية متطلبات الدولة والمجتمع في ظل اقتصاد ريعي، فيجب أن تكون السياسة النفطية قائمة على الصمد من الهيمنة الخارجية والداخلية - خارج إطار وزارة النفط الاتحادية.

العراقي، أهمها كانت هي إعفاء ثلاثئة سلعاً أردنية من التعرفة الجمركية/ لو تم الاتفاق على استحصال نسبة ٥٪ على البضائع الأردنية الواردة إلى العراق، لكونت تلك النسبة النزر القليل كعائدات في تكوين الناتج المحلي الإجمالي السنوي! / والاتفاقية الأخرى هي مشروع مد أنبوب لإيصال النفط العراقي إلى ميناء العقبة... ثم قدم رئيس وزراء الأردن الحالي - عمر الرزاز- من أجل تفعيل الاتفاقيات التي وقعها سالفه - الملقى. المشروع الكارثة - إنجاز أنبوب النفط العراقي إلى ميناء العقبة! لقد أبدت عدة شركات استثمارية استعدادها لإنجاز ذلك المشروع، وفي البداية قدمت التكاليف التخمينية بمقدار ١٨ مليار دولار... وهذا يعني أن العراق سيدفع مبلغ ٤ دولار لنقل كل برميل نفط واحد، أي تزيد تكلفة النقل بأربعة أضعاف على استخراج برميل واحد من باطن الأرض!.. وبعد فترة، جرى تخفيض التكاليف التخمينية إلى ١٢ مليار دولار، وتحصيل حاصل، انخفضت تكلفة نقل البرميل الواحد إلى ٢,٨ (دولارين وثمانين سنتاً) ... هنا تلفت الانتباه إلى جشع وابتزاز الجهات المستثمرة. ويتضمن المشروع إقامة محطات الضخ/ في داخل العراق جاهزة ومتوفرة/، إضافة إلى إنشاء مستودعات التخزين في ميناء العقبة..

فيما بعد ٢٠٠٣، سحقت الفرصة لتوفير رصيد كبير من العملة الصعبة عندما بلغت أسعار النفط ١٤٣ دولار للبرميل، تكفي لتغطية كل ما يحتاجه العراق في مجال النهوض بكل فروع الاقتصاد العراقي والأبتعاد عن الاعتماد على موارد النفط. لكن للأسف لم تستغل تلك الفرصة، وبقي العراق كسوق استهلاكي لترويج المنتجات الخارجية بتأثير طبقة التجار الطفيليين ذوي العلاقة مع الأحزاب المهيمنة على السلطة. ثم ظهر تنظيم داعش الإرهابي ليؤيد الطين بلة في مجال الإنفاق العسكري... وبدلاً من تعميم سياسة ترشيد الإنفاق في ظل هكذا ظروف حرجية، حلت ظاهرة الفساد وتبذير أموال العام من قبل أحزاب المحاصصة وذيولها... ونتيجة لتلك السياسة الهوجاء، أصبح العراق مدين لثلاث وعشرين جهة داخلية وخارجية، ولذلك نجد أن العجز في موازنة ٢٠١٩ قد بلغ ١٣٪، وهكذا نسبة عجز لا يمكن إيجادها في أي دولة من دول العالم... ولا يزال القائمون على إعداد موازنة العام القادم، يسيررون باتجاه أخذ القروض لغرض سد العجز الكبير الحاصل في الموازنة.. وهذا يعني أن العراق سيبقى مكبل بالديون لعقود طويلة. في خلال وزارة السيد حيدر العبادي، زار العراق رئيس وزراء الأردن السابق - هاني الملقى-، ووقع مجموعة من الاتفاقيات الاقتصادية مع الجانب



صحيفة الشباب العربي  
الامريكي مستقلة شهرية  
باللغتين العربية والانجليزية  
يقوم بنشرها نخبة من الشباب  
والشابات المثقف في المهجر

رئيس التحرير:  
الدكتورة افراح علي  
المحررون:  
أكرم علي  
نور أحمد  
التوزيع:  
عمار المحمدي  
التصميم والأعمال الفنية:  
أحمد صادق  
أحمد علي

ان المقالات والآراء المنشورة في  
صحيفة (الرأي الحر) تعبر عن أفكار  
كتابها ولا تعبر بالضرورة عن مواقف  
الصحيفة او ناشرها او العاملين فيها.  
ان صحيفة (الرأي الحر) ترحب بأراء  
قراءها مهما اختلفت وجهات نظرهم  
وهي تؤمن بالرأي والرأي الآخر  
وتتبنى الحوار الهادف البناء.

Free Opinion Press , LLC  
P.O Box 7397  
Dearborn, MI 48121  
www.freeopinionpress.com



freeopinionpress@gmail.com



**CARE PLUS PHYSICAL THERAPY**

313-908-2069

WE SPECIALIZED IN AUTO ACCIDENTS AND WORK INJURIAIES

**CARE + PLUS**

PHYSICAL THERAPY

OPERATION HOURS  
MONDAY - FRIDAY  
9AM - 5PM

لم يعد الشفاء من الاصابات أمينة...  
مع كير بس أصيح واقعا للعلاج الطبيعي  
مجهز باحدث الاجهزة وتحت إشراف أمهر الأختصاصيين  
لمعالجة حوادث السيارات وإصابات العمل

**We Moved to the New Address**  
24355 Joy RD, Dearborn Heights,  
MI, 48127

Phone : 313-908-2069

## هذه شروط [الحياد الإيجابي]!

نزار حيدر

المستويات. خذ الأردن مثلاً الذي يحتاج العراق لحل مشاكله الاقتصادية العويصة، الأمر الذي يحتم على العراق مقياضتها لتحقيق مصالح متبادلة مع عمان، فلا يجادل لحل مشاكلهم، مثلاً، قرابة إلى الله تعالى! وكذا الجارة إيران التي هي الآن بأشد الحاجة إلى العراق بسبب العقوبات الظالمة التي تفرضها إدارة الرئيس ترامب، كذلك يلزم على العراق مقياضتها فيما يحتاجه ليتحقق مبدأ المصالح المتبادلة بين العراق وكل الأطراف الإقليمية والدولية! ولا يتحقق كل ذلك إذا ظل الخطاب السياسي مشتم وبضرب بعضه بعضاً!

لقد بدأ العراق إنتهاج سياسة الحياد الإيجابي منذ قرابة ثلاثة أعوام تركزت خلال العام الماضي الذي تلا الإنتصار الذاجز على الإرهاب. لا يختلف إثنان على أنه كرس هذه السياسة بشكل كبير من خلال ما قدمه من خطاب سياسي حملته السيد رئيس الجمهورية لكل عواصم الجوار التي زارها خلال الشهرين الماضيين. إن تنوع الزيارات الرسمية الأخيرة إلى العاصمة بغداد لعدد من المسؤولين سواء في دول الجوار أو المجتمع الدولي، دليل واضح على أن هذه السياسة بدأت تؤتي ثمارها لصالح العراق الذي يرفض أن يكون ساحة تصفية حسابات دولة إقليمية أو إقليمية إقليمية بعد كل الذي عاناه بسبب سياسات الطاغية الذليل صدام حسين التي كانت تزج البلاد في أتون أزمت وحروب عبثية. والحياد الإيجابي يتطلب من الدولة بكل مؤسساتها وقواها السياسية أن تضع نصب عينيها مصلحة البلاد أولاً وقبل أية مصلحة أخرى. فالعراق يحتاج دول الجوار بلا استثناء للأنهوض والتنمية وقبل ذلك للإستقرار الأمني، والعكس هو الصحيح! فكل دول الجوار تحتاج العراق على مختلف





## الدكتورة زهراء علي

## شخصية من بلادي

شابة طموحة ومثابرة طرقت واحد من اهم المواضيع في المجتمع الا وهو الحركة النسوية في العراق وتأثير الأحداث السياسية والاقتصادية والاجتماعية على تطور المرأة. وايضاً تعمل على كتابة بحث عن العنف الذي تعرضت له المرأة في العراق بعد غزو داعش لمناطق عديدة من العراق. انها الدكتورة زهراء علي



## WOMEN and GENDER in IRAQ

Between Nation-Building  
and Fragmentation

Zahra Ali



بقلم: نور احمد

من هي زهراء علي؟

أنني عالمة اجتماع ذات توجه نسوي وأنتمي إلى عائلة من العراقيين المنفيين في فرنسا. الآن ادرس علم الاجتماع في جامعة روجرز.

لديك العديد من المؤلفات والتي كان اخرها الكتاب الصادر في سنة ٢٠١٨ كلمينا عنهم ولماذا اخترت هذا الموضوع للكتابة؟

هذا الكتاب هو دراسة اجتماعية للنشاط الاجتماعي والسياسي والتوجهات النسوية للمرأة العراقية من خلال دراسة إثنوغرافية متعمقة لمنظمات حقوق المرأة العراقية، وبحث مفصل عن التجارب الاجتماعية والاقتصادية والسياسية للمرأة العراقية منذ تأسيس الدولة العراقية.

هو كتاب عن النساء والجندر والحركة النسوية في العراق، بقدر ما هو كتاب نسوي عن العراق.

لقد كتبت هذا الكتاب لكي ألقى الضوء على التاريخ الاجتماعي الغني والفريد للحركة للنسوية في العراق وكذلك على المسارات الاجتماعية والاقتصادية والفكرية والسياسية الأصلية للمرأة

سياق ما بعد غزو تنظيم الدولة الإسلامية (داعش): أول مشروع عمل عليه يخص العنف الجندي وهو تأمل نقدي حول المبادرات والحملات التي تخص العنف الجندي في علاقتها مع خطاب وسياسات «الحرب على الارهاب» في العراق. والمشروع الثاني الذي أعمل عليه هو دراسة استكشافية اجتماعية للنساء والشباب والمنظمات الشعبية والأشكال المختلفة للنشاط الاجتماعي ونشاط المجتمع المدني في العراق. حيث أنني أوسع منهجي النظري النسوي العابر للقومية من خلال تحليل متعمق للاقتصاد السياسي للنزعة العسكرية والطائفية العرقية. وأبحث كيفية التعبير عن الأشكال المختلفة للعنف الهيكلي والشعور بالانتماء والخطابات المتنوعة والممارسات الملموسة للنشاط السياسي والاجتماعي.

ماهي نصيحتك للشباب؟

كونوا متفائلين

في نهاية هذا الحوار اللطيف معكِ تتمنى لك مزيداً من النجاح والتقدم.

العراقية منذ تأسيس الدولة العراقية الحديثة في عشرينيات القرن العشرين. كما أنني قمت بكتابته لشرح وتحليل الآليات التي قادت العراق إلى أن يكون ما هو عليه اليوم كبلد مفتت على خلفيات عرقية وطائفية ويعاني من العسكرة الزائدة، وكذلك مركزية قضايا المرأة وقضايا الجندر في هذه الآليات.

ماهي نظرة الدكتورة زهراء علي لمستقبل الحركة النسوية في العراق؟

لدينا تاريخ نسوي غني في العراق والآن لدينا شخصيات نسوية ومنظمات كثيرة ومتميزة. لكن الوضع الاجتماعي والاقتصادي والسياسي السيئ وتسلط القوات الاصولية والمجموعات المسلحة والمليشيات التي تقمع النشاط الحر والحريات كان لها أثر سلبي على النشاط النسوي في العراق. في المستقبل البعيد لن يتطور الفكر والنشاط النسوي إذا لم يتحسن مجال التعليم ولن يتخلص العراق من حالة التفتت التي يعيشها والقائمة على خلفيات عرقية وطائفية اضافة الى العسكرة الزائدة التي تشجع التصورات الذكورية.

ماهي خططك المستقبلية؟

لدي خطط ومشاريع كثيرة. في الوقت الحالي شغلي يركز على

## جَلْسَة لِلدردشة ولكن

بان البديري



الكلمة مومساً، وأما يناون بشرفية انتفاء الموضوع فتبارك الملائكة مجلسهم ...  
فالفصوص بين خبايا أقوالنا قبل أفعالنا ليس بهين، فلاضير في ترويض النفس على كتمان ما يخص غيرنا وما يؤدي إفساؤه إلى مفسدة اجتماعيه، فلمن التوازن النفسي أن تظفر بحزم الفكرة وترويضها لتسند حزمك، فهنا فقط أنت سيد المجالس، حين يكون البوح بلون آخر غير الأسود

عما لا يعود لك. فإن نجوت اليوم لن تنجوا غداً، فما الضير في نشر شرنقات فرح بين طيات حروفنا في المجالس؟ ما الضير في رشة ملح وعي تزيد من صلابة الحديث حلوة وثرء؟  
فما نقص حيز ما إلا واحتشى بمماثل له أو أفضل منه أو مساو ... وإلا استحال إلى عدم.. فربما يبدو المنظر للقارئ هم مجموعة يتبادلون أطراف الحديث، ولكن الأمر يعود لنوع الحديث الذي يتناولونه... فهم أما يسنحون فرصة مضاجعة البوح الأسود للفكرة فتصير

شأن بين البوح والإنكار كم من كتوم كتلة من نار لا يحجب الشمس اشتداد صقيعنا فالصمت أحياناً يوح بأسود حين يغوص السَّم في الأفكار

أن نعيش شفافية أفكارنا بظهور البوح والكتمان ذاته، هي نعمة لا تهبطها الأقدار إلا لذي شأن عظيم، وأن يوافق صمتك بوحك، هو عهد بين العقل والإنسانية فحواه أن تعيش بمنأى



## طالبة طب عراقية تفوز بلقب ملكة جمال العرب بأميركا

الرأي الحر



توجت الأميركية ذات الأصول العراقية آية الأغا بلقب ملكة جمال العرب في الولايات المتحدة لعام ٢٠١٩ في حفل أقيم بولاية أريزونا. آية الأغا (٢٠ عاماً) هي أول عراقية تفوز بالمسابقة منذ انطلاقتها عام ٢٠١٠، وهي أميركية الجنسية عراقية الأصل، تجيد التحدث باللغة العربية والإنكليزية، وتدرس الأدب الإنكليزي والعلوم البيولوجية بالصف الثالث وستلتحق بدراسة الطب بدءاً من العام القادم. وأعلنت آغا التي تهوى الرياضة والغناء، وتتمتع بصوت جميل، عن عزمها على تخصيص مجهوداتها خلال حملها بلقب هذا العام في خدمة قضايا المرأة واللاجئين العرب حول العالم. وحظيت اللبنانية نادين المصري بلقب الوصيفة الأولى، والسورية فرح الحافظ بلقب الوصيفة الثانية. وحصلت لأول مرة في التاريخ، السعودية بسمة العتيبي على لقب ملكة المواهب لتفوقها المتميز في الغناء والذي أبهر جميع الحضور، كما فازت الأردنية جوي النمرى بتصويت الجمهور. وتختلف مسابقة ملكة جمال العرب بأميركا عن غيرها من المسابقات، حيث لا تشترط مقاييس للجسد ولا ترتدي المتسابقات لباس البحر، ولكن بدلا عنه يتم عرض للزي الوطني لكل متسابقة، كما أن اختيار لجنة التحكيم يتركز على الشخصية

واللباقة والمعلومات العامة والتعليم وأسلوب الحياة والمواهب والقدرات الشخصية ومدى الاندماج في خدمة المجتمع. وصرح المخرج والمنتج العالمي أشرف الجمل، المصري المقيم بالولايات المتحدة وهو رئيس المنظمة العربية الأميركية القائمة على تنظيم هذه المسابقة، بأن الهدف الأساسي من هذه المسابقة هو ترويج فتاة ذات قدرات خاصة لتمثيل المرأة العربية حول العالم والقيام بمهام خيرية في مجالات دعم اللاجئين العرب والأطفال والمرأة والأيتام والشيوخ والمرضى. وأضاف الجمل أن هذه المبادرة تأتي بالإضافة إلى قيام الفتاة التي يتم تتويجها بلقب، بزيادة ارتباط الجيل الثاني من العرب الأميركيين ببلادهم الأم وثقافتهم العربية، وتصحيح مفهوم الثقافة العربية لدى الأميركيين وتغيير المفهوم الخاطي عن المرأة العربية الذي يقدمه ويروج له الإعلام الأميركي. وأكد أن هذه الأهداف قد تحققت جميعها بالفعل منذ أعوام حيث لاقت مسابقة ملكة جمال العرب بأميركا اهتماما كبيرا غير متوقع من جميع وسائل الإعلام الأميركية.

## اكتشاف طبي

### قد يساعد الجسم على علاج نفسه ذاتياً من «السكري»

الرأي الحر

القدرة على إنتاج الإنسولين. واكتشف الباحثون، بالتعاون مع فريق دولي من جامعات «جنيف» السويسرية، و«فاندريلت» الأمريكية، و«جونتيندو» اليابانية، أن خلايا «ألفا» يمكن أن تغير هويتها الأساسية، وتتكيف بحيث تقوم بعمل خلايا «بيتا» المجاورة المتضررة أو المفقودة وتنتج الإنسولين لتنظيم السكر في الدم. وأثارت عملية تغير الهوية الخلوية اهتمام العلماء كثيراً، واكتشف فريق البحث أن ٢٪ من خلايا البنكرياس المجاورة، يمكنها تغيير وظيفتها لتحل محل خلايا الإنسولين التالفة، وتمكنوا من زيادة نسبة هذه الخلايا إلى ٥٪ باستخدام أدوية تؤثر في عملية نقل الإشارات بين الخلايا. ووفقاً لمنظمة الصحة العالمية، فإن السكري من النوع الثاني يظهر من جراء فرط الوزن وقلة النشاط البدني، ومع مرور الوقت، يمكن للمستويات المرتفعة من السكر في الدم أن تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب، والأعصاب، والعمى، والفشل الكلوي.

في المقابل، تحدث الإصابة بالنوع الأول من السكري عند قيام النظام المناعي في الجسم بتدمير الخلايا التي تتحكم في مستويات السكر في الدم، وتكون معظمها بين الأطفال والشباب، وتتطلب تعاطي الإنسولين يومياً. طريقة فريدة

قالت «لويزا جيلا» -الباحثة في قسم العلوم السريرية، بجامعة بيرجن، والمشاركة في الدراسة- في تصريحات لـ«العلم»: «إن هذه الطريقة يمكن أن تصبح فريدة في علاج مرض السكري، كما أن الدراسات اللاحقة للألية المكتشفة تساعد على إنتاج كمية أكبر من الإنسولين، أي أن الجسم سيصبح قادراً على علاج نفسه من مرض السكري، وبالتالي يمكن للمريض أن يتخلص من تناول أدوية السكري».

يصاب الأشخاص بمرض السكري عادةً عندما يزداد مستوى السكر في الدم، بسبب عدم قدرة خلايا البنكرياس التالفة على إفراز الإنسولين، لذا يلجأ الأطباء إلى إعطاء المرضى أدوية السيطرة على مستويات السكر في الدم. ويعد ارتفاع مستوى السكر في الدم من الآثار الشائعة التي تحدث من جراء الإصابة بداء السكري، ما يؤدي مع الوقت إلى حدوث أضرار وخيمة في العديد من أجهزة الجسم، ولا سيما الأعصاب والأوعية الدموية.

لكن ماذا لو تمكن جسم المريض من إنتاج الإنسولين ذاتياً، بواسطة خلايا أخرى مجاورة لتلك التالفة في البنكرياس؟

سؤال أجاب عنه فريق من جامعة «بيرجن» النرويجية؛ إذ اكتشفوا أن الجسم يمكنه علاج السكري ذاتياً، إذ يمكن لخلايا البنكرياس السليمة القيام بعمل الخلايا التالفة، وذلك وفق دراسة نشرتها دورية (Nature Cell Biology) العلمية.

وهناك ٣ أنواع مختلفة من الخلايا في البنكرياس، وهي خلايا «ألفا» و«بيتا» و«دلتا»، ووظيفتها إنتاج هرمونات مختلفة لتنظيم مستويات السكر في الدم.

وتفرز خلايا «ألفا» الجلوكاجون الذي يزيد مستويات السكر في الدم، أما خلايا «بيتا» فتفرز الإنسولين الذي يضبط نسبة المرتفعة، وتنتج خلايا «دلتا» هرمون «السوماتوستاتين» الذي يتحكم في تنظيم نشاطات كل من خلايا «ألفا» و«بيتا».

ويعاني المصابون بالسكري -وخاصةً من النوع الأول- من تلف يؤدي إلى تراجع وظيفة خلايا «بيتا»، لكن الباحثين تمكنوا في دراسة أجريت على الفئران، من تغيير وظائف خلايا «ألفا»، لتعمل عمل خلايا «بيتا» التالفة، ما يمنحها

## اكتشاف آلية جديدة قد تسهم في علاج السمنة

توصل فريق من الباحثين الصينيين إلى آلية جديدة تساعد الجسم على التحكم في معدل التمثيل الغذائي للدهون، ما من شأنه أن يسهم مستقبلاً في ابتكار أدوية للمساعدة على حرق الدهون المخزنة بالجسم، وبالتالي تقليل الوزن. وتشير الدراسة، التي نشرتها دورية «بلوس بيولوجي» (PLOS Biology)، إلى أن «هناك ثلاثة أنواع من النسيج الدهني: الأبيض والبني والبيج، وهي أنواع لا تختلف في اللون فحسب، بل أيضاً في مدى استجابتها لعملية الأيض». وتتكون الدهون البيضاء من نسيج تخزين يحتوي على قطعة كبيرة من الدهن شبه السائل المكون من «ثلاثي الجلسرين» و«إستير الكوليسترول»، وسُمكها يقدر بما بين ٠,١ إلى ٠,٢ ملمتر، وتحاط الدهون البيضاء بطبقة من سيتوبلازم الخلية، ما يجعل معدل أيضها منخفضاً، وبالتالي لا يحترق ذلك النوع من الدهون ببساطة. أما الدهون البنية، فتحتوي على خلايا غنية بـ«الميتوكوندريا»، وهي مصانع الطاقة بالخلية؛ إذ تقوم تلك المصانع بحرق الدهون البنية باستمرار، لتطلق الحرارة اللازمة لتدفئة الجسم، وتسمى تلك العملية بـ«التوليد الحراري»، وهي لازمة وضرورية لحفظ الحياة. أما الدهون ذات اللون «البيج» فتتشكل عبر اتحاد الدهون البيضاء مع الدهون البنية، وتسهم هي الأخرى في عملية الأيض الحيوي التي تحفظ للجسم درجة حرارته.

في الدراسة الجديدة، وجد الباحثون آلية يُمكنها خفض امتصاص هرمون الـ«نورإبينفرين» (Norepinephrine)، بحيث يبقى على سطح الخلية الدهنية ويحرق مزيداً من الدهون، ما يؤدي إلى ارتفاع معدلات التمثيل الغذائي للدهون وزيادة نشاط الميتوكوندريا وحرق كميات أكبر من الدهون بصورة تسهم في انخفاض الوزن وعلاج السمنة.

وهرمون الـ«نورإبينفرين» هو أحد الهرمونات التي تفرزها الغدة الكظرية حال الشعور بالخطر أو الإثارة، وهو أحد المحفزات الرئيسية لعملية توليد الحرارة عبر حرق الدهون. فعندما تفرز الغدة الكظرية ذلك الهرمون، يتجمع على سطح خلايا الدهون ويبدأ في حثها على بدء الحرق الحيوي بهدف إنتاج الحرارة، إلا أن الخلايا الدهنية تبدأ في امتصاصه ليدخل إلى داخلها ويتحلل لمنع التحفيز الزائد عن الحد، وبالتالي، لا يقوم ذلك الهرمون بعمله بالصورة المثلّية.

وأظهر الباحثون أن فئران التجارب تتمتع بوجود مستويات منخفضة من بروتين يُسمى OCT٣ يمكن أن يحفز بقاء هرمون الـ«نورإبينفرين» على سطح الخلايا الدهنية بكل أنواعها (البيضاء والبنية والبيج)، ما يسهم في حرق المزيد منها مقارنة بالمستويات العادية.

من جهته، يقول «ليجونج تشن» -استاذ علوم الكيمياء والصيدلة في جامعة «تسينجوا» الصينية، والمؤلف الأول للدراسة- في تصريحات لـ«العلم»: «إن اكتشاف تأثير بروتين OCT٣ على عملية الأيض يمثل فهماً جديداً للطريقة التي تعمل بها الكاتيكولامينات، وهي مجموعة من الهرمونات التي تفرزها الغدة الكظرية وتعمل على حرق الدهون البيضاء والبنية والبيج».

ويضيف «تشن»: «كان العلماء يعتقدون في السابق أن تلك الهرمونات تنتقل عبر مسارات عصبية محددة، لكن الدراسة الجديدة هي الأولى التي يُكتشف فيها دور بروتين OCT٣ كوسيط لعملية حرق الدهون وتوليد الحرارة».

ويؤكد «تشن» أن الدراسة، التي استغرقت ٥ أعوام كاملة، يمكن أن تكون حجر زاوية في علاج السمنة أو الأمراض الأيضية الأخرى، مشدداً في الوقت ذاته، على ضرورة التوصل إلى مزيد من الأدلة حول نتائج الدراسة قبل بدء التجارب على البشر.





## قصة (أنت البطل) ومحمد صلاح في معرض الكتاب للتوعية ضد المخدرات



أصدر صندوق مكافحة وعلاج الإدمان قصة (أنت البطل) للأطفال من سن ١٠ لـ ١٥ سنة والتي يقدم فيها الأيقونة المصرية محمد صلاح كبطل للقصة ضمن حملة (أنت أقوى من المخدرات))

محمد صلاح، وتحكي القصة التي كتبها محمد فتحي ورسمها خالد عبد العزيز عن الطفل المصري عمر الذي لم يكن يعلم أن حلمه بالتقاط صورة مع النجم محمد صلاح سيدخل به إلى مغامرة مثيرة في عالم الإدمان. من جهته أكد عمرو عثمان، مساعد وزيرة التضامن ومدير الصندوق أن القصة حظت بموافقة اللاعب العالمي محمد صلاح الذي راجعها بنفسه ووافق على نشرها ضمن فعاليات حملة أنت أقوى من المخدرات التي شارك صلاح فيها بالفعل.

وقال محمود صالح، مسئول المكتب الفني للصندوق إنه من المقرر توزيع القصة مجاناً ضمن فعاليات اليوبيل الذهبي لمعرض القاهرة الدولي للكتاب في الجناح المخصص للقصة هناك والذي سيقوم بالعديد من الأنشطة الترفيهية والتعليمية والتوعوية مع أطفال المعرض بالتعاون مع هيثم عبد ربه مبادرة (عربية الحواديت) التي ستعقد ورش حكي للقصة في المعرض. من جهته أكد محمد فتحي، مؤلف القصة أن الاتفاق بينه وبين صندوق مكافحة وعلاج الإدمان ينص على توزيع القصة مجاناً على أطفال المدارس المصرية في مختلف محافظات مصر.. وقال فتحي إن القصة روجعت علمياً وتم اختبارها على أطفال العديد من المدارس بالفعل بالتعاون مع عربية الحواديت.

وثمن فتحي جهود وزارة التضامن الاجتماعي واهتمام الوزارة عادة والى التي أشرفت على العمل مؤكداً أن الاستثمار في المستقبل يبدأ بالاهتمام بملف الطفل.. ومتمنياً أن ينال العمل إعجاب الأطفال. يذكر أن حملة أنت أقوى من المخدرات بدأت قبل عدة أعوام وحقت

## خطط للدمج بين مسنجر واتساب وفيسبوك ورسائل إنستاجرام سوية

### مشروع ضخم لتوحيد أنظمة المراسلة الثلاثة



يخطط الرئيس التنفيذي لفيسبوك مارك زوكربيرغ لدمج مسنجر فيسبوك واتساب ورسائل إنستاجرام ليتمكن المستخدمون من التراسل بين هذه التطبيقات.

فوفقاً لتقرير من صحيفة The New York Times ستحتاج هذه الخطوة إلى الآلاف من موظفي فيسبوك بهدف إعادة تهيئة طريقة عمل أنظمة تطبيقات المراسلة الثلاث جميعها «في أبسط مستوياتها الأساسية». وستبقى التطبيقات الثلاث جميعها مستقلة عن بعضها البعض، ومن المتوقع أن تكتمل عملية توحيد أنظمة المراسلة فيها مع حلول نهاية ٢٠١٩ أو ربما بدايات ٢٠٢٠.

وفي هذا السياق قال فيسبوك في بيان: «نحن نعمل على جعل عدد أكبر من منتجات المراسلة خاصتنا مشفرة من

الطرفين ونفكر بطرق لجعل الوصول إلى الأصدقاء والأسرة عبر الشبكات أكثر سهولة. نحن نريد بناء أفضل تجربة مراسلة نستطيعها، ويريد الناس أن تكون المراسلة سريعة وبسيطة وموثوقة وخاصة.»

ومما يزيد من تعقيد عملية التوحيد هذه هو أن واتساب يتضمن حالياً بشكل افتراضي عملية التشفير من الطرفين، والتي تحمي الرسائل من أن تتم مشاهدتها من قبل أي شخص لا يشارك في المحادثة. في حين لا يقدم مسنجر فيسبوك وإنستاجرام هذه الميزة بعد. ووفقاً للتقرير، فإن زوكربيرغ يعتقد أن الدمج بين مختلف منصات المراسلة التي يستحوذون عليها سيجعلها في نهاية المطاف أكثر فائدة. وفي حين يقال إن فيسبوك كان يهدف للحفاظ على المزيد من الاستقلالية في بادئ الأمر، إلا أن زوكربيرغ أصبح مهتماً للغاية بهذا الدمج في نهاية العام الماضي. وتسببت هذه التصرفات وفقاً للتقرير بحصول انقسامات داخلية، حيث غادر مؤسسو إنستاجرام فيسبوك في الخريف الماضي، كما غادر مؤسسو واتساب لأسباب مماثلة أيضاً.



## ثلاث تطبيقات في واحد

## أبدأ عامي بكلمة (احبك)

### ميثاق كريم الركابي

وينسى الدمع طريق عيون النساء  
نكايه بالقبيلة  
انثر شقائق النعمان  
على سيدات الشعر  
أصوغ من ببادر القمع قلائد  
تزين جيد الكادحات  
أضيف ربييعين لفصول الثكالي  
اتوج العاشقات على عروش المستحيل  
أجدد التوقيت الشمسي والقمرى  
على عدد الشفاه التي ذاقت التقبيل  
نكايه بالقبيلة  
أودع زنازين الحرمان  
يطير حلمي على ظهر غيمة  
لتمطر أغنيات حناء  
تبلل صفائر بنات الأهوار  
وبثرى كل مؤودة  
أعمى عيون من يمتهن البطولة  
على حواء  
نكايه بالقبيلة  
أطرز على ثوبي حروف إسمك  
أطبع على خدك قبلة وألف  
وأنام على ذراعك  
حتى يموت الجهل في الأوطان

كايه بالقبيلة  
أبدأ عامي بكلمة (احبك)  
وأتعاطى الشعر على مرأى  
أبناء عمومتي  
أعلن الشوق عليك  
حتى تصير مدينتي عرساً  
تصل مزامير أفرأها  
حتى حدود قندهار  
نكايه بالقبيلة  
أرفع غطاء الخوف من قلبي  
أحطم قيدي بنور ابتسامتك  
أضمد جراح العمر بوطن كنتفك  
وأزهر حرية كلما غزلتني بعشتار  
نكايه بالقبيلة  
أفتح نوافذ الأعراف  
للتحول العورة إلى ثورة  
وتشفى تاء التأنيث من العبودية  
أحرر ضحكات العذارى  
لتغدو الطرقات، الأسواق  
البيوت القديمة،  
مرايا وإغواء أقمار  
نكايه بالقبيلة  
أفك طلاسم الجاهلية  
أرخي سماء الحلم لكل خلخال  
يرقص خلف الجدار  
وتقفز «هي» من آخر السطر  
لتكون أول حرف بالحرية  
نكايه بالقبيلة



أكسر كل ضلع من سلالة الظلم  
أفتح الحواس ليُعبّر الحب بسلام  
وتصبح كل النساء على قيد العرش  
أقيم انتفاضات من الموسيقى  
أرسم خرائط من التمرد  
أحطم حائط الذكورية  
وأقيم دولة من الكحل  
تحكمها عيون كل الجنوبيات  
نكايه بالقبيلة  
أجعل صدر العالم العربي  
ماوى للعدالة  
أضيء شموعاً بعقل آدم  
بعدد أصابع الأمهات  
بعدد الصفعات على خدود البنات  
أحول السبي لجنائز  
تحملها أكتاف المتجبرين



## الدكتورة يسر القزويني

واحدة من الشباب الذي تميز في عدة اتجاهات بعيدة الواحدة عن الأخرى من هندسة الاتصالات الى الفن التشكيلي وعرض الأزياء وآخرها كان تجربة المونتاج الفني الدكتورة يسر القزويني.



ان اساهم ماديا واساعد عائلتي. اعطي دروس خصوصي، ورش تدريبية، وترجم من الانجليزية للعربية والعكس. كما اني اصبحت مسؤولة عن امي بعدما سافرتاخلي لاكمال دراسة الدكتوراه في سنغافورة. المسؤولية لاتعني ماديا فحسب بل معنويا والى حد هذه اللحظة. وطبعا التحديات تزداد ولا تقل، تخرجت من الجامعة باعلى معدل على القسم ليكون اسمي اول اسم وبين قوسين كلمة «العراق» بالانجليزي. الدكتوراه ايضا كانت مليئة بالعقبات وتحديات من نوع اخر واجتذتها بامتياز. ومنذ انانيت الى الولايات المتحدة شعرت ان التحديات تتزايد، الطموح تكبر ويترتب على الانسان تطوير نفسه باستمرار. كما اني منذ ان ابدأت العمل، بدأت ارغب باكتسابخبرات جديدة وتطوير نفسي وأفكر في مجالات حتى ربما تكون بعيدة عن مجالي وتنمو الرغبة في الاستكشاف. وعلى صعيد الاعلام، التحديات كثيرة، من الصعب جدا انتقل لك قاعدة جماهيرية اولا بسبب اهتمامات الجمهور والدراج اليوم وثانيا بسبب ضيق الوقت والتزامي بدوامي وهي نفس المشكلة التي اواجهها في الرسم. فان عملتي يومي السبت والاحد والعطل يعني ان اترك الجانب الاجتماعي من حياتي وهو ليس بالشيء الصحي فالانسان بحاجة الى الصداقات، الاختلاط بالناس، الخروجوالحركة، والحب والتأكيد ليبقى بصحة جيدة جسديا ونفسيا.

### ماهي أمنية يسر القزويني؟

امنياتي لان لدي أكثر من أمنية ان يكون عملي اليومي فيه جانب فني كي اكون سعيدة أكثر. كما اني اود ان اساهم أكثر في النهضة الفكرية للمجتمع من خلال الاعلامالسوشيال ميديا وان استمر بعمل الخير.

### ماهي نصيحتك للشباب؟

نصيحتي للشباب ان يبحثوا عن هواية مفيدة وممتعة وان يجتهدوا الى ان يحققوا طموحهم وان لايتوقفوا عن الحلم. فانا احلم كثيرا وارى احلامي تتحقق بالسعيوالاجتهاد.

<https://yusserqazwini.com>

### من هي يسر القزويني؟

يسر القزويني، مواليد الجزائر ٨٩ من اب وام عراقيين. والدي هو د. علي تقي القزويني، بروفييسور في الاقتصاد وله عشرات المؤلفات في مجال الاقتصادوالتأمين كما انه ترجم العديد من الكتب عن الانجليزية والفرنسية. عمل والدي في جامعات عربية عديدة في العراق والجزائر وليبيا وسوريا. والدي د. سوسن الحسيني، حاصلة على شهادة الدكتوراه في مجال التأمين والمصارف ومصممة ازياء، عشت طفولتي في ليبيا وثم اكملت

البكالوريوس والدكتوراه في هندسة الاتصالات في ماليزياواهجرت من سنتين الى الولايات المتحدة الامريكية واعمل اليوم مهندسة في شركة جينيرال موتورز ولكن افضل ان تعرفوني كفنانة بالاضافة الى كوني مهندسة.

### ما هي اهتمامات يسر القزويني؟

اعشق الفن والاعلام لذلك حرصت على الاستمرار بممارسة هواياتي رغم التزامي بالعمل ومسؤوليات اخرى بل واخذتها الى منى اخر لاشارك مع كبار الفنانينالتشكيليين في معارض تشكيلية في ماليزيا وكانت لي مشاركة ايضا في كندا العام الماضي ضمن مهرجان «هاي العراقية» مع باقة متميزة من الفنانين التشكيليين. وفي مجال الاعلام قررت الاعتماد على نفسي واستت قناة على اليوتيوب وصفحة على السوشيال ميديا واواخر العام الماضي لانشر عليها الفيديوات التي اقوم بتصويرهاومنتجتها بنفسي. كل تلك شكلت تحديات كثيرة مع عمل بدوام كامل في شركة كبيرة مثل جينيرال موتورز وكذلك ارتباطات ومسؤوليات اخرى. اهتم ايضا بالجانبالانساني، في فترة الحرب على داعش شاركت في حملات كثيرة، استعملت فيها الفن كاداة للتوعية ولجمع التبرعات. وشاركت حتى في مؤتمر تيديكس في ماليزيا ولازلتالي اليوم اتواصل مع ناشطين مدينيين في شمال العراق لمساعدة بعض النازحين. لكن الجهود اليوم فردية لان بسبب انشغالاتي ليس بامكاني ان اقيم حملات خيرية كما فيالسابق. وفي السابق كانت لدي اهتمامات أكثر كالموديلينج، مثلا كنت الوجه الاعلامي للجامعة وشاركت في عروض ازياء وتصوير اعلانات وجلسات تصوير كثيرة فيماليزيا.

### ما هي التحديات التي واجهتها يسر وغيرت من نظرتها للحياة؟

أصعب موقف مررت به هو مرض والدي المفاجئ الذي ارداه طريقا للفرار لمدة ثلاث سنوات ليغادرنا عام ٢٠١٠. في تلك الفترة كانت عندي رغبة كبيرة فيالنجاح والتفوق واطلاع والدي على كل شيء حتى وان لم تكن هناك اي ردة فعل منه. كانت تلك الفترة صعبة، كنت اشاهد فيها والدي لاحول ولا قوة له، والدي ذلك الرجلالعظيم في لحظة أصبح نحلا ولايمكنه ان يروي لنا القمص كما في السابق.. لكنها علمتني الاعتماد على النفس، كنت طالبة بكالوريوس في بداية دراستي الا اني كنتاحاول

## الاعياد في العراق القديم

شاخصة بزقوراتها ومعابدها وقصورها وادواتها وحرفها التي يصعب تنفيذها حتى وقتنا الحاضر واتقانهم للعمل بان الاله يطلع عليهم فعليهم خدمة دولتهم التي كانت توفر لهم كافة سبل الراحة واستحصال حقوقهم هكذا كنا عندما مجدنا العامل فبنينا حضارة

### بيت الاكيتو//

وهو بيت كبير يقع خارج المدينة وفي منطقة زراعية ويكون بلا سقف يحتفل به الشعب السومري باحتفالات رأس السنة في العراق القديم، ويكون لكلمدينة بيت الاكيتو خاص بها

### عيد تتويج الملك//

ويقام هذا العيد كل فترة زمنية وهي تكون بعد وفاة الملك للمدينة وتتويج الملك الاخر والباسة تاج الملوكية والعبادة المذهبة ويقبض بيديه بصولجانالملك وستمر هذا العيد ثلاثة أيام تلقى بها الاشعار ويوزع الطعام به على الاهالي وتقام طقوس الدعاء بحفظ الملك من كل مكروه أو سوء.

### عيد اكتمال القمر//

وهو عيدا بسيطا يقام في يوم واحد وهو يوم اكتمال القمر بعد أن يصبح بدرا وتعم الفرحة الناس وهو يوم بهجه وفرح وتقام طقوس من الاكلوالشعر والموسيقى في الساحات ليلا وعلى ضوء القمر حتى ساعة متأخرة من الليل .....

### عيد الانتصار//

ليس لهذا العيد يوما محدد بل انه يقام بعد رجوع الملك وجيشة من انتصار عسكريا يحققوه على اعدائهم فتفتح ابواب أسوار المدينة لأستقبالهم وتقرعطبول الفرع بهذه المناسبة ويلبس الناس الثياب الجديدة وتنتشر الورود والياس على الجيش اثناء دخولة المدينة

ويكون في يوم واحد نيسان من كل عام ويستمر ١١ يوما وتقام طقوسه في كل مدينة سومرية في بيت يسمى (بيت الاكيتو) ويطلقون ايضا على هذا العيد عيد الاكيتو وتجري به طقوس توزيع الحلوى واقامة الموائد الغذائية وايضا اقامة المسرحيات التي تجسد هذا اليوم في بداية عام جديد يتمنون بها ان يكون عاما للسلام.

### عيد النيروز عيداسومريا//

يوم ٢١/٣ عيدا سومريا بامتياز يعتبر هذا اليوم ٢١/٣ هو اليوم الحقيقي لبداية الربيع في السنة العراقية القديمة ويعتبر هذا اليوم ساعات الليل مساوية لساعات النهار وبه تدخل البهجة للبلاد ومنذ ٣٠٠٠ عام قبل الميلاد، وكان بسبب بداية الانقلاب الربيعي وبداية الزراعة وصب القالب للبناء وبداية الحياة للاشجار واخضرار الارض وهذا كانت تقام له احتفالاتكبيرة في بلاد سومر واقامة طقوس الاحتفالات والذهاب الى بيت الاكيتو لكل مدينة وهو بيت كبير خارج المدينة بالارض الزراعية يحتفلون لدخول هذا اليوم ودخولالربيع ولهذا يمي ب (الدخول) ويقومون بذبح الثيران وتوزيع الحلوى واقامة الصلوات والادعية لهذا البلد ان تحفظة السماء من كل سوء ومكروه وأتمنى أن نزرع الشجر في هذا اليوم كما كان العراقيون الاوائل يعملون .....

### عيد العمال//

عيد العمال السومري كان للعامل شأن ومكانه كبيرة في بلاد وادي الرافدين بالعصر السومري والبابلي والاشوري حيث تعطيهم الاواح صفه انهم يد الاله بأعمار الارض ويدونوا اسمائهم علىرقم الطين لتخليدهم وكانوا من الطبقة التي ركز عليها القانون وضمن حقوقها ان كان العامل رجل أو امرأة وعدم تأخير اجورهم واعطائهم الراحة المستحقة وساعاتالعمل العادلة ولهذا بنوا حضارة ينحني امامها العالم أجمع لازالت

### الباحث الآثاري / عامر عبد الرزاق

لشعب بلاد وادي الرافدين أعياد ومناسبات حالهم حال جميع الشعوب والحضارات في العالم وهي في أيام مخصصة ويجعلون لها اهتمام كبير وتجري بها طقوس تختلفين عيد واخر وبعض هذه الاعياد يكون مخصص بيوم واحد وبعضها يستمر لعدة أيام ومن هذه الاعياد

### عيد رأس السنة //





## Welcoming Wayne County from the Bad to Good with Warren C. Evans Leadership

By: Free Opinion Press

Warren C. Evans has been sworn in as Wayne County Executive for the Next 4 years (second term). Evans was a re-elected to the Wayne County last November and his ceremonial swearing was hosted at Second Ebenezer Church. Hundreds of residents and supporters were attending the swearing-in community celebration. Evans top priority is to provide leadership that ensures the county operates efficiently and effectivity focus on serving the Wayne county residents. Moreover, Wayne County offers a diversified economy and high standards for Wayne County residents' quality of life that are home of 34 cities and nine townships. When Wayne County Executive Evans took the office, he assembled a team committed to avoiding bankruptcy and restoring public confidence in county government. "Detroit was coming out of

a bankruptcy the main thing was I wanted to know just how bad it was so I could be honest with people about what to do to fix it" said, Evans, Wayne County Executive. In addition, the county now is entering rebuild mode focused an improving service delivery after four straight budgets with surplus funds. Evans has successfully spearheaded the county's turnaround to financial surplus after facing and eliminating a massive structural deficit of 52 million." we are moving from recovery to rebuilding in order to create a more prosperous future for Wayne County.", said Evans. Furthermore, four years later, Wayne County is in a far different place. it's on a financially stable path with a bright future. On behalf the Arab American Youths we would like to congratulate him and wish him the best of luck. Warren Evans has been known as a confident leader and man who get the jobs done.



## Strengthen Young's Community With Awladi Institute Seminars

Free Opinion Press:

Awladi Institute hosted an Identity Faith & Culture seminar for youths' people. The speakers of this important informative seminar were Sayed Abathar Tajaldeen & his colleague Haj Mohamed Ali Banoon. The seminar focused on our identity as a Muslim based on our principle which derived from our faith. "We should be proud of our faith and when we talk about our faith been Muslim and follower of Ahal Albayt," Sayed Abathar said. Many Youngs people were attending the event to learn more about how our faith tied with our identity.

In addition, Sayed Abathar mentioned 4 important spheres of identity: The first sphere been the followers of Ahal Albayt this the start foundation, second sphere which is the Muslim identify that believe in one God and Mohamed as the prophet. The third sphere believes in one God. The fourth sphere that we are human begins and we should respect humanity and he referred to Imam Ali Iben Abi Talib quotation stated: "the person is either your brother in your faith or in equal in humanity". We should be open and engaged with other people from different faiths. The point we need to concerned about our identity that focused on our religion and school of thought of Ahal Albayt. "We all facing a challenge in life like climbing a mountain and you can use the religion as a rope to climbs up the top of the mountain," Haj Mohamed Ali said.

Furthermore, Attendees were given the opportunity to asked questions through an open dynamic discussing to voice their thoughts about faith & cultures conflicts and how they can overcome this by knowing their real identity. Most of the young's people questions were thoughtfully answered by two intelligence lawyers.



## Viewpoint: DNA fitness test claims are 'misleading'

By: Markham Heid

The sales pitch is compelling: By revealing the secrets locked inside your DNA, genetic testing can optimize your workout gains while reducing your risk for injury. "Remove the guesswork from training," claims one company. "Take your exercise choices to the next level," says another.

The companies selling these services (often for hundreds of dollars) say they're backed by hard science. But take a close look at the research undergirding these products and you'll catch a distinct whiff of snake oil.

"There are some companies out there who are just making stuff up or exaggerating to the point of fraud, but even the companies that aren't making

fraudulent claims are utilizing the scientific aura surrounding DNA to imply that there's more evidence than there really is," says Robert Green.

Green says there are some genetic markers associated with the activity of fast twitch muscle fibers. These genes may play a minor role in a person's response to different types of resistance training. Using this kernel of genetic science as a foundation, companies are constructing whole training programs.

The claims many of these testing companies make are misleading, and there is scant evidence tying genetic markers to training outcomes. But if you have money to burn and understand the shortcomings of these tests, you may still find them entertaining—and maybe even a little inspiring.



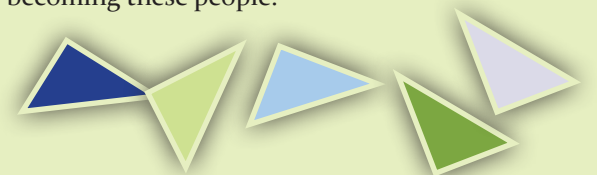
## You cannot get rid of violence by more violence

By: Marwa Dalmi

We were created with a brain to use to make our decisions. Sometimes, what we decide to do doesn't end up being a good decision and results in innocent people's lives being taken away from them. The goal of pure children who get hurt by those who shoot up schools or use guns to their own advantage is only their future. Their future is taken away from them or collapsed because of the decisions made by these shooters. The way to get out of this not to go kill each other people or buy more guns to protect ourselves, because you are adding onto the violence and you can't get rid of violence with more violence.

It is to understand that concepts like bullying or other things that caused people to want to end other people's lives is what needs to be taken care of. Of course, in some cases people have mental problems or other reasoning, but not all cases. The goal is to stop the bullying, stop the pain, and stop the motives people have to do these things. The goal is to think twice about what you do and realize how what you do affects people and the environment. The more bullying happening, the more pain put into people's lives, the more we end up with people like school shooters and gun violence who make bad decisions that make everything even worse.

The way to handle this is to start with trying to fix the cause, and then go to the effect, because you can never solve a problem if you start at the end, you start at the beginning because the only way to stop what is bad in the world is to stop what is leading people into becoming these people.





## A New Day For Democracy In The State of Michigan “Building Bridges Together”

By: Akram Ali

Michigan Gov. Gretchen Whitmer is committed to solving problems for Michiganders across the state. Under her leadership, that means expanding access to affordable healthcare, improving education and skills training, respecting working families, cleaning up Michigan’s drinking water, and of course, fixing the roads. Whitmer, Michigan’s second female governor, said Michigan’s problems are not partisan ones. She said potholes, clean water, great schools, and better job skills “are not political,” and she pledged to be a “governor for everyone.”

During her first month in office has signed nearly a dozen executive directives that cover several areas of state government. Executive directives are issued by the Governor to establish basic internal policy or procedure for the executive branch of state government, assure the faithful execution of law, and to supervise state departments. “We’ll put Michiganders first and we’ll have an open-door policy and we’ll actually listen. As governor one of my principal duties is to protect the health, the safety and the welfare of all Michigan residents,” said Whitmer

Here’s a list of the executive directives signed by Gov. Gretchen Whitmer so far:

### 1)Executive Directive 2019-01

The first directive Michigan Gov. signed (Protecting Public Health, Safety, and Welfare) that directs state of Michigan employees to report health issues, specifically, any imminent threat to public health, in the wake of the Flint Water Crisis. Protecting Public Health, Safety, and Welfare “State government must be open, transparent, and accountable to Michigan residents, even when a department, agency, or state officer falls short of the duty to protect the health, safety, and welfare of the public we serve.”

### 2)Executive Directive 2019-02

This second directive aimed to have transparency within the state government. It restores a practice first started by Gov. G. Mennen Williams and gives instructions for state departments and agencies “the reporting of irregularities relating to public money or public property.” Whitmer called the issue her “highest priority.”

### 3)Executive Directive 2019-03

Michigan Gov. also looked to keep state government open and honest, and establishes executive branch policy for “standards of ethical conduct for department directors, appointees of the governor, and employees within the executive branch.” This executive order sets a standard that any employee who sees another employee violating the standards to report it to the director.

### 4)Executive Directive 2019-04

“It is in the public interest to protect state government and state employees from any appearance of improper political influence connected with the solicitation or receipt of political contributions in state government facilities,” Whitmer said. This order prohibits anyone working for a state agency, department, division, bureau, board, commission, council, authority, or other executive branch body, from using funds, personnel, office space, computer hardware, property and more to contribute or volunteer personal services in the Michigan Campaign Finance Act.

### 5)Executive Directive 2019-05

It orders department directors and agency heads to ban private email use for state business, and also bans using state email for non-state activity. The directive also makes sure state emails will not be destroyed unless they are compliant with an applicable record retention schedule.

### 6)Executive Directive 2019-06

In the sixth executive directive, Whitmer aims to have departments and agencies examine each of their actions for budget implications. It makes department directors and agency heads consult the state budget director or the director’s representatives on basic fiscal policy manners.

### 7)Executive Directive 2019-07

This is the final directive with open government in the package of directives. Here, any state department or agency that proposes legislation must run it by the state budget director and the governor’s director of legislative affairs. According to Whitmer, the process is necessary for making sure the executive branch speaks with “one voice” on all of its legislative initiatives.



### 8)Executive Directive 2019-08

Whitmer is hoping to grow Michigan businesses and create jobs with this directive, saying that too many Michigan communities have struggled with population loss, reduced public funding and less economic activity. The Department of Technology, Management and Budget must work with other state departments, agencies and organizations representing small businesses to help the businesses and reduce barriers.

### 9)Executive Directive 2019-09

The democratic governor is barring LGBT discrimination with this directive in state services or by state contractors. “If we’re going to attract the talented workforce our businesses need to create jobs and grow our economy, then we’ve got to get on the right side of history,” Whitmer said in a statement. State contractors or recipients will not be allowed to discriminate against workers, or people applying for jobs, based on their sex which includes sexual orientation and gender identity.

### 10)Executive Directive 2019-10

Whitmer looks to ensure equal pay for female state workers. It bars state departments and agencies from asking about a job applicant’s current or previous salaries until an offer of employment, with proposed compensation, is made. “Asking job applicants about their salary histories can inappropriately perpetuate the gender wage gap by enabling prospective employers to offer lower salaries to women than they otherwise would,” Whitmer said in a statement.



**FREE OPINION PRESS, LLC**

ESTABLISHED  
 DECEMBER, 2016

INDEPENDENT ARAB AMERICAN YOUTHS COMMUNITY NEWSPAPER (AAYCN) IN BOTH LANGUAGES ARABIC AND ENGLISH PUBLISHED BY ARAB AMERICAN YOUTHS MICHIGAN, USA

EDITOR IN CHIEF:  
**DR. AFRAH ALI**  
 PH.D. POLITICAL SCIENCE

CONTRIBUTING WRITERS:  
**NOOR AHMED**  
**AKRAM ALI**

DESIGNER:  
**AHMAD SADEQ**  
**AHMED ALI**

DISTRIBUTION:  
**AMMAR ALMAHMADEE**

THE FREE OPINION PRESS IS EDITORIALY INDEPENDENT MEDIA THAT DEDICATED TO COVER THE NEWS OF THE YOUTHS COMMUNITY ACTIVITIES AS WELL AS NATIONAL NEWS WITHOUT REGARD TO RELIGIONS, POLITICAL, NATIONALITY AND ETHNICITY.