

## رئيس هيئة الأركان المشتركة يتابع تمريناً تعبويًا

عمان

تابع رئيس هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن يوسف أحمد الحنيطي، بحضور رئيس أركان الدفاع للجيش البريطاني الجنرال سيرنيكولاس كارتر، الجمعة، مجريات التمرين التعبوي الذي نفذته كتيبة التدخل السريع (٨١) وكتيبة المظليين الثالثة البريطانية في أحد ميادين التدريب المخصصة. وأشتمل التمرين على رميات مدفعية ورمية قناصين ورمية الرشاشات المتوسطة، إضافة إلى الإخلاء الطبي، والقتال في المناطق المبنية حيث أظهر المشاركون في التمرين مهارة عالية في تنفيذ المهام لمختلف مراحل التمرين بدقة في إصابة الأهداف. ويهدف التمرين إلى تعزيز العمل والتعاون المشترك وتبادل الخبرات العسكرية بين البلدين الصديقين وعلى مختلف المستويات العملية والتدريبية واللوجستية. ويأتي التمرين الذي حضره الملحق الدفاعي البريطاني في عمان وعدد من كبار ضباط القوات المسلحة ضمن البرامج والخطط التدريبية السنوية والتي تنفذها القوات المسلحة مع عدد من الجيوش الشقيقة والصديقة وصولاً إلى أعلى مستويات الكفاءة والجاهزية لدى منتسبيها.

## الخارجية تدين اغتيال رئيس جمهورية هايتي

عمان

دانت وزارة الخارجية وشؤون المغتربين، اغتيال رئيس جمهورية هايتي جوفينيل موييس. وأعربت الوزارة عن خالص التعازي لحكومة وشعب جمهورية هايتي ولأسرة الرئيس الراحل. وأكدت موقف المملكة الثابت والراض لكافة أشكال الأعمال الإرهابية والإجرامية مهما كانت دوافعها وأسبابها.

## انذار ١١٧ منشأة مخالفة للاشتراطات الصحية والمهنية

عمان

وجهت فرق التفتيش التابعة لادارة الرقابة والتفتيش الصحي والمهني في أمانة عمان، ١١٧ انذاراً لمنشآت مخالفة، للاشتراطات الصحية والمهنية، كما سجلت إغلاقين لمخالفة أمر الدفاع. وبلغ عدد الزيارات المجدولة ٦٨٤ زيارة، كما تم متابعة ٣١ منشأة اقتصادية تقدم الأرجيلة.

## منصة للحاصلين على مطاعيم لا تمكنهم من دخول بعض الدول

عمان

أطلقت وزارة الصحة، اليوم الخميس، منصة إلكترونية لاستقبال طلبات الأردنيين المقيمين والعاملين في الخارج (المملكة العربية السعودية، الكويت، الدول الأوروبية، أميركا، كندا) والمطعمين بمطاعيم لا تمكنهم من دخول تلك الدول بناءً على نوع المطعوم. وأوضحت الوزارة أنه بإمكان الأردنيين المقيمين والعاملين في تلك الدول التسجيل على هذه المنصة والمتوفرة على الموقع الإلكتروني لوزارة الصحة www.moh.gov.jo وذلك بهدف حصر أعداد هذه الفئة تمهيداً لاتخاذ الإجراءات المناسبة لحل هذا الموضوع.

## الغذاء والدواء: دواء كولشيسين متوفر في السوق المحلية

عمان

قال مدير عام المؤسسة العامة للغذاء والدواء، الدكتور نزار مهيدات، إن السماح مؤخراً بتصنيع دواء "كولشيسين" محلياً، أسهم في عدم انقطاع الدواء ورفد السوق المحلية بكميات كافية منه، وبما يضمن توفيره في المملكة للاستخدام بعلاج مرضى البحر الأبيض المتوسط وغيرها من الاستخدامات الطبية الأخرى. وأشار مهيدات، في بيان صحفي أصدرته المؤسسة أن المؤسسة تسخر إمكاناتها كافة، لا سيما في ظل تداعيات جائحة كورونا لتعزيز الأمن الدوائي، وضمان توفير الأدوية في السوق الأردنية وعدم انقطاعها من خلال دعم الصناعة الوطنية والشركات المحلية وتبسيط الإجراءات أمامها.

ودعت المؤسسة العامة للغذاء والدواء المواطنين ومقدمي الرعاية الصحية للتواصل معها وإبلاغها في حال عم توفر أي دواء في السوق المحلية على خط الشكاوى المجاني ١١٧١١٤، والبريد الإلكتروني info@FDA.jo، وعبر تطبيق واتساب على الرقم ٠٧٩٥٩٣٢٠٠٠.

## ٣٦٢ مليوناً و٣٢٩ ألف دينار المبلغ الإجمالي لـ ١٥٠٤٧ اتفاقية تقسيط

عمان

أوضحت المؤسسة العامة للضمان الاجتماعي، أن ٣٦٢ مليوناً و٣٢٩ ألف دينار، المبلغ الإجمالي لـ ١٥٠٤٧ اتفاقية تقسيط جديدة ومجدولة، أبرمت مع المنشآت المدنية؛ وفقاً لأوامر الدفاع والبلديات الصادرة بموجبها. وطالبت المؤسسة، في بيان صحفي المنشأت كافة بحضور متابعة أي مستجدات من قرارات أو بلاغات تصدر عنها بخصوص تقسيط المبالغ المدنية، والتي تتضمن عادة إعفاءات وتسهيلات في تقسيط هذه المبالغ.

وأضافت المؤسسة أن المنشآت التي أبرمت اتفاقيات تقسيط للمبالغ المستحقة عليها عن أشهر (آذار ونيسان وآيار) من العام الماضي، وصل عددها إلى ٤٩٧١ منشأة وبمبلغ إجمالي بلغ ١٦ مليون دينار.

## مؤكد ان الوقت المخصص للإجابة عن بعض الأسئلة كان غير كاف

## التربية: وجود أسئلة فيزياء ذات مستوى عال من الصعوبة

عمان

أكدت اللجنة الفنية التي تم تشكيلها للوقوف على الملاحظات والانطباعات حول امتحان مبحث الفيزياء، أن الوقت المخصص للإجابة عن بعض الأسئلة كان غير كاف، ووجود عدد من الأسئلة ذات مستوى عال من الصعوبة، وأن عدداً غير قليل من الطلبة قد حصلوا على علامات كاملة. وأضافت اللجنة المكونة من تسعة أساتذة ومشرفين متخصصين في مبحث الفيزياء، أنها قامت بتحليل الأسئلة والإطلاع على عدد الذين أجابوا إجابات صحيحة عن كل سؤال، والتأكد أن الأسئلة من داخل المنهج. وأشارت وزارة التربية والتعليم إلى أنه تم عرض ذلك على متخصصين في علم القياس والتقويم، حيث تمت معالجة الملاحظات التي أوردتها اللجنة الفنية إحصائياً بما يحقق مصلحة الطلبة والعدالة بينهم. وأكدت وزارة التربية والتعليم، أن نسب النجاح لمبحث الفيزياء جاءت بمستوى يعادل أو أعلى من معدل نسب النجاح في السنوات العشر الماضية. وطمأنت الوزارة الطلبة ودعتهم إلى التركيز على امتحاناتهم المقبلة، وعدم الالتفات إلى ما ينشر حول الامتحانات السابقة. وعملت إدارة الامتحانات على استخراج النتائج الأولية للامتحان.



## ٦ وفيات ٤٦٨ إصابة جديدة بفيروس كورونا في المملكة

عمان

أعلنت وزارة الصحة الجمعة، عن تسجيل ٦ وفيات و٤٦٨ إصابة جديدة بفيروس كورونا في المملكة، ليرتفع إجمالي الوفيات إلى ٩٨١٨ والإصابات إلى ٧٥٥٩٤٨. وأشارت الوزارة في الوباء اليومي لإحصائية (كوفيد-١٩) في المملكة، إلى أن عدد الحالات النشطة حالياً وصل إلى ٦٩٠٢ وعدد الحالات التي أدخلت إلى المستشفيات ٦٨، فيما غادرت ٥٥ حالة، ليصل إجمالي الحالات المؤكدة التي تتلقى العلاج في

المستشفيات إلى ٤٨٧. وبينت الإحصائية، أن نسبة إشغال أسرة العزل في إقليم الشمال بلغت ٧ بالمئة، وأسرة العناية الحثيثة ١٦ بالمئة، فيما بلغت نسبة إشغال أجهزة التنفس الاصطناعي ٦ بالمئة. وفي إقليم الوسط، بلغت نسبة إشغال أسرة العزل ١٤ بالمئة، والعناية الحثيثة إلى ٢٤ بالمئة، بينما بلغت نسبة إشغال أجهزة التنفس الاصطناعي ٨ بالمئة. وبلغت نسبة إشغال أسرة العزل في إقليم الجنوب ٥ بالمئة، ونسبة إشغال أسرة العناية

## مصر تحذر من تضرر حقوقها المائية أو تعرض بقائها للخطر

القاهرة

اعتبر وزير الخارجية المصري سامح شكري أن سد النهضة "يشكل تهديداً وجودياً" بالنسبة إلى مصر، مطالباً بـ"اتفاق ملزم قانوناً" بالنسبة إلى إثيوبيا في ما يتعلق بالسد. وقال الوزير المصري في كلمة له أمام مجلس الأمن إن "المسار التفاوضي الذي يقوده الاتحاد الإفريقي قد وصل لطريق مسدود". وأضاف شكري "تطالب مصر مجلس الأمن بتبني مشروع القرار الخاص بمسألة سد النهضة الإثيوبي والتي تم تعميمه من قبل جمهورية تونس الشقيقة"، معتبراً أن هذا المشروع "متوازن وبناء". "وحذر من أنه" إذا تضررت حقوق مصر المائية أو تعرض بقائها للخطر... فلا يوجد أمام مصر بديل إلا أن تحمي وتصون حقها الأصلي في الحياة وفق ما تضمنته لها القوانين". وأكد في كلمته خلال الجلسة على رفض مصر للإجراءات الإثيوبية التي تهدف لتحويل نهر النيل إلى أداة سياسية

لبسط النفوذ والسيطرة، وطالب شكري مجلس الأمن بالتدخل العاجل لمعالجة الوضع لمنع تصاعد التوتر. ولفت شكري إلى أن عدم تدخل مجلس الأمن لحل أزمة سد النهضة يعني إهماله في الاضطلاع بمسؤوليته. وعقب انتهاء جلسة مجلس الأمن خصصت لبحث ملف سد النهضة جدد شكري دعوته لجلس الأمن للتدخل لحل النزاع سلمياً. وقال شكري، "إثيوبيا وإجراءتها الأحادية تفضح تجاهلها ويل ازدراؤها للقانون الدولي وتكشف أهدافها السياسية الحقيقية وسعيها إلى أسر نهر النيل والتحكم فيه وتحويله من نهر عابر للحدود جالب للحياة إلى أداة سياسية لممارسة النفوذ السياسي وبسط السيطرة وهو ما يهدد الأمن والسلم في المنطقة". وأضاف الوزير المصري: "التصرفات الأحادية الإثيوبية والاختراق المتواصل للمفاوضات مع غياب أي مسار فعال وجاد لتحقيق تسوية سياسية في هذه القضية هي الاعتبارات التي دفعت مصر لمطالبة

## مقرر أممي: المستوطنات الإسرائيلية بمثابة جريمة حرب

عمان

قال محقق في مجال حقوق الإنسان بالأمم المتحدة الجمعة، إن المستوطنات الإسرائيلية في الضفة الغربية تصل لمستوى جريمة حرب، مطالبا الدول بأن توضح لإسرائيل أن احتلالها غير المشروع "لا يمكن أن يستمر بلا ضم". وكان مايكل لينك، مقرر الأمم المتحدة المعني بحالة حقوق الإنسان في الأراضي الفلسطينية المحتلة، يلقي كلمة أمام جلسة لمجلس حقوق الإنسان التابع للمنظمة الدولية في جنيف. وقاطعت إسرائيل الجلسة إذ أنها لا تعترف بتقويض لينك ولا تتعاون معه. وقال لينك "ما خلصت إليه أن المستوطنات الإسرائيلية تصل لمستوى جريمة حرب". وأضاف "أقول لكم إن هذه النتيجة تلزم المجتمع الدولي بأن يوضح لإسرائيل أن احتلالها غير المشروع وتحديدها القانون الدولي والرأي الدولي لا يمكن أن يستمر بلا ضم".

## حقوق الإنسان يدعو توفير أماكن لعب وترفيه آمنة للأطفال

عمان

دعا المركز الوطني لحقوق الإنسان إلى ضرورة اتخاذ إجراءات عاجلة لتأمين السلامة العامة عند تجمعات المياه كالسدود والبرك الزراعية والتجمعات المائية، والتي قد تشكل خطراً على الأفراد بشكل عام، وعلى الأطفال بالتحديد بشكل خاص، مع ضرورة توفير أماكن لهم وترفيه آمنة لهم. وأوضح المركز في بيان أصدره، - في معرض تعليقه على حادثة غرق أربعة أشخاص في سد الكرامة - أنه يتناول في تقاريره السنوية حول حالة أوضاع حقوق الإنسان، موضوع حوادث الفرق وضرورة اتخاذ إجراءات فاعلة من قبل الجهات المعنية كافة لوضع حد لهذه الحوادث، واتخاذ كافة إجراءات السلامة العامة حول المناطق التي تشكل مصدر خطر وتهديد لحياة الناس.

تابع ص ٢

## لجنة فنية لدراسة واقع حال مراكز الأمل للتربية الخاصة

عمان

وجه الأمير مرعد بن رعد رئيس المجلس الأعلى لحقوق الأشخاص ذوي الإعاقة، بتشكيل لجنة فنية، لدراسة واقع حال مراكز الأمل للتربية الخاصة وعرض الأمور المتعلقة بالأشخاص ذوي الإعاقة، وتشكيل مراكز الأمل للتربية الخاصة التابعة للاتحاد العام. وقال رئيس الهيئة الإدارية المؤقتة للاتحاد العام للجمعيات الخيرية عاطف عضيبيات، لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، أن الأمير مرعد بن رعد وجه العنيتين بتشكيل لجنة بالتعاون مع وزارة التنمية، لدراسة واقع حال مراكز الأمل للتربية الخاصة، بعد إجراء الزيارات الحسية، والتوصيات التي ستقدم لها تمهيداً لإعادة فتحها، بخطة عمل تشاركية لإعادة تفعيل هذه المراكز والقيام بدورها تجاه هذه الفئة. وذكر عضيبيات، أن الاتحاد العام للجمعيات الخيرية، حريص كل الحرص على إعادة عمل مراكز الأمل للتربية الخاصة، واستمرارية تقديم خدمات التدريب والتأهيل للأشخاص ذوي الإعاقة، بعد فترة الإغلاق بسبب تداعيات جائحة كورونا.

تابع ص ٢

## إقبال على تسويق أصاحي العيد عبر التواصل الاجتماعي

عمان

يُقبل تجار الأضاحي على مواقع التواصل الاجتماعي لنشر وتسويق أصاحي العيد التي يعرضونها بالفيديو والصور وأماكن تواجدها وأوزانها وأعمارها وأسعارها الأمر الذي يسهل عملية البيع والشراء ويقطل أعداد الحظائر في مختلف المحافظات ويخفف من التجمعات. وقال تجار ماشية وكالة الأنباء الأردنية (بترا) أنه وبفضل النشر في حساباتهم بمواقع التواصل الاجتماعي وفي حسابات عامة خاصة ببيع الأضاحي، يتلقون اتصالات كثيفة من مشترين يأتون لمعاينة الأضاحي التي شاهدوها، مشيرين إلى أن استخدام هذه المواقع جعل العديد منهم يفتي ماشيته في أماكنها ليأت إليها المشترين دون الحاجة لعرضها على قارعة الطريق وما ينتج عن هذا من مكاره صحية. وأوجدت منشورات البيع عبر مواقع التواصل ما يُسمى "حجز مسافة الطريق" أي أن المشاهد للإعلان يقوم بحجز الأضحية التي اختارها من بين المشاية المعروضة بالمنشور، فيلتزم التاجر بعدم بيع هذه الأضحية حتى وصول المشتري وبحسب مدة المسافة التي سيقطعها.

والصور والفيديو للأضاحي عادة ما تختلف عن الواقع كما يقول التجار في محافظة المرقب سيف العيسى الذي يشير إلى بعض الاختلافات التي تحدث بسبب تطبيقات التصوير الحديثة التي تظهر فيها صورة الأضحية وحجمها مختلفة عن الواقع، لذا يقوم بعض التجار بحسب قوله بعنونة منشوراتهم بـ "صور أضاحي دون فلاتر". ويضيف العيسى أن الإقبال كبير على شراء الأضاحي من خلال الإعلانات ونسبة تصل لديه إلى ٩٠٪ من حجم البيع الذي يأتي المشتري لمعاينة الأضحية فقط، مشيراً إلى أن المشترين يأتون إليه من عمان والزرقاء بفضل مواقع التواصل وهو جالس في بيته، موضحاً أن الأسعار تختلف من محافظة إلى أخرى بحسب الطلب، إلا أنها وبالمجمل تتراوح للخاروف البلدي القائم بين أربعة إلى خمسة دنائير للكيلو الواحد وبحسب الوزن الذي كلما قل كلما زاد السعر، أما الخاروف المستورد فتمتد أربعة دنائير فأقل.

تابع ص ٢

## إقبال على تسويق أضاحي العيد عبر مواقع التواصل الاجتماعي

عمان

يُقبل تجار الأضاحي على مواقع التواصل الاجتماعي لنشر وتسويق أضاحي العيد التي يعرضونها بالفيديو والصور وأماكن تواجدها وأوزانها وأعمارها وأسعارها الأمر الذي يسهل عملية البيع والشراء ويقلل أعداد الحظائر في مختلف المحافظات ويخفف من التجمعات.

وقال تجار ماشية لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) أنه ويفضل النشر في حساباتهم بمواقع التواصل الاجتماعي وفي حسابات عامة خاصة ببيع الأضاحي، يتلقون اتصالات كثيفة من مشترين يأتون لمعاينة الأضاحي التي شاهدوها، مشيرين إلى أن استخدام هذه المواقع جعل العديد منهم يبتغي ماشيته في أماكنها ليأت إليها المشترين دون الحاجة لعرضها على قارعة الطريق وما ينتج عن هذا من مكاره صحية.

وأوجدت منشورات البيع عبر مواقع التواصل ما يُسمى "حجز مسافة الطريق" أي أن المشاهد للإعلان يقوم بحجز الأضاحي التي اختارها من بين المشاهير المعروضة بالمشور، فيلتزم بالتاجر بدم بيع هذه الأضاحي حتى وصول المشتري وبحسب مدة المسافة التي سيقطعها.

والصور والفيديو للأضاحي عادة ما تختلف عن الواقع كما يقول التاجر في محافظة المرقب سيف العيسى الذي يشير إلى بعض الاختلافات التي تحدث بسبب تطبيقات التصوير الحديثة التي تظهر فيها صورة الأضاحي وحجمها مختلفة عن الواقع، لذا يقوم بعض التجار بحسب قوله بعنوان منشوراتهم بـ "صور أضاحي دون فلاتر".

ويضيف العيسى أن الإقبال كبير على شراء الأضاحي من خلال الإعلانات وبنسبة تصل لديه إلى ٩٠٪ من حجم البيع الذي يأتي المشتري لمعاينة الأضاحي فقط، مشيراً إلى أن المشترين يأتون إليه من عمان والزرقاء بفضل مواقع التواصل وهو جالس في بيته، موضحاً أن الأسعار تختلف من محافظة إلى أخرى بحسب الطلب، إلا أنها وبالجملة تتراوح للخاروف البلدي القائم بين أربعة إلى خمسة دنانير للكيلو الواحد وبحسب الوزن الذي كلما زاد السعر، أما الخاروف المستورد فتمنعه أربعة دنانير فقط.

وعملية البيع والشراء هذا العام أقوى بكثير من العام الماضي بحسب تاجر الماشية في لواء الرمثا بلال أبو دريس الذي وحتى تاريخه يلاحظ وجود فارق كبير في البيع مقارنة بمثل هذا الوقت من العام الماضي، مؤكداً أن ٨٠٪ من بيع الأضاحي لديه هو من خلال منشوراته بمواقع التواصل الاجتماعي التي يقدم فيها جميع المعلومات عن الأضاحي.

ويضيف أن المشترين من خلال الإعلانات يأتون إلى مزرعته بالرمثا من محافظات إربد وعمان ومادبا، مشيراً إلى أن أكثر المشترين من الرمثا يفضلون شراء أضاحيمهم من الجبال وخارج الرمثا يشترون منه العجول والخراف، مبيناً أن الإعلانات سهلت على التجار نقل الأضاحي إلى الحظائر وبالتالي نقل المياه والأعلاف إليها وبذل جهود مضاعفة.

أما التاجر في محافظة جرش أحمد الزيادة فهو يعمل بتجارة الأضاحي في موسم عيد الأضاحي فقط، ويشترى الأضاحي عبر منشورات مواقع التواصل ليقوم في موسم العيد بإعادة بيعها دون إعلان بمواقع التواصل؛ لأنه يعمل ضمن عدد محدود من الأضاحي التي يجلبها لمشتريين ومعارف وأشخاص معروفين ومحدد مسبقاً لديه، وبالتالي لا يحتاج الزيادة إلى نشرها في إعلانات، مضيفاً "الذي يتاجر في عدد كبير من الأضاحي يلجأ إلى الإعلانات إضافة إلى وضعها في الحظائر ليصاهاها الناس، أما التاجر بأعداد قليلة إما أن يبيعها لمشتريين يعرفهم مسبقاً أو أن يلجأ للإعلان في مواقع التواصل لجلب المشترين".

ويضيف أن كثيراً من التجار والمواطنين يفضلون الشراء من خلال الإعلانات وليس من "أسواق الجلال"، لوجود عدد من محتركي هذه الأسواق الذين يتحكمون بأسعار البيع والشراء فيها.

ويؤكد التاجر ومربي الماشية في محافظة الزرقاء فرحان المشاقبة، أن إعلانات بيع الأضاحي عبر مواقع التواصل تشكل النسبة العالية من عمليات البيع لديه وأنه ويفضلها يأتي المشترين من خارج الزرقاء، مشيراً إلى أن ارتفاع الأسعار هو بسبب ارتفاع أسعار الأعلاف والعلاجات التي تنعكس أخيراً على المشتري. (بترا- زياد الخشابنة)

## وزير الاقتصاد الرقمي: تفعيل الهوية الرقمية أب المقبل

عمان

قال وزير الاقتصاد الرقمي والريادة المهندس أحمد الهنايدة، إن مجلس الوزراء وافق على الاستراتيجية الوطنية للتحوّل الرقمي التي تمّ إعدادها انسجاماً مع السياسات والاستراتيجيات الوطنية والاتجاهات العالمية في هذا المجال.

وأضاف لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، أن الوزارة قدمت من خلال الاستراتيجية جدولاً مع خطة زمنية أساسها تقديم جميع الخدمات للمواطن، وفقاً للتوجهات الملكية السامية، ليشعر المواطن بالفارق بإسرع وقت ممكن.

وأوضح أن تفعيل الهوية الرقمية سيتم خلال شهر آب المقبل، مشيراً إلى أن المواطن يستطيع تفعيل هويته الرقمية عن بعد، إلا أن هناك نسبة خطأ عالية، إذ تحتاج العملية إلى إجراء مطابقة للصورة ضمن أبعاد محددة.

وبيّن أن الوزارة شكلت فريقاً لزيارة التجمعات بهدف تفعيل الهوية الرقمية والتوقيع الإلكتروني، حيث يستطيع المواطن رؤية جميع معلوماته والحصول على الخدمات التي يتم رقمنتها من خلال منصة الخدمات الموحدة (سند)، "وسيكون لامركزية بالخدمات ولكن مركزية في تقديم الخدمة"، إذ أن قرارات مجلس الوزراء صدرت بوجود مركزية بإدارة التحوّل الرقمي لها أهداف واضحة وخطة عمل معلنّة. وأشار إلى أنه تمّ تشكيل لجنة للتحوّل الرقمي بقرار من مجلس الوزراء، تضم خبراء من القطاع العام والخاص، إحدى أبرز مسؤولياتها التأكد من ديمومة الاستراتيجية في الخطة التنفيذية الخاصة بها، وحمايتها من التغيير في حال تغيير الحكومات ومراقبة أداء الجهاز التنفيذي على هذه الخطة.

وأشار إلى أن من أهداف الوزارة ورؤيتها أن تتم جميع الخدمات الحكومية بسهولة، ضاربا بذلك مثال منصة المطاعيم التي نفذت خلال ٢٠ يوماً، مؤكداً وجود تحدّي في طول الإجراءات التي تعمل الوزارة على تبسيطها. وكان مجلس الوزراء وافق أمس الأربعاء على الاستراتيجية الوطنية للتحوّل الرقمي والخطة التنفيذية للأعوام (٢٠٢١ - ٢٠٢٥)، التي تمّ إعدادها انسجاماً مع السياسات والاستراتيجيات الوطنية والاتجاهات العالمية في مجال التحوّل الرقمي.

ويأتي وضع الاستراتيجية نظراً للحاجة إلى وجود إطار تشريعي وتنظيمي يضمن موكبات التطور السريع الحاصل في مجالات التحوّل الرقمي وتعزيزه على الصعيد المحلي، سواء في القطاع العام والخاص أو على مستوى الأفراد.

وتهدف الاستراتيجية إلى تعزيز الشفافية والانفتاح، وتحسين نوعية الخدمات وجعلها أكثر فاعلية واستدامة وموثوقية، بالإضافة إلى الارتقاء بكفاءة الأداء، واختصار الوقت وخفض الكلف وتحقيق مرونة وكفاءة في العمليات الإنتاجية، وتعزيز بيئة العمل.

# الحنيطي يفتتح دورة الدفاع الوطني رقم ١٩



عمان

تمنياً لهم التوفيق خلال التحاقهم بهذا الصرح العلمي العسكري المميز. وتخل افتتاحية الدورة محاضرة لرئيس أركان الدفاع للجيش البريطاني قال فيها: أننا بحاجة للاستفادة من الأمن الدفاعي لبناء نظام إقليمي للتعامل مع الأزمات المختلفة، ولدنيا مفاهيم جديدة في استخدام الدبلوماسية الدفاعية من خلال الاستخدام الجيد لأمننا وقواتنا العسكرية والعلاقات مع حلفائنا وشركائنا. وأضاف إلى "أننا نحتاج إلى ضبط الدبلوماسية الأمنية الجديدة من خلال التكامل، لأنها الطريقة الوحيدة لتحقيق التوازن فنحن بحاجة إلى الاستثمار في الموارد البشرية بالطريقة التي من شأنها أن تساعدنا في مواجهة التحديات وسد الفجوات حتى تتمكن من مواجهة التهديدات بشكل أفضل خاصة في ظل هذه المرحلة التحولية التي تشهدها المنطقة".

وكان رئيس هيئة الأركان المشتركة، قد استقبل في مكتبه بالقيادة العامة، رئيس أركان الدفاع للجيش البريطاني بحضور السفيرة البريطانية في عمان وعدد من الملحقين العسكريين الممتدنين للدول الشقيقة والصديقة.

وكان رئيس هيئة الأركان المشتركة، قد استقبل في مكتبه بالقيادة العامة، رئيس أركان الدفاع للجيش البريطاني بحضور السفيرة البريطانية والملحق العسكري البريطاني، والذي جرى له استقبال عسكري رسمي، استعرض خلاله حرس الشرف الذي اصطف لتحيته.

ويبحث مع الضيف، آخر التطورات على الساحتين الإقليمية والدولية، وأوجه التعاون والتنسيق في مجال التدريب العسكري المشترك وسبل تعزيز العلاقات الثنائية بما يخدم مصلحة القوات المسلحة في البلدين الصديقين.

لدمع تنفيذ الإجراءات البنينة على أسس علمية، وتوطين مفاهيم الاقتصاد الأخضر والداري، بهدف حماية الموارد الطبيعية والتنوع الجيوي والحفاظ عليهما، من خلال تحسين آليات تصميم المواد الكيميائية وصناعتها واستخدامها وإعادة تدويرها ونقلها والتخلص منها.

وشدد الخشاشنة على ضرورة تشجيع إقامة المشاريع الهادفة للحفاظ على البيئة، كإنتاج الهيدروجين الأخضر والأمونيا الخضراء باستخدام الطاقة المتجددة، لافتاً إلى الجهود التي تبذل على المستوى الوطني بهذا الصدد، وأهمية الدعم الذي تقدمه الحكومة الألمانية لدعم التحول نحو إنتاج حمض النيتريك باستخدام تقنية سليمة بيئياً بدلاً من الوسائل التقليدية، لضمان عدم انبعاث غازات أكسيد النيتروز، التي لها تأثير كبير في ظاهرة التغير المناخي.

كما شد على ضرورة تشجيع استخدام مواد كيميائية أكثر أماناً، لتجنب الحوادث

عمان

افتتح رئيس هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن يوسف أحمد الحنيطي بحضور رئيس أركان الدفاع للجيش البريطاني الجنرال سير نيكولاس كارتز، دورة الدفاع الوطني رقم ١٩ وبرنامج ماجستير استراتيجيات في مواجهة التطرف والإرهاب رقم ٥ في كلية الدفاع الوطني الملكية الأردنية، بمشاركة عدد من ضباط القوات المسلحة والأجهزة الأمنية وعدد من موظفي مؤسسات الدولة المختلفة، وضباط من الدول الشقيقة والصديقة.

وذكر عضو هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن الحنيطي، أهمية دورة الدفاع الوطني وبرنامج استراتيجيات في مواجهة التطرف والإرهاب في تأهيل نخب فكرية عسكرية ومدنية ذات رؤى استراتيجية قادرة على إحداث تغيير إيجابي في مختلف المواقع القيادية، كما ونقل للمشاركين في الدورة تحيات ومباركة جلاله القائد الأعلى الملك عبدالله الثاني،

وذكر عضو هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن الحنيطي، أهمية دورة الدفاع الوطني وبرنامج استراتيجيات في مواجهة التطرف والإرهاب في تأهيل نخب فكرية عسكرية ومدنية ذات رؤى استراتيجية قادرة على إحداث تغيير إيجابي في مختلف المواقع القيادية، كما ونقل للمشاركين في الدورة تحيات ومباركة جلاله القائد الأعلى الملك عبدالله الثاني،

## البيئة تشارك في أعمال منتدى برلين حول المواد الكيميائية والاستدامة

عمان

شاركت وزارة البيئة، في أعمال منتدى برلين حول المواد الكيميائية والاستدامة، لتعزيز الحوار الدولي حول التحديات والفرص المتعلقة بالإدارة السليمة للمواد الكيميائية والنفايات، ومساهمتها في تحقيق أهداف التنمية المستدامة ٢٠٣٠. في إطار النهج الاستراتيجي للإدارة الدولية للمواد الكيميائية (SAICM) لما بعد عام ٢٠٢٠. وأكد أمين عام وزارة البيئة، الدكتور محمد الخشاشنة، خلال المنتدى الذي عقد أخيراً تعاون المملكة مع البلدان الأخرى على المستويين الإقليمي والدولي، بهدف تعزيز تنفيذ النهج الاستراتيجي للإدارة الدولية للمواد الكيميائية، لما بعد عام ٢٠٢٠، مشدداً على ضرورة الالتزام بتنفيذ متطلبات اتفاقيات بازل وروتترام وستوكهولم وميناماتا، المتعلقة بإدارة المواد الكيميائية والنفايات، واتفاقيات تغير المناخ والتنوع الجيوي.

وأشار إلى الجهود الوطنية المبذولة

## الوطني لحقوق الإنسان يدعو إلى توفير أماكن لعب وترفيه آمنة للأطفال

عمان

دعا المركز الوطني لحقوق الإنسان إلى ضرورة اتخاذ إجراءات عاجلة لتأمين السلامة العامة عند تجمعات المياه كالسدود والبرك الزراعية والتجمعات المائية، والتي قد تشكل خطراً على الأفراد بشكل عام، وعلى الأطفال بشكل خاص، مع ضرورة توفير أماكن لهم وترفيه آمنة لهم.

وأوضح المركز في بيان أصدره، - في معرض تعليقه على حادثة غرق أربعة أشقاء في سد الكرامة - أنه يتناول في تقاريره السنوية حول حالة أوضاع حقوق الإنسان، موضوع حوادث الفرق وضرورة اتخاذ إجراءات فاعلة من قبل الجهات المعنية كافة لوضع حد لهذه الحوادث، واتخاذ كافة إجراءات السلامة العامة حول المناطق التي تشكل مصدر خطر وتهديد لحياة الناس.

كما دعا المركز الوطني إلى ضرورة تفعيل حق الأطفال في اللعب الآمن، وهو ما كفلته اتفاقية حقوق الطفل الأردنية التي أصبحت جزءاً من المنظومة القانونية الوطنية، من خلال توفير أماكن آمنة من حدائق وملعب، بالإضافة إلى توفير الأندية الصيفية للأطفال بصورة مجانية وفي مختلف أرجاء المملكة، ليتمكنوا من قضاء أوقات فراغهم بطريقة آمنة وتزويج طاقاتهم بعيداً عن أي خطر يهدد حياتهم.

وأعرب المركز عن خالص مشاعر التعازي والمواساة لذوي الأطفال المتوفين، وللأسرة الأردنية الواحدة.

## عضيات: لجنة فنية لدراسة واقع حال مراكز الأمل للتربية الخاصة

عمان

وجه الأمير مرعد بن رعد رئيس المجلس الأعلى لحقوق الأشخاص ذوي الإعاقة، بتشكيل لجنة فنية، لدراسة واقع حال مراكز الأمل للتربية الخاصة وعرض الأمور المتعلقة بالأشخاص ذوي الإعاقة، وتشغيل مراكز الأمل للتربية الخاصة التابعة للاتحاد العام.

وقال رئيس الهيئة الإدارية المؤقتة للاتحاد العام للجمعيات الخيرية عاطف عضيات، لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، إن الأمير مرعد بن رعد وجه العيّن بتشكيل لجنة بالتعاون مع وزارة التنمية، لدراسة واقع حال مراكز الأمل للتربية الخاصة، بعد إجراء الزيارات الحسية، والتوصيات التي ستقدم لها تمهيداً لإعادة فتحها، بخطة عمل تشاركية لإعادة تفعيل هذه المراكز والقيام بدورها تجاه هذه الفئة.

وذكر عضيات، أن الاتحاد العام للجمعيات الخيرية، حرص كل الحرص على إعادة عمل مراكز الأمل للتربية الخاصة، واستمرارية تقديم خدمات التدريب والتأهيل للأشخاص ذوي الإعاقة، بعد فترة الإغلاق بسبب تداعيات جائحة كورونا.

وشد عضيات، على أن الهيئة الإدارية المؤقتة تعمل في الوقت الحالي، على إيجاد حلول للأزمة المالية التي يعاني منها الاتحاد، وتنويع مصادر الدخل، والعمل مع الشركاء على تطوير عمل الاتحاد والجمعيات المنضوية تحت مظلة الاتحاد، وتقديم الدعم اللازم للاتحاد العامة للمحافظات.

## الضمان: شمول العاملين في المدارس الخاصة وفقاً لكشف التعيينات المعتمد في التعليم الخاص

عمان

أعلنت المؤسسة العامة للضمان الاجتماعي عن قرارها باعتماد كشف التعيينات المستند إلى جدول التشكيلات المعتمد من مديرية التعليم الخاص في وزارة التربية والتعليم، وذلك اعتباراً من العام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٢.

وأضافت المؤسسة في بيان صحفي، أن هذا الإجراء يكون موازياً لإجراءاتها الاعتيادية الخاصة بالتنقيح على المنشآت للتأكد من صحة تطبيق قانون الضمان الاجتماعي، وحيث يتم شمول أي عامل في هذا القطاع تحت مظلة الضمان الاجتماعي في حال لم يتم إدراجه ضمن كشف التعيينات لأي سبب كان.

كما أشارت المؤسسة إلى أن إيقاف اشتراك المؤمن عليهم العاملين في المدارس الخاصة سيرتقب بموافقة مديرية التعليم الخاص أو إدارات التربية في المحافظات.

وقامت المؤسسة سابقاً بتوقيع مذكرة تفاهم مع وزارة التربية والتعليم تهدف إلى المحافظة على حقوق العاملين في قطاع التعليم الخاص وفقاً لترتيبات مشتركة بين الوزارة والمؤسسة.

وفي هذا المجال أوضحت المؤسسة بأنها تستقبل وعلى مدار الساعة أي شكوى تتعلق بحقوق العاملين وفقاً لقانون الضمان الاجتماعي عبر مركز الاتصال الموحد (١١٧١٧)، ويتم التعامل معها بمنتهى السرية.

## اختصاصيون نفسيون يؤكدون ضرورة الاندماج المجتمعي لذوي الإعاقة

الكرك

أكد اختصاصيون نفسيون في محافظة الكرك ضرورة الدمج المجتمعي لذوي الإعاقة وإشراكهم وضئهم في الأنشطة اليومية والحياتية المختلفة وتمكينهم من القيام بأدوار مماثلة لأقرانهم من غير ذوي الإعاقة، وقالت الإخصائية النفسية ورئيسة قسم الإعلام والعلاقات العامة في مديرية شباب الكرك الدكتورة ثروت العاقبة لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، إن عملية دمج ذوي الإعاقة تساهم بتفعيل دورهم في المجتمع من خلال مشاركتهم في الأنشطة المجتمعية، وإقامة العلاقات الاجتماعية، واستخدامهم للخدمات العامة بسهولة كاستخدام وسائل النقل، والمكتبات العامة، وخدمات الرعاية الصحية، وغيرها من الأمور والمتطلبات الحياتية المختلفة. وقال عضو جمعية علم النفس الأردنية الدكتور بلال القرارة، إن الاستفادة من الدمج فئات عدة منها الشخص ذو الإعاقة والأسرة، عندما يتم أحد أفرادها من ذوي الإعاقة يقبلون من المحيطين به وأخذ فرصة التعلم وإنشاء صداقات جديدة، والأفراد الذين لا يعانون من أي مشاكل، حيث يتعلمون أن كل شخص له سمات تختلف عن الآخر وله طريقة للتعلم تختلف عن الآخرين، وهنا يجب احترام هذه الاختلافات وقبول المختلف بشكل عام، وهذا بدوره يطور الأفراد ويسهم بتقبلهم لأنفسهم وكل مختلف في المجتمع.

وأوضحت الإخصائية النفسية حنان الخطيب من مديرية تربية لواء القصر، أن هناك أنواعاً للدمج أبرزها الدمج التعليمي، وهو دمج ذوي الإعاقة ليتعلموا فقط داخل المكان التعليمي سواء كان مدرسة أم جامعة أم معهد والدمج الاجتماعي وهو دمج ذوي الإعاقة فقط في الأنشطة سواء في الجامعة أو المراكز سواء الترفيهية أو الشبابية والدمج المكاني وهو دمج يتم بين المراكز المتخصصة لذوي الإعاقة والمراكز العادية مع بعضها البعض، ولكن لكل منها خطتها وأساليبها الخاصة والدمج المجتمعي، وهو إشراك ذوي الإعاقة ببرامج المجتمع وتذليل كل العقبات من أمامهم.

## القانونية والإدارية النيابة تبحث مشروع البلديات واللامركزية



عمان

بحثت اللجنة النيابية المشتركة "القانونية والإدارية"، خلال اجتماع، مشروع قانون البلديات واللامركزية لسنة ٢٠٢١. وقال رئيس اللجنة النائب محمد الهلال، إن اللجنة التقت وزراء داخلية وبلديات سابقين من أجل الاستماع لوجهات نظرهم وآرائهم وأفكارهم حول المشروع في سياق لقاءات واجتماعات مع العيّن ذوي الاختصاص للخروج بقانون عصري يلبي الطموحات. ودعا الهلال، الحضور لتقديم ملاحظاتهم واقتراحاتهم خطياً إلى اللجنة لدراستها.

بدورهم، طالب النواب غازي الذنبيات وهائل عياش وأسماء الرواحنة وخالد الشلoul وعبد الجليم الحمود ومجدي يعقوب، باستقلالية رئيس البلدية وعدم تبعيته لأي جهة، وفصل الإدارة المحلية عن الإدارة العامة، وأن تضم مجالس البلديات والمحافظات، والعمل بشرط المؤهل العلمي لرؤساء البلديات، وتحديداً

بلديات الفئة الأولى.

بلديات الفئة الأولى.

# المغرب يدعو فيسبوك لحماية المعطيات الشخصية لمواطنيه



لدراسة المقترحات المتعلقة بأفضل الممارسات للشبكات الاجتماعية التي يمكن أن تترى المحتوى التحريري للمنصة المخصصة لحماية الحياة الخاصة الرقمية للأطفال والمراهقين في المغرب، والتي سيتم وضعها قريباً على الإنترنت من طرف اللجنة الوطنية.

وأشار البلاغ إلى أن اللجنة أكدت، أيضاً، على تبادل الرؤى مع الشركة، حول التطورات الحالية والمستقبلية في العالم واستخدامات التكنولوجيا الرقمية (الاستخدامات الجديدة، تصنيف الخوارزميات الخاضعة للتفسير، الذكاء الاصطناعي المسؤول، مصير حسابات الأشخاص بعد الوفاة...). وخلص المصدر ذاته إلى أن اللجنة الوطنية طلبت من ممثلي شركة فيسبوك أن تتم دراسة مختلف طلباتها، وأن تقترح خطة عمل فعالة قادرة على الاستجابة لاختلاف هذه المواضيع.

الوطنية والمتعلقة بالساس بالحياة الخاصة وبالسلمة أو الأخلاقيات بانتحال الصفة، وبالرجوع في النسيان، وتحديد الموقع الجغرافي، وبالتالي

## وكالات

طالبت لجنة مغربية لمراقبة حماية المعطيات ذات الطابع الشخصي، شركة "فيسبوك" إلى ضرورة تواجد مراكز المعطيات (داتا سنتر) التي تستضيف المعطيات الشخصية للمواطنين والمقيمين في المغرب، في بلدان تضمن مستوى حماية كاف للحياة الشخصية.

جاء ذلك في اجتماع عقده رئيس اللجنة الوطنية لمراقبة حماية المعطيات ذات الطابع الشخصي (رسمية)، عمر السغوروشي، بمعية خبراء اللجنة الوطنية، مؤخرًا، مع ممثلين من شركة فيسبوك، خصص لتدارس مجموعة من الآليات القانونية والعملية لحماية المعطيات الشخصية، بحسب ما أفادت وكالة المغرب العربي للأنباء.

كما طالبت اللجنة، في بلاغ لها، أن تضع شركة "فيسبوك" آليات للتعامل بتعاليم مع الشكايات الموجهة إلى اللجنة

# هكذا تنوي غوغل بناء أسرع كابل إنترنت يعبر «الأطلسي»

وقد ذكر فوسريكالا أن هذا "المدرع" هو عبارة عن "أنبوب أسطواني طويل، ذو طرفين مدببين، وهو ما يجعله يبدو كحيوان "المدرع" الذي يعيش في أمريكا الجنوبية".

وأضاف فوسريكالا أن هذه المكررات تحتاج إلى الطاقة الكهربائية. ونظرًا لانعدام وجود منافذ للطاقة في قاع المحيط، سيقع تحميل هذه الطاقة من مصدر موجود على سطح الأرض وينتقل عبر غمد نحاسي موجود في الكابل. وبشكل عام، يستخدم هذا الكابل مكررا واحدا كل ٥٠ ميل تقريبا.

وأوضحت المجلة أنه داخل كل "مدرع"، توجد مكونات تسمى المضخات الضوئية، التي تعمل على تعزيز أو تضخيم الإشارة. ويقول فوسريكالا أن "المضخة الضوئية تقوم بإخراج كميات ضخمة من الطاقة الضوئية، وهذه القوة تقوم بدورها بتضخيم الإشارة".

وتعمل كل مضخة ضوئية لتزويد الطاقة لكل زوج من الألياف، وفي حال توقف مكرر عن العمل، يتعين على الشركة سحبه من قاع المحيط واستبداله، وهو ما يجعل هذه العملية مكلفة للغاية، وفقا لما أكد فوسريكالا.

وهذه القوة تقوم بدورها بتضخيم الإشارة. وتعمل كل مضخة ضوئية لتزويد الطاقة لكل زوج من الألياف، وفي حال توقف مكرر عن العمل، يتعين على الشركة سحبه من قاع المحيط واستبداله، وهو ما يجعل هذه العملية مكلفة للغاية، وفقا لما أكد فوسريكالا.

وهذه القوة تقوم بدورها بتضخيم الإشارة. وتعمل كل مضخة ضوئية لتزويد الطاقة لكل زوج من الألياف، وفي حال توقف مكرر عن العمل، يتعين على الشركة سحبه من قاع المحيط واستبداله، وهو ما يجعل هذه العملية مكلفة للغاية، وفقا لما أكد فوسريكالا.

وهذه القوة تقوم بدورها بتضخيم الإشارة. وتعمل كل مضخة ضوئية لتزويد الطاقة لكل زوج من الألياف، وفي حال توقف مكرر عن العمل، يتعين على الشركة سحبه من قاع المحيط واستبداله، وهو ما يجعل هذه العملية مكلفة للغاية، وفقا لما أكد فوسريكالا.

وهذه القوة تقوم بدورها بتضخيم الإشارة. وتعمل كل مضخة ضوئية لتزويد الطاقة لكل زوج من الألياف، وفي حال توقف مكرر عن العمل، يتعين على الشركة سحبه من قاع المحيط واستبداله، وهو ما يجعل هذه العملية مكلفة للغاية، وفقا لما أكد فوسريكالا.

وهذه القوة تقوم بدورها بتضخيم الإشارة. وتعمل كل مضخة ضوئية لتزويد الطاقة لكل زوج من الألياف، وفي حال توقف مكرر عن العمل، يتعين على الشركة سحبه من قاع المحيط واستبداله، وهو ما يجعل هذه العملية مكلفة للغاية، وفقا لما أكد فوسريكالا.

## تعرف إلى المبلغ الكبير الذي تنفقه «فيسبوك» لحماية زوكربيرغ

ملايين دولار. وبحسب "فيسبوك"، فإن زوكربيرغ أنفق ٢,٦ مليون دولار لاستخدام طائرات خاصة كجزء من برنامج حمايته. وتأتي هذه الأرقام الفلكية في الوقت التي تعلن فيه "فيسبوك" أن زوكربيرغ حصل على راتب أساسي قدره دولار واحد على مدار الأعوام الثلاثة الماضية.

# كي تي بومان.. أيقونة مشروع الثقب الأسود

والصبيان". وكان للدكتور بومان دور بارز في عملية معالجة الصور، التي تضمنت أيضا تقسيم الباحثين إلى فرق لربط البيانات ومقارنة الصور التي بنوها واختابرها.

وبيمنما قادت هي فريق تطوير مجموعة خوارزمية لالتقاط صورة للثقب الأسود، وهو الجهد الذي كان موضوع محاضرة ألقاها في منصة TED Talk عام ٢٠١٦. قال زولاؤها إن هذه التقنية لم تستخدم في النهاية لبناء هذه الصورة تحديدا.

وتشرفت بومات منشورا على "فيسبوك" قالت فيه: "لم تصنع خوارزمية واحدة، ولا شخص واحد هذه الصورة. إذ تتطلب ذلك المهارة الراحلة لتفريق من العلماء من أنحاء العالم، مضيئة، "كان شرفا لي حقا، وأنا محظوظة جدا؛ لأنه سحت لي فرصة العمل معهم جميعا".

وفي رسالة نصية مساء الخميس، قالت بومان إنها اضطرت إلى إغلاق هاتفها من كثرة الرسائل التي تلقتها.

وكتبت: "أنا سعيدة جدا؛ لأن الجميع على قدر نفسه من الحماسة التي تشعر بها، ويرى الناس أن قفصنا ملهمة. ومع ذلك، ينبغي أن نسلط الضوء على الفريق وليس على شخص واحد. فالتركيز بهذا الشكل على شخص واحد لا يساعد أي أحد، ولا حتى أنا".

# توقف بخدمات موقع فيسبوك وتطبيقاته في العالم

عاليا على "تويتر" فورا. وقبل شهر، واجهت شركة "فيسبوك" تعطلا عاليا في خدماتها استمر لأكثر من ١٠ ساعات، بررتها الشركة لاحقا بأنه يعود لخلل أثناء نقل الخوادم.

وأظهر موقع (داونديكتور دوت كوم) الذي يراقب تعطل المواقع الإلكترونية أن هناك ما يربو على ٩٠٠٠ مستخدم يبلغون عن مشاكل واجهوها مع فيسبوك، فيما أوضحت خريطة للتعطل الإلكتروني على الموقع أن المشاكل ظهرت بشكل أساسي في أوروبا.

# لهذا السبب.. كن حذرا عند استخدام السماعات الذكية

الإلكترونيات ٢٠١٩ وقال موقع بلومبيرغ إنه تحدث مع سبعة أشخاص راجعوا تسجيلات من أجهزة أمازون إيكو وخدمة أليكسا التابعة للشركة ذاتها. وقال الموقع إن المراجعين يدونون ما يرد في محادثات المستهلكين ويعطون عليها بفرص تحسين أداء أنظمة أمازون للتعرف على النطق.

يذكر أن التسجيلات الصوتية لدى أمازون مرتبطة برقم حساب واسم المشترك الأول ورقم سماعة الإيكو المستخدمة.

وقال بعض المراجعين بلومبيرغ إنهم يطعون زملاءهم على بعض التسجيلات الظرفية من خلال غرفة دردشة خاصة بآمازون.

كما قالوا إنهم سمعوا تسجيلات مزعومة منها تلك التي توحى باعتداء جنسي محتمل، ولكن زملاء لهم قالوا لهم إنه ليس من مسؤولية أمازون التدخل في هذه الحالات.

والذي قالته أمازون؟ تنص شروط استخدام أمازون على أن التسجيلات الصوتية تستخدم "من أجل الاجابة على استلتمك وتنفيذ طلباتكم وتحسين تجربتكم وخدماتنا". ولا تتطرق الشروط إلى وجود مراجعين بشر.

وقالت أمازون في بيان إنها تأخذ قضيتي الأمن والخصوصية مأخذ الجد، وتقول آبل إن مراجعيتها ليس

وانها لا تعلق إلا على عدد صغير جدا من تسجيلات سماعات أليكسا. وجاهد في البيان، "تساعدنا هذه المعلومات في تمرين أنظمة التعرف على النطق والتعرف على اللغات التي نستخدمها، من أجل أن تكون سماعات أليكسا أكثر استجابة لرغباتكم وضمان أن الخدمة تعمل بجودة بالنسبة للجميع".

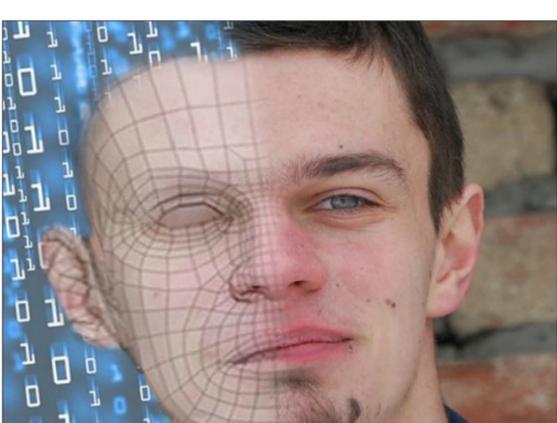
ومضت الشركة للقول، "نطبق معايير تقنية وعملية صارمة، ولا نتساهل مع أي محاولة للإساءة لأنظمتنا. الموظفون ليس لديهم أي سبيل للتوصل إلى معلومات قد تكشف لهم شخصية المشترك أو الحساب".

ولكن ماذا عن آبل وسيري؟ مثلها مثل أمازون، لشركة آبل مراجعون بشر يقومون بالتأكد من أن محرك التعرف على النطق سيري يفسر الطلبات بشكل صحيح. يذكر أن سيري تسجل الطلبات الصوتية التي يطلبها المشاركون من خلال هواتف آيفون وسماعات هوم بود.

وتنص الضوابط الأمنية لأبل على ضرورة أن تكون التسجيلات الصوتية خالية من أي إشارات إلى مصادرها وأن تكون مرتبطة برقم عشوائي يعاد خلقه كلما يطقن جهاز سيري.

ويتم تخزين أي تسجيل لأكثر من ٦ شهور دون الرقم العشوائي. وتقول آبل إن مراجعيتها ليس

# أثار مخاوف.. الذكاء الاصطناعي بات يحاكي السلوكيات البشرية



بعد يوم. وكمثال على هذا التطور، تمكنت بعض برامج الذكاء الاصطناعي من إنشاء وجوه وبيصمات مزيفة للعبث بسجلات الشركات والمستندات الحكومية في بعض الأحيان. وفي الوقت الحالي، تقترب هذه الخوارزميات أخطاء كفيلا بتمكيننا من التقطن إليها فور التمعن فيها، حيث سبق لبرمجية "باخ" لدمج الموسيقى اقتراح بعض الأخطاء التي يمكن لأي خبير موسيقي اكتشافها وتحديدها.

وعلى سبيل المثال، تسمح هذه البرمجية بإدخال فواصل موسيقية كان باخ نفسه يتجنبها، مما يخلق وجه الشبه بين المقطوعة الجديدة ومقطوعات المؤلف الألماني. وأضافت روتشمان أن برمجية غوغل خولق القواعد الموسيقية على مستوى تنسيق الألحان، ناهيك عن كتابة برنامج "أوبن أي إي" لتوليد النصوص عبارة "الجرافق التي تنشب تحت الماء"، والتي لا يمكن تبيين معنى واضح لها. وخلال عمل المطورين على إبداعاتهم، صنع الأخطاء أكثر ندرة ما دامت خوارزميات الذكاء الاصطناعي آخذة في التطور والتعلم باستمرار.

وأفادت الكاتبة أن تحسين تقنيات التعلم الآلي ستكون ذات فائدة كبرى، بما في ذلك توفير رعاية صحية أفضل وجعل مهنة الطب أكثر ديمقراطية.

في المقابل، لا يمكن لنا تكرار حقيقة أن منح الباحثين حرية تطوير هذه الخوارزميات يعني الانفتاح على مخاطر تطوير طرق أكثر تقدماً لخلق الخداع والمحاكاة الاجتماعية الأخرى.

وخلصت الكاتبة إلى أن الحد من أبحاث الذكاء الاصطناعي قادر على كبح هذا التقدم نحو مستقبل مجهول، حيث أن السماح للتكنولوجيات الذكية بالنمو والتطور دون رقابة ينطوي على حدوث حالات سوء استخدام تتجاوز مجرد مقطوعة موسيقية سيئة، حيث يمكن لمداها أن يشمل خداع الملايين من الأشخاص.

عرضه على العموم. وأفادت الكاتبة أن الذكاء الاصطناعي يسمح بإنشاء مقاطع فيديو وصور احترازية للغاية، حيث سبق للممثل والمخرج السينمائي، جوردان بيل، إنشاء مقطع فيديو يظهر خلاله الرئيس الأمريكي السابق باراك أوباما وهو يمسد قنول أشياء لم يقلها أبداً، وهو ما يحفز العديد من التساؤلات حول المخاطر التي تشكلها هذه التقنيات.

وفي مطلع سنة ٢٠١٩، انتشرت العديد من الصور التي تظهر السياسية الأمريكية ألكساندريا أوكاسيوكورتيز وهي عارية، يظهر بعد ذلك أنها مزيفة وتهدف إلى الإطاحة بها في الانتخابات. من جهتها، بدأت وكالات الأنباء العالمية مثل رويترز بتدريب صحافييها على رصد وتمييز هذه المعلومات الزيفة والخاطئة.

وذكرت روتشمان أن ما يثير القلق حقا هو عدم قدرة المستخدمين على تعلم الخدع التي يمكن للذكاء الاصطناعي القيام بها، لا سيما وأن هذه القدرات تنمو بوتيرة سريعة وتصبح أكثر تطورا وتعقيدا يوما

والمشاكل الاجتماعية الأخرى. وخلصت الكاتبة إلى أن الحد من أبحاث الذكاء الاصطناعي قادر على كبح هذا التقدم نحو مستقبل مجهول، حيث أن السماح للتكنولوجيات الذكية بالنمو والتطور دون رقابة ينطوي على حدوث حالات سوء استخدام تتجاوز مجرد مقطوعة موسيقية سيئة، حيث يمكن لمداها أن يشمل خداع الملايين من الأشخاص.

والمشاكل الاجتماعية الأخرى. وخلصت الكاتبة إلى أن الحد من أبحاث الذكاء الاصطناعي قادر على كبح هذا التقدم نحو مستقبل مجهول، حيث أن السماح للتكنولوجيات الذكية بالنمو والتطور دون رقابة ينطوي على حدوث حالات سوء استخدام تتجاوز مجرد مقطوعة موسيقية سيئة، حيث يمكن لمداها أن يشمل خداع الملايين من الأشخاص.

## وكالات

نشر موقع "ساينس آرت" الأمريكي مقال رأي للأستاذة المساعدة في قانون القطاع الصحي في جامعة سانت لويس الأمريكية، أنا سانتوس روتشمان، تطرقت من خلاله إلى تنامي قدرات خوارزميات الذكاء الاصطناعي بشكل لا يصدق في العقود الأخيرة، لتصبح قادرة على تأليف المقطوعات الموسيقية والقيام بأمور إبداعية لطالما كانت حكرا على بني البشر. ويبدو أن تطور هذه الخوارزميات بات منذرا بقدراتها على القيام بما يتجاوز مجرد قراءة النوتات.

وقالت روتشمان، في مقالها الذي ترجمته "عربي" ٢١، إن دراسة أجرتها ألبست للمؤلف الموسيقي الألماني عليه وجعله متناغما مع الملاحظات والإدخالات الخاصة بالمستخدمين.

وذكرت روتشمان أن تطبيق "باخ" يعتبر جيدا، لكن التكنولوجيا التي قادت إلى التوصل إليه موجودة منذ فترة طويلة، وهي تتمثل في الخوارزميات المدربة على التعرف على الأنماط واتخاذ القرارات بعد النظر في مجموعة من الاحتمالات.

ويكون بعض هذه الخوارزميات مقعدا بشكل يجعل معظم الناس عاجزين عن تبيين سبب اتخاذها لقرار معين.

والمشاكل الاجتماعية الأخرى. وخلصت الكاتبة إلى أن الحد من أبحاث الذكاء الاصطناعي قادر على كبح هذا التقدم نحو مستقبل مجهول، حيث أن السماح للتكنولوجيات الذكية بالنمو والتطور دون رقابة ينطوي على حدوث حالات سوء استخدام تتجاوز مجرد مقطوعة موسيقية سيئة، حيث يمكن لمداها أن يشمل خداع الملايين من الأشخاص.

والمشاكل الاجتماعية الأخرى. وخلصت الكاتبة إلى أن الحد من أبحاث الذكاء الاصطناعي قادر على كبح هذا التقدم نحو مستقبل مجهول، حيث أن السماح للتكنولوجيات الذكية بالنمو والتطور دون رقابة ينطوي على حدوث حالات سوء استخدام تتجاوز مجرد مقطوعة موسيقية سيئة، حيث يمكن لمداها أن يشمل خداع الملايين من الأشخاص.

والمشاكل الاجتماعية الأخرى. وخلصت الكاتبة إلى أن الحد من أبحاث الذكاء الاصطناعي قادر على كبح هذا التقدم نحو مستقبل مجهول، حيث أن السماح للتكنولوجيات الذكية بالنمو والتطور دون رقابة ينطوي على حدوث حالات سوء استخدام تتجاوز مجرد مقطوعة موسيقية سيئة، حيث يمكن لمداها أن يشمل خداع الملايين من الأشخاص.

والمشاكل الاجتماعية الأخرى. وخلصت الكاتبة إلى أن الحد من أبحاث الذكاء الاصطناعي قادر على كبح هذا التقدم نحو مستقبل مجهول، حيث أن السماح للتكنولوجيات الذكية بالنمو والتطور دون رقابة ينطوي على حدوث حالات سوء استخدام تتجاوز مجرد مقطوعة موسيقية سيئة، حيث يمكن لمداها أن يشمل خداع الملايين من الأشخاص.

## تعرف إلى أسباب مرض هشاشة العظام وطرق الوقاية منه

### ❖ وكالات

تؤدي الإصابة بهشاشة العظام لضعفها، بالتالي يمكن أن يسبب السقوط أو أي ضغط خفيف مثل الانحناء حدوث كسر في العظام، الذي غالباً ما يحدث في العنق والرسغ والعمود الفقري.

أسباب هشاشة العظام

ويحسب أخصائي جراحة العظام والمفاصل عبد الله سلام، يعد مرض هشاشة العظام مرضاً صامتاً، ويكتشف عادة إذا حصلت كسور أو تقوس في الظهر. وتابع سلام في حديث لـ "عربي ٢١" بأن مرض هشاشة العظام ينقسم لتوعيب "أولي وثانوي"، الثانوي يأتي نتيجة لأمراض معينة مثل الكلى والكبد أو الروماتيزم أو مرض تصلب اللويحي أو نقص فيتامين "سي" أو أمراض الغدة الدرقية، أو التعرض للكورتيزون أو الكحول أو التدخين أو سوء الامتناس من الأعمار.

أما النوع الأولي، فيحدث عند النساء بعد انقطاع الطمث، وتحديداً من سن ٥٠-٥٥ سنة، حيث تبدأ كثافة العظم تقل نتيجة للاختلال الهرموني الذي يحدث عندهن. أما عند الرجال، فيبدأ من سن ٧٠، حيث يبدأ الرجل بخسارة العظم بدلاً من بنائه.

وأشار سلام إلى أن النساء أكثر عرضة للإصابة بهشاشة العظام من الرجال بنسبة ٤ إلى ١، والسبب هو انقطاع الدورة الشهرية والاختلاف الهرموني الذي يحدث فجأة بعد انقطاع الطمث فيؤدي لحدوث هشاشة عظام تدريجية، حيث يتوقف بناء العظام عندهن.

التشخيص

وأوضح سلام أن تشخيص المرض يتم عن عبر النظر للسيرة المرضية للمريض، ومعرفة ما إذا كان هناك أحد في عائلته مصاب بالمرض ذاته، أو إذا أخذ هو أدوية معينة، أو أنه مصاب بالأمراض المسببة لهشاشة العظام.

وأشار سلام إلى أن هذه الأمور تُعد مؤشراً بأن المريض عنده هشاشة عظام، وأيضاً يمكن الكشف عنه عبر صورة الشعاع العادية، التي إذا أظهرت بأن كثافة العظام قليلة بمناطق معينة فيدل ذلك على وجود مرض هشاشة العظام.

الوقاية

وحول طرق الوقاية، قال سلام، "تقوم أولاً بإعطاء الرجال والنساء بعد سن ٤٠-٥٠، الذين لديهم ما يسمى لبن عظام أو هشاشة مبكرة، تعطيهم كالمسوي وفيتامين د، مع الحفاظ على نظام غذائي صحي ومتوازن، هذا يمكن أن يقيهم من هذا المرض".

وأضاف، "أيضاً يجب الحفاظ على كثافة العظام قبل سن ٣٥، وبيدأ ذلك من الطفولة، وكلما بدأنا ببناء العظام في مرحلة الطفولة والشباب، ساعد ذلك في منع هشاشة العظام".

وأوضح سلام أن "الحفاظ على كثافة العظم يتم

عبر الغذاء الصحي المتوازن، الذي يشمل الكالسيوم وفيتامين د والبروتينات الجيدة، إضافة لبعض العناصر الغذائية التي تساعد في حماية صحة العظام بشكل أساسي".

وأكد أن أهم عامل وقاية ضد هذا المرض هو ممارسة الرياضة بانتظام منذ الطفولة حتى سن الأربعين، حتى يتم تكوين كتلة عظم جيدة، بحيث إذا حصل هدم في العظم تساعدنا هذه الكتلة في عدم الوصول لمرحلة هشاشة العظم".

وأكمل، "تساعد الرياضة ببناء كتلة العظم، حيث تعمل على بناء الكلس وكتلة العظم بشكل جيد، فتجعلها أقوى وأكثر عند الشخص الرياضي من الشخص غير الرياضي".

ونصح سلام المرأة حينما تصل لسن ٤٥-٤٠، الذي يتوقف فيه نمو العظام، بأخذ مكملات الكالسيوم وفيتامين د، وأيضاً التركيز على ممارسة الرياضة، والمشي، وعدم ممارسة الرياضات العنيفة.

ونصحت على قدر كاف من الكالسيوم يساعد على بناء العظام، ويحافظ على قوتها، وهو موجود في الحليب ومشتقات الألبان وأسماك السردين والسلمون والبروكلي والخضار الورقية، والأطعمة المدعمة بالكالسيوم كخبز البرتقال والخبز وحبوب الإفطار المدعمة، والبنور مثل السمسم وبنور الشيا.

وأكدت على ضرورة استشارة اختصاصي التغذية، لمعرفة الكمية الأنسب من هذه الأطعمة التي يحتاجها الإنسان يومياً، مضيفاً، "لو لم يتم أخذ الاحتياجات اليومية سيؤدي ذلك لنقص في مستويات كالسيوم الدم، وبالتالي سيقل أيضاً من العظام، وتقل كثافة النسيج العظمي وكتلته، ويسبب الهشاشة".

ونصحت من يعانون من "عدم تحمل اللاكتوز" بأن يستبدلوا بالحليب الحيواني حليب الكالسيوم إضافة لتناول اللبن المجفف والمكسرات مثل اللوز، وأردفت، "يجب أن يأخذ الإنسان الكمية المناسبة من فيتامين د، فهو مسؤول عن ربط الكالسيوم والفسفور في العظم، ونقصه قد يؤدي لهشاشة العظام".

وأشارت إلى "ضرورة تناول المواد التي تحتوي على هذا الفيتامين، وهي: المأكولات البحرية مثل السلمون والتونة والروبيان والرنجة والسردين وزيت كبد الحوت، وصفار البيض، والمشروم، والحليب البقري وحليب الصويا المدعم بفيتامين د، والشوفان المدعم بفيتامين د".

وحذرت من الإفراط في "شرب المشروبات الغازية، فهي تجعل الجسم حمضياً، وحين يحاول الجسم أن يعود قاعدياً يؤدي ذلك لخروج الكالسيوم من العظم، وأيضاً تحتوي المشروبات الغازية على الكافيين الذي يزيد من كمية الكالسيوم المفقود في البول، وبالتالي يتسبب بخسارة الكالسيوم لعنصر مهم جداً لعملية بنائها"، بحسب قولها.

## إليك كيفية تحضير المعمول والكعك بطريقة صحية!

### ❖ وكالات

لا يمكننا التفكير بعيد الفصح من دون الحديث عن حلويات العيد وعلى رأسها المعمول والكعك. هذه الحلويات التي تقف أمامها بشهية، تجعلنا نعيش صراعاً داخلياً بين الرغبة في الفس والامتناع بالعديد وبين الخوف من اكتساب الوزن وما تحتويه من سعرات حرارية عالية. لكن لا داعي للقلق، يمكننا أن نوازي بين ما نرغب به وبين المحافظة على الوزن بطريقة ذكية من خلال تحضير حلويات العيد بطريقة صحية.

تشرح اختصاصية التغذية نغم طنوس لـ "النهار" عن كيفية التحكم بالمكونات واستبدالها بأخرى صحية وقليلة الدسم لتحضير وصفة ذكية وقليلة السعرات الحرارية، من المهم أن نعرف أن السكر والزيت هما أكثر مكونين يحتويان على سعرات حرارية مرتفعة، لذلك تكمن الخطوة الأولى في استبدالهما بمكونات "لايت" وأقل سعرات حرارية.

أهم النصائح:

- × تخفيف كمية الزيت
- × مواضع ذات صلة
- عيد الفصح : المعمول والكعك والسعرات

الحرارية

كيف نستمتع بضيافة العيد دون اكتساب

الوزن؟

كيف نتصرفون خلال غداء العيد؟

- × استبدال الزبدة بأخرى "لايت"
- × استبدال السكر بسكر بديل يعتمد على سكرالوز (sugarlose) الذي يتميز بأنه يتحمل الحرارة العالية ومُحل، ولا يحتوي على مواد مضافة.

المعمول، عادة لإعداد المعمول نحتاج إلى هذه المكونات، ضحين السيد وطحين الفرخة بالإضافة إلى المحب وماء زهر روماء ورد وخميرة، المكونات اللذان يسببان زيادة في الوزن هما السكر والزبدة. لذلك للحصول على وصفة صحية أكثر يمكننا استبدال السكر الطبيعي بسكر بديل، أما بالنسبة إلى المقادير فيمكن قراءتها على غلاف السكر العادي (مثال كل ١٠٠ غرام من السكر العادي يوازي ١٠

## سابقة عالمية في علاجات العقم: ولادة طفل يحمل الحمض النووي لثلاثة أشخاص

### ❖ وكالات

ولد #طفل يحمل الحمض النووي لثلاثة أشخاص، إثر استئصال# تقنيته مثيرة للجدل، للمرة الأولى في حالات العقم، على ما أفاد اليوم فريق طبي يوناني- إسباني أجرى هذه العملية.

وكانت استخدمت هذه الطريقة في المسك

## ٩ عادات تتسبب في ظهور بثور الوجه



وانتشار البثور.

وذكرت المجلة، سادساً، أن الحمية الغذائية لها علاقة أيضاً بهذه المشكلة، حيث تؤكد الأكاديمية الأمريكية لطب الجلد على وجود مؤشرات واضحة على العلاقة بين الغذاء وحالة البشرة. ولذلك، تنصح الأكاديمية بالتقليل من استهلاك الأغذية الغنية بالسكريات والدهنيات.

أما سابعاً، فلا بد من توخي الحذر من التدخين؛ نظراً لتسببه في اضطرابات في إنتاج الدهون وإحراقه الضرر بطبقات الجلد، وهو ما يساعد على ظهور حب الشباب.

وأشارت المجلة، ثامناً، إلى أن ارتداء القبعات يؤدي لظهور البثور. ورغم أن القبعات في حد ذاتها لا تسبب هذا المشكل، إلا أنها تؤدي لتعرق الرأس وتزول حبات العرق على الجبين والوجه، وهو ما يؤدي لغلغ المسام.

أما تساعاً، فيؤدي استخدام الهاتف الجوال بشكل مستمر والصاقه باليد إلى التعرق وغلغ المسام، بالإضافة إلى أن هذا الجهاز ينقل الكثير من الغبار والبكتيريا من الأماكن التي يوضع فيها.

وللتخفيف من ظهور البثور على الوجه، تنصح المجلة بتنظيف الوجه بشكل روتيني، للسيطرة على إنتاج الدهون وتكون حب الشباب. ويُفضل الوجه بالماء وأنواع الصابون المحايدة، إلى جانب استخدام مستحضرات تقشير البشرة، وتجنب الضغط على البثور، وغسل اليدين بشكل جيد قبل ملامسة الوجه.

وتوصي المجلة أيضاً بالحفاظ على نظافة الشعر، واستخدام مساحيق تجميل خالية من الزيوت وإزالتها قبل النوم، مع الانتباه إلى الحمية الغذائية والابتعاد عن التدخين، واستخدام قبعات تضمن توهية الرأس، وعدم المساق الهاتف الجوال باليدين.

وحذرت المجلة، رابعاً، من لمس بثور الوجه باليدين أو محاولة تقشيرها، وهو ما يخلق بيئة ملائمة لتكاثر البكتيريا ويؤدي لانتهايات. فنند ترميز اليدين فوق البشرة، ينتقل الغبار والبكتيريا والدهون إليها، وهو ما يساهم في غلغ المسام

هذا الأمر؛ لأن البعض يعتقدون أن حبوب منع الحمل تخفف من إمكانية ظهور حب الشباب. ومن المؤكد أن هناك فرقاً في التأثير بين مختلف أنواع الحبوب، وذلك بحسب المواد التي تحتويها.

وذكرت المجلة، ثانياً، أن مساحيق التجميل تؤدي هي الأخرى إلى انسداد المسام، وتسبب لتكاثر البكتيريا والخلايا الميتة، وهو ما يؤدي بالضرورة لتكاثر البثور، خاصة عند ترك هذه المساحيق على الوجه خلال الليل، أو عدم إزالتها جيداً.

أما ثالثاً، فيمثل العرق سبباً آخر لظهور حب الشباب، إذ إن ترسبه فوق الجلد يؤدي إلى ظهور نوع من الخميرة تسمى بييتروسيوروم فوليكوليتيس، التي تؤدي تهيج البشرة وغلغ المسام، ويكثر حب الشباب الذي يظهر نتيجة التعرق، بشكل خاص في الظهر والذراعين والصدر، ولكنه قد يمتد أيضاً إلى الوجه.

وأوضحت المجلة أن بصليات الشعر في كل واحد من مسام الجلد تنتج نوعاً من الدهون لترطيب الشعر والبشرة. وعند حدوث تغييرات هرمونية في الغدد الدهنية، يرتفع إنتاج هذه الدهون، وهو ما يؤدي إلى انسداد مسام الجلد وحبس الخلايا الميتة والبكتيريا. وعند حدوث هذا الانسداد في الجلد، لا تصبح النقاط الدهنية سوداء، بل تظهر بقع بيضاء تكون أقل عرضة للتفتن؛ بسبب عدم تعرضها المباشر للهواء.

وبيئت الصحية، أولاً، أن أحد أهم أسباب هذا الاضطراب في إنتاج الدهون في الجلد هو التغيرات الهرمونية التي تؤدي بشكل مباشر إلى ظهور حب الشباب، خاصة في مرحلة المراهقة ولدى النساء وعند تناول حبوب منع الحمل.

وترتبط هذه المشكلة بالمرحلة العمرية، حيث تظهر البثور في الوجه بأعداد أكبر أثناء فترة البلوغ، نظراً لأنه في هذه المرحلة، يزداد إنتاج الأندروجينات، وهي هرمونات جنسية ذكورية، وهو ما يزيد من إنتاج الخلايا والدهون، ويشمل الأمر النساء أيضاً، إذ تحدث اضطرابات هرمونية في فترة الحمل

وذكرت المجلة، ثانياً، أن مساحيق التجميل تؤدي هي الأخرى إلى انسداد المسام، وتسبب لتكاثر البكتيريا والخلايا الميتة، وهو ما يؤدي بالضرورة لتكاثر البثور، خاصة عند ترك هذه المساحيق على الوجه خلال الليل، أو عدم إزالتها جيداً.

وأشارت المجلة، خامساً، إلى أن بعض خبراء الجلد يعتقدون أن التوتر العصبي يزيد من احتمالات المعاناة من البثور؛ لأن هذه الحالة النفسية ترفع من إنتاج الكورتيزول والأستروجين في الجسم، وهناك سببان إضافيين يفسران ارتباط التوتر العصبي بالبثور وحب الشباب، حيث إن الغدد الدهنية هي جزء من النظام المناعي، ويمكن أن تسبب التهابات في الجلد، فضلاً عن ذلك، يميل الأشخاص الذين يعانون من التوتر العصبي للامساة بوجوههم باليدين أكثر، والقيام بالتحك بأظفارهم، وهو ما يساهم في التهاب الجلد

## المضادات الحيوية في الطفولة ترتبط بخطر الإصابة بأمراض عقلية

إلا أن الأساس الجزيئي لهذا الارتباط لا يزال مجهولاً.

تسعى العديد من الدراسات إلى تحديد الروابط بين الميكروبيوم والدماغ البشري، وتتركز على المركبات العصبية الفعالة التي تنتجها أو تستهلكها البكتيريا في الأمعاء. وفي دراسة أجراها فيليب ستراندويتز وزملاؤه في جامعة نورثيسترن في بوسطن

على نوع نادر من بكتيريا الأمعاء، وجدوا أن هذه البكتيريا تأكل حمض غاما أمينوبيريك، والمعروف باسم جابا، وهو مهم بالنسبة لنا؛ لأنه مركب عصبي مطلوب لوظيفة طبيعية للجهاز العصبي المركزي لدينا. وترتبط هذه الاضطرابات الاكتئابية الرئيسية مع انخفاض مستويات جابا.

في ٢٠١٨ في الدماغ. ويتبع السجل لأول مرة البيانات السريية لأكثر من مليون شخص، من عام ١٩٩٥ فصاعداً، على الدماركيين الذين عولجوا من مرض عقلي على مدى ١٧ سنة من حياتهم، إما أن تشفى أو كمرضى خارجيين. تم توثيق كل حالة بما في ذلك الوصفات الطبية وتاريخ الأسرة.

وبفضل هذا السجل، يستطيع الدماركيون عمل الكثير لتوضيح الصلة بين الأمعاء والصحة العقلية. ولقد تمت الإشارة من قبل بأن الميكروبيوم الهضمي هو عبارة عن مجتمع بكتيري شديد التنوع يعيش في أمعائنا، ويرسل إشارات إلى الدماغ، ويقوم بتعديل

### ❖ وكالات

أشارت دراسة جديدة نشرت في مجلة "JAMA Psychiatry" إلى أن استخدام المضادات الحيوية مرتبط بدرجة كبيرة بخطر الإصابة بأمراض عقلية، ويعتقد بأن السبب وراء ذلك أن المضادات الحيوية تؤثر على البكتيريا في الميكروبيوم المعوي.

واعتمدت نتائج الدراسة على بيانات من ١٧ عاماً. والدراسة التي تدعم النظريات المستجدة حول التفاعل الوظيفي بين العدوى والميكروبيوم المعوي والأمراض العقلية، هي واحدة من ما يقارب خمسين بحثاً تم نشرها في النصف الأخير من عام

## منتجع يستخدم النفط الخام لعلاج الأمراض وسط جدل طبي

في الثمانينات، كانت نطفان تستقبل أكثر من ٧٠ ألف شخص في السنة، وهو مستوى قياسي، وازدهرت هذه العلاجات حتى اندلاع الحرب في ١٩٨٨ في منطقة ناغورني قره باخ، التي تتنازع عليها كل من أذربيجان وأرمينيا. وحولت كل منتجعات المدينة حينها إلى مساكن لاستقبال مئات آلاف النازحين جراء النزاع.

وأعلن جيب ناغورني قره باخ، الذي تسكنه غالبية أرمينية وضمته السلطات السوفياتية إلى أذربيجان العام ١٩٢١، استقلاله من جانب واحد في العام ١٩٩١، بدعم من أرمينيا. ورغم اتفاق وقف إطلاق النار في العام ١٩٩٤ بعد حرب حصدت ٣٠ ألف قتيل، تقف مواجهات من حين إلى آخر في غياب اتفاقية سلام. وخط الجبهة في هذا النزاع المتوقف يقع على بعد كيلومترات قليلة من نطفان.

في مطلع الألفية، عززت أذربيجان جهودها لتحسين سعة نطفان كوجهة صحية. وقد نقل اللاجئون القميين في المنتجعات إلى مساكن أخرى، فيما هدمت غالبية هذه المنشآت، وأقيمت مكانها فنادق حديثة.

وتضم المدينة اليوم خليطاً من الفنادق الضخمة، تتجاوز كلفة الإقامة والعلاج فيها ألف دولار أسبوعياً، ومنتجعات بسيطة تهيم عليها أجواء سوفييتية تكلف مئات الدولارات في الأسبوع.

وأحياناً، تطل الحرب برأسها، مذكرة بوجودها الزوار، وغالبيةهم من أذربيجان ومن الدول المثبثة عن الاتحاد السوفياتي، أو تركيا، وأحياناً من أوروبا. وخلال مواجهات قوية تعرف باسم "حرب الأيام الأربعة في نيسان/ أبريل ٢٠١٦"، كنا نسمع إطلاق النار، على ما يقول موظف في منتجع "غاراباغ" الضخم، قبل أن يخفي بسرعة، "بقي الجميع" مشدداً على سلامة المنشآت.



وزيت النطفان مؤلف من حوالي ٥٠٪ من النفتالين، وهي مادة حاضرة في دخان السجائر والكرات المكافحة للعث.

إلا أن الأطباء والمرضى المحليين يشيدون بهذه المادة. وفي المدينة متحف صغير يضم الكثير من العكاكز التي تركها مرضى تعافوا من أمراضهم.

٧٠ ألفاً في السنة

فابيل عزيزوفا، إحدى الطبيبات في المنتجع، توضح أن النفط المحلي يستخدم لمعالجة أوجاع وأمراض العضلات والعظام والجلد، فضلاً عن اضطرابات عصبية وأخرى تتعلق بالطب السائني. وتوضح الطبيبة، التي بدأت تمارس مهنتها في آخر سنوات الاتحاد السوفياتي، في الماضي، لم يكن هناك فنادق أو منتجعات، كان الناس يأتون ويقيمون لدى السكان المحليين. وتروي من مكتبها، "على مر السنين، بدأت المنتجعات بالظهور، ثم تطوره سائناً، علاحة".

قليلة على ذلك، وأصبحت اعتباراً من عشرينيات القرن الماضي أحد مراكز العلاج التي ينقل إليها الناس مجاناً في الحقبة السوفياتية.

وتفيد الرواية المحلية أن موظفي الفنادق في المدينة يكررون دونما ملل أن مزايًا "هذا النفط العجائبي" اكتشفت صدفة عندما ترك جمل ينازع قرب بقعة من هذا السائل، فشمي.

واليوم يقوم العلاج التقليدي على الفوص عراة لمدة عشر دقائق في حوض استحمام مليء بهذا السائل السميك وذو الرائحة القوية. وهو يسخن على ٣٨ درجة مئوية. وتقول مريم امويدي السوفياتية مكرسا مراكز الاستحمام السوفياتية وعلاجاتها الخارجية عن المؤلف أحيانا، "استخدام النفط الخام لأغراض طبية ندد به أطباء غربيون، معتبرين أنه قد نصب بالسلطان".

### ❖ وكالات

يغمر سائل قاتم اللون ولزج سوفيية حتى مستوى العنق، لكنها تبتمس قائلة رغم الرائحة القوية من زيت المحركات، "هذا شعور جميل...". وقد أتت هذه المواطنة الروسية إلى مدينة نطفان في شمال غرب أذربيجان، المعروفة بعلاجاتها بالنفط الخام، لتخفف من آلام داء التهاب المفاصل.

ويعد عشر دقائق، تقوم موظفة بقسط النفط البني الداكن عن جلد المرأة السنينية قبل أن تستحم.

وتروي سوفيية التي أتت من تترستان الروسية مع مجموعة من الصديقات، "لقد حملنا لفترة طويلة بالجاء إلى هنا".

وقد أتت لأنها تعاني من التهاب مفاصل منذ ١٢ عاماً، وتقول إنها خفضت من كمية الأدوية التي تتناولها بعد عشرة أيام من العلاج، وتشعر بالراحة في هذه المحطة على بعد كيلومترات قليلة من منطقة النزاع في ناغورني قره باخ.

رأفت (٤٨ عاماً)، وهو صحالٍ وعضويّ حزب معارض في باكو، لا يظهر سوى رأسه أيضاً، فيما هو مسترخٍ في حوض في القسم المكس للرجال في منتجع "سحرلي" (ساحر باللغة الأذرية). ويقول، "هذه هبة من السماء".

وتصدر أذربيجان نطفها إلى العالم بأسره، وهو لعب دوراً أساسياً في اقتصاد هذا البلد الواقع في منطقة القوقاز. إلا أن النفط المستخرج من باطن الأرض في نطفان، البالغ عدده سكاكنا عشرة آلاف نسمة والواقعة على بعد حوالي ٣٠٠ كيلومتر عن العاصمة، لا يتفق ليجول إلى محروقات، لأنه سيك جد.

ويعود اكتشاف النفط في أذربيجان إلى منتصف القرن التاسع عشر. وقد اكتشفت المدينة نطفها بالزانا الخاصة بعد عقود

# 6 علامات تدل على إمكانية الإصابة بمرض الزهايمر



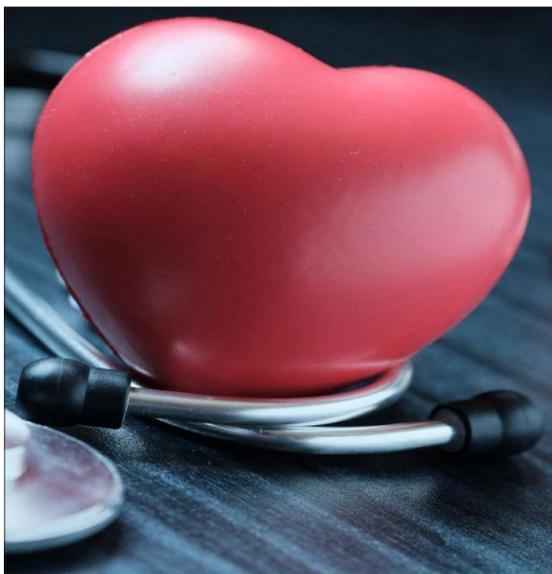
الذي ستعظم فيه عشاء عيد ميلادها، أو إذا تجاهل والدك حقيقة أنه تعطف في طريق ذي اتجاه واحد، فيجب عليك الانتباه لهذا النوع من العلامات. وحسب مولي فوجيل، فإن "نسيان ارتداء الحذاء في يوم شتاء بارد من شهر كانون الأول / ديسمبر يربط بقدر القيادة في الاتجاه المعاكس في طريق ذي اتجاه واحد، أو شرب حليب منتهي الصلاحية دون إدراك ذلك. وإذا حدث ذلك معك، فقد تتحاشى اتخاذ أي قرار". وقد يلاحظ الشريك أو أحد أفراد العائلة أن من يحبونهم أصبحوا يتجنبون اتخاذ القرارات التي تخص العائلة. وأشارت المجلة، خامساً، إلى أن إيجاد صعوبة في التفكير المجرى من المشتريات التي تدل على الإصابة بالزهايمر. فقد يواجه المرء صعوبة في تذكر كيفية استخدام حنفية الحمام، ونتيجة لذلك قد يتوقف عن الاغتسال أو الاستحمام لأنه غير متأكد من كيفية عملها. ولكن مع ذلك، قد يرفض الشخص الاعتراف بهذا المشكلة التي يواجهها، وقد يصل الأمر إلى درجة نسيان كيفية تعميم شريك أو صعوبة متابعة وصفة طبخ.

ووهت المجلة، ثانياً، إلى أن مواجهة صعوبة في القيام بالمهام الاعتيادية من بين الأعراض الأولى لمرض الزهايمر. وفي العادة، لا يفكر الشخص لثانية واحدة عندما يتعلق الأمر بالقيام بالأنشطة الروتينية اليومية مثل ارتداء الملابس وإعداد الفطور، أو محاولة القيام بها في الوقت نفسه. ولكن بالنسبة للشخص المصاب بالزهايمر، فإن فقدان الذاكرة يشمل حتى هذه الأنشطة اليومية ويؤثر في قدرته على ممارستها. وبينت المجلة، رابعاً، أن تدني القدرة على اتخاذ القرارات من العلامات التي تدل على الإصابة بالزهايمر. فإذا لم تستطع والدتك اتخاذ قرار بشأن المكان

كان ذلك نتيجة مرض آخر، نظراً لأن فقدان الذاكرة مرتبط أيضاً بمشاكل صحية أخرى، مثل الجلطة الدماغية ونقص الفيتامين ب ١٢، وقصور الدرقية، أو الإصابة بالتهاب حاد، أو حتى الاكتئاب. وأوردت المجلة، ثانياً، أن الارتباك بين الزمان والمكان يدل على الإصابة بالزهايمر. وحسب فوجيل، فإنه إذا قادت يوماً سيارتك نحو متجر البقالة لتلك وجدت نفسك أمام المكتب فتلك ليست نهاية العالم، فأحياناً تقع في الأخطاء ولكن ذلك لا يعرقل سير وظائفنا اليومية. ولكن، إذا لاحظت أنك يومياً أو في بعض الأحيان لا تتذكر أين أنت وكيف وصلت إلى ذلك المكان، فذلك أمر مختلف.

ووهت المجلة، ثانياً، إلى أن مواجهة صعوبة في القيام بالمهام الاعتيادية من بين الأعراض الأولى لمرض الزهايمر. وفي العادة، لا يفكر الشخص لثانية واحدة عندما يتعلق الأمر بالقيام بالأنشطة الروتينية اليومية مثل ارتداء الملابس وإعداد الفطور، أو محاولة القيام بها في الوقت نفسه. ولكن بالنسبة للشخص المصاب بالزهايمر، فإن فقدان الذاكرة يشمل حتى هذه الأنشطة اليومية ويؤثر في قدرته على ممارستها. وبينت المجلة، رابعاً، أن تدني القدرة على اتخاذ القرارات من العلامات التي تدل على الإصابة بالزهايمر. فإذا لم تستطع والدتك اتخاذ قرار بشأن المكان

# «يا اختي راسي عم يوجعني ودايخ»... خذله قلبه أثناء ذهابه إلى المدرسة



الأخير. ومن أهم هذه الأعراض:  
- الإغماء  
- الدوخة  
- تسارع في دقات القلب  
- غثيان  
- ألم في الصدر  
"رسلتنا اليوم" وفق رفعت "ليس فقط زيادة التعوية حول مشكلة كهراء القلب، وإنما الحوض على أهمية توفير جهاز مزيل الرجفان القلبي AED في الأماكن العامة والجامعات والنوادي الرياضية لإنقاذ أرواح الشباب الذين يواجهون توقف القلب المفاجئ. ومن المهم الإشارة إلى أنه يمكن لأي شخص استخدام هذا الجهاز في حال جرى تدريبه عليه".  
كيف يمكن علاج كهراء القلب؟  
كما يشدد الدكتور رفعت على "أهمية الكشف المبكر والتأكد من التاريخ العائلي للشخص وأجراء الفحص السريري وفحص القلب وتحليله كهربائياً، وعلى أساسها تشخيص حالة المريض وبالتالي يحدد نوع العلاج".  
أما بالنسبة إلى العلاجات فيمكن تقسيمها وفق الآتي:  
\* أدوية دقات تنظيم القلب  
\* زرع جهاز لتضادي خطر الوفاة المفاجئة  
\* الكي: وهنا يتم إدخال قسطار لتحديد موقع الاعتلال وكيه. كل دقيقة مهمة وفق خبرته في هذا المجال، بات مؤكداً أن أكثر الحالات تعود إلى الوفاة نتيجة خلل جيني. ويستعين الدكتور مروان رفعت بتجربة إيطاليا التي أجرت دراسة وتحليلات على مدى أكثر من ٢٥ عاماً، وتمكنت من تقادي الموت المفاجئ بنسبة ٩٨%. لذلك من المهم إجراء تحليل وراثي للكهرباء القلبية للأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين ١٢ - ٣٥ عاماً ويكون سبب الوفاة ناجماً عن خلل في كهراء القلب وعدم انتظام دقاته. أعراض تحذيرية

والشباب كما هي الحال مع الضحوصات الطبية الأخرى.  
إن حالة توقف القلب عند الشباب لا تشبه حالة الوفاة بأزمة قلبية عند الكبار. لذلك سنقدم التذكير وشرح هذه الحالة وكيفية التشخيص والوقاية منها وأهم العلاجات.  
ما هي كهراء القلب؟  
يشهد الاختصاصي في أمراض القلب والأوعية الدموية وكهراء القلب في المركز الطبي في الجامعة الأمريكية في بيروت ورئيس شعبة كهراء القلب في جمعية القلب اللبنانية الدكتور مروان رفعت، حالات كثيرة من حالات الخلل في كهراء القلب من دون علم الأشخاص الذين يتعرضون لها، وأنقذوا من الموت المفاجئ. ويتحدث عن الأسباب المسؤولة وعن كيفية علاجها وتفاذي هذه المسألة. يستهل الدكتور رفعت حديثه بشرح أسباب توقف القلب المفاجئ عند الشباب ومنها،  
\* اعتلال عضلة القلب الضخامي Hypertrophic

وقتها طويلاً، أعلنت روبرت عن تديرين جديدين بتمتضي التشريعات العمول بها. ماهي التدابير الجديدة؟ ويحظر الإجراء الأول على الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بالحصبة ارتياد الأماكن العامة. في حين يلزم التديرين الثاني إدارات المدارس التحقق من أن التلاميذ محصنون واستبعاد التلاميذ غير الملقحين وغير الجاهزين على إعطاء رسمي طبي الطابع أو ديني. وفي حال عدم الامتثال للتديرين الجديدين، تفرض على المخالفين غرامة قد تصل إلى ألفي دولار في اليوم، بحسب روبرت. هذا وقد تبلغ النفقات المترتبة عن انتشار الحصبة في المنطقة حوالي مليوني دولار، وفق داي. وتشكل منطقة روكلاند مع مدينة نيويورك البورتين الأساسيتين لانتشار مرض الحصبة في الولايات المتحدة، بحيث تشدد وطأة هذا المرض في أوساط اليهود المتطرفين. وتشهد الولايات المتحدة، كما بلدان أخرى في العالم، تشيياً واسعاً لوباء الحصبة في ٢٠١٩. علماً أنه كان قد قضي رسمياً على هذا المرض في البلد سنة ٢٠٠٠.

وقتها طويلاً، أعلنت روبرت عن تديرين جديدين بتمتضي التشريعات العمول بها. ماهي التدابير الجديدة؟ ويحظر الإجراء الأول على الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بالحصبة ارتياد الأماكن العامة. في حين يلزم التديرين الثاني إدارات المدارس التحقق من أن التلاميذ محصنون واستبعاد التلاميذ غير الملقحين وغير الجاهزين على إعطاء رسمي طبي الطابع أو ديني. وفي حال عدم الامتثال للتديرين الجديدين، تفرض على المخالفين غرامة قد تصل إلى ألفي دولار في اليوم، بحسب روبرت. هذا وقد تبلغ النفقات المترتبة عن انتشار الحصبة في المنطقة حوالي مليوني دولار، وفق داي. وتشكل منطقة روكلاند مع مدينة نيويورك البورتين الأساسيتين لانتشار مرض الحصبة في الولايات المتحدة، بحيث تشدد وطأة هذا المرض في أوساط اليهود المتطرفين. وتشهد الولايات المتحدة، كما بلدان أخرى في العالم، تشيياً واسعاً لوباء الحصبة في ٢٠١٩. علماً أنه كان قد قضي رسمياً على هذا المرض في البلد سنة ٢٠٠٠.

# هل الكافيين يُحسّن الأداء الرياضي؟

مراجعة شاملة لنتائج مراجعات سابقة حللت عدة دراسات تتعلق بالكافيين والأداء الرياضي. واكتشفوا أن الكافيين عزز قدرة العضلات على التحمل وقوتها وأداء الفطر وسرعة أداء التمارين. مضيافاً، "قد يكون لتناول كوبين من القهوة قبل نحو ٦٠ دقيقة من بدء التمرين تأثيراً إيجابياً، كما قد يحد من الشعور بالتعب".

على مستويات مرتفعة من الكافيين. وفي العام ٢٠٠٤ رُفِع الكافيين من قائمة الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات كمادة محظورة تناولها خلال المنافسات. وأشار جريجيك لتناولها في أن "منذ ذلك الحين، زاد تناول الكافيين بين الرياضيين، ولا توجد مؤشرات على انخفاض ذلك". وأحد أسباب ذلك هو زيادة

والتحمل. وقال قائد فريق البحث من جامعة فيكتوريا في مليون بأستراليا جوزو جريجيك أن "المكملات التي تحتوي على الكافيين شائعة جداً بين الرياضيين. وكشفت دراسة تعود إلى عام ٢٠١١ أن نحو ٧٥ بالمئة من عينات بول الرياضيين الذين شاركوا في الألعاب الأولمبية تحتة، واجراء فحوصات للقلب عند الأطفال

والتحمل. وقال قائد فريق البحث من جامعة فيكتوريا في مليون بأستراليا جوزو جريجيك أن "المكملات التي تحتوي على الكافيين شائعة جداً بين الرياضيين. وكشفت دراسة تعود إلى عام ٢٠١١ أن نحو ٧٥ بالمئة من عينات بول الرياضيين الذين شاركوا في الألعاب الأولمبية تحتة، واجراء فحوصات للقلب عند الأطفال

# لماذا عروض السوبرماركت قد تكون سيئة لصحتنا ولأموالنا؟

والخصومات. كما أن معظم الأغذية الخاضعة للعروض كانت الشوكولاته ورقائق البطاطس والبسكويت والمشروبات الغذائية، وغيرها من الأطعمة غير الصحية. وقالت البريفيسورة ليندا بولد وهي خبيرة وقائية، "هناك خيارات غنية من الخيارات غير الصحية"، جميعها تكون خاضعة لعروض ترويجية، لذلك ليس من المستغرب أن يكون المشترين هم الأكثر وزناً. ودعت أبحاث السرطان الحكومية إلى فرض المزيد من القيود على العروض الترويجية غير الصحية. كما أن العروض التي تقول لك اشترى اثنين بملغ زهيد بالنسبة لك قد تكون صفة، ولكن السوبرماركت بالمقابل يرفع سعر منتجات أخرى قبل وقت قصير من العروض. ومن ثم، فإننا في الواقع ننفق أكثر ونشتري أشياء غير صحية، مما يؤثر على صحتنا وعلى ميزانيتنا. وحتى توفر على نفسك وتجنب الإغراءات قم بكتابة قائمة التسوق قبل الذهاب للسوبرماركت والتزم بها وتجاهل العروض الترويجية، كما يمكنك التسوق على الإنترنت مما يضمن حصولك على أغراضك الضرورية فقط.

وكالات  
قد تبدو العروض الترويجية في السوبرماركت خطوة ذكية إن كنت تبحث عن توفير المال، ولكن احذر فيمكن أن توقعك أيضا بمشاكل صحية ومالية. وبحسب موقع "lovemoney"، فإنه وفقاً لبحث جديد صادر عن Cancer Research UK إذا كانت عربتك التسوق مليئة بالعروض بشكل خاص، فمن المرجح أن تكون تعاني من السمّة. تقريبا بين أفراد الأسر التي اشترت أكبر قدر من المأكولات والمشروبات الموجودة في العروض الترويجية. بالإضافة إلى أن الأشخاص الذين كانت أكثر مشترياتهم من العروض ٢٥% منها تحتوي على نسب عالية من الدهون أو الملح أو السكريات، وهو ما يعادل ١١ عنصرًا إضافيًا غير صحي في الشهر. وحذرت الدراسة، التي شملت ١٦ ألف مستهلك، من الاستمرار في هذا النمط من الشراء، موضحة أن المستهلكين الذين يقبلون على شراء المواد الغذائية التي عليها خصومات، عُرضة بنسبة ٥٤% للإصابة بالسمّة والأمراض الخطيرة المرتبطة بها، مثل السرطان وأمراض القلب والسكري، أكثر من الأشخاص الذين لا يكتفون لهذه العروض

# الإصابة بالسرطان إلى ارتفاع لدى النساء

وقالات  
يقبالاً على التدخين والكحول من السابق، ولذلك آثار ستظهر حالياً وفي السنوات المقبلة. وقال المركز إن "هذه الأرقام تظهر التحدي الهائل الذي نواجهه في بريطانيا وفي كل العالم"، إذ يقضي ثمانية ملايين شخص بهذا المرض في العالم سنوياً. أملاً في تحقيق تقدم كبير في السنوات العشرين المقبلة لناحية التشخيص المبكر للمرض وتحسين العلاجات بحيث يتغلب ثلاثة أرباع المصابين به مع حلول العام ٢٠٣٤". وأكد المسؤول في السلطات الصحية في أكتلرا كيف فنتون إلى أن "أهم وسائل الوقاية من السرطان هي عدم التدخين، والحفاظ على وزن طبيعي، والنشاط الجسدي، والاختبارات الطبية عند اللزوم".

وقالات  
توقع المركز البريطاني للأبحاث حول مرض السرطان أن تزداد الإصابة بهذا المرض في السنوات العشرين المقبلة ستة أضعاف في صفوف النساء عما ستكون عليه الزيادة لدى الرجال. وبحسب التوقعات، سترتفع الإصابة بالسرطان لدى النساء بنسبة ٣% ولدى الرجال ٠.٥%. وأرجع المركز هذه الزيادة إلى أنماط الحياة المضرة بالصحة. وتوقع المركز مع حلول العام ٢٠٣٥ أن تبلغ نسبة المصابين بهذا المرض أربعة ملايين و٥٠٠ ألف امرأة وأربعة ملايين و٨٠٠ ألف رجل. وأرجعت الأسباب المؤدية إلى ارتفاع نسبة الإصابة بالسرطان للتدخين وشرب الكحول، بما أن النساء صرن أكثر

# نيويورك: تدابير جديدة لاحتواء انتشار الحصبة وغرامة مالية على المخالفين

وقالات  
أعلنت سلطات منطقة روكلاند في ضاحية نيويورك الكبرى عن تدابير جديدة للحد من انتشار وباء الحصبة المتفشي فيها منذ شهر تشرين الأول الماضي، تقضي بفرض غرامات على المخالفين قد تصل إلى ألفي دولار في اليوم. وازدياد في حالات انتشار الحصبة وكانت سلطات هذه المنطقة التي تضم ٣٠٠ ألف نسمة أعلنت في شهر آذار عن تديرين يقضي بمنع أي قاصر غير ملقح ضد المرض من ارتياد الأماكن العامة، غير أن القضاء علق مؤقتاً العمل بهذا التديرين إثر شكوى تقدمت به أهال. وقال المسؤول المحلي إد داي خلال مؤتمر صحافي، "إن نستسلم في معركتنا هذه"، مضيافاً "لن نوفر أي سبيل لبلوغ هدفنا مهما كانت المعارضة قوية". وخلال الأيام الأخيرة، ارتفعت الإصابات الجديدة المشخصة في المنطقة لتبلغ ١٨٦ حالة، بالإضافة إلى "حالات كثيرة لم يصرح عنها" على حد قول المسؤول عن شؤون الصحة في المنطقة، باتريسيا شنتيل روبرت. وابتانتظار مال النزاع القضائي الذي قد يستغرق

وقالات  
أعلنت سلطات منطقة روكلاند في ضاحية نيويورك الكبرى عن تدابير جديدة للحد من انتشار وباء الحصبة المتفشي فيها منذ شهر تشرين الأول الماضي، تقضي بفرض غرامات على المخالفين قد تصل إلى ألفي دولار في اليوم. وازدياد في حالات انتشار الحصبة وكانت سلطات هذه المنطقة التي تضم ٣٠٠ ألف نسمة أعلنت في شهر آذار عن تديرين يقضي بمنع أي قاصر غير ملقح ضد المرض من ارتياد الأماكن العامة، غير أن القضاء علق مؤقتاً العمل بهذا التديرين إثر شكوى تقدمت به أهال. وقال المسؤول المحلي إد داي خلال مؤتمر صحافي، "إن نستسلم في معركتنا هذه"، مضيافاً "لن نوفر أي سبيل لبلوغ هدفنا مهما كانت المعارضة قوية". وخلال الأيام الأخيرة، ارتفعت الإصابات الجديدة المشخصة في المنطقة لتبلغ ١٨٦ حالة، بالإضافة إلى "حالات كثيرة لم يصرح عنها" على حد قول المسؤول عن شؤون الصحة في المنطقة، باتريسيا شنتيل روبرت. وابتانتظار مال النزاع القضائي الذي قد يستغرق

# حفنة من اللوز الأخضر تحارب التجاعيد والكولسترول!

وقالات  
إن شجر اللوز من أشهر الشجر الموجود في بلدان حوض البحر الأبيض المتوسط، إذ يحتوي اللوز الأخضر على الكثير من العناصر الغذائية المهمة لصحة الإنسان. ويتميز عن غيره من الفواكه الموسمية بفنائه بالأحماض والمواد الغذائية كالبوتاسيوم والفسفور إضافة إلى احتوائه على كمية مهمة من المواد الكربوهيدراتية، والألياف الغذائية. في هذا الصدد، أشارت اختصاصية التغذية مايا غاريس إلى الفوائد الصحية للوز الأخضر على جسم الإنسان.  
١- يحارب الكولسترول السيئ  
إن الزيت الموجود في اللوز الأخضر يعد من الزيوت الصحية للجسم، إذ يساعد في خفض نسبة الكولسترول السيئ في الدم والجسم.  
٢- يحافظ على الأسنان  
يحتوي اللوز الأخضر على كمية مهمة من مادة الفوسفور التي تحافظ على بنية الأسنان وتحميها من مشاكل التسوس واللثة.  
٣- يقوي العظام  
يتألف اللوز الأخضر من نسبة جيدة من الكالسيوم الذي يحمي من هشاشة العظام ويساعد

في تقويتها. ٤- يحمي من السرطان  
يساعد تناول اللوز الأخضر في خفض نسبة الإصابة بأنواع متعددة من السرطان، وذلك لأن قشرة اللوز تحتوي على ٢٠ نوعاً من المركبات المضادة للأكسدة.  
٥- يرطب البشرة  
يعد اللوز الأخضر من الفواكه الغنية بفيتامين E الذي يمنع جفاف البشرة ويساعد في الحد من ظهور علامات التقدم في السن. ٦- يحسن القدرات المعرفية  
إن الفيتامينات المتعددة والمعادن الغذائية الموجودة في اللوز الأخضر تعزز وظائف الدماغ بشكل فعال. وبالتالي، وبالتالي، تنشيط عملية الذاكرة إضافة إلى حمايته من مرض ألزهايمر.  
٧- يتخلف الجهاز الهضمي  
على غرار الفواكه الأخرى، يعتبر اللوز الأخضر من الفواكه الغنية بالألياف مما يساعد الجهاز الهضمي على تنظيف نفسه ويعالج مشكلة الإمساك.  
٨- غني بالسرعات الحرارية  
بالرغم من دور اللوز الأخضر في الحفاظ على الوزن الطبيعي إلا أن حصة مؤلفة من ١٤ حبة من اللوز الأخضر تحتوي تقريباً على ١٠٠ وحدة حرارية. لذا، ينصح بتناوله بكميات معتدلة.

# منظمة الصحة العالمية: ازدياد حالات الحصبة في العالم أربع مرات في الربع الأول من ٢٠١٩

وقالات  
ازدادت حالات الحصبة في العالم بواقع أربع مرات في الربع الأول من العام ٢٠١٩ مقارنة بالفترة عينها من العام الماضي، بحسب ما كشفت منظمة الصحة العالمية. وتشدد وطأة هذا الازدياد خصوصاً في إفريقيا وآسيا، علماً أن ذلك قد انعكس على

العام ٢٠١٦. وجاء في بيان صادر عن منظمة الصحة العالمية أن "العمليات الأولية على الصعيد العالمي أظهرت ارتفاعاً في الحالات المعلنه بنسبة ٣٠% خلال الأشهر الثلاثة الأولى من العام ٢٠١٩، مقارنة بالفترة عينها من العام ٢٠١٨. وكانت الحالات آخذة في الازدياد خلال السنوات الأخرى".

# حريق في المصلى المرواني داخل باحات المسجد الأقصى



يدور عن حريق اندلع في غرفة الحراس الخارجية لمسح المصلى المرواني، وقد تعامل فريق الإطفاء التابع للأوقاف الإسلامية مع الأمر بنجاح. ويقع المصلى المرواني تحت ساحات المسجد الأقصى الجنوبية الشرقية، ويتحد حائطاه الجنوبي والشرقي مع حائطي المسجد الأقصى، وهما كذلك حائطا سور البلدة القديمة في مدينة القدس المحتلة.

## وكالات

سيطر فريق إطفائية المسجد الأقصى المبارك، مساء الاثنين، على حريق شب في منطقة المصلى المرواني في الجهة الشرقية من المسجد الأقصى، ونشرت قناة الأقصى الفضائية مقطع فيديو لحريق، قالت إنه بغرفة الحراس الخارجية على سطح المصلى المرواني في المسجد الأقصى. وقال الأوقاف الإسلامية إن الحديث

## «تويت» يوقف ١٠ ألف حساب على منصته

### وكالات

قالت شركة «تويت»، الثلاثاء، إنها أوقفت ١٠٠ ألف حساب من أجل إنشاء حسابات جديدة، بعدما كانت قد علقتها خلال الفترة من كانون الثاني/يناير إلى آذار/مارس، بزيادة ٤٥ في المائة عن العام الماضي. وأوردت في بيان: «في السابق، لاحظنا

## «أخطر الطيور في العالم» يقتل مالكه في منزل بفلوريدا

### وكالات

قتل رجل يبلغ من العمر ٧٥ عاما بسبب طائر كبير، لا يستطيع الطيران احتفظ به في منزله في فلوريدا، وفق ما أكدته وسائل إعلام مختلفة. وعثرت الشرطة على الرجل مصابا بجروح بالغة من طائر كاسواري، الذي يعد أخطر طائر في العالم، بسبب مخالبه التي تشبه خنجر أربع بوصات. وعثرت الشرطة على

## هكذا تضامن آلاف الباكستانيين مع ضحايا مجزرة نيوزيلندا

### وكالات

تجمع آلاف الباكستانيين الذين ارتدوا الأبيض في جانع، وسط باكستان، لتشكيل صورة عملاقة لمسجد النور في كرايست تشيرتش في نيوزيلندا حيث قتل إرهابي يميني عشرات الأشخاص في آذار/مارس. وتظهر مشاهد صوتية بطائرة مسيرة رجالا يلبسون الدراء التقليدي ويقفون في حقل أخضر فيما كتبت مجموعة أخرى بإجسادها عبارة «الإسلام سلام».

ووضع عمان ضحانم لباكستان ونيوزيلندا على العشب على مسافة أمتار قليلة من المشاركين. وعلى لائحة طويلة كتب «تضامن من باكستان مع شهداء كرايست تشيرتش». وقال شهيد زاده سلطان أحمد على رئيس المعهد الإسلامي، وهو المنظمة غير الحكومية وراء المبادرة: «يحمل المشاركون في التجمع

## مسلمون ينظمون فعالية ضد الأحكام المسبقة تجاههم بالنمسا

### وكالات

عرفت العديد من المدن النمساوية، السبت، تنظيم فعالية «تفضل أنا مسلم»، بهدف تقديم معلومات حقيقية عن المسلمين، والوقوف ضد الأحكام المسبقة تجاههم. ونظمت الفعالية من قبل الاتحاد الإسلامي في النمسا، وجرت عبر ١١ منصة تم نصبها في العاصمة فيينا، وعدد من المدن القريبة منها. وقال رئيس قسم الاتصالات في الاتحاد، معمر آق قايا، للأناضول، إنهم يهدفون من خلال الفعالية بنسخها الرابعة هذا العام، إلى وقف معاداة المسلمين المتصاعدة في أوروبا، وتخفيف الضغوط عنهم، وتغيير وجهات النظر المبينة على الحكم المسبق تجاههم.

## طبيب استخدم سائله المنوي لإنجاب ٤٩ طفلا دون علم الأمهات

### وكالات

أثبتت نتائج اختبار أجرتها الحكومة الهولندية، أن طبيبا متخصصا بعمليات الخصيب، استخدم سائله المنوي في تلقيح أمهات ٤٩ طفلا، دون علمهن. وكشفت نتائج التحليل، أن الطبيب الهولندي يان كريات، والذي توفي قبل عامين، خصب أمهات هؤلاء الأطفال في عيادته الخاصة بالقرب من مدينة روتردام. ويحسب ما أوردته صحيفة «إندبندت» البريطانية، فإن أي من النساء لم تكن على علم بأن الطبيب كان يستخدم سائله المنوي الخاص به خلال عمليات التلقيح. وجاء الإعلان عن النتائج، بعد معركة قانونية استمرت عامين، وحصلت السلطات على عينات

## مستشفى أمريكي يقاضي أميرا سعوديا تخلف عن الدفع

### وكالات

رفع مستشفى أمريكي دعوى قضائية على أمير سعودي، بعد أن امتنع عن دفع فواتير علاج طفلة تعاني من ضمور العضلات في العمود الفقري. وقالت مواقع أمريكي، نقلا عن شبكة «سي أن أن»، إن المستشفى يطالب الأمير بدفع ٣,٥ مليون دولار من الفواتير المستحقة، التي تعهد الأمير سابقا بالتكفل بها كاملة.

## فنان تركي ينقش على بيض الدجاج باحترافية

### وكالات

فضل الفنان التركي ناجي أر أوغلو، التقن على بيض الدجاج الهش، بعد ترفيفه، ليحيله إلى عمل فني أخاذ. في الوقت الذي يتطلب فن النقش أجساما صلبة في العادة. ويقيم أر أوغلو (٦٠ عاما) في ولاية أضنة جنوبي تركيا، حيث برزت موهبته في الرسم، في مرحلة الدراسة الثانوية. ودفعته ظروفه آنذاك، إلى قطع دراسته

مع استخدام الإضاءة عند الحاجة فقط. وينبغي أن تكون الإضاءة «أكثر دفئا»، من خلال اعتماد المزيد من الألوان البرتقالية بدلا من استخدام طيف الضوء الأبيض.

وأوضح الموقع أنه بالنظر إلى حجم وخطورة المعاقب، فإن بعض أبحاث التلوث الضوئي النادرة في أفريقيا، تكشف أن هذه القارة هي إحدى أقل القارات تلوثا بالضوء. لكن هذا الوضع يشهد تغيرا سريعا مع توسع البنية التحتية للإضاءة، التي ترتبط ارتباطا وثيقا بالتنمية الاقتصادية. وينطبق هذا الأمر بشكل خاص على المناطق الريفية التي انتشرت فيها شبكات الكهرباء ومصابيح «ليد».

وفي الختام، ذكر الموقع أن التلوث الضوئي هو محرك التغيير العالمي الخطير، وقد أصبح جميع الناس على دراية بما يعنيه هذا الأمر. وعلى الرغم من أن العديد من الأفارقة ما زالوا قادرين على مشاهدة درب التبانة، إلا أن التوسع في البنية التحتية للإضاءة بات وشيكا. وكما هو الحال مع الدوافع الأخرى للتغيير العالمي، فإن هذه القارة تمر بمرحلة مهمة من أجل ضمان عدم تأثير تطورها الاقتصادي على صحة الإنسان والبيئة، لكن أنجع طريقة لمنع التلوث الضوئي لا تزال مجهولة.

التوجه الطفيف للضوء السماوي، فإنه من المهم أن نتذكر أن نصف الكرة الأرضية كان دائما، وفي أي لحظة من الزمن، في ظلام دامس. وهذا يعني أن الكائنات الحية والبشر قد تكيفوا سابقا مع دورات الليل والنهار على مدار فترات التطور الزمنية. وأشار الموقع إلى أن العديد من الكائنات الحية استخدمت الدورات الشمسية والسدورات القمرية لتوقيت سلوكها ونشاطها وأنماط نومها وكذلك أوقات التزاوج والتغذية. لكن اليوم، توسع نطاق التلوث الضوئي وازدادت كثافته، وهناك أدلة كثيرة تفيد بأن زيادة الإضاءة قد تخلف مجموعة من الآثار السلبية.

وأكد الموقع أن الإضاءة تؤثر سلبا على البيئة؛ لأنها تؤدي إلى تعطيل دورات الضوء الطبيعي التي اعتادت عليها الكائنات الحية. وتؤثر هذه التغيرات على عملية تقسيم الوقت بين نشاط الحيوانات والصحة الفردية.

وأورد الموقع أن هناك أدلة متزايدة على أن الإضاءة لها آثار سلبية على صحة الإنسان؛ فالإضاءة، على سبيل المثال، هو الهرمون الذي ينظم أنماط النوم عند الإنسان ويقع إفرازه تحت تأثير الضوء، ولكن التغييرات في الأنظمة الضوئية

## دعوات لمنع مشاركة راقصات إسرائيليات في حفل بمراكش

إسرائيليين اثنين بشبهة تزوير وثائق

ادارية وجوازات سفر. وأوقفت السلطات المغربية، في آذار/مارس الماضي عشرة أشخاص يشتبه في تورطهم بتزوير وثائق رسمية لصالح إسرائيليين، يهدفون للحصول على جنسية المغرب. وقال بيان صادر عن المديرية العامة للأمن المغربي إن «عناصر فرقة للشرطة القضائية تمكنت من توقيف ١٠ أشخاص مشتبه بارتباطهم بشبكة إجرامية تنشط في مجال تزوير وثائق رسمية،

ويأتي الحفل في إطار مهرجان «بيبي

الراقص المقرر انعقاده بمدينة مراكش في العاشر من حزيران/يونيو المقبل. وحمل المرصد الدولة بكل مؤسساتها المسؤولية الكاملة إزاء هذا النشاط بحق السيادة الوطنية ومشاعر الشعب المغربي. ولفت إلى أن هذه الخطوة تأتي بعد «توقيف شبكة لتجنيس الإسرائيليين بالبلاد». يشار إلى أن السلطات المغربية، أعلنت في وقت سابق من الشهر الجاري، توقيف

تعبيره.

دعا «المرصد المغربي لمناهضة التطبيع»، أمس السبت، السلطات المغربية إلى التدخل لمنع مشاركة راقصات إسرائيليات بينهن متحولون جنسيا في حفل بمدينة مراكش (جنوب المغرب). وأعرب «المرصد المغربي لمناهضة التطبيع» عبر صفحته الرسمية على «فيسبوك»، عن تنديده بهذه الخطوة التي وصفها بـ«النشاط التخريبي»، داعيا إلى محاسبة الواقفين خلف هذا الحفل «محليا بالمغرب وحاضنيه العملاء»، وفق

## وكالات

الحمض المنوي من منزل المني في إربيل/ نيسان ٢٠١٧ بعد وفاته عن عمر يناهز ٨٩ سنة. وقال أحد هؤلاء الأطفال، «أخيرا انتهى هذا الفصل، وأنا أعرف أن كريات هو أبي». وأضاف لهيئة الإذاعة الهولندية، «بعد ١١ سنة من البحث، أستطيع أن أوصل حياتي. وأشعر بسعادة لأن كل شيء اتضح أخيرا».

وأضاف أنه وإخوته غير الأشقاء، أصبوا أسدقاء من خلال معركتهم القانونية وسيقون على اتصال. وأغلقت عيادة الطبيب الهولندي في ٢٠٠٩ بسبب مزاعم تزويره بيانات، وتحليل، وأوصاف متبرعين، وأنه تجاوز العدد المسموح به للخصيب من متبرع واحد وهو ستة أطفال.

## وكالات

نشر موقع «بوب شوغر» الأمريكي تقريرا تطرق فيه إلى العلامات الدالة على أن الوالدين يفرطان في رعاية الطفل والاهتمام به. وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته «عربي ٢١»، أن العديد من الآباء والأمهات يحرصون على أن يقدموا الأفضل لأبنائهم ويكونوا مثاليين قدر الإمكان من خلال مساعدة أطفالهم على إنجاز واجباتهم المدرسية كل ليلة، وقرءة القصص لهم، أو اصطحابهم إلى المتنزهات خلال كل عطلة نهاية أسبوع.

ولكن بعضهم يتساءلون عما إذا كان ذلك يصنع فرقا، خاصة أن الأطفال الذين يتلقون اهتماما أقل من قبل آبائهم يكونون أكثر تعويلا على أنفسهم وأكثر ثقة بذواتهم.

وفيما يلي، العلامات السبع التي تدل على أن الوالدين يبالغان في الاهتمام بالطفل ويتدخلان كثيرا في حياته. ذكر الموقع، أولا، أن الشناء كثيرا على الطفل يعتبر من بين المؤشرات التي تدل على أنك تفرط في رعايته. ففي حين أن الأطفال يحتاجون دعم أوليائهم وتشجيعهم، يميل بعض الآباء إلى المبالغة في الشناء على كل ما يفعله أطفالهم ومكافأتهم عليه. ومن الطبيعي أن يحاول الآباء الشناء على أطفالهم عندما يكونون راضيا أو سفارا لتعلمهم مهارة جديدة مثل دخول الحمام لوحدهم أو لتصرفهم بطريقة لينة، بيد أن هذا الأمر يصبح مبالغ فيه عندما تستمر في الشناء عليه حتى فعل شيء أتقنته وكرره للمرة الألف. وأورد الموقع، ثانيا، أن إعطاء الطفل الكثير من المكافآت المادية دليل على أن الأب أو الأم يدلنان طفلها كثيرا.

## كيف تعرف ما إذا كنت ترعى أطفالك بشكل مفرط؟

يتركها له المجال للقيام بما يتوجب عليه ففعله دون توجيه الأوامر له في كل مرة، حتى يتعلم كيفية التصرف عندما لا يكون والداه معه في المنزل.

وذكر الموقع، سادسا، أن تقديم المساعدة لطفلك دون أن يطلب منك ذلك يجعلك تتدخل أكثر من اللازم في حياته، مثل حمل محفظته عنه واصطحابه إلى الحضانة والبقاء معه حتى يرن الجرس. ولكن مثل هذه الممارسات تجعل الآباء مستقبلا يتدخلون في أدق تفاصيل حياة أبنائهم مثل اتخاذ القرارات عوضا عنهم، وقد يصل الأمر إلى درجة الحث من لأنه لم يستشر والده أو نيل موافقتها على القيام به. وثنو الموقع، سابعاً، بأن حرص الآباء على جعل أبنائهم يتجنبون ارتكاب الأخطاء يؤثر سلبا على سلوكهم.



تفرط في الاعتناء به. في المقابل، لا بد من منح الطفل بعض المسؤوليات التي تتوافق مع سنه، مثل وضع الصحن في المغسلة بعد الانتهاء من الأكل، وإعداد الطاولة، وإخراج كيس القمامة، والمساعدة في الطبخ. ويتحميهم مسؤوليات أكبر في كل مرة، سيتعود الطفل على التعويل على نفسه ويصبح شخصا مستقلا ويتعلم كيفية اتخاذ القرارات الصحيحة. ولكن يجب أن تقصر للطفل أن تحمل بعض المسؤوليات «ليس طاعة لما تقوله» وإنما لتعلم مشاركة المسؤوليات ولحظات المتعة مع العائلة. وأشار الموقع، خامسا، إلى أن توجيه نفس المهام مرارا وتكرارا للطفل يجعل منك والدا «أما متفطرسة». ويجب أن يأخذ الوالدان بعين الاعتبار أنهما يريان كائنات بشرية وليس روبوتات تنفذ كل ما تؤمر به بحدافيره. في المقابل، حتى يصبح الطفل مسؤولا ينبغي على الوالدين أن

وخلافا ما يتوقعه بعض الآباء، فإن ترك الطفل يرتكب بعض الأخطاء ويجربها بنفسه سيحمله أكثر حذرا وإدراكا لنتائج أفعاله، مثل تجنب حرق أيديهم عند لمس شيء ساخن أو جرح أصابعهم. ومن خلال الوقوع سيتعلم الطفل كيف ينهض مجددا بمفرده، وماذا يشعر عند لمس شراب ساخن، وماذا يحدث له عند وضع ألعاب متسخة في فمه. وفي الختام، أشار الموقع إلى أنه يجب على الآباء تجنب المبالغة في رعاية أطفالهم والتدخل في حياتهم، والحرص على تشجيعهم. ومن خلال الحفاظ على التوازن في كيفية تعاملك مع طفلك سواء عند الشناء عليه أو إظهار مدى حبك له أو التدخل في بعض الشؤون سيكون المتمتع بعلاقة صحية معه. ولا بد أن لا يبالغ الوالدان في حماية الطفل حتى يكون مستعدا للعالم الحقيقي وتحدياته ومكافآته.

## عقوبات منتظرة بعد أحداث قمة الوحدات والرمثا

### وكالات

تنوي اللجنة التأديبية للاتحاد الأردني لكرة القدم، إصدار عدة قرارات فيما يخص الأحداث التي رافقت قمة الوحدات والرمثا التي جمعتهما الأربعاء في لقاء مؤجل من بطولة دوري المحترفين.

وكانت المباراة قد شهدت مشاجرة بين اللاعبين وتلاسنًا حادًا، ليضطر حكم اللقاء إلى اشارة البطاقة الحمراء أربع مرات بوجه كل من حمزة الدردور وهادي الحوراني "الرمثا" ومحمد الدميري وفادي عوض "الوحدات".

وعلم "كبوور" أن قرارات الحكام في هذه المباراة ستخضع لتقييم من الجهة المختصة باتحاد كرة القدم، وإصدار القرارات الخاصة بالحالات التي أثارت الجدل وساهمت في ارتفاع حدة التوتر.

وكان عدد من المتابعين، قد استفرب إناطة المباراة لحكم غير معروف دوليا ولا يملك الخبرة، حيث تساءلوا عن الحكام المميزين لإدارة قمة بهذه الأهمية كأهم المخادمة ومراد الزواهره ومحمد عرفة وأحمد يعقوب.

## نيمار يفتح النار على مشجعي ميسي

### وكالات

شن نيمار 11 سيلفا، نجم منتخب البرازيل، هجوماً على بعض مشجعي السامبا، قبل مواجهة الأرجنتين في نهائي كوبا أمريكا، السبت.

وكان بعض الجمهور البرازيلي، قد ارتدى قميص ليونيل ميسي مع الأرجنتين، وأعلنوا دعم البرغوث في المباراة النهائية لكوبا أمريكا. وكتب نيمار على حسابه بشبكة إنستجرام "أنا برازيلي ولدي الكثير من الفخر والحب تجاه ذلك، كان حلمي دائماً أن أكون جزءاً من المنتخب البرازيلي وأن أستمع إلى غناء الجماهير".

وأضاف "لم أكن ضد البرازيل أبداً، ولن أكون كذلك أبداً إذا لعبوا من أجل شيء ما، سواء كان ذلك في الرياضة، أو مسابقة عرض أزياء، أو جوائز الأوسكار".

واختتم "إذا كانت البرازيل موجودة في المنافسة، فانا سأدعم البرازيل، لكن ما الشيء المختلف الذي يفعله البرازيليون عن ذلك؟ حسناً.. سأحترم ذلك، لكن عليهم أن يذهبوا إلى الجحيم.. أعني ذلك لمن يعارض دعم البرازيل فقط".

## تأهب أمني في الأرجنتين بسبب نهائي كوبا أمريكا

### وكالات

تستعد حكومة مدينة بوينس آيرس، لتعزيز التدابير الأمنية بشكل خاص بمناسبة نهائي كوبا أمريكا، المرتقب فجر الأحد بين البرازيل والأرجنتين، على ملعب ماراكانا.

وقال نائب رئيس حكومة المدينة، ديجو سانتيلي "بالطبع لدينا خطة لنشر عناصر أمنية بشكل كبير".

وتابع "نطالب أيضاً بالتخلي بمسؤولية الفردية. نحن في لحظة صعبة من تفشي وباء كورونا، ندعو لعدم الاحتشاد والتجمع بشكل واسع".

وجاءت هذه التصريحات في مؤتمر صحفي عقد بمقر الحكومة المحلية، حيث أعلن خلاله عمدة العاصمة اوراسيو رودريجيز لاريتا، تخفيف الأنشطة المختلفة بسبب انخفاض الإصابات في المدينة.

ويصل المنتخب الأرجنتيني، فجر الأحد إلى نهائي كوبا أمريكا، دون أي هزيمة في البطولة، برصيد 11 هدفا لصالحه.

وبالنسبة للأرجنتين، هذا هو نهائي كوبا أمريكا الثالث لها في آخر 6 سنوات، وإذا فازت به سيكون هذا هو أول لقب دولي تحصله منذ عام 1993، عندما فازوا باللقب القاري بعد فوزهم على المكسيك.

ولهذا السبب، تخشى سلطات مدينة بوينس آيرس، من إقامة احتفالات جماهيرية في الشوارع، حال فوز منتخب راقصي التانجو.

## خبية أمل بعد منع الحضور الجماهيري في الأولمبياد



### وكالات

شعرت اتحادات رياضية ورياضيون بخيبة أمل، بعد قرار منع الحضور الجماهيري في أولمبياد طوكيو، لكنهم نفوا إمكانية تأثير ذلك على الأداء، وأكدوا أنه يجب إقامة البطولة.

وقرر المنظّمون الخميس، منع حضور الجماهير في الأولمبياد بسبب زيادة حالات الإصابة بفيروس كورونا في اليابان، وإعلان حالة الطوارئ في العاصمة.

وقالت الأمريكية كندرا هاريسون صاحبة الزمن العالمي في سباق 100 متر حواجز، إن عدم وجود الجماهير لن يؤثر على آمالها في حصد ميدالياتها الأولمبية الأولى.

وأبلفت هاريسون، محطة سبكتريم نيوز 1 "في خضم مواجهة الأفضل في العالم، لا تهتم حقاً بالموجودين في المدرجات. أقلق الوحيد هو الخروج وتقديم أفضل ما لديك".

واتفق إنجاز دي فوس رئيس الاتحاد الدولي للروسية، مع تصريحات الاتحادات الرياضية الأخرى، عندما عبر عن تفهمه واحترامه لقرار المنظّمين.

وأضاف لرويتز عبر البريد الإلكتروني "عدم وجود الجماهير في طوكيو أمر مؤسف، لكن الأهم هو إقامة الأولمبياد، وأن يتنافس أفضل الرياضيين في العالم بعد سنوات من الاستعداد لهذه اللحظة المهمة".

ونوه "رغم أن الأجواء ستكون مختلفة تماماً، غير أن الرياضيين سيركزون على ما يجب فعله من أجل النجاح وتحقيق أهدافهم".

وقالت اللجنة الأولمبية النيوزيلندية، إن رياضيينها كانوا يستعدون لهذا السيناريو وعدم وجود جماهير.

وتابعت كايي ولسون الطبيبة النفسية الفريق "الرياضيون استعدادهم لعدم وجود جماهير هذا الأمر كان أساسياً في التحضير". وأشار مايكل بول مدرب السباحة الأسترالي المخضرم، إلى أن أكثر من نحوها في الأولمبياد، هم من تأقلموا سريعاً مع الأوضاع المتغيرة.

وأبلغ الصحفيين الجمعة "لو كانت البطولة ستبدأ في الغد وحدث هذا الأمر، لرثنا أصبحت مشكلة كبيرة. لكن هناك أسبوعين للجمع من أجل التأقلم وأعتقد أن الأمور ستسير على ما يرام".

وتتطلق أولمبياد طوكيو في 23 يوليو/تموز الجاري.

# الأردن على موعد مع أكبر مشاركة تاريخية في الأولمبياد



## الفريق الأولمبي - طوكيو 2020

ساندوا أبطال الأردن في الأولمبياد

وتعتبر هذه المرة الثانية على التوالي التي يتأهل فيها لاعب جودو أردني إلى الألعاب الأولمبية، بعد مشاركة إبراهيم خلف في أولمبياد ريو 2016.

وأعلن كذلك الاتحاد الدولي للرياضة منح الأردن مقعداً في منافسات المسدس الهوائي 10 متر على مستوى السيدات، وكان من نصيب الأردنية أسماء أبو ربيع، وذلك بالنظر لإنجازاتها والأرقام التي سجلتها خلال مشاركتها الدولية الماضية.

وأصبحت أبو ربيع أول من يمثل رياضة الرماية الأردنية منذ أولمبياد سيدني عام 2000 وكانت رياضة الرماية هي أول رياضة مثلت الأردن في الألعاب الأولمبية خلال المشاركة الأولى بأولمبياد موسكو 1980.

واختيرت عداءة المنتخب الأردني لألعاب القوى عليا بشناق لتمثيل الأردن في طوكيو، حيث ستشارك في منافسات المسافات القصيرة، وجاء اختيارها لتمثيل رياضة ألعاب القوى الأردنية بفضل أرقامها المتقدمة الأخيرة.

واختيرت السباحة الأردنية تاليتا بقله (50 متر حرة) لتمثيل الأردن حيث ستسجل حضورها الأولمبي الثالث بعد أولمبياد لندن 2012 وريو 2016 إلى جانب السباح عمرو الور (200 متر صدر) والذي سبق له التأهل إلى أولمبياد الشباب في بوينس آيرس عام 2018، وجاء اختيارهما بفضل أرقامهما.

وتأهل كذلك لاعب المنتخب الأردني للكاراتيه عبد الرحمن المصاطفة إلى الأولمبياد بعد تصفية عالمية غاية في الصعوبة، أقيمت بالعاصمة الفرنسية باريس الشهر الماضي.

وجاء تأهل المصاطفة إلى وزن تحت 67 كجم، بعد خوضه 10 نزالات في التصفية، ليحجز مقعداً من بين 10 مقاعد فقط مخصصة لكل وزن.

وأعلن الاتحاد الدولي للجودو تأهل الأردني يونس عيال سلمان عن المقعد المخصص للفئرة الآسيوية لمنافسات وزن تحت 73 كجم.

تحت 69 كجم ومحمد الوادي في وزن تحت 57 كجم وعدي الهنداوي في وزن تحت 81 كجم. وبفضل هذا العدد الكبير من المتأهلين، أصبحت هذه المرة هي الأولى التي يتأهل فيها 5 رياضيين أردنيين من رياضة واحدة إلى نسخة أولمبية.

وخطف لاعبا منتخب التايكوندو جوليانا الصادق (وزن تحت 67 كجم) وصالح الشرباتي (وزن تحت 80 كجم) والأعضاء في تأهلها إلى الأولمبياد، من خلال التصفية التي استضافتها العاصمة عمان مايو/أيار الماضي.

وسجلت التايكوندو الأردنية ظهورها الأولي للمرة الخامسة على التوالي، حيث لم تقب التايكوندو الأردنية عن الأولمبياد منذ اعتمادها بشكل رسمي في أولمبياد سيدني 2000.

وتأهل كذلك لاعب المنتخب الأردني للكاراتيه عبد الرحمن المصاطفة إلى الأولمبياد بعد تصفية عالمية غاية في الصعوبة، أقيمت بالعاصمة الفرنسية باريس الشهر الماضي.

وجاء تأهل المصاطفة إلى وزن تحت 67 كجم، بعد خوضه 10 نزالات في التصفية، ليحجز مقعداً من بين 10 مقاعد فقط مخصصة لكل وزن.

وأعلن الاتحاد الدولي للجودو تأهل الأردني يونس عيال سلمان عن المقعد المخصص للفئرة الآسيوية لمنافسات وزن تحت 73 كجم.

وتأهل كذلك لاعب المنتخب الأردني للكاراتيه عبد الرحمن المصاطفة إلى الأولمبياد بعد تصفية عالمية غاية في الصعوبة، أقيمت بالعاصمة الفرنسية باريس الشهر الماضي.

وجاء تأهل المصاطفة إلى وزن تحت 67 كجم، بعد خوضه 10 نزالات في التصفية، ليحجز مقعداً من بين 10 مقاعد فقط مخصصة لكل وزن.

وأعلن الاتحاد الدولي للجودو تأهل الأردني يونس عيال سلمان عن المقعد المخصص للفئرة الآسيوية لمنافسات وزن تحت 73 كجم.

وتأهل كذلك لاعب المنتخب الأردني للكاراتيه عبد الرحمن المصاطفة إلى الأولمبياد بعد تصفية عالمية غاية في الصعوبة، أقيمت بالعاصمة الفرنسية باريس الشهر الماضي.

وجاء تأهل المصاطفة إلى وزن تحت 67 كجم، بعد خوضه 10 نزالات في التصفية، ليحجز مقعداً من بين 10 مقاعد فقط مخصصة لكل وزن.

وأعلن الاتحاد الدولي للجودو تأهل الأردني يونس عيال سلمان عن المقعد المخصص للفئرة الآسيوية لمنافسات وزن تحت 73 كجم.

### وكالات

اكتمل الفريق الأردني المشارك في دورة الألعاب الأولمبية (طوكيو 2020)، التي تنطلق يوم 23 يوليو/تموز الجاري.

ويمثل الأردن في دورة الألعاب الأولمبية 14 لاعباً ولاعبة، وهو أكبر عدد من المشاركين في تاريخ مشاركاته الأولمبية، التي بدأت في أولمبياد موسكو عام 1980.

وكان الفارس إبراهيم بشارت أول المتأهلين الأردنيين إلى أولمبياد طوكيو مطلع العام الماضي، في القفز على الحواجز، ليصعب على مشاركته الأولمبية الرابعة بعد

أثينا 2004 وبكين 2008 ولندن 2012 لينتصر بفاتحة أكثر الرياضيين الأردنيين مشاركة في الألعاب الأولمبية.

وجاء تأهل بشارت إلى أولمبياد طوكيو بعد أن حل في المركز الثاني لفرسان دول المجموعة السادسة، والتي تضم 66 دولة من آسيا وإفريقيا.

وفي مارس/آذار 2020، استضاف الأردن تصفيات الملاكمة المؤهلة إلى أولمبياد طوكيو عن قارتي آسيا وأوقيانوسيا، بعد نقل البطولة من مدينة ووهان الصينية إلى العاصمة عمان.

ونجح 5 من أبطال المنتخب الأردني للملاكمة في التأهل إلى أولمبياد طوكيو، وهم حسين عيش في وزن تحت 91 كجم (المشاركة الأولمبية الثانية) وعصادة الكسبة في وزن تحت 63 كجم (المشاركة الأولمبية الثانية) وزيد عيش في وزن

تحت 57 كجم (المشاركة الأولى). ويشارك في الألعاب الأولمبية 14 لاعباً ولاعبة، وهو أكبر عدد من المشاركين في تاريخ مشاركاته الأولمبية، التي بدأت في أولمبياد موسكو عام 1980.

وكان الفارس إبراهيم بشارت أول المتأهلين الأردنيين إلى أولمبياد طوكيو مطلع العام الماضي، في القفز على الحواجز، ليصعب على مشاركته الأولمبية الرابعة بعد

أثينا 2004 وبكين 2008 ولندن 2012 لينتصر بفاتحة أكثر الرياضيين الأردنيين مشاركة في الألعاب الأولمبية.

وجاء تأهل بشارت إلى أولمبياد طوكيو بعد أن حل في المركز الثاني لفرسان دول المجموعة السادسة، والتي تضم 66 دولة من آسيا وإفريقيا.

وفي مارس/آذار 2020، استضاف الأردن تصفيات الملاكمة المؤهلة إلى أولمبياد طوكيو عن قارتي آسيا وأوقيانوسيا، بعد نقل البطولة من مدينة ووهان الصينية إلى العاصمة عمان.

ونجح 5 من أبطال المنتخب الأردني للملاكمة في التأهل إلى أولمبياد طوكيو، وهم حسين عيش في وزن تحت 91 كجم (المشاركة الأولمبية الثانية) وعصادة الكسبة في وزن تحت 63 كجم (المشاركة الأولمبية الثانية) وزيد عيش في وزن

تحت 57 كجم (المشاركة الأولى). ويشارك في الألعاب الأولمبية 14 لاعباً ولاعبة، وهو أكبر عدد من المشاركين في تاريخ مشاركاته الأولمبية، التي بدأت في أولمبياد موسكو عام 1980.

وكان الفارس إبراهيم بشارت أول المتأهلين الأردنيين إلى أولمبياد طوكيو مطلع العام الماضي، في القفز على الحواجز، ليصعب على مشاركته الأولمبية الرابعة بعد

أثينا 2004 وبكين 2008 ولندن 2012 لينتصر بفاتحة أكثر الرياضيين الأردنيين مشاركة في الألعاب الأولمبية.

وجاء تأهل بشارت إلى أولمبياد طوكيو بعد أن حل في المركز الثاني لفرسان دول المجموعة السادسة، والتي تضم 66 دولة من آسيا وإفريقيا.

وفي مارس/آذار 2020، استضاف الأردن تصفيات الملاكمة المؤهلة إلى أولمبياد طوكيو عن قارتي آسيا وأوقيانوسيا، بعد نقل البطولة من مدينة ووهان الصينية إلى العاصمة عمان.

ونجح 5 من أبطال المنتخب الأردني للملاكمة في التأهل إلى أولمبياد طوكيو، وهم حسين عيش في وزن تحت 91 كجم (المشاركة الأولمبية الثانية) وعصادة الكسبة في وزن تحت 63 كجم (المشاركة الأولمبية الثانية) وزيد عيش في وزن

تحت 57 كجم (المشاركة الأولى). ويشارك في الألعاب الأولمبية 14 لاعباً ولاعبة، وهو أكبر عدد من المشاركين في تاريخ مشاركاته الأولمبية، التي بدأت في أولمبياد موسكو عام 1980.

وكان الفارس إبراهيم بشارت أول المتأهلين الأردنيين إلى أولمبياد طوكيو مطلع العام الماضي، في القفز على الحواجز، ليصعب على مشاركته الأولمبية الرابعة بعد

أثينا 2004 وبكين 2008 ولندن 2012 لينتصر بفاتحة أكثر الرياضيين الأردنيين مشاركة في الألعاب الأولمبية.

وجاء تأهل بشارت إلى أولمبياد طوكيو بعد أن حل في المركز الثاني لفرسان دول المجموعة السادسة، والتي تضم 66 دولة من آسيا وإفريقيا.

وفي مارس/آذار 2020، استضاف الأردن تصفيات الملاكمة المؤهلة إلى أولمبياد طوكيو عن قارتي آسيا وأوقيانوسيا، بعد نقل البطولة من مدينة ووهان الصينية إلى العاصمة عمان.

ونجح 5 من أبطال المنتخب الأردني للملاكمة في التأهل إلى أولمبياد طوكيو، وهم حسين عيش في وزن تحت 91 كجم (المشاركة الأولمبية الثانية) وعصادة الكسبة في وزن تحت 63 كجم (المشاركة الأولمبية الثانية) وزيد عيش في وزن

تحت 57 كجم (المشاركة الأولى). ويشارك في الألعاب الأولمبية 14 لاعباً ولاعبة، وهو أكبر عدد من المشاركين في تاريخ مشاركاته الأولمبية، التي بدأت في أولمبياد موسكو عام 1980.

وكان الفارس إبراهيم بشارت أول المتأهلين الأردنيين إلى أولمبياد طوكيو مطلع العام الماضي، في القفز على الحواجز، ليصعب على مشاركته الأولمبية الرابعة بعد

أثينا 2004 وبكين 2008 ولندن 2012 لينتصر بفاتحة أكثر الرياضيين الأردنيين مشاركة في الألعاب الأولمبية.

## مختصون: غياب التقييم الصحي قبل ممارسة الرياضة ينتسب بأزمات قلبية

### وكالات

أكد معنيون في الطب الرياضي ومدربون، أهمية التحلي عن التدريبات العشوائية في مراكز اللياقة، وضرورة الخضوع لإجراءات طبية وعلمية، بإشراف مختصين، لتجنب الآثار السلبية للاستخدام الخاطئ لمراكز (الجم)، والتي تصل في بعض الأحيان إلى الوفاة.

وكشف مختصون في هذا المجال، عن ممارسات سلبية داخل بعض مراكز اللياقة، تلحق الضرر بالجسم، مثل غياب التقييم الصحي قبل البدء في ممارسة الرياضة التي تحتاج لجهد كبير، ما يتسبب بحدوث أزمات قلبية، أو تمزق في عضلات الجسم، أو إلحاق الضرر بعضلة القلب أو الكلى نتيجة سلوكيات خاطئة.

وطالب شتيق أحد المتوفين بأزمة قلبية في أحد مراكز اللياقة، بسبب جهد إضافي خلال التدريب، بضرورة توفير المسقفين والمختصين في مثل هذه المنشآت، وضرورة الاهتمام بالتقييم الطبي قبل المباشرة في أي تدريب.

وكشف أطباء ومعالجون ومدربون في حديث لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) عن عدد من التجاوزات أو الأخطاء الخاطئة التي يلجأ إليها مرادو مراكز اللياقة البدنية "الجم"، وتتسبب بإلحاق الضرر بالجسم بدلاً من الحصول على الفائدة المرجوة من ممارسة الرياضة.

ووجهوا عدداً من النصائح للمشاركين في مراكز اللياقة، الواجب الالتزام بها لضمان ممارسات رياضية صحية بعيداً عن أي انعكاسات سلبية، مؤكداً ضرورة التزام تلك المراكز بخطوات تعتبر مهمة وضرورية، وتسهم في إنقاذ حياة العديد من غير المؤهلين لممارسة الرياضة ضمن ظروف معينة.

وقال طبيب الإسعاف والطوارئ أحمد برهان الذي يعمل مع اللجنة الأولمبية الدولية، أن غياب الإجراءات الطبية الوقائية عن بعض مراكز الجم، يتسبب في إلحاق ضرر واسع بالعديد من المشاركين الذين يصطدمون بمشاكل طبية خلال ممارسة الرياضة بدلاً من الحصول على الفائدة.

وأضاف أنه يجب على كل من يرغب بممارسة الرياضة عبر الاشتراك بمراكز اللياقة، أن يخضع نفسه لفحوصات طبية مثل تخطيط القلب و"توشوات في القلب"، وأمراض الضغط والسكري والدهنيات والجهاز التنفسي، وغيرها من الأمراض التي تتأثر بالجهد البدني، معتبراً أن هذه مسؤولية مشتركة بين مراكز اللياقة والمشاركين.

ووجه برهان نصيحة إلى مستخدمي "الجم"، بضرورة التوقف عن التدريبات ومراجعة الطبيب، في حال شعروا خلال التمرين بأعراض مثل تسارع نبضات القلب بشكل ملحوظ بعد جهد بسيط، أو بالأم في الصدر أو الدوار.

وتطرق الدكتور برهان للحديث عن خطأ يرتكبه مدربين مراكز اللياقة، يتمثل في إعطاء بروتينات للمتدربين لأهداف بناء الجسم، ما يتسبب بإضرار عكسية، مشيراً إلى أن بعض المشاركين يلجأون لهرمونات قد تتسبب في تضخم عضلات القلب.

أمّ العلاج جبرين المناصرة صاحبة الخبرة الطويلة في العمل مع المنتخبات الوطنية والأندية الرياضية وفي مراكز اللياقة البدنية، فقد أكد على ضرورة تركيز مراكز اللياقة على توفير شرح مفصل للمشاركين حول الاستخدام الأمثل لاودات التدريب، مع ضرورة الحصول على معلومات كاملة عن السيرة المرضية للمشارك.

وأضاف، المشترك العادي (غير المحترف)، يدخل إلى "الجم" ويبدأ بممارسة الرياضة، وحمل الأوزان وبذل الجهد العالي، بعيداً عن عيّن المدربين، ما يلحق به الضرر بدل من الحصول على الفائدة.

وأشار إلى أنه من الأخطاء الشائعة في ممارسة اللعب في "الجم"، خطأ استخدام الساونا والجاكوزي، أو تناول الكمالات الغذائية غير المناسبة، أو الحصول على حقن لنفخ العضلات وغيرها من الممارسات التي لا يجب أن تحدث دون استشارة مختصين.

المهاج محمد المومني الذي يملك خبرة طويلة في العمل مع الأندية واللجان الطبية العاملة في الحقل الرياضي، أشار إلى ممارسات خاطئة تهدد حياة المشترك في مركز اللياقة مثل تعاطي مواد بروتينية، تزيد من حاجة الجسم للأوكسجين، وبالتالي تهدد صحته خاصة في حال بذل جهد كبير خلال التمارين.

وكشف المومني عن لجوء البعض إلى الحصول على حقن بهدف تنشيف العضلات لتظهر قوية ومنتفخة، وهو أمر خاطئ خاصة إذا ما كان بعيداً عن الإشراف الطبي.

وأضاف، هناك بعض الممارسين للرياضة في مراكز اللياقة، يشكون من التهابات في الجهاز التنفسي، وبالرغم من ذلك يخضعون في بعض الأحيان لحقن فولترين، سعياً للتخلص من آلام الالتهاب، ما يتسبب في تحويل هذا الالتهاب لعلّة القلب، وبالتالي تعريض القلب لخطر التوقف المفاجئ ومن ثم الوفاة.

ونصح المومني مرتادي "الجم" بضرورة إجراء تخطيط قلب قبل البدء في التدريبات، وضرورة الالتزام بتعليمات المدرب المختص في الجسم، إلى جانب التركيز على السوائل والغذاء الصحي المتوازن.

بدوره أكد المدير التنفيذي لأحد مراكز اللياقة في الصوفية عاصم رشاد، تشدد مركزه بتطبيق كافة الإجراءات الوقائية وإجراءات السلامة، للحفاظ على المشتركين.

وقال: الخطوة الأولى والأهم، أن العاملين في المركز هم من خريجي الجامعات المؤهلين والمختصين في التأهيل الرياضي، حيث يُطلب من المشترك تعبئة استبيان يكشف فيه عن سيرته المرضية ووضعه الصحي، لافتاً في نفس الوقت إلى رفض تسجيل الكبار في السن، إلا في حال اصطحب معه مدرباً مؤهلاً أو معالجاً، ناهيك عن رفض استقبال كل من يعاني من مشاكل صحية.

وأشار رشاد إلى عقد دورات سنوية لجميع العاملين في الجم، بالتعاون مع الدفاع المدني حول الاسعافات الأولية، وهو أمر مهم لمواجهة أي طارئ.

وكان عدد من رواد مراكز اللياقة، أكدوا تفاوت الالتزام بين المراكز في تطبيق الإجراءات المطلوبة، مطالبين بضرورة تشدد الجهات المعنية في مراقبة مثل هذه المنشآت، مع التركيز على توعية اصحاب المراكز والمشاركين، وإسداء النصائح التي من شأنها توفير ممارسة رياضية آمنة بعيداً عن الاخطار. (بترا- خالد خطاطبة)

ونصح المومني مرتادي "الجم" بضرورة إجراء تخطيط قلب قبل البدء في التدريبات، وضرورة الالتزام بتعليمات المدرب المختص في الجسم، إلى جانب التركيز على السوائل والغذاء الصحي المتوازن.

بدوره أكد المدير التنفيذي لأحد مراكز اللياقة في الصوفية عاصم رشاد، تشدد مركزه بتطبيق كافة الإجراءات الوقائية وإجراءات السلامة، للحفاظ على المشتركين.

وقال: الخطوة الأولى والأهم، أن العاملين في المركز هم من خريجي الجامعات المؤهلين والمختصين في التأهيل الرياضي، حيث يُطلب من المشترك تعبئة استبيان يكشف فيه عن سيرته المرضية ووضعه الصحي، لافتاً في نفس الوقت إلى رفض تسجيل الكبار في السن، إلا في حال اصطحب معه مدرباً مؤهلاً أو معالجاً، ناهيك عن رفض استقبال كل من يعاني من مشاكل صحية.

وأشار رشاد إلى عقد دورات سنوية لجميع العاملين في الجم، بالتعاون مع الدفاع المدني حول الاسعافات الأولية، وهو أمر مهم لمواجهة أي طارئ.

وكان عدد من رواد مراكز اللياقة، أكدوا تفاوت الالتزام بين المراكز في تطبيق الإجراءات المطلوبة، مطالبين بضرورة تشدد الجهات المعنية في مراقبة مثل هذه المنشآت، مع التركيز على توعية اصحاب المراكز والمشاركين، وإسداء النصائح التي من شأنها توفير ممارسة رياضية آمنة بعيداً عن الاخطار. (بترا- خالد خطاطبة)

ونصح المومني مرتادي "الجم" بضرورة إجراء تخطيط قلب قبل البدء في التدريبات، وضرورة الالتزام بتعليمات المدرب المختص في الجسم، إلى جانب التركيز على السوائل والغذاء الصحي المتوازن.

بدوره أكد المدير التنفيذي لأحد مراكز اللياقة في الصوفية عاصم رشاد، تشدد مركزه بتطبيق كافة الإجراءات الوقائية وإجراءات السلامة، للحفاظ على المشتركين.

وقال: الخطوة الأولى والأهم، أن العاملين في المركز هم من خريجي الجامعات المؤهلين والمختصين في التأهيل الرياضي، حيث يُطلب من المشترك تعبئة استبيان يكشف فيه عن سيرته المرضية ووضعه الصحي، لافتاً في نفس الوقت إلى رفض تسجيل الكبار في السن، إلا في حال اصطحب معه مدرباً مؤهلاً أو معالجاً، ناهيك عن رفض استقبال كل من يعاني من مشاكل صحية.

وأشار رشاد إلى عقد دورات سنوية لجميع العاملين في الجم، بالتعاون مع الدفاع المدني حول الاسعافات الأولية، وهو أمر مهم لمواجهة أي طارئ.

وكان عدد من رواد مراكز اللياقة، أكدوا تفاوت الالتزام بين المراكز في تطبيق الإجراءات المطلوبة، مطالبين بضرورة تشدد الجهات المعنية في مراقبة مثل هذه المنشآت، مع التركيز على توعية اصحاب المراكز والمشاركين، وإسداء النصائح التي من شأنها توفير ممارسة رياضية آمنة بعيداً عن الاخطار. (بترا- خالد خطاطبة)

ونصح المومني مرتادي "الجم" بضرورة إجراء تخطيط قلب قبل البدء في التدريبات، وضرورة الالتزام بتعليمات المدرب المختص في الجسم، إلى جانب التركيز على السوائل والغذاء الصحي المتوازن.

بدوره أكد المدير التنفيذي لأحد مراكز اللياقة في الصوفية عاصم رشاد، تشدد مركزه بتطبيق كافة الإجراءات الوقائية وإجراءات السلامة، للحفاظ على المشتركين.

وقال: الخطوة الأولى والأهم، أن العاملين في المركز هم من خريجي الجامعات المؤهلين والمختصين في التأهيل الرياضي، حيث يُطلب من المشترك تعبئة استبيان يكشف فيه عن سيرته المرضية ووضعه الصحي، لافتاً في نفس الوقت إلى رفض تسجيل الكبار في السن، إلا في حال اصطحب معه مدرباً مؤهلاً أو معالجاً، ناهيك عن رفض استقبال كل من يعاني من مشاكل صحية.

وأشار رشاد إلى عقد دورات سنوية لجميع العاملين في الجم، بالتعاون مع الدفاع المدني حول الاسعافات الأولية، وهو أمر مهم لمواجهة أي طارئ.

وكان عدد من رواد مراكز اللياقة، أكدوا تفاوت الالتزام بين المراكز في تطبيق الإجراءات المطلوبة، مطالبين بضرورة تشدد الجهات المعنية في مراقبة مثل هذه المنشآت، مع التركيز على توعية اصحاب المراكز والمشاركين، وإسداء النصائح التي من شأنها توفير ممارسة رياضية آمنة بعيداً عن الاخطار. (بترا- خالد خطاطبة)

# بطولة أمم أوروبا تنعش الأوضاع الاقتصادية للمقاهي



### وكالات

تشهد المقاهي المنتشرة في مختلف مناطق المملكة، انتعاشاً اقتصادياً ملحوظاً، بفضل بطولة أمم أوروبا لكرة القدم الجارية بعالياتها حالياً في عدة دول أوروبية.

ودفعت إقامة تلك البطولات عشاق الرياضة للتوجه بأعداد كبيرة إلى المقاهي لحضور تلك المباريات.

ويعيش الشارع الرياضي المحلي أوقاتاً ممتعة، بفضل متابعتهم لبطولة أمم أوروبا الحالية الجارية بالمباريات القوية والثيرة، بانتظار المباراة النهائية التي تقام يوم الأحد المقبل.

وساهمت بطولة أمم أوروبا، في انتعاش الوضع الاقتصادي للمقاهي في مختلف المحافظات، حيث تكبدت خلال العامين الماضيين خسائر مالية كبيرة، بسبب جائحة كورونا، التي أجبرتها على الإغلاق لفترات طويلة.

كما ساهمت إعادة فتح تلك المقاهي بتشغيل العديد من الأيدي العاملة، حيث تشهد ازدهاراً في الرواد خلال ساعات المساء لحضور المباريات التي تقام عند الساعة مساءً وعند العاشرة مساءً في سهرات كروية عالمية.

وأشار إلى أن فترة مباريات بطولة أمم أوروبا التي تحتتم الأحد المقبل، تشهد ازدهاراً في الرواد الذين يفضلون متابعة المباريات في المقاهي برفقة الأصدقاء، ما انعكس اقتصادياً عليهم وساهم في رفد صناديقهم المالية بمبالغ هم في أمس الحاجة إليها في الوقت الحالي.

من جهته، بين محمد زيتون (عامل بمقهى)، أن الازدهار المادي للمقاهي تضاعف بشكل ملحوظ في الأيام الأخيرة، بسبب مباريات أمم أوروبا الحالية، وأسهم في ذلك بأن الكثير منها تحرص على تطبيق البروتوكول الصحي حفاظاً على زبائنها وأملها في مواصلة العمل.

ويشير إلى أن الازدهار الحالي في المقاهي لحضور المباريات، يتخلل في بعض الأحيان خروقات من خلال عدم الالتزام بالإجراءات الوقائية، ما يهدد استمرارية بعض المقاهي التي تسعى لتصويب أوضاعها حفاظاً على الأرواح، وساهم في ذلك بأن الكثير منها تحرص على تطبيق البروتوكول الصحي حفاظاً على زبائنها وأملها في مواصلة العمل.

ويشير إلى أن الازدهار الحالي في المقاهي لحضور المباريات، يتخلل في بعض الأحيان خروقات من خلال عدم الالتزام بالإجراءات الوقائية، ما يهدد استمرارية بعض المقاهي التي تسعى لتصويب أوضاعها حفاظاً على الأرواح، وساهم في ذلك بأن الكثير منها تحرص على تطبيق البروتوكول الصحي حفاظاً على زبائنها وأملها في مواصلة العمل.

ويشير إلى أن الازدهار الحالي في المقاهي لحضور المباريات، يتخلل في بعض الأحيان خروقات من خلال عدم الالتزام بالإجراءات الوقائية، ما يهدد استمرارية بعض المقاهي التي تسعى لتصويب أوضاعها حفاظاً على الأرواح، وساهم في ذلك بأن الكثير منها تحرص على تطبيق البروتوكول الصحي حفاظاً على زبائنها وأملها في مواصلة العمل.

ويشير إلى أن الازدهار الحالي في المقاهي لحضور المباريات، يتخلل في بعض الأحيان خروقات من خلال عدم الالتزام بالإجراءات الوقائية، ما يهدد استمرارية بعض المقاهي التي تسعى لتصويب أوضاعها حفاظاً على الأرواح، وساهم في ذلك بأن الكثير منها تحرص على تطبيق البروتوكول الصحي حفاظاً على زبائنها وأملها في مواصلة العمل.

ويشير إلى أن الازدهار الحالي في المقاهي لحضور المباريات، يتخلل في بعض الأحيان خروقات من خلال عدم الالتزام بالإجراءات الوقائية، ما يهدد استمرارية بعض المقاهي التي تسعى لتصويب أوضاعها حفاظاً على الأرواح، وساهم في ذلك بأن الكثير منها تحرص على تطبيق البروتوكول الصحي حفاظاً على زبائنها وأملها في مواصلة العمل.

ويشير إلى أن الازدهار الحالي في المقاهي لحضور المباريات، يتخلل في بعض الأحيان خروقات من خلال عدم الالتزام بالإجراءات الوقائية، ما يهدد استمرارية بعض المقاهي التي تسعى لتصويب أوضاعها حفاظاً على الأرواح، وساهم في ذلك بأن الكثير منها تحرص على تطبيق البروتوكول الصحي حفاظاً على زبائنها وأملها في مواصلة العمل.

ويشير إلى أن الازدهار الحالي في المقاهي لحضور المباريات، يتخلل في بعض الأحيان خروقات من خلال عدم الالتزام بالإجراءات الوقائية، ما يهدد استمرارية بعض المقاهي التي تسعى لتصويب أوضاعها حفاظاً على الأرواح، وساهم في ذلك بأن الكثير منها تحرص على تطبيق البروتوكول الصحي حفاظاً على زبائنها وأملها في مواصلة العمل.

## كندا تعلن عدم السماح للسائحيين غير المطعميين ضد كورونا بدخول أراضيها

أوتواوا

أعلن رئيس الوزراء الكندي جاستين ترودو، عن عدم السماح للسائحيين الأجانب الذين لم يتم تطعيمهم ضد فيروس كورونا، بدخول كندا وذلك لعدم تعريض التقدم المحرز في احتواء الفيروس للخطر. وقال ترودو في بيان الجمعة، إن كندا لن تسمح للسائحيين غير المطعميين بدخول البلاد، مشيراً إلى أن هذا لن يحدث لفترة طويلة. وأشار ترودو إلى أنه في الخطوة التالية ستنتظر الحكومة الكندية في الإجراءات التي يمكن السماح بها للمسافرين الدوليين الذين تم تطعيمهم بالكامل بلقاحات كورونا، مضيفاً سيكون لدينا المزيد لننقله في الأسابيع المقبلة. وأكد رئيس الوزراء الكندي، أن محادثات بلاده في المرحلة الحالية مع الولايات المتحدة تركز على عملية رفع القيود والكثافة بين الدولتين على المسافرين الذين تم تطعيمهم بالكامل. وأكدت كندا والولايات المتحدة، أغلقت الحدود بينهما أمام السفر غير الضروري منذ آذار ٢٠٢٠ وتستمر القيود الحدودية بينهما حتى ٢١ تموز الجاري على الأقل.

## الأمم المتحدة تشدد على إمكانية التوصل لاتفاق بشأن سد النهضة

واشنطن

قالت المديرية التنفيذية لبرنامج الأمم المتحدة للبيئة إنغر أندرسن، خلال جلسة لمجلس الأمن عقدت مساء الخميس بطلب من تونس ممثلة القاهرة والخرطوم، أنه "يمكن التوصل إلى اتفاق حول سد النهضة، الذي تبنيه أديس أبابا على نهر النيل، بحسب نيويورك تايمز، وكانت القاهرة والخرطوم، وفهدتا وزير خارجيتهما للمشاركة في جلسة مجلس الأمن، التي عقدت أمس، فيما أوقدت أديس أبابا وزير المياه والري. وتطرقت أندرسن إلى "أسس تعاون" مستقبلي بين الدول الثلاث، مشيرة إلى أن "الثقة والشفافية والالتزام أمور أساسية من أجل التوصل إلى اتفاق بالحد الأدنى بين تلك الدول". وقالت المسوولة الأممية "على الرغم من تحقيق تقدم في ميادين عدة خلال المفاوضات، إلا أن أي توافق لم يتم التوصل إليه فيما يتعلق ببعض النواحي الأساسية، خصوصاً الترتيبات الخاصة بإدارة فترات الجفاف المطولة الأمد، وإيجاد آليات لتسوية الخلافات بين تلك الدول.

## الجامعة العربية تعقد الاجتماع الاستثنائي للجنة الدائمة للشؤون الإدارية والمالية

القاهرة

عقد في مقر الجامعة العربية بالقاهرة الاجتماع الاستثنائي للجنة الدائمة للشؤون الإدارية والمالية، بمشاركة كبار مسؤولي الشؤون الإدارية والمالية بالدول العربية. وناقشت اللجنة وعلى مدى يومين عدداً من المواضيع المطروحة على جدول أعمالها وعلى رأسها موازنة الأمانة العامه للعام ٢٠٢١، والمركز المالي للأمانة العامة، كما تمت مناقشة المناخات على بعض الدول وضرورة المبادرة لتسديدها. ومن المقرر، أن ترفع اللجنة توصياتها بشأن البنود المدرجة على جدول الأعمال إلى الاجتماع المقبل لمجلس جامعة الدول العربية على المستوى الوزاري في أيلول المقبل.

## غوثيريش يدعو سلطات الاحتلال إلى وقف عمليات هدم ومصادرة الممتلكات الفلسطينية

عمان

أزرب الأمين العام للامم المتحدة، أنطونيو غوتيريش، عن قلقه البالغ إزاء عمليات الهدم التي جرت يوم أمس الأربعاء للممتلكات الفلسطينية في قرية حمصة البقيعة في غور الأردن بالضفة الغربية.

وخلال المؤتمر الصحفي اليومي من المقر الدائم في نيويورك، تلا المتحدث باسم الأمم المتحدة، ستيفان دوجاريك، بياناً نقله مركز أخبار الأمم المتحدة، قال فيه: "مثل هذه الأعمال تتعارض مع القانون الدولي ويمكن أن تقوض فرص إقامة دولة فلسطينية متوازنة جغرافياً وقابلة للحياة". وأضاف أن "الأمين العام، في الواقع يشعر بقلق بالغ إزاء هدم الأوس للممتلكات الفلسطينية في مجتمع البدو في حمصة البقيعة بمنطقة "ج" في الضفة الغربية المحتلة. وأشار دوجاريك إلى أن الأمين العام "يجدد دعوته لسلطات الإسرائيلية وقف عمليات الهدم ومصادرة الممتلكات الفلسطينية في الضفة الغربية المحتلة".

## وضع كارثي بالمستشفيات ونقص بالأوكسجين.. كورونا يعصف بتونس

تونس

مع اقتراب معدل الإصابات اليومية بفيروس كورونا في تونس من سقف الـ ١٠ آلاف، قالت وزارة الصحة، الخميس، إن المنظومة الصحية في البلاد "إنهارت" بعد التفشي السريع للوباء، وامتلاء أقسام العناية الفائقة، وإرهاق الكوادر الطبية. وقالت المتحدث باسم وزارة الصحة نصاف بن علي في تصريحات إعلامية، إن الوضع داخل المستشفيات كارثي، وإن الأطباء "يعانون إرهاقاً غير مسبوق، والمسؤولون يكافحون لتوفير الأوكسجين للمرضى".

وتسجل تونس منذ أسبوع أرقاماً قياسية في عدد الوفيات والإصابات بالفيروس ما فتئت ترتفع، وقد بلغت وفق الإحصائيات الرسمية ١٣٤ وفاة و٩٨٢٣ إصابة، الأربعاء. وسط تزايد المخاوف من عجز السلطات عن السيطرة على تفشي الوباء، وبلغ سيناريو كارثي للأزمة الصحية. وقال مدير عام الهياكل الصحية بوزارة الصحة، نوفل السمراني، في تصريح لوقع "سكاي نيوز عربية"، إن "عدد الوافدين على أقسام العناية الفائقة قد تضاعف في الآونة الأخيرة خاصة مع ظهور السلالة الهندية (دلتا) في البلاد". وأكد أن "ضغطاً كبيراً سجل في مختلف أقسام كوفيد-١٩ وأقسام العناية الفائقة، كما بلغت نسبة امتلاء أسرة الإنعاش ٩٥ في المئة، وأسرة الأوكسجين ٩٠ في المئة". وأضاف السمراني، "نعمل على وضع أسرة إضافية في الأقسام الأخرى وفي العيادات الخارجية بشكل يومي، كما أوقفنا كل العمليات الجراحية غير المستعجلة من أجل استيعاب مرضى كوفيد-١٩". وأكد مدير عام الهياكل الصحية أن استهلاك الأوكسجين في تونس ارتفع من ٢٥ ألف لتر في اليوم خلال الموجات السابقة من انتشار الوباء، إلى ١٢٥ ألف لتر في اليوم وأكثر حالياً، مما اضطر تونس لتوفير الأوكسجين، والتسريع في اقتناء آلات تكييفها وتوزيعها على المستشفيات.

وأعتبر المسؤول أن المنظومة الصحية في تونس "صمدت رغم الضغط، وقاومت الجائحة رغم العدد الكبير للمرضى"، داعياً المواطنين لتقليل هذا الضغط بالعمل على كسر حلقات العدوى والالتزام بالبروتوكولات الوقائية. وتقرض السلطات التونسية حجراً صحياً

# العضائية يترأس الوفد الأردني المشارك في المؤتمر الوزاري الثامن لمنظمة التعاون الإسلامي للمرأة



المملكة الأردنية

القاهرة

ترأس السفير الأردني في القاهرة ومندوب المملكة الدائم لدى جامعة الدول العربية أمجد العضائية الوفد الأردني الرسمي المشارك في المؤتمر الوزاري الثامن لمنظمة التعاون الإسلامي للمرأة، والذي استضافته جمهورية مصر العربية تحت عنوان "المحافظة على مكتسبات كلا الجنسين وتمكين المرأة في جائحة كورونا وما بعدها".

وأكد العضائية، الذي ألقى كلمة الأردن خلال المؤتمر الذي افتتحه الرئيس المصري عبدالفتاح السيسي، أن الأردن، وهو يدخل العبودية الثانية من عمر الدولة، تميز بمسيرة ممتدة من الحرص على المساواة والتمكين الاجتماعي والاهتمام بقضايا المرأة، "صنو الرجل" وشريك عملية البناء الأسري في الإطار المجتمعي والتنموي في السياق الوطني الأشمل.

وشدد العضائية، في المؤتمر الذي عقد في العاصمة الإدارية الجديدة في القاهرة، على أن المملكة تحرص على وضع قضايا تمكين المرأة ضمن سلم الأولويات الحكومية، تماشياً مع رؤية الدولة الأردنية وقيادتها الهاشمية تجاه حضور المرأة وتعزيز دورها وشراكتها في صنع القرار وصولاً إلى تنمية وطنية مستدامة يتشارك بها أبناء وبنات الأسرة الأردنية في الأدوار والمسؤوليات وتوزيع المكتسبات.

واستعرض العضائية، خلال كلمة الأردن، الجهود الكبيرة والمتواصلة التي تبذلها الدولة الأردنية بمختلف مؤسساتها لتحقيق أهداف التنمية المستدامة، وتحديد الهدف الخامس المعني بتحقيق العدالة والمساواة بين الجنسين، حيث تم قطع خطوات ناجحة على كافة المستويات السياسية والإستراتيجية والبيئة التشريعية. كما سلط الضوء على خطوات عملية قطعها الأردن في سبيل تحقيق ادماج النوع الاجتماعي، تعزيز الآليات الوطنية ذات

المساواة، وفي بالالتزامات الدولية في هذا المجال.

ويشار إلى أن الوفد الأردني الرسمي يضم في عضويته أمين عام وزارة التنمية الاجتماعية بريق الضمور، ومدير السياسات في وزارة التنمية أحمد أبو حيدر والسكرتير الثاني في السفارة الأردنية في القاهرة عبير الرويكات.

وكان الرئيس المصري عبد الفتاح السيسي أكد في كلمة له في المؤتمر أن مصر ستسعى، على مدار العامين المقبلين خلال رئاستها للدورة الثامنة لمؤتمر وزراء المرأة لدول منظمة التعاون الإسلامي، إلى التركيز على قضيتي، التمكين الاقتصادي للمرأة باعتباره الركيزة الأساسية لتحقيق وإرساء قيم المساواة بين الجنسين، ومكافحة التبعات السلبية للإرهاب والتطرف على المرأة، والتي تكون عادة من أكثر الفئات معاناة من ويلات هذه الأفة. وتم خلال المؤتمر تسليم رئاسة الدورة الثامنة للمؤتمر لجمهورية مصر العربية، فيما تضمنت جلسات المؤتمر كلمات لكل من رئيسة المجلس القومي للمرأة في مصر مايا مرسي، وهيلين ماري لورانس وزيرة المرأة والتضامن الاجتماعي والأسرة والعمل الإنساني في بوركينا فاسو ورئيسة الدورة السابعة للمؤتمر الوزاري للمرأة، ويوسف بن أحمد العثيمين أمين عام منظمة التعاون الإسلامي وعدد من رؤساء الوفود المشاركة.

وشهد اليومان السابقان للمؤتمر اجتماع كبار الموظفين التحضيري للدورة الثامنة للمؤتمر الوزاري لمنظمة التعاون الإسلامي للمرأة، حيث تم مناقشة الأوراق المطروحة على المؤتمر واستعراض جهود الدول الأعضاء في مجال تمكين المرأة ومناقشة مختلف القرارات المتعلقة بتشكيل اللجان والتصديق على النظام الأساسي لمنظمة تنمية المرأة في الدول الأعضاء وغيرها من القضايا ذات الارتباط بجدول أعمال جلسات المؤتمر.

## الصليب الأحمر: هدم إسرائيل قرية حمصة شمالي الضفة الغربية تقويض للكرامة الإنسانية

عمان

اعتبرت اللجنة الدولية للصليب الأحمر، هدم الجيش الإسرائيلي قرية حمصة الفوقا شمالي الضفة الغربية "تقويضاً للكرامة الإنسانية".

وقالت اللجنة عبر حسابها على "تويتر"، إن تجدد عمليات الهدم بحق التجمعات البدوية في حمصة الفوقا وأنحاء الضفة الغربية "ينقل القلب ويقوض الكرامة الإنسانية ويضر بسبل العيش". وطالبت اللجنة إسرائيل بضمأن "عيش السكان الفلسطينيين في الأراضي التي تحتلها، حياة طبيعية قدر الإمكان، وبما يتوافق مع قوانينهم وثقافتهم وتقاليدهم".

وشددت على ضرورة أن تكون كرامة الناس واحتياجاتهم وإرادتهم الحرة في قلب أي مناقشات أو خطوات عملية تتعلق بمستقبلهم.

وشرح الجيش الإسرائيلي الأربعاء يهدم المساكن الفلسطينية في قرية حمصة الفوقا، وهي واحدة من بين ٣٨ قرية بدوية تقع جزئياً أو كلياً داخل ميدان أعلنته إسرائيل موقعا للراية العسكرية. ووفقا لمكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الإنسانية، هدم الجيش الإسرائيلي ٤٠٣ مبان فلسطينية منذ مطلع ٢٠٢١ الجاري وحتى ٢٨ حزيران، منها ٣٤٦ في المنطقة المنصفة "ج" و٥٧ في القدس الشرقية.

## الجامعة العربية تبحث التحول الرقمي ووضع إطار عربي لمواجهة القرصنة الإلكترونية

القاهرة

عقدت أعمال الدورة الـ ١٥ للجنة التنسيق العليا للعمل العربي المشترك، تحت عنوان "التحول الرقمي والذكاء الاصطناعي ودور مؤسسات العمل العربي".

وشهد الاجتماع تبادل الرأي حول عدد من المبادرات والأفكار البناءة التي من شأنها تعزيز العمل العربي المشترك وأهميته ترجمتها إلى خطوات عملية قابلة للتنفيذ، والتنسيق مع قطاعات الأمانة العامة المعنية بشأنها.

ودعا الأمين العام للجامعة أحمد أبو الفيط خلال ترؤسه لأعمال الدورة، إلى التعاون وتكاتف الجهود على المستوى العربي للدفاع عن المصالح العربية، مطالباً بضرورة التسريع في وضع سياسات عربية تهتم ببناء القدرات في مجال الذكاء الاصطناعي.

ويبحث الاجتماع التحول الرقمي ووضع إطار عربي لمواجهة القرصنة الإلكترونية والذكاء الاصطناعي. واطلعت اللجنة على التقارير التي قدمتها الأمانة العامة بشأن تنفيذ قرارات الدورة السابقة.

ويشار إلى أنه ومنذ بدء الجائحة يعقد الاجتماع لأول مرة حضورياً بالكامل وذلك بضرع الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري بمدينة العلمين الجديدة.

## البرلمان الأوروبي يدعو لإدراج الفساد كجريمة تستوجب فرض عقوبات

عمان

دعا البرلمان الأوروبي إلى إدراج الفساد كجريمة يمكن للاتحاد فرض عقوبات على أساسها ضد أي دولة من دول العالم.

جاءت الدعوة في إطار تبني البرلمان لقرار يرحب بقيام الاتحاد الأوروبي بوضع نظام عقوبات خاص بالانتهاكات الجسيمة لحقوق الانسان في أي مكان في العالم، وفق ما أوردت وكالة آكي الايطالية للأخبار.

ووافق على القرار ٥٨٤ نائباً وعارضه ٧٣ نائباً، فيما امتنع ٣٣ عن التصويت.

هذا ولا يتضمن نظام العقوبات الخاص بانتهاكات حقوق الانسان والذي وضعه الاتحاد في كانون الأول الماضي جريمة الفساد، في حين أن "الفساد يؤثر سلباً على حقوق الانسان ويقوض شرعية وعمل المؤسسات وسيادة القانون في أي بلد يستشري فيه". حسب نواب البرلمان الأوروبي.

بالمقابل يدين البرلمان الأوروبي في قراره أي عقوبات مضادة تم فرضها على مسؤولين أوروبيين من قبل دولة ثالثة بسبب دعمهم لحقوق الانسان فيها، في إشارة ضمنية إلى قيام الصين بفرض عقوبات على برلمانيين أوروبيين لانتقادهم انتهاكات بكين بحق اقلية الايغور المسلمة.

## طرق وعرة واستخدام الدواب.. هكذا يواجه العراقيون أزمة المياه

انقطعت المياه، منذ منتصف يونيو، وتآخرت محطات تحلية المياه في بغداد بتدنيد التيار الكهربائي، خاصة في ظل الضغط الهائل على الخدمات الأساسية ومنها الماء الصالح للشرب، مع ارتفاع درجات الحرارة إلى أكثر من ٥٠ درجة مئوية في بعض مناطق البلاد.

واللائين، أعلنت وزارة الكهرباء عن استهداف جديد طال أحد خطوط الطاقة في بغداد، وهو "قدس - نصر" المحاذي لمشروع ماء الكرخ، ووصفت الاستهداف بعمل تخريبي جديد. وأضافت الوزارة في بيان رسمي أن "العنف المسلح" مستمر في التأثير سلباً على البنى التحتية والمدنية لقطاع الكهرباء وتعرضها لخسائر في المورد الجيوي، وحرمان المواطنين من الطاقة وعزل المناطق والمحافظات بعضها عن بعض من خلال تفجير أبراج وخطوط نقل الطاقة.

وتشارك قوات الدفاع المدني، المختصة لإطفاء الحرائق، بشكل متكرر في إيصال المياه إلى المناطق المحتاجة، عبر الخزانات المنقلة الكبيرة، ومد الخراطيم إلى خزانات المياه، في مسعى تخفيف من حدة الأزمة. وقالت مديرية الدفاع المدني في بيان

بغداد

كانت الأنابيب البلاستيكية الممدودة على الأرض، توصل المياه إلى منزل أبو محمود الشمري، بشكل مقبول، غير أن توقف عدة محطات تحلية عن عملها، جعل العائلات قرب العاصمة العراقية بغداد، تلجأ إلى حفر الآبار، واستخدام الجمبر، لجلب المياه. في منطقة "هور رجب" جنوبي العاصمة بغداد، يقطن الشمري الذي تأخر سريعا ومعه الآف الساكنين في تلك المنطقة، وما حولها، بتوقف محطات تحلية المياه، بسبب تراجع ساعات تجهيز الكهرباء، فضلاً عن استهداف أبراج طاقة تنقل الكهرباء إلى أغلب المحطات في قطاع الكرخ خلال اليومين الماضيين.

ويصف الشمري لموقع سكاي نيوز عربية معاناته قائلاً إن "ما يحصل يمثل عودة إلى العصر البدائي، عندما كان الإنسان يستخدم الحيوانات في الدفاع المدني، المخصصة اليومية، وهذا ما يحصل في مناطقنا، حيث لجأت العائلات وخاصة الفقيرة منها، إلى الجمبر لنقل المياه من مواقع بعيدة، وتحت حر الشمس اللاهب، بالخزانات البلاستيكية الصغيرة، لتوفير مياه الشرب فقط، إذ