

ضبط عدد من المعتدين على رجال الأمن العام في الكرك

الدفاع وإغلاق المحال التجارية قد افضت لضبط عدد من الأشخاص الذين شاركوا بالاعتداء، والبحث ما زال جارياً عن باقي الأشخاص ووبشرت التحقيقات مع الأشخاص المضبوطين تهديدا لإحالتهم للقضاء.

وقدمت مديرية الأمن العام الشكر لسكان وجهاء المنطقة لتعاونهم مع رجال الأمن العام ورفضهم واستنكارهم لما جرى من اعتداء وتعدى على رجال الأمن العام اثناء قيامهم بواجبهم.

اعلنت مديرية الأمن العام أن الإجراءات الأمنية التي اتخذتها افضت لضبط عدد من الأشخاص الذين اعتدوا على رجال الأمن العام في الأول من امس في محافظة الكرك.

وقال الناطق الاعلامي باسم مديرية الأمن العام إن الإجراءات الأمنية التي باشرتها مديرية الأمن العام بعد الاعتداء الذي تعرضت له قوة أمنية من قبل مجموعة من الأشخاص في محافظة الكرك اثر حملة أمنية لتنفيذ امر

عمان

مستو:المطارات الأردنية لم تتوقف عن العمل منذ اليوم الأول لجائحة كورونا

استئناف الرحلات الجوية المنتظمة ٨ أيلول الحالي



الجزائر والنمسا وألمانيا وإيطاليا ومالطا وهولندا والإمارات، فيما تشمل قائمة الدول الحمراء البحرين وبلجيكا وفرنسا والعراق والكويت ولبنان وليبيا وعمان وقطر ورومانيا وروسيا والسعودية وإسبانيا والمملكة المتحدة وأوكرانيا والولايات المتحدة الأمريكية، ومصر والسودان واليمن.

وأضاف سيف بحضور رئيس مجلس مفوضي هيئة تنظيم الطيران المدني هيثم مستو، والرئيس التنفيذي لمجموعة المطار الدولي نيكولا كلاود، ومديرة الأمراض السارية في وزارة الصحة هديل السائح، ان الغاية من استئناف الرحلات الجوية هو عودة الاردنيين إلى أرض الوطن، مشيراً ان تبادل الرحلات مع الاردن لا يكون

أعلن وزير النقل خالد سيف الثامن من أيلول الحالي موعداً لاستئناف الرحلات الجوية المنتظمة وفق تصنيفات ثلاثة تضبط قواعد القدوم إلى المملكة.

وقال سيف في مؤتمر صحفي عقد الخميس في مطار الملكة علياء الدولي للإعلان عن استئناف الرحلات الجوية المنتظمة وشروطها، ان التصنيفات الثلاثة تشمل دول المناطق الخضراء والصفراء والحمراء، مشيراً الى أن المناطق الخضراء تشمل كندا وقبرص والتشيك والدنمارك واليونان وهونغ كونغ وهنغاريا ولبنان و ماليزيا والمغرب وبولندا وسويسرا وتايلاند وتركيا وتونس، وتشمل الدول الصفراء

عمان

وفاة و٦٩ إصابة محلية بفيروس كورونا و٣٨ حالة شفاء

إلى أن التصاريح الإلكترونية لن تكون فعالة خلال هذه الفترة لإحاطتها في الحافظتين؛ بينما تستمر ساعات حظر التجول للمواطنين في بقية المحافظات كما هي.

ودعت الوزارة الجميع في ضوء ارتفاع عدد الإصابات المحلية، إلى الالتزام بإمراض الدفاع رقم (١١) لسنة ٢٠٢٠، وأتباع معايير السلامة والوقاية، وارتداء الكمامات، وعدم إقامة التجمعات لأكثر من ٢٠ شخصاً، واستخدام تطبيقي "أمان" و"صحتك".

حمزة، وه حالات في المنطقة الخاضعة بعزل المصابين في البحر الميت، وحالة واحدة في مستشفى الملكة علياء.

ولفت إلى إجراء ١١٢٤٢ فحصاً مخبرياً، ليصبح إجمالي عدد الفحوصات التي أجريت منذ بدء الجائحة وحتى الآن ٨٦١٣٣٠ فحصاً. ونوه الموجز الاعلامي إلى أن ساعات حظر التجول الشامل في محافظتي العاصمة عمان والزرقاء تبدأ في تمام الساعة الحادية عشرة من هذه الليلة، وتستمر لمدة ٢٤ ساعة، مع الإشارة

والزرقاء، مخالطة لمصابين سابقين، و ١٢ حالة في محافظة البلقاء، مخالطة لمصابين سابقين، وحالتان في محافظة عجلون، تحت الاستقصاء، وحالة في محافظة إربد، مخالطة لمصاب سابق.

كما سجلت ٣ حالات خارجية، لقادمين من الخارج ممن يقيمون في فنادق الحجر، إضافة إلى تسجيل حالة وفاة ليلة أمس لسبعينية، يبلغ إجمالي عدد الوفيات منذ بدء الوباء ١٦ حالة. وأشار الموجز إلى تسجيل ٣٨ حالة شفاء منها ٣٢ حالة في مستشفى الأمير

أعلنت وزارة الصحة تسجيل ٧٢ إصابة بفيروس كورونا المستجد في المملكة الخميس، منها ٦٩ محلية، ليرتفع العدد الإجمالي للإصابات إلى ٢٢٣٣.

وتوزعت الإصابات الجديدة وفق الموجز الاعلامي الصادر عن رئاسة الوزراء ووزارة الصحة على النحو الآتي، ٦٩ حالة محلية منها ٤١ حالة في محافظة العاصمة عمان (٣١ حالة مخالطة لمصابين سابقين، و ١٠ حالات تحت الاستقصاء)، و ١٣ حالة في محافظة

عمان

الخارجية: إعادة المواطن الأردني المحتجز في اسرائيل

أبييب، تم الخميس، إعادة المواطن الأردني الذي تم احتجازه يوم أمس، في مدينة إيلات، إلى المملكة. وأوضح الفايز أن السلطات الأردنية المعنية تسلمت المواطن صباح الخميس.

قال الناطق الرسمي باسم وزارة الخارجية وشؤون المغتربين السفير ضيف الله علي الفايز، إنه وبعد متابعة من الوزارة والسفارة الأردنية في تل

إحالة ملف وفاة طفلة البشير إلى المدعي العام

الأردنية (بترا)، إن إحالة الملف إلى الادعاء العام جاء بتوصية من اللجنة المشكلة للتحقيق بوفاة الطفلة منذ مراجعتها لأقسام الطوارئ وادخالها العملية الجراحية وإلى حين وفاتها. وكانت الطفلة سيرين (٧ سنوات) راجعت قسم الطوارئ في مستشفى البشير بتاريخ ٢٦ آب لأم في البطن.

أعلن مدير عام مستشفيات البشير الدكتور محمود زريقا، أنه تم إحالة ملف وفاة الطفلة "سيرين"، إلى المدعي العام الخميس، للتحقيق واتخاذ الإجراء اللازم بحق المقتربين. وقال الدكتور زريقا لوكالة الأنباء

القوات المسلحة الأردنية تخلي أحد مرتبات الأمن العام

الأميرة راية الحكومي، عبر طائرة إخلاء طبي تابعة سلاح الجو الملكي مزودة بطاقم متخصص من الخدمات الطبية الملكية، إثر تعرضه لحادث سير بمنطقة دير ابي سعيد في محافظة اربد. وتم نقل المصاب إلى مدينة الحسين الطبية لتابعة حالته الصحية واستكمال العلاج المناسب له.

أعلنت القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي، بتوجيهات من رئيس هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن يوسف أحمد الحنطلي، فجر الخميس، الشرطي محمد عزام بني حمد من مرتبات مديرية الأمن العام، المتواجد في مستشفى

حماد:الوحدة الوطنية ركيزة أساسية يقوم عليها بنيان المجتمع

السماح لأي كان بتجاوز القانون، وأن لا نسمح لأنفسنا أيضاً بتجاوز القانون، موضحاً أن وزارة الداخلية تعمل على تجديس ما جاء في الورقة النقاشية السادسة لإزالة الملك عبدالله الثاني، والتي تحورت حول سيادة القانون والاحتكام لبنيوه في جميع القضايا التي يتعرض لها الوطن والمواطن. تابع ص ٢

على العمل الجماعي والتنسيق المستمر وروح الفريق الواحد، كمحور أساسي في تحقيق الأمن، مشيراً إلى أنه يجب أن نسعى لاكتشاف الخطأ وإصلاحه قبل أن يكبر وينمو على حساب مصلحة الوطن والمواطن. وبين حماد أن أبرز واجبات الوزارة تتمثل بمنع وقوع الجريمة، وأن نحمي القانون بالقانون، من خلال عدم

وأضاف وزير الداخلية في محاضرة ألقاها، الخميس، أمام الدارسين في دورتي الدفاع/ ١٨ واستراتيجيات التحرف ومكافحة الإرهاب/ ٤ في كلية الدفاع الوطني الملكية الأردنية، بعنوان "السامية لأبناء العشار الأردنية والمدارس على الأمن الوطني"، أن وزارة الداخلية والأجهزة الأمنية استندت في أداء مهامها،

قال وزير الداخلية سلامة حماد، إن الوحدة الوطنية ركيزة أساسية يقوم عليها بنيان المجتمع الأردني، وأن الجبهة الداخلية المتماسكة هي الأقدر على الحفاظ على مصالحنا الوطنية العليا التي تعتمد بالتمام الأول على تحقيق المساواة وتكافؤ الفرص بين الجميع.

عمان

إطلاق صافرات الإنذار في عمان والزرقاء الساعة العاشرة والنصف مساء

أكد مصدر أمني ان صافرات الإنذار ستطلق بمحافظة عمان والزرقاء الساعة العاشرة والنصف من مساء الخميس. وبين المصدر لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، أن الصافرات ستطلق ما بين العاشرة والنصف والحادية عشرة مساء ايذاناً بسريان حظر التجوال الشامل في المحافظات.

القبض على ١٠ أشخاص من مروجي وحائزي المواد المخدرة

أفقت ادارة مكافحة المخدرات القبض على ١٠ أشخاص من مروجي وحائزي المواد المخدرة بعد حملة أمنية نفذتها في لواء الرمثا الخميس.

وقال الناطق الاعلامي باسم مديرية الامن العام في بيان الخميس، ان العاملين في ادارة مكافحة المخدرات وعلى اثر جمع المعلومات حول عدد من الأشخاص المطلوبين والمشبوهين بقضايا ترويج وحباسة المخدرات في لواء الرمثا، نفذوا اليوم عدة مدامات لاماكن تواجدهم، و اضاف ان الحملة الامنية أفضت لإلقاء القبض على ١٠ أشخاص في ثلاثة مواقع جرت مدامتها ، و ضبط بحوزة المقبوض عليهم ٥ كغرام من مادة الحشيش المخدرة، وكميات كبيرة من الحبوب المخدرة وكميات أخرى من المواد المخدرة المعدة للبيع، إضافة الى سلاح ناري.

تعمق الكتلة الهوائية الحارة اليوم

عمان

تعمقت الكتلة الهوائية الحارة التي تتعرض لها المملكة، الخميس واليوم الجمعة، لترتفع درجات الحرارة بشكل ملموس وتزيد عن معدلاتها الاعتيادية بحوالي ١٠ الى ١١ درجة مئوية، ومن المتوقع ان يستمر تأثيرها على المملكة حتى منتصف الأسبوع المقبل، بحسب تقرير إدارة الارصاد الجوية.

وتوقع الارصاد الجوية في تصريح، الخميس، ان تسجل اغلب المناطق درجات حرارة أربعينية وتكون الرياح شرقية خلال فترات النهار لتثير الغبار في بعض المناطق، خاصة البادية مما يؤدي الى تدني الرؤية الافقية.

التعليم العالي: قائمة القبول الموحد ٥٠ ألف طالب وطالبة

الدراسي الصيفي، وأخيراً معايير الاعتماد الخاص لكل تخصص.

وأوضحت الوزارة أن عدد الطلبة الذي أقره مجلس التعليم العالي بلغ ٤٢٥١٣ طالباً وطالبة، يضاف إليه العدد المخصص للطلبة المستجدين من الكرملة الملكية السامية لأبناء العشار الأردنية والمدارس ذات الظروف الخاصة، والعدد المخصص لقبول الطلبة حملة الشهادات الثانوية العامة الأجنبية.

٢٠٢١ / موزعة على ٥٤٠ تخصصاً تم تضمينها في طلب القبول الموحد. وأضافته الوزارة، أن تحديد هذه الأعداد تم بناءً على عدة معايير أهمها العدد الذي تم اقتراحه من قبل كل جامعة، إضافة إلى العدد الذي تم اقتراحه من قبل هيئة اعتماد مؤسسات التعليم العالي وضمان جودتها، والتي أخذت بعين الاعتبار الطاقة الاستيعابية لكل جامعة، إضافة إلى أعداد الطلبة الذين تخرجوا من كل جامعة نهاية الفصل

عمان

أعلنت وزارة التعليم العالي والبحث العلمي أن العدد الإجمالي للطلبة الذين سيقبلون ضمن قائمة القبول الموحد سيبلغ حوالي ٥٠ ألف طالب وطالبة للعام الجامعي ٢٠٢٠ / ٢٠٢١.

وأقر مجلس التعليم العالي الأعداد التي سيتم قبولها في البرنامج العادي (التنقاسي) في تخصصات الجامعات الرسمية التسع إضافة إلى جامعة العلوم الإسلامية العالمية للعام الجامعي ٢٠٢٠

ترامب أوفى بوعد.. لقاح كورونا بعد ٥٧ يوماً «بالتمام والكمال»

مراكز توزيع اللقاح المرتقب في وضع يسمح لها بالعمل بشكل كامل بحلول الأول من نوفمبر ٢٠٢٠.

وكان الرئيس الأميركي دونالد ترامب قد تعهد سابقاً ببدء طرح وتوزيع اللقاح في موعد مبكر، قبل نهاية العام الحالي وفي أغسطس الماضي نشرت صحيفة "فاينانشال تايمز" أن إدارة ترامب تبحث عن طريقه وتسريع وتيرة عملية إقرار لقاح تجريبي لتطويره شركة أسترازينيكا، وجامعة أكسفورد، للوقاية من كورونا، لاستخدامه في الولايات المتحدة، قبل الانتخابات العالم من الوياء.

واشنطن

طلبت السلطات الصحية الأميركية من حكومات الولايات أن تستعد لتوزيع لقاح مضاد لمرض كوفيد-١٩، على نطاق واسع، بحلول مطلع نوفمبر، بحسب ما نقلت وسائل إعلام أميركية عن وثائق رسمية.

ونقلت صحيفة "ول ستريت جورنال" عن روبرت ريدفيلد مدير المراكز الأميركية للوقاية من الأمراض ومكافحتها "سي دي سي" قوله في رسالة أرسلها إلى حكومات الولايات إنه يطلب منها "بصورة عاجلة" أن تفعل كل ما هو ضروري من أجل أن تكون

اجتماع تشاوري لإعداد تقرير مناهضة التعذيب

عمان

عقد المنسق العام الحكومي لحقوق الإنسان في رئاسة الوزراء نذير العوملة، اجتماعاً تشاوورياً، لمناقشة إعداد تقرير المملكة الرابع في إطار التزامها بتبني اتفاقية مناهضة التعذيب، وحضر رئيس اللجنة الوطنية الدائمة لحقوق الإنسان، مدير إدارة حقوق الإنسان والأمن الإنساني، ووزارة الخارجية وشؤون المغتربين على البصولة، وأعضاء اللجنة الدائمة لحقوق الإنسان وممثلو منظمات المجتمع المدني المعنية. وقال العوملة، إن تقرير مناهضة التعذيب يعد أحد أهم التقارير التي يتم إعدادها ومتابعتها، لأن التعذيب يمس حق الإنسان بالحياء، وييس كرامته، ويتنافى مع المبادئ الإنسانية، مؤكداً التزام المملكة بالمعهدات الدولية وحرصها على مواءمة إجراءاتها الأساسية مع هذه الاتفاقيات بالإضافة إلى حرصها على سد أي ثغرات تشريعية أو إجرائية في هذا الإطار. بدوره، أوضح البصول أن الاجتماع جاء في سياق حرص الحكومة على اتباع الممارسات الفضلى في آلية إعداد تقارير حقوق الإنسان للجان التعاقدية والتي تتضمن التشاور مع منظمات المجتمع المدني، مؤكداً حرص اللجنة الوطنية الدائمة على الشراكة مع منظمات المجتمع المدني في إطار تنفيذ الحكومة لالتزاماتها التعاقدية.

إنهاء العمل بعدد من التحويلات والجسور على الطريق الصحراوي

عمان

أنهت وزارة الأشغال العامة والإسكان، الخميس، العمل بعدد من التحويلات والجسور على الطريق الصحراوي، الذي يمتد على مسافة تصل إلى ٢٢٠ كيلومتراً بين عمان والعقبة، وأضافت الوزارة، في بيان صحفي، أنها انتهت من تنفيذ مقطع القطرانة على الطريق الصحراوي بطول ٤ كيلومترات للسيرا القادم من عمان باتجاه العقبة، وفتحت التحويلة أمام حركة السير، كما تم الانتهاء من تنفيذ مقطع الهاشمية (الجهة اليمنى) بطول حوالي ١٠٥٠ كيلو متراً للسيرا القادم من عمان باتجاه العقبة، وفتحه أمام حركة السير بما في ذلك جسر عزيمة والقادسية اللذين خضعا لإعادة التأهيل إنشائياً. وأوضحت أن المقاطع المفتوحة تتكون من مسربين مع أكثاف إسفلتية داخلية وخارجية، مجهزة بكافة وسائل السلامة الجروسية الأساسية.

«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، فيفيد 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 الأهم العميق والأذى الناجم عن المذبحة" مضيئا 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 و المجتمع 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 وناث 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": "اعطونا 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، فنذت فريق مؤلفة من ذكور أو

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 حمضها بعمق 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. وأكد 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.

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 وملمزة 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 الصفاء" 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

ووشدد 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

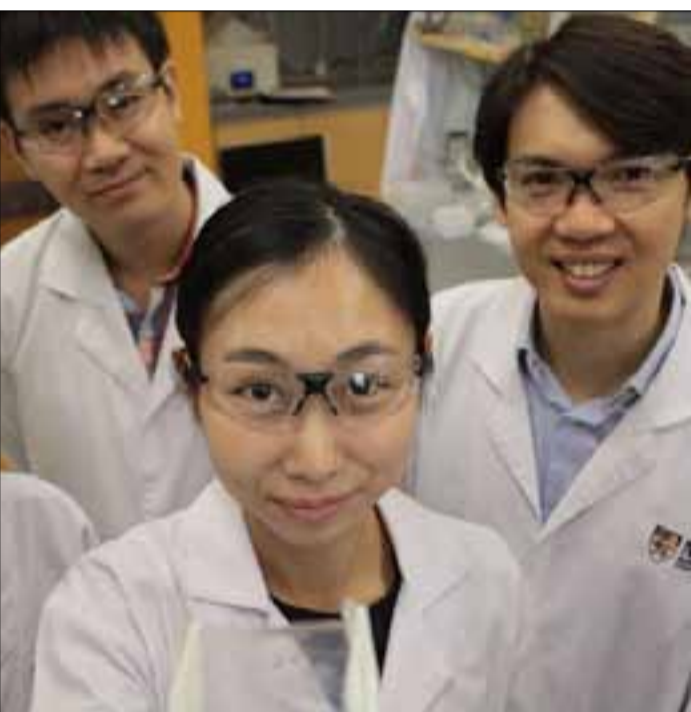
كيف سيغير الذكاء الاصطناعي مستقبل التنبؤ بحالة الطقس؟

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 توقعات 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

يشكل هذه الأقمار الصناعية البيئية 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

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، "نأمل 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.

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 تي 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.

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.

«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 متقنع بالخدمة الجديدة إذ كتب عبر "تويتر": "آبل لم تخبرنا الكثير (عن عروضها للفيديو) باستثناء أنها

سأوق 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 للابث 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 أجهزةكم 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 الجسدية، 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 ويدرسون 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 للابث 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

وكالات

تعدور 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. وبالإستناد 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 الباشحلة 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.

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 الجهد التأكسدي يدمر البويضات، وتعمل مضادات الأكسدة على تحفيز هذا الجهد، 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 وطره خارج الجسم.

- التأكيد 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 التبتة يوميا ولمدة ثلاثة شهور، وكانت النتيجة أنها حسنت من الخصوبة لديهم، وتحديدا حسنت من عدد الحيوانات المنوية بنسبة ١٦٧ في المئة.

- تناول فيتامين ب١٢، وهو من الفيتامينات التي تساعد في إنتاج خلايا الدم الحمراء، وهي من النباتات المصدرها الأصلي البيرو.

- تناول كمية كافية من فيتامين سي، فهو مفيد للأكسدة، ويقفل من مشاكل الجهاز التأكسدي، الذي من شأنه أن يقلل من الخصوبة لدى الرجل.

وهذه هي النصائح، لتعزيز الخصوبة عند الرجال. تناول كمية كافية من فيتامين سي، فهو مفيد للأكسدة، ويقفل من مشاكل الجهاز التأكسدي، الذي من شأنه أن يقلل من الخصوبة لدى الرجل.

وهذه هي النصائح، لتعزيز الخصوبة عند الرجال. تناول كمية كافية من فيتامين سي، فهو مفيد للأكسدة، ويقفل من مشاكل الجهاز التأكسدي، الذي من شأنه أن يقلل من الخصوبة لدى الرجل.

تعددت المعتقدات حول كيفية تعزيز الخصوبة، وقد يكون بعضها حقيقيا وبعضها وهميا، وكثيرا ما يتبع الناس هذه الطرق دون علم أو حتى استشارة الطبيب، ما قد يسبب نتائج سلبية في حال كانت خاطئة.

وفي هذا الصدد، نشرت صحيفة "ميرور" تقريرا، أشارت فيه إلى بعض الطرق الطبيعية التي تعزز الخصوبة عند الرجال والنساء، وذلك نقلا عن أمين جورج، استشاري الخصوبة في أكاديمية الخصوبة وأمراض النساء في لندن، وهي كما يلي:

الإقلاع عن التدخين
أكد جورج على ضرورة ترك الرجال النساء عادة التدخين السينة، عند محاولة الحمل والإنجاب. حيث أشار إلى أن "التدخين يزيد بشكل كبير من الوقت اللازم لحدوث الحمل، وحتى التدخين السلبي أيضا له تأثير ضار على كل من الجهاز التناسلي للذكور والإناث على حد سواء، لهذا ننصح بتجنب الأماكن التي يتواجد فيها المدخنون".

الحد من التوتر
يشير جورج إلى أن الحد من التوتر يمكن أن يساعد في تعزيز الخصوبة، مضيفا: "نعم يؤثر التوتر على الجميع بشكل مختلف، ولكن قد يكون له تأثير سلبي على الجهاز التناسلي للأنثى، ويمكن أن يرتبط بـ"انخفاض الخصوبة" أو إمكانية حدوث التخفيف والتنبؤ به".

ممارسة الرياضة بانتظام
أوضح "جورج" أن التمرين الرياضي المعتدل والمعادل لطبيعة الجسم وقدرته يساعدك أن تصبحين أقوى وبعد جسمك للحمل، إلا أنه تابع مستدركا بالقول، "ولكن التمرين المفرط يمكن أن يقلل من فرصة الإباضة بانتظام كل شهر، وبالتالي يقلل من فرص الحمل لديك، لذلك مارسي الرياضة باعتدال".

نظام غذائي صحي
نصح استشاري الخصوبة "أمين

نشرت صحيفة "الاسبانول" الإسبانية تقريرا تحدثت فيه عن الأطعمة التي قد تتسبب في إحاق الضرر بك إذا أفرطت في استهلاكها. وقالت الصحيفة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي ٢١"، أن طريقة اختيار الأطعمة ذات الجودة الغذائية تكمن في اتباع نظام غذائي متنوع ومتوازن يساهم في الحفاظ على صحتنا.

في هذا السياق، من الضروري أن نحيط علما بأن الاستهلاك المفرط لبعض الأطعمة الأكثر شعبية قد يزيد من خطر الموت، إذ أن شرب أكثر من ٣ كوبا من الماء خلال ساعة، على سبيل المثال، كفيل بتعرض جسمنا للخطر.

ويحتوي على قيمة غذائية كبيرة باعتبارها مصدرا لا غنى عنه للدهون غير المشبعة المفيدة للجسم وكميات هامة من الألياف، ما جعله يسمى "بالذهب الأخضر". ويحتوي الأفوكادو على ضعف كمية البوتاسيوم الموجودة في الموز، لذلك، تعتبر كميات صغيرة من هذا العنصر صحية لجسمنا.

هامة من هذا البوتاسيوم إلى تغيير معدل ضربات القلب، وحتى التسبب في إيقافه. بناء على ذلك، قد يؤدي تناول حوالي ٢٠٠ قطعة من الأفوكادو بالنسبة للمرأة و٢٤٠ قطعة للرجل، إلى الموت.

وأبرزت الصحيفة، ثانيا، أن التعلق

بوجود البكتيريا الضارة في فم الإنسان قد يؤدي إلى الإصابة بأمراض خطيرة نشر موقع "اف بي سي. ري" الروسي تقريرا، تحدث فيه عن الطرق التي تساعد على التخلص من رائحة الفم الكريهة التي تتسبب في ظهورها البكتيريا، التي تنقسم بدورها إلى ضارة ومفيدة. وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته "عربي ٢١"، أن وجود بعض أنواع البكتيريا في الجسم ضروري للحفاظ على التوازن الصحي. مع ذلك، توجد بكتيريا ضارة، ويكون من المستحسن التخلص منها؛ نظرا لتسببها في تسوس الأسنان وأمراض اللثة. وأضاف الموقع أن وجود البكتيريا الضارة في فم الإنسان قد يؤدي إلى الإصابة بأمراض خطيرة، على عكس البكتيريا المفيدة التي تعد بمثابة واق

التي تتسبب في تسوس الأسنان وأمراض اللثة. وأضاف الموقع، في تقريره الذي ترجمته "عربي ٢١"، أن شرب أكثر من ٣ كوبا من الماء خلال ساعة، على سبيل المثال، كفيل بتعرض جسمنا للخطر.

ويحتوي على قيمة غذائية كبيرة باعتبارها مصدرا لا غنى عنه للدهون غير المشبعة المفيدة للجسم وكميات هامة من الألياف، ما جعله يسمى "بالذهب الأخضر". ويحتوي الأفوكادو على ضعف كمية البوتاسيوم الموجودة في الموز، لذلك، تعتبر كميات صغيرة من هذا العنصر صحية لجسمنا.

هامة من هذا البوتاسيوم إلى تغيير معدل ضربات القلب، وحتى التسبب في إيقافه. بناء على ذلك، قد يؤدي تناول حوالي ٢٠٠ قطعة من الأفوكادو بالنسبة للمرأة و٢٤٠ قطعة للرجل، إلى الموت.

وأبرزت الصحيفة، ثانيا، أن التعلق

بوجود البكتيريا الضارة في فم الإنسان قد يؤدي إلى الإصابة بأمراض خطيرة نشر موقع "اف بي سي. ري" الروسي تقريرا، تحدث فيه عن الطرق التي تساعد على التخلص من رائحة الفم الكريهة التي تتسبب في ظهورها البكتيريا، التي تنقسم بدورها إلى ضارة ومفيدة. وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته "عربي ٢١"، أن وجود بعض أنواع البكتيريا في الجسم ضروري للحفاظ على التوازن الصحي. مع ذلك، توجد بكتيريا ضارة، ويكون من المستحسن التخلص منها؛ نظرا لتسببها في تسوس الأسنان وأمراض اللثة. وأضاف الموقع أن وجود البكتيريا الضارة في فم الإنسان قد يؤدي إلى الإصابة بأمراض خطيرة، على عكس البكتيريا المفيدة التي تعد بمثابة واق

التي تتسبب في تسوس الأسنان وأمراض اللثة. وأضاف الموقع، في تقريره الذي ترجمته "عربي ٢١"، أن شرب أكثر من ٣ كوبا من الماء خلال ساعة، على سبيل المثال، كفيل بتعرض جسمنا للخطر.

ويحتوي على قيمة غذائية كبيرة باعتبارها مصدرا لا غنى عنه للدهون غير المشبعة المفيدة للجسم وكميات هامة من الألياف، ما جعله يسمى "بالذهب الأخضر". ويحتوي الأفوكادو على ضعف كمية البوتاسيوم الموجودة في الموز، لذلك، تعتبر كميات صغيرة من هذا العنصر صحية لجسمنا.

هامة من هذا البوتاسيوم إلى تغيير معدل ضربات القلب، وحتى التسبب في إيقافه. بناء على ذلك، قد يؤدي تناول حوالي ٢٠٠ قطعة من الأفوكادو بالنسبة للمرأة و٢٤٠ قطعة للرجل، إلى الموت.

وأبرزت الصحيفة، ثانيا، أن التعلق

بوجود البكتيريا الضارة في فم الإنسان قد يؤدي إلى الإصابة بأمراض خطيرة نشر موقع "اف بي سي. ري" الروسي تقريرا، تحدث فيه عن الطرق التي تساعد على التخلص من رائحة الفم الكريهة التي تتسبب في ظهورها البكتيريا، التي تنقسم بدورها إلى ضارة ومفيدة. وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته "عربي ٢١"، أن وجود بعض أنواع البكتيريا في الجسم ضروري للحفاظ على التوازن الصحي. مع ذلك، توجد بكتيريا ضارة، ويكون من المستحسن التخلص منها؛ نظرا لتسببها في تسوس الأسنان وأمراض اللثة. وأضاف الموقع أن وجود البكتيريا الضارة في فم الإنسان قد يؤدي إلى الإصابة بأمراض خطيرة، على عكس البكتيريا المفيدة التي تعد بمثابة واق

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

أما فيما يتعلق بالجلد، فإن إنتاج الجسم للكثير من الكورتيزول يضعف الجهاز المناعي، ما يسبب الطفح الجلدي أو الصدفية. ونوهت بوي بأن هذا الوضع يؤثر بشكل خاص على الأفراد الذين هم أكثر عرضة للأمراض الجلدية، إذ يؤدي إلى تفاقم هذه الحالات المرضية أو الكشف عنها".

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 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 الأقدام، خلص الموقع إلى أن الحصول على قسط كاف من النوم وممارسة التمرينات 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.

وأورد 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 نتعرض لأكثر. 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 فسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، تزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

قال فريق بحثي مغربي وإسباني، إنه تمكن من الحصول إلى علاج فعال لسرطان البروستات (الثانة) في مراحلها المتقدمة، انطلاقا من قشور وبقايا الجوامض، معلنين أن الكرة في ملعب شركات الأدوية. وأعلنت مجموعة مكونة من باحثين مغاربة، من كلية العلوم بجامعة عبد المالك السعدي بتطوان (شمال)، ونظرائهم من جامعة أكالا هيناريس بفضاوي مدريد من إسبانيا، عن اكتشاف علاج فعال لسرطان البروستات في مرحلته المتقدمة انطلاقا من قشور وبقايا الجوامض.

الكشف نقلته وكالة المغرب العربي للأنباء (رسمية)، على لسان الباحث محمد أمين المرعاني، الذي قاد الجانب المغربي في المجموعة البحثية. وقال محمد أمين المرعاني إن قشور الجوامض تمر عبر عملية تقطير مائي للحصول على زيوت أساسية، والتي تعتبر مكوناتها الكيميائية غنية جدا (حوالي ٩٠ في المائة) بمادة الليمونيين، كما تعتبر مادة طبيعية ١٠٠ في المائة.

وأضاف المرعاني، "يتم إخضاع الليمونيين إثر ذلك لتحول كيميائي بسيط لاستخراج مشتقات قابلة للذوبان في الماء، أي في وسط فيزيولوجي، وبالتالي إمكانية ذوبانها في الدم".

وسجل أن "هذا الاكتشاف من شأنه أن يجنب المرضى، خاصة أولئك الذين لا يتوفرون على موارد مالية مهمة، الآثار الجانبية الكبيرة للعلاج الكيميائي الذي يهاجم كل الخلايا دون استثناء".

وسجل أن "الأمر يتعلق بفترة عمل مشترك للمجموعة المغربية بمختبر الكيمياء العضوية بكلية العلوم بتطوان، المكونة من ٣ أساتذة باحثين و٢ طلبة دكتوراه، حصلت إحداهم مؤخرا على درجة الدكتوراه، ومجموعة إسبانية يقودها الدكتور توماس كوينكا، مضيفا أن براءة هذا الاختراع وضعت لدى الهيئات المعنية بإسبانيا".

وأشار رويالز إلى أن اهتمامه بصحة فمه عن طريق تنظيف أسنانه يوميا، لم يمنع مشروبات الطاقة من إحداث هذا التأثير المدمر على لسانه. وتحدث الشاب عن دراسة أجراها باحثون في منظمة الصحة العالمية، أظهرت أن تجاوزيف الأسنان يمكن أن تنتج عن الجومضة الناجمة عن المحتوى العالي من السكر لمنتجات مثل مشروبات الطاقة. وأضاف الموقع أن وجود البكتيريا الضارة في فم الإنسان قد يؤدي إلى الإصابة بأمراض خطيرة، على عكس البكتيريا المفيدة التي تعد بمثابة واق

التي تتسبب في تسوس الأسنان وأمراض اللثة. وأضاف الموقع، في تقريره الذي ترجمته "عربي ٢١"، أن شرب أكثر من ٣ كوبا من الماء خلال ساعة، على سبيل المثال، كفيل بتعرض جسمنا للخطر.

ويحتوي على قيمة غذائية كبيرة باعتبارها مصدرا لا غنى عنه للدهون غير المشبعة المفيدة للجسم وكميات هامة من الألياف، ما جعله يسمى "بالذهب الأخضر". ويحتوي الأفوكادو على ضعف كمية البوتاسيوم الموجودة في الموز، لذلك، تعتبر كميات صغيرة من هذا العنصر صحية لجسمنا.

هامة من هذا البوتاسيوم إلى تغيير معدل ضربات القلب، وحتى التسبب في إيقافه. بناء على ذلك، قد يؤدي تناول حوالي ٢٠٠ قطعة من الأفوكادو بالنسبة للمرأة و٢٤٠ قطعة للرجل، إلى الموت.

وأبرزت الصحيفة، ثانيا، أن التعلق

بوجود البكتيريا الضارة في فم الإنسان قد يؤدي إلى الإصابة بأمراض خطيرة نشر موقع "اف بي سي. ري" الروسي تقريرا، تحدث فيه عن الطرق التي تساعد على التخلص من رائحة الفم الكريهة التي تتسبب في ظهورها البكتيريا، التي تنقسم بدورها إلى ضارة ومفيدة. وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته "عربي ٢١"، أن وجود بعض أنواع البكتيريا في الجسم ضروري للحفاظ على التوازن الصحي. مع ذلك، توجد بكتيريا ضارة، ويكون من المستحسن التخلص منها؛ نظرا لتسببها في تسوس الأسنان وأمراض اللثة. وأضاف الموقع أن وجود البكتيريا الضارة في فم الإنسان قد يؤدي إلى الإصابة بأمراض خطيرة، على عكس البكتيريا المفيدة التي تعد بمثابة واق

التي تتسبب في تسوس الأسنان وأمراض اللثة. وأضاف الموقع، في تقريره الذي ترجمته "عربي ٢١"، أن شرب أكثر من ٣ كوبا من الماء خلال ساعة، على سبيل المثال، كفيل بتعرض جسمنا للخطر.

ويحتوي على قيمة غذائية كبيرة باعتبارها مصدرا لا غنى عنه للدهون غير المشبعة المفيدة للجسم وكميات هامة من الألياف، ما جعله يسمى "بالذهب الأخضر". ويحتوي الأفوكادو على ضعف كمية البوتاسيوم الموجودة في الموز، لذلك، تعتبر كميات صغيرة من هذا العنصر صحية لجسمنا.

هامة من هذا البوتاسيوم إلى تغيير معدل ضربات القلب، وحتى التسبب في إيقافه. بناء على ذلك، قد يؤدي تناول حوالي ٢٠٠ قطعة من الأفوكادو بالنسبة للمرأة و٢٤٠ قطعة للرجل، إلى الموت.

نشر موقع "هافينغتون بوست" الأمريكي في نسخته البريطانية تقريرا، تحدث فيه عن الطريقة التي تتأثر بها بشرتنا بالتوتر الناتج عن تعاملنا اليومي مع الضغوط المختلفة، سواء تلك المتعلقة بوظائفنا أو عائلاتنا، أو المدن التي نعيش فيها، أو الضلال المستمر من أجل إنجاز أعمالنا.

وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته "عربي ٢١"، إن بشرتنا هي أكبر عضو في أجسامنا، ويمكن أن تظهر علامات الاجتهاد عليها بطرق مختلفة، مثل التهاب الجلد الدهني وحتى حب الشباب. وتختلف طريقة تفاعل الجسم والبشرة مع الاجتهاد من شخص لآخر.

ونقل الموقع عن طبيبة الأمراض الجلدية، ويتني بوي، أن "بشرتنا لا تستطيع التصديق بين الاجتهاد البدني والعاطفي والنفسي والبيئي. وبالنسبة لي، يقع الاجتهاد في إحدى هاتين الفئتين، إما الجاد أو الزمن، وهو الأكثر ضررا، فكلما طالت فترة شعورك بالاجتهاد، زادت معاناة بشرتك".

وكيف يؤثر الاجتهاد على البشرة وعلى بقية الجسم؟

ذكر الموقع، أولا، أن الاجتهاد يسبب الالتهابات. وقد أشارت بوي إلى أن فمهم التأثير الحقيقي للتوتر يتطلب دراسة "الارتباط العميق والقوي" بين البشرة والعقل والأمعاء. فعندما يدرك العقل إحساس الجسم بالاجتهاد، يقوم بإبطاء عملية الظم في الأمعاء. وكلما طالت فترة الاجتهاد، زاد تباطؤ عملية الهضم، ما قد يؤثر على البكتيريا الموجودة في الأمعاء.

ونقل الموقع عن بوي أن "الحركة البطيئة تسمح بنمو سلالات البكتيريا غير الصحية، والإخلال بالتوازن الطبيعي للبيئة الجرثومية المعوي" الذي يتسبب بدوره في أن تصبح بطانة الأمعاء سلبية، ما يؤدي إلى حدوث سلسلة من الالتهابات في جميع أنحاء الجسم". ونتيجة لهذه الالتهابات الداخلية، من المرجح أن يتعرض الجلد إلى التهابات خارجية مثل حب الشباب أو أمراض الصدفية أو الطفح الجلدي أو أي أمراض جلدية قد يكون الأشخاص عرضة لها.

وأورد 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 نتعرض لأكثر. 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 فسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، تزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

وأورد 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 نتعرض لأكثر. 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 فسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، تزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

وأورد 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 نتعرض لأكثر. 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 فسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، تزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

وأورد 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 نتعرض لأكثر. 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 فسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، تزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

وأورد 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 نتعرض لأكثر. 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 فسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، تزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

وأورد 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 نتعرض لأكثر. 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 فسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، تزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

وأورد 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 نتعرض لأكثر. 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 فسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، تزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

وأورد 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 نتعرض لأكثر. 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 فسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، تزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

وأورد 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 نتعرض لأكثر. 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 فسيولوجية معينة" في أجسامنا، فهي سبيل المثال، تزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

وأورد 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 نتعرض لأكثر. وتعمل هذه الهرمونات على تنشيط الغدد الصماء والغدد العرقية التي "تسبب جفاف الجلد بسبب فقدان الكثير من الماء بسرعة كبيرة".

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، والهييموغلوبين، 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 التشنج بفتيامين ١٢. 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

والتقي والقلق والهوس وسلوك غير عقلاني، فضلا عن ذلك، قد تؤدي ذرة زائدة من هذا النوع من التوابل إلى فشل عضوي.

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 كميات كبيرة من الماء، وبالتالي، يعتبر الموت بسبب التسمم المائي أمرا واردا جدا عندما تكون الخلايا العصبية غير قادرة

على 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.

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.

تتناول 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.

تتناول 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 التبتة يوميا ولمدة ثلاثة شهور، وكانت النتيجة أنها حسنت من الخصوبة لديهم، وتحديدا حسنت من عدد الحيوانات المنوية بنسبة ١٦٧ في المئة.

تتناول كمية كافية من فيتامين سي، فهو مفيد للأكسدة، ويقفل من مشاكل الجهاز التأكسدي، الذي من شأنه أن يقلل من الخصوبة لدى الرجل.

وه

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



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 تقليديا بالابتلاع الفعلي للكافيين". وأضافت: "تساءلنا أيضا بعد هذه التجربة، هل من الممكن أن يكون تعزيز المجموعة الأولى في التفكير السريع مرتبطا بطريقة ما بملاحظة شم رائحة تشبه القهوة على مستوى ما، واعتقاد هذه المجموعة بأنها ستؤدي بشكل أفضل، في مثال كلاسيكي لتأثير الدواء الوهمي؟". وأكدت: "لهذا صمم فريقنا دراسة استقصائية للمتابعة، أجريت بين مجموعة تضم 200 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 أنواعا أخرى من التفكير". وختتمت حديثها بالقول: "هذا الاستنتاج له أيضا آثار عملية متعددة مفيضة في الأعمال التجارية للمهنيين في مكان العمل، والمهندسين المعماريين ومطوري البناء ومديري متاجر البيع بالتجزئة وغيرها".

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

في هذه الحالة كنتيجة للتهميد أو التلميح للقهوة ولكن عدم شربها نفسها، يرون العالم بشكل أكثر تحديدا وتفصيلا. وكيفية معالجة الأشخاص للمعلومات واتخاذ القرارات وإصدار الأحكام". ورائحة القهوة تنشط خلايا المخ وفي السياق ذاته، كشفت دراسة أجراها "مهد ستيفنز للتكنولوجيا" الأمريكي، بأن تأثير القهوة على المخ لا يقتصر فقط على الشرب، بل يمتد أيضا ليصل لرائحتها، حيث يمكن أن تحفز بعض وظائف الدماغ، ويشعر من يشمها بأنه يمكنه أن ينجح أكثر. ويحسب الخبر الذي نشره المعهد، قام فريق البحث بإجراء اختبارات في مادة الجبر مؤلفة من عشرة أسئلة، نحو 100

وكالات
اعتاد البعض على شرب القهوة صباحا، وذلك حتى يبقوا متيقظين ومتيقظين، وأيضا سعيا منهم للبقاء نشيطين وحتى يبدووا يومهم بهمة أعلى ويذهب صاف، وحينما لا يشربونها كالعادة أحيانا يتعرضون لأعراض مختلفة، منها الصداع، وأيضا يشعرون بالدوار. لكنهم الآن يمكنهم البقاء متيقظين دون أن يشربوها، فوفقا لدراسة جديدة من جامعة تورنتو الكندية، فإن مجرد التفكير في القهوة، يمكن أن يجعل عقل الإنسان أكثر يقظة وانتباها.

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 الفجان أو آلة صنع القهوة أو تم التلميح عنها، ينظرون إلى الوقت على أنه أقصر ويفكرون بمصطلحات أكثر دقة ووضوحا، 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: "غالبا ما يواجه الناس إشارات متعلقة بالقهوة أو يفكرون فيها دون تناولها فعليا". وتابع: "لذلك أردنا 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".

وأوضح ماجليو "بأن الأشخاص الذين يعانون من الاستئارة الفسيولوجية، سرطانات شرسة". وينقل الموقع عن البروفيسور كاتلي، المؤلف المشارك، والأستاذ السابق للدكتوراة يون، قوله: "إن المشاهدات في النماذج الحيوانية قد توضح الروابط بين تنامي استهلاك المشروبات الحارة والمأكولات المحتوية على كميات كبيرة من السكر على مدى الثلاثين عاما الماضية وزيادة سرطانات القولون والمستقيم في الفئة العمرية 20 إلى 50 عاما في الولايات المتحدة".

وينوه التقرير إلى أن الفريق قام بدراسة الألية التي شجع فيها السكر نمو الورم، فوجد أن الفئران (نموذج APC)، التي تعطل كميات قليلة من السكر عالية في القولون والدم، وكان بإمكان اليوم الاستفادة من كل من الفركتوز والجلوكوز طرق مختلفة. ويقول الموقع إنه من خلال استخدام التكنولوجيا متقدمة لتتبع مصير الجلوكوز والفركتوز في أنسجة الورم، فإن فريق البحث أظهر أنه تم تغيير الفركتوز كيميائيا، وهذه العملية شجعت على إنتاج الأحماض الدهنية بشكل فعال، وهي التي تساعد في الحصول على نمو الورم. وينقل التقرير عن يون، قوله: "معظم الدراسات السابقة استخدمت الجلوكوز أو الفركتوز وحده لدراسة أثر السكر في الحيوانات أو الخلايا، وقلنا إن هذه المقاربة لا تعكس كيف يستهلك الناس المشروبات السكرية، حيث أن المشروبات والأطعمة لا تحتوي فقط على جلوكوز أو فركتوز، إنما يوجد كلاهما معا بكميات متساوية.. وتشير نتائجنا إلى أن دور الفركتوز في الأورام هو تحسين دور الجلوكوز في توجيه عملية تصنيع الأحماض الدهنية، وتوفر الأحماض الدهنية الناتجة يمكن استخدامها من خلايا السرطان لتشكل أغشية خلوية وجزئيات إرسال إشارات، للنمو والتأثير على الانتهاب". ويحسب الموقع، فإنه تحديد ما إذا كان تحول الفركتوز إلى زياد إنتاج الأحماض الدهنية هو المسؤول عن نمو الورم، فإنه تم تعديل الفئران (نموذج APC) بحذف الجينات المسؤولة عن فرز الأنزيمات المستخدمة في عملية التمثيل الغذائي للفركتوز وتصنيع الأحماض الدهنية، فبي مجموعة من الفئران أوقف إنتاج أنزيم KHK المسؤول عن عملية التمثيل الغذائي للفركتوز، وفي المجموعة الأخرى أوقف إنتاج الأنزيم FASN، الذي يساعد في تصنيع الأحماض الدهنية، ووجدوا أن الفئران التي كان ينقصها أحد الجينين لم تطور أوراما أكبر كما حصل مع الفئران التي لم يتم وقف الأنزيمات التي فيها. ويورد التقرير نقلا عن كاتلي، قوله: "كشفت هذه الدراسة النتيجة المفاجئة من دراسة معدل سرطان القولون والمستقيم، فإن هذه الدراسة تظهر آلية جزئية مباشرة للعلاقة بين استهلاك السكر وسرطان القولون والتهنئة". وينقل الموقع عن يون، قوله: "ما خصنا إليه يفتح الاحتمالات أمام العلاج، فعلى خلاف الجلوكوز، فإن الفركتوز ليس ضروريا للبقاء أو نمو الخلايا الطبيعية، وهو ما يعني أن العلاجات التي تستهدف عمليات التمثيل الغذائي للفركتوز تستحق البحث، والبديل هو تجنب استهلاك المشروبات الحارة بقدرة الإمكان، بدلا من الاعتماد على الأدوية، حيث سيقال هذا من وجود السكر في "القولون". 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 الحارة للصححة البشرية، ويساعد على تقليل الوفيات من سرطانات القولون والمستقيم.

التقدم العلمي يزيد فرص نجاة الأطفال الخدج

"في السابق، عندما يكون الجنين في أسبوعه 22 أو 23، كان يمكن للطبيب القول إنه لا يستطيع القيام بأي شيء (لإنقاذه)".

وكالات
الولايات المتحدة متأخرة منذ تسعينيات القرن الماضي، طوّرت ثلاث تقنيات بهدف إنقاذ الأطفال الخدج أو حديثي الولادة، الأولى هي ابتكار مادة اصطناعية تحل محل مادة لا ينتجها الأطفال الخدج في رئاتهم لمساعدتهم على التنفس، والثانية هي إعطاء الأم منشطات عن طريق الحقن قبل الولادة مباشرة لجعل رئه الطفل تنضج أسبوعا في يوم واحد، والثالثة هي التقدم المحرز في أجهزة التنفس. وتتوافر هذه التقنيات على نطاق واسع في البلدان المتقدمة، لكن هذا لا يمنع وجود تباينات كبيرة من بلد إلى آخر، وحتى من الولايات المتحدة ليست وأظهرت دراسات أجريت قبل سنوات قليلة في فرنسا وبريطانيا والولايات المتحدة، أن نصف المواليد الخدج (أقل من 26 أو 27 أسبوعا) يبقون على قيد الحياة، لكن خمسة أشهر من ولادتهم في السويد، فالنظام الصحي غير متكافئ بين البلدين ما يغير طريقة رعاية الحوامل. وأظهرت دراسة نشرتها "جاما" تباين بين السود والبيض على هذا الصعيد، إذ يولد الأطفال الخدج السود في مستشفيات أقل جودة، لكن نسبة البقاء على قيد الحياة ما زالت تتقدم حتى بالنسبة إلى الأطفال الذين تقل أوزانهم عن 400 غرام وهي حالات نادرة للغاية، لكنها كانت موضوع دراسة أخرى نشرت نتائجها "جاما" الاثنين.

فقد نجا 13 بالمئة من الأطفال الذين كانت أوزانهم أقل من 400 غرام، ولدوا بين الأسابيع 22 و 26 من الحمل، في 21 مستشفى أمريكيا بين العامين 2008 و 2016.

وقال بيل، "هذا يظهر أن البقاء على قيد الحياة أمر ممكن"، مضيفا أنه "لا يمكن القول أن هؤلاء الأطفال يجب أن ينعشوا دائما، لكن يجب على الوالدين معرفة هذه المعلومات، وأن يعطوا رأيهما في القرار المتعلق بالإنعاش".

ويشير التقرير، الذي ترجمته "عربي 21"، إلى أن الباحثين توصلوا إلى أن استهلاك كمية متواضعة من شراب الذرة الفاني بالسكر النباتي "فركتوز" (وهو شبيه بالقطر الذي يستخدم لتحلية الكنافة والقطائف)، ما يعادل تناول 300 مل من مشروب محلى يوميا، أدى إلى تسريع نمو أورام في أمعاء الفئران، بمعدل عن السمنة المفرطة.

ويذكر الموقع أن فريق البحث اكتشف كيف تغذي المشروبات الحارة 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 الوعي بوجود علاقة بين استهلاك المشروبات الحارة والسمنة وخطورة الإصابة بسرطان القولون والمستقيم.. وما هو معروف الآن هو أن السكر ضار بصحتنا 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 إن كان هناك رابط مباشر بين استهلاك السكر والسرطان، ففترت أن أبحث في هذا السؤال المهم عندما كنت أجري أبحاثا في مرحلة ما بعد الدكتوراة في مختبر الدكتور بوليس كاتلي (كلية طب) ويل كورنيل". ويلفت الموقع إلى أن يون وزملاؤها قاموا ابتداء بتوليد نسخة فارة في بدايات سرطان القولون، حيث تم حذف جين (APC)، وقالت يون، "جين APC يعد حارسا 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 أثر استهلاك الماء المحلى على تطور الورم، وكان الماء المحلى يحتوي على 20% من شراب الذرة عالي السكر المؤلف من جلوكوز وفركتوز بنسبة 40 إلى 60. 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 ولحاقات تناول إنسان لعلية واحدة من المشروبات الغازية يوميا، فإن الباحثين أعطوا 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 طورت أوراما أكبر ويدرجة 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 سذفة 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 الحارة الدائمة ينقص من الوقت الذي يحتاجه السرطان للنمو، لدى البشر عادة يأخذ الأمر ما بين 20 عاما إلى 30 عاما تنمو سرطانات القولون والمستقيم من المراحل الأولى من أورام حميدة إلى

وأكدت دراسات حديثة تناولت الولايات المتحدة والسويد بشكل خاص، أن الطب حقق خطوات كبيرة من أجل زيادة فرص الأطفال الخدج في البقاء. ولفتت إلى أنه "حتى الثمانينيات كان الطب يؤكد 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 40 أسبوعا. 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 24 أو 23 أو 22 من الحمل، بأوزان تصل إلى نصف كيلوغرام أو أقل. وفي شباط / فبراير، تصدر طفل ياباني عناوين الصحف، فقد بلغ وزنه 268 غراما عند الولادة في الأسبوع الرابع والعشرين للحمل، وخرج من المستشفى بصحة جيدة بعد خمسة أشهر من تلقيه العلاج، يقول إدوارد بيل طبيب حديثي الولادة والأستاذ في طب الأطفال في جامعة أيوا الأمريكية: "أزاول هذه المهنة منذ 40 عاما، وقد رأيت هذا الحد ينخفض أسبوعا خلال السنوات العشر التي عملت فيها في المستشفى".

وتحمل السويد بلا شك الرقم القياسي العالمي لنجاة الأطفال الخدج، فقد نجا 77 بالمئة من الأطفال المولودين في الأسابيع 22 إلى 26 من الحمل بين العامين 2014 و 2016، وفق دراسة نشرتها الثلاثاء مجلة الجمعية الطبية الأمريكية (جاما). حتى أن البلاد شهدت تحسنا، فقد كانت تلك النسبة 70 بالمئة بين العامين 2004 و 2007. وفي الوقت نفسه، وضعت السويد إجراءات موحدة ونظمت عملية إنعاش الأطفال حديثي الولادة لتصبح منهجية، والان 88 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" تقريرا، 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 21"، إلى أن الباحثين توصلوا إلى أن استهلاك كمية متواضعة من شراب الذرة الفاني بالسكر النباتي "فركتوز" (وهو شبيه بالقطر الذي يستخدم لتحلية الكنافة والقطائف)، ما يعادل تناول 300 مل من مشروب محلى يوميا، أدى إلى تسريع نمو أورام في أمعاء الفئران، بمعدل عن السمنة المفرطة.

ويذكر الموقع أن فريق البحث اكتشف كيف تغذي المشروبات الحارة 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 الوعي بوجود علاقة بين استهلاك المشروبات الحارة والسمنة وخطورة الإصابة بسرطان القولون والمستقيم.. وما هو معروف الآن هو أن السكر ضار بصحتنا 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 إن كان هناك رابط مباشر بين استهلاك السكر والسرطان، ففترت أن أبحث في هذا السؤال المهم عندما كنت أجري أبحاثا في مرحلة ما بعد الدكتوراة في مختبر الدكتور بوليس كاتلي (كلية طب) ويل كورنيل". ويلفت الموقع إلى أن يون وزملاؤها قاموا ابتداء بتوليد نسخة فارة في بدايات سرطان القولون، حيث تم حذف جين (APC)، وقالت يون، "جين APC يعد حارسا 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 أثر استهلاك الماء المحلى على تطور الورم، وكان الماء المحلى يحتوي على 20% من شراب الذرة عالي السكر المؤلف من جلوكوز وفركتوز بنسبة 40 إلى 60. 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 ولحاقات تناول إنسان لعلية واحدة من المشروبات الغازية يوميا، فإن الباحثين أعطوا 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 طورت أوراما أكبر ويدرجة 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 سذفة 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 الحارة الدائمة ينقص من الوقت الذي يحتاجه السرطان للنمو، لدى البشر عادة يأخذ الأمر ما بين 20 عاما إلى 30 عاما تنمو سرطانات القولون والمستقيم من المراحل الأولى من أورام حميدة إلى

ابتكارات طبية متقدمة في معرض لندن.. تعرف عليها

لذلك قام المبتكرون 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 سهلا 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 2019 في مجال الرعاية الصحية المستقبلية، ووفقا 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 يميز 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.



بالمرضى، التي تحفظ بطريقة شفافه وأمنة بفضل هذه التقنية الجديدة التي تعتمد على التشفير. ونظرا 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 مويلين أو دي تي منظار مهبل يودي 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

لذلك قام المبتكرون 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 سهلا 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 2019 في مجال الرعاية الصحية المستقبلية، ووفقا 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 يميز 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.

هل يساهم الشاي الأخضر والأحمر، في خسارة الوزن؟

أيضا على الحصص الأمينية الثريونين، الذي يحفز الناقل العصبي للدوبامين والسيروتونين وهما هرمونا السعادة". الشاي الأحمر من جهته، قال استشاري التغذية العلاجية، محمد عبد السلام، حول علاقة الشاي الأحمر بخسارة الوزن، "هناك علاقة بين الكافيين الموجود في الشاي الأخضر وبين رفع مستوى حرق الدهون في الجسم، إضافة لمضادات الأكسدة التي تساهم بدورها في رفع مستوى حرق الدهون، وهذه هي العلاقة بين الشاي وبين خسارة الوزن". وتابع: "لكن الشاي الأحمر وحده لا يكفي لخسارة الوزن، ولكن يمكن القول بأنه يدعم العملية الغذائية".

شطارة عن هذا التساؤل بالقول: "لا يساهم الشاي الأخضر في خفض الوزن بشكل مباشر، لكنه عامل مساعد على ذلك، فكونه مضاد للأكسدة، وأيضا يُحسن من عملية الحرق، ويخفض من مستوى الكولسترول، وجيد لصحة القلب والشرايين، فهو بالتالي يساعد مع الجمية الغذائية في خفض الوزن". وأضافت: "بالتأكيد، الشاي وحده لا يكفي لخسارة الوزن، بل يجب أن يترافق معه نظام غذائي صحي، بمعنى لا يمكن للشخص أن يأكل كثيرا دون حساب أو رقيق، ويريد بكل سهولة أن يخسر وزنه فقط بشربه كوبا من الشاي الأخضر، بالتأكيد هذا الأمر لن يحدث". فؤاد الشاي الأخضر وحول فوائد الشاي الأخضر قالت

شطارة عن هذا التساؤل بالقول: "لا يساهم الشاي الأخضر في خفض الوزن بشكل مباشر، لكنه عامل مساعد على ذلك، فكونه مضاد للأكسدة، وأيضا يُحسن من عملية الحرق، ويخفض من مستوى الكولسترول، وجيد لصحة القلب والشرايين، فهو بالتالي يساعد مع الجمية الغذائية في خفض الوزن". وأضافت: "بالتأكيد، الشاي وحده لا يكفي لخسارة الوزن، بل يجب أن يترافق معه نظام غذائي صحي، بمعنى لا يمكن للشخص أن يأكل كثيرا دون حساب أو رقيق، ويريد بكل سهولة أن يخسر وزنه فقط بشربه كوبا من الشاي الأخضر، بالتأكيد هذا الأمر لن يحدث". فؤاد الشاي الأخضر وحول فوائد الشاي الأخضر قالت

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 وأيضا مفيد لصحة القلب والشرايين. وهناك نوعان من مشروب الشاي، هما الأخضر والأحمر، وشاع اعتقاد بأن الشاي الأخضر يساهم في خسارة الوزن، فهل يفعل ذلك فعلا؟
عامل مساعد
تجيب اختصاصية التغذية آيات

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 لطلب البيتزا من لندن على متن الخطوط الجوية البريطانية "بريتيش إيرويز". وأضاف: "هناك نيجيريون يستخدمون هواقتهم لطلب 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، بمطعم الأسبوع في منطقة إدمونتون في شمال غرب لندن، وقال محققون إنهم يعتقدون أن الأمر ليست له صلة بالارهاب وإن مشتبهاً به واحد ضالغ في الأمر. وتم القبض على رجلين للاشتباه في إحاقهما ضرراً خطيراً، وما زال محتجزين، وقالت الشرطة عن الهجوم الخامس إنه تم العثور على رجل في الثلاثينيات من عمره مصاباً بجلطات في وقت مبكر صباح اليوم الثلاثاء وتم نقله للمستشفى وهو في حالة خطيرة.

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- فلطالما فوجئ مواطنون ومقيمون في الإمارات بنصب تمثال "بوذا" على الطريق السريع الواصل بين العاصمة أبو ظبي ودبي. ووشق 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.

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 والأنياب وغيرها. وتابع أن أنثى الحوت، التي بلغ طولها ٨ أمتار، كانت حاملاً، وتعرضت للإجهاض 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،

قاض بريطاني يثير جدلاً بتصريحات حول حقوق الرجل الجنسية



✦ وكالات
أثار قاض بريطاني، انتقادات 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 لنشجعات إرهابية. وبينت 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 طوره ناسا 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 تحدٍ آخر يتمثل في ضرورة التخفيف من الضوضاء المزعجة التي تصدرها هذه الطائرات من خلال تغيير تصميم المروحة أو مجرد تعديل الصوت لتكون أقل إزعاجاً.

مقتل أثنى 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. ويعتبر زوج فيليبيا رئيس شركة "أس ٧" فلاديسلاف فيليف، رابع أثنى شخص في روسيا بحسب تصنيف فوربس لعام ٢٠١٨ بثروة تقدر بـ٦٠٠ مليون دولار. وقالت الشركة الروسية في بيان "في

لم تلق روجا كبيرا آنذاك. وإلى حد الآن، لم توضح 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. وأفادت 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 ٥٠ رطلات والتحليق على مستوى منخفض يتراوح بين ٦٥ و١٠٠ قدم دون الحاجة إلى الهبوط أو

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

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 بمراقف 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. ويعتقد 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 للقوارض المتقدمة في السن زادت بنسبة ٤٦ بالمئة حتى الآن. ويعمل العلماء على تطوير أدوية قادرة على إعطاء عملية الشيخوخة، علماً أن على إعطاء شيخوخة الدماغ، كما أن هذه الأدوية تؤثر على نمو الأوعية الدموية. وبحلول سنة ٢٠٢٤، من المتوقع أن تتجاوز قيمة هذه الأدوية في السوق ١١ مليار دولار. وأضاف الموقع أساليب أخرى من شأنها أن تطيل عمر الإنسان، من بينها تلك التي اعتمدها العالم ديف إسبري، الذي بلغ مؤخرًا سن ٤٥، إلا أنه يتوقع أن يصل عمره إلى ١٨٠ سنة. وفي السنة الماضية، استخرج إسبري الخلايا الجذعية من نخاعه العظمي، وحقنها في أعضائه ومفاصله وفي مختلف أنحاء جسمه. كما ينوي القيام بهذه العملية مرتين سنويًا.

اتحاد كرة القدم يستأنف دوري المحترفين في العاشر من أيلول

ويشدد الاتحاد قبل عودة المنافسات، على ضرورة التقيد بالبروتوكول الصحي الجديد لأندية المحترفين، بما يتضمنه من تشديد الإجراءات الصحية والرقابية، مع فرض عقوبات تدريجية في حال مخالفة الأحكام، لضمان تحقيق كافة متطلبات السلامة العامة، وبما يتوافق مع إجراءات الوضع الوبائي في المملكة مع تفعيل أمر الدفاع رقم ١١.

وأكد الاتحاد في ختام بيانته، تواصل عمله وتنسيقه المباشر، مع المركز الوطني للأمن وإدارة الأزمات ومختلف الجهات الرسمية المختصة، مجدداً في الوقت ذاته، ثقته واعتزازه، بوزارة الصحة وكوادرها.

الصريح وشباب العقبة عند الخامسة مساء العاشر من الشهر الجاري، على ستاد الحسن باريد، قبل أن يشهد ستاد عمان الدولي في اليوم ذاته، لقاء الوحدات والرمثا عند الساعة والنصف مساءً، مع ترحيل مواجهة الفيصل والجزيرة، إلى ٢١ تشرين الأول المقبل.

وسيصدر الاتحاد لاحقاً، جدول المباريات الجديد لدوري المحترفين، ابتداءً من الأسبوع السادس الذي ينطلق في ١٢ الشهر الحالي، مع مراعاة الظروف الاستثنائية للنادي الفيصلي، والذي خضع فريقه للعزل الصحي على امتداد الفترة الماضية، ما أرجأ عودته للتدريبات مقارنة بباقي الفرق.

منافسات دوري المحترفين، وسط تطبيق بروتوكول صحي مشدد، يتضمن تعزيز الرقابة خلال التدريبات والمباريات، إلى جانب تخفيض أعداد الكوادر التنظيمية، إلى الحد الأدنى في الملاعب.

كما وجه سمو الأمير علي، بالمراجعة الدورية والمستمرة وتطوير خطة الطوارئ المعتمدة، وفقاً لمستجدات الوضع الوبائي في المملكة، وبما يتناسب مع استمرارية دوري المحترفين، في ظل الإجراءات الحكومية المتبعة محلياً، للتعامل مع الجائحة، وتحديد آلية وإجراءات جديدة لتعليق المنافسات أو استمرارها.

وحدد الاتحاد مواعيد المباريات المؤجلة من الأسبوع الخامس، حيث يلتقي

❖ وكالات

قرر اتحاد كرة القدم برئاسة سمو الأمير علي بن الحسين، رئيس الهيئة التنفيذية للاتحاد، استئناف دوري المحترفين ٢٠٢٠، في العاشر من أيلول الحالي، مع انتهاء فترة التعليق الاحترازية، والتي استمرت لمدة ١٤ يوماً.

وجاء هذا القرار، عقب تراجع مستوى الخطورة، استناداً إلى مصفوفة الإجراءات في خطة الطوارئ، ما يحقق الأولوية الرئيسية لدى الاتحاد والمتمثلة بسلامة أركان اللعبة والمجتمع المحلي.

وهو في بيان صادر عن اتحاد الكرة، فقد اتخذت لجنة الطوارئ للاتحاد خلال اجتماعها مساء الأربعاء، قراراً بعودة

في ذكرى رحيله.. الجوهري أسطورة خالدة بدلت مسار الكرة المصرية



❖ وكالات

هو أحد أفضل مدربي الكرة المصرية والعربية على مدار تاريخها، حيث ساهم في نشأة جيل ذهبي من لاعبي كرة القدم المصرية... إنه محمود الجوهري المدير الفني السابق لمنتخب مصر والأردن، الذي حلت امس ذكرى وفاته الثامنة.

ورحل الجوهري في ٣ سبتمبر/ أيلول ٢٠١٢ بعد صراع مع المرض في العاصمة الأردنية عمان.

نشأة الجوهري

ولد محمود الجوهري في ٢٠ فبراير/ شباط ١٩٢٨، والتحق بقطاع الناشئين في الأهلي المصري الذي حقق معه ١٠ بطولات كلاعب، هي: ٦ ألقاب بطولة الدوري، و٣ كأس مصر.

وفاز الجوهري ببطولة منطقة القاهرة التي كانت إحدى المسابقات المهمة في ذلك الوقت، كما توج بلقب كأس الأمم الأفريقية عام ١٩٥٩، وشارك في أولياد روما مع الفراعنة عام ١٩٦٠.

يُعد الجوهري أحد أبطال الفراعنة المسلحة المصرية، وشارك في حرب أكتوبر/ تشرين الأول ١٩٧٣.

قيادة القطبين

رغم قدراته الفنية الكبيرة، اعتزل الجوهري كرة القدم مبكراً بعمر ٢٧ سنة، نتيجة إصابته بقطع في الرباط الصليبي، ليتولى لاحقاً تدريب الناشئين في الأهلي، قبل أن يعمل مساعداً في جهاز عبده صالح الوحش.

وبعد ذلك خاض تجربة الاحتراف كمساعد للمدرب الألماني كرامر في تدريب فريق اتحاد جدة السعودي الذي تولى تدريبه بعد ذلك كمدير فني.

ثم عاد لقيادة الأهلي عام ١٩٨٢، حقق الجوهري مع الفريق الأحمر أول بطولة أفريقية في تاريخ النادي (دوري أبطال أفريقيا) عام ١٩٨٢، بالإضافة إلى بطولتي كأس مصر أعوام ١٩٨٣ و١٩٨٤.

بعد تجربة الأهلي رحل الجوهري من جديد لتجربة خارجية في الإمارات فدرّب فرق الشارقة والوحدة، وعاد بعد ذلك لتدريب الأهلي للمرة الثانية فحقق معه بطولة كأس مصر وكأس أفريقيا للأندية أبطال الكؤوس، قبل أن يغادر من جديد لتدريب منتخب عمان.

في عام ١٩٩٣ كسر الجوهري كل القواعد وأقدم على تجربة من نوع خاص إذ قبل بتدريب الزمالك،

بعد موسم قضاه مع المصري البورسعيدى. وحقق المدرب المخضرم مع الفريق الأبيض بطولة أفريقيا للأندية أبطال الدوري في العام نفسه، وبطولة السوبر الإفريقي بعد فوزه على فريقه السابق الأهلي في جوهانسبرج بجنوب أفريقيا عام ١٩٩٤.

مسيرة ذهبية مع الفراعنة

سطر الجوهري مشواراً حافلاً مع منتخب مصر، وذلك بعد أن قاده ٤ مرات، بدأت عام ١٩٨٨ حيث نجح في الوصول بالفراعنة إلى مونديال إيطاليا ١٩٩٠ بعد غياب ٥٤ عاماً.

كما قاد الجوهري منتخب مصر للتتويج بكأس العرب ١٩٩٢، وبطولة كأس الأمم الأفريقية ١٩٩٨.

النجاح مع النشامى

تولى محمود الجوهري تدريب المنتخب الأردني عام ٢٠٠٢ لمدة ٥ سنوات، عمل خلالها أيضاً مشرفاً على الكرة الأردنية بشكل عام.

ونجح في الوصول بالنشامى إلى نهائيات كأس آسيا ٢٠٠٤، وقاده لبلوغ ربع النهائي حيث خرج أمام اليابان بركلات الترجيح، في مباراة شهدت أحداثاً درامية.

كما حقق الجنرال مع الأردن المركز الثاني في دورة غرب آسيا، والمركز الثالث في بطولة كأس العرب في الكويت.

وبناء على تلك الإنجازات كرم الجوهري من ملك الأردن بمنحه وسام العطاء المتميز في القصر الملكي.

لاحقاً عاد الجوهري في تجربة قصيرة ومريرة ليشغل منصب المدير الفني للاتحاد المصري لكرة القدم، لكنه لم يلق الدعم اللازم، فعاد للأردن من جديد عام ٢٠٠٩، حيث عمل مستشاراً فنياً للاتحاد الأردني، واستمر في عمان حتى وفاته عن عمر يناهز ٧٤ عاماً.

مؤسس الاحتراف

يعتبر محمود الجوهري هو مؤسس الاحتراف في الكرة المصرية وذلك بعد أن ساهم في خروج عدد من اللاعبين المصريين لخوض تجارب ناجحة في ملاعب أوروبا، فضلاً عن تجربته الناجحة في الزمالك رغم ارتباطه التاريخي بناديه الأهلي، وهو الأمر الذي لم يكرره أي مدرب من أبناء القطبين.

مفاجأة.. ميسي يدرس البقاء في برشلونة

وقال، لكن إذا كان ليو لا يريد البقاء حتى هذا العام، فكيف سيرغب في التجديد؟.. وأصر على أن "ميسي لم يعد يشعر وكأنه لاعب في برشلونة ويريد الرحيل لرغبته في مشروع ناجح.. وأردفت، "في مواجهة هذا الرد، حاول مسؤولو برشلونة أن يجعلوا ميسي يرى أن الذهاب إلى مانشستر سيتي لا يضمن النجاح، وأكدوا أن الفريق لم يحقق دوري الأبطال حتى بوجود جوارديولا.. وتابع، "وقال بارتوميو، نزيده أن يقود مشروع كومان، وكيف سيفاد إذا كان واحد مناه؟..

وأشارت الصحيفة، إلى أن مسؤولي برشلونة سلطوا الضوء على الـ ٢٠ عاماً التي قضاه ميسي في برشلونة، النادي الذي أخرجته من روزاريو وهو مراهق، وأصروا على عدم التفريط فيه.

ولفت التقرير إلى أن برشلونة حضر الاجتماع دون محام لأنهم لم يرغبوا في الدخول في أزمة قانونية مع اللاعب، خاصة وأنه أرسل والده وشقيقه وهما شخصان يرافعان عن مصالحه دون نية لإثارة المشاكل.

يذكر أن التقارير الأرجنتينية في الساعات الأخيرة، أفادت أن ميسي بنسبة ٩٠٪ قرر البقاء هذا الموسم في برشلونة، على أن يرحل مجاناً الصيف المقبل، بنهاية عقده.



وأضافت، "بارتوميو قال لوالد ميسي إنه يريد استمراره، لأنه يعتبره لاعباً رئيسياً لشروع رونالد كومان، وأصر على أن عرض التجديد لمدة عامين يظل سارياً حتى نهائيات كأس العالم في قطر، وأنه لن يتفاوض على رحيله.. وتابعت، "رد خورخي كان عفوياً،

❖ وكالات

فجر تقرير أرجنتيني، مفاجأة من العيار الثقيل في الساعات الأخيرة من ليلة الأربعاء، حول مستقبل الأرجنتيني ليونيل ميسي نجم وقائد برشلونة.

وبحسب قناة TyC Sports، الأرجنتينية، فإن هناك فرصة بنسبة ٩٠٪ أن يستمر ميسي في برشلونة، واليوم الخميس سيكون لديه قرار نهائي حول هذا الأمر.

وأضافت، "ميسي يُقيم بجديّة البقاء في برشلونة حتى عام ٢٠٢١، والخروج من الباب الكبير بنهاية عقده مع النادي..

وكان خورخي ميسي والند ووكيل أعمال النجم الأرجنتيني، قد عقد جلسة مع جوسيب ماريا بارتوميو رئيس برشلونة أمس الأربعاء، ولم يتم التوصل إلى اتفاق بين الطرفين.

وأصر بارتوميو على أن عقد اللاعب الأرجنتيني مازال سارياً ولا يمكنه الرحيل.. وسافر خورخي ميسي إلى برشلونة، من أجل اقناع إدارة النادي الكتلوني برحيل نجله مجاناً، لكن إدارة النادي الكتلوني مصممة على موقفها حتى الآن.

كشفت تقرير صحفي إسباني، عن كواليس الاجتماع الذي أقيم أمس الأربعاء، بين خورخي والد ووكيل أعمال ليونيل ميسي نجم وقائد برشلونة، مع رئيس النادي الكتلوني جوسيب ماريا

❖ وكالات

فجر تقرير أرجنتيني، مفاجأة من العيار الثقيل في الساعات الأخيرة من ليلة الأربعاء، حول مستقبل الأرجنتيني ليونيل ميسي نجم وقائد برشلونة.

وبحسب قناة TyC Sports، الأرجنتينية، فإن هناك فرصة بنسبة ٩٠٪ أن يستمر ميسي في برشلونة، واليوم الخميس سيكون لديه قرار نهائي حول هذا الأمر.

وأضافت، "ميسي يُقيم بجديّة البقاء في برشلونة حتى عام ٢٠٢١، والخروج من الباب الكبير بنهاية عقده مع النادي..

وكان خورخي ميسي والند ووكيل أعمال النجم الأرجنتيني، قد عقد جلسة مع جوسيب ماريا بارتوميو رئيس برشلونة أمس الأربعاء، ولم يتم التوصل إلى اتفاق بين الطرفين.

وأصر بارتوميو على أن عقد اللاعب الأرجنتيني مازال سارياً ولا يمكنه الرحيل.. وسافر خورخي ميسي إلى برشلونة، من أجل اقناع إدارة النادي الكتلوني برحيل نجله مجاناً، لكن إدارة النادي الكتلوني مصممة على موقفها حتى الآن.

كشفت تقرير صحفي إسباني، عن كواليس الاجتماع الذي أقيم أمس الأربعاء، بين خورخي والد ووكيل أعمال ليونيل ميسي نجم وقائد برشلونة، مع رئيس النادي الكتلوني جوسيب ماريا

حساب الخير يوافق على طلبات ٢٦٢ لاعبا ومدربا من أصل ١٥٤٥

الشروط. وأكدت ابو حسان أن صندوق حساب الخير يوجه دعمه للأفراد وليس للمنشآت والمؤسسات، وهو يؤمن بضرورة دعم الرياضة والرياضيين الذين تأثروا بجائحة كورونا. وكانت مبادرة صندوق حساب الخير، قد حظيت باطراء واشادة اتحاد كرة القدم الذي ثمن هذه المبادرة التي تدعم اللاعبين والمدربين، إلى جانب دعم أفراد آخرين في قطاعات مختلفة.

الاسماء وتدقيقها، لتتطابق الشروط على ٢٦٢ شخصا. وقالت ابو حسان، كل شخص ٢٦٢ شخصا عليه الشروط سيحصل على دعم مقداره ١٥٠ دينارا، وبالتالي سيقيم حساب الخير بتحويل ٣٩٣٠٠ دينارا للاتحاد الكرة، لتوزيع شيكات فردية على ٢٦٦٢ شخصا الذين انطبقت عليهم الشروط، مع تواصل استقبال الطلبات من اركان كرة القدم الاردنية ممن تنطبق عليهم

بأهمية دعم الرياضة، حيث وضع شروطا معينة أبرزها عدم الاستفادة مسبقا من جهات داعمة، وأن لا يكون مشتركا في الضمان وأن لا يملك دخلا ماديا. وأكدت رئيسة صندوق حساب الخير ريم ابو حسان في تصريح لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) أن ١٥٤٥ لاعبا ومدربا واداريا وحكما تقدموا للمنصة المخصصة لاستقبال الطلبات، حيث تم تمحيص

❖ وكالات

كشفت صندوق حساب الخير، عن انطباق شروط الدعم على ٢٦٢ لاعبا ومدربا وحكما واداريا، من اصل ١٥٤٥ سجلوا على المنصة التي خصصت لدعم منظومة كرة القدم الأردنية.

وكان صندوق حساب الخير وبالتنسيق مع اتحاد كرة القدم، اطلق مبادرة دعم افراد كرة القدم الأردنية، ايمانا منه

الفيصلي يتلقى عرضا من مسيمير القطري للتعاقد مع الرواشدة

بانتظار التباحث مع اللاعب والجهاز الفني، قبل حسم الموضوع نهائيا. وأشار الجوراني لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) أن أية خطوة فنية تتعلق بالفريق يجري التشاور فيها مع المدير الفني صاحب الاختصاص بهذا الشأن.

الأردني عمر هاني ينتقل من أبويل إلى اولمبياكوس بالدوري القبرصي

وجاءت هذه الخطوة بموافقة عمر هاني الذي فضل الانتقال إلى ناديه الجديد للحصول على فرصة لعب دقائق أكثر بعد أن جلس طويلا على مقاعد البدلاء في فريق أبويل الذي يحترف فيه أيضا اللاعب الأردني موسى التعمري. ويحتل اولمبياكوس نيقوسيا حاليا المركز الثامن بالدوري القبرصي.

تلقى النادي الفيصلي عرضا رسميا من نادي مسيمير القطري، لضم اللاعب يوسف الرواشدة للعب بفريق كرة القدم خلال المنافسات المقبلة. وبين مسؤول ملف التعاقدات في الفيصلي سامر الجوراني، أن النادي تسلم رسميا العرض القطري،

كومان يحيي قاعدة جوارديولا

يرغب في الاستفادة من هذه القاعدة، بهدف النجاح مع الفريق الكتلوني. يشار إلى أن رونالد كومان تنتظره مهمة صعبة للغاية في برشلونة، فقد اهتزت صورة الفريق بشدة بعد الخسارة المذلة أمام بايرن ميونخ ٢-٠ في مسابقة دوري أبطال أوروبا، كما أن النادي يحاول التمسك بأسطورة الفريق ليونيل ميسي، الذي طلب الرحيل رسمياً.

الصرامة في تعامله مع لاعبي برشلونة. وأضافت أن المدرب الهولندي أعاد إحياء قاعدة قديمة كان يعتمد عليها مدرب برشلونة السابق بيب جوارديولا، والذي يعد أكثر مدرب ناجح مع برشلونة، حسب نفس المصدر. أما عن هذه القاعدة، فهي أن رونالد كومان استدعى لاعبي برشلونة قبل ساعة من بدء التدريبات. وتضيف صحيفة "ميرور" أن كومان

ويبدو أن المدرب الهولندي "الصارم" لا يريد أن يضع الكثير من الوقت في مرحلة إعادة بناء الفريق من جديد والعودة به إلى منصات التتويج المحلية والقارية، لاسيما وأن برشلونة يعج بتشكيلة من النجوم، والذين يتناسبون مع فكر كومان التكتيكي. وتشير صحيفة "ميرور" البريطانية أن رونالد كومان يعتمد على

❖ وكالات

منذ تولىه مهمة تدريب برشلونة قبل أسابيع ورونالد كومان لا يتوقف عن إرسال عدة إشارات تؤكد عزمه إعادة قطار «البولجورا»، إلى سكتة الصحيحة. فالمدرب الهولندي كان واضحاً مع أكثر من لاعب (سواريز، فيدال وغيرهما...)، إذ طلب منهم البحث عن فريق جديد لأنهم أصبحوا خارج حساباته في الموسم

وكيل فان دي بيك يكشف سبب فشل انضمامه لريال مدريد



❖ وكالات

كشفت سيك سوارت وكيل أعمال الهولندي دوني فان دي بيك لاعب خط وسط أياكس أمستردام، والمنضم حديثاً لصفوف مانشستر يونايتد، أسباب فشل انتقاله لريال مدريد. ووقع فان دي بيك أمس الأربعاء رسمياً عقود انتقاله لصفوف الشياطين الأحمر، لمدة ٥ سنوات مع إمكانية التمديد لعام إضافي.

وقال سوارت، خلال تصريحات نقلتها صحيفة "ماركا" الإسبانية، "كانت الكثير من الأندية مهتمة بفان دي بيك، مثل ريال مدريد، برشلونة، يوفنتوس، وآرسنال..

وأضاف، "في مارس/ آذار، كان كل شيء جاهزاً له لينضم لريال مدريد، لكن وباء كورونا أجل كل شيء، فالأندية لا تحصل على دخل ولا يمكنها البيع، وتغيرت الصورة بالكامل.. وتابع، "اعتقدت أن الانتقال إلى مانشستر يونايتد هو القرار الصحيح، والأخير ضغط بقوة لضمه، وهو نادٍ يحب الانتصارات ويريد العودة إلى هذا الطريق".

دعوة قطر للمشاركة في نسختين من كأس الذهبية

توقيعه في ٢٠١٧ لم يكن فقط لتعزيز التعاون بين الاتحادين لكن أيضاً لتطوير أداء الحكام والمسؤولين. وستكون قطر ثاني دولة من آسيا تشارك في كأس الذهبية بعد كوريا الجنوبية في ٢٠٠٠ و٢٠٠٢. وتستضيف الولايات المتحدة كأس الذهبية في الفترة ما بين ٢٠٢٠-٢٥ يوليو/ تموز المقبل. من جانبه أكد الاتحاد القطري لكرة القدم قبوله الدعوة، وقال في بيان رسمي، "سيُفصل بين مشاركة الغاني في بطولة كأس الذهبية العام القادم وبين انطلاق كأس العالم ٢٠٢٢ ١٧ شهراً..

حصل منتخب قطر بطل آسيا على دعوة للمشاركة في كأس الذهبية لكرة القدم بإتحاد أمريكا الشمالية والوسطى والكاريبي (الكونكاكاف)، ليكون أول فريق من الشرق الأوسط يشارك في البطولة، بعد اتفاق بين الاتحادين القاريين. وقال الاتحاد الآسيوي في بيان الخميس "تمت دعوة قطر، التي تستضيف نهائيات كأس العالم ٢٠٢٢، للمشاركة في نسختي العام المقبل و٢٠٢٣ من كأس الذهبية.. وأضاف الشيخ سلمان بن إبراهيم آل خليفة رئيس الاتحاد الآسيوي، أن الاتفاق الذي تم

«مايساك» يضرب ويشل الكوريتين.. ٣ أعاصير خلال أيام



العاصفة. وفي الوقت نفسه، بدأ الإعصار «هايشين» يتشكل قبالة الساحل، ومن المتوقع أن يتجه صوب كوريا الجنوبية الأسبوع المقبل.

كيم توك هون تفقد المناطق التي ضربتها الفيضانات وناقش سبل الحد من أضرار الإعصار مايساك. وبيت التلفزيون الرسمي في كوريا الشمالية تقارير ليلية، الأربعا والخميس، تظهر الفيضانات الناجمة عن

فهدها بعدما أرسلت نداء استغاثة بسبب الإعصار مايساك. وتحملت كوريا الشمالية وطأة الإعصار بالبحر الذي ضرب المنطقة الأسبوع الماضي. وذكرت وسائل إعلام رسمية، الخميس، أن رئيس الوزراء

❖ وكالات

ضربت رياح قوية وأمطار غزيرة معظم شبه الجزيرة الكورية، الخميس، بعد وصول الإعصار مايساك إلى البر، في الوقت الذي استمرت فيه جهود إصلاح الأضرار الناجمة عن إعصار ضرب المنطقة الأسبوع الماضي، بينما يتشكل إعصار ثالث قبالة الساحل. والإعصار «مايساك» الرابع الذي يضرب شبه الجزيرة الكورية هذا العام، وهو من أشد الأعاصير التي شهدتها منذ سنوات، ومن المتوقع أن يضرب معظم الكوريتين.

وقم إلغاء أو تأجيل مئات الرحلات الجوية، وتعرضت مدينة بوسان في جنوب كوريا الجنوبية لرياح قوية، مع وقوعها في مسار الإعصار مباشرة. وصدرت تحذيرات من الإعصار والأمطار الغزيرة في معظم مناطق كوريا الجنوبية، التي شهدت هذا العام أطول فترة متصلة من الطقس الحار، مما تسبب في فيضانات وانهيارات أرضية فتاكة. ويبحث خفر السواحل الياباني عن سفينة شحن تحمل آلاف الماشية، وعشرات من أفراد الطاقم، وذلك بعد

سوريا تعلن التصدي لهجمات صاروخية إسرائيلية

دمشق ذكرت وكالة الأنباء السورية «سانا»، ليلة الخميس، أن الدفاعات الجوية تصدت لهجمات صاروخية إسرائيلية، مشيرة إلى أن الخسائر من جراء القصف مادية فقط. وقالت الوكالة نقلا عن مصدر عسكري، «في الساعة ٢٣:٢٢ من مساء اليوم أطلق طيران العدو الإسرائيلي رشقة صواريخ من اتجاه التنف باتجاه مطار التيفور».

وأضاف المصدر العسكري، «تصدت (لطاقرات) وسائط دفاعنا الجوي، وأسقطت معظمها، واقتصر الخسائر على الماديات». وفي ٤ أغسطس الماضي، قتل ١٥ مسلحا ينتمون إلى ميليشيات موالية لإيران، في قصف جوي على مواقع عدة من ريف البوكمال شرقي سوريا. وأعلنت وكالة الأنباء السورية «سانا» حينها أن الدفاعات الجوية السورية تصدت لغارات جوية، قالت إسرائيل إنها شنتها جنوبي سوريا.

عريقات: عرض كوشنر على الفلسطينيين خارج إطار الدولة الوطنية

ولم يقل إن السيادة الأمنية الكاملة ستكون بيد إسرائيل من النهر إلى البحر، في إشارة إلى أن العرض لم يحقق طموح الفلسطينيين في دولتهم وأغل المبادئ والحقوق الأساسية للشعب الفلسطيني. وكان كوشنر، وجه رسالة للشعب الفلسطيني أمس الأربعاء قال فيها: «أقول للشعب الفلسطيني، إن العالم يريد لكم حياة أفضل، لكن لا بد أن تكون لديكم قيادة قادرة على ذلك» على حد تعبيره. وأضاف: «إن هناك خطة أمنية تضمن الأمن للفلسطينيين والإسرائيليين، وهناك عرض على الطاولة معروض على الفلسطينيين، ونأمل أن يتواصلوا، ويقتبلوا به».

وقال عريقات في بيان الخميس تعليقا على تصريحات كوشنر حول العرض، إن مستشار الرئيس الأميركي أعلن أن هناك عرضا للفلسطينيين على الرئيس جارييد كوشنر للفلسطينيين الذي أعلن عنه أمس هو «خارج إطار نظام الدولة الفلسطينية». وقال عريقات في بيان الخميس تعليقا على تصريحات كوشنر حول العرض، إن مستشار الرئيس الأميركي أعلن أن هناك عرضا للفلسطينيين على الرئيس جارييد كوشنر للفلسطينيين الذي أعلن عنه أمس هو «خارج إطار نظام الدولة الفلسطينية». وقال عريقات في بيان الخميس تعليقا على تصريحات كوشنر حول العرض، إن مستشار الرئيس الأميركي أعلن أن هناك عرضا للفلسطينيين على الرئيس جارييد كوشنر للفلسطينيين الذي أعلن عنه أمس هو «خارج إطار نظام الدولة الفلسطينية».

المحكمة العسكرية اللبنانية تجرم متهمة بالتخابر مع إسرائيل

بيروت أصدرت قاضي التحقيق العسكري في لبنان نجاة أبوشقرا القرار الاتهامي بحق كيندا الخطيب المتهمه بجرائم التواصل مع عملاء ومخالفة قانون مقاطعة

إسرائيل. وكانت الخطيب أوقفت في حزيران الماضي بتهمة التخابر مع الاحتلال الإسرائيلي وزيارة الأراضي المحتلة خلسة في العام ٢٠١٩ وإعطاء معلومات أمنية للاحتلال الإسرائيلي.

الجامعة العربية تبحث تداعيات جائحة كورونا

القاهرة بدأت في جامعة الدول العربية أعمال الدورة ١٠٦ للمجلس الاقتصادي والاجتماعي العربي على مستوى كبار المسؤولين برئاسة دولة الكويت عبر تقنية الفيديو كونفرانس. وأشادت الأمين العام المساعد، رئيس قطاع الشؤون الاجتماعية في الجامعة العربية السفيرة هيفاء أبو غزالة، إلى أن الدول العربية تشهد كدول العالم، تداعيات جائحة كورونا والتي أثرت على الأوضاع الصحية للمواطنين العرب، وما خلفه

ذلك ولا يزال من ضغوطات على الإمكانات الصحية ونظم الحماية الاجتماعية، فضلا عن الأزمة الاقتصادية وزيادة معدلات الفقر بمختلف أبعاد البطالة. وأوضح أن مشروع جدول أعمال المجلس الاقتصادي والاجتماعي أخذ في الاعتبار تداعيات هذه الجائحة في الدول العربية وكذلك دعم جهود دولة فلسطين لاحتواء آثار هذه الجائحة، إضافة إلى دعم لبنان اقتصاديا للتغلب على تداعيات كارثة انفجار بيروت.

ابو الغيط وميلادنوف يبحثان تطورات القضية الفلسطينية

القاهرة بحث الأمين العام لجامعة الدول العربية، أحمد أبو الغيط، والمنسق الخاص للأمم المتحدة لعملية السلام، نيكولاي ميلادنوف، وجهات النظر حول آخر التطورات المتعلقة بالقضية الفلسطينية. واتفق الجانبان خلال اتصال هاتفي على أهمية العمل في المرحلة القادمة على تثبيت محددات التسوية السلمية بين فلسطين وإسرائيل على أساس حل الدولتين، وإنهاء الاحتلال، وإقامة دولة فلسطينية قابلة للحياة على حدود ١٩٦٧، وعاصمتها القدس الشرقية.

كما اتفقا على أهمية تجنب التصعيد والعمل وضمان استمرار الترتيبات التي تم التوصل إليها مؤخرا بين حركة حماس وإسرائيل، بصورة تحول دون تدهور الموقف أو انفجاره في غضون فترة زمنية قصيرة. وأكد أبو الغيط خلال الاتصال الهاتفي، تمسك الجامعة العربية بالثوابت الرئيسية للقضية الفلسطينية، والتي تضمن حل الصراع مع إسرائيل وفق مبادئ القانون الدولي ومقررات الشرعية الدولية وقرارات مجلس الأمن ذات الصلة، والتي تحظى بإجماع عربي كامل، وبتأييد ودعم من المجتمع الدولي والأمم المتحدة.

أخيرا.. بكين تستقبل «الحدث المنتظر منذ مارس»

الصعود على متن الطائرات المتجهة إلى بلاده، ومنذ مارس، تم توجيه جميع الرحلات الجوية الدولية القادمة إلى بكين إلى عشرات المدن الأخرى. وشهدت الصين مرور أسابيع دون تسجيل إصابات جديدة بالعدوى محليا، وتم تسجيل ١١ حالة جديدة الخميس جميعها لوفاديين من الخارج.

مشددة، مثل اقتصار عدد الركاب الوافدين على ٥٠٠ مسافر تقريبا، كما سيخضع هؤلاء إلى اختبارات إضافية للفيروس عند الوصول، يليها أسبوعا من الحجر الصحي. وقال المتحدث باسم الحكومة الصينية شوهيجيان، إن المسافرين يجب أن يظهر أول اختبار فيروس كورونا السليبي قبل

رحلات من دول مثل كمبوديا واليونان والدنمارك وتايلاند وباكستان والنمسا وكندا والسويد، بعد توقفه عن استقبال الرحلات منذ مارس الماضي. وتعتبر الصين، التي كانت مهد الوباء، أن هذه الدول لا تشكل مخاطر كبيرة فيما يخص كورونا. لكن هذه الخطوة مرفقة بشروط

بكين بعد توقف دام عدة أشهر بسبب انتشار فيروس كورونا المستجد، استأنفت العاصمة الصينية بكين، الخميس، استقبال الرحلات الجوية الدولية لكن على نطاق محدود. وأفادت وكالة «أسوشيتد برس» أن مطار بكين الدولي شرع في استقبال

ماذا حدث لطائرة الرئاسة الفرنسية في بيروت؟



مفادرتها.. وأضاف: «الطائرة التي سبقت ماكرون الأسبوع الماضي هي التي تضررت، وأصيب جناحها بأحد انفجارات، وقد تم إصلاحها، وغادرت بشكل طبيعي».

وقال الجوت في تصريح «إن طائرة ماكرون كانت موجودة في المطار ولم تصب بأي أذى، وقد أقلت الرئيس الفرنسي وغادر بواسطتها إلى العراق، بل وأقلعت قبل ٧ دقائق من موعد

إيست» محمد الجوت، الأربعاء، كل ال أن تكون الطائرة الخاصة بالرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون أصيبت بأي أذى عند هبوطها ومفادرتها مطار رفيق الحريري الدولي..

بيروت نشرت القناة الفرنسية الثالثة على موقعها الإلكتروني، الأربعاء، أن جناح الطائرة الرئاسية الفرنسية التي كانت تقل الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون اصطدم، الاثنين، بمبنى «هنغر» في مطار رفيق الحريري الدولي. وذكر الموقع أن الطيارين غير مسؤولين عن هذه الحادثة، التي وقعت بينما لم يكن الرئيس الفرنسي على متن الطائرة. وقال أحد الصحفيين الفرنسيين إن «الجناح الأيسر للطائرة الرئاسية إيرباص ٣٣٠ قد تضرر بعد اصطدام الطائرة بهنجر أثناء عملية ركنها يوم الاثنين». ولفت الصحفي الفرنسي ميشال بولاكو، في تصريح له على موقع التواصل الاجتماعي، إلى أن ماكرون لم يستخدم الطائرة الرئاسية (عقب الحادث)، بل سافر على متن طائرة من طراز «فالكون». وتناقلت بعض وسائل الإعلام اللبنانية الخبر، وأشار بعضها إلى أن الطائرة الرئاسية من نوع «إيرباص ٣٣٠» تضررت أثناء تواجدها في مطار بيروت الاثنين الماضي. وذكر بعضها أن «الأضرار منعت ماكرون من العودة على متنها». وفي المقابل، نفى رئيس مجلس إدارة شركة طيران الشرق الأوسط، «الميدل

تفاصيل «رسمية» صادمة عن حادث الاغتصاب الجماعي بفندق إسرائيلي

القاهرة قدم المدعي العام الإسرائيلي، الأربعاء، لائحة اتهام ضد ١١ شخصا بينهم ٨ قاصرين، على خلفية الضلع في حادثة اغتصاب جماعي تعرضت لها فتاة قاصر الشهر الماضي، في غرفة فندق بمدينة إيلات الساحلية، أثار صدمة في إسرائيل. ووجهت تهمة الاغتصاب، مع أسباب مشددة للعقوبة، إلى ٤ مشتبه بهم في القضية بينهم قاصران، بحسب لائحة الاتهام المقدمة إلى المحكمة المركزية في مدينة بئر السبع جنوب إسرائيل. واتهم ٧ آخرون بالمساعدة في الاغتصاب، أو ارتكاب أعمال غير لائقة، أو عدم منع ارتكاب جريمة بحق القاصر البالغة ١٦ عاما، في أحد فنادق المدينة الساحلية المطل على البحر الأحمر، مستغلين وضعها تحت تأثير الكحول. وجاء في اللائحة الاتهامية أن رجلين

تلقى الشكوى قبل أسبوعين. وأضاف أنه «خلال التحقيق، جمعت وناقض مرئية وأدلة جنائية وغير ذلك الكثير، ويفضل ذلك تمكن المحققون من تعقب هويات جميع المتورطين واعتقالهم». وأوضح شاني موران، محامية القاصر، أن «الفتاة بالكاد تغادر منزلها» ولم تتمكن من العودة إلى المدرسة. وأضافت في تصريحات للإذاعة العامة «إن يتمكن عقلها وروحها من نسيان ما حصل معها». وأثارت الحادثة صدمة في إسرائيل، كما شكلت شرارة لما وصف بالنسخة المحلية من حركة «أنا أيضا» المناهضة للاعتداءات الجنسية. وعلق رئيس الوزراء بنيامين نتانياهو على الحادثة قائلا «ما حدث صادم.. لا أجد أي كلمة أخرى. الجريمة لا تطاول فتاة فحسب بل إنها جريمة ضد الإنسانية».

تعزيز مكانة الإمارة كوجهة عالمية مفضلة للزيارة وكذلك الإقامة والعيش بها. فيما ستمهد استراتيجية جاهزية دبي لاستقبال المتقاعدين الطرياق أمام المقيمين في داخل الدولة وخارجها للاستفادة من نهج دبي في الافتتاح على العالم وسعيها الدائم لترسيخ قيم التعايش والتعاون وتوفير نوعية الحياة المميزة.. وأضاف: «سيساهم برنامج التقاعد في دبي في نمو القطاع السياحي، من خلال الزيارات المتكررة لأقارب وأصدقاء المتقاعدين، وأيضا زيادة عدد الزيارات والرحلات من الأسواق التي يأتي منها المتقاعدون للإقامة في دبي، وسيكون لهذا صدى وتأثير أوسع من خلال الترويج لدي كوجهة مفضلة وأمنة للمتقاعدين مع تسليط الضوء على أسلوب الحياة العصري والمميز في المدينة، وكذلك ما تقدمه من تجارب حياة وعروض متنوعة تناسب طمعات الجميع».

أطلقت دبي برنامجا للتقاعد في الإمارة من تزيد أعمارهم على ٥٥ عاما، سواء من المقيمين داخل دولة الإمارات أو المقيمين على التقاعد حول العالم، حسبها أفادت وكالة أنباء الإمارات (وام). ويعتبر هذا البرنامج الأول من نوعه على مستوى المنطقة للأجانب الذين تزيد أعمارهم على ٥٥ عاما، حيث يوفر للمقيمين في الدولة من بلغوا سن التقاعد، وكذلك كبار السن في جميع أنحاء العالم، فرصة الاستمتاع بأسلوب حياة فريد في دبي. وعملت دائرة السياحة والتسويق التجاري في دبي ضمن إطار التشجيع على الاستفادة من البرنامج مع شركائها، لتطوير مقومات رئيسية للتسهيل على المتقاعدين اتخاذ مثل هذا القرار المهم في حياتهم، ضمن قطاعات الرعاية الصحية والعقارات والتأمين والبنوك، حيث ستتاح كل هذه

العنوان : عمان / شارع الملكة رانيا (الصحافة سابقا)

هاتف : ٥١٥٤٠٠١
فاكس : ٥١٦٦٠٦٥

رئيس التحرير خالد خازر الخريشا

الأمم

NATIONS NEWSPAPER
الأمم
بيروت - لندن - شنغهاي