

نتائج التوجيهي ستعلن الكترونياً عبر الموقع المخصص

عمان
قال الناطق الإعلامي باسم وزارة التربية والتعليم عبد الغفور القرعان، إن نتائج امتحان شهادة الدراسة الثانوية العامة ٢٠٢٠ ستعلن كالمعتاد على الموقع الإلكتروني المخصص (www.tawjihi.jo) غدا السبت بالتزامن مع بدء المؤتمر الصحفي الساعة العاشرة صباحاً.
ودعا القرعان في تصريح لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) الخميس، الطلبة إلى الحصول على نتائجهم من خلال الموقع الإلكتروني، مؤكداً في هذا الإطار أن النتائج ستكون متوافرة للطلبة النظاميين ورقياً في مدارسهم وطلبة الدراسة الخاصة في مديريات التربية والتعليم التي سجلوا للامتحان فيها.
وشدد القرعان على ضرورة الالتزام بشروط الصحة والسلامة العامة، في حال اضطر الطلبة إلى الذهاب للمدارس ومديريات التربية والتعليم للحصول على النتائج، من خلال تجنب الاكتظاظ والحرص على التباعد الجسدي وليس الكمامات، وذلك تماشياً مع أمر الدفاع رقم (١١)، وحفاظاً على صحتهم وسلامتهم.
وبيّن، أن الطلبة النظاميين الناجحين في الامتحان يمكنهم الحصول على كشف علامات اللغة العربية من مدارسهم، فيما يمكن لطلبة الدراسة الخاصة الناجحين الحصول على الكشف العلامات من مديرياتها؛ اعتباراً من يوم الثلاثاء الثامن عشر من الشهر الحالي.

٢٤ ذي الحجة ١٤٤١ هـ الموافق ١٤ آب ٢٠٢٠ م

الجمعة

العدد (١٦٣٨)

٢٥٠ فلس

السنة الخامسة

www.omamjo.com

العضالية، صحة الأردنيين وسلامتهم أولوية قصوى للحكومة

١٠ حالات محلية بفيروس كورونا و٧ حالات شفاء

انتشار امني لتطبيق أوامر الدفاع والحد من انتشار الوباء



عمان
أعلن وزير الصحة الدكتور سعد جابر، تسجيل ١٧ حالة إصابة جديدة بفيروس كورونا المستجد في المملكة منها ١٠ حالات محلية، ليرتفع العدد الإجمالي للإصابات منذ بدء الجائحة إلى ١٣٢٠.
وبيّن الدكتور جابر خلال مؤتمر صحفي عقد بدار رئاسة الوزراء، الخميس، تفاصيل الحالات الجديدة والتي توزعت على النحو الآتي، ٦ حالات في فنادق الحجر لمواطنين قادمين من السعودية وفلسطين، وحالة سائق على الحدود، أما الحالات المحلية فقد توزعت على ٤ حالات في محافظة إربد و٤ حالات في لواء الرمثا، وحالتين في العاصمة عمان أحدهما مقيم في إحدى المستشفيات الخاصة ويجري تحديد مصدر الإصابة. وأشار إلى أن ٧ مصابين تماثلوا للشفاء خلال الساعات الـ٢٤ الماضية من منطقة الحجر في البحر الميت، فيما بقي تحت العلاج في المملكة ٩٠ حالة.
وأكد وزير الدولة لشؤون الإعلام أمجد عودة العضالية أن صحة الأردنيين وسلامتهم تعد أولوية قصوى للحكومة وجميع الإجراءات التي تتخذها هي من أجل سلامتهم وحمايتهم، وللحد من انتشار الوباء.
وأشار العضالية خلال مؤتمر صحفي مشترك مع وزير الصحة ومدير إدارة

مشروع اردني لتصنيع جهاز تنفس اصطناعي

عمان
كشفت فريق أكاديمي أردني من الجامعات الهاشمية والعلوم والتكنولوجيا عن مشروع اختراع لتصنيع جهاز تنفس اصطناعي للحالات الطارئة الحرجة يمكن استخدامه من قبل المرضى المسابين بصعوبات التنفس، إضافة إلى إمكانية استخدامه من قبل الكوادر الطبية المختصة في المستشفيات الثابتة والميدانية وفق بيان صحفي صادر عن صندوق الملك عبدالله الثاني للتنمية الخيمس.
وحسب البيان فإن صندوق الملك عبد الله الثاني للتنمية قدم من خلال مشروع دعم الأبحاث العلمية التطبيقية، الدعم اللازم للمشروع الذي يقوم على بناء وتصميم وتنفيذ نموذج أولي لجهاز تنفس اصطناعي قادر على مساعدة مرضى صعوبات التنفس الطارئة للحصول على نسب الهواء المناسبة لحالة المريض الطبية.
ويعمل على المشروع الذي يمكن تسويقه بعد اخذ الموافقات الطبية اللازمة فريق من أساتذة جامعيين هم: الدكتور يحيى مقابلة و الدكتور أحمد الشمران من جامعة العلوم والتكنولوجيا، والدكتور عثمان الصمادي من الجامعة الهاشمية.
وقال الدكتور الشمران ان تداعيات جائحة فيروس كورونا المستجد التي اشرت على العالم ومن ضمنها الملكة خصوصا الصحية منها دفعت الى التفكير في مثل هذا المشروع بعد التخوف من النقص في أجهزة التنفس الاصطناعي في المستشفيات الأردنية، فضلا عن ارتفاع أسعارها عالميا وصعوبة الحصول عليها في الظروف الاستثنائية.
تابع ص٢

الخيرية الهاشمية تقويم جسرا جوبا للمساعدات الإنسانية إلى لبنان

عمان
أقامت الهيئة الخيرية الهاشمية جسرا جوبا من المساعدات الإنسانية إلى لبنان الشقيق وبالتنسيق مع القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي، وذلك تنفيذاً للتوجيهات الملكية السامية. وقال أمين عام الهيئة أمين الفلح لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) الخيمس، انه تنفيذاً للتوجيهات الملكية السامية يقوفاً الأردن إلى جانب الأشقاء في لبنان خلال هذا الظرف الصعب، بدأنا بتجهيز المواد الاغاثية والتي تم توفيرها من خلال الهيئة وشركائها في العمل الاغاثي والإنساني، وتسيير هذا الجسر الجوي وإرسال المساعدات الاغاثية المختلفة وبالتنسيق مع القوات المسلحة الأردنية / الجيش العربي والجهات اللبنانية وعلى دفعات تبدأ اليوم..
واضاف ان مساعدات اليوم تتكون من مواد غذائية وطبية واغاثية متنوعة ومواد كهربائية وأضواء تعمل بالطاقة الشمسية وحسب الاحتياجات التي أعلنتها لبنان الشقيق بعد الانفجار الذي وقع في مرها مدينة بيروت.
وكانت المملكة قد ارسلت بتوجيهات ملكية مستشفى ميدانيا عسكريا الى لبنان مجهزا بـ ٤٨ سريرًا و ١٠ أسرة عناية حثيثة وغرفتين للعمليات، إضافة إلى مختبر أشعة، حيث بدأ باستقبال الصابين والجرحى والمرضى وتقديم الخدمات الطبية لهم.

ضبط قلاب مخالف محمل بالبازلت المستخرج في الهاشمية

عمان
ضبطت وزارة المياه والري بالتعاون مع متصرفية لواء الهاشمية، الخيمس، سيارة شحن (قلاب) منتهية الترخيص، محملة بصخور البازلت المستخرج من اراضي محطة الخربة السمرا بالهاشمية، لبيعها بطريقة مخالفة، واوقفت السائق وحجزت المركبة لإرساله للمدعي العام.
وبينت الوزارة في بيان ان مرتبات مركز امن الهاشمية اثناء تاديتهم عملهم رصدوا المخالفة، وتم ضبط القلاب المحمل بصخور البازلت اثناء محاولته مغادرة المنطقة، موضحة انه تم حجز المركبة والحمولة لدى المركز الامني واعداد الضبوطات الخاصة بالواقعة.

تفويض الجهات الرسمية القيام بأعمال الرقابة على الأسواق

عمان
قرر رئيس الوزراء الدكتور عمر الرزاز تفويض وتكليف جميع الجهات الرسمية ذات العلاقة المخولة قانوناً بموجب أحكام التشريعات المعمول بها، القيام بأعمال الرقابة والتفتيش على الأسواق والمنشآت الاقتصادية، وتحرير المخالفات وإجراء الغلاقات من خلال موظفي هذه المؤسسات.

وزير الخارجية: ضرورة احترام امن العراق وسيادته

عمان
تلقى وزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي اتصالاً هاتفياً من وزير الخارجية في الجمهورية العراقية الشقيقة فؤاد حسين، جرى خلاله بحث الجهود التي يقوم بها البلدان لتطوير التعاون والتنسيق، إضافة إلى التطورات الإقليمية وسبل التعامل معها بما يسهم في حل أزمات المنطقة وتحقيق الأمن والاستقرار.
وأطلع وزير الخارجية العراقي الصفدي على التطورات في شمال العراق في ضوء العمليات العسكرية التي تنفذها تركيا. وأكد الصفدي ضرورة احترام أمن العراق وسيادته واحتواء

خط امنية مشددة بالتزامن مع إعلان نتائج التوجيهي

عمان
أكد وزير الدولة لشؤون الإعلام أمجد عودة العضالية أن الأجهزة الأمنية ستطبق التعليمات الصارمة حول التجمهر والتجمعات التي تزيد عن ٢٠ شخصا وستفرض العقوبات على المخالفين، مع إعلان نتائج الثانوية العامة يوم غد السبت بهدف الحفاظ على صحة وسلامة المواطنين.
ودعا العضالية خلال مداخلات هاتفية على عدد من الإذاعات المحلية الخيمس، طلبة التوجيهي وذويهم إلى عدم التجمهر وإقامة الحفلات وغيرها من المظاهر التي كانت خلال الأعوام الماضية، و"أن لا يحاولوا فرحهم بالنتائج إلى انتكاسة على المستوى الوبائي".
وأشار إلى أن تسجيل الإصابات المحلية خلال الأيام الماضية، دفع الحكومة لاتخاذ مزيد من الإجراءات المشددة من بينها تعقيم أسر الدماء و١١، وذلك لحماية صحة المجتمع وبلدنا من تفتي

المياه: العمل جار لاستكمال مشروع جر مياه وادي العرب ٢

عمان
أكدت وزارة المياه والري أن طواقمها الهندسية والفنية مازالت تعمل على مدار الساعة لاستكمال كافة الأعمال الفنية والخيرية واللوجستية لإنجاز مشروع جر مياه وادي العرب ٢، الذي سيزود محافظات الشمال بكميات مياه إضافية، خلافا لما اوردته احدى وسائل الاعلام المحلية بان الوزارة شغلت هذا المشروع الاستراتيجي. ودعت الوزارة في بيان الخيمس، الى ضرورة التيقن التام من نقل أية معلومة قبل نشرها للمواطنين، مؤكداً انها ستقوم بإعلان بشكل واضح وشفاف عن بدء تشغيل هذا المشروع الهام لحافظات الشمال، فور الانتهاء من أعمالها والتأكد من كفاءة الانظمة التشغيلية و اجراء التقييمات اللازمة للخطوط الناقلة الرئيسية.
وبينت ان طواقمها الفنية وبالتعاون مع القاول المنفذ للمشروع تجري المايربات الامنة والمخاطر المخشبة، للتأكد من جاهزية كافة مرافق المشروع من مضخات، خطوط ناقلة، خزانات التجميع، انظمة المعالجة، نظام سكاذا.
وقالت ان خبراء دائرة المختبرات والنوعية يعملون وبالشراكة مع طواقم فنية متخصصة من وزارة الصحة لضمان مطابقة المياه لمحددات المواصفة القياسية مياه الشرب رقم ٢٨٦/٢٠١٥، والمعايير الميكروبيولوجية لمياه الخام.

المسئولة للانتخاب تنشر أماكن عرض جداول الناخبين الأولية

عمان
نشرت الهيئة المستقلة للانتخاب على موقعها الإلكتروني أماكن عرض الجداول الأولية للناخبين في الدوائر الانتخابية ٢٠٢٠ للانتخابات النيابية للمجلس التاسع عشر. وستعرض الهيئة اليوم الجمعة، جداول الناخبين الأولية للانتخابات النيابية العامة للمجلس التاسع عشر، على موقعها الإلكتروني وفي مقار لجان الانتخاب لمدة اسبوع، ليتمكن للعموم الاطلاع عليها، استناداً لأحكام الفقرة (و) من المادة (٤) من قانون الانتخاب لمجلس النواب رقم (٦) لسنة ٢٠١٦ وتعديله. وكان مجلس مفوضي الهيئة المستقلة للانتخاب قد حدد العاشر من تشرين الثاني المقبل موعداً للاقتراع للانتخابات النيابية العامة للمجلس التاسع عشر.

العضائية: صحة الأردنيين وسلامتهم أولوية قصوى للحكومة



العام الدراسي، وإعداد المناهج والكتب الدراسية، وإجراءات تهيئة المدارس، وتوفير أسباب الوقاية والسلامة العامة ضمن البروتوكولات الصحية المتبعة في ظل هذه الظروف؛ وستواصل هذه العملية إلى أن يبدأ العام الدراسي في موعده المقرر.

وحول الإعلان عن نتائج الثانوية العامة يوم السبت المقبل، أكد العضائية ضرورة الالتزام بإجراءات السلامة والوقاية، إذ ستكون هناك خطة لمنع إقامة الموكب والتجمعات، والأجواء التي من شأنها إعاقه حركة المواطنين والركبات، ومخالفة تعليمات السلامة وإجراءات الوقاية.

وفي رد على سؤال صحفي حول إمكانية ترميد إغلاق مركز حدود جابر والكلفة الاقتصادية المترتبة على ذلك، أشار العضائية إلى أن قرار وزير الداخلية جاء لمدة أسبوع وستقيم الحكومة الأمر وفقاً لمستجدات الوضع الوبائي، لافتاً إلى أن أي قرار إغلاق يرتب عليه كلفة اقتصادية لكن الحكومة لجات إلى هذا القرار للحفاظ على صحة وسلامة المواطنين في الداخل.

قرار حول حظر التجول حتى الآن، وفي حال وجود أي قرارات سيعلن عنها فوراً كما اعتادت الحكومة منذ بداية أزمة كورونا؛ مهيباً بالجميع عدم تداول أي معلومات أو إشاعات بهذا الخصوص. كما أشار العضائية إلى أهمية استخدام تطبيق "أمان" الذي أثبتت فاعليته في الكشف عن حالات الإصابة وتتبع المخالطين، وتسهيل عمل فرق التقصي الوبائي، والمساعدة على كشف الحالات في وقت مبكر، مؤكداً أن لا مخاوف بشأن الخصوصية فيما يتعلق بالتطبيق "فانتتبع يتم دون خرق الخصوصية على الإطلاق".

ولفت إلى أن هناك استحقاقين وطنيين مقبلين في غاية الأهمية، يتطلبان أقصى درجات الحرس والحيطة، وهما بدء العام الدراسي مطلع شهر أيلول المقبل، وإجراء الانتخابات النيابية في العاشر من تشرين الثاني المقبل، مشيراً إلى أن مؤسساتنا الوطنية، بدأت إجراءاتها لإنجاح هذين الاستحقاقين، كل حسب اختصاصه الدستوري والمهني. وأشار العضائية إلى أن وزارة التربية والتعليم بدأت التحضير لبدء

يخالف هذه التعليمات. وأشار العضائية إلى أن الحكومة وقبلت فرض العقوبات وإصدار أوامر الدفاع لا زالت تراهن على وعي المواطنين الذين سجلوا نموذجاً في الالتزام بالإرشادات والتعليمات، وساعد في وصول الأردن إلى المستوى معتدل الخطورة وتسجيل حالات صفرية خلال الأسابيع الماضية، أملاً من

الجميع الالتزام بلبس الكمامات والتباعد الجسدي خلال الأسبوعين المقبلين حتى تعود للحالة الوبائية التي كانت خلال الفترة الماضية. وأشار بدور وسائل الإعلام في نشر رسائل التوعية والتثقيف حول خطورة الوباء وتغطيتها المستمرة والمكثفة للأخبار والمؤتمرات الصحفية التي تعدها الحكومة في هذا الشأن. وحول الاستفسارات الواردة بخصوص فرض حظر التجول الشامل أو تعدد عدد ساعات الحظر الجزئي؛ أكد العضائية أن هذه الإجراءات مرتبطة بمصفوفة وخطة فتح القطاعات التي أعلنت سابقاً، ومرتبطة كذلك بتطورات الحالات الوبائية. وجدد التأكيد على عدم إصدار أي

الفرح، ومنع كافة الممارسات والسلوكيات الخاطئة في التجمع والاحتفال والتي تعد مخالفة لأوامر الدفاع والقرارات الحكومية الصادرة للحد من انتشار وباء كورونا وتنفيذ كافة أوامر الدفاع دون تهاون أو تمييز. وبين أن الخطط الأمنية تشمل ثلاثة أقسام وهي، منع التجمع والاحتفال للحفاظ على سلامة المواطنين وتنفيذ أوامر الدفاع، وتكثيف الانتشار الأمني والمروري في كافة محافظات المملكة لضبط المخالفات المرورية الخطرة المرتبطة بالتعبير الخارج عن الفرح مثل المسير على شكل موكب وإخراج الاجسام من المركبات والقيام بتهور، والقسم الثالث وهو الالهم مراقبة إطلاق العيارات النارية ومتابعة مرتكبها ان وجدت لحين القاء القبض عليهم وضبط السلاح المستخدم. وكشف العميد الدباس انه سيتم تفعيل الرقابة الأمنية الإلكترونية في كافة أنحاء المملكة وفي جميع الطرق من خلال كاميرات مراقبة أمنية ترصد جميع السلوكيات المخالفة، مؤكداً أن المنظومة الأمنية لا تكتمل الا بوعي وتشاركية من المواطن الذي لا يتردد ابداً في تقديم الدعم لهيئة الامن العام.

وعدا العميد الدباس جميع المواطنين الى عدم التردد في الاتصال على رقم الطوارئ ٩١١ للإبلاغ عن أي مخالفة مرورية او سلوكية، مشيراً ان مديرية العمليات والسيطرة خصصت الرقم ٠٧٩٧ - ٩١١ على تطبيق الواتساب لاستقبال كافة الصور وتسجيلات الفيديو على هذا التطبيق، بحيث يتم التعامل بسرية تامة مع جميع البلاغات التي ترد الى هذا الرقم.

العميد الدباس: انتشار امني كثيف لتطبيق أوامر الدفاع والحد من انتشار الوباء

قال مدير إدارة العمليات والسيطرة في مديرية الأمن العام العميد رامي الدباس، ان مديرية الأمن العام ستباشر اعتباراً من صباح يوم السبت المقبل بتنفيذ القرار الحكومي بتفعيل امر الدفاع رقم ١١ من خلال وضع خطة انتشار امني تشمل جميع تشكيلاتها من الشرطة والدرك والدفاع المدني، على كافة المنشآت والمواقع الحيوية التي تقدم الخدمات العامة للمواطنين. وأوضح في مؤتمر صحفي مشترك عقد الخميس في دار رئاسة الوزراء ان الهدف من هذا الاجراء هو التأكد من تطبيق امر الدفاع رقم ١١ بالنسبة للعاملين والمراجعين لهذه المنشآت ومنع دخول المنشآت من قبل المواطنين لمن لا يرتدي الكمامات، مؤكداً أهمية تكاتف الجهود للحد من انتشار هذا الوباء، وتنفيذ امر الدفاع بحرفية كاملة. وبين العميد الدباس انه سيتم تشكيل فرق ولجان حكومية للمراقبة والتفتيش على هذه المنشآت، وستقدم مديرية الامن العام مع خلال كاهه كوادرها كل التسهيلات والدعم لهذه الفرق التي سوف تقوم بالدخول الى تلك المنشآت والمراقبة وتحرير المخالفات لمن يخالف امر الدفاع بوجود مراقبة أمنية. وفيما يتعلق بإعلان نتائج الثانوية العامة صباح يوم السبت المقبل، قال العميد الدباس ان مدير الامن العام اوعز لكافة التشكيلات والوحدات باتخاذ جملة من الاجراءات والخطط الأمنية والمرورية والبدء بتطبيقها تزامناً مع إعلان نتائج الثانوية العامة، موضحاً ان هذه الاجراءات تشتمل على عدة خطط لضبط كافة أشكال التعدي على القانون والتعبير الخاطئ عن

العضائية: الأجهزة الأمنية ستمنع التجمهر والتجمعات خلال إعلان نتائج التوجيهي

وحول العودة لضرخ حظر التجول، أكد العضائية أن لا أحد في الأردن سواء مسؤول أو مواطن يمتنى العودة لتطبيق حظر التجول لأن كلفته الاقتصادية والاجتماعية والنفسية كبيرة على المجتمع، مجدداً التأكيد على أن قرار العودة لفرض الحظر لم يدرس ويتخذ أي قرار في هذا الشأن، ولا زالت جميع الإجراءات الحكومية في هذه المرحلة "معتدلة الخطورة" للزقراء من ناحية الإغلاق وتحديد ساعات الحظر كما هي وفقاً لمصفوفة ومراحل التعامل مع الجائحة. وفيما يتعلق بالزامية تحميل تطبيق "أمان" للموظفين والمراجعين، أشار وزير الدولة لشؤون الإعلام إلى أن غالبية المواطنين يمتلكون هواتف ذكية، أملاً من الجميع تحميل التطبيق للمساعدة في الكشف عن مخالطي المصابين بفيروس كورونا. وأشار إلى أنه لن يتم إجبار فئة كبار السن الذين لا يجيدون استخدام الهواتف الذكية ولا يمكن هذا النوع من الهواتف على تحميل التطبيق، مطالباً جميع العاملين في المؤسسات الرسمية التعامل معهم بمرحمة وبطريقة تحترمهم وتحقق مصالحهم مع الالتزام بتطبيق معايير الصحة والسلامة العامة. وأضاف العضائية أن المؤسسات الرسمية لديها جانب اجتماعي وإنساني حيث تقوم بمرعاة مثل هذا الحالات، لافتاً إلى أن تطبيق "أمان" هدفه حماية صحة المجتمع والفرد معاً وتنمى على القادرين والمقتدرين استخدامه. وحول العام الدراسي، أكد العضائية إلى أن خطة الحكومة في بدء العام في الأول من أيلول المقبل، وسيكون التعليم داخل المدارس، متمنياً أن يكون الوضع الوبائي حتى ذلك الموعد مطمئن وتحت السيطرة.

خط امنية مشددة بالتزامن مع إعلان نتائج التوجيهي

تحدث أحيانا نتيجة للتعبير الخاطئ عن الفرح، مثل إطلاق العيارات النارية، وتسيير الموكب، وإخراج الاجسام من المركبات، والقيادة بطيش وتهور، وغير ذلك من السلوكيات الخاطئة والخالفة للقوانين، لافتاً الى استخدام التقنيات والوسائل المخالفة ومتابعتها. وشدد مدير الامن العام على مراقبة ظاهرة إطلاق العيارات النارية، ومتابعة أي شخص يقوم بارتكابها لحين ضبطه واتخاذ الاجراءات القانونية والادارية المشددة بحق، وعدم إغفال أي ملاحظة او شكوى ترد بهذا الخصوص وعدم اغلاق التحقيق بها الا عند القاء القبض على مرتكبها وضبط السلاح المستخدم.

وأكد اللواء الامن العام الطلبة وذويهم الى دعم ما تقوم به الحكومة من اجراءات للحماية من فيروس كورونا وعدم التعدي على حقوق الغير وتهديد حياتهم، والالتزام بالقانون والتعبير بأساليب حضارية عن فرحهم بعيداً عن ارتكاب اية مخالفات تهدد حياة الآخرين وتعطل اعمالهم، مؤكداً انه سيتم التعامل مع اي من هذه المخالفات وكل ما يرد بخصوصها بصرامة تامة.

الصفدي يجري مباحثات مع وزير خارجية التشيك وبولندا

يخدم مصالح البلدين. واستعرض الصفدي الجهود المبذولة لتجاوز الأزمات الإقليمية وأكد استمرار التعاون في مكافحة الإرهاب في إطار التحالف الدولي. وأكد الصفدي في الاتصال الهاتفي مع نظيره اولى لهيئة تصفص اصطناعي قادر الطائرة الحرجة يمكن استخدامه من قبل المرضى المصابين بصعوبات التنفس، إضافة الى إمكانية استخدامه من قبل الكوادر الطبية المختصة في المستشفيات الثابتة والميدانية وفق بيان صحفي صادر عن صندوق الملك عبدالله الثاني للتنمية الخميس.

وحسب البيان فإن صندوق الملك عبد الله الثاني للتنمية تقدم من خلال مشروع دعم الأبحاث العلمية التطبيقية، الدعم اللازم للمشروع الذي يقوم على بناء وتصميم وتنفيذ نموذج اولى لهيئة تصفص اصطناعي قادر على مساعدة مرضى صعوبات التنفس الطارئة للحصول على نسب الهواء المناسبة لحالة المريض الطبية. ويعمل على المشروع الذي يمكن تسويقه بعد اخذ الموافقات الطبية اللازمة فريق من أساتذة جامعيين في الأردن، الدكتور يحيى مقابلة، والدكتور أحمد الشمران من جامعة العلوم والتكنولوجيا، والدكتور عثمان الصمادي من الجامعة الهاشمية. وقال الدكتور الشمران ان تداعيات

أكد وزير الدولة لشؤون الإعلام أمجد عودة العضائية أن الأجهزة الأمنية ستطبق التعليمات الصادرة حول التجمهر والتجمعات التي تزيد عن ٢٠ شخصا وستقرض العقوبات على المخالفين، مع إعلان نتائج الثانوية العامة يوم السبت المقبل بهدف الحفاظ على صحة وسلامة المواطنين.

ودعا العضائية خلال مداخلات هاتفية على عدد من الإذاعات المحلية الخميس، طلبة التوجيهي وذويهم إلى عدم التجمهر وإقامة الحفلات وغيرها من المظاهر التي كانت خلال الأعوام الماضية، و أن لا يحوّلوا فرحهم بالنتائج إلى انكساسة على المستوى الوبائي.

وأشار إلى أن تسجيل الإصابات المحلية خلال الأيام الماضية، دفع الحكومة لاتخاذ مزيد من الإجراءات المشددة من بينها تفعيل أمر الدفاع ١١، وذلك لحماية صحة المجتمع وبلدنا من نقشي فيروس كورونا كما حصل في الدول المجاورة. ولفت العضائية إلى أن التراخي في تطبيق تعليمات الصحة والوقاية العامة يعد من أسباب تزايد الإصابات المحلية بالفيروس خلال الأيام الماضية، مؤكداً أن أجهزة الدولة قادرة على السيطرة على انتشار الوباء والحد منه.

وقال في هذا الصدد، نحن قادرون من خلال التزامنا بتعليمات ومعايير السلامة العامة خلال أسبوعين أن نعيد السيطرة على المرض وتعود الإصابات المحلية للانخفاض كما كانت سابقاً، ولدعووا لاستنهاض همم الأردنيين بأن نقتف سويًا ونحافظ على صحة المؤسسات التي تسمى لحماية صحة المجتمع.

وأكد مدير الأمن العام اللواء الركن حسين الحواملة لكافة تشكيلات ووحدات الامن العام باتخاذ جملة من الاجراءات والخطط الأمنية والمرورية، والبدء بتطبيقها تزامناً مع إعلان نتائج امتحان الثانوية العامة (التوجيهي) صباح غد السبت. وتشمل الخطة ضبط كافة أشكال التجاوز على القانون، والتعبير الخاطئ عن الفرح، ومنع الممارسات والسلوكيات الخاطئة في التجمع والاحتفال المخالفة لأوامر الدفاع والقرارات الحكومية الصادرة للحد من انتشار فيروس كورونا، وإفاد أوامر الدفاع بحق كافة المخالفين دون تهاون أو تمييز.

وأكد اللواء الحواملة على تحقيق الانتشار الأمني والمروري الواسع بمشاركة قيادات ومديريات وإدارات الأمن العام، وبمتابعة كافة القادة والمدراء في الميدان وفي كافة محافظات المملكة. وأشار إلى أن الغاية الأولى والرئيسية من هذه الخطط والإجراءات، حماية الأرواح والممتلكات، والحفاظ على الأمن والسكينة من خلال التصدي لكافة التجاوزات الأمنية والمرورية الخطرة، التي

الصفدي يجري مباحثات مع وزير خارجية التشيك وبولندا

أجرى وزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي وزير الخارجية التشيكي توماس بيتيشتيك الخميس، محادثات ركزت على تطوير العلاقات الثنائية وأكد التضامن في مواجهة جائحة كورونا. واستعرض الوزيران خلال المحادثات التي تمت عبر الهاتف الجهود المبذولة للإسهام في حل الأزمات الإقليمية، خصوصاً تلك المرتبطة بالقضية الفلسطينية وأزمة الجوع. وأكد الصفدي ونظيره التشيكي ضرورة تفعيل خطوات تعزيز التعاون في المجالات الاقتصادية وغيرها رغم القيود التي تفرضها جائحة كورونا.

وقادت العلاقات الثنائية والتطورات المرتبطة بالقضية الفلسطينية في مقدمة القضايا التي بحثها الصفدي في اتصال هاتفي أمس مع وزير خارجية بولندا ياسك تشابوتوفيتش الذي أكد والصفدي متانة العلاقات الثنائية وسعة آفاق تطويرها بما

وزير الصحة: تسجيل ١٠ حالات محلية بفيروس كورونا و٧ حالات شفاء

بدأ العمل في المستشفى، لافتاً الى افتتاح مستشفى الطوارئ الجديد في البشير وفي البقاء خلال اسبوعين تقريبا. وأوضح أن المسجد تعد أخطر أماكن لنقل العدوى ومن الضروري الالتزام باستعمال سجادة خاصة للصلاة والالتزام بالتباعد وليس الكمامة خاصة وقت صلاة الجمعة. ولقت الدكتور جابر إلى أن الأردن قام بإخلاء أردنيين مصابين بالفيروس من إحدى الدول لعدم وجود أسرة وعناية بسبب الضغط الكبير في تلك الدول. ودعا الدكتور جابر المواطنين الى تحميل تطبيق "أمان" الذي يساعد على كشف وتتبع الحالات الخاطئة للمصابين بفيروس كورونا، منوها الى ان تنزيل التطبيق يساعد أيضا على السيطرة على الوضع الوبائي وحماية الانجاز الذي تم تحقيقه والذي انعكس ايجابيا على الوضع الاقتصادي والاجتماعي.

حالة. وبين أن فرق الاستقصاء الوبائي أجرت امس نحو ٦٧٠٠ فحص للكشف عن كورونا، ليعمل عدد الفحوصات التي أجريت منذ بدء تفشي الفيروس في المملكة إلى ١٧٢٢٤٤ فحصاً. وقال الدكتور جابر ان المملكة منذ يوم الجمعة الماضية سجلت ٦٣ حالة محلية مصابة بفيروس كورونا، مشيراً إلى أن ازدياد الحالات المحلية مقلق خاصة وان هنالك تطورات في الوضع الوبائي في العديد من دول العالم والاقليم. ولقت إلى ان التزام المواطنين وعدم الاختلاط والتباعد الجسدي وارتداء الكمامات يساعد في السيطرة على الوباء، مشيراً إلى أن ٤٩ مصاباً تبين وجود ٣٢٠٠ مخالط لهم خلال ٣ أيام. وفي رد على سؤال الصحفيين حول استئناف العمل في مستشفى الأمير حمزة، قال الدكتور جابر انه في ظل ازدياد الحالات تم تأجيل

بدء العمل في المستشفى، لافتاً الى افتتاح مستشفى الطوارئ الجديد في البشير وفي البقاء خلال اسبوعين تقريبا. وأوضح أن المسجد تعد أخطر أماكن لنقل العدوى ومن الضروري الالتزام باستعمال سجادة خاصة للصلاة والالتزام بالتباعد وليس الكمامة خاصة وقت صلاة الجمعة. ولقت الدكتور جابر إلى أن الأردن قام بإخلاء أردنيين مصابين بالفيروس من إحدى الدول لعدم وجود أسرة وعناية بسبب الضغط الكبير في تلك الدول. ودعا الدكتور جابر المواطنين الى تحميل تطبيق "أمان" الذي يساعد على كشف وتتبع الحالات الخاطئة للمصابين بفيروس كورونا، منوها الى ان تنزيل التطبيق يساعد أيضا على السيطرة على الوضع الوبائي وحماية الانجاز الذي تم تحقيقه والذي انعكس ايجابيا على الوضع الاقتصادي والاجتماعي.

حالة. وبين أن فرق الاستقصاء الوبائي أجرت امس نحو ٦٧٠٠ فحص للكشف عن كورونا، ليعمل عدد الفحوصات التي أجريت منذ بدء تفشي الفيروس في المملكة إلى ١٧٢٢٤٤ فحصاً. وقال الدكتور جابر ان المملكة منذ يوم الجمعة الماضية سجلت ٦٣ حالة محلية مصابة بفيروس كورونا، مشيراً إلى أن ازدياد الحالات المحلية مقلق خاصة وان هنالك تطورات في الوضع الوبائي في العديد من دول العالم والاقليم. ولقت إلى ان التزام المواطنين وعدم الاختلاط والتباعد الجسدي وارتداء الكمامات يساعد في السيطرة على الوباء، مشيراً إلى أن ٤٩ مصاباً تبين وجود ٣٢٠٠ مخالط لهم خلال ٣ أيام. وفي رد على سؤال الصحفيين حول استئناف العمل في مستشفى الأمير حمزة، قال الدكتور جابر انه في ظل ازدياد الحالات تم تأجيل

فريق أردني يكشف عن مشروع لتصنيع جهاز تنفس اصطناعي

للمريض القدرة على القيام بعمليات الشيق والزيفر يتطلب أن يقوم الجهاز بتنظيف الرئتين بالأكسجين بعملية الشيق ومساعدة المريض لسحب الهواء مجدداً في عملية الزفير، وتحتاج في هذه العمليات الحيوية الى دقة عالية جداً للتحكم بضغط الهواء الداخل والخارج من الرئتين كي لا يتسبب الجهاز نفسه بتلف بالرئة وقد يؤدي للوفاة.



ويستهدف مشروع دعم الأبحاث العلمية التطبيقية الذي ينفذ بالشراكة مع مركز الملك عبدالله الثاني للتصميم وتطوير الباحثين المبدعين والمتميزين وأصحاب الأفكار الريادية ممن لديهم أبحاث علمية تطبيقية أو الذين أوجدوا حلولاً تطبيقية لمشاكل مجتمعاتهم المحلية، وذلك من خلال مساعدتهم بتوفير الأدوات اللازمة لهم لتنفيذ أبحاثهم، وإمكانية تشييك أفكارهم مع الجهات ذات العلاقة حسب الإمكانيات المتاحة.

ويأتي المشروع ليبنى على ما حققه الفريق الأردني يكشف عن مشروع لتصنيع جهاز تنفس اصطناعي قادر على مساعدة مرضى صعوبات التنفس الطارئة للحصول على نسب الهواء المناسبة لحالة المريض الطبية. ويعمل على المشروع الذي يمكن تسويقه بعد اخذ الموافقات الطبية اللازمة فريق من أساتذة جامعيين في الأردن، الدكتور يحيى مقابلة، والدكتور أحمد الشمران من جامعة العلوم والتكنولوجيا، والدكتور عثمان الصمادي من الجامعة الهاشمية. وقال الدكتور الشمران ان تداعيات

تكون لها خصائص جديدة في أجهزة التنفس الاصطناعي مثل تحمل نوع من الذكاء الاصطناعي في التعامل مع المريض. وتقوم أجهزة التنفس الاصطناعي حسب الخلفية العلمية للمشروع على تزويد المريض المصاب بصعوبات التنفس بالهواء اللازم بضغط معين، في حين أن بعض الحالات تكون الحالة المرضية بحاجة لتزويدها بالأكسجين ومساعدة المريض بعملية الشيق والزيفر. وفي الحالات التي لا يكون

جائحة فيروس كورونا المستجد التي اشرت على العالم ومن ضمنها المملكة خصوصاً الصحية منها دفعت الى التفكير في مثل هذا المشروع بعد التحوف من النقص في أجهزة التنفس الاصطناعي في المستشفيات الأردنية، فضلاً عن ارتفاع أسعارها عالمياً وصعوبة الحصول عليها في الظروف الاستثنائية. وأضاف، ان صندوق الملك عبد الله الثاني للتنمية كان له دور كبير في دعم الفكرة ضمن الإمكانيات المتاحة والبدء بعملية التصنيع التي نسعى الى أن

«فيسبوك» تدرس تقييد خدمة البث المباشر بعد مجزرة نيوزيلندا

لجريمته عبرهما دون أن يواجه أي حظر من قبلها. وعليه، فقد بررت تلك المنصات استجابتها للأمر بأنها لم تتلق أي بلاغ من المستخدمين، وقت وقوع الاعتداء الإرهابي، يفيد بأن المحتوى الصور للجرمة مخالف لسياسات النشر ويحمل مشاهد قتل.

وحذفت "فيسبوك" ١,٥ مليون فيديو للمجزرة الإرهابية التي استهدفت مسجدين في مدينة "كرايست تشيرش" النيوزيلندية، خلال الأربع والعشرين ساعة الأولى من وقوع الهجوم. يشار إلى أنه في ١٥ آذار/ مارس، استهدف هجوم دموي مسجدين في مدينة "كرايست تشيرش"؛ أسفر عن مقتل ٥٠ مصليا وإصابة ٥٠ آخرين، وكان منفذ الهجوم الإرهابي برينتون تارنت، صور جريمته عبر كاميرا شبتها في قبة كان يرتديها، وتمكن من بث ١٧ دقيقة منها عبر مواقع التواصل الاجتماعي، قبل أن يتم حذفها لاحقا.



من الألم العميق والأذى الناجم عن المذبحة، مضيفا أن "صنتمك هو إهانة لجنزنا". وانتقدت عدة دول وجهات رسمية تعامل منصتي "فيسبوك" و"تويتر" مع مجزرة المسجدين في نيوزيلندا، وقد تمكن منفذ الهجوم الإرهابي من عرض مشاهد

بنشر مثل تلك المقاطع المصورة. وفي رسالة بعثها جون إدواردز، رئيس مكتب الخصوصية في نيوزيلندا (مستقل) لإدارة الشركة قال، "سيكون من الصعب للغاية بالنسبة لكم التقليل من قدر الاحباط والغضب المتنامي هنا من خلال عدم قدرة فيسبوك على التخفيف

وكالات

حذفت "فيسبوك" ١,٥ مليون فيديو للمجزرة الإرهابية التي استهدفت مسجدين في نيوزيلندا- جيتي أعلنت مسؤولة في "فيسبوك"، أن الشركة تدرس وضع قيود على خدمة البث المباشر على موقعها، بعد أسبوعين من مجزرة المسجدين في نيوزيلندا. وكتبت شيريل ساندبيرغ، كبيرة مسؤولي التشغيل في الموقع، في مقال نشرته صحيفة "نيوزيلاند هيرالد" الجمعة، "لقد تلقينا شكاوى عديدة حول كيفية استخدام منصات مثل فيسبوك في نشر مقاطع مروعة للهجوم، ولتلقينا مطالب تدعونا لاتخاذ إجراء، ونحن نوافق على ذلك".

وأضافت، "نحن جميعا في فيسبوك ننفض من الضحايا وأسره والجمع المسلم في نيوزيلندا"، لكن المسؤولة لم تكشف عن ملامح محددة لما تعترض الشركة اتخاذ. وجاء رد ساندبيرغ بعد عاصفة من الانتقادات من جانب عدة جهات في نيوزيلندا بشأن كيفية سماح فيسبوك

ناسا تلغي مهمة نسائية إلى الفضاء وتدافع عن قرارها

مختلطة من ذكور وإناث مهمات خارج المحطة منذ انطلاق عمل محطة الفضاء الدولية في العام ١٩٩٨. وأثار هذا الأمر ردود فعل من محبي الفضاء وناشطات نسويات رأوا فيه عدم استعداد "ناسا" لتغييرات فضائي استمر لعقود كان الرجال يهيمنون عليه، خصوصا أن الوكالة تحضر بعناية التفاصيل الدقيقة لرحلاتها، وهي تحضر رحلة جديدة إلى القمر بحلول العام ٢٠٢٤. وغردت هيلاري كلينتون على "تويتر"؛ "أصلونا حجة أخرى". وقالت جولي كوهين مخرجة فيلم "أر بي جي"؛ "تستطيعون إرسال رجل إلى القمر، لكن لا تستطيعون جمع بزتين فضائيتين لرائدتين". وقالت الناطقة باسم "ناسا" براندي دين لوكالة فرانس برس؛ "١٢ ساعة إضافية كانت ستجربنا على تأجيل موعد الخروج إلى الفضاء، الأمر الذي كان سيكون بسبب الجدول الزمني للمحطة، وموعد وصول مركبات شحن". وكتبت ماكلين على "تويتر"؛ "هذا القرار اتخذ بطلب مني، يجب علينا ألا نقبل بالأخطار إذا كان يمكن تجنبها. سلامة الطاقم وتنفيذ المهمة هما دائما من الأولويات".

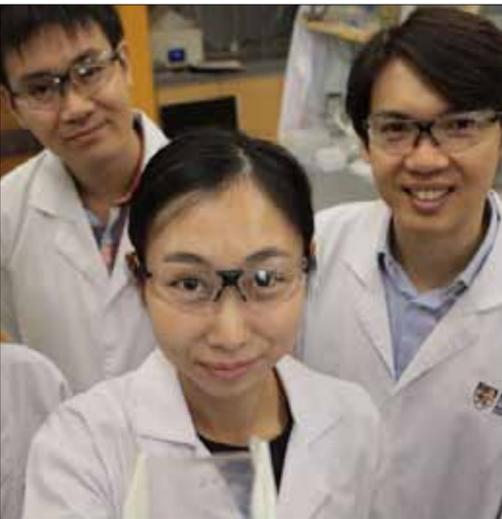
واصلت وكالة الفضاء الأمريكية (ناسا) الأربعاء الدفاع عن قرارها إلغاء خروج فريق مؤلف من النساء فقط إلى الفضاء بسبب نقص في البزات، مؤكدة عدم وجود تحيز جنسي. وقالت "ناسا" الاثنين، إن الخروج من محطة الفضاء الدولية الجمعة ستنفذه كريستينا كوك ونيك هيغ بدلا من كوك وأن ماكلين، وهما رائدتان موجودتان في المحطة حاليا مع أربعة رواد هم أمريكيان وروسي وكندي. ولم تكن إلا بزة فضائية واحدة متوافرة بالرجم المتوسط جاهزة للاستخدام في المحطة والرائدتان في حاجة إلى ذلك الحجم، وكانت ماكلين أكدت أن الحجم المتوسط ناسيا أكثر من الحجم الكبير بعد خروجها إلى الفضاء في ٢٢ آذار/ مارس. ولو أن كوك وماكلين خرجتا معا إلى الفضاء، كانت هذه المرة الأولى التي يكون فيها طاقم الرواد مؤلفا من نساء بالكامل. فحنت الآن، نفذت فريق مؤلفة من ذكور أو

معجزة علمية: اختراع جلد إلكتروني ذاتي الشفاء

ونقلت الصحيفة عن البروفيسور في مدرسة لوزان الاتحادية للفنون التطبيقية، فيرونك ميشو، قولها إن، "لا أعرف شيئا عن هذه الأعمال، ولكنها تبدو هامة جدا كما أن مزيج المواد يحافظ على استقراره إلى حد ما مع مرور الوقت. أما في خصوص الشفاء الذاتي، فهو جانب هام أيضا حتى لو لم يبد تفاعلا سريعا في درجة الحرارة المحيطة به".

وأوردت الصحيفة أن فريق بنجامين تني أثبتت أن موادهم قابلة للطباعة بالتقنية ثلاثية الأبعاد، التي يمكن استخدامها مع الروبوتات. وقد أوضح الفريق، "أأمل أن تكون لهذه المواد تطبيقات مختلفة في صناعة ما يسمى بالروبوتات "الناعمة"، التي تحاكي الأنسجة البيولوجية في عملية التطوير، وستكون صفاتها "المقاومة للماء" فعالة في صنع الروبوتات البرمائية أو الإلكترونيات المقاومة للماء".

وفي الختام، أكدت الصحيفة أن الباحثين وعدوا بأن الأبحاث في سنغافورة ستستمر في تطوير جهاز إلكتروني ضوئي يمكن استخدامه في وجهات اتصالات جديدة بين الإنسان والآلة. ووفقا لفرونك ميشو "لا يزال السؤال مطروحا حول سعر هذه المنتجات وتأثيرها السمي المحتمل، وبما أن الباحثين لم يتطرقوا لهذا الأمر، فإنه يجب عليهم أن يعملوا عليه جيدا".



لونها أصفر وأحمر. وحسب وتيرة الضغط الذي تسلمته بإصبعك على الجلد، يشع ضوء الكرة بوتيرة ضعيفة ويتغير من اللون الأصفر إلى الأحمر. وفي تجربة أخرى، أثبت الباحثون أنه يمكن أيضا استعمال الجلد كشاشة إلكترونية.

نشرت صحيفة "لوفيغارو" الفرنسية، تقريرا تحدثت فيه عن تطوير ثمانية باحثين، بقيادة أعضاء في كلية الهندسة في جامعة سنغافورة الوطنية، عينة من جلد صناعي مستوحا من خصائص جلد قنديل البحر، القادر على تعديل أنماط ألوان البشرة في وسط مائي.

وقالت الصحيفة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي٢١"، إن بنجامين تني الذي يقود هذا الفريق من الباحثين نجح سنة ٢٠١٢ في اختراع جلد إلكتروني ذاتي الشفاء. وقد ورد في بيان نشر عن الجامعة أن "أحد أهم التحديات التي تواجه الكثير من الأجسام القادرة على الشفاء الذاتي تتلخص في أنها غير شافة، ولا تعمل بشكل جيد حين تكون رطبة. وتحد هذه الصيوب من نجاعتها لاسيما عند استخدام التطبيقات الإلكترونية، على غرار الشاشات التي تعمل باللمس". وذكرت الصحيفة أن المواد التي استخدمت في اختراع هذا الجلد الإلكتروني هي أساسا البوليمير الفلوري وسائل غني ببعن الفلوريت الشحون كهرائياً، الذي يعتبر مادة ناقلة للطاقة الكهربائية. ومن مميزات هذا المزيج أنه يجعل "الجلد" يحتفظ بخصائصه عندما يكون جافا ورطبا، سواء كانت المياه عذبة أو مالحة، حمضية أو قلوية.

وكالات

نشرت صحيفة "لوفيغارو" الفرنسية، تقريرا تحدثت فيه عن تطوير ثمانية باحثين، بقيادة أعضاء في كلية الهندسة في جامعة سنغافورة الوطنية، عينة من جلد صناعي مستوحا من خصائص جلد قنديل البحر، القادر على تعديل أنماط ألوان البشرة في وسط مائي. وقالت الصحيفة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي٢١"، إن بنجامين تني الذي يقود هذا الفريق من الباحثين نجح سنة ٢٠١٢ في اختراع جلد إلكتروني ذاتي الشفاء. وقد ورد في بيان نشر عن الجامعة أن "أحد أهم التحديات التي تواجه الكثير من الأجسام القادرة على الشفاء الذاتي تتلخص في أنها غير شافة، ولا تعمل بشكل جيد حين تكون رطبة. وتحد هذه الصيوب من نجاعتها لاسيما عند استخدام التطبيقات الإلكترونية، على غرار الشاشات التي تعمل باللمس". وذكرت الصحيفة أن المواد التي استخدمت في اختراع هذا الجلد الإلكتروني هي أساسا البوليمير الفلوري وسائل غني ببعن الفلوريت الشحون كهرائياً، الذي يعتبر مادة ناقلة للطاقة الكهربائية. ومن مميزات هذا المزيج أنه يجعل "الجلد" يحتفظ بخصائصه عندما يكون جافا ورطبا، سواء كانت المياه عذبة أو مالحة، حمضية أو قلوية.

لوموند: عام ٢٠١٩ حاسم بالنسبة للتنوع الحيوي في المحيطات

الباردة، وموت الشعاب المرجانية الثمينة. وتؤثر كل هذه التغيرات على كيمياء البحار والمحيطات. وبعد الاستقرار الذي دام ملايين السنين، بدأ ثاني أكسيد الكربون الموجود في المحيطات يؤدي إلى حمضتها بمعدل أعلى مئة مرة من أي معدل آخر سجل في تاريخ البشرية. ويمتد التلوث وبقايا المواد البلاستيكية من قطب إلى قطب، كما أن ظاهرة الصيد الجائر تستمر في ظل غياب رقابة حقيقية، يدمر البيئة البحرية. وأورد الكاتبان أن أعداد المخلوقات البحرية التي تعيش في المحيطات، على غرار أسماك التونة الزرقاء التي تعيش في المحيط الهادئ والسلاحف الجلدية الظهر، تراجعت بشكل كارثي. ومن جهتها، لم ترد الحكومات الفعل لفترة طويلة جدا، على الرغم من أن حالة المحيطات باتت أكثر من أي وقت مضى محور اهتمام المحادثات، كما أن التدابير المتخذة لا ترقى إلى وتيرة التغييرات الهائلة التي تطرأ على الحياة البحرية. وقد حان الوقت لأن نبدي طموحا حقيقيا في تصحيح الوضع. وأكد الكاتبان أن الوقت قد حان لكي تتحد جميع البلدان وتضغط من أجل إبرام معاهدة قوية لحماية أعالي البحار، ضمن إطار عالمي سيعمل على إنقاذ البيئة البحرية بما يتماشى مع التدابير التي أقرتها اتفاقية باريس لسنة ٢٠١٥ للمناخ. ويجب أن تكون هذه الاتفاقية ملزمة قانونا، وتقر تدابير صارمة للحفاظ على التنوع الحيوي في أعالي البحار وحمايته، وتكون جاهزة للتوقيع مع بداية سنة ٢٠٢٠ كما هو مخطط له.

نشرت صحيفة "لوموند" الفرنسية مقال رأي مشترك لكل من الرئيس التنفيذي لجموعة "فيرجن" ريتشارد برانسون، وأمير إمارة موناكو ألبير الثاني، دعا كلاهما من خلاله إلى تبني معاهدة طموحة وملزمة قانونا تتضمن تدابير صارمة للحفاظ على التنوع الحيوي لأعالي البحار. وقال الكاتبان، في مقالهما الذي ترجمته "عربي٢١"، إن أعالي البحار تمتد تقريبا على نصف كوكبنا، كما تشكل جزءا هاما وأساسيا من النصف البيئي العالمي الذي لم يخضع إلى حد الآن إلى أي إجراء حقيقي لحمايته. ولحسن الحظ، بدأ هذا الوضع يحظى بأهمية من أجل تغييره. فمنذ يوم الاثنين ٢٥ آذار/ مارس، اجتمعت الوفود في مقر الأمم المتحدة في نيويورك لفتح مفاوضات بشأن نص المعاهدة المتعلقة بالتنوع الحيوي لأعالي البحار. وذكر الكاتبان أن هذه المعاهدة ستكون بمثابة الفرصة الوحيدة لحماية آخر النظم البيئية البحرية الشاسعة على سطح الأرض. وباعتبار أنها ستكون واحدة من أهم النصوص القانونية لحماية البيئة على مستوى دولي منذ عقود، فإنه يمكن لهذه المعاهدة الدفع نحو تطبيق اتفاقية الأمم المتحدة لقانون البحار في القرن الحادي والعشرين، عبر حماية التنوع الحيوي البحري وكل المتطلبات اللازمة لحماية الحياة المائية على سطح كوكبنا. ولم يخف كل الكاتبين مخاوفهم من أن تنجم هذه المفاوضات خصوصا مع فتح ملف انسحاب بريطانيا من الاتحاد الأوروبي، واشتداد أزمة "السرات الصراء" في فرنسا، علاوة عن الوضع المتردي في هنزويلا أو مشاكل التجارة الدولية. وشدد الكاتبان على ضرورة انتهاز هذه الفرصة من أجل حماية المحيطات، في ظل ازدياد التهديدات المحيطة بالبيئة البحرية. وقد بلغ الوضع مستويات حرجية من تضرر التنوع الحيوي البحري والتغير المناخي، وقد أكد العلماء أنه سجل خلال سنة ٢٠١٨ أعلى مستويات ارتفاع درجة حرارة المحيطات في العالم، وهو رقم قياسي من المنتظر أن يقع تجاوزه قريبا. ونوه الكاتبان بأن هذه الأرقام تشكل خطورة نظرا لأن ارتفاع درجة حرارة المحيط سيخلق نتائج وخيمة تتمثل في إحداث أعاصير أكثر قوة، وارتفاع مستوى سطح الماء، وإجبار الكائنات الحية على الهجرة نحو المياه

«آبل» تطلق خدماتها الجديدة بحضور كوكبة من نجوم هوليوود

موجودة". وأضاف، "لا أريد معرفة الميزانية السنوية (للمضامين) سواء كان مليار دولار أو ١٠ مليارات" مثل نتفليكس، كما الحال مع الصواريخ "الطريق الوحيدة إلى الصعود هي بحرق الوقود". وأعلنت "آبل" أيضا عن خدمة للاشتراكات بالصحف تحمل اسم "نيوز +". مقابل ٩,٩٩ دولارات شهريا. وقال كوك؛ "نظن أن آبل نيوز ستكون مذهلة للمستخدمين والمحررين الصحافيين. وتتيح الخدمة الأضلاع على عدد كبير من المجالات، غير أن الصحف اليومية المتاحة للتصفح عليها قليلة جدا وتقتصر على بعض الأسماء البارزة منها الأمريكيان "لوس أنجلوس تايمز" و"وول ستريت جورنال" والكندي "ذي ستار". وبحسب الصحافة، رفضت "نيويورك تايمز" و"واشنطن بوست" المشاركة في هذه الخدمة بسبب النسبة المثوية التي طلبت "آبل" توحيها من الإيرادات ورغبتها في الإبقاء على اتصال مباشر مع القراء.



تيم كوك شدد مرارا على أن هذه الخدمات المختلفة لن تتيح لعلمين رصد المستخدمين واستهدافهم إعلانيا، كما أن "آبل" لن تشارك البيانات الشخصية مع أي جهة خارجية. واعتبر المحلل دانيال أيفز من شركة "ويدبوش سيكيوريتيز" أن "آبل تي في" تمثل نقلة "استراتيجية كبرى" ستواجه فيها "آبل" منافسة قوية والنجاح فيها سيؤدي دورا حيويا في نمو خدماتها في السنوات المقبلة، وتوقع أن تستقطب الخدمة الجديدة مئة مليون مشترك في غضون ثلاث إلى خمس سنوات. أما المستثمر المتخصص في شؤون شركات التكنولوجيا الأمريكية بنديكت إيفانز فقد بدا غير مقتنع بالخدمة الجديدة إذ كتب عبر "تويتر"؛ "آبل لم تخبرنا الكثير (عن عروضها للفيديو) باستثناء أنها

أسواق مختلفة ثم تغييرها المعادلة، كما حصل مع "آي فون"، أو تقديمها بسرعة كبيرة كحال "آبل ميوزيك". وتوقع أن يكون لهذه الخدمة المنتظرة أثر لافت في سوق خدمات الفيديو بالبت التلفزيوني التي تشهد منافسة محمومة بين عدد كبير من الشركات بينها "نتفليكس" و"أمازون" و"هولو" على أن تنضم إليها قريبا شركات كبرى أخرى مثل "ديزني" و"شوتبايم" و"ستارز" وأيضا "نتفليكس" و"أمازون برايم". وأشار تيم كوك إلى أن الفكرة تكمن في "جمع كل البرامج وخدمات البث الرياضي والأخبار على كل أجهزكم كي تمضوا وقتا أقل في البحث عما ترغبون بمشاهدته وتصفحوا، أكثر من وقتكم". وهذا الأمر يفترض أن "آبل" تستخدم البيانات الشخصية لتسخدمها لتحليل تفضيلاتهم واقتراح برامج عليهم. غير أن

استأنت "آبل" بكوكية من نجوم هوليوود لإطلاق خدماتها الجديدة المنافسة لـ"نتفليكس"، وهي النقطة الأبرز ضمن سلسلة إعلانات في مجال الخدمات التي تسعى لأن يكون قوة دفع أساسية في استراتيجيتها المقبلة للنمو. وقد استطلت مجموعة من نجوم هوليوود المسرح الاثنين في كوبريتينو (غرب) للإعلان عن المضامين الحصرية، وهي عصب الحركة لاستقطاب المستهلكين، عبر "آبل تي في" الخدمة الجديدة المتاحة للاشتراكات مقابل بدل مادي والتي ستكون متوافرة اعتبارا من الخريف. ولم يكشف خلال حلقة الإطلاق عن قيمة الاشتراك بهذه الخدمة.

ومن أبرز الوجود في الأعمال التي ستعرض عبر الخدمة جنيفر أنيستون وريز ويذرسون في مسلسل يحمل عنوان "ذي مورنينغ شو". وقال رئيس "آبل" تيم كوك خلال الحلقة، "نؤمن بشدة بقوة الإبداع". ومن المتوقع أن يكون لهذه الخدمة المنتظرة أثر لافت في سوق خدمات الفيديو بالبت التلفزيوني التي تشهد منافسة محمومة بين عدد كبير من الشركات بينها "نتفليكس" و"أمازون" و"هولو" على أن تنضم إليها قريبا شركات كبرى أخرى مثل "ديزني" و"ورنر ميديا". ورغم وصول "آبل" المتأخر إلى هذه المنافسة، بإمكان المجموعة العملاقة الاعتماد على مواردها المالية الهائلة وعلى قاعدتها الواعدة من ١,٤ مليار جهاز من تصنيعها بين أيدي مستخدمي العالم وحملت عليها خدمات "آبل" بصورة تلقائية. كما عرفت المجموعة بلحاقها في كثير من الأحيان بركب شركات منافسة في

كيف سيغير الذكاء الاصطناعي مستقبل التنبؤ بحالة الطقس؟

يعدال ٨٠٥ كيلومترات فوق سطح الأرض. تطور هذه الأقمار الصناعية حول الأرض باستمرار بين قطبيها حوالي ١٤ مرة في اليوم. ويفضل دوران الأرض حول محورها ووجود مدارات الأقمار الصناعية السريعة، فإن ذلك يمكن من مراقبة جميع المناطق الموجودة على سطح الكوكب مرتين يوميا. وبين الموقع أن الأقمار الصناعية توفر مجموعة هائلة من البيانات حول الغلاف الجوي للأرض بأكمله، بما في ذلك السحب والمحيطات، وكل ذلك بدقة عالية للغاية. وبالاستناد إلى هذه البيانات، يستطيع علماء الأرصاد الجوية التنبؤ بحالة الطقس على المدى الطويل. وذكر الموقع أنه يوجد على متن هذه الأقمار الصناعية مجموعة متنوعة من الأدوات التي تسجل المعلومات على بياض الكوكب (أو الإشعاع المنعكس). وتعد هذه البيانات مفيدة للغاية لإجراء تقييمات على جودة الهواء مع مرور الوقت، حيث يقع دمج هذه المعلومات في نماذج الطقس، ما يساهم بدوره في زيادة دقة التوقعات الجوية. كما يستخدم علماء الأرصاد الجوية مبدآت أخرى لتحديد درجة حرارة سطح البحر، وهو عامل مهم في التنبؤ بالطقس على المدى الطويل. ويقع استخدام هذه البيانات لتوقع حالة الطقس، بما في ذلك التغيرات الموسمية واسعة النطاق، على غرار الظاهرتين المناخيتين إل نينو والنينا. ويقع جمع البيانات الضرورية للتنبؤ بأنماط الطقس القاسية مثل الأعاصير والعواصف الثلجية قبل أيام من حدوثها. كما تستخدم هذه البيانات لتقييم المخاطر الساحلية مثل الجفاف وحرائق الغابات والهباء البيئية الخطرة. وأورد الموقع أن علماء الأرصاد الجوية يعتمدون على نوع آخر من الأقمار الصناعية، التي تسمى أقمار الفضاء العميق، فعلى سبيل المثال، يدور مرصد مناخ الفضاء العميق" التابع للإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي على بعد مليون ميل، أي حوالي ١,٦٠٩,٣٤٤ كيلومترا من الأرض. ويوفر هذا النوع من الأقمار الصناعية تحذيرات وتوقعات حول الطقس الفضائي، بينما تراقب الطاقة الشمسية التي تمتصها الأرض يوميا. ويمكن لرصد مناخ الفضاء العميق تسجيل معلومات حول مستويات الأوزون والهباء الجوي.

نشر موقع "إنترستنج إنجينيرغ" الأمريكي تقريرا، تحدث فيه عن التوجه نحو استخدام تكنولوجيا الذكاء الاصطناعي للتنبؤ بحالة الطقس والتخلي عن الطرق التقليدية. وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته "عربي٢١"، إن عملية التنبؤ بحالة الطقس هي علم معقد للغاية، إذ تتطلب تحليل وفك رموز مجموعة هائلة من البيانات التي تمكنت آلاف أجهزة الاستشعار والأقمار الصناعية الخاصة بالطقس من جمعها. ويعد التنبؤ بحالة الطقس في المستقبل بالاعتماد على هذه البيانات مهمة شاقة للغاية. وللحصول على نتائج أدق، ينبغي أن تتم العملية في الوقت الفعلي، وذكر الموقع أن التوقعات الجوية زادت دقتها بمرور الوقت، لكنها لا تزال غير دقيقة بالشكل الكافي. ونظرا لأن الجو يتغير بشكل مستمر، أثبتت التقديرات أن التنبؤ بحالة الطقس على مدى فترات طويلة لا يكون دقيقا للغاية، حيث تبلغ نسبة دقة التنبؤ بحالة الطقس حوالي ٨٠ بالمئة، وتتنخفض هذه النسبة لتصل إلى ٥٠ بالمئة كلما زاد طول المدة، في حين ترتفع لتصل إلى ٩٠ بالمئة كلما كانت الفترات الزمنية أقصر. وأورد الموقع أن علماء الأرصاد الجوية يستخدمون مجموعة متنوعة من أجهزة الاستشعار والأقمار الصناعية والكمبيوتر للتنبؤ بحالة الطقس، وتشمل هذه الأجهزة أدوات خاصة لتسجيل درجات الحرارة وقياس الضغط الجوي وسرعة الرياح. بالإضافة إلى ذلك، يستخدم العلماء معدات أكثر تطوراً، على غرار بالونات الطقس، وهي بالونات خاصة مجهزة بأداة خاصة بقياس درجات الحرارة والضغط الجوي وسرعة الرياح واتجاهها في جميع طبقات التروبوسفير. وأضاف الموقع أن الأقمار الصناعية تعد من أقوى الأدوات المستخدمة للتنبؤ بحالة الطقس، ومن أبرزها تلك التي تطلقها "الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي"، التي تدير ثلاثة أنواع من الأقمار الصناعية البيئية التي تراقب حالة طقس الأرض. وتعد الأقمار الصناعية في المدار القطبي أحد أهم هذه الأقمار، وهي جزء من "نظام القمر الصناعي القطبي المشترك"، ويبلغ ارتفاعه حوالي ٥٠٠ ميل، أي ما

طرق طبيعية لتعزيز خصوبة الرجال والنساء.. تعرف إليهما

السمنة لها دور كبير في تقليل الخصوبة عند الرجل.

تعزيز الخصوبة عند النساء
وقدمت اختصاصية التغذية تهازي الجزاوي بعض النصائح للنساء لتعزيز الخصوبة لديهن، وهي كما يلي:

التخلص من السمنة
يعد التخلص من السمنة من أهم العوامل التي تساعد في زيادة الخصوبة عند المرأة، وذلك لأن زيادة الوزن ترتبط بوجود متلازمة تكيس المبايض، والتي من شأنها أن تقلل من فرص حدوث الحمل عند المرأة.

- تجنب الدهون المتحولة والتي تكون موجودة في الزيوت المهدرجة والأطعمة المقلية، حيث تؤدي لزيادة نسبة حدوث ضعف في البويضات بسبب تأثيرها على حساسية الأنسولين.

- تناول الأطعمة الغنية بمضادات الأكسدة، خاصة فيتامين سي، وذلك لأن الوجد التأكسدي يدمر البويضات، وتعمل مضادات الأكسدة على تخفيف هذا الوجد، وبالتالي الحفاظ على سلامة البويضات.

- اتباع حمية قليلة النشويات، فهي قد تساهم في تخفيض الوزن، خاصة عند النساء اللواتي يعانين من متلازمة تكيس المبايض، وبالتالي تزيد من الخصوبة، وهنا ننصح باستشارة اختصاصي التغذية قبل البدء بهذه الحمية.

- التقليل من النشويات المكررة مثل الخبز الأبيض والأرز الأبيض، والأطعمة والعصائر السكرية، والتي لها مؤشر جلايسيمي عال، فتسبب ارتفاع سريع بالسكر ومستويات الأنسولين بالدم، وهذا بدوره يؤدي إلى ضعف البويضات.

- تناول الألياف الغذائية، وهي موجود في الحبوب الكاملة والبقول والفواكه، حيث إن بعض الألياف لها القدرة على التخلص من هرمون الاستروجين الزائد عن طريق الارتباط به وطرحة خارج الجسم.

- التاكيد بأن تكون مستويات الفيتامينات والمعادن ضمن الطبيعي، وهذا من شأنه يحسن الصحة العامة وبالتالي بويضات أفضل.



ولفتت إلى أن دراسة وجدت أن تناول ١٠٠٠ ميلي غرام من فيتامين سي مرتين باليوم لمدة شهرين، زادت من عدد الحيوانات المنوية بنسبة ١٠٠ في المئة، وزادت من حركتها بنسبة ٩٢ في المئة، كما ساهمت أيضا في تقليل من الحيوانات المنوية المشوهة بنسبة ٥٥ في المئة.

- تناول كمية كافية من فيتامين دي، تناول كمية كافية من الزنك، وهو موجود بنسبة ممتازة في لحوم الأسماك والبيض، حيث وجدت بعض الدراسات أن نقص مستوى الزنك عن الحد الطبيعي لدى الرجال قلل من الخصوبة بسبب النوعية غير الجيدة من الحيوانات المنوية.

- تناول الاشواغاندا وهي أحد أنواع الأعشاب التي تحسن مستوى هرمون تستوستيرون عند الرجال.

حيث تم في دراسة سابقة إعطاء مجموعة من الرجال الذين يعانون من نقص في عدد الحيوانات المنوية، تم إعطائهم ٦٧٥ ميلي غرام من هذه البتة يوميا لمدة ثلاثة شهور، وكانت النتيجة أنها حسنت من الخصوبة لديهم، وتحديدا حسنت من عدد الحيوانات المنوية بنسبة ١٦٧ في المئة.

وحسنت أيضا حركة الحيوانات المنوية بنسبة ٥٧ في المئة مقارنة بوضعهم قبل البدء بالدراسة.

- تناول الماكا، وهي من النباتات وموطنها الأصلي البيرو.

- المحافظة على وزن صحي، حيث إن

السمنة لها دور كبير في تقليل الخصوبة عند الرجل.

تعزيز الخصوبة عند النساء
وقدمت اختصاصية التغذية تهازي الجزاوي بعض النصائح للنساء لتعزيز الخصوبة لديهن، وهي كما يلي:

التخلص من السمنة
يعد التخلص من السمنة من أهم العوامل التي تساعد في زيادة الخصوبة عند المرأة، وذلك لأن زيادة الوزن ترتبط بوجود متلازمة تكيس المبايض، والتي من شأنها أن تقلل من فرص حدوث الحمل عند المرأة.

- تجنب الدهون المتحولة والتي تكون موجودة في الزيوت المهدرجة والأطعمة المقلية، حيث تؤدي لزيادة نسبة حدوث ضعف في البويضات بسبب تأثيرها على حساسية الأنسولين.

- تناول الأطعمة الغنية بمضادات الأكسدة، خاصة فيتامين سي، وذلك لأن الوجد التأكسدي يدمر البويضات، وتعمل مضادات الأكسدة على تخفيف هذا الوجد، وبالتالي الحفاظ على سلامة البويضات.

- اتباع حمية قليلة النشويات، فهي قد تساهم في تخفيض الوزن، خاصة عند النساء اللواتي يعانين من متلازمة تكيس المبايض، وبالتالي تزيد من الخصوبة، وهنا ننصح باستشارة اختصاصي التغذية قبل البدء بهذه الحمية.

- التقليل من النشويات المكررة مثل الخبز الأبيض والأرز الأبيض، والأطعمة والعصائر السكرية، والتي لها مؤشر جلايسيمي عال، فتسبب ارتفاع سريع بالسكر ومستويات الأنسولين بالدم، وهذا بدوره يؤدي إلى ضعف البويضات.

- تناول الألياف الغذائية، وهي موجود في الحبوب الكاملة والبقول والفواكه، حيث إن بعض الألياف لها القدرة على التخلص من هرمون الاستروجين الزائد عن طريق الارتباط به وطرحة خارج الجسم.

- التاكيد بأن تكون مستويات الفيتامينات والمعادن ضمن الطبيعي، وهذا من شأنه يحسن الصحة العامة وبالتالي بويضات أفضل.

السمنة لها دور كبير في تقليل الخصوبة عند الرجل.

تعزيز الخصوبة عند النساء
وقدمت اختصاصية التغذية تهازي الجزاوي بعض النصائح للنساء لتعزيز الخصوبة لديهن، وهي كما يلي:

التخلص من السمنة
يعد التخلص من السمنة من أهم العوامل التي تساعد في زيادة الخصوبة عند المرأة، وذلك لأن زيادة الوزن ترتبط بوجود متلازمة تكيس المبايض، والتي من شأنها أن تقلل من فرص حدوث الحمل عند المرأة.

- تجنب الدهون المتحولة والتي تكون موجودة في الزيوت المهدرجة والأطعمة المقلية، حيث تؤدي لزيادة نسبة حدوث ضعف في البويضات بسبب تأثيرها على حساسية الأنسولين.

- تناول الأطعمة الغنية بمضادات الأكسدة، خاصة فيتامين سي، وذلك لأن الوجد التأكسدي يدمر البويضات، وتعمل مضادات الأكسدة على تخفيف هذا الوجد، وبالتالي الحفاظ على سلامة البويضات.

- اتباع حمية قليلة النشويات، فهي قد تساهم في تخفيض الوزن، خاصة عند النساء اللواتي يعانين من متلازمة تكيس المبايض، وبالتالي تزيد من الخصوبة، وهنا ننصح باستشارة اختصاصي التغذية قبل البدء بهذه الحمية.

- التقليل من النشويات المكررة مثل الخبز الأبيض والأرز الأبيض، والأطعمة والعصائر السكرية، والتي لها مؤشر جلايسيمي عال، فتسبب ارتفاع سريع بالسكر ومستويات الأنسولين بالدم، وهذا بدوره يؤدي إلى ضعف البويضات.

- تناول الألياف الغذائية، وهي موجود في الحبوب الكاملة والبقول والفواكه، حيث إن بعض الألياف لها القدرة على التخلص من هرمون الاستروجين الزائد عن طريق الارتباط به وطرحة خارج الجسم.

- التاكيد بأن تكون مستويات الفيتامينات والمعادن ضمن الطبيعي، وهذا من شأنه يحسن الصحة العامة وبالتالي بويضات أفضل.

٦ أطعمة صحية يمكن أن تدمرك عند الإفراط في استهلاكها

على تحقيق التوازن بين مستويات الكهارل في الجسم. ويحدث ذلك بعد تناول ثلاث بطيخات كاملة بالنسبة للمرأة وأربع بطيخات كاملة بالنسبة للرجل.

وأبرزت الصحيفة، خامسا، أن تناول الكبد يوفر للجسم كميات هامة من الفيتامين ب١٢، الذي يعتبر مهما في تخليق الخلايا، والهيموغلوبين، وغيرها من العمليات الأيضية. واليوم، لا تعد كميات فيتامين ب١٢ ضرورية إلا في حالة الحمل أو في حالة اتباع نظام غذائي نباتي. مع ذلك، يستحسن تجنب الإفراط في استهلاك أي نوع من الفيتامينات، لأن تناول حوالي ١٦٣ كيلوغراما من الكبد بالنسبة للمرأة و١٩٥ كيلوغراما بالنسبة للرجل، من شأنه أن يرفع الضغط داخل الجمجمة إلى مستويات خطيرة بسبب التوسع في فيتامين ب١٢، وأشارت الصحيفة، سادسا، إلى أن جوزة الطيب هي إحدى التوابل التي تعطي نكهة لا مثيل لها لأطباقنا دون الحاجة إلى نحو خطير. نتيجة لذلك، فيها على غرار الحبات أو الملح، وتحتوي هذه الجوزة على مركب الميريستيسين، الذي يعد بمثابة مؤثر عقلي، من هذا المنطلق، يسبب استهلاك جرعات تتكون من ٢٢ كوبا من جوزة الطيب للمرأة و٢٧ كوبا للرجل تسببا حادا براهقة الغثيان



مشابه للكافيين. وعند استهلاك الجرعة المناسبة، يساهم هذا المركب في تعزيز صحة القلب والأوعية الدموية، لكن الإفراط في استهلاكه يؤدي إلى تمدد الشرايين وإلى تغيير معدل ضربات القلب على نحو خطير. نتيجة لذلك، يؤدي تناول ٣٢٢ كوبا من الشوكولاتة السوداء بالنسبة للمرأة وحوالي ٣٩٨ بالنسبة للرجل، إلى الموت.

وأوضحت الصحيفة، ثالثا، أن البطيخ يحتوي على مادة الجلوتاثيون، أحد مضادات الأكسدة الطبيعية، إلى جانب مادة السيترولين. لكنه يحتوي أيضا على كمية كبيرة من الماء، وبالتالي، يعتبر الموت بسبب التسمم المائي أمرا واردا جدا عندما تكون الخلايا العصبية غير قادرة

على تحقيق التوازن بين مستويات الكهارل في الجسم. ويحدث ذلك بعد تناول ثلاث بطيخات كاملة بالنسبة للمرأة وأربع بطيخات كاملة بالنسبة للرجل.

وأبرزت الصحيفة، خامسا، أن تناول الكبد يوفر للجسم كميات هامة من الفيتامين ب١٢، الذي يعتبر مهما في تخليق الخلايا، والهيموغلوبين، وغيرها من العمليات الأيضية. واليوم، لا تعد كميات فيتامين ب١٢ ضرورية إلا في حالة الحمل أو في حالة اتباع نظام غذائي نباتي. مع ذلك، يستحسن تجنب الإفراط في استهلاك أي نوع من الفيتامينات، لأن تناول حوالي ١٦٣ كيلوغراما من الكبد بالنسبة للمرأة و١٩٥ كيلوغراما بالنسبة للرجل، من شأنه أن يرفع الضغط داخل الجمجمة إلى مستويات خطيرة بسبب التوسع في فيتامين ب١٢، وأشارت الصحيفة، سادسا، إلى أن جوزة الطيب هي إحدى التوابل التي تعطي نكهة لا مثيل لها لأطباقنا دون الحاجة إلى نحو خطير. نتيجة لذلك، فيها على غرار الحبات أو الملح، وتحتوي هذه الجوزة على مركب الميريستيسين، الذي يعد بمثابة مؤثر عقلي، من هذا المنطلق، يسبب استهلاك جرعات تتكون من ٢٢ كوبا من جوزة الطيب للمرأة و٢٧ كوبا للرجل تسببا حادا براهقة الغثيان

مشابه للكافيين. وعند استهلاك الجرعة المناسبة، يساهم هذا المركب في تعزيز صحة القلب والأوعية الدموية، لكن الإفراط في استهلاكه يؤدي إلى تمدد الشرايين وإلى تغيير معدل ضربات القلب على نحو خطير. نتيجة لذلك، يؤدي تناول ٣٢٢ كوبا من الشوكولاتة السوداء بالنسبة للمرأة وحوالي ٣٩٨ بالنسبة للرجل، إلى الموت.

وأوضحت الصحيفة، رابعا، أن البطيخ يحتوي على مادة الجلوتاثيون، أحد مضادات الأكسدة الطبيعية، إلى جانب مادة السيترولين. لكنه يحتوي أيضا على كمية كبيرة من الماء، وبالتالي، يعتبر الموت بسبب التسمم المائي أمرا واردا جدا عندما تكون الخلايا العصبية غير قادرة

على تحقيق التوازن بين مستويات الكهارل في الجسم. ويحدث ذلك بعد تناول ثلاث بطيخات كاملة بالنسبة للمرأة وأربع بطيخات كاملة بالنسبة للرجل.

السمنة لها دور كبير في تقليل الخصوبة عند الرجل.

تعزيز الخصوبة عند النساء
وقدمت اختصاصية التغذية تهازي الجزاوي بعض النصائح للنساء لتعزيز الخصوبة لديهن، وهي كما يلي:

التخلص من السمنة
يعد التخلص من السمنة من أهم العوامل التي تساعد في زيادة الخصوبة عند المرأة، وذلك لأن زيادة الوزن ترتبط بوجود متلازمة تكيس المبايض، والتي من شأنها أن تقلل من فرص حدوث الحمل عند المرأة.

- تجنب الدهون المتحولة والتي تكون موجودة في الزيوت المهدرجة والأطعمة المقلية، حيث تؤدي لزيادة نسبة حدوث ضعف في البويضات بسبب تأثيرها على حساسية الأنسولين.

- تناول الأطعمة الغنية بمضادات الأكسدة، خاصة فيتامين سي، وذلك لأن الوجد التأكسدي يدمر البويضات، وتعمل مضادات الأكسدة على تخفيف هذا الوجد، وبالتالي الحفاظ على سلامة البويضات.

- اتباع حمية قليلة النشويات، فهي قد تساهم في تخفيض الوزن، خاصة عند النساء اللواتي يعانين من متلازمة تكيس المبايض، وبالتالي تزيد من الخصوبة، وهنا ننصح باستشارة اختصاصي التغذية قبل البدء بهذه الحمية.

- التقليل من النشويات المكررة مثل الخبز الأبيض والأرز الأبيض، والأطعمة والعصائر السكرية، والتي لها مؤشر جلايسيمي عال، فتسبب ارتفاع سريع بالسكر ومستويات الأنسولين بالدم، وهذا بدوره يؤدي إلى ضعف البويضات.

- تناول الألياف الغذائية، وهي موجود في الحبوب الكاملة والبقول والفواكه، حيث إن بعض الألياف لها القدرة على التخلص من هرمون الاستروجين الزائد عن طريق الارتباط به وطرحة خارج الجسم.

- التاكيد بأن تكون مستويات الفيتامينات والمعادن ضمن الطبيعي، وهذا من شأنه يحسن الصحة العامة وبالتالي بويضات أفضل.

تعرف إلى طرق تساعد على التخلص من رائحة الفم الكريهة

ولو بشكل مؤقت، من الرائحة الكريهة؛ بسبب تأثيره الضار للبكتيريا، وقدرته على التخلص من الروائح الكريهة. إلى جانب ذلك، تساعد صودا الخبز على تحقيق التوازن بين مستوى الحمضيات، وعلى التخلص من رائحة الفم الكريهة، والوقاية منها. وفي هذا الصدد، ينصح بإضافة نصف ملعقة صغيرة من صودا الخبز إلى كوب من الماء؛ من أجل الحصول على غسول فعال يضمن لك التخلص من هذه المشكلة. فضلا عن أنه يساعد على التخفيف من عسر الهضم وحرقه المعدة، يمكن للنعناع محاربة البكتيريا التي تسبب رائحة كريهة في الفم، وشأنه شأن النعناع، يحتوي البقدونس على رائحة الكلوروفيل، لذلك ينصح بمضغ أوراقه؛ لأن ذلك يساعد في تنظيف الأسنان من البكتيريا المسببة للرائحة.

يمنع الإصابة بمجموعة من الأمراض. في هذا السياق، تعد العقديات من أنواع البكتيريا المهيمنة في الفم. ووفقا لأطباء الأسنان، يمكن أن تسبب بعض البكتيريا تسوس الأسنان وأمراض اللثة. علاوة على ذلك، يسبب انبعاث رائحة كريهة من الفم إخراجا كبيرا، ويؤدي إلى النزاع الآخرين، وقد يكون ناجما من العادات السيئة، ومشاكل الأسنان، وإشارة إلى مشاكل صحية أخرى. وأفاد الموقع بأن عدم تنظيف الأسنان بالفرشاة واستخدام خيط الأسنان يوميا يساهم في بقاء جزيئات الطعام في الفم، وهو ما يعزز نمو البكتيريا بين الأسنان وحول اللثة واللسان. ويمكن للبكتيريا المتراكمة على الأسنان، وكذلك على اللسان واللثة، إنتاج غازات كريهة الرائحة. وتعد هذه البكتيريا المسؤولة الأولى عن الإصابة

بأمراض اللثة وتسوس الأسنان. كما تعد أمراض اللثة والحساسية ومرض السكري وأمراض الكبد والفشل الكلوي من الأسباب الأخرى التي تؤدي إلى انبعاث رائحة كريهة من الفم. وذكر الموقع أن القرحة معروفة بخصائصها المضادة للبكتيريا، وقد أثبتت بعض الدراسات فعاليتها في القضاء على البكتيريا التي تسبب العدوى، من هذا المنطلق، وللتخلص من رائحة الفم الكريهة، يوصى بإضافة ما بين ١٠ و١٥ قطرة من زيت الشرفرة إلى كوب من الماء، وغسل الفم جيدا بهذا الفسول. في الواقع، لا يساعد هذا الفسول على التعامل مع رائحة الفم الكريهة فقط، بل يساعد أيضا على تجنب الإصابة بتسوس الأسنان. وأوضح الموقع أن الدراسات أثبتت قدرة الشاي الأخضر على التقليل،

من رائحة الفم الكريهة، وهو ما يجعلها مشكلة صحية خطيرة. وفيما يتعلق بمنتجات العناية بالفم، ينصح باستخدام فرشاة الأسنان الكهربائية، حيث تساعد على التخلص من البكتيريا التي تسبب رائحة كريهة في الفم، وتحتوي على شعيرات ناعمة لا تضر اللثة. كما ينصح باستخدام خيط الأسنان يوميا، حيث يساعد على إزالة البكتيريا من بين الأسنان. وأما عن منتجات العناية بالفم، فيجب تجنب استخدام منتجات العناية بالفم التي تحتوي على الكحول، حيث يمكن أن يجفف الفم، مما يؤدي إلى زيادة إنتاج اللعاب، مما يساهم في رائحة كريهة في الفم. وينصح باستخدام منتجات العناية بالفم التي تحتوي على الفلورايد، حيث يساعد على تقوية مينا الأسنان، مما يقلل من الإصابة بالتهتك. وينصح أيضا باستخدام منتجات العناية بالفم التي تحتوي على الزنك، حيث يساعد على التخلص من البكتيريا التي تسبب رائحة كريهة في الفم.

٦ هافينغتون بوست: تعرف إلى طرق يؤثر بها التوتر على بشرتنا

وأشارت هافينغتون بوست إلى أن التوتر يؤثر على بشرتنا بطرق مختلفة، من خلال إفراز هرمونات التوتر، مما يؤدي إلى زيادة إنتاج الكولاجين، مما يجعل بشرتنا تبدو أكثر شبابا.

وأوضح الموقع، رابعا، أن الاجتهاد يجعل البشرة زيتية أكثر بسبب التغيرات في مستويات الهرمونات، من بينها الكورتيزول على وجه الخصوص، الذي قد يكون عاملا مساهما في الإصابة بحب الشباب المزعج.

وأفاد الدكتور جوشوا زيشنر، مدير الأبحاث التجميلية والسريرية في الأمراض الجلدية في مستشفى جبل سيناء في مدينة نيويورك، بأن "الاجتهاد يحفز الدماغ على إنتاج مجموعة محددة من الهرمونات التي تهيئ الجسم للبيئة المجهدة. لكن الآثار الجانبية لهذه الهرمونات تتمثل في زيادة نشاط الغدد الدهنية في الجلد، وانسداد المسام، وظهور حب الشباب".

وذكر الموقع، خامسا، أن التوتر يؤثر بشكل مباشر على فروة الرأس والشعر. وترى باتيل أن بعض الأشخاص يصبح شعرهم دهنيا أكثر أو جافا أكثر من المعتاد عندما يشعرون بالتوتر. وتختلف طبيعة هذا التأثير باختلاف الطريقة التي تتفاعل بها أجسامهم مع التحول في مستويات الهرمونات.

وأضاف الموقع أن التوتر قد يتسبب في الإصابة بالتهاب الجلد الدهني، وهو مرض شبيه بالصدفية، ويؤدي إلى تقشر فروة الرأس واحمرارها بشكل ملحوظ. وفي بعض الحالات، يقود التوتر إلى تساقط الشعر، فالجسم يتوقف عن إنتاج الشعر بمجرد الإصابة بمرض شديد، ومن المحتمل ألا تستغرق آثار هذا الاجتهاد بضعة أشهر حتى تكون ظاهرة للعيان. ويمكن للشعر أن يتساقط نتيجة لبعض الضغوطات الثانوية أو دفع الجسم لتقبل تغييرات مفاجئة مثل اتباع حمية غذائية قاسية.

وأفاد الموقع، سادسا، بأن التوتر قادر على أن يؤثر على الأظافر ويلحق بها ضررا كبيرا. وعادة ما يتوقف الجسم الجسم الجسدي عن إنتاج الأظافر وتنميتها عندما يكون عرضة لتوتر مستمر، وذلك انطلاقا من كونه عنصرا غير أساسي للبقاء على قيد الحياة. وعندما يعمل الجسم على توزيع الطاقة لشفاء الأعضاء الحيوية، لا تحظى الأظافر بالأولوية. ويمكن للأظافر أن تسمي هشّة وتبدأ في التقشر عند شعور الشخص بالتوتر.

بناء على ذلك، أوضح جوشوا زيشنر أن الحفاظ على روتين العناية بالبشرة باستخدام المنظفات والمرطبات لإزالة الزيوت المتراكمة على البشرة والحفاظ على ترطيبها يعد أفضل الحلول التي يمكن اتباعها للاعتناء بها عندما نرغب تحت وطأة التوتر. وبالنسبة لمن يعانون من حب الشباب، يبدو أن الاستخدام المنتظم للريتينويد يحول دون تفاقم الحالة المرضية. وفي الأوقات، خلص الموقع إلى أن الحصول على قسط كاف من النوم وممارسة التمارين الرياضية بمعدل يتراوح بين ثلاث وأربع مرات في الأسبوع، فضلا عن ممارسة التأمل والتنفس العميق، يساعد على التعامل مع الاجتهاد وتلافي آثاره السلبية. وفي حين لا توجد إجابة واحدة صحيحة لكل شخص، ينبغي على كل شخص يعاني من الاجتهاد والتوتر التصرف بناء على مسببات هذا الاجتهاد في المقام الأول.

وأشارت هافينغتون بوست إلى أن التوتر يؤثر على بشرتنا بطرق مختلفة، من خلال إفراز هرمونات التوتر، مما يؤدي إلى زيادة إنتاج الكولاجين، مما يجعل بشرتنا تبدو أكثر شبابا.

وأوضح الموقع، رابعا، أن الاجتهاد يجعل البشرة زيتية أكثر بسبب التغيرات في مستويات الهرمونات، من بينها الكورتيزول على وجه الخصوص، الذي قد يكون عاملا مساهما في الإصابة بحب الشباب المزعج.

وأفاد الدكتور جوشوا زيشنر، مدير الأبحاث التجميلية والسريرية في الأمراض الجلدية في مستشفى جبل سيناء في مدينة نيويورك، بأن "الاجتهاد يحفز الدماغ على إنتاج مجموعة محددة من الهرمونات التي تهيئ الجسم للبيئة المجهدة. لكن الآثار الجانبية لهذه الهرمونات تتمثل في زيادة نشاط الغدد الدهنية في الجلد، وانسداد المسام، وظهور حب الشباب".

وذكر الموقع، خامسا، أن التوتر يؤثر بشكل مباشر على فروة الرأس والشعر. وترى باتيل أن بعض الأشخاص يصبح شعرهم دهنيا أكثر أو جافا أكثر من المعتاد عندما يشعرون بالتوتر. وتختلف طبيعة هذا التأثير باختلاف الطريقة التي تتفاعل بها أجسامهم مع التحول في مستويات الهرمونات.

وأضاف الموقع أن التوتر قد يتسبب في الإصابة بالتهاب الجلد الدهني، وهو مرض شبيه بالصدفية، ويؤدي إلى تقشر فروة الرأس واحمرارها بشكل ملحوظ. وفي بعض الحالات، يقود التوتر إلى تساقط الشعر، فالجسم يتوقف عن إنتاج الشعر بمجرد الإصابة بمرض شديد، ومن المحتمل ألا تستغرق آثار هذا الاجتهاد بضعة أشهر حتى تكون ظاهرة للعيان. ويمكن للشعر أن يتساقط نتيجة لبعض الضغوطات الثانوية أو دفع الجسم لتقبل تغييرات مفاجئة مثل اتباع حمية غذائية قاسية.

وأفاد الموقع، سادسا، بأن التوتر قادر على أن يؤثر على الأظافر ويلحق بها ضررا كبيرا. وعادة ما يتوقف الجسم الجسدي عن إنتاج الأظافر وتنميتها عندما يكون عرضة لتوتر مستمر، وذلك انطلاقا من كونه عنصرا غير أساسي للبقاء على قيد الحياة. وعندما يعمل الجسم على توزيع الطاقة لشفاء الأعضاء الحيوية، لا تحظى الأظافر بالأولوية. ويمكن للأظافر أن تسمي هشّة وتبدأ في التقشر عند شعور الشخص بالتوتر.

بناء على ذلك، أوضح جوشوا زيشنر أن الحفاظ على روتين العناية بالبشرة باستخدام المنظفات والمرطبات لإزالة الزيوت المتراكمة على البشرة والحفاظ على ترطيبها يعد أفضل الحلول التي يمكن اتباعها للاعتناء بها عندما نرغب تحت وطأة التوتر. وبالنسبة لمن يعانون من حب الشباب، يبدو أن الاستخدام المنتظم للريتينويد يحول دون تفاقم الحالة المرضية. وفي الأوقات، خلص الموقع إلى أن الحصول على قسط كاف من النوم وممارسة التمارين الرياضية بمعدل يتراوح بين ثلاث وأربع مرات في الأسبوع، فضلا عن ممارسة التأمل والتنفس العميق، يساعد على التعامل مع الاجتهاد وتلافي آثاره السلبية. وفي حين لا توجد إجابة واحدة صحيحة لكل شخص، ينبغي على كل شخص يعاني من الاجتهاد والتوتر التصرف بناء على مسببات هذا الاجتهاد في المقام الأول.

وأشار الموقع، ثانيا، أن الاجتهاد يؤدي إلى إصابة البشرة بالطفح، وحسب الدكتورة المتخصصة في طب الجلد، هوروم باتيل، فإنه كلما شعر جسمنا بتوتر شديد، شهدنا ارتفاعا في جميع مستويات الأدرينالين والكورتيزول، ما يجعلنا نتعرق أكثر. وتعمل هذه الهرمونات على تنشيط الغدد الصماء والغدد العرقية التي "تسبب جفاف الجلد بسبب فقدان الكثير من الماء بسرعة كبيرة".

وبينت باتيل أن أولئك الذين يعانون من الجلد الجاف بشكل عام هم الأكثر عرضة للإصابة بالطفح الجلدي. وأضاف الدكتور مايكل إيدلمان، وهو طبيب أمراض جلدية مقيم في مدينة نيويورك، أن الاجتهاد من أهم مسببات الطفح الجلدي المعروفة. وأشار الموقع، ثالثا، إلى أن هرمونات الاجتهاد يمكن أن تؤدي إلى تفاقم المشاكل الصحية. وقال إيدلمان إن الاجتهاد يطلق هرمونات مثل الكورتيزول والأدرينالين، "وهي رسائل كيميائية تطلق ردودا فيسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، يزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

٦ باحثون مغاربة وإسبان يكتشفون علاجاً لسرطان البروستات

وأشارت هافينغتون بوست إلى أن التوتر يؤثر على بشرتنا بطرق مختلفة، من خلال إفراز هرمونات التوتر، مما يؤدي إلى زيادة إنتاج الكولاجين، مما يجعل بشرتنا تبدو أكثر شبابا.

وأوضح الموقع، رابعا، أن الاجتهاد يجعل البشرة زيتية أكثر بسبب التغيرات في مستويات الهرمونات، من بينها الكورتيزول على وجه الخصوص، الذي قد يكون عاملا مساهما في الإصابة بحب الشباب المزعج.

وأفاد الدكتور جوشوا زيشنر، مدير الأبحاث التجميلية والسريرية في الأمراض الجلدية في مستشفى جبل سيناء في مدينة نيويورك، بأن "الاجتهاد يحفز الدماغ على إنتاج مجموعة محددة من الهرمونات التي تهيئ الجسم للبيئة المجهدة. لكن الآثار الجانبية لهذه الهرمونات تتمثل في زيادة نشاط الغدد الدهنية في الجلد، وانسداد المسام، وظهور حب الشباب".

وذكر الموقع، خامسا، أن التوتر يؤثر بشكل مباشر على فروة الرأس والشعر. وترى باتيل أن بعض الأشخاص يصبح شعرهم دهنيا أكثر أو جافا أكثر من المعتاد عندما يشعرون بالتوتر. وتختلف طبيعة هذا التأثير باختلاف الطريقة التي تتفاعل بها أجسامهم مع التحول في مستويات الهرمونات.

وأضاف الموقع أن التوتر قد يتسبب في الإصابة بالتهاب الجلد الدهني، وهو مرض شبيه بالصدفية، ويؤدي إلى تقشر فروة الرأس واحمرارها بشكل ملحوظ. وفي بعض الحالات، يقود التوتر إلى تساقط الشعر، فالجسم يتوقف عن إنتاج الشعر بمجرد الإصابة بمرض شديد، ومن المحتمل ألا تستغرق آثار هذا الاجتهاد بضعة أشهر حتى تكون ظاهرة للعيان. ويمكن للشعر أن يتساقط نتيجة لبعض الضغوطات الثانوية أو دفع الجسم لتقبل تغييرات مفاجئة مثل اتباع حمية غذائية قاسية.

وأفاد الموقع، سادسا، بأن التوتر قادر على أن يؤثر على الأظافر ويلحق بها ضررا كبيرا. وعادة ما يتوقف الجسم الجسدي عن إنتاج الأظافر وتنميتها عندما يكون عرضة لتوتر مستمر، وذلك انطلاقا من كونه عنصرا غير أساسي للبقاء على قيد الحياة. وعندما يعمل الجسم على توزيع الطاقة لشفاء الأعضاء الحيوية، لا تحظى الأظافر بالأولوية. ويمكن للأظافر أن تسمي هشّة وتبدأ في التقشر عند شعور الشخص بالتوتر.

بناء على ذلك، أوضح جوشوا زيشنر أن الحفاظ على روتين العناية بالبشرة باستخدام المنظفات والمرطبات لإزالة الزيوت المتراكمة على البشرة والحفاظ على ترطيبها يعد أفضل الحلول التي يمكن اتباعها للاعتناء بها عندما نرغب تحت وطأة التوتر. وبالنسبة لمن يعانون من حب الشباب، يبدو أن الاستخدام المنتظم للريتينويد يحول دون تفاقم الحالة المرضية. وفي الأوقات، خلص الموقع إلى أن الحصول على قسط كاف من النوم وممارسة التمارين الرياضية بمعدل يتراوح بين ثلاث وأربع مرات في الأسبوع، فضلا عن ممارسة التأمل والتنفس العميق، يساعد على التعامل مع الاجتهاد وتلافي آثاره السلبية. وفي حين لا توجد إجابة واحدة صحيحة لكل شخص، ينبغي على كل شخص يعاني من الاجتهاد والتوتر التصرف بناء على مسببات هذا الاجتهاد في المقام الأول.

وأشار الموقع، ثانيا، أن الاجتهاد يؤدي إلى إصابة البشرة بالطفح، وحسب الدكتورة المتخصصة في طب الجلد، هوروم باتيل، فإنه كلما شعر جسمنا بتوتر شديد، شهدنا ارتفاعا في جميع مستويات الأدرينالين والكورتيزول، ما يجعلنا نتعرق أكثر. وتعمل هذه الهرمونات على تنشيط الغدد الصماء والغدد العرقية التي "تسبب جفاف الجلد بسبب فقدان الكثير من الماء بسرعة كبيرة".

وبينت باتيل أن أولئك الذين يعانون من الجلد الجاف بشكل عام هم الأكثر عرضة للإصابة بالطفح الجلدي. وأضاف الدكتور مايكل إيدلمان، وهو طبيب أمراض جلدية مقيم في مدينة نيويورك، أن الاجتهاد من أهم مسببات الطفح الجلدي المعروفة. وأشار الموقع، ثالثا، إلى أن هرمونات الاجتهاد يمكن أن تؤدي إلى تفاقم المشاكل الصحية. وقال إيدلمان إن الاجتهاد يطلق هرمونات مثل الكورتيزول والأدرينالين، "وهي رسائل كيميائية تطلق ردودا فيسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، يزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

وأشار الموقع، ثانيا، أن الاجتهاد يؤدي إلى إصابة البشرة بالطفح، وحسب الدكتورة المتخصصة في طب الجلد، هوروم باتيل، فإنه كلما شعر جسمنا بتوتر شديد، شهدنا ارتفاعا في جميع مستويات الأدرينالين والكورتيزول، ما يجعلنا نتعرق أكثر. وتعمل هذه الهرمونات على تنشيط الغدد الصماء والغدد العرقية التي "تسبب جفاف الجلد بسبب فقدان الكثير من الماء بسرعة كبيرة".

وبينت باتيل أن أولئك الذين يعانون من الجلد الجاف بشكل عام هم الأكثر عرضة للإصابة بالطفح الجلدي. وأضاف الدكتور مايكل إيدلمان، وهو طبيب أمراض جلدية مقيم في مدينة نيويورك، أن الاجتهاد من أهم مسببات الطفح الجلدي المعروفة. وأشار الموقع، ثالثا، إلى أن هرمونات الاجتهاد يمكن أن تؤدي إلى تفاقم المشاكل الصحية. وقال إيدلمان إن الاجتهاد يطلق هرمونات مثل الكورتيزول والأدرينالين، "وهي رسائل كيميائية تطلق ردودا فيسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، يزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

وأشار الموقع، ثانيا، أن الاجتهاد يؤدي إلى إصابة البشرة بالطفح، وحسب الدكتورة المتخصصة في طب الجلد، هوروم باتيل، فإنه كلما شعر جسمنا بتوتر شديد، شهدنا ارتفاعا في جميع مستويات الأدرينالين والكورتيزول، ما يجعلنا نتعرق أكثر. وتعمل هذه الهرمونات على تنشيط الغدد الصماء والغدد العرقية التي "تسبب جفاف الجلد بسبب فقدان الكثير من الماء بسرعة كبيرة".

وبينت باتيل أن أولئك الذين يعانون من الجلد الجاف بشكل عام هم الأكثر عرضة للإصابة بالطفح الجلدي. وأضاف الدكتور مايكل إيدلمان، وهو طبيب أمراض جلدية مقيم في مدينة نيويورك، أن الاجتهاد من أهم مسببات الطفح الجلدي المعروفة. وأشار الموقع، ثالثا، إلى أن هرمونات الاجتهاد يمكن أن تؤدي إلى تفاقم المشاكل الصحية. وقال إيدلمان إن الاجتهاد يطلق هرمونات مثل الكورتيزول والأدرينالين، "وهي رسائل كيميائية تطلق ردودا فيسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، يزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

وأشار الموقع، ثانيا، أن الاجتهاد يؤدي إلى إصابة البشرة بالطفح، وحسب الدكتورة المتخصصة في طب الجلد، هوروم باتيل، فإنه كلما شعر جسمنا بتوتر شديد، شهدنا ارتفاعا في جميع مستويات الأدرينالين والكورتيزول، ما يجعلنا نتعرق أكثر. وتعمل هذه الهرمونات على تنشيط الغدد الصماء والغدد العرقية التي "تسبب جفاف الجلد بسبب فقدان الكثير من الماء بسرعة كبيرة".

وبينت باتيل أن أولئك الذين يعانون من الجلد الجاف بشكل عام هم الأكثر عرضة للإصابة بالطفح الجلدي. وأضاف الدكتور مايكل إيدلمان، وهو طبيب أمراض جلدية مقيم في مدينة نيويورك، أن الاجتهاد من أهم مسببات الطفح الجلدي المعروفة. وأشار الموقع، ثالثا، إلى أن هرمونات الاجتهاد يمكن أن تؤدي إلى تفاقم المشاكل الصحية. وقال إيدلمان إن الاجتهاد يطلق هرمونات مثل الكورتيزول والأدرينالين، "وهي رسائل كيميائية تطلق ردودا فيسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، يزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

وأشار الموقع، ثانيا، أن الاجتهاد يؤدي إلى إصابة البشرة بالطفح، وحسب الدكتورة المتخصصة في طب الجلد، هوروم باتيل، فإنه كلما شعر جسمنا بتوتر شديد، شهدنا ارتفاعا في جميع مستويات الأدرينالين والكورتيزول، ما يجعلنا نتعرق أكثر. وتعمل هذه الهرمونات على تنشيط الغدد الصماء والغدد العرقية التي "تسبب جفاف الجلد بسبب فقدان الكثير من الماء بسرعة كبيرة".

وبينت باتيل أن أولئك الذين يعانون من الجلد الجاف بشكل عام هم الأكثر عرضة للإصابة بالطفح الجلدي. وأضاف الدكتور مايكل إيدلمان، وهو طبيب أمراض جلدية مقيم في مدينة نيويورك، أن الاجتهاد من أهم مسببات الطفح الجلدي المعروفة. وأشار الموقع، ثالثا، إلى أن هرمونات الاجتهاد يمكن أن تؤدي إلى تفاقم المشاكل الصحية. وقال إيدلمان إن الاجتهاد يطلق هرمونات مثل الكورتيزول والأدرينالين، "وهي رسائل كيميائية تطلق ردودا فيسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، يزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

وأشار الموقع، ثانيا، أن الاجتهاد يؤدي إلى إصابة البشرة بالطفح، وحسب الدكتورة المتخصصة في طب الجلد، هوروم باتيل، فإنه كلما شعر جسمنا بتوتر شديد، شهدنا ارتفاعا في جميع مستويات الأدرينالين والكورتيزول، ما يجعلنا نتعرق أكثر. وتعمل هذه الهرمونات على تنشيط الغدد الصماء والغدد العرقية التي "تسبب جفاف الجلد بسبب فقدان الكثير من الماء بسرعة كبيرة".

وبينت باتيل أن أولئك الذين يعانون من الجلد الجاف بشكل عام هم الأكثر عرضة للإصابة بالطفح الجلدي. وأضاف الدكتور مايكل إيدلمان، وهو طبيب أمراض جلدية مقيم في مدينة نيويورك، أن الاجتهاد من أهم مسببات الطفح الجلدي المعروفة. وأشار الموقع، ثالثا، إلى أن هرمونات الاجتهاد يمكن أن تؤدي إلى تفاقم المشاكل الصحية. وقال إيدلمان إن الاجتهاد يطلق هرمونات مثل الكورتيزول والأدرينالين، "وهي رسائل كيميائية تطلق ردودا فيسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، يزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

وأشار الموقع، ثانيا، أن الاجتهاد يؤدي إلى إصابة البشرة بالطفح، وحسب الدكتورة المتخصصة في طب الجلد، هوروم باتيل، فإنه كلما شعر جسمنا بتوتر شديد، شهدنا ارتفاعا في جميع مستويات الأدرينالين والكورتيزول، ما يجعلنا نتعرق أكثر. وتعمل هذه الهرمونات على تنشيط الغدد الصماء والغدد العرقية التي "تسبب جفاف الجلد بسبب فقدان الكثير من الماء بسرعة كبيرة".

التقدم العلمي يزيد فرص نجاة الأطفال الخدج

وكالات

أكدت دراسات حديثة تناولت الولايات المتحدة والسويد بشكل خاص، أن الطب حقق خطوات كبيرة من أجل زيادة فرص الأطفال الخدج في البقاء.

ويؤكد ألا إمكانية لبقاء الأطفال الخدج -الطفل المولود قبل الأسبوع السابع والثلاثين من الحمل- على قيد الحياة، سوى للمولودين في الأسبوع الثامن والعشرين من الحمل كحد أدنى، فيما الحمل الطبيعي يجب أن يمتد حتى ٤٠ أسبوعاً.

وفي الأسبوع الثامن والعشرين من الحمل، لا يتعدى وزن الجنين الكيلوغرام الواحد، غير أن هذا الحد لا يزال ينخفض بشكل مطرد منذ ذلك الحين، وتسجل حالات كثيرة لأطفال يبقون أحياء رغم أنهم ولدوا في الأسبوع ٢٤ أو ٢٣ أو ٢٢ من الحمل، بأوزان تصل إلى نصف كيلوغرام أو أقل.

وفي شباط/ فبراير، تصدر طفل ياباني عناوين الصحف، فقد بلغ وزنه ٢٦٨ غراماً عند الولادة في الأسبوع الرابع والعشرين للحمل، وخرج من المستشفى بصحة جيدة بعد خمسة أشهر من تلقيه العلاج، يقول إدوارد بيل طبيب حديثي الولادة والأساتذة في طب الأطفال في جامعة أيوا الأمريكية، "أزاول هذه المهنة منذ ٤٠ عاماً، وقد رأيت هذا الحد ينخفض أسبوعاً خلال السنوات العشر التي عملت فيها في المستشفى".

وتحمل السويد بلا شك الرقم القياسي العالمي لنجاة الأطفال الخدج، فقد نجا ٧٧ بالمئة من الأطفال المولودين في الأسابيع ٢٢ إلى ٢٦ من الحمل بين العامين ٢٠١٤ و٢٠١٦، وفق دراسة نشرتها الثلاثاء مجلة الجمعية الطبية الأمريكية (جاما). حتى أن البلاد شهدت تحسناً، فقد كانت تلك النسبة ٧٠ بالمئة بين العامين ٢٠٠٤ و٢٠٠٧.

وفي الوقت نفسه، وضعت السويد إجراءات موحدة ونظمت عملية إنعاش الأطفال الحديثي الولادة لتصبح منهجية، والان ٨٨ بالمئة من الولادات المبكرة تجرى في مستشفيات تتبع تلك التدابير.

ويقول الأستاذ في طب الأطفال والمشارك في هذه الدراسة مايكل نورمان لوكالة فرانس برس،

ساينس ديلي: هل يغذي السكر السرطان؟

وكالات

نشر موقع "ساينس ديلي" تقريراً، حول دراسة أجريت في كلية الطب التابعة لجامعة بايلور في تكساس، وكلية ويل كورنيل مديسين في نيويورك، وتم نشر هذه الدراسة في دورية "ساينس". ويشير التقرير، الذي ترجمته "عربي ٢١"، إلى أن الباحثين توصلوا إلى أن استهلاك كمية متواضعة من شراب الذرة الفضي بالسكر النباتي "فركتوز" (وهو شبيه بالسكر الذي يستخدم لتحلية الكنافة والقطائف)، ما يعادل تناول ٣٥٥ مل من مشروب محلى يومياً، أدى إلى تسريع نمو أورام في أمعاء الفئران، بمعدل عن السمنة المفرطة.

ويذكر الموقع أن فريق البحث اكتشف كيف تغذي الشربويات الحلاوة نمو السرطان، ما يشير إلى بعض الاستراتيجيات الممكنة للعلاج. وينقل التقرير عن المؤلفة المشاركة الدكتورة جيهي يون، أستاذة علم الجزيئات والجيئات الشريية في جامعة بايلور، قولها: "هناك عدد متزايد من الدراسات المبينة على الملاحظة أدت إلى الوصي بوجود علاقة بين استهلاك الشربويات الحلاوة والسمنة وخطورة الإصابة بسرطان القولون والمستقيم.. وما هو معروف الآن هو أن السكر ضار بصحته بشكل رئيسي؛ لأن استهلاك الكثير منه يؤدي إلى السمنة المفرطة، ونعلم أن السمنة المفرطة تزيد من خطر الإصابة بعدد من أنواع السرطان، بما في ذلك سرطان القولون والمستقيم، لكن ما لم تكن غير متأكدين منه هو أن كان هناك رابط مباشر بين استهلاك السكر والسرطان، ففترت أن أبحث في هذا السؤال المهم عندما كنت أجري أبحاثاً في مرحلة ما بعد الدكتوراة في مختبر الدكتور بوليس كانتلي في (كلية طب) ويل كورنيل".

ويلفت الموقع إلى أن يون وزملاؤها قاموا ابتداء بتوليد نسخة فאר في بدايات سرطان القولون، حيث أتت من طرف جين (APC)، وقالت يون، "جين APC يعد حارساً ضد سرطان القولون والمستقيم، وحذف هذا البروتين يشبه إزالة كوابح السيارة، فدونها، لا تتوقف خلايا الأمعاء عن النمو ولا تموت، وتولد المزيد من الخلايا السرطانية".

ويفيد التقرير بأنه من خلال استخدام هذا النموذج من المرض لدى الفأر فإن الفريق فحص أضرار استهلاك الماء المحلى على تطور الورم، وكان الماء المحلى يحتوي على ٢٥٪ من شراب الذرة عالي السكر المؤلف من جلوكوز وفرنكتوز بنسبة ٤٥ إلى ٥٥. ويذكر الموقع أنه عندما قام الباحثون بتوفير الماء المحلى للفئران (نموذج APC) في زجاجات، يمكن أن تشرب منها في أي وقت، زاد وزن الفئران خلال شهر واحد، وبلغت الفئران من أن تصبح مفرطة في السمنة ولحاكة تناول إنسان لعية واحدة من الشربويات الغازية يومياً، فإن الباحثين أظفوا كميات معتدلة من الماء المحلى عن طريق الحقن.

مرة في اليوم، وبعد شهرين لم يزد وزن الفئران (نموذج APC) التي كانت تعطي ماء محلى، لكنها قولها، "أوراما أكبر وبدرجة أكبر من الفئران التي أعطيت ماء عادي. ويورد التقرير عن الدكتورة يون، قولها: "إن النتائج تشير إلى أنه عندما تكون لدى الحيوانات أورام في الأمعاء في مراحلها الأولى -وهو ما قد يحصل مع الشباب سدفقة ودون انتباه- فإن استهلاك كميات صغيرة من شراب الذرة عالي الفركتوز على شكل سائل يمكنه أن يزيد من نمو الورم وتقدم مرحلته بمعدل عن السمنة الزائدة.. هناك حاجة للمزيد من البحث لترجمة هذه النتائج بواقعية للبشر، لكن ما استنتجناه من النماذج الحيوانية يشير إلى أن استهلاك المشروبات الحلاوة الدائمة يضر من الوقت الذي يحتاجه السرطان للنمو، لدى البشر عادة يأخذ الأمر ما بين ٢٠ عاماً إلى ٣٠ عاماً تنمو سرطان القولون والمستقيم من المراحل الأولى من أورام حميدة إلى

ليس شربها فقط.. رائحة القهوة والتفكير بها أيضا يجعلك يقظا

وكالات

تحسين أدائهم". وأضافت: "باختصار لا تزال الرائحة الشبيهة بالقهوة، التي لا تحتوي على الكافيين، لها تأثير وهمي مماثل لشرب القهوة".

وأوضحت "أديانا" بأنها وفريقها "أرادوا أن يروا إذا ما كان الناس يتوقعون لأنهم يعتقدون أنه ستؤدي إلى مستويات أعلى من الإنارة الفسيولوجية، وهو تأثير مرتبط تقليدياً بالابتلاع الفعلي للكافيين".

وأضافت: "تساءلنا أيضاً بعد هذه التجربة، هل من الممكن أن يكون تعزيز الجمجمة الأولى في التفكير السريع مرتبطاً بطريقة ما بملاحظة شم رائحة تشبه القهوة على مستوى ما، واعتقاد هذه المجموعة بأنها ستؤدي بشكل أفضل، في مثال كلاسيكي لتأثير الدواء الوهمي؟". وأكملت، "لهذا صمم فريقنا دراسة استقصائية للمتابعة، أجريت بين مجموعة تضم ٢٠٠ شخص، غير الذين شاركوا في الدراسة الأولى، وسألنا المشاركين عن رأيهم بروائح متعددة، وعن تأثيرها للموسم على الأداء البشري".

فجاب المشاركون عن الأسئلة بالقول، "نعقد بأننا نشعر بتحفيز فسيولوجي في الغرف العطرة من القهوة، مقارنة بالبيئات غير العطرة أو العطرة بالأزهار". وأشارت "أديانا" إلى أنه "يمكن الآن توسيع هذا العمل ليشمل مهام أخرى، مثل المهام اللفظية على سبيل المثال، لمعرفة ما إذا كان تأثير الرائحة الشبيهة برائحة القهوة يبدو وكأنه يحسن أنواعاً أخرى من التفكير". وختمت حديثها بالقول، "هذا الاستنتاج له أيضاً آثار عملية متعددة مفيدة في الأعمال التجارية للمهنيين في مكان العمل، والمهندسين المعماريين ومطوري البناء ومديري متاجر البيع بالتجزئة وغيرها".

ابتكارات طبية متقدمة في معرض لندن.. تعرف عليها

لذلك قام المتكرون بتطوير هذا النوع من البطاريات.

وأوضح الموقع أن الوحدة هي مشكلة خطيرة في جميع أنحاء العالم، وهي مصنفة ضمن العوامل المؤدية للإصابة بالعديد من الأمراض الخطيرة على غرار أمراض القلب والأوعية الدموية، لذلك ابتكر العلماء طريقة جديدة للتغلب على هذه المشكلة الصحية من خلال صنع روبوت صغير وودود يسمى "جيني كوناكت" وقد صمم هذا الروبوت بطريقة تجعل استخدامه سهلاً خاصة بالنسبة للكبار في السن. ويمكن لهذا الروبوت الصغير تنفيذ مهام المساعدين والتحدث إليك والردشة معك، وحتى مع الأطباء أو أفراد الأسرة، وقد طور المصممون هذا الروبوت الذكي ليتمكن من تذكير المستخدم بمواعيد الأدوية وحضور الاجتماعات والمناسبات المختلفة. وأورد الموقع أن "سوماك" قد يكون أحد أفضل ابتكارات سنة ٢٠١٩ في مجال الرعاية الصحية المستقبلية، ووفقاً لمبتكري "سوماك"، فإنه جهاز قادر على إزالة الأوكسجين، وإمكان المرء التنفس على هذا الجهاز لتعديل طريقة التنفس أثناء النوم. وأفاد الموقع بأن "سوماك" هو عبارة عن جهاز صغير مستطيل الشكل، يقوم المستخدم بتشفيله قبل النوم، وحسب مبتكري هذا الجهاز، فهو يساعد على التنفس بشكل أسهل والنوم بشكل أفضل، كما يزد من قدرة الجسم على التخلص من السموم أثناء النوم، واستعادة حيويته، ويأمل مبتكرو هذا الجهاز في تطويره أكثر حتى يتمكن من مساعدة الأشخاص المصابين بأمراض الجهاز التنفسي.



من طلاب إدارة الأعمال بالجامعة، كانوا مقسمين إلى مجموعتين. وأجرت المجموعة الاختبار في قاعة تملؤها رائحة القهوة منزوعة الكافيين، في حين أجرت المجموعة الأخرى والمتماثلة من الناحية الديموغرافية مع الأولى الاختبار في قاعة دون روائح. ووفقاً للدراسة كانت النتائج لافتة للنظر، حيث أحرزت المجموعة الأولى نتيجة أعلى بكثير في الاختبار. وقالت "أديانا مادزهاروف" رئيسة فريق البحث، "ليس فقط أن رائحة تشبه القهوة ساعدت أفراد المجموعة الأولى على أداء مهام تحليلية بشكل أفضل، بل أيضاً اعتقدوا وتوقعوا أيضاً أنهم سيفعلون ويقدّمون ما هو أفضل، وأثبتنا أن توقعهم هذا كان مسؤولاً جزئياً على



بالمرضى، التي تحفظ بطريقة شفافه وأمنة بفضل هذه التقنية الجديدة التي تعتمد على التشفير. ونظراً لتزايد شعبية الاستشارات عبر الإنترنت، ستساعد هذه التقنية الجديدة في التغلب على المخاوف المتعلقة بالخصوصية والأمن، وتأمّل شركة ميديكال شاين أن تصبح خدماتها في المستقبل القريب متاحة لعامة الناس. وأكد الموقع أن الفحص المبكر لسرطان عنق الرحم قد يساهم في التقليل من عدد الوفيات بشكل كبير، وقد ابتكرت شركة موبيل أون دي تي منظار مهبل يدي بالطبائية أطلقت عليه تسمية نظام إيذا، والمثير بشأن هذا المنظار أنه قادر على تصوير عنق الرحم بجودة ممتازة، ويمكن من إجراء تشخيص دقيق في أقصر وقت ممكن. وتمثّل إحدى مزايا هذا الابتكار الطبي الرئيسية في أنه نظام محمول سهل

وكالات

اعتاد البعض على شرب القهوة صباحاً، وذلك حتى يبقوا متنبهين ومتيقظين، وأيضاً سعياً منهم للبقاء نشيطين وحتى يبدؤوا يومهم بهمة أعلى ويذهب صاف، وحينما لا يشربونها كالعتاد أحياناً يتعرضون لأعراض مختلفة، منها الصداع، وأيضاً يشعرون بالدوار.

لكنهم الآن يمكنهم البقاء متيقظين دون أن يشربوها، فوفقاً لدراسة جديدة من جامعة تورنتو الكندية، فإن مجرد التفكير في القهوة، يمكن أن يجعل عقل الإنسان أكثر يقظة وانتباهاً.

ويحسب الخبر الذي نشرته صحيفة "ميرور" البريطانية، فقد عرض الباحثون في أربع مراحل منفصلة على جزء من المشاركين في الدراسة إشارات أو تلميحات ذات علاقة بالقهوة، وتم عرض إشارات أو تلميحات ذات علاقة بالمشاي على باقي المشاركين.

ووجدوا أن المشاركين الذين عُرض عليهم إشارات "تلميحات" ذات علاقة بالقهوة مثل الفئجان أو آلة صنع القهوة أو تم التلميح عنها، ينظرون إلى الوقت على أنه أقصر ويفكرون بمصطلحات أكثر دقة ووضوحاً، من أولئك الذين عُرض عليهم إشارات "تلميحات" ذات علاقة بالمشاي.

ويقول "سام ماجليو" أستاذ مساعد التسويق في قسم الإدارة بجامعة تورنتو ومؤلف مشارك في الدراسة، "غالباً ما يواجه الناس إشارات متعلقة بالقهوة أو يفكرون فيها دون تناولها فعلياً".

وتابع، "لذلك أزدنا أن نرى ما إذا كان هناك ارتباط بين القهوة واليقظة، بحيث إذا قمنا ببساطة بتعريض الناس للإشارات ذات العلاقة بالقهوة، فسوف تزداد حماسهم والمستقيم، كما لو أنهم قد شربوها بالفعل".

ويحسب الخبر الذي نشره المعهد، قام فريق البحث بإجراء اختبارات في مادة الجبر مؤلفة من عشرة أسئلة، نحو ١٠٠

وكالات

نشر موقع "أف بي ري" الروسي، تقريراً تحدث فيه عن الابتكارات الطبية المتقدمة التي عرضت في معرض لندن لسنة ٢٠١٩.

وقال الموقع في تقريره الذي ترجمته "عربي ٢١"، إن العلماء والمختصين قدموا تقنيات جديدة وقديمة تهدف إلى تطوير الأدوية، لافتاً إلى أن هذا العرض الذي يعني بالرعاية الصحية، هو حدث يقام سنوياً بالملكة المتحدة لعرض الإبداعات المتلفة بالصحة الدولية.

وقد شارك في هذا المعرض أكثر من ٣٥٠ علامة تجارية، لتقدم أبرز منتجاتها وابتكاراتها الطبية المميزة، ومن أبرز هذه الابتكارات تقنيات الكشف المبكر عن الخرف، ويعتبر مرض الزهايمر أحد أكثر أنواع الخرف شيوعاً، لكن الكشف المبكر عنه من بين التحديات الأكثر صعوبة في المجال الطبي.

وأفاد الموقع بأن شركة أكسفورد لخدمات تشخيص الدماغ تؤمن بأن تقنياتها المبتكرة قادرة على تشخيص الخرف بصفة مبكرة قبل سنوات من ظهور الأعراض الأولى، كما سيسمح هذا الابتكار للعلماء بالحصول على تفاصيل إضافية، مما يساعد في التشخيص المبكر للمرض.

وأشار الموقع إلى أن الأطباء أصبحوا خلال السنوات الأخيرة يخزنون بيانات المرضى، ما يعني أن الشبكة الطبية تحول السجلات الطبية باستخدام تكنولوجيايات التشفير، وتقوم شركة ميديكال شاين بتزويد خصائص الرعاية الصحية بالبيانات الصحية الشخصية الخاصة

وكالات

هناك إضافات طبيعية تضاف للشاي تحسن من خواصه مثل الليمون والنعنع والميربية. يُعد الشاي المشروب العالمي الثاني، وموطنه الأصلي شرق آسيا، ويُعد المشروب الرسمي لعدة دول منها بريطانيا وتركيا والهند، وللشاي فوائد عدة، فهو يعزز المناعة وأيضاً مفيد لصحة القلب وسيتقل هذا من وجود السكر في القلوبون".

ويختتم "ديلي ساينس" تقريره بالإشارة إلى أنه في الوقت الذي توجد هناك حاجة لمزيد من الدراسة للبشر، إلا أن يون وفريق البحث يأملون بأن يساعد هذا البحث على زيادة الوعي العام بالأضرار التي قد يتسبب فيها استهلاك المشروبات الحلاوة للصحّة البشرية، ويساعد على تقليل الوفيات من سرطانات القولون والمستقيم.

هل يساهم الشاي الأخضر والأحمر، في خسارة الوزن؟

أضافت: "يحتوي الشاي الأخضر أيضاً على الحمض الأميني الثريونين، الذي يحفز الناقل العصبي للدوبامين والسيروتونين وهما هرمونا السعادة".

والشرايين". وأشارت إلى أن "الدراسات وجدت أن الشاي الأخضر يُحسن القدرة العقلية، ويساهم في علاج مرض الزهايمر، ودراسات أخرى وجدت أنه يساعد في علاج أمراض اللثة". وأوضحت أن "الشاي يحتوي على البوليفينول ومضادات الأكسدة، فهو فعال في تعزيز المناعة، وأيضاً يقلل من أعراض الشيخوخة المبكرة"، مضيفة، "أيضاً يمنع التهاب المفاصل، ويحتوي على فيتامين سي وسوديوم وبوتاسيوم، بأنه يدعم الحمية الغذائية".

شطرة عن هذا التساؤل بالقول، "لا يساهم الشاي الأخضر في خفض الوزن بشكل مباشر، لكنه عامل مساعد على ذلك، فكونه مضاد للأكسدة، وأيضاً يُحسن من عملية الحرق، ويخفض من مستوى الكولسترول، وجيد لصحة القلب والشرايين، فهو بالتالي يساعد مع الحمية الغذائية في خفض الوزن". وتابعت مستديرة، "بالتأكيد، الشاي وحده لا يكفي لخسارة الوزن، بل يجب أن يترافق معه نظام غذائي صحي، بمعنى لا يمكن للشخص أن يأكل كثيراً دون حساب أو رقيق، ويريد بكل سهولة أن يخسر وزنه فقط بشربه كوباً من الشاي الأخضر، بالتأكيد هذا الأمر لن يحدث".

فوائد الشاي الأخضر وحول فوائد الشاي الأخضر قالت

شطرة عن هذا التساؤل بالقول، "لا يساهم الشاي الأخضر في خفض الوزن بشكل مباشر، لكنه عامل مساعد على ذلك، فكونه مضاد للأكسدة، وأيضاً يُحسن من عملية الحرق، ويخفض من مستوى الكولسترول، وجيد لصحة القلب والشرايين، فهو بالتالي يساعد مع الحمية الغذائية في خفض الوزن". وتابعت مستديرة، "بالتأكيد، الشاي وحده لا يكفي لخسارة الوزن، بل يجب أن يترافق معه نظام غذائي صحي، بمعنى لا يمكن للشخص أن يأكل كثيراً دون حساب أو رقيق، ويريد بكل سهولة أن يخسر وزنه فقط بشربه كوباً من الشاي الأخضر، بالتأكيد هذا الأمر لن يحدث".

فوائد الشاي الأخضر وحول فوائد الشاي الأخضر قالت

الأمير هاري وزوجته ميغان يدشنان حساباً مشتركاً عبر "إنستغرام"

وكالات

أنشأ الأمير البريطاني هاري وزوجته ميغان، اللذان ينتظران قدوم أول مولود لهما هذا الربيع، حسابهما الرسمي على "إنستغرام" يوم الثلاثاء باسم (ساكس وويال).

وكان الزوجان ينشران صورهما في الماضي عبر حساب يديره قصر كينغستون ويضم صوراً عن أنشطة أخيه الأكبر الأمير وليام وعائلته.

أثرياء في نيجيريا يطلبون بيتزا ديلفري من لندن

وكالات

قال وزير الزراعة النيجيري، أودو أوغبا، إن نيجيريين يستخدمون هواقتهم النقالة ليجلب البيتزا من لندن على متن الخطوط الجوية البريطانية "بريتيش إيرويز".

وأضاف: "هناك نيجيريون يستخدمون هواقتهم ليجلب بيتزا من لندن، إنهم يشترونها من لندن ويحضرونها على رحلات "بريتيش إيروايز في الصباح ليأخذوها من المطار".

وأضاف: "الوضع ممل حقاً، وينبغي علينا أن نتحرك بسرعة في وقف مثل هذه الأشياء".

وأشارت تصريحات أوغبا موجة سخرية على

شرطة بريطانيا تحقق في خامس حادثة طعن شمال لندن خلال أيام

وكالات

أعلنت الشرطة البريطانية، أنها تحقق في خامس واقعة طعن خلال أربعة أيام، في إحدى المناطق في شمال لندن.

وتم طعن أربعة ضحايا من الخلف، بمطلع الأسبوع في منطقة إدمونتون في شمال غرب لندن، وقال محققون إنهم يعتقدون أن الأمر ليست له صلة بالارهاب وإن مشتبهاً به واحداً ضالغ في الأمر.

وتم القبض على رجلين للاشتباه في إحاقهما ضرراً خطيراً، وما زالوا محتجزين، وقالت الشرطة عن الهجوم الخامس إنه تم العثور على رجل في الثلاثينيات من عمره مصاباً بجراحات في وقت مبكر صباح اليوم الثلاثاء وتم نقله للمستشفى وهو في

تمثال «بوذا» على طريق أبو ظبي-دبي يفجر جدلاً

وكالات

كان متحف "الوفر" قال إن تمثال "بوذا" يعود إلى القرن الحادي والثاني عشر وتم جلبه من الصين- فلطبرك- فوجين ومقيمون في الإمارات ينصب تمثال "بوذا" على الطريق السريع الواصل بين العاصمة أبو ظبي ودبي.

ووفق ناشطون وجود التمثال بشريط فيديو انتشر بشكل واسع عبر مواقع التواصل الاجتماعي. وكشفت صحيفة "الخليج تايمز" الإماراتية عن سبب نصب التمثال ثلاثي الأبعاد، الذي يصل ارتفاعه إلى عشرة أمتار.

وقالت الصحيفة إن التمثال يأتي كجزء من منحوتات متحف "الوفر"، وتم نصبه في طريق الشيخ زايد (أبو ظبي- دبي)، للفت الانتباه إلى قرب ظهوره في المتحف.

وأثار نصب التمثال جدلاً واسعاً بين المغردين عبر موقع "تويتر"، متبرين أن الإمارات تحاول نسب أي أيقونة تاريخية إليها.

وأوضح ناشطون أن الإمارات تضرب بعرض



الجانب الآراء الفقهية الإسلامية المختلفة حول نصب التماثيل، ولا تعيا بـ"استفزاز" مواطنيها. وكان متحف "الوفر" قال إن تمثال "بوذا" يعود إلى القرن الحادي والثاني عشر. وتم جلبه من الصين.

هكذا قتل «البلاستيك» أنثى حوت وأجهض حملها بإيطاليا



وكالات

اكتشفت السلطات الإيطالية ٢٢ كغم من مخلفات البلاستيك في معدة أنثى حوت عمرها ناهضة بأحد شواطئ البلاد الأسبوع الماضي.

وقال لوكا بيتا، رئيس منظمة "سيبي" الإيطالية المعنية بالحياة البحرية (غير حكومية). إن جثة أنثى الحوت تم العثور عليها ملقاة على شواطئ مدينة سردينيا، وتبين أنها من نوع حوت العنبر المهدد بالانقراض.

وأضاف: "في تصريحات لشبكة "سي إن إن" الأمريكية، الاثنين، أنهم وجدوا داخل معدة أنثى الحوت النافقة ٢٢ كغم من البلاستيك تنوعت بين أكياس القمامة وشبكات الصيد والخيوط والأنايب وغيرها.

وتابع أن أنثى الحوت، التي بلغ طولها ٨ أمتار، كانت حاملاً، وتعرضت للإجهاد قبل أن تقذفها أمواج البحر إلى الشاطئ.

وأشار بيتا إلى أن سبب نفوق أنثى الحوت سيرعف بعد ظهور نتائج الفحوصات النسيجية واسمية التي يجريها الأطباء البيطريون.

من جانبه، استنكر وزير البيئة الإيطالي،

سيرجيو كوستا، استمرار تلويث مياه البحار بالمواد البلاستيكية. وتساءل في تدوينة عبر "فيسبوك"، "هل ما يزال هناك أشخاص يقولون إن هذه ليست مشاكل مهمة؟ إنها كذلك، وهي أولوية بالنسبة لي".

وأضاف الوزير: "لقد افترنا في استخدام المواد القابلة للاستخدام مرة واحدة، خلال السنوات الأخيرة، والأن ندفع الثمن، وفي الحقيقة الحيوانات هي التي تلدهم". وأشار كوستا إلى موافقة البرلمان الأوروبي مؤخراً على قانون يحظر استخدام مجموعة واسعة من المواد البلاستيكية التي تستخدم لمرة واحدة بحلول ٢٠٢١.

وقال إن "إيطاليا ستكون واحدة من أوائل الدول التي تستنفذها القانون".

والشهر الماضي، عشر على حوت صغير ناقق في الفلبين، وفي معدته ٤٠ كغم من الأكياس البلاستيكية.

وحوت العنبر هو أحد أشهر أنواع الحيتان في العالم، وأكبر الحيتان من ذوات الأسنان، وهو النوع الوحيد الباقي من جنس العنبر، ويصنّفه "الاتحاد العالمي للحفاظ على الطبيعة" ضمن الكائنات المهددة بالانقراض بدرجة دنيا.

قاض بريطاني يثير جدلاً بتصريحات حول حقوق الرجل الجنسية



الملكة المتحدة الإصرار على ممارسة الجنس، وإن عليهم التحكم بأنفسهم. وقالت الثانية، جيس فيليبس: "هذا ليس حقاً من حقوق الإنسان".

أقرأ أيضاً: دراسة جديدة.. إليك ما هو أفضل من "الفيغرا" مع صحة أفضل وقال المسؤولون عن رعاية المرأة إنها وصلت إلى درجة لا يمكن أن تتخذ فيها قراراً إذا ما كانت تريد ممارسة الجنس أم لا. واقترح المحامون أن يطلب القاضي من الرجل عدم ممارسة الجنس معها.

وعرض الرجل على المحكمة تعهداً بعدم ممارسة الجنس مع زوجته التي تبلغ من العمر ٢٠ عاماً.

وطالب القاضي بسماع جميع وجهات النظر حول القضية، وقال إن الرجل قد يواجه السجن إذا ما انتهك التعهد بعدم ممارسة الجنس مع زوجته.

وكالات

أثار قاض بريطاني، التقادرات شديدة بعد أن صرح أن من أهم حقوق الرجل على زوجته، هو أن يمارس معها الجنس، وذلك في رد على استفسار حول إذا ما كان يستطيع الرجل ممارسة الجنس مع زوجته التي تعاني من صعوبات تعلم.

وتابع: "لا أستطيع أن أفكر في حق إنساني للرجل أكثر من الحق في ممارسة الجنس مع زوجته".

وتعليقاً على تصريحات القاضي جستن هايدن، قال النائب عن حزب العمال البريطاني، نانغام ديوبنير إن ذلك يعطي شرعية لكراهية النساء، بحسب موقع "مترو" البريطاني.

وقالت المدافعة عن حقوق النساء، كلير هوشان، إنه لا يحق للرجل في

«ثورة في نقل البضائع».. طائرات بدون طيار لتوصيل القهوة للبيت

العديد من المسائل الأمنية المتعلقة بهذا النوع من الطائرات التي ينبغي حلها قبل الاعتماد عليها كوسيلة جديدة في خدمة توصيل السلع.

علاوة على ذلك، تظهر بعض العراقيل فيما يتعلق بمجال إنفاذ القانون، حيث حظر مكتب التحقيقات الفيدرالي وعدد من الوكالات الأخرى اللوائح التنظيمية التي سبق وأن اقترحتها إدارة الطيران الفيدرالية بسبب المخاوف من استخدام الطائرات دون طيار لنهب هجمات إرهابية.

وبيّنت الصحيفة أنه بلوغ هذا الهدف المنشود، ينبغي للطائرات بدون طيار أن تتطور على نحو يجعلها تتجاوز مجرد إدراك العقبات التي تعترض طريقها. ومن المتوقع أن يقوم نظام جديد يسمى "إدارة حركة الطائرات دون طيار" الذي طورته وكالة ناسا بالتعاون مع إدارة الطيران الفيدرالية والعديد من الشركات الخاصة على غرار "وينغ"، بتنظيم رحلات الطائرات بدون طيار، والتي يبلغ الحد الأقصى المسموح به تحليقها ٤٠٠ قدم فوق سطح الأرض.

وفي الختام، أوردت الصحيفة أن هذا النظام الآلي بالكامل سيمكن من إرشاد هذه الطائرات إلى مواقعها وتقرير المسارات لبعضها البعض وإلى المحطات الأرضية، حتى تتمكن من التحليق في أمان دون التعرض للاستخدام مع بعضها أثناء عبورها للمسارات. مع ذلك، يبرز تحد آخر يتمثل في ضرورة التخفيف من الضوضاء المزعجة التي تصدرها هذه الطائرات من خلال تغيير تصميم المروحة أو مجرد تعديل الصوت لتكون أقل إزعاجاً.

الاقتراب من البشر والحق الأذى بهم جراء مراوحها الخطيرة الصاخبة. من جهة، تستخدم شركة "وينغ" نظاماً مشابهاً في ضواحي العاصمة الأسترالية، كانبيرا، حيث نجحت في تسليم أكثر من ٣ آلاف طلب دون حوادث.

وأضافت الصحيفة أن تراجع الكثافة السكانية في الضواحي يشكل خسارة كبرى بالنسبة للشركات التي تقوم بتوصيل طلبات الزبائن باستخدام السيارات. لكن، عندما يتعلق الأمر بتوصيل وجبات الطعام، فإن الطائرات بدون طيار تعتبر وسيلة أسرع بكثير من السيارات.

وفي أيسلندا، يمكن لطائرة بدون طيار واحدة القيام بعمليات توصيل للسلع خلال ساعة أكثر من تلك التي تقوم بها ثلاث سيارات مجتمعة، كما يمكن لشخص واحد أن يشرف على تسير أكثر من ١٠ طائرات دون طيار في الآن ذاته. ومن المتوقع أن تتمكن شركة "أها" من توصيل طلبات لأكثر من ألف منزل في أيسلندا بحلول حزيران/ يونيو، نظراً لكون اللوائح التنظيمية الجديدة تسمح لها بزيادة نطاق خدماتها.

وأوضحت الصحيفة أن المسائل القانونية تشكل في الوقت الحالي العوائق الأساسية التي تحول دون الاعتماد على هذه التكنولوجيا المتطورة لتوصيل الطلبات. وفي هذا الصدد، قال المتحدث باسم إدارة الطيران الفيدرالية الأمريكية أن استخدام الطائرات بدون طيار يتطلب وضع الكثير من القواعد والقيام بالعديد من الاختبارات والتوصيل إلى اتفاقيات بشأن المعايير. وأضاف المتحدث أن هناك

لم تلق رواجاً كبيراً آنذاك. وإلى حد الآن، لم توضع أمازون أي تفاصيل عن برنامجها المتعلق بهذه التكنولوجيا الجديدة في مجال توصيل الطلبات.

وذكرت الصحيفة أنه على مدى خمس سنوات، تطورت هذه الطائرات تصبح أكبر وأسرع وأكثر قوة، كما أنها أقل عرضة للتحطم. فضلاً عن ذلك، أضحت هذه الطائرات تتمتع بقدرات مميزة تتمثل في رصد الأشياء والنجاح في تقادي الاصطدام بها.

وأضافت الصحيفة بأن الشركة الأيسلندية تعتمد في نظام التوصيل على مسارات محددة مسبقاً وتكون خالية من العوائق كالأشجار وأسلاك الكهرباء وغيرها. حيث حملت شركة "أها" على رخصة للاستخدام التجاري لهذا النوع من الطائرات نظراً للبيئة الجغرافية للبلاد، إذ أن هناك الكثير من المناطق غير المأهولة بالسكان.

وحيال هذا الشأن، أوضح المؤسس المشارك والرئيس التنفيذي للشركة، مارون كريستوفرسون، أن "كل شيء تواجهه الطائرة بدون طيار خلال تحليقها، على غرار الطرق والمباني وما شابه ذلك، قد وُضع ضمن نموذج جغرافي يقيم المخاطر التي من المحتمل أن يتعرض لها الأشخاص في حال تحطمت طائرة دون طيار يبلغ وزنها ٣٤ رطلًا.

في السياق ذاته، ذكرت شركة "فلاتريكس" أن طائراتها قادرة على حمل طرود يبلغ وزنها ٥ رطلات والتحليق على مستوى منخفض يتراوح بين ٦٥ و١٠٠ قدم دون الحاجة إلى الهبوط أو

وكالات

نشرت صحيفة "وول ستريت جورنال" الأمريكية تقريراً تطرقت فيه إلى فوائد نقل البضائع بواسطة الطائرات بدون طيار التي أصبحت العديد من الشركات تعتمد عليها لقدرتها على الطيران في مناطق العمرا والوصول إلى وجهتها بسهولة.

وقالت الصحيفة في تقريرها الذي ترجمته "عربي٢١"، إن العديد من الشركات أصبحت تستخدم الطائرات بدون طيار لنقل البضائع خفيفة الوزن، وهو ما يهدد لعصر جديد في عالم النقل السريع للبضائع.

وعلى سبيل المثال، استخدمت الشركة الأيسلندية الناشئة "أها" مؤخرًا الطائرات بدون طيار بهدف توصيل الطلبات بمختلف أنواعها للزبائن. فضلاً عن ذلك، باتت شركة "وينغ" تعتمد هي الأخرى على هذه التكنولوجيا لتوصيل القهوة وغيرها من السلع إلى زبائنها في مدينة كانبيرا الأسترالية.

وأشارت الصحيفة إلى أن الطائرات بدون طيار تواجه تحديات كبرى نظراً لكونها تعجز عن القيام بالمهام المكلفة بها في المناطق العمرانية لا سيما في ظل ازدحام حركة المرور، ناهيك عن عدم وجود مناطق ملائمة لهبوط هذه الطائرات، وهو السبب الذي دفع مطوريها إلى التركيز على الضواحي في الوقت الحالي.

الجدير بالذكر أن بعض الشركات الضخمة، على غرار شركة أمازون، سعت إلى إدخال طائرات بدون طيار ضمن فريق عملها منذ سنة ٢٠١٣، إلا أن هذه الفكرة

مقتل أثرى نساء روسيا بتحطم طائرة في ألمانيا

٣١ آذار/مارس ٢٠١٩، قضت ناتاليا فيليبيا مالكة الأسهم في شركة الطيران الحقل نحو الساعة ١٣.٣٠ ت.غ، وفق طائرة أيبك-أل تي خاصة في مطار قرب فرانكفورت، أسباب المأساة لم تعرف حتى الآن.

واعتبرت زوج فيليبيا رئيس شركة "أس ٧" فلاديسلاف فيليف، رابع أثري شخص في روسيا بحسب تصنيف فوربس لعام ٢٠١٨ بثروة تقدر بـ٦٠٠ مليون دولار.

وقالت الشركة الروسية في بيان "في

وقالت شركة الطيران الروسية الخاصة "أس ٧" في بيان، إن ناتاليا فيليبيا التي تشارك في ملكية الشركة، قتلت في الحادث. كما أدى اصطدام سيارة شرطة كانت متوجهة بسرعة إلى مكان الحادث بسيارة أخرى، إلى مقتل شخصين وإصابة ثلاثة رجال شرطة بجروح خطيرة، وفق وكالة الأنباء الألمانية.

وسقطت الطائرة المنكوبة ذات السنته

مقاعد خلال تحليقها من فرنسا إلى بلدة إغيلزباخ جنوب فرانكفورت. في أحد الحقل نحو الساعة ١٣.٣٠ ت.غ، وفق طائرة أيبك-أل تي خاصة في مطار قرب فرانكفورت، أسباب المأساة لم تعرف حتى الآن.

واعتبرت زوج فيليبيا رئيس شركة "أس ٧" فلاديسلاف فيليف، رابع أثري شخص في روسيا بحسب تصنيف فوربس لعام ٢٠١٨ بثروة تقدر بـ٦٠٠ مليون دولار.

وقالت الشركة الروسية في بيان "في

وكالات

سقطت الطائرة المنكوبة ذات السنته مقاعد خلال تحليقها من فرنسا إلى بلدة إغيلزباخ جنوب فرانكفورت- تويتر أعلنت الشرطة الألمانية مقتل ثلاثة أشخاص كانوا على متن طائرة ركاب صربية تحطمت الأحد في ألمانيا، بينما قالت شركة طيران روسية إن من بين الضحايا إحدى مالقاتها التي تعد من أثري نساء روسيا.

هكذا يخطط علماء ليعيش الإنسان ألف سنة

وبالاعتماد على الخلايا الجذعية، يأمل إسبري في إعطاء عملية الشيخوخة وإطالة حياته. علاوة على ذلك، يستهلك إسبري حوالي ١٠٠ نوع من المكملات الغذائية يوميًا، كما أن منزله الواقع في كولومبيا مجهز بمراقب خاصة مثل غرفة أكسجين عالي الضغط، وجهاز تحفيز العضلات، وأفاد الموقع بأن لاري إيلسون، المدير التنفيذي لشركة أوراكل، ويريد العيش لفترة أطول. وفي هذا الإطار، يسعى بعض العلماء لتطوير عمليات زرع الشرايين الإلكترونية في الدماغ. ويتقد رجل الأعمال الأمريكي إيلسون أنه إذا لم يصبح الناس آليين، فإن الكفاءة الاصطناعية سيهزم البشرية. وبمساعدة التكنولوجيات الحديثة، سيتمكن الناس من العيش أطول وقت ممكن. وأوضح الموقع أن العديد من العلماء يشكون في فكرة الشباب الأبدية، بل يعارض البعض منهم أي جهود قد تؤدي إلى عكس عملية الشيخوخة. وفي مقال له، أكد ريتشارد ميلر، الأستاذ في جامعة ميشيغان، أنه من غير المحتمل تحقيق هذه الأفكار، حتى أنها لا تستحق الذكر في المجتمع العلمي. فهل مر التاريخ، عاش العديد من الأشخاص عمراً طويلاً لم يتجاوز ١٢٠ سنة. كما أشار ميلر إلى أن أحدث التطورات التكنولوجية لا يمكن أن تؤثر على هذه

خطة عمل ملموسة لتحقيق ذلك. ولكن يعلم الباحثون في مجال الطب في جامعة هارفارد من أين عليهم البدء. وتجدر الإشارة إلى أن عمر الإنسان ينخفض بانخفاض عدد الأوعية الدموية في العضلات، ما يؤدي إلى التهرؤ التدريجي للأعضاء الحيوية.

وأوضح الموقع أن باحثين في جامعة هارفارد قاموا في سنة ٢٠١٨ بتقديفة الفئران بمادة كيميائية تؤثر على نمو الأوعية الدموية، ونتيجة لذلك، تبين أن القوة البدنية للقرود المتقدمة في السن زادت بنسبة ٤٦ بالمئة حتى الآن. ويعمل العلماء على تطوير أدوية قادرة على إعطاء عملية الشيخوخة، علماً أن هذه الأدوية تؤثر على الدماغ، وهو أمر يمكن أن يحد من نموها. وفي مقال له، أكد ريتشارد ميلر، الأستاذ في جامعة ميشيغان، أنه من غير المحتمل تحقيق هذه الأفكار، حتى أنها لا تستحق الذكر في المجتمع العلمي. فهل مر التاريخ، عاش العديد من الأشخاص عمراً طويلاً لم يتجاوز ١٢٠ سنة. كما أشار ميلر إلى أن أحدث التطورات التكنولوجية لا يمكن أن تؤثر على هذه

خطة عمل ملموسة لتحقيق ذلك. ولكن يعلم الباحثون في مجال الطب في جامعة هارفارد من أين عليهم البدء. وتجدر الإشارة إلى أن عمر الإنسان ينخفض بانخفاض عدد الأوعية الدموية في العضلات، ما يؤدي إلى التهرؤ التدريجي للأعضاء الحيوية.

وأوضح الموقع أن باحثين في جامعة هارفارد قاموا في سنة ٢٠١٨ بتقديفة الفئران بمادة كيميائية تؤثر على نمو الأوعية الدموية، ونتيجة لذلك، تبين أن القوة البدنية للقرود المتقدمة في السن زادت بنسبة ٤٦ بالمئة حتى الآن. ويعمل العلماء على تطوير أدوية قادرة على إعطاء عملية الشيخوخة، علماً أن هذه الأدوية تؤثر على الدماغ، وهو أمر يمكن أن يحد من نموها. وفي مقال له، أكد ريتشارد ميلر، الأستاذ في جامعة ميشيغان، أنه من غير المحتمل تحقيق هذه الأفكار، حتى أنها لا تستحق الذكر في المجتمع العلمي. فهل مر التاريخ، عاش العديد من الأشخاص عمراً طويلاً لم يتجاوز ١٢٠ سنة. كما أشار ميلر إلى أن أحدث التطورات التكنولوجية لا يمكن أن تؤثر على هذه

وكالات

نشر موقع "آف بي. بي. ري" الروسي تقريراً، تحدث فيه عن اعتقاد العلماء بأنه يمكن للعالم أن يصبح قادراً على كسر الخصائص الوراثية للإنسان، من أجل تمديد حياته لمدة قرن على الأقل.

وقال الموقع: "في تقريره الذي قُرب من الشباب الدائم ضرباً من ضربو الخيال. ولكن العلماء مقتنعون بإمكانية تحقيق هذا الحلم بمساعدة الهندسة الجينية، ليصبح علاج الشيخوخة مثل علاج أي مرض آخر.

وأكد الموقع أن العلماء يعتقدون أن الإنسان في المستقبل سيكون قادراً على مضاعفة عمره الافتراضي، ويصر العالم تشارلز دي غري على أن عمر الإنسان يمكن أن يصل إلى ١٠٠٠ سنة. وقدم الطبيب والممول الكوري جون يون مليون دولار لأي شخص بإمكانه أن يعيد نظام القلب والأوعية الدموية من حيوانات متقدمة في السن بنسبة ٥٠ بالمئة على الأقل إلى حالة الشباب.

ويعتقد هذا الطبيب أن معدل الوفيات في سن العشرين يساوي ١٠٠٠ في المئة، لذلك إذا استطاع العلماء الحفاظ على هذه الأرقام طوال الحياة، فإن متوسط عمر الإنسان قد يصل إلى ١٠٠٠ سنة.

وأشار الموقع إلى أن العلماء لم يحددوا

في دوري كرة القدم للمحترفين الجولة الرابعة بين تصحيح المسار وتأكيده الانتصار



وكالات
بين تصحيح المسار وتأكيده الانتصار، تتطلع الضرق إلى تحقيق طموحاتها في الجولة الرابعة لبطولة دوري المحترفين الأردني، التي تنطلق اليوم الجمعة.

وكانت الجولة الماضية قد شهدت انفراد الوحدات بالصدارة، بالعلامة الكاملة، بينما تباينت نتائج باقي الفرق.

يستعرض كوورة، المباريات الـ ٦ في الجولة الرابعة،

الرمثا × معان
يلتقي اليوم الجمعة فريق الرمثا نظيره معان على ستاد عمان الدولي، في مواجهة يتطلع فيها الطرفان لاستعادة نفمة الفوز. وكان يفترض أن تقام المباراة على ستاد الحسن، لكن تم نقلها، بسبب سوء أرضية الملعب.

ويتطلع الرمثا إلى نفض غبار الخسارة الماضية التي تعرض لها أمام السلط ١-٠، وشهدت حالتها طرد بصرفه، حيث سيغيب عنه نجميه حمزة الدردور ومحمد وائل الزعبي.

ويدخل الرمثا المباراة في رصيده ٤ نقاط، حيث تدوق كافة النتائج تعادل وفاز وخسر، وسيجتهد من أجل تصحيح المسار واستعادة الانتصار.

ويسعى معان بدوره لإثبات نفسه مجدداً بأول مشاركة تاريخية له في السابغة، حيث كان تجرع مرارة الخسارة الأولى في الجولة الماضية أمام الوحدات ٤-٠.

ويدرك معان أنه سيواجه منافساً يبيح عن التعويض، وبالتالي سيتعامل مع مباريات

اللقاء بحذر وتركيز شديد.

يمتلك معان ٦ نقاط، حيث فاز في أول جولتين على السلط وشباب العقبة قبل أن يخسر أمام الوحدات.

شباب الأردن × السلط
سجل شباب الأردن والسلط في الجولة الماضية انتصارهما الأول في البطولة، ويطمعان في مواصلة البحث عن النقاط الثلاث، عندما يلتقيان غداً الجمعة على ستاد الملك عبد الله الثاني بالقويسمة.

وتبدو موازين القوى متكافئة، إذ يتساويان أيضاً بالرصيد النقطة فلكل منهما ٣ نقاط، وأصبحت الحالة المعنوية لديهما جيدة، مما ينبئ بمواجهة مثيرة وقوية.

الحسين إريد × الأهلي
يواجه الحسين إريد نظيره الأهلي، السبت، على ستاد عمان الدولي، بعدما تم نقلها من ستاد الحسن بإربيد.

وقدم الحسين إريد أداء ملفتاً بالجولة الماضية، حيث تعادل مع الفيصلي ١-١، ويأمل في الفوز لتعزيز رصيده البالغ ٥ نقاط.

أما الأهلي فيمر بظروف صعبة للغاية، حيث لم يتدوق حلوة الفوز حتى الآن، بينما تلقت شبابه عدداً كبيراً من الأهداف، لذلك فإنه سيقاوم من أجل تحقيق نتيجة إيجابية.

شباب × الفيصلي
يستقبل شباب نظيره الفيصلي على ستاد الملك عبد الله الثاني بالقويسمة، مساء السبت.

ويمر شباب بظروف صعبة بعد استقالة مديره الفني أسامة قاسم، في حين تتزايد الضغوط على الفيصلي بعد تعادله الأخير أمام الحسين إريد في الجولة الماضية.

ويملك شباب ٣ نقاط من فوزه على العقبة ١-٢، لكنه يعاني من غيابات مؤثرة سواء على صعيد الأجنبي أو المحليين، بعد إصابة سمير رجا وأحمد العيساوي.

وإن يرضى الفيصلي بفير الفوز ليبقى في دائرة المنافسة، سيدخل المباراة وفي رصيده ٥ نقاط حصدهم من تعادلين وفوز وحيد.

شباب العقبة × الوحدات
يقف الوحدات "المتصدر" أمام اختبار صعب، السبت، عندما يواجه شباب العقبة على ملعب الأمير محمد بالزرقاء، ذو الأرضية الاصطناعية.

ويأمل الوحدات في تثبيت صدارته من أجل استرداد اللقب، لكنه يدرك صعوبة المباراة، في مواجهة فريق متعش للفوز. ويتربع الوحدات على الصدارة بـ ٩ نقاط، جمعها من ٣ انتصارات، ويبقى رصيده العقبة فارغاً بعد خسارته في الجولات الـ ٣ الماضية.

الجزيرة × الصريح
يستضيف الجزيرة نظيره الصريح، الأحد المقبل على ستاد الملك عبد الله الثاني بالقويسمة.

ويمر الفريقان بحالة معنوية وفنية مرتفعة، بعدما حققا الفوز في الجولة الماضية.

ولم يتعرض الجزيرة لأي خسارة، حيث يقبع في المركز الثاني (٧ نقاط)، ويتطلع لخطف الصدارة.

بدروره، يتطلع الصريح لانتصار جديد يقربه من مقدمة الجدول، بعدما حقق فوزاً قاتلاً في الجولة الماضية، على حساب ١-٠، تقدم به للمركز الثالث بـ ٦ نقاط.

برناردو: وداع ليفربول والريال لن يسهل دوري الأبطال

واستمر سيلفا، "أحب أن أكون في مانشستر سيتي، عندما وصلت، كنت محظوظاً لأنني محاط بمجموعة رائعة من اللاعبين والموظفين، كما رحب بي المشجعون بطريقة رائعة، لذا أشعر أنني في منزلي الآن..

وعن العمل مع بيب جوارديولا، قال، "جوارديولا أحد أفضل المدربين في العالم، بالنسبة لي، كان من دواعي الشرف والسرور أن أعمل تحت قيادته كل يوم على مدى السنوات الثلاث الماضية..

وأتم، "عدد الألقاب التي فزنا بها في المواسم الثلاثة الماضية، يظهر مدى نجاحه خلال فترة وجوده هنا، أنا فخور جداً بأن أكون جزءاً من فريقه".

وستقوم بإدراج أسمائنا في تاريخ النادي.. وعن مواجهة ليون قال، "يوفنتوس خرج من ليون، وشاهدنا الكثير من المفاجآت في المنافسة على مدى السنوات الماضية، مثلما عندما خسرنا أمام توتنهام..

وزاد سيلفا، "من الصعب جداً توقع نتيجة المباريات، حقيقة خروج ليفربول وريال مدريد لن يجعل طريقنا أسهل، هذا سيكون فكرة خاطئة، يجب أن نبدأ كل مباراة وأن نكون مركزين للغاية، ومدركين أن كل لقاء سيكون صعباً للغاية..

وأردف، "جميع الفرق في لشبونة هنا لأنها تستحق ذلك، نحن بحاجة إلى أن نكون في أفضل مستوياتنا للفوز بالمباريات ومحاوله الوصول إلى النهائي..

لللاعبين والنادي، سيكون الفوز بها ميمراً جداً.. وأضاف، "بالنسبة لي، أكثر من ذلك، لأنها مدينتي وهذا دافع إضافي للقتال من أجل كأس هنا في لشبونة، تلعب في كل مسابقة للفوز، وتحاول تقديم أفضل ما لدينا..

وتابع برناردو، "هذا هو اللقب الوحيد الذي لم نغز به مع مانشستر سيتي، هناك دافع إضافي لتقديم أفضل ما لدينا ومحاوله الذهاب إلى أبعد نقطة ممكنة..

وأكمل، "إنه هدف للنادي والجمهور والموظفين والجميع، إذا تمكننا من القيام بذلك هذا العام، فستكون لحظة فخر

وكالات
أكد البرتغالي برناردو سيلفا، نجم مانشستر سيتي، أن فريقه يضع أمام عينه تحقيق لقب دوري أبطال أوروبا هذا الموسم، مشيراً في الوقت ذاته إلى سعادته بالتواجد مع فريقه الحالي.

وسيواجه مانشستر سيتي نظيره أولمبيك ليون، مساء السبت المقبل، في ختام مباريات الدور ربع النهائي لدوري أبطال أوروبا.

وقال سيلفا في تصريحات نقلتها صحيفة "ميرور" البريطانية، "لم يفز مانشستر سيتي بهذه المسابقة، ولم يفز بها معظم لاعبيها بعد، فيهما أنا، بالطبع، الفوز بهذه المسابقة كان دائماً هدفاً

المنتخب الوطني يعدل خطة الاعداد بعد تأجيل التصفيات

وكالات
أعلن المنتخب الوطني لكرة القدم، إجراء تعديلات على خطة الاعداد، بعد إعلان الاتحاد الآسيوي، تأجيل التصفيات الآسيوية المؤهلة لنهائيات كأس العالم التي تقام عام ٢٠٢٢.

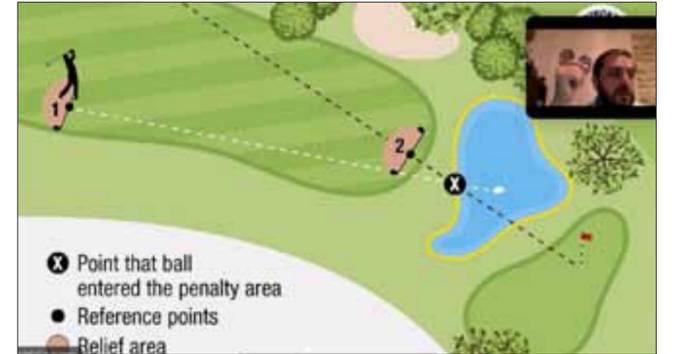
وكان المنتخب الوطني أعد خطة، تتضمن مباريات ودية ومسكرات خارجية، استعداداً للقاء منتخب الكوييت يوم ١٣ تشرين الأول المقبل، ومنتخبي نيبال وإستراليا يومي ١٢ و ١٧ تشرين الثاني المقبل، بإطار التصفيات الآسيوية المؤهلة لمونديال قطر.

وأكد المدير الإداري للمنتخب الوطني أسامة طلال بتصريح لـ(بتر)، الخميس، أن تعديلا

جوهريا سيصيب برنامج اعداد المنتخب، في ظل التطورات التي طرأت على مواعيد التصفيات التي تم تأجيلها حتى العام المقبل، لافتاً الى ان خطة اعداد المنتخب، كانت تتضمن مسكرات خارجية، ومباريات ودية كان أولها مع منتخب الامارات في الرابع من الشهر المقبل.

واضاف ان تأجيل التصفيات فرض على المنتخب الوطني اجراء تعديلات على الخطة بسبب الوضع الوبائي، الأمر الذي يدفعنا لإعادة النظر بخطة الاعداد، وادخال تعديلات عليها وفقا للتطورات، مشيراً إلى صعوبة وضع خطة اعداد طويلة في هذه الظروف، ما يدفع المنتخب لوضع خطط قصيرة وشهرية وفق التطورات الوبائية.

أردني يشرف على أول دورة تحكيم للغولف في الوطن العربي



وكالات
أشرف رئيس الاتحاد الأردني للغولف هاني العبدالات، على أول دورة تحكيم تعقد على مستوى الوطن العربي، بمشاركة ٤٠ شخصاً يمثلون مختلف الدول العربية. الدورة التي اختتمت أمس، جاءت بتنظيم من الاتحاد العربي للغولف وبإشراف مباشر من الخبير الدولي الأردني هاني العبدالات الذي يشغل أيضاً منصب رئيس لجنة الحكام العرب.

وأشار نائب رئيس اتحاد الغولف ناصر الشوملي في تصريح لـ(بتر) الخميس، الى أن الدورة أقيمت عن بعد وعبر تطبيق (زووم)، وسط تفاعل كبير من المشتركين، حيث اشتملت على محاضرات عن القانون الدولي للعبة وأبرز التعديلات التي طرأت عليه.

وقال الشوملي إن أسرة الاتحاد الأردني للغولف، تشعر بالفخر والاعتزاز بوجود خبير أردني يشكل إضافة لرياضة الغولف محلياً وعربياً ودولياً، مشيراً إلى سعي الاتحاد لتأهيل كوادر تحكيمية أردنية، من خلال البدء في تدريب أول ٥ حكام أردنيين في تاريخ الجولف الأردنية. يشار إلى أن العبدالات يعتبر العربي الوحيد الحاصل على الشارة الدولية، التي تخوله منح شهادات مصدقة من الاتحاد الدولي للعبة.

المشركين، حيث اشتملت على محاضرات عن القانون الدولي للعبة وأبرز التعديلات التي طرأت عليه.

وقال الشوملي إن أسرة الاتحاد الأردني للغولف، تشعر بالفخر والاعتزاز بوجود خبير أردني يشكل إضافة لرياضة الغولف محلياً وعربياً ودولياً، مشيراً إلى سعي الاتحاد لتأهيل كوادر تحكيمية أردنية، من خلال البدء في تدريب أول ٥ حكام أردنيين في تاريخ الجولف الأردنية. يشار إلى أن العبدالات يعتبر العربي الوحيد الحاصل على الشارة الدولية، التي تخوله منح شهادات مصدقة من الاتحاد الدولي للعبة.

تشافي يرفض برشلونة مجدداً.. وينصح بإسعاد ميسي

برشلونة. وقال المدرب الإسباني، "ميسي يحتاج برشلونة، وبرشلونة يحتاج ميسي، عليهم أن يجعلوه سعيداً، لأنهم مع ليو سيفغوزون بمزيد من الألقاب..

وزاد، "تجمعني به صداقة كبيرة، وأنا أحترمه كثيراً، إنه مثل الوحش، يريد الفوز دائماً، و١٠ سنوات كان أفضل لاعب كرة قدم في العالم..

وختم، "أأمل أن نلتقي مرة أخرى على المستوى المهني، امتلاك أفضل لاعب في التاريخ في فريقك يمنحك دائماً الأفضلية للفوز".

الخبرات وتحدي نفسي، وبالطبع سيكون من الرائع بالنسبة لي تدريب برشلونة يوماً ما، مع فريق الأحلام، مع جوزدي كرويف وكارليس بويلول وبعض اللاعبين الحاليين..

وأردف، "أرغب في تكوين فريق من الأشخاص المناسبين الذين يعرفون النادي جيداً، والأشخاص الذين أثق بهم والذين ينتمون لي..

ميسي وبرشلونة في الوقت ذاته، تحدث تشافي عن مستقبل زميله السابق ليونيل ميسي، وما يتردد حول احتمالية رحيله عن

الضيف، "لا اعتقد أنه الآن.. لا.. وقت غير مناسب وأضاف، "هناك ضوضاء خارجية، ومشاكل رياضية إضافية، الظروف لا تسمح حالياً..

وتابع تشافي، "في يناير/كانون ثان الماضي، أخبرتهم أن الوقت غير مناسب، والان لم يتصلوا بي، أتمنى لهم الأفضل..

وأكد، "أحترم كيكي سيتين كثيراً، فلهديه طريقة لعب مشابهة جداً لما يحتاجه برشلونة، لو ساعدته النتائج، سيبقى..

وواصل، "أنا سعيد لمواصلة اكتساب

وكالات
ما زال تشافي هرنانديز، أسطورة برشلونة، والمدير الفني للسد القطري، يرى أن الوقت الحالي غير مناسب لتولي القيادة الفنية للفريق الكتالوني.

وحاول برشلونة التعاقد مع تشافي في يناير/كانون ثان الماضي، لتولي المهمة خلفاً لارستوفا ألفريدو، إلا أن مدرب السد رفض قيادة الفريق في منتصف الموسم، وفضل بدء المشروع من البداية.

وقال تشافي في تصريحات نقلتها صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، رداً على إمكانية توليه قيادة البرسا هذا

تأخر الاتحاد الأردني في حسم اعتراض الرمثا يثير التساؤلات



وكالات
تأخر الاتحاد الأردني لكرة القدم في إصدار قراراته حول الأحداث التي شهدتها مباراة الرمثا والسلط في الجولة الثالثة لدوري المحترفين، وهو ما أثار التساؤلات لدى المتابعين.

وعلم موقع كوورة من مصدر خاص أن إصدار القرار تأخر فعلاً، بعدما تم الاستماع لرأي كافة الأطراف في الأحداث ونتج عنها طرد لاعبي الرمثا حمزة الدردور ومحمد وائل الزعبي في غضون "٢٥" ثانية.

وما يزال النقاش دائراً حول ما حملته تقرير الحكم من معلومات دفعته لطرد اللاعبين الدردور والزعبي.

وأوضح المصدر أن القرار قد يصدر مساء الخميس وقبل الجولة الرابعة من المسابقة والتي ستطلق غداً الجمعة، وقد يكون القرار قابلاً للاستئناف.

وكان الرمثا الذي خسر أمام السلط "١-٠"، قد تقدم باعتراض رسمي على قرارات حكم المباراة، وأبرزها ضربة الجزاء التي احتسبت للفريق المنافس، إلى جانب طرد اللاعبين الدردور والزعبي في غضون "٢٥" ثانية.

ويفتتح الرمثا اليوم الجمعة لقاءات الجولة الرابعة بمواجهة معان على ستاد عمان الدولي.

وكالات
بسبب عدم اقتناعه بالمشروع، أو الظروف التي سيشغل فيها منصب المدير الفني للفريق الكتالوني.

وسبق أن صرح فينجر في وقت سابق برغبته في العودة للتدريب قائلاً، "كل يوم، أريد أن أدرب، لقد كنت أفعل هذا طوال حياتي، لكنني لن أقوم بالكثير من القتال، عمري ٧٠ سنة، لقد قدمت الكثير، الآن أعب الرويت الروسية قليلاً..

وأضاف، "كنت أشم رائحة العشب كل صباح واليوم أنا متواجد في الأماكن الملائمة بالإدارة والكتائب، لذا من الواضح أنني أشعر بقليل من التظلم هناك..

وأتم، "نعم، أريد أن أقول بصراحة، أتمنى العودة لمجال التدريب".

وكالات
كشف تقرير صحفي فرنسي، الخميس، أن نادي برشلونة عرض على المدرب الفرنسي المخضرم أرسين فينجر، تولي منصب المدير الفني.

ورحل فينجر عن أرسنال في ٢٠١٨، بعد أكثر من عقدين في تدريب الفريق، ومنذ ذلك الحين لم يتول قيادة أي فريق، قبل أن يشغل حالياً منصباً إدارياً في الاتحاد الدولي لكرة القدم "فيفا".

وبحسب موقع Le10Sport، الفرنسي، تلقى فينجر العديد من العروض المهمة في الأشهر الأخيرة، لعل أبرزها من برشلونة الذي يبحث عن مدرب جديد للموسم المقبل، حال فشل كيكي سيتين في التوقيع بدوري الأبطال.

ورغم ذلك، فإن فينجر رفض عرض برشلونة

كورونا يعصف بتركيا وتقرر الدراسة عن بعد



وتخشى السلطات التركية اتساع نطاق تفشي فيروس كورونا المستجد، مع ارتفاع عدد الإصابات اليومية به من ٩٠٠ إلى ٢٤٣,١٨٠ إصابة و٥٨٧٣ وفاة أسبوعاً. وسجلت تركيا في الإجمال ١٩,٠٠٠ وفاة و١٩,٠٠٠ إصابة حتى الآن. وفق أرقام رسمية نشرت الثلاثاء، لكن المراقبون يشككون بصحة الأرقام.

إسرائيل تحبط محاولة قرصنة صناعاتها الدفاعية

إمدادات المياه، والذي يُنسب على نطاق واسع إلى إيران. ويعتقد أن إسرائيل ردت بعد أسبوعين بهجوم إلكتروني على ميناء إيراني. خاضت إسرائيل وإيران سنوات من المعارك السرية التي شملت عمليات قرصنة عالية التقنية. وكان أكثر تلك العمليات شهرة برنامج فيروس الحاسوب المسمى "ستاكنست" والذي يعتقد أن وكالتي الاستخبارات الأميركية والإسرائيلية أطلقاه لتعطيل برنامج إيران النووي.

فرض عقوبات على منظمة "لازاروس" في سبتمبر الماضي، قائلة إنها خاضعة لسيطرة حكومة كوريا الشمالية. وقالت إن منظمة "لازاروس" كانت وراء فيروس "وانا كراي" المدمر، الذي أدى إلى توقف ٣٠٠ ألف جهاز كمبيوتر في ١٥٠ دولة في عام ٢٠١٧ والهجوم الإلكتروني المدمر ضد شركة "سوني بيكتشرز التريتينمنت" في عام ٢٠١٤. وقالت إسرائيل إنها أحبطت هجوماً إلكترونياً كبيراً في وقت سابق من هذا العام استهدف البنية التحتية لشبكة

موظفين في شركات دفاع إسرائيلية كبرى في محاولة للوصول إلى أجهزة الكمبيوتر والشبكات لسرقة معلومات حساسة. وتقول الوزارة إن الهجمات تم اكتشافها بسرعة وتم إحباطها. وأكدت أنه لم يقع "ضرر أو تعطيل" للشبكات المستهدفة. وأضافت الوزارة أن منظمة "لازاروس" مدعومة من دولة أجنبية، دون الخوض في التفاصيل، ولم ترد على الفور على طلب مزيد من التعليقات. وأعلنت وزارة الخزانة الأميركية

أعلنت إسرائيل أنها أحبطت هجوماً إلكترونياً استهدف صناعاتها الدفاعية من منظمة غامضة ربطتها الولايات المتحدة بكوريا الشمالية. وذكرت وزارة الدفاع الإسرائيلية أن قرصنة من منظمة "لازاروس" أنشأت ملفات شخصية مزيفة على شبكة "بينكد إن" الاجتماعية وتظاهروا بأنهم رؤساء تنفيذيون ومسؤولون كبار في شركات دولية. ثم عرض القرصنة فرص عمل على

اليونان تنقل خلاف المتوسط مع تركيا إلى واشنطن

سيادتها.. ويخصص الاجتماع الاستثنائي لوزراء خارجية الاتحاد الأوروبي، يوم الجمعة، للانتخابات الرئاسية في بيلاروس لكن أيضا للعلاقات مع تركيا والوضع في لبنان. وفي إشارة إلى أن التوتر الحالي قد يتفاقم، قال وزير الخارجية التركي مولود تشاوش أوغلو، الثلاثاء، إن بلاده ستكثف عمليات البحث عن مصادر الطاقة في شرق المتوسط ولن "تتنازل" عن حقوقها. وسيعضى يومين في تشيكيا قبل أن يتوجه إلى سلوفينيا والنمسا ثم بولندا التي تستضيف بعض الجنود الأميركيين الذين سيغادرون ألمانيا.

مبلا بحريا جنوب جزيرة كاستيلوريزو اليونانية، أي على الجرف القاري اليوناني وهو ما يشكل "انتهاكا" للحدود البحرية. كما أن الأسطول البحري اليوناني موجود في المنطقة "مراقبة" الأنشطة التركية بحسب مصدر في وزارة الدفاع والثلاثاء، طلب دبلوماسي من مجلس الشؤون الخارجية في الاتحاد الأوروبي عقد اجتماع طارئ لمناقشة "استفزاز تركيا المتصاعد". وتابع أنه على أنقرة إخراج السفينة "عروج ريس" فوراً من المياه اليونانية. وقال دبلوماسي "نحضر تركيا على الخروج فوراً من الجرف القاري اليوناني" مضيفاً "نوضح أن اليونان ستدافع عن

أبرزها الصين وتقنية الجيل الخامس (5G). ومن المقرر أن يشترك نيكوس ديندياس، يوم الجمعة، من فيينا في الاجتماع الاستثنائي عن طريق الفيديو لوزراء خارجية الاتحاد الأوروبي، وفقاً لبيان وازري. وتقادم التوتر، يوم الاثنين، عندما أرسلت أنقرة سفينة المسح الزلزالي "عروج ريس" ترافقها سفن سلاح البحرية التركي، إلى قبالة سواحل جزيرة كاستيلوريزو اليونانية بشرق المتوسط. وبحسب أثيرنا، فإن سفن سلاح البحرية التركي كانت الأربعاء على مسافة ٦٠

وكالات يلتقي وزير الخارجية اليوناني، نيكوس ديندياس، الجمعة، في فيينا مع نظيره الأميركي مايك بومبيو، في إطار جهود دبلوماسية تقودها أثينا لحشد المجتمع الدولي بشأن الخلاف في شرق البحر المتوسط. وقالت وزارة الخارجية اليونانية، في بيان مقتضب، الأربعاء، إن "المحادثات ستتركز على التطورات في شرق البحر المتوسط، في ظل تصاعد الاستفزاز التركي". ووصل مايك بومبيو إلى براغ، يوم الثلاثاء، في بداية جولة تستمر خمسة أيام في وسط أوروبا لمناقشة مسائل عدة

الصين تحذر واشنطن من «اللعب بالنار» بشأن تايوان



الاستقلال في تايبيه أو التدخل الخارجي، خصوصاً من جانب واشنطن. وقدمت واشنطن وتايبيه رحلة عازار كفرصة لتعلم الدروس من سياسة تايوان الخاصة بفيروس كورونا المستجد. وتايوان هي إحدى المناطق التي تمكنت من إدارة أزمة فيروس كورونا بشكل جيدة. وقد سجلت الجزيرة أقل من ٥٠٠ إصابة بوباء كوفيد-١٩ وسبع وفيات فقط.

وتايوان إلى الأبد.. وفي تسعينيات القرن الماضي، كان في مهندس تحول تايوان إلى دولة حرة وحديثة بعد عقود من الديكتاتورية، وكان أيضاً شخصية بارزة في حركة الاعتراف بالجزيرة كدولة مستقلة والمنادة بمفهوم "الاستقلال". ولم تعترف الأمم المتحدة بتايوان كدولة مستقلة. وتهدد بكين باستخدام القوة في حال الإعلان الرسمي عن

الولايات المتحدة علاقاتها الدبلوماسية بتايوان عام ١٩٧٩ واعترفت بسيادة الصين عليها. والأربعاء، زار عازار قبر الرئيس التايواني السابق لي تنغ-هوي الذي توفي في نهاية يوليو عن ٩٧ عاماً، وأشاد بدوره في التحول الديمقراطي للجزيرة. وكتب الوزير الأميركي في رسالة تعزية "إن الإرث الديمقراطي للرئيس لي سيحسن العلاقات بين الولايات المتحدة

بكين حذرت الصين الولايات المتحدة، يوم الأربعاء، من "اللعب بالنار، بشأن قضية تايوان، بعدما اختتم مسؤول أميركي كبير زيارة غير مسبوق للجزيرة بالاشادة بالرئيس السابق لي تنغ-هوي الذي كان على خلاف مع بكين. وتعتبر الصين تايوان إحدى مقاطعاتها وتدين أي اتصال رسمي بين الجزيرة التي يبلغ عدد سكانها ٢٣ مليون نسمة والمسؤولين الأجانب. وعلى خلفية التوترات المتزايدة مع بكين حول العديد من الملفات (الوباء وهونغ كونغ وحقوق الإنسان والمنافسة التجارية والتكنولوجيا...)، اختتم وزير الصحة الأميركي، أليكس عازار زيارة مدتها ثلاثة أيام لتايوان، أدايتها بكين مرة جديدة. ونقلت وكالة الصحافة الفرنسية عن المناطق باسم وزارة الخارجية الصينية تشاو ليجيان قوله "في ما يتعلق بالمسائل المتعلقة بالصالح الأساسية للصين، يجب عدم خداع بعض الناس في الولايات المتحدة وعدم اللعب بالنار" مذكراً بمعارضة بلاده لأي اتصال رسمي بين الولايات المتحدة وتايوان "تحت أي ذريعة كانت". وزيارة عازار هذه لتايبيه هي الأولى لمسؤول أميركي بهذا المستوى منذ أن قطعت

البرلمان اللبناني يصادق على اعلان حالة الطوارئ في بيروت

ويمنح للجيش من خلالها "منع الاجتماعات الجبرية على من يقوم بنشاط يشكل خطراً على الأمن". كما يخوله "الدخول إلى المنازل في أي وقت"، وفق وكالة الصحافة الفرنسية. ويضغط من الشارع، استقالات حكومة حسان دياب، يوم الاثنين، بينما يطالب المتظاهرون في الشارع برحيل الطبقة السياسية مجتمعة وكل المسؤولين المتهمين بالفساد وعدم الكفاءة. وأعلن نحو ١٠ نواب من أصل ١٢٨ استقالتهم عقب الانفجار. ووافق البرلمان خلال جلسته على قبول استقالة ٧ نواب كانوا قد أعلنوا استقالتهم عقب الانفجار. وتصل وزيرة الجيوش الفرنسية فلورنس بارلي، يوم الخميس إلى بيروت في زيارة تستمر ليومين. كما يصل مساعد وزير الخارجية الأميركي للشؤون السياسية ديفيد هيل الخميس. وتصل تبعاً طائرات محملة بالمساعدات من دول عدة.

بيروت صادق مجلس النواب اللبناني، الخميس، على إعلان حالة الطوارئ في العاصمة بيروت، وذلك في أول جلسة عقدها منذ الانفجار الهائل في مرافق المدينة الذي أشعل غضباً شعبياً على طبقة سياسية متهمه بالفساد والإهمال. وعقدت الجلسة وسط إجراءات أمنية مشددة في محيط قصر "اليونيسكو"، حيث يعقد البرلمان جلساته منذ تفشي فيروس كورونا المستجد، مع حضور عدد خجول من المتظاهرين. وكانت الحكومة أعلنت غداة الانفجار حالة الطوارئ في بيروت لمدة أسبوعين حتى ١٨ أغسطس، من دون إقرارها في البرلمان، إذ إن القانون يخولها إعلان الطوارئ لمدة ٨ أيام فقط. ويتوجب عليها الحصول على موافقة البرلمان في حال تجاوز هذه المدة. ويثير إعلان حالة الطوارئ خشية منظمات حقوقية وناشطين نظراً للقيود التي يتضمنها خصوصاً على حرية التجمع.

فرنسا تعزز وجودها العسكري بشرق المتوسط

واليونان. وقال ماكرون إن بلاده ستعزز من وجودها العسكري في شرق المتوسط. وقال مكتب ماكرون، في بيان، إن الرئيس الفرنسي عبر في اتصال هاتفي مع رئيس الوزراء اليوناني كيرياكوس ميتسوتاكيس عن قلق من قيام تركيا بأعمال استكشاف "أحادية". وأضاف أن عمليات التنقيب "يجب أن تتوقف من أجل السماح بحوار سلمي" بين الدولتين الجارين العضوين في حلف شمال الأطلسي "الناتو". وتابع البيان أن فرنسا "ستعزز مؤقتاً" وجودها العسكري في شرق البحر المتوسط بغية "مراقبة الوضع في المنطقة وإظهار تصميمها على الالتزام بالقانون الدولي".

أعلنت فرنسا، الخميس، أنها بصدد نشر طائرتين مقاتلتين وسفينة حربية في شرق المتوسط، مشيرة إلى أنها ستعمل على تعزيز وجودها العسكري في المنطقة. فقد قالت وزارة القوات المسلحة الفرنسية إنها ستنشر طائرتين مقاتلتين من طراز "رافال"، بالإضافة إلى الفرقاطة "لافاييت" بشرق البحر المتوسط، في إطار خطة لدعم وجودها العسكري في المنطقة، وذلك وسط مؤشرات على توتر مع تركيا. وفي وقت سابق هذا الأسبوع، دعا الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون تركيا إلى وقف العمليات التنقيب عن النفط والغاز في مياه متنازع عليها بالمنطقة، وهي أنشطة زادت التوتر بين تركيا

القيادة المركزية: إيران تعترض إحدى السفن قرب مضيق هرمز

نشر اسمه إن الأحداث دارت بالقرب من مضيق هرمز وإن القوات الإيرانية أطلقت سراح السفينة في نهاية الأمر. وأضاف أن الجيش الأميركي لم يشارك في الأمر بأي شكل إلا من خلال مراقبته للموقف. وتصاعد التوتر بين إيران والولايات المتحدة في العام الماضي عقب سلسلة وقائع تس الملاحه في الخليج وبالقرب منه. وفي يوليو ٢٠١٩، احتجزت إيران لفترة وجيزة ناقلة نفط ترفع علم بريطانيا في الخليج بعدما احتجزت بريطانيا الناقلة الإيرانية غريس ١ متهمه إياها بانتهاك العقوبات على سوريا.

واشنطن قالت القيادة المركزية بالجيش الأميركي إن قوات إيرانية اعترضت سفينة مدنية ترفع علم ليبيريا واعتلتها في مياه دولية بالخليج. وبثت القيادة المركزية بالجيش الأميركي تسجيل فيديو مشوشاً بالبيضاء والأسود تظهر فيه طائرة هليكوبتر قرب سفينة ضخمة. وذكرت القيادة المركزية على تويتر "اليوم في مياه دولية، باغتت قوات إيرانية تضم سفينتين وطائرة هليكوبتر سي كينج إيرانية سفينة اسمها 'ويلا' واعتلتها. وقال مسؤول أميركي طلب عدم

بريطانيا تحذف ٥ آلاف من وفيات فيروس كورونا

وانخفض العدد الرسمي للمتوفين جراء الفيروس في بريطانيا من ٤٦٧٠٦ إلى ٤١٢٢٩ في ظل النظام الجديد، بانخفاض بنسبة ١٢ بالمئة. وقال جون نيوتن مدير تحسين الصحة في هيئة الصحة العامة البريطانية "الطريقة التي نحسب بها المتوفين بكوفيد-١٩ في بريطانيا تم اتباعها لتجنب سوء تقدير عدد الوفيات بسبب الفيروس في المراحل الأولى للوباء.. والحصيلة الجديدة تعني أن عدد الوفيات بكوفيد-١٩ في بريطانيا بات الآن أقل من الهند، لكنها لا تزال واحدة من أكثر البلدان تضرراً في العالم، والأسوأ في أوروبا.

لندن خفضت بريطانيا حصيلة وفياتها الناجمة عن كوفيد-١٩ بنحو ٥ آلاف ليصبح العدد الإجمالي ٤١٢٢٩، بعد إجراء مراجعة لطريقة احتساب الوفيات الناجمة عن فيروس كورونا. فني بريطانيا كان كل شخص يتوفى في أي وقت بعد إجراء فحص لفيروس كورونا تأتي نتيجته إيجابية يضاف إلى حصيلة وفيات كورونا، بغض النظر عن سبب الوفاة. لكن الآن فقط الذين يتوفون في غضون ٢٨ يوماً من نتيجة فحص إيجابية سيتم احتسابهم في الحصيلة الإجمالية للوفيات.

المغرب يسجل أسوأ حصيلة يومية لإصابات ووفيات كورونا



وأعلنت وزارة الصحة المغربية، تسجيل حصيلة قلبية من الإصابات بفيروس كورونا المستجد بلغت ١٤٩٩٩ إصابة في ٢٤ ساعة، مقارنة مع ١١٢٢ يوم الثلاثاء، ليرتفع إجمالي عدد المصابين منذ ظهور الوباء في المغرب في أوائل مارس إلى ٣٦ ألفاً و٤٩٤ حالة. وقال منسق المركز الوطني لعمليات طوارئ الصحة العامة، في تصريح صحفي، إن المغرب سجل يوم الأربعاء أكبر عدد وفيات جراء الإصابة بفيروس كورونا المسبب لوباء كوفيد-١٩، وهو ٢٣ حالة وفاة، مقابل ١٧ حالة يوم الثلاثاء، ليصل عدد الوفيات في البلاد منذ ظهور الوباء إلى ٥٥٦ حالة. وذكرت الوزارة أن المغرب تجاوز عتبة ١٠٠ حالة لكل ١٠٠ ألف نسمة، إذ باتت النسبة ١٠١ حالة لكل ١٠٠ ألف نسمة. وتصدرت مدينة الدار البيضاء، العاصمة الاقتصادية للبلاد، عدد الإصابات، إذ بلغ العدد بها ٤٨٩ حالة، وبلغ في مراكش ٣٥٠ حالة، وفي جهة طنجة تطوان الحسيمة ١٧٢ حالة. كما قالت الوزارة إن عدد الحالات الخطيرة بلغ

رئيس التحرير خالد خازر الخريشا