

الجمعة

٥٦ محرم ١٤٤٣ هـ الموافق ٣ أيلول ٢٠٢١ م

القمة: السلام العادل والشامل

والدائم يشكل خيارا استراتيجيا

التاريخية على الأماكن المقدسة

🔘 القادة: أهمية الوصاية الهاشمية

◉ القادة: أهمية استمرار المجتمع

الدولي في دعم وكالة الأونروا

📵 الملك: اجتماعنا لتوفير كل سبل

الدعم للأشقاء في فلسطين

🔘 الملك: لا يمكن للمنطقة أن تنعم

بالأمن والاستقرار دون حل عادل

وشامل للقضية الفلسطينية

عقد جلالة الملك عبدالله الثاني والرئيس

المصدي عبدالفتاح السيسىي والرئيس

الفلسطيني محمود عباس في العاصمة المصرية،

وعُقدت القمة في قصر الاتحادية بالقاهرة

في إطار تنسيق المواقف والسرؤى، قبيل

الاجتماعات القادمة للجمعية العامة للأمم

المتحدة، حيث بحثت أهم التطورات التي تشهدها

المنطقة وعلى رأسها القضية الفلسطينية.

الخميس، قمة ثلاثية.

في القدس

السنة السادسة

تأتي في إطار تنسيق المواقف قبيل اجتماعات الجمعية العامة للأمم المتحدة

قمة اردنية مصرية فلسطينية في القاهرة

۵۰ فلس

العدد (۲۰۱۲)

www.omamjo.com

الأفراد للمؤسّسات الرسميّة

أصدر رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة أمر الدفاع رقم (٣٤) لسنة ٢٠٢١، الذي ينظّم آلية مراجعة الأفراد للمؤسّسات الرسميّة، ومشاركة طلبة المدارس الذين تزيد أعمارهم عن ١٢ سنة في الأنشطة المدرسيّة اللامنهجيّة.

وتاليا نصه:أمر دفاع رقم (٣٤) لسنة ٢٠٢١صادر بمقتضى سلبي النتيجة ساري المفعول لمدة (٧٢) ساعة (سند أخضر).

رابعاً: تسري أحكام أمر الدفاع هذا اعتبارا من ٢٠٢١/٩/٥. خامساً: لرئيس الوزراء تعديل أي من أحكام أمر الدفاع هذا

للدورة الصيفية ٢٠٢١

وشملت التشكيلات نقل محافظ عجلون سلمان النجادا محافظا وتعيين المحافظ محمد ابو رمان محافظاً لمحافظة الطفيلة.

أعلنت وزارة الشباب، الخميس، عن تشكيل هيئة إدارية مؤقتة لإدارة النادي الفيصلي، برئاسة الدكتور سالم أبو قاعود.

عضوا، وسيف عجاج عضوا، ومحمود الكيلاني عضوا".

الواردة من لجنة التحقق بالشكاوي الواردة من أعضاء الهيئة العامة، وتوفيق النظام الداخلي للنادي مع نظام ترخيص وتسجيل الأندية والهيئات الشبابية، واتخاذ القرارات اللازمة لفتح باب العضوية في الهيئة العامة للنادي، ومراجعة رسوم العضوية والانتساب.

بعد اتفاق الثلاثاء.. الأعلام الروسية ترتفع في درعا السورية

قالت مصادر عسكرية ومدنية إن الشرطة العسكرية الروسية بدأت مدعومة من إيران من الدخول، بما يمنع حدوث عمليات انتقامية.

امر دفاع لتنظيم آليّة مراجعة

بمراجعة المستشفيات والمراكز الصحية.

ثانياً: ١- تلتزم المؤسسات التعليمية بعدم السماح لأي طالب مسموحا له بذلك وفقا لتطبيق (سند أخضر).

في ضوء الوضع الوبائي بموجب بلاغات يصدرها لهذه الغاية.

حكام قانون الدفاع رقم (١٣) لسنة ١٩٩٢ انطلاقاً من دور الحكومة بمراجعة الإجراءات والتدابير المتخذة أثناء العمل بقانون الدفاع بما يحقق المصلحة العامة والحد من انتشار وباء فيروس كورونا في المملكة ، أقسرر إصدار أمر الدفاع التالي: أولاً: ١- لا يسمح لأي شخص بمراجعة أي من الوزارات أوالدوائر الحكومية أوالمؤسسات الرسمية أوالمؤسسات العامة إلاً إذا كان قد تلقى الجرعة الأولى من مطعوم كوفيد- ١٩ ولم يتخلّف عن موعد الجرعة الثانية أو حصل على فحص (pcr)

٢- يستثنى من أحكام الفقرة (١) من هذا البند مَن يقوم

يزيد عمره على إثنتي عشرة سنة بممارسة أي من النشاطات المدرسية اللامنهجية إلا إذا كان مسموحاً له بذلك وفقا لتطبيق (سند أخضر). ٢- تعاقب المؤسسة التعليمية التي تخالف أحكام الفقرة (١) من هذا البند بغرامة لا تقل عن (١٠٠٠) دينار ولا تزيد على (٣٠٠٠) دينار. ثالثاً: يحظر على أي شخص دخول مبنى مطار الملكة علياء الدولي أو أي من مباني المعابر الحدودية البرية أو البحرية لغير غايات السفر إلى خارجها إلا إذا كان

إعلان نتائج الشامل الأحد المقبل

يعقد رئيس جامعة البلقاء التطبيقية، رئيس اللجنة العليا لامتحان الشهادة الجامعية المتوسطة، الدكتور عبدالله سرور الزعبي، مؤتمراً صحفياً، في تمام الساعة الحادية عشر صباحاً يوم الأحد المقبل، في مركز الجامعة بالسلط لإعلان نتائج الامتحان الشامل

تشكيلات إدارية في وزارة الداخلية

أجرى وزير الداخلية، مازن الضراية، الخميس، عدداً من التشكيلات الإدارية في الوزارة، وذلك اعتباراً من يوم الأحد. لمحافظة المفرق، ونقل محافظ الطفيلة خالد الجبور محافظاً لمحافظة عجلون، وتعيين المحافظ فراس الفاعور محافظاً لمحافظة معان،

أبو قاعود يرأس اللجنة المؤقتة لإدارة النادى الفيصلى

وأكدت الوزارة، في بيانها، "قرر وزير الشباب تشكيل هيئة إدارية

مؤقتة للنادي الفيصلي تخلف الهيئة الإدارية المؤقتة المستقيلة، تضم في عضويتها كلا من أمجد الزواهرة عضوا، خديجة أبو حمور كما بينت الوزارة أن اللجنة المؤقتة تتولى مهام تنفيذ التوصيات

«بيتلز داعش».. مفاجأة كبرى في قضية خلية الخطف الإرهابية أعلن القضاء الأميركي أن ألكسندا كوتي، الذي كان واحدا من ٤ بريطانيين في خلية

الأربعاء تنفيذ دوريات في آخر معقل للفصائل المسلحة جنوب غربي سوريا، بموجب اتفاق أوقف هجوما من الجيش السوري بمساندة قوات تدعمها إيـران. وأبـرم قـادة عسكريون روس الاتفاق في وقت متأخر من مساء الثلاثاء لتجنب حرب عصابات دامية، بعد أن نفذت الفرقة الرابعة في الجيش السوري أعنف قصف يشهده قلب مدينة درعا خلال شهرين من الحصار. ورفعت القوات الروسية العلم الروسي والعلم السوري داخل درعا البلد، التي كانت مهد الاحتجاجات في سوريا قبل أكثر من ١٠ سنوات، قبل تعم الاضطرابات أنحاء البلاد وتتفجر حرب دامية. وقال مفاوضون إن الفصائل المسلحة في المنطقة بدأت بموجب الاتفاق تسليم الأسلحة الخفيفة، بناء على تطمينات بأن الشرطة العسكرية الروسية هي التي ستنفذ الدوريات وتحرس نقاط التفتيش لمنع جماعات مسلحة

وتابع جلالة الملك "لقد أكدت التطورات وقال جلالة الملك، في كلمة له خلال القمة، «۲۰» وفاة و «۸۹۳» إصابة

∻عمان

أعلنت وزارة الصحة، الخميس، عن تسجيل ٢٠ وفاة و٨٩٣ إصابة جديدة بفيروس كورونا في المملكة، ليرتضع العدد الإجمالي إلى ١٠٤٤٢ وفاة و٧٩٨٩٨٧

وبلغت نسبة الفحوصات الإيجابية ٣,٠٥ بالمئة، بحسب الموجز الإعلامي الصادر عن

وأشسار الموجز إلى أن عدد الحالات النشطة حالياً وصل إلى ١١٦١٧ حالة، بينما بلغ عدد الحالات التي أدخلتالي المستشفيات ٦٣ حالة، وعدد الحالات التي غادرت المستشفيات ٦٥ حالة، فيما بلغ العدد

خطف تابعة لتنظيم "داعش" أطلق عليها

اسم "البيتلز"، سيعترف بذنبه أمام محكمة

فدرالية أميركية بتهمة التآمر في قتل ٤

رهائن أميركيين، في مفاجأة لم تكن متوقعة.

وقالت المحكمة الضدرالية في مدينة

ألكساندريا بولاية فرجينيا القريبة من

العاصمة واشنطن، في إخطار نشرته مؤخرا،

إنها ستعقد بعد ظهر الخميس جلسة استماع

مخصصة لتغيير استراتيجية الدفاع عن

كوتي، المواطن البريطاني السابق البالغ من

الإرهابية نفسها، هو الشافعي الشيخ (٣٣

عاما)، نقلا من العراق إلى الولايات المتحدة

في أكتوبر الماضي لمحاكمتهما أمام القضاء

الأميركي، بتهمة التورط في قتل ٤ رهائن

وكان كوتي وعضو ثان في خلية الخطف

العمر ٣٧ عاما.

في المستشفيات ٥٥٢ حالة.

وأظهر الموجز، أن نسبة إشغال أسرة العزل في إقليم الشمال بلغت ٩ بالمئة، بينما بلغت نسبة إشغال أسرة العناية الحثيثة ١٦ بالمئة، فيما بلغت نسبة إشغال أجهزة التنفس

الاصطناعي في الإقليم ذاته ١٠ بالمئة. وأضياف، أن نسبة إشغال أسيرة العزل في إقليم الوسط بلغت ١٧ بالمئة، في حين وصلت نسبة إشغال أسرة العناية الحثيثة في الإقليم ذاته إلى ٢٤ بالمئة، ونسبة إشغال أجهزة التنفس الاصطناعي إلى ١٠ بالمئة.

الإجمالي للحالات المؤكدة التي تتلقى العلاج الحثيثة ١٦ بالمئة، فيما بلغت نسبة إشغال

إن الاجتماع في القاهرة يؤكد الحرص على

توفير كل سبل الدعم للأشقاء في فلسطين

وأكد جلائته أن الوضع الراهن لا يمكن له

أن يستمر ولا يمكن للمنطقة أن تنعم بالأمن

والاستقرار دون حل عادل وشامل للقضية

الفلسطينية على أساس حل الدولتين، الذي

يضمن قيام الدولة الفلسطينية المستقلة

على خطوط الرابع من حزيران عام ١٩٦٧

وعاصمتها القدس الشرقية.

ومواصلة الجهود لتفعيل عملية السلام.

وفي إقليم الجنوب، بلغت نسبة إشغال أسرة العزل ٩ بالمئة، ونسبة إشغال أسرة العناية

أجهزة التنفس الاصطناعي في الإقليم ذاته

المتوقعة بعد انتهاء فترة العزل (١٤ يوماً)

إلى ٧٧٦٩٢٥ حالة. كما أشار إلى إجراء ٢٩٣٢٦ فحصاً، ليبلغ العدد الإجمالي للفحوصات التي أجريت منذ

بدء الوباء ٩٣١٦٣٦٦ فحصاً. وأظهر الموجز أن عدد متلقي الجرعة الأولى من لقاح كورونا وصل إلى ٣٤٨٦٢٤٢، فيما وصل عدد متلقي الجرعتين إلى

لملف قضية مستشفى السَّلط بفيروس كورونا في المملكة أضافت محكمة صُلح جزاء عمَّان حالة وفاة جديدة لملف قضية

جهود تحقيق السلام.

المؤسيضة في الشهور الأخيرة هذه الحقيقة،

وهنا أعرب عن تقديري الأشقاء في مصر على

جهودهم المتواصلة لتثبيت التهدئة وتعزيز

الاستقرار، خاصة أخي فخامة الرئيس

وشدد جلالته على أهمية وقف الاعتداءات

والإجراءات أحادية الجانب خصوصا في القدس

والمسجد الأقصى المبارك/ الحرم القدسي

الشريف، وضرورة العمل مع جميع الأطراف

لتفادي أي تصعيد لأن ذلك سيؤثر سلبا على

وأشار الموجز إلى تسجيل ٧٢١ حالة شفاء، ليصل العدد الإجمالي لحالات الشفاء

مواطنين أردنيين. واستأنفت المحكمة، الخميس، جلساتها العلنية برئاسة القاضي الدكتور عُدي الفريحات؛ للنَّظر في القضية بعد شهرين من توقفها؛ بسبب العطلة القضائية، وعقدت جلستها رقم ٢٨ وتابعتها وكالة الأنباء الأردنية (بترا)، وحضرها وكلاء الدُّفاء عن المتهمين الـ ١٣، والذين أطلقت المحكمة سراحهم بعد انقضاء فترة التوقيف لهم والبالغة ٣٠ يوما.

وجدد جلالة الملك التأكيد على أن الأردن

سيستمري بذل كل الجهود للحفاظ على الوضع

القانوني والتاريخي القائم بالقدس، وحماية

ورعاية المقدسات الإسلامية والمسيحية فيها

وصدر عن القمة الثلاثية الأردنية المصرية

الفلسطينية، التي جمعت جلالة الملك عبدالله

الثاني والرئيس المصري عبدالفتاح السيسى

والرئيس الفلسطيني محمود عباس، الخميس،

بالعاصمة المصرية القاهرة، بيان ختامي.

صُلح عمَّان تضيف وفاة عاشرة

نفاد مادة الأوكسجين من مستشفى الحسين الحكومي بمدينة السَّلط

منتصف شهر آذار الماضي، ليرتفع بذلك عدد الوفيات إلى ١٠

بموجب الوصاية الهاشمية عليها.

واستمعت المحكمة في الجلسة إلى خبيرين في القضية، وهما طبيب يعمل في مستشفى الجامعة الأردنية متخصص بالأوكسجين، وطبيب شرعي، واستمرت الجلسة لمدة ٦ ساعات ونصف، وأجاب الشاهدان على أسئلة المحكمة ووكلاء الدفاع عن المشتكى عليهم في القضية. وبدأت المحكمة جلسات المحاكمة في القضية في شهر نيسان

الماضي، واستمعت حتى الآن إلى ٤٩ شاهدًا قدمتهم النِّباية العامة، بينهم ٤ أطباء شرعيين وخبيرين، وتبقى ٧ خبراء من المقرَّر الاستماع لهم في الجلسات المقبلة ليصبح العدد الكلى للشهود ٦٦

تسيير رحلتين للدارسين في الجزائر الأحد المقبل

أعلنت وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، عن تسيير رحلتين من عمان إلى الجزائر، يوم الأحد المقبل، لنقل الطلبة الأردنيين الدارسين في الجامعات الجزائرية، والراغبين بالعودة لاستكمال دراستهم، بالتنسيق مع وزارة الخارجية وشؤون المغتربين، والسفارة الأردنية في الجزائر، وشركة الخطوط الجوية الملكية الأردنية، وذلك بواسطة الرحلتين (RJ٦٠٧١/RJ٦٠٧٢) و (RJ٦٠٧٣/RJ٦٠٧٢). وقال الناطق الإعلامي باسم وزارة مهند الخطيب الخميس، ان تسيير الرحلتين جاء لتمكن الطلبة الأردنيين الدارسين في الجزائر من الالتحاق بجامعاتهم، موضحا أن ظروف جائحة كورونا حالت دون التحاقهم سابقا. ودعت الوزارة، جميع الطلبة الراغبين بالعودة إلى الجزائر على متن هاتين الرحلتين، الى الحجز والدفع الكترونيا أو شخصياً من خلال مراجعة مكتبى الملكية الأردنية الكائنين في منطقة العبدلي، أو منطقة الدوار السابع بعمان، اعتباراً من اليوم الخميس، إضافةً إلى إمكانية الحجز والدفع عن طريق (VISA CARD) من خلال الاتصال على مركز الاتصال (CALL CENTER) في الملكية الأردنية على هاتف رقم (٠٦٥١٠٠٠٠). أما الطلبة الذين انتهت مدة تأشيراتهم، فيمكنهم مراجعة السفارة الجزائرية في عمان صباح يوم السبت المقبل، لتجديدها مصطحبين معهم الوثائق الثبوتية اللازمة.

أميركيين، هم الصحفيان جيمس فولي وقد أطلق عليها الرهائن هذا الاسم بسبب

ويشتبه بأن هؤلاء الأفراد الأربعة خطفوا رهائن أميركيين وأوروبيين ويابانيين في سوريا وعذبوهم وقتلوهم لا سيما ذبحا، بین عامی ۲۰۱۲ و۲۰۱۵.

وصورت الخلية عمليات الإعدام التي نفذتها في رهائنها، في مقاطع فيديو نشرها تنظيم "داعش" لأغراض دعائية. وتزعم هذه الخلية محمد أموازي الذي

لقب بـ"الجهادي جون"، وقد قتل في غارة

جوية أميركية في سوريا في نوفمبر ٢٠١٥. أما العضو الأخير في الخلية فيدعى آين ديفيس، وهو مسجون في تركيا بتهمة الإرهاب. ووفقا للقرار الاتهامي، فإن كوتي والشيخ أشرفا على أماكن احتجاز الرهائن،

ونسقا مفاوضات الحصول على فديات مالية عبر البريد الإلكتروني، كما مارسا "أعمال عنف جسدي ونفسي متكررة ضد الرهائن".

أيدي القوات الكردية شمالي سوريا، التي ورفضت الملكة المتحدة محاكمتهما على أراضيها وجردتهما من جنسيتهما البريطانية، لكنها رفضت أن يحاكما في

وتكونت خلية "البيتلز" من ٤ بريطانيين،

كاسيغ وكايلا مولر. واعتقل كوتي والشيخ في يناير ٢٠١٨ على

سلمتهما إلى الجيش الأميركي في العراق. الولايات المتحدة إلا بعد أن أكدت لها الأخيرة أن القضاء الأميركي لن يسعى لإصدار حكم بالإعدام بحقهما.

وستيفن سوتلوف، وعاملا الإغاثة بيتر

وفي ٩ أكتوبر، مثل المتهمان من سجنهما أمام قاض عبر الفيديو، وقد دفعا يومها ببراءتهما. وتغيير كوتي استراتيجيته الدفاعية من الدفع ببراءته إلى الإقرار بذنبه، يعني أنه أبرم على الأرجح صفقة مع المدعين العامين مقابل تعاونه.

تأتي في إطار تنسيق المواقف بين الدول الثلاث قبيل اجتماعات الجمعية العامة للأمم المتحدة

قمة اردنية مصرية فلسطينية في القاهرة

◉ الـمـلـك: اجـتـمـاعـنـا لـتـوفـيـر كــل سـبـل الــدعــم لـلأشـقـاء فــي فـلـسـطـيـن ◉ الملك؛ لا يمكن للمنطقة أن تنعم بالأمن والاستقرار دون حل عادل وشامل للقضية الفلسطينية

عقد جلالة الملك عبدالله الثاني والرئيس المصري عبدالفتاح السيسي والرئيس الفلسطيني محمود عباس في العاصمة المصرية، الخميس، قمة ثلاثية.

وعُقدت القمة في قصر الاتحادية بالقاهرة في إطار تنسيق المواقف والرؤى، قبيل الاجتماعات القادمة للجمعية العامة للأمم المتحدة، حيث بحثت أهم التطورات التي تشهدها المنطقة وعلى رأسها القضية

وقال جلالة الملك، في كلمة له خلال القمة، إن الاجتماع في القاهرة يؤكد الحرص على توفير كل سبل الدعم للأشقاء في فلسطين ومواصلة الجهود لتفعيل عملية

وأكد جلالته أن الوضع الراهن لا يمكن له أن يستمر ولا يمكن للمنطقة أن تنعم بالأمن والاستقرار دون حل عادل وشامل للقضية الفلسطينية على أساس حل الدولتين، الذي يضمن قيام الدولة الفلسطينية المستقلة على خطوط الرابع من حزيران عام ١٩٦٧ وعاصمتها القدس الشرقية.

وتابع جلالة الملك "لقد أكدت التطورات المؤسفة في الشهور الأخيرة هذه الحقيقة، وهنا أعرب عن تقديري الأشقاء في مصر على جهودهم المتواصلة لتثبيت التهدئة وتعزيز الاستقرار، خاصة أخي فخامة

وشسدد جلالته على أهمية وقف الاعتداءات والإجراءات أحادية الجانب خصوصا في القدس والمسجد الأقصى المبارك/ الحرم القدسي الشريف، وضرورة العمل مع جميع الأطراف لتفادي أي تصعيد لأن ذلك سيؤثر سلبا على جهود تحقيق

وجدد جلالة الملك التأكيد على أن الأردن سيستمر في بذل كل الجهود للحفاظ على



الوضع القانوني والتاريخي القائم بالقدس، وحماية ورعاية المقدسات الإسلامية والمسيحية فيها بموجب الوصاية الهاشمية

كما أكد جلالته أنه رغم التحديات المتعددة التي تشهدها المنطقة، إلا أن القضية الفلسطينية ما زالت هي القضية المركزية. وختم جلالة الملك "سنواصل التنسيق

الوثيق مع أشقائنا في مصر وفلسطين في سبيل ما هو خير لشعوبنا وقضايا أمتنا". ورحب الرئيس المصري عبدالفتاح

الملك والرئيس الفلسطيني، مؤكداً تقدير مصر البالغ للعلاقات التاريخية على المستويين الرسمي والشعبي مع الأردن وفلسطين. وأكد الرئيس السيسي أهمية السيسي، في كلمة له خلال القمة، بجلالة

العمل على تحقيق جميع حقوق الشعب الفلسطيني المشروعة وآماله وطموحاته، مستعرضا رؤية مصر لكيفية إحياء عملية السلام، وتثبيت التهدئة في قطاع غزة، وإعادة إعمار القطاع.

ولفت الرئيس المصري إلى أن تحقيق آمال الشعب الفلسطيني في الدولة المستقلة لن يتأتى إلا من خلال توحيد الصف وإنهاء الانقسام، الذي طال أمده بين الضفة الغربية وقطاع غزة.

من جهته، أكد الرئيس الفلسطيني محمود عباس أن السياسات والممارسات الإسرائيلية خلقت واقعا يفتح الأبواب أمام خيارات لا تحمد عقباها.

وجدد في الوقت ذاته التأكيد "بأننا لا زلنا نمد أيدينا للسلام العادل والشامل وفق قرارات الشرعية الدولية وتحت رعاية اللجنة الرباعية الدولية"، وأنه على استعداد للعمل في هذه المرحلة على تهيئة الأجواء من خلال تطبيق خطوات بناء ثقة تشمل تحقيق التهدئة الشاملة في الأراضي الفلسطينية كاملة.

ولفت الرئيس الفلسطيني إلى الجهود المبذولة من الأردن ومصر في سبيل إنهاء الاحتلال الإسرائيلي لفلسطين، مشدداً على أن هذا هو السبيل الوحيد لإنقاذ المنطقة من الدمار والفوضي.

وثمن الرئيس عباس مواقف الأردن وجلالة الملك المشرفة تجاه القضية الفلسطينية، ودعمهما المتواصل لها، كما شكر الرئيس المصري على استضافته القمة الثلاثية. وضم الوفد الأردني رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة، ونائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، ومدير مكتب جلالة الملك، الدكتور جعفر حسان، ومدير المخابرات العامة اللواء أحمد حسني، والسفير الأردني في القاهرة أمجد العضايلة.

البيان الختامى للقمة الثلاثية الأردنية المصرية الفلسطينية بالقاهرة

الملك والرئيس المصرى يشددان على مركزية القضية الفلسطينية القضية العربية الأولى

- ◙ القمة الثلاثية تؤكد أن السلام العادل والشامل والدائم يشكل خيارا استراتيجيا
- ◙ القادة يؤكدون أهمية الوصاية الهاشمية التاريخية على الأماكن المقدسة الإسلامية والمسيحية فى القدس
- ◉ القادة يؤكدون أهمية الاستمرار في العمل على تحقيق المصالحة الوطنية الفلسطينية
- ◙ الــقــادة يــشــددون عـلــى أهــمــيــة اســتــمــرار الـمـجــتـمــع الـــدولـــي فـــي دعـــم وكــالــة الأونــــروا

♦القاهرة صدرعن القمة الثلاثية الأردنية

المصرية الفلسطينية، التي جمعت جلالة الملك عبدالله الثاني والرئيس المصري عبدالفتاح السيسي والرئيس الفلسطيني محمود عباس، الخميس، بالعاصمة المصرية القاهرة، بيان ختامي، تالياً نصه: "في إطار الحرص على توثيق العلاقات الاستراتيجية التي تجمع بين جمهورية مصر العربية والمملكة الأردنية الهاشمية ودولة فلسطين، وانطلاقاً من الإرادة المشتركة لتكثيف مستوى التنسيق المستمر بين الدول الشقيقة الثلاثة إزاء المستجدات والتحديات التي تواجه القضية الفلسطينية، وسعياً لتحقيق جميع حقوق الشعب الفلسطيني المشروعة وآماله وطموحاته، استضاف فخامة الرئيس عبدالفتاح السيسي، رئيس جمهورية مصر

العربية، جلالة الملك عبدالله الثاني ابن الحسين، ملك المملكة الأردنية الهاشمية، وفخامة الرئيس محمود عباس، رئيس دولة فلسطين، في قمة ثلاثية عقدت في القاهرة يوم ٢ أيلول/ سبتمبر ٢٠٢١، وصدر في نهاية القمة البيان التالي: ١- أكد فخامة الرئيس عبدالفتاح السيسي وجلالة الملك عبدالله الثاني مركزية القضية الفلسطينية القضية العربية الأولى، وعلى مواقف مصر والأردن الثابتة في دعم الشعب الفلسطيني الشقيق وحقوقه العادلة والمشروعة، وفي مقدمتها حقه في تجسيد دولته المستقلة ذات السيادة على خطوط الرابع من حزيران/ يونيو ١٩٦٧ وعاصمتها القدس الشرقية، وفق القانون الدولي، وقرارات الشرعية

الدولية ذات الصلة ومبادرة السلام

٢- تناولت القمة الاتصالات والتحركات الأخيرة التي قامت بها البلدان الثلاثة على المستويين الإقليمي والدولي، لاسيما تلك المستهدفة إيجاد أفق سياسي حقيقي لإعادة الجهود الفاعلة لحل الصراع على أساس حل الدولتين، سبيلاً وحيداً لتحقيق السلام الشامل والعادل، وأكد القادة أن هذا السلام العادل والشامل والدائم يشكل خيارا استراتيجيا وضرورة للأمن والسلم الإقليميين والدوليين يجب أن تتكاتف جميع الجهود لتحقيقه.

٣- وجله القادة المسؤولين في الدول الثلاثة للعمل معا من أجل بلورة تصور لتفعيل الجهود الرامية لاستئناف المفاوضات، والعمل مع الأشقاء والشركاء لإحياء عملية السلام، وفقاً للمرجعيات

٤- أكد القادة رفضهم للإجراءات الإسرائيلية اللاشرعية التي تقوض حل الدولتين وتهدد فرص تحقيق السلام في المنطقة بما فيها بناء المستوطنات وتوسعتها في الضفة الغربية المحتلة وبما فيها القدس الشرقية ومصادرة الأراضي وهدم المنازل وتهجير الفلسطينيين من بيوتهم، وشددوا في هذا السياق على ضرورة احترام حق أهالي

٥- أكد القادة ضرورة الحفاظ على الوضع التاريخي والقانوني القائم في القدس ومقدساتها الإسلامية والمسيحية ورفض جميع الممارسات التي تستهدف المساس بهذا الوضع، كما أكدوا أهمية الوصاية الهاشمية التاريخية على الأماكن المقدسة الإسلامية والمسيحية في القدس ودورها في حماية هذه المقدسات وهويتها العربية الإسلامية

الشيخ جراح في بيوتهم.

٦- ناقش القادة مستجدات الموقف السياسي والميداني في الأراضي الفلسطينية عقب التصعيد الأخير في شهر أيار/ مايو ٢٠٢١ وأكدوا ضرورة وقف الممارسات التي أدت لهذا التصعيد في القدس الشرقية أوفي المسجد الأقصى المبارك/ الحرم القدسي الشريف، وشددوا على ضرورة العمل على الحفاظ على التهدئة بصورة شاملة.

٧- رحب القادة بالجهود التي تبذلها جمهورية مصر العربية لتثبيت التهدئة وإعادة الإعمار في قطاع غزة، ودعوا المجتمع الدولي لبذل جهوده لتخفيف الأزمة الإنسانية في القطاع، من خلال المشاركة في جهود الإعمار وحث إسرائيل على التجاوب مع الاحتياجات الأساسية والإنسانية لأهل

القطاع، اتساقا مع مسؤولياتها وفقا للقانون الجهود التي تبذلها مصر وإعلاء المصلحة العليا للشعب الفلسطيني.

٩- أكد القادة أهمية استمرار المجتمع الدولي في دعم وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين (الأونروا) وضرورة توفير الدعم المالي الذي تحتاجه للحفاظ على قدرتها في تقديم الخدمات الحيوية للاجئين الفلسطينيين وفق تكليفها الأممي. ١٠ - اتفق القادة على عقد القمة القادمة في المملكة الأردنية الهاشمية في وقت يحدد لاحقاً."

الدولي. ٨- أكد القادة أهمية الاستمرار في العمل على تحقيق المصالحة الوطنية الفلسطينية، وتشاوروا حول الأفكار المطروحة في هذا السياق، وأكدوا أهمية تجاوب جميع الأطراف الفلسطينية مع

هكذا تنوي غوغل بناء أسرع كابل إنترنت يعبر «الأطلسي»

نشرت مجلة "بوبيلار ساينس" الأمريكية تقريرا تحدثت فيه عن خطة غوغل التي تتمثّل في بناء أسرع وأكبر كابل إنترنت سيعبر المحيط

وبالإضافة إلى الكابلات الموجودة في قعر البحر، التي تنقل المعلومات من الولايات المتحدة إلى أوروبا عبر الألياف الزجاجية، والتي يبلغ عددها قرابة ٣٧٨ كابل، سيكون الكابل الجديد من غوغل قادرا على نقل كم هائل من البيانات عبر المحيط. وقالت المجلة في تقريرها الذي ترجمته عربي ٢١"، إن غوغل ستُطلق على الكابل اسم

دونانت"، تيمنا بمؤسس الصليب الأحمر، هنري دونانت، وسيمتد هذا الكابل من الولايات المتحدة إلى فرنسا على مسافة ٣٩٧٧ ميلا تقريبًا. ونظرا لأن شركة غوغل هي صاحبة المشروع، فمن غير المستغرب أن هذا الكابل سيكون جزءًا

من شبكة غوغل، لربط مراكز البيانات معا، ونقل البيانات الداخلية. في الواقع، ستكون هذه الكابلات ذات طاقة عالية، وستكون قادرة على نقل ٢٥٠ تيرابايت من البيانات في الثانية الواحدة، وذلك مقارنة بكابل آخر تحت سطح البحر، يسمى "ماريا"، والذي يستطيع نقل ١٦٠ تيرابايت في الثانية. وتعمل

الشركة على تحقيق هذا المشروع بطريقة بسيطة ومعقدة في الوقت ذاته. وأوضحت المجلة أن الجزء البسيط يتمثل في وجود الكابلات البحرية، على غرار "ماريا"، التي تنقل بياناتها عبر ٨ أزواج من حبال الألياف الضوئية، أي ما مجموعه ١٦ حبلا. في المقابل، سيكون كابل "دونانت" قادرا على نقل المزيد من

البيانات لأنه سيتضمّن عددا أكبر من الألياف،

المتمثّلة في ١٢ زوجًا، أي ٢٤ حبلا. في هذا السياق، قد تبدو إضافة المزيد من الألياف إلى الكابلات، من أجل تمكينها من نقل المزيد من المعلومات، استراتيجية واضحة، ولكن تصميم المعدات لتعمل على عمق كبير تحت الماء ولسنوات طويلة، من شأنه أن يخلق بعض المشكلات على غرار التكلفة والصعوبة والطاقة الكهربائية. وأضافت المجلة أن إرسال البيانات عبر الكابلات الطويلة يُفقد الإشارة قوتها. ومن هذا المنطلق، صررح مدير قسم هندسة الشبكات والهندسة البصريّة في "غوغل كلاود"، فيجاي فوسريكالا، أن

٩٩ بالمئة من قوتها" كل ٦٢ ميلًا. وذكرت المجلة أن هذه الكابلات تهدف إلى حل هذه المشكلة، وذلك عن طريق المكررات التي يُطلق عليها اسم "المدرع". وقد صُمم هذا المكرر ليكون

مقاوما للماء ويتحمل الضغوط الهائلة في قاع

إحدى المبادئ التوجيهية تفيد بأن "الإشارة تفقد

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. ونظرا 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 سيجعل هذه العملية مكلفة للغاية، وفقا لما أكده فوسريكالا.

ونوّهت المجلة بأنه حين تكون المكونات ذات أهمية بالغة ويصعب إصلاحها، فإن أفضل طريقة للتعامل مع هذه المشكلة هي التكرار.

ومن المتوقع أن يضع مصنعو الكابل في قاع المحيط أكثر من مضخة ضوئية لتزويد كل زوج من الألياف. وبالتالي، في حال تحطمت إحداها، ستكون هناك نسخ احتياطية منها.

ويمكن أن يحمل كل زوج من الألياف ثلاث مضخات، مما يعني أن مكررا واحدا قد يحمل، على سبيل المثال، ٢٤ مضخة في حال كان الكابل يتكون من ثمانية أزواج من الألياف.

تجدر الإشارة إلى أن الكابل الجديد الذي تعتزم غوغل بنائه سيضم ١٢ زوجا من الألياف. وفي حال اتبعت غوغل هذه الاستراتيجية، فستحتاج إلى . قدر كبير من المضخات في كل مكرر، وهذا ما يجعلها عملية مكلفة ومعقدة للغاية.

وأفادت المجلة بأن الحل لهذه المشكلة يتمثل في إجراء يسمى "مشاركة المضخة" أو "غرس المضخة في قاع البحر" حسبما أكده فوسريكالا.

وفي هذه الحالة، من المتوقع أن تستخدم غوغل مجموعات من المضخات لتضخيم الإشبارة ليس لتزويد زوج واحد من الألياف فحسب، وإنما زوجين أو أربعة أزواج من الألياف.

وباستخدام طريقة غرس المضخات، ستتمكن شركة غوغل من بناء كابل ذو قدرة هائلة دون زيادة التكلفة وتعقيد النظام. ومن المقرر أن يدخل كابل "دونانت" قيد العمل في سنة ٢٠٢٠.

تعرّف إلى المبلغ الكبير الذي تنفقه «فيسبوك» لحماية زوكربيرغ

كشفت بيانات نشرتها شركة "فيسبوك" حجم الإنضاق الكبير لحماية المدير التنفيذي مارك زوكربيرغ وعائلته، خلال العام ٢٠١٨.

وبحسب بيانات الشركة، فإن مجموع ما أنفق لحماية زوكربيرغ وعائلته بلغ ٢٢،٦ مليون دولار، في ارتفاع كبير عن العام ٢٠١٧، الذي وصل إلى ٩

وبحسب "فيسبوك"، فإن زوكربيرغ أنفق ٢,٦ مليون دولار لاستخدام طائرات خاصة كجزء

من برنامج حمياته. وتأتي هذه الأرقام الفلكية في الوقت التي تعلن فيه "فيسبوك" أن زوكربيرغ حصل على راتب أساسي قدره دولار واحد على مدار

الإلكترونيات ٢٠١٩

أشار تقرير نشره موقع بلومبيرغ الأخباري، حول السماعات الذكية والتطبيقات الصوتية التي تنتجها شركات أمازون وأبل وغوغل، مخاوف العديد من المستخدمين حول العالم.

∻وكالات

♦وكالات

طالبت لجنة مغربية لمراقبة حماية

المعطيات ذات الطابع الشخصي، شركة

"فيسبوك" إلى ضرورة تواجد مراكز

المعطيات (داتا سانتر) التي تستضيف

المعطيات الشخصية للمواطنين والمقيمين

في المغرب، في بلدان تضمن مستوى حماية

جاء ذلك في اجتماع عقده رئيس

اللجنة الوطنية لمراقبة حماية المعطيات

ذات الطابع الشخصي (رسمية)، عمر

السغروشني، بمعية خبراء اللجنة

الوطنية، مؤخرا، مع ممثلين من شركة

فيسبوك، خصص لتدارس مجموعة

من الأليات القانونية والعملية لحماية

المعطيات الشخصية، بحسب ما أفادت

تضع شركة "فيسبوك" آليات للتعامل

بضعالية مع الشكايات الموجهة إلى اللجنة

كما طالبت اللجنة، في بلاغ لها، أن

وكالة المغرب العربي للأنباء.

كاف للحياة الشخصية.

وقال التقرير، بحسب "بي بي سي عربي"، إن موظفي شركات أمازون وغوغل وآبل يسترقون السمع إلى ما يقال في السماعات الذكية، مؤكدا أن هذه الشركات عينت موظفين مهمتهم التنصت على ما يقوله المستخدمون للسماعات الذكية والتطبيقات الصوتية التي تروج هذه الشركات لها.

وكشف موقع بلومبيرغ الأخباري الموضوع بعد أن تحدث مع موظفين ي شركة أمازون واجبهم "مراجعة" تسجيلات سماعات "أليكسا" التي تنتجها وتسوقها الشركة.

وتقول الشركات الثلاث إن التسجيلات تراجع بين الفينة والأخرى من أجل تحسين قدرة هذه الأجهزة على التعرف على الأصوات.

نشره بلومبيرغ تشير إلى أن الكثيرين من زبائن هذه الشركات لا يعلمون بأن بشرا يسترقون السمع إلى ما يقولون في دورهم. اقرأ أيضا: أبرز الابتكارات التكنولوجية الشورية بمعرض

نشر موقع "ساينس آلرت" الأمريكي

مقال رأي للأستاذة المساعدة في قانون

القطاع الصحي في جامعة سانت لويس

الأمريكية، آنا 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 بقدرتها على القيام بما يتجاوز

وقالت روتشمان، في مقالها الذي

ترجمته "عربي٢١"، إن دراسة أجرتها أثبتت المخاطر الأخلاقية للذكاء

الاصطناعي. ويمكن القول إن قدرة

الخوارزميات المتطورة لأحد برامج غوغل

على دمج الدرجات الموسيقية مع موسيقي

يوهان سيباستيان باخ لإنشاء مقطوعات

موسيقية تبعث على الشعور بالخوف إزاء

وأشارت الكاتبة إلى تمكن الحاسوب

من محاكاة بعض القدرات الإبداعية لبشر

حقيقيين تعتبر أمرًا مُربكا ومثيرا للريبة

الجدير بالذكر أن غوغل أنشأت

برنامجها الموسيقي من خلال تحليل

٣٠٦ مقاطع للمؤلف الموسيقي الألماني

سيباستيان باخ وتتبع النمط الذي سار

عليه وجعله متناغمًا مع الملاحظات

وذكرت روتشمان أن تطبيق "باخ

يعتبر جديدًا، 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

ويكون بعض هذه الخوارزميات معقدًا

بشكل يجعل معظم الناس عاجزين عن

تبين سبب اتخاذها لقرار معين.

والادخالات الخاصة بالمستخدمين.

ما يمكنها فعله في المستقبل.

بشكل خاص.

مجرد قراءة النوتات.

ولكن ردود الفعل على المقال الذي

وقال موقع بلومبيرغ إنه تحدث مع

يطلعون زملاءهم على بعض التسجيلات الظريفة من خلال غرفة دردشة خاصة

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

ما الذي قالته أمازون؟

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

وقالت أمازون في بيان إنها تأخذ قضيتي الأمن والخصوصية مأخذ الجد،

وإنها لا تعلق إلا على عدد صغير جدا من تسجيلات سماعات أليكسا.

لهذا السبب. كن حذرا عند

استخدام السماعات الذكية

المغرب يدعو فيسبوك لحماية

المعطيات الشخصية لمواطنيه

facebook

سبعة أشخاص راجعوا تسجيلات من أجهزة أمازون إيكو وخدمة أليكسا التابعة للشركة ذاتها. وقال الموقع إن المراجعين يدونون ما يرد في محادثات المستهلكين ويعلقون عليها بغرض تحسين أداء أنظمة أمازون للتعرف على النطق.

الوطنية والمتعلقة بالمساس بالحياة

الخاصة وبالسمعة أو الأخلاقيات

بانتحال الصفة، وبالحق في النسيان،

وبتحديد الموقع الجغرافي، وبالتنميط

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

وقال بعض المراجعين لبلومبيرغ إنهم

شهور دون الرقم العشوائي.

وجاء 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".

من قبل الشبكات الاجتماعية لشركة

فيسبوك -وفقا للبلاغ- عن استعدادها

وعبرت اللجنة الوطنية لمثلي شركة

"فيسبوك".

ومضت الشركة للقول: "نطبق معايير تقنية وعملياتية 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 أبل وسيري؟

مثلها مثل أمازون، لشركة أبل مراجعون بشريقومون 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 يطفئ جهاز سيري.

ويتم خزن أي تسجيل لأكثر من ٦ وتقول آبل إن مراجعيها ليس

بمقدورهم الحصول على أي معلومات شخصية ولا على الرقم العشوائي. اقرأ أيضا: تعرف على مستقبل

لدراسية المقترحات المتعلقة بأفضل

الممارسات للشبكات الاجتماعية التي

يمكن أن تثري المحتوى التحريري للمنصة

المخصصة لحماية الحياة الخاصة

الرقمية للأطفال والمراهقين في المغرب،

والتي سيتم وضعها قريبا على الإنترنت

أيضا، 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

الأشتخاص 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 لمختلف

وأشار البلاغ إلى أن اللجنة أكدت،

من طرف اللجنة الوطنية.

الترفيه باستخدام تطبيقات "الواقع ثم ماذا عن غوغل و"المساعد"؟ قالت غوغل إن مراجعيها يتمكنون من الاستماع إلى التسجيلات الصوتية

"Assistant - الأتية من نظام "المساعد الذي يعد جزءا أساسيا في معظم الهواتف التي تعمل بنظام أندرويد وفي السماعات المنزلية التي تنتجها. ولكنها أضافت أن هذه التسجيلات

غير مرتبطة بأي معلومات قد تدل على شخصية المتكلم، كما أن الشركة تقوم بتشويه الصوت من أجل التمويه على

هل تسجل السماعات الذكية كل محادثاتي؟ ثمة مخاوف جدية من أن السماعات

الذكية تسجل سرا كل ما يقال في المنازل. ولكن بينما تقوم هذه السماعات تقنيا على الأقل "بسماع" ما يقال، فإنها لا "تستمع" إلى محادثات الناس.

تقوم كل السماعات الذكية بتسجيل مقاطع قصيرة من الأصوات داخليا من أجل الاستبيان عن كلمات توقضها من 'سباتها" مثل "أليكسا" أو "أو كي غوغل"

بعد يوم. وكمثال على هذا التطور، تمكّنت

بعض برامج الذكاء الاصطناعي من إنشاء

وجوه وبصمات مزيفة للعبث بسجلات

الشركات والمستندات الحكومية في بعض

الأحيان. وفي الوقت الحالي، تقترف هذه

الخوارزميات أخطاء كفيلة بتمكيننا من

التفطن إليها فور التمعن فيها، حيث سبق

لبرمجية "باخ" لدمج الموسيقى اقتراف

بعض الأخطاء التي يمكن لأي خبير

وعلى سبيل المشال، تسمح هذه

البرمجية بإدخال فواصل موسيقية كان

باخ نفسه يتجنبها، مما يدحض وجه

الشبه بين المقطوعة الجديدة ومقطوعات

المؤلف الألماني. وأضافت روتشمان أن

برمجية غوغل خرقت القواعد الموسيقية

على مستوى تنسيق الألحان، ناهيك

عن كتابة برنامج "أوبن آي إي" لتوليد

النصوص عبارة "الحرائق التي تنشب

تحت الماء"، والتي لا يمكن تبين معنى

واضبح لها. وخلال عمل المطورين على

إبداعاتهم، ستصبح الأخطاء أكثر ندرة

ما دامت خوارزميات الذكاء الاصطناعي

التعلم الآلي ستكون ذات فائدة كبرى، بما

في ذلك توفير رعاية صحية أفضل وجعل

أن منح الباحثين حرية تطوير هذه

الخوارزميات يعني الانفتاح على مخاطر

تطوير طرق أكثر تقدمًا لخلق الخداء

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

في المقابل، لا يمكن لنا نكران حقيقة

وأفادت الكاتبة أن تحسن تقنيات

آخذة في التطور والتعلم باستمرار.

مهنة الطب أكثر ديمقراطية.

والمشاكل الاجتماعية الأخرى.

الأشخاص.

موسيقي اكتشافها وتحديدها.

كيتى بومان.. أيقونة مشروع الثقب الأسود

خلال اليومين الماضين، انتشر بالتوازي مع صورة الثقب الأسود صورة أخرى لفتاة في نهاية عشرينياتها، تضع يديها على وجهها وهي في قمة

هذه الفتاة كانت العالمة الشابة ذات الـ٢٩ عاما، كيتي بومان، الحاصلة على زمالة أبحاث ما بعد الدكتوراه، والتي شاركت في مشروع "الثقب الأسود"، وأدت الخوارزمية التي كتبتها إلى الوصول إلى

وقالت الدكتورة بومان، بحسب ما نقلت "نبوبورك تايمز"، إنها لم تكن بأي حال المسؤولة الوحيدة عن هذا الاكتشاف، الذي كان نتاج إسهامات من علماء من أنحاء العالم عملوا جنبا إلى جنب، وصولا إلى هذه الصورة من خلال شبكة من هوائيات الراديو.

وكان المشروع، الذي قاده شيبرد دويلمان عالم الفلك في مركز هارفارد-سميثونيان للفيزياء الفلكية، ثمرة عمل ما يزيد على ٢٠٠ باحث، ٤٠ منهم سيدات، حسبما ذكرت مبادرة جامعة هارفارد

وقالت سارة عيسوون، التي تخرجت في جامعة رادبود النيوزيلندية وشاركت في البحث: "هناك نساء شاركن في كل خطوة من هذا المشروع الرائع. باعتباري سيدة في مجال (ستيم)، من الجيد أن تكون هناك نماذج تحتذي بها الفتيات الصغيرات

وكان للدكتورة بومان دور بارزفي عملية معالجة الصور، التي تضمنت أيضا تقسيم الباحثين إلى فرق لربط البيانات ومقارنة الصور التي بنوها

ونشرت بومات منشورا على "فيسبوك" قالت لي حقا، وأنا محظوظة جدا؛ لأنه سنحت لي فرصة العمل معهم حميعا".

.. وكتبت: "أنا سعيدة جدا؛ لأن الجميع على القدر

وتطبيقاته في العالم عالمياً على "تويتر" فورا. **♦وكالات**

قالت تقارير صحفية الأحد إن عطلا أصاب

و"#instagramdown

وبينما قادت هي فريق تطوير مجموعة

خوارزمية لالتقاط صورة للثقب الأسود، وهو الجهد الذي كان موضوع محاضرة ألقتها في منصة TED Talk عام ٢٠١٦، قال زملاؤها إنّ هذه التقنية لم تُستخدَم في النهاية لبناء هذه الصورة تحديدا.

فيه: "لم تصنع خوارزمية واحدة، ولا شخص واحدٌ هذه الصورة. إذ تطلب ذلك المهارة الرائعة لفريق من العلماء من أنحاء العالم"، مضيضة: "كان شرفا

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

نفسه من الحماسة التي نشعر بها، ويرى الناس أن قصتنا مُلهمة. ومع ذلك، ينبغي أن يُسلّط الضوء على الفريق وليس على شخص واحد. فالتركيز بهذا الشكل على شخص واحد لا يساعد أي أحد،

وقبل شهر، واجهت شركة "فيسبوك" تعطّلا

عالميا في خدماتها استمر الأكثر من ١٠ ساعات،

بررته الشركة لاحقا بأنه يعود لـ"خلل أثناء نقل

وأظهر موقع (داونديتكتور 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

توقف بخدمات موقع فيسبوك

موقع فيسبوك في العالم، وطال العطل تطبيقات واتساب وإنستغرام وفيسبوك ماسنجر.

ولم يتمكن المستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، جيث أبلغ آلاف المستخدمين عن أعطال منعتهم من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبُوك" أو جميعها، فيما غرد المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت وسوم "#whatsappdown"

على الموقع أن المشاكل ظهرت بشكل أساسي في و"#FacebookDown" إلى الأكثر تداولا

ليعيش الإنسان ألف سنة في المقابل، لا يمكننا القول إن خوارزميات الذكاء الاصطناعي دقيقة، حيث يعتمد الكثيرمنها على بيانات لا تمثل جميع فئات المجتمع، ما يجعلها خاضعة للتحيزات البشرية.

وليس من الواضع من قد يتحمل المسؤولية عندما يرتكب الذكاء الاصطناعي خطأ ما أو يتسبب في مشكلة معينة. ولا يزال هناك شوط كبير لتقطعه هذه التقنيات حتى تمسي قادرة على الكتابة بأسلوب بشري بارع أو التحدث مثل الإنسان أو تقليد تعابيروجهه.

وعلى سبيل المثال، أصدر مطورو برنامج 'لاير بيرد" لمحاكاة الصوت محادثة وهمية بين باراك أوباما ودونائد ترامب وهيلاري كلينتون، والتي بدت حقيقية للغاية.

ومن جهتها، طورت شركة "أوبن آي إي" برنامجًا قادرا على الكتابة بطريقة شبيهة بالبشر بعض الشيء. ونظرا لكون النص واقعيا للغاية، اختارت الشركة عدم

يحاكى السلوكيات البشرية

أثار مخاوف.. الذكاء الاصطناعي بات

اقرأ أيضا: هكذا يخطط علماء

المعلومات المزيضة والخاطئة.

وذكرت روتشمان أن ما يثير القلق حقا

يسمح بإنشاء مقاطع فيديو وصور احترافية للغاية، حيث سبق للممثل والمخرج السينمائي، جوردان بيل، إنشاء مقطع فيديو يظهر خلاله الرئيس الأمريكي السابق باراك أوباما وهو بصدد قول أشياء لم يقلها أبدًا، وهو ما يطرح العديد من التساؤلات حول المخاطر التي تشكلها هذه التقنيات.

بتدريب صحافييها على رصد وتمييز هذه

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

عرضه على العموم. وأفادت الكاتبة أن الذكاء الاصطناعي

وفي مطلع سنة ٢٠١٩، انتشرت العديد من الصور التي تظهر السياسية الأمريكية ألكساندريا أوكاسيوكورتيز وهي عارية، ليظهر بعد ذلك أنها مزيضة وتهدف إلى الإطاحة بها في الانتخابات. من جهتها بدأت وكالات الأنباء العالمية مثل رويترز

9 عادات تتسبب في ظهور بثور الوجه

تعرف إلى أسباب مرض هشاشة العظام وطرق الوقاية منه

الجمعة (3) أيلول 2021 العدد (2012)

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

أسباب هشاشة العظام وبحسب أخصائي جراحة العظام والمفاصل عبد

الله سلام، يُعدُ مرض هشاشة العظام مرضا صامتًا، ويُكتشف عادة إذا حصلت كسور أو تقوس في الظهر. وتابع سلام في حديث لـ"عربي٢١" بأن مرض

هشاشة العظام ينقسم لنوعين "أولي وثانوي"، الثانوي يأتي نتيجة الأمراض معينة مثل الكلى والكبد أو الروماتيزم أو مرض التصلب اللويحي أو نقص فيتامين "سي" أو أمراض الغدة الدرقية، أو التعرض للكرتيزون أو الكحول أو التدخين أو سوء الامتصاص من الأمعاء.

أما النوع الأولى، فيحدث عند النساء بعد انقطاع الطمث، وتحديدا من سن ٥٠٥٥ سنة، حيث تبدأ كثافة العظم تقل نتيجة للاختلال الهرموني الذي يحدث عندهن. أما عند الرجال، فيبدأ من سن ٧٠، حيث يبدأ الرجل بخسارة العظم بدلا من

وأشار سلام إلى أن النساء أكثر عرضة للإصابة بهشاشة العظام من الرجال بنسبة ؛ 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.

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.

أما النساء، فيتم تشخيص المرض عندهن عبر معرفة متى بدأت دورتهن الشهرية وهن صغيرات، ومتى انقطعت، فهذه الأمور تساعد في تشخيص المرض، إضافة للفحص السريري، حيث يمكن أن بكون عند المريض تقوس بالظهر أو كسور معينة، مثلا كسرعمق الفخذ أوكسر أسفل عظمة الكعبرة أو كسر فقرات الظهر.

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

وحول طرق الوقاية، قال سلام: "نقوم أولا بإعطاء الرجال والنساء بعد سن ٤٠-٥٠، الذين لديهم ما يسمى لين عظام أو هشاشة مبكرة، نعطيهم كالسيوم وفيتامين د، مع الحفاظ على نظام غذائي صحي ومتوازن، هذا يمكن أن يقيهم من هذا المرض".

وأضاف: "أيضا يجب الحفاظ على كتلة العظام قبل سن ٣٥، ويبدأ ذلك من الطفولة، وكلما بدأنا والشباب، ساعد الطفولة والشباب، ساعد ذلك في منع هشاشة العظم".

وأوضح سلام أن "المحافظة على كتلة العظم يتم

لا بمكننا التفكير بعيد الفصح من دون الحديث

عن حلويات العيد وعلى رأسها المعمول والكعك. هذه المغريات التي نقف أمامها بشهية، تجعلنا نعيش

صراعاً داخلياً بين الرغبة في الغش والاستمتاع

من سعرات حرارية عالية. لكن لا داعى للقلق،

يمكننا ان نوازي بين ما نرغب به وبين المحافظة

على الوزن بطريقة ذكية من خلال تحضير حلويات

لـ"النهار" عن كيفية التحكم بالمكونات واستبدالها

بأخرى صحية وقليلة الدسم لتحضير وصفة ذكية

وقليلة السعرات الحرارية. من المهم ان نعرف ان

السكر والزيت هما أكثر مكونين يحتويان على

سعرات حرارية مرتفعة، لذلك تكمن الخطوة

الأولى في استبدالهما بمكونات "لايت" وأقل سعرات

عيد الفصح : المعمول والكعك والسعرات

كيف نستمتع بضيافة العيد دون اكتساب

× استبدال السكر بسكر بديل يعتمد على

سكرالوز (sucralose) الذي يتميز بأنه يتحمل

الحرارة العالية ومُحلُ، ولا يحتوي على مواد مضرة.

عادةً لإعداد المعمول نحتاج الى هذه المكونات:

طحين السميد وطحين الفرخة بالإضافة الى

المحلب وماء زهر وماء ورد وخميرة. المكونان اللذان

يُسببان زيادة في الوزن هما السكر والزبدة. لذلك

للحصول على وصفة صحية أكثر يمكننا استبدال

السكر الطبيعي بسكر بديل، اما بالنسبة الى

المقادير فيمكن قراءتها على غلاف السكر البديل

(مثلاً كل ١٠٠ غرام من السكر العادي يوازي ١٠

ولد #طفل يحمل الحمض النووي لثلاثة

أشخاص في #اليونان، إثر استخدام #تقنية مثيرة

للجدل، للمرة الأولى في حالات العقم، على ما

أفاد اليوم فريق طبي يوناني- إسباني أجرى هذه

وكانت استخدمت هذه الطريقة في المكسيك

كيف تتصرفون خلال غداء العيد؟

× استبدال الزبدة بأخرى "لايت"

تشرح اختصاصية التغذية نغم طنوس

العيد بطريقة صحية.

أهم النصائح:

× تخفيف كمية الزيت

مواضيع ذات صلة

إليكم كيفية تحضير المعمول

والكعك بطريقة صحية!

غرامات من السكر البديل).

"لايت" بسعرات حرارية أقل.

بوضع البهارات والمنكهات.

السكروالزيت.

الزيت بدل الكوب الكامل).

على سعرات حرارية.

۲۲۰ وحدة حرارية.

سابقة عالميّة في علاجات العقم: ولادة

طفل يحمل الحمض النووي لثلاثة أشخاص

وحدة حرارية او ما يعادل وجبة.

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، فتجدها أقوى وأكثر عند الشخص الرياضي من الشخص غير الرياضي". ونصح سلام المرأة حينما تصل لسن ٤٠-٥٥، الذي

يتوقف فيه نمو العظام، بأخذ مكملات الكالسيوم وفيتامين د، وأيضا التركيز على ممارسة الرياضة، والمشي، وعدم ممارسة الرياضات العنيفة. نظام غذائي متوازن

من جهتها، أشارت اختصاصية التغذية نجوى حمد إلى "ضرورة اتباع نظام صحي ومتوازن، ويحتوي على عنصرين مهمين لنمو وبناء العظام، وهما الكالسيوم وفيتامين د"، بحسب قولها.

وتابعت نجوى في حديث لـ"عربي٢١": الحصول على قدر كاف من الكالسيوم يساعد على بناء العظام، ويحافظ على قوتها، وهو موجود في الحليب ومشتقات الألبان وأسماك السردين والسلمون والبروكلي والخضار والورقية، والأطعمة المدعمة بالكالسيوم كعصير البرتقال والخبز وحبوب الإفطار المدعمة، والبذور مثل السمسم وبذور الشيا".

وأكدت على ضرورة استشارة اختصاصي التغذية؛ لمعرفة الكمية الأنسب من هذه الأطعمة التي يحتاجها الإنسان يوميا، مضيفة: "لو لم يتم أخذ الاحتياجات اليومية سيؤدي ذلك لنقص في مستويات كالسيوم الدم، وبالتالي سيقل أيضا من العظام، وتقل كثافة النسيج العظمي وكتلته،

ونصحت من يعانون من "عدم تحمل اللاكتوز" بأن يستبدلوا بالحليب الحيواني حليب الصويا، إضافة لتناول التين المجفف والمكسرات مثل اللوز. وأردفت: "يجب أن يأخذ الإنسان الكمية

المناسبة من فيتامين د، فهو مستؤول 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 بضيتامين د".

وحدرت من الإفراط في "شرب المشروبات الغازية، فهي تجعل الجسم حمضيا، وحين يحاول الجسم أن يعود قاعديا يؤدي ذلك لخروج الكالسيوم من العظم، وأيضا تحتوي المشروبات الغازية على الكافيين الذي يزيد من كمية الكالسيوم المطروح في البول، بالتالي يتسبب بخسارة العظام لعنصر مهم جدا لعملية بنائها"، بحسب قولها.

اما بالنسبة الى الزبدة فنستبدلها بزبدة

التمر: يحتوي بطبيعته على السكر، لذلك

الجوز والفتسق: زيوت مفيدة تحتوي على

يفضل عدم اضافة الزبدة او السكر اليه، ونكتفي

وحدات حرارية مرتفعة نتيجة الدهون الصحية

الموجودة فيها. لذلك يمكننا خلط الجوز والفتسق

مع سكر بديل او سكر الفاكهة (محلُّ جداً لذلك

لإعداد كعك العيد نحتاج الى الطحين، الحليب،

× في حال كنا نستخدم السمنة او الزبدة يفضل

اليانسون - ماء ورد، قرفة وجوز طيب. لكن ما

يسبب الوزن الزائد يكمن في المكونين الرئيسيين

استبدائهما بزيت نباتي لأنه صحي أكثر شرط

تخفيف كمية الزيت (مثلاً استخدام نصف كوب من

كذلك استبدال السكر العادي بسكر بديل.

تجنب وضع السمسم عليها لأنه يحتوي ايضا

من المهم ان نعرف انه حتى لو كانت المكونات

'لايت" يجب تناول المعمول والكعك باعتدال.

عادة حبة المعمول العادي تحتوي على ١٨٠ وحدة

حرارية، اما الحبة الكبيرة فتساوي نحو ٣٠٠

على ١٢٠ وحدة حرارية في حين تصل الكبيرة الى

بالسعرات الحرارية، وبالتالي يجب إعدادها

بطريقة "لايت؟" وتناولها كوجبة سناك وبكمية

عام ٢٠١٦ لتفادي انتقال مرض وراثي من الأم الى

وفي الحالة الجديدة، ولد الطفل الذكر بوزن

۲،۹٦ كيلوغرامين الثلثاء من أم يونانية تبلغ ٣٢

عاما، وخضعت لمحاولات إخصاب مختبري عدة

باءت بالفشل، على ما أوضح مركز ["]إنستيتيوت أوف

لايف" (أي في أف) اليوناني في بيان.

اما بالنسبة الى الكعك، تحتوي الكعكة الصغيرة

مما لا شبك فيه ان هذه الحلويات غنية

يجب وضع نصف الكمية مقارنة بالسكر العادي).

قليلة الدسم أو "لايت"، وكذلك الأمر بالنسبة الى

الحليب. وبهذه الطريقة تصبح لدينا وصفة صحية

نشرت مجلة "ميخور كون سالود" الإسبانية تقريرا، أشارت من خلاله إلى أن هناك الكثير من الأساطير والأفكار الشائعة حول أسباب ظهور بثور الوجه، لكن المؤكد هو أن بعض العادات التي تمثل جزءا من روتيننا اليومي تساهم في ظهور أو اختفاء هذا المشكل.

∻وكالات

وقالت المجلة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي٢١"، إنه من خلال الالتزام ببعض القواعد، يمكن التخلص من البثور. وخلافا لما هو شائع، لا تعد البثورية الوجه نتيجة الأوساخ أو عدم الاهتمام بالنظافة، بل تكمن وراءها أسباب أخرى لا بد من معرفتها لاختيار الطريقة المناسبة لعلاجها.

وأوضحت المجلة أن بصيلات الشعر في كل واحد من مسام الجلد تنتج نوعا 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 سيوداء، بل تظهر بقع بيضاء تكون أقل عرضة للتعفن؛ بسبب عدم تعرضها المباشر للهواء.

وبينت الصحيفة، أولا، 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، نظرا لأنه في هذه المرحلة، يرداد إنتاج الأندروجينات، وهي هرمونات جنسية ذكرية، وهو ما يزيد من إنتاج الخلايا والدهون. ويشمل الأمر النساء أيضا، إذ تحدث اضطرابات هرمونية في فترة الحمل

أو الدورة الشهرية، وتُخلف تأثيرات في الغدد الدهنية، ما يؤدي إلى ظهور البثور. وأوضحت المجلة أن حبوب منع الحمل

وباقي أنواع العقاقير التي تؤثر على الهرمونات، تودي إلى ظهور البثور. في الواقع، هناك دراسيات متضاربة حول هذا الأُمر؛ لأن البعض يعتقدون أن حبوب منع الحمل تخفض من إمكانية ظهور حب الشباب. ومن المؤكد أن هناك فرقا في التأثير بين مختلف أنواع الحبوب، وذلك بحسب المواد التي تحتويها.

وذكرت المجلة، ثانيا، أن مساحيق التجميل تؤدي هي الأخرى إلى انسداد المسام، وتسهل تكاثر البكتيريا والخلايا الميتة، وهو ما يؤدي بالضرورة لتكاثر البثور، خاصة عند ترك هذه المساحيق على الوجه خلال الليل، أو عدم إزالتها جيدا. أما ثالثا، فيمثل العرق سببا آخر لظهور حب الشباب، إذ إن ترسبه فوق الجلد يـؤدي إلى ظهور نوع من الخميرة تسمى بيتيروسبوروم فوليكوليتيس، التي تؤدي لتهيج البشرة وغلق المسام. ويكثر حب الشباب الذي يظهر نتيجة التعرق، بشكل خاص في الظهر والذراعين والصدر، ولكنه قد يمتد أيضا إلى الوجه.

وحدرت المجلة، رابعا، من لمس بثور الوجه باليدين أو محاولة تقشيرها، وهو ما يخلق بيئة ملائمة لتكاثر البكتيريا ويؤدي الالتهابات. فعند تمرير اليدين فوق البشرة، ينتقل الغبار والبكتيريا والدهون إليها، وهوما يساهم في غلق المسام واضطراب الترطيب الطبيعي للجلد. أما عند محاولة فقع هذه البثور أو الضغط عليها أو إزالتها باليدين، فنحن نترك بعض الدهون والبكتيريا على الجلد، ونتسبّب في

تهيّجه بسبب الضغط عليه، وهذا يؤدي

لظهور المزيد من هذه البثور. وأشارت المجلة، خامسا، 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. فضلا عن ذلك، يميل الأشخاص الذين يعانون من التوتر العصبى لملامسة وجوههم بأيديهم أكثر، والقيام بالحك بأظافرهم، وهو ما يساهم في التهاب الجلد

وذكرت المجلة، سادسا، أن الحمية الغذائية لها علاقة أيضا 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 سابعا، فلا بد من توخي الحذر من التدخين؛ نظرا لتسببه في اضطرابات في إنتاج الدهون والحاقه الضرر بطبقات الجلد، وهو ما يساعد على ظهور حب

وأشارت المجلة، ثامنا، إلى أن ارتداء القبعات يـؤدي لظهور البثور. ورغم أن القبعة في حد ذاتها لا تسبب هذا المشكل، إلا أنها تؤدي لتعرّق الرأس ونزول حبات العرق على الجبين والوجه، وهو ما يؤدي

أما تاسعا، فيؤدي استخدام الهاتف الجوال بشكل مستمر والصاقه بالخد إلى التعرق وغلق المسام، بالإضافة إلى أن هذا الجهاز ينقل الكثيرمن الغبار والبكتيريا من الأماكن التي يُوضع فيها.

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

وتُوصي المجلة أيضا بالحفاظ على نظافة الشعر، واستخدام مساحيق تجميل خالية من الزيوت وإزالتها قبل النوم، مع الانتباه إلى الحمية الغذائية والابتعاد عن التدخين، واستخدام قبعات تضمن تهوية الرأس، وعدم الصاق الهاتف

المضادات الحيوية في الطفولة ترتبط بخطر الإصابة بأمراض عقلية

∻وكالات

أشارت دراسة جديدة نشرت في

واعتمدت نتائج الدراسة على بيانات من الشباب في الدنمارك حتى سن ١٧ عاما. المستجدة حول التفاعل الوظيفي بين العدوى والميكروبيوم المعياري والأمراض العقلية، هي واحدة من ما يقارب خمسين

الميكروبيوم المعوي.

مجلة "JAMA Psychiatry" إلى أن استخدام المضادات الحيوية مرتبط بدرجة كبيرة بخطر الإصابة بأمراض عظلية، ويعتقد بأن السبب وراء ذلك أن المضادات الحيوية تؤثر على البكتيريا في

الدراسية التي تدعم النظريات بحثا تم نشرها في النصف الأخير من عام

ويتتبع السجل لأول مرة البيانات

السريرية لأكثر من مليون شخص، من عام ١٩٩٥ فصاعدا، على الدنماركيين الذين عولجوا من مرض عقلي على مدى ١٧ سنة من حياتهم، إما في المستشفى أو كمرضى خارجيين. تم توثيق كل حالة بما في ذلك الوصفات الطبية وتاريخ الأسرة.

وبفضل هذا السبجل، يستطيع الدنماركيون فعل الكثير لتوضيح الصلة بين الأمعاء والصحة العقلية.

ولقد تمت الإشسارة من قبل بأن الميكربيوم الهضمي هو عبارة عن مجتمع جميع هذه الدراسات تشير إلى العلاقة بكتيري شديد التنوع يعيش في أمعائنا، بين الميكروبيوم وحالة الصحة العقلية، ويرسل إشارات إلى الدماغ، ويقوم بتعديل

عقلية. وقد وثقت الدراسات في النماذج الحيوانية بالفعل العلاقة بين البكتيريا والاكتئاب. أظهرت إحدى المجموعات البحثية أن الفئران التي عولجت بالمضادات الحيوية أظهرت تغيرات في تنوع ميكروبيوم الأمعاء وأداء أسوأ في

المضادات الحيوية واسعة الطيف تغييرات في اضطرابات مختلفة، بما في ذلك طيف التوحد والاضطرابات التنكسية العصبية مثل مرض الزهايمر والاكتئاب.

اختيارات الذاكرة.

كما أظهرت الحيوانات التي استخدمت

الحالة المزاجية، وربما يعرضنا لأمراض إلا أن الأساس الجزيئي لهذا الارتباط لا يزال مجهولا. تسعى العديد من الدراسات إلى تحديد الروابط بين الميكروبيوم والدماغ البشري،

وتركز على المركبات العصبية الفعالة التي تنتجها أو تستهلكها البكتيريا في الأمعاء. ويخ دراسة أجراها فيليب ستراندويتز وزملاؤه في جامعة نورثيسترن في بوسطن

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

في الثمانينات، كانت نفطلان تستقبل

أكثر من ٧٠ ألف شخص في السنة، وهو

مستوى قياسي. وازدهرت هذه العلاجات

حتى اندلاء الحرب في ١٩٨٨ في منطقة

ناغورني قره باخ، التي تتنازع عليها كل من

أذربيجان وأرمينيا. وحولت كل منتجعات

المدينة حينها إلى مساكن الستقبال مئات

وأعلن جيب ناغورني قره باخ، الذي

تسكنه غالبية أرمنية وضمته السلطات

السوفياتية إلى أذربيجان العام ١٩٢١،

صحية. وقد نقل اللاجئون المقيمون في

المنتجعات إلى مساكن أخرى، فيما هدمت

غالبية هذه المنشآت، وأقيمت مكانها فنادق

وتضم المدينة اليوم خليطا من الفنادق

الفخمة، تتجاوز كلفة الإقامة والعلاج

فيها ألف دولار أسبوعيا، ومنتجعات

بسيطة تهيمن عليها أجواء سوفياتية

وأحيانا، تطل الحرب برأسها، مذكرة

بوجودها الزوار، وغالبيتهم من أذربيجان

ومن الدول المنبثة عن الاتحاد السوفياتي،

تكلف مئات الدولارات في الأسبوع.

مشددا على سلامة المنشآت.

آلاف النازحين جراء النزاع.

منتجع يستخدم النفط الخام لعلاج الأمراض وسط جدل طبى

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

وبعد عشر دقائق، تقوم موظفة بقحط النفط البني الداكن عن جلد المرأة الستينية قبل أن تستحم.

وتروي سولفية التي أتت من تترستان الروسية مع مجموعة من الصديقات: "لقد حلمنا لفترة طويلة بالمجيء إلى

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

رأفت (٤٨ عاما)، وهو صحافي وعضوفي حزب معارض في باكو، لا يظهر سوى رأسه أيضاً، فيما هو مسترخ في حوض في القسم المكرس للرجال في منتجع "سحرلي (ساحر باللغة الأذرية). ويقول: "هذه هبة من السماء".

وتصدر أذربيجان نفطها إلى العالم بأسره، وهو يلعب دورا أساسيا في اقتصاد هذا البلد الواقع في منطقة القوقاز. إلا أن النفط المستخرج من باطن الأرض في نفطلان، البالغ عدد سكانها عشرة آلاف نسمة والواقعة على بعد حوالي ٣٠٠ كيلومتر عن العاصمة، لا ينفع ليحول إلى محروقات؛ لأنه سميك جدا.

ويعود اكتشاف النفطية أذربيجان إلى منتصف القرن التاسع عشر. وقد اكتشفت المدينة نفطها بالمزايا الخاصة بعد عقود



واليوم يقوم العلاج التقليدي على الغوص عراة لمدة عشر دقائق في حوض استحمام مليء بهذا السائل السميك وذي الرائحة القوية. وهو يسخن على ٣٨ درجة مئوية. وتقول مريم اوميدي ية مؤلف مكرس لراكز الاستجمام السوفياتية وعلاجاتها الخارجة عن المألوف أحيانا: "استخدام النفط الخام لأغراض طبية ندد به أطباء غربيون،



السجائر والكرات المكافحة للعث.

مرضى تعافوا من أمراضهم.

فابيل عزيزوفا، إحدى الطبيبات في

وزيت النفطلان مؤلف من حوالي ٥٠٪ من النفتالين، وهي مادة حاضرة في دخان

المنتجع، توضح أن النفط المحلي يستخدم لمعالجة أوجاع وأمراض العضلات والعظام والجلد، فضلا عن اضطرابات عصبية وأخرى تتعلق بالطب النسائي.

مهنتها في آخر سنوات الاتحاد السوفياتي: "في الماضي، لم يكن هناك فنادق أو لدى السكان المحليين". وتروي من مكتبها: على مر السنين، بدأت المنتجعات بالظهور، وتم تطوير وسائل علاجية".

استقلاله من جانب واحد في العام ١٩٩١، بدعم من أرمينيا. ورغم اتضاق وقف إطلاق النارية العام ١٩٩٤ بعد حرب حصدت ٣٠ ألف قتيل، تقع مواجهات من حين إلى آخر في غياب اتفاقية سلام. وخط الجبهة في هذا النزاع المتوقف يقع على بعد كيلومترات قليلة من نفطلان. في مطلع الألفية، عززت أذربيجان جهودها لتحسين سمعة نفطلان كوجهة

> إلا أن الأطباء والمرضى المحليين يشيدون بهذه المادة. وفي المدينة متحف صغيريضم الكثيرمن العكازات التي تركها

٧٠ ألفافي السنة

أو تركيا، وأحيانا من أوروبا. وتوضح الطبيبة، التي بدأت تمارس وخلال مواجهات قوية تعرف باسم حرب الأيام الأربعة في نيسان/ أبريل ٢٠١٦": "كنا نسمع إطلاق النار"، على ما منتجعات، كان الناس يأتون ويقيمون يقول موظف في منتجع "غاراباغ" الفخم، قبل أن يضيف بسرعة: "بقي الجميع"

وتفيد الرواية المحلية أن موظفي

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

الفنادق في المدينة يكررون دونما ملل أن مزايا "هذا النفط العجائبي" اكتشفت صدفة عندما ترك جمل ينازع قرب بقعة من هذا السائل، فشفي.

معتبرين أنه قد يصيب بالسرطان".

لماذا عروض السوبرماركت قد تكون سيئة لصحتنا ولأموالنا؟

قد تبدو العروض الترويجية في السوبرماركت خطوة ذكية إن كنت تبحث عن توفير المال، ولكن احذر فيمكن أن توقعك أيضا بمشاكل صحية

وبحسب موقع "lovemoney"، فإنه وفقا Cancer Research ئبحث جديد صادر عن UK إذا كانت عربتك التسوق مليئة بالعروض بشكل خاص، فمن المرجح أن تكون تعاني من

حيث وجد أن السمنة كانت أعلى بنسبة ٣٠٪ تقريبا بين أفراد الأسر التي اشترت أكبر قدر من المأكولات والمشروبات الموجودة في العروض

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 عنصرا إضافيا غيرصحي 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 بالسمنة والأمراض الخطيرة المرتبطة بها، مثل السرطان وأمراض القلب والسكري، أكثر من الأشخاص الذين لا يكترثون لهذه العروض

كما أن معظم الأغذية الخاضعة للعروض كانت الشوكولاته ورقائق البطاطس والبسكويت والمشروبات الغذائية، وغيرها من الأطعمة غير

وقائية: "هناك خيارات غنية من المغريات غير الصحية"، جميعها تكون خاضعة لعروض ترويجية، لذلك ليس من المستغرب أن يكون المشترون هم الأكثر وزنا. ودعت أبحاث السرطان الحكومة إلى فرض

وقالت البرفيسورة ليندا بولد وهي خبيرة

المزيد من القيود على العروض الترويجية غير كما أن العروض التي تقول لك اشتر اثنين

السوبرماركت بالمقابل يرفع سعر منتجات أخرى قبل وقت قصير من العروض. ومن شم، فإننا في الواقع ننفق أكثر ونشتري أشياء غير صحية، مما يؤثر على صحتنا وعلى

بملبغ زهيد بالنسبة لك قد تكون صفقة، ولكن

وحتى توفر على نفسك وتتجنب 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.

الاصابة بالسرطان إلى ارتفاع لدى النساء

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 المودية إلى ارتضاع نسبة الإصابة بالسرطان للتدخين وشرب الكحول، بما أنَّ النساء صرن أكثر

إقبالاً على التدخين والكحول من السابق، ولذلك آثار ستظهر حالياً وفي السنوات المقبلة.

الجسدي، والاختبارات الطبية عند اللزوم".

وقال المركز إنَّ "هذه الأرقام تظهر التحدي الهائل الذي نواجهه في بريطانيا وفي كل العالم"، إذ يقضي ثمانية ملايين شخص بهذا المرض في العالم سنوياً، آملاً في تحقيق تقدم كبير في السنوات العشرين المقبلة لناحية التشخيص المبكر للمرض وتحسين العلاجات بحيث يتعافى ثلاثة أرباع المصابين به مع حلول العام ٢٠٣٤". وأكَّد المسؤولُ في السلطات الصحية في انكلترا كيفن فنتون إلى

أنُّ "أهم وسائل الوقاية من السرطان هي عدم التدخين، والحفاظ على وزن طبيعي، والنشاط

التي من شأنها أن تساعد على التشخيص المبكر لهذا النوع من اضطرابات الدماغ. وقالت المجلة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي٢١"، إن الزهايمر لا يصيب كبار السن فقط ممن تجاوزوا عقدهم السابع. وعلى الرغم من حقيقة أن ٥,٥ مليون شخص من المصابين بهذا المرض الذي يسبب فقدان الذاكرة وتراجع القدرات الإدراكية تجاوزوا سن ٦٥، إلا أن ٥ بالمئة منهم يصابون به في سن الثلاثين والأربعين والخمسين.

ونقلت المجلة عن مولي فوجيل، مديرة الخدمات التعليمية والاجتماعية في المؤسسة الأمريكية للزهايمر، أن "بعض النساء يظلن إن الأطباء المباشرين لحالة أزواجهن، ظنوا في البداية أنهم يمرون بأزمة منتصف العمر، لكن تم تشخيصهم في نهاية المطاف بمرض الزهايمر".

نشيرت مجلة "فاميلي سيركل"

الأمريكية تقريرا تطرقت فيه إلى

الأعراض الدالة على الإصابة بالزهايمر،

∻وكالات

ومن المهم استشارة الطبيب عند ملاحظة تغير سلوكيات الزوج أو الزوجة أو أحد الوالدين أو حتى سلوكك، ذلك أن التشخيص المبكر يجعل العلاج أكثر فعالية. وتختلف أعراض هذا المرض من شخص لأخر، لكن هناك بعض العلامات المشتركة بين جميع المرضى التي لا بد من معرفتها والانتباه لها.

وذكرت المجلة، أولا، أن فقدان الذاكرة من العلامات الدالة على الإصابة بمرض الزهايمر. وأوضحت فوجيل أن صعوبة تذكر الغرض الذي كنت بصدد جلبه من غرفة المعيشة، أو نسيان اسم أحد أبنائك أو اسم القطة أمر طبيعي يواجهه أغلبنا، بيد أن تكرر ذلك يمثل مشكلة حقيقية.

فإذا لاحظت أنك تواجه يوميا مشكلة في تذكر أسماء أبنائك فإنه لابد من استشارة الطبيب. فقد تود معرفة ما إذا



٦ علامات تدل على إمكانية

الإصابة بمرض الزهايمر

ونوهت المجلة، ثالثا، إلى أن مواجهة كان ذلك نتيجة مرض آخر، نظرا لأن صعوبة في القيام بالمهام الاعتيادية من فقدان الذاكرة مرتبط أبضا بمشاكل صحية أخرى، مثل الجلطة الدماغية بين الأعراض الأولى لمرض الزهايمر. وفي العادة، لا يفكر الشخص لثانية واحدة ونقص الفيتامين ب ١٢، وقصور الدرقية، عندما يتعلق الأمر بالقيام بالأنشطة أو الإصبابة بالتهاب حاد، أو حتى الروتينية اليومية مثل ارتداء الملابس الاكتئاب. وأوردت المجلة، ثانيا، أن وإعداد الفطور، أو محاولة القيام بهما الارتباك بين الزمان والمكان يدل على في الوقت نفسه. ولكن بالنسبة للشخص الإصابة بالزهايمر. وحسب فوجيل، المصاب بالخرف، فإن فقدان الذاكرة فإنه إذا قدت يوما سيارتك نحو متجر البقالة لكنك وجدت نفسك أمام المكتب يشمل حتى هذه الأنشطة اليومية ويؤثر فتلك ليست نهاية العالم، فأحيانا نقع في في قدرتهم على ممارستها. الأنماط لكن ذلك لا يعرقل سيروظائفنا

اليومية. ولكن، إذا لاحظت أنك يوميا أو

في بعض الأحيان لا تتذكر أين أنت وكيف

وصلت إلى ذلك المكان، فذلك أمر مختلف.

وبينت المجلة، رابعا، أن تدنى القدرة على اتخاذ القرارات من العلامات التي تدل على الإصابة بالزهايمر. فإذا لم تستطع والدتك اتخاذ قرار بشأن المكان

دون إدراك ذلك. وإذا حدث ذلك معك، فقد تتحاشى اتخاذ أي قرار". وقد يلاحظ الشريك أو أحد أضراد العائلة أن من يحبونهم أصبحوا يتجنبون اتخاذ القرارات التي تخص العائلة.

صعوبة في التفكير المجرد من المؤشرات 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 بهذه المشكلة التي يواجهها، وقد يصل الأمر إلى درجة نسيان كيفية تعميرشيك أو صعوبة متابعة وصفة طبخ.

وشخصية الضرد دليل على الإصابة بالزهايمر. وحيال هذا الشأن، قالت فوجيل إن والدتها كانت مرحة ومحبة للحفلات، لكنها أصبحت الأن نادرة النهاب إليها. وهذا نوع من التغيرات التي تطرأ على شخصية الفرد المصاب بالزهايمر التي لابد من الانتباه لها. كما أن تغير المزاج بسرعة من الأعراض التي تكون واضحة عند المصابين بالخرف، وهذا الأمر مختلف عن تقلّب المزاج.

موعد مع الطبيب إذا لاحظت إحدى هذه العلامات عليك أو على شخص مقرب منك، مع البدء بتثقيف نفسك حول هذا المرض.

نيويورك: تدابير جديدة لاحتواء انتشار الحصبة وغرامة مالية على المخالفين

أعلنت سلطات منطقة روكلاند في ضاحية نيويورك الكبرى عن تدابير جديدة للحدّ من انتشار وباء الحصبة المتفشي فيها منذ شهر تشرين الأول الماضي، تقضي بفرض غرامات على المخالفين قد تصل إلى ألفي دولار في اليوم.

ازدياد في حالات انتشار الحصبة وكانت سلطات هذه المنطقة التي تضم ٣٠٠ ألف نسمة أعلنت في شهر آذار عن تدبير يقضي بمنع أي قاصر غير ملقّح ضد المرض من ارتياد الأماكن العامة. غير أن القضاء علَق مؤقتا العمل بهذا التدبير إثر شكوى

وقال المُسبؤول المحلي إد داي خلال مؤتمر صحافي: "لن نستسلم في معركتنا هذه"، مضيفاً 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 قول المسؤولة عن شؤون الصحة في المن باتريسيا شنتبل روبرت.

وبانتظار مآل النزاء القضائي الذي قد يستغرق سنة ٢٠٠٠.

وقتاً طويلاً، أعلنت روبرت عن تدبيرين جديدين بمقتضى التشريعات المعمول بها.

ماهي التدابير الجديدة ؟ ويحظر الإجراء الأول على الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بالحصبة ارتياد الأماكن العامة، في حين يلزم التدبير الثاني إدارات المدارس التحقّق من أن التلاميذ محصنون واستبعاد التلاميذ غيرالملقحين وغيرالحائزين على إعفاء رسمي طبي الطابع أو ديني.

وفي حال عدم الامتثال للتدبيرين 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.

وتشكّل منطقة روكلاند مع مدينة نيويورك البؤرتين الأساسيتين لانتشار مرض الحصبة في الولايات المتحدة، بحيث تشتدُ وطأة هذا المرض في أوساط اليهود المتطرّفين. وتشهد الولايات المتحدة، كما بلدان أخرى في

أنه كان قد قضي رسميا على هذا المرض في البلد

يساعد تناول اللوز الأخضر في خفض نسبة

يعدُ اللوز الأخضر من الفواكه الغنية بفيتامين

الذي يمنع جفاف البشرة ويساعد في الحدّ من ${\rm E}$

ظهور علامات التقدم في السن.٦- يحسن القدرات

المعرفية إنَّ الفيتامنيات المتنوعة والمعادن الغذائية

الموجودة في اللوز الأخضر تعزز وظائف الدماغ

بشكل فعًال. وبالتالي، تنشط عملية الذاكرة

على غرار الفواكه الأخرى، يعتبر اللوز الأخضر

من الفواكه الغنية بالألياف مما يساعد الجهاز

الإصابة بأنواع متعددة من السرطان، وذلك لأن

قشرة اللوز تحتوي على ٢٠ نوعاً من المركبات

في تقويتها. ٤ - يحمي من السرطان

٥- يرطب البشرة

حفنة من اللوز الأخضر تحارب التجاعيد والكولسترول!

إنّ شجر اللوز من أشهر الشجر الموجود في بلدان حوض البحر الأبيض المتوسط، إذ يحتوي اللوز الأخضر على الكثير من العناصر الغذائية المهمة لصحة الإنسيان. ويتميز عن غيره من الفواكه الموسمية بغناه بالأملاح والمعادن الغذائية كالبوتاسيوم والمغنسيوم إضافة إلى إحتوائه على كمية مهمة من المواد الكربوهيدراتية، والألياف الغذائية. في هذا الصدد، أشارت اختصاصية التغذية مايا غاريوس إلى الفوائد الصحية للوز

الأخضر على جسم الإنسان. ١- يحارب الكولسترول السيئ

إنّ الزيت الموجود في اللوز الأخضر يعدّ من الزيوت الصحية للجسم، إذ يساعد في خفض نسبة الكولسترول السيئ في الدم والجسم.

الكالسيوم الذي يحمي من هشاشة العظام ويساعد

٢- يحافظ على الأسنان يحتوي اللوز الأخضر على كمية مهمة من مادة الفوسفور التي تحافظ على بنية الأسنان وتحميها

٣- يقوي العظام يتألف اللوز الأخضر من نسبة جيدة من

من مشاكل التسوس واللثة.

الهضمي على تنظيف نفسه ويعالج مشكلة الإمساك. ٨- غني بالسعرات الحرارية بالرغم من دور اللوز الأخضر في الحفاظ على

إضافة إلى حمايته من مرض الألزهايمر.

٧- ينظف الجهاز الهضمي

حرارية. لذا، ينصح بتناوله بكميات معتدلة.

آخذة في الازدياد خلال السنتين الأخيرتين".

الوزن الطبيعي إلا أنّ حصة مؤلفة من ١٤ حبة من اللوز الاخضر تحتوي تقريباً على ١٠٠ وحدة

برأي وهبي أن "ما جرى مع محمد هو على الأرجح خلل في كهرباء القلب، اذا كان هناك زيادة في ضربة البطين الأيمن خلال انبساط القلب، تؤدي إلى رجفة في القلب،

والشباب كما هي الحال مع الفحوصات الطبية الأخرى". إن حالة توقف القلب عند الشباب

لا تُشبه حالة الوفاة بأزمة قلبية عند الكبار. لذلك سنُعيد التذكير وشرح هذه الحالة وكيفية التشخيص والوقاية منها وأهم العلاجات.

رفعت، حالات كثيرة من حالات الخلل في وعن كيفية علاجها وتفادي هذه المأساة.

× اعتلال عضالة القلب Hypertrophic النضاحي



ما هي كهرباء القلب؟ يشهد الاختصاصي في أمراض القلب

والأوعية الدموية وكهرباء القلب في المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت ورئيس شعبة كهرباء القلب في جمعية القلب اللبنانية الدكتور مروان كهرباء القلب من دون علم الأشخاص الذين يتعرضون لها، وأنقذوا من الموت المفاجئ. ويتحدث عن الأسباب المسؤولة يستهل الدكتور رفعت حديثه بشرح أسباب توقف القلب الفجائي عند الشباب

هل الكافيين يُحسّن الأداء الرياضي؟



Cardiomyopathy وهـو مرض

.. × خلل تنسُّج البطين الأيمن المحدث لاضطراب النظم

× متلازمة بروغادا × متلازمة وولف باركسون وايت

× عيوب خلقية للشرايين التاجية

× العيوب الخلقيه للقلب تُصيب هذه المشكلة فئة الشباب الذين

أعراض تحذيرية يُميّز الدكتور مروان رفعت بين الجلطة، وهي كناية عن انسداد في شرايين القلب،

× تسرع البطين عديد الأشكال

× العامل الوراثي

تراوح أعمارهم بين ١٢- ٣٥ عاماً ويكون سبب الوفاة ناجماً عن خلل في كهرباء

وبين خلل كهرباء القلب. لذلك من الأهمية بمكان تشخيص الحالة وعدم إهمال أي

وحسب مولي فوجيل، فإن "نسيان ارتداء المعطف في يوم شتاء بارد من شهر كانون الأول/ ديسمبر مريب بقدر القيادة في الاتجاه المعاكس في طريق ذي اتجاه واحد، أو شرب حليب منتهي الصلاحية

الذي ستنظم فيه عشاء عيد ميلادها،

أو إذا تجاهل والدك حقيقة أنه انعطف

في طريق ذي اتجاه واحد، فيجب عليك

الانتباه لهذا النوع من العلامات.

وأشارت المجلة، خامسا، إلى أن إيجاد

وذكرت المجلة، سادسا، أن تغير مزاج

وفي الختام، أكدت المجلة ضرورة أخذ

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

أن تكتب عن فتى صغير خذله قلبه باكراً، ليس بالأمر السهل. وأن يخذلك قلبك فجأة، فهذا صدمة. ولكن كيف إذا كان فتى في عمر صغير هو الذي توقف قلبه؟ محمد وهبي، ابن الـ١٤ سنة توقف قلبه أثناء ذهابه إلى المدرسة. لم يتسنّ له الوصول إلى المدرسة، عاجله الموت وترك عائلته مفجوعة على غيابه

نظراً للقصص العديدة التي تشبه قصة محمد، يبدو أننا بحاجة إلى المزيد من التوعية على حالة توقّف القلب والتعرّف إلى كهرباء القلب. قد لا يعرف الكثيرون ما تعنيه هذه الحالة الطبية، لكننا بتنا بحاجة الى رفع الصوت أكثر والحديث عن هذا الموضوع علّنا ننقذ باقي الشباب من هذا الموت المفاجئ.

إبن بلدة النبي عثمان البقاعية محمد وهبي رحل باكراً، خبر رحيله كان صعباً على كل من عرفه. صحيح انه يدرس في بيروت، إلا أن وفاته هزّت الجميع. يتحدث أحد أقرباء العائلة الاختصاصي في الأمراض القلبية الدكتور علي وهبي لـ"النهار" قائلاً: "إنه لم يرَ علي منذ سنوات، لكن موته صدمة يصعب تصديقها. وفق الرواية التي وصلتني تقول إن علي كان متوجها إلى المدرسة برفقة شقيقته، وفي طريقه قال لها: دخيلك راسي عم يوجعني ودايخ"، ظنت شقيقته أنه بسبب عدم تناوله الفطور، فتوجهت إلى الدكان لشراء ساندويش له، وعند خروجها فوجئت به مغمى عليه

وممدداً على الأرض". يتابع وهبي: "خافت شقيقته كثيراً وبدأت بالصراخ، فركض نحوها الجيران هناك ونقلوه إلى المستشفى. محاولات إنعاشه نجحت فعاد قلبه ينبض، لكنه سرعان ما دخل في غيبوبة قبل أن يفارق

الحياة في اليوم التالي". وتتسبّب بتوقفه. أصبحنا نسمع كثيراً عن هذه الحالة الشبيهة بحالة محمد، لذلك من المهم التوعية حول هذا الموضوع وإجراء فحوصات للقلب عند الأطفال

تعزيز السرعة والطاقة والقوة

× متلازمة فترة QT الطويلة

.CPVT

القلب وعدم انتظام دقاته.

عارض، لا سيما أن العارض الأول قد يكون

- تسارع في دقات القلب

الأخير. ومن أهم هذه الأعراض:

- الدوخة

- الاغماء

- ألم في الصدر "رسائتنا اليوم" وفق رفعت "ليس فقط زيادة التوعية حول مشكلة كهرباء القلب، وإنما الحض 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 الجهازية حال جرى تدريبه عليه".

كيف يمكن علاج كهرباء القلب؟ كما يشدد الدكتور رفعت على "أهمية الكشف المبكر والتأكد من التاريخ العائلي للشخص وإجراء الفحص السريري وفحص القلب وتخطيطه كهربائياً، وعلى

أساسها تشخص حالة المريض وبالتالي يحدد نوع العلاج". أما بالنسبة الى العلاجات فيمكن

× أدوية دقات تنظيم القلب × زرع جهاز لتفادي خطر الوفاة

تقسيمها وفق الأتي:

× الكيّ: وهنا يتمّ ادخال قسطار لتحديد موقع الاعتلال وكيّه. كل دقيقة مهمة وفق خبرته في هذا المجال، بات مؤكداً

أن أكثر الحالات تعود إلى الوراثة نتيجة خلل جيني. ويستعين الدكتور مروان رفعت بتجربة إيطاليا التي أجرت دراسة وتشخيصاً على مدى أكثر من ٢٥ عاماً، وتمكنت من تفادي الموت المفاجئ بنسبة ٨٨٪. لذلك من المهم إجراء تخطيط كهرباء القلب للرياضيين وللأشخاص الذين لديهم تاريخ عائلي (وفاة مبكرة في العائلة بسبب القلب - دون سن الـ ٥٠).

يُشكُل الوقت محطة مفصلية في حالات توقّف القلب المفاجئ. وبرأي رفعت فإن "كل دقيقة مهمة في هذه الحالة، وكلما تأخرنا دقيقة تقلُ نسبة النجاة ١٠٪. تبدأ الخطوة الأولى في عملية الإنقاذ بإجراء إنعاش القلب الرئوي CPR إلى حين توافر AED أو وصول فريق الإنقاذ

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

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 العالمة.

وتشتد وطأة هذا الازدياد خصوصا في إفريقيا وأوروبا، علما أن المرض كان قيد الانحسار حتّى

كشفت مراجعة لبحوث سابقة أن وجاء في بيان صادر عن منظمة الصحة العالمية تناول الكافيين قبل ممارسة التمارين أن "المعطيات الأولية على الصعيد العالمي أظهرت الرياضية قد يحسن أداء مجموعة ارتفاعا في الحالات المعلنة بنسبة ٣٠٠٪ خلال واسعة من التدريبات. وكتب الباحثون الأشهر الثلاثة الأولى من العام ٢٠١٩، مقارنة في دورية (الطب الرياضي) البريطانية بالفترة عينها من العام ٢٠١٨. وكانت الحالات أن الكافيين يمكنه على وجه الخصوص

وقال قائد فريق البحث من جامعة فيكتوريا في ملبورن بأوستراليا جوزو

جرجيك إن "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 تحتوي

وفي العام ٢٠٠٤ رُفع الكافيين من قائمة الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات كمادة محظور تناولها خلال المنافسات. وأشسار جرجيك لرويترز إلى أن "منذ ذلك الحين، زاد تناول الكافيين بين الرياضيين، ولا توجد مؤشرات على

انحسار ذلك". وأجرى جرجيك وزملاؤه

على مستويات مرتفعة من الكافيين".

حللت عدة دراسات تتعلق بالكافيين والأداء الرياضي. واكتشفوا أن الكافيين عزز قدرة العضلات على التحمّل وقوتها وأداء القفز وسرعة أداء التمارين. مضيفاً: "قد يكون لتناول كوبين من القهوة قبل نحو ٦٠ دقيقة من بدء التمرين تأثير قوي لدى معظم الأفراد".

مراجعة شاملة لنتائج مراجعات سابقة

∻وكالات

سيطر فريق إطفائية المسجد الأقصى

المبارك، مساء الاثنين، على حريق شبّ 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

نشر موقع "ذا كونفرسايشن"

الأسترالي تقريرا تحدث فيه عن مدينة

لوس أنجلوس التي تمكن سكانها بسبب

انقطاع كبيرفي الطاقة جراء زلزال وقع

منذ خمسة وعشرين عاما من مشاهدة

مجرة درب التبانة لأول مرة. وقد أثار

هذا الأمر مسألة التلوث الضوئي الناجم

عن الإضاءة المفرطة التي يستعملها البشر

وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته

عربي ٢١"، إن التلوث الضوئي ينتج عن

مصادر الضوء الاصطناعية، لا سيما

مصابيح الشوارع واللوحات الإعلانية

والمصابيح الأمامية للسيارات. وهناك

نوعان رئيسيان من تلوث الضوء؛ المصدر

النقطي، وهو الضوء المنبعث مباشرة من

المصدر، والوهج السماوي الذي يتمثّل في

السماء فوق ربع مساحة الأرض العالمية

اليوم، حيث يعيش ٨٠ بالمئة من سكان

العالم، ومن ثمّ لم يعد بإمكان ثلث مجموع

البشر رؤية مجرة درب التبانة. ولطالما

كان هذا الكون شديد الظلمة في السابق،

ومن ثم أصبح البشر يعتمدون الضوء

الاصطناعي في الليل. وبغض النظر عن

دعا "المرصد المغربي لمناهضة

التطبيع"، أمس السبت، السلطات المغربية

إلى التدخل لمنع مشاركة راقصات

إسرائيليات بينهن متحولون جنسيا في

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

حفل بمدينة مراكش (جنوب المغرب).

وبين الموقع أن التلوّث الضوئي يغطى

انعكاس الضوء على السماء.

«تويتر» يوقف ١٠٠ ألف حساب على منصته

قالت شركة "تويتر"، 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، لاحقنا

فقط تغريدات محتمل أنها حملت إساءة بعدما تم إبلاغنا عنها. نحن نعلم أن هذا غير مقبول، وغير كاف". وأضافت: "لذا فإننا في وقت سابق من هذا العام، جعلنا أولويتنا اتخاذ نهج استباقي تجاه أي إساءة يمكن نشرها عن طريق تويتر، بالإضافة إلى الاعتماد على بلاغات الأشخاص".

«أخطر الطيور في العالم» يقتل مالکه فی منزّل بفلوریدا

قُتل 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

الأولية تشير إلى أنه كان "حادثا مأساويا".

هكذا تضامن آلاف الباكستانيين مع ضحايا مجزرة نيوزيلندا

تجمع آلاف الباكستانيين الذين ارتدوا الأبيض في إرهابي يميني عشرات الأشخاص في آذار/ مارس.

العشب على مسافة أمتار قليلة من المشاركين.

وعلى لافتة طويلة كتب "تضامن من باكستان مع أحمد علي رئيس المعهد الإسلامي، وهو المنظمة غير الحكومية وراء المبادرة: "يحمل المشاركون في التجمع

وقد وجهت إلى برينتون تارنت، وهو أسترالي في

وقضى غالبية الضحايا في مسجد النور وكان تسعة منهم من أصل باكستاني.

وقال نور حسن أحد المشاركين في الحدث لوكالة فرانس برس: "لقد عملنا بجهد كبير لتحقيق هذا المجسم. كان الأمر ممتعا وكنا مستعدين لأن نبقى

الأحكام المسبقة تجاههم بالنمسا

عرفت العديد من المدن النمساوية، السبت، تنظيم فعالية "تفضل أنا مسلم"، بهدف تقديم معلومات حقيقية عن المسلمين، والوقوف ضد الأحكام المسبقة تجاههم.

وأضاف أنهم لاقوا ردود فعل إيجابية، وأن السنوات الأخيرة.

مفادها، أنهم المجتمع النمساوي بحد ذاته، أكثر من كونهم جزءا منه. ولفت إلى أن زوار منصات الفعالية أعربوا عن حزنهم من هجوم نيوزيلندا الإرهابي، مبينا أن مثل هذه الفعاليات مهمة للحد من خطابات الكراهية وتعزيز العيش المشترك.

وفي ٢٩ آذار/ مارس الماضي، شهدت مدينة 'النور" و"لينوود"، في اعتداء دام خلف ٥٠ قتيلا.

الحمض المنوي من منزل الطبيب في إبريل/ نيسان ۲۰۱۷ بعد وفاته عن عمريناهز ۸۹ سنة.

وقال أحد هؤلاء الأطفال: "أخيرا انتهى هذا

وأضاف لهيئة الإذاعة الهولندية: "بعد ١١

سنة من البحث، أستطيع أن أواصل حياتي. وأشعر

طبيب استخدم سائله المنوى لإنجاب ٤٩ طفلا دون علم الأمهات

وبحسب ما أوردتــه صحيفة "إندبندنت"

بسعادة لأن كل شيء اتضح أخيرا". وأضاف أنه وإخوته غير الأشهاء، أصبحوا أصدقاء من خلال معركتهم القانونية وسيبقون على

الفصل، والأن أعرف أن كربات هو أبي".

وأغلقت عيادة الطبيب الهولندي في ٢٠٠٩ بسبب مزاعم تزويره بيانات، وتحاليل، وأوصاف متبرعين، وأنه تجاوز العدد المسموح به للتخصيب

من متبرع واحد وهو ستة أطفال.

مستشفى أمريكي يقاضي أميرا سعوديا تخلف عن الدفّع

∻وكالات

رفع مستشفى أمريكي دعوى قضائية على أمير سعودي، بعد أن امتنع عن دفع فواتير علاج طفلة تعانى 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

وتابع المستشفى بأن الأمير عبد الإله بن عبد العزيز بن عبد الرحمن الفيصل آل سعود، دفع فقط ٧٥٠ ألف دولار من تكاليف العلاج التي تستمر مدى الحياة، رغم موافقته على التكفل بالرعاية الصحية كاملة. ولم تذكر المستشفى التفاصيل حول الطفلة

المريضة، التي ترقد في مستشفى بوسطن للأطفال، وهو مؤسسة غيرربحية.

الجامعية، والالتحاق بعمل في مؤسسة حكومية،

إلا أن العمل لم يثنه عن صقل موهبته وتطوير هذه

النقش على البيض، راودته عندما كان يستخدم

محرك آلة تجفيف الشعر، لثقب شرائح دارات

الكترونية، أثناء مساعدة أحد أبنائه للقيام

بوظيفة مدرسية، في التسعينيات.

وفي حديث للأناضول، قال أر أوغلو، إن فكرة

الهواية، حيث أخذ يمارس أنواع الرسم المختلفة.

فنان ترکی ینقش علی بیض الدجاج باحترافية

∻و کالات

فضل الفنان التركي ناجي أر أوغلو، التفنن على بيض الدجاج الهش، بعد تفريغه، 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 آنداك، إلى قطع دراسته

الرجل وقد قتل من الطائر الذي يحتفظ به في بيته، إثر هجومه عليه، بعد أن وقع أرضا بشكل عرضي. وتم نقل الضحية، مارفين هاجوس، إلى المستشفى من المسعفين، حيث توفي متأثرا بجراحه. وقالت إدارة الشرطة إن الرجل أصيب بمخالب الطائر، وبأنها ما تزال تحقق في الحادث، لكنها تقول إن المعلومات

جانغ، وسط باكستان، لتشكيل صورة عملاقة لمسجد النور في كرايست تشيرتش في نيوزيلندا حيث قتل

وتظهر مشاهد صورت بطائرة مسيرة رجالا يلبسون الرداء التقليدي ويقفون في حقل أخضر فيما كتبت مجموعة أخرى بأجسادها عبارة "الإسلام

ووضع علمان ضخمان لباكستان ونيوزيلندا على

شهداء كرايست تشيرتش". وقال شهيب زاده سلطان

اليوم رسالة إلى العالم بأسره بأن الإسلام هو دين

وأوضحت هذه المنظمة أن ٢٠ ألف شخص شاركوا

الثامنة والعشرين ينادي بتفوق البيض، تهمة قتل ٥٠ شخصا ومحاولة قتل ٣٩ آخرين في هجومين نفذهما على مسجدين في نيوزيلندا في ١٥ آذار / مارس

مسلمون ينظمون فعالية ضد

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 أق قايا، للأناضول، إنهم يهدفون من خلال الفعالية بنسختها الرابعة هذا العام، إلى وقف معاداة المسلمين المتصاعدة في أوروبا، وتخفيف الضغوط عنهم، وتغيير وجهات النظر المبنية على الحكم المسبق تجاههم.

العديد ممن التقوهم أعربوا عن حزنهم من معاداة المسلمين المتزايدة في النمسا وعموم أوروبا خلال وأشار "أق قايا" إلى أنهم أرادوا إيصال رسالة

كرايست تشيرتش النيوزيلندية، هجوما إرهابيا بالأسلحة النارية والمتفجرات، استهدف مسجدي

أثبتت نتائج اختبار أجرتها الحكومة الهولندية، أن طبيبا متخصصا بعمليات التخصيب، استخدم سائله المنوي في تلقيح أمهات ٤٩ طفلا، دون علمهن. وكشفت نتائج التحليل، أن الطبيب الهولندي يان كربات، والذي توفي قبل عامين، خصب أمهات هؤلاء الأطفال في عيادته الخاصة بالقرب من مدينة

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

∻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"، إن العديد من الأباء والأمهات يحرصون على أن يقدموا الأفضل لأبنائهم ويكونوا مثاليين قدر الإمكان من خلال مساعدة أطفالهم على إنجاز واجباتهم المدرسية كل ليلة، وقراءة 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 الثناء كثيرا

على الطفل يعتبرمن بين المؤشرات التي تدل على أنك تفرط في رعايته. ففي حين أن الأطفال يحتاجون دعم أوليائهم وتشجيعهم، يميل بعض الأولياء إلى المبالغة في الثناء على كل ما يفعله أطفالهم ومكافأتهم عليه. ومن الطبيعي أن يحاول الآباء الثناء على أطفالهم عندما يكونون رضعا أو صغارا لتعلمهم مهارة جديدة مثل دخول الحمام لوحدهم أو لتصرفهم بطريقة لبقة، بيد أن هذا الأمر يصبح مبالغا فيه عندما تستمر في الثناء عليه حتى على فعل شيء أتقنه وكرره للمرة الألف.

وأورد الموقع، ثانيا، أن إعطاء الطفل الكثيرمن المكافآت المادية دليل على أن الأب أو الأم يدللان طفلهما كثيرا.

في وقت سابق من الشهر الجاري، توقيف

ويأتي الحفل في إطار مهرجان "بيلي" 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 تأتى بعد توقيف شبكة لتجنيس الإسرائيليين

يشار إلى أن السلطات المغربية، أعلنت

إسرائليين اثنين بشبهة تزوير وثائق إدارية وجوازات سفر. وأوقفت السلطات المغربية، في آذار/

مارس الماضي، عشرة أشخاص يشتبه في تورطهم بتزوير وثائق رسمية لصالح اسرائيليين، 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،

بغرض الحصول على جنسية المملكة ووثائق هويتها". وأضاف البيان إلى أن "الشبكة

الإجرامية يتزعمها مواطن مغربي يهودي الديانة، وتضم ثلاثة موظفين بالشرطة، وموظفين حكوميين اثنين، ومسؤولة تجارية بوكالة للأسفار، علاوة على ثلاثة أشخاص آخرين يشتبه في مشاركتهم في تسهيل ارتكاب هذه الأفعال الإجرامية". وأوضح أن "الشبكة تقوم بتزوير عقود

وينبغي أن تكون الإضاءة "أكثر دفئا"، من

خلال اعتماد المزيد من الألوان البرتقالية

وأوضح الموقع أنه بالنظر إلى حجم

وخطورة العواقب، فإن بعض أبحاث

التلوث الضوئي النادرة في أفريقيا، تكشف

أن هذه القارة هي إحدى أقل القارات

تلوثا بالضوء. لكن هذا الوضع يشهد تغيّرا

سريعا مع توسع البنية التحتية للإضاءة،

التي ترتبط ارتباطا وثيقا بالتنمية

الاقتصادية. وينطبق هذا الأمر بشكل

خاص على المناطق الريفية التي انتشرت

وفي الختام، ذكر الموقع أن التلوث

الضوئي هو محرك التغيير العالى 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

مهمّة من أجل ضمان عدم تأثير تطورها

الاقتصادي على صحة الإنسان والبيئة،

لكن أنجع طريقة لمنع التلوث الضوئي لا

فيها شبكات الكهرباء ومصابيح "ليد".

بدلا من استخدام طيف الضوء الأبيض.

الميلاد، لفائدة مواطنين يحملون الجنسية الإسرائيلية من أصول غير مغربية".

يتركا له المجال للقيام بما يتوجب عليه

فعله دون توجيه الأوامر له في كل مرة،

حتى يتعلم كيفية التصرف عندما لا يكون

وذكر الموقع، سادسا، أن تقديم

والداه معه في المنزل.

كيف تعرف ما إذا كنت ترعى أطفالك بشكل مفرط؟

دعوات لمنع مشاركة راقصات

إسرائيليات في حفل بمراكش

حريق في المصلى المرواني

داخل باحات المسجد الأقصى

التلوث الضوئى.. الجانب المظلم للإنارة

الناجمة عن التلوث الضوئي، تتسبب

في عرقل عملية الإفراز الطبيعية لهذا

الهرمون الحيوي، ويرتبط هذا التغيير

بالإصابة بالسمنة وانخفاض جودة النوم

ونظرا لأن الميلاتونين مضاد للأكسدة

ويمكنه إزالة النرات الحرة، فإن تعطيل

عملية إفرازه بسبب الضوء الاصطناعي

قد يزيد من خطر الإصابة بالسرطان،

وتشهد دورات الإضاءة الطبيعية اضطرابا

حادا بشكل خاص، بسبب استعمال

المصابيح ذات الصمام الثنائى الباعث

للضوء، المعتمدة عالميا وبشكل متزايد

بفضل كفاءتها في استخدام الطاقة، ولكن

عادة ما يتم تجاهل تأثيراتها السلبية على

الصحة. وأورد الموقع أن أحد التقارير

الحديثة التي نشرتها مجلة "ساينس

حددت خمس استراتيجيات رئيسية

لتقليل الإضباءة حول العالم، التي لن

تحدُ بالضرورة من فوائدها. ومن بين هذه

الاستراتيجيات تجنب استعمال الضوء

في المناطق التي لطالما كانت مظلمة سابقا،

والحرص على أن تكون شدة الإضاءة في

الإضاءة مباشرة على المنطقة التي نحتاج

لإنارتها فقط ونتجنبها حيثما أمكن ذلك،

إلى جانب ذلك، يجب أن تسلط

أدنى درجة يمكن استخدامها.

وضعف الذاكرة.

يدور عن حريق اندلع في غرفة الحراس

الخارجية لسطح 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

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 الزمنيّة.

الحيّة استخدمت السدورات 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

وأكد الموقع أن الإضباءة تؤثر سلبا

على البيئة؛ لأنها تـؤدي إلى تعطيل

دورات الضوء الطبيعي التي اعتادت عليها

الكائنات الحيّة. وتؤثر هذه التغيرات على

عملية تقسيم الوقت بين نشاط الحيوانات

وبحثها عن الغذاء، وكذلك تؤثر على

وأورد الموقع أن هناك أدلة متزايدة

على أن الإضاءة لها آثار سلبية على صحة

الإنسان؛ فالميلاتونين، على سبيل المثال،

هو الهرمون الذي ينظم أنماط النوم عند

الإنسان ويقع إفرازه تحت تأثير الضوء،

ولكن التغييرات في الأنظمة الضوئية

الصحة الفردية.

تخلُّف مجموعة من الأثار السلبية.

وأشار الموقع إلى أن العديد من الكائنات

القديمة في مدينة القدس المحتلة.



وفي الواقع، إن شراء لعبة للطفل حتى يتصرف بشكل لائق في متجر البقالة أو شراء حقيبة ظهر له دون مناسبة قد يجعله متطلبا وصعب الإرضاء. والتقليل من استهلاك الحلوى وعدد الأغراض والألعاب التي تشتريها لطفلك دون داع من شأنه أن يجعله يقدر حصوله عليها في مناسبات معينة، مثل عيد الميلاد وعيد

> وأشار الموقع، ثالثا، إلى أن عدم انتظار الكثير من الطفل من شانه أن يجعله مدللا. فبعض الأولياء يترددون في تحميل أطفالهم الكثيرمن المسؤوليات في ظل كثرة الأنشطة بعد المدرسة والواجبات المنزلية، فتجدهم يأخذون فعل كل شيء على عاتقهم. ولكن توقع القليل من أطفالك مقابل إعطائهم الكثير من المكافآت لا يمكن أن يعتمد سوى في المدرسة.

> وأفاد الموقع، رابعا، بأن تحميل الطفل القليل من المسؤوليات علامة تدل على أنك

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. وبتحميلهم مسؤوليات أكبر في كل مرة، سيتعود الطفل على التعويل على نفسه ويصبح شخصا مستقلا ويتعلم كيفية اتخاذ القرارات الصحيحة. ولكن يجب أن تفسر للطفل أن تحمل بعض المسؤوليات "ليس طاعة لما تقوله" وإنما لتعلم مشاركة المسؤوليات ولحظات المتعة مع العائلة.

نفس المهام مرارا وتكرارا للطفل يجعل منك والدا أو أمًا متغطرسة. ويجب أن يأخذ الوالدان بعين الاعتبار أنهما يربيان كائنات بشرية وليس روبوتات تنفذ كل ما تؤمر به بحذافيره. في المقابل، حتى يصبح الطفل مسؤولا ينبغي على الوالدين أن

تفرط في الاعتناء به. في المقابل، لابد من

وخلافا لما يتوقعه بعض الآباء، فإن ترك الطفل يرتكب بعض الأخطاء ويجربها بنفسه سيجعله أكثر حذرا وإدراكا لنتائج أفعالهم، مثل تجنب حرق أيديهم عند لمس شيء ساخن أو جرح أصابعهم. ومن خلال

وأشار الموقع، خامسا، إلى أن توجيه

متسخة في فمه.

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 الأباء مستقبلا يتدخلون في أدق تفاصيل حياة أبنائهم مثل اتخاذ القرارات عوضا عنهم، وقد يصل الأمر إلى درجة الحط من مجهودات الطفل بشأن نشاط ما فقط لأنه لم يستشر والديه أو ينل موافقتها على القيام به. ونوه الموقع، سابعا، بأن حرص الأباء على جعل أبنائهم يتجنبون ارتكاب الأخطاء يؤثر سلبا على سلوكهم.

وفي الختام، أشار الموقع إلى أنه يجب على الأباء تجنب المبالغة في رعاية أطفالهم والتدخل في حياتهم، والحرص على تشجيعهم. ومن خلال الحفاظ على التوازن في كيفية تعاملك مع طفلك سواء عند الثناء عليه أو إظهار مدى حبك له أو التدخل في بعض الشؤون ستضمن التمتع بعلاقة صحية معه. ولابد أن لا يبالغ الوالدان في حماية الطفل حتى يكون مستعدا للعالم الحقيقي وتحدياته

الوقوع سيتعلم الطفل كيف ينهض مجددا

بمضرده، وماذا يشعر عند لمس شراب

ساخن، وماذا يحدث له عند وضع ألعاب

۳ أندية تتصدر دوري الدرجة الأولى الأردني

اختتمت مواجهات الجولة الأولى من دوري الدرجة الأولى الأردني، وسط تطبيق بروتوكول صحي مشدد، حفاظا على السلامة

وحسم التعادل ١-١، مواجهتي السرحان ضد مغير السرحان، والصريح أمام الأهلي، فيما تعادل الطرة مع اتحاد الرمثا دون أهداف. وفاز بلعما على منشية بني حسن ١-٠، والعربي على دار الدواء، واليرموك على الكرمل بذات النتيجة.

ومع نهاية الجولة الأولى، تقاسمت فرق بلعما، اليرموك، العربي، صدارة الترتيب برصيد ٣ نقاط.

وجاء الصريح، مغير السرحان، السرحان، الأهلي، اتحاد الرمثا، والطرة بنقطة واحدة، وكفرسوم، دار الدواء، الكرمل ومنشية بني

وتنطلق الجولة الثانية، الأحد المقبل، حيث يواجه اتحاد الرمثا،

نظيره الصريح على ملعب الأمير هاشم، ودار الدواء ضد منشية بني حسن على ستاد الأمير محمد. ويوم الإثنين، يواجه الأهلي، نظيره السرحان على ملعب السلط،

ويضرب مغير السرحان موعدًا مع الكرمل على ستاد الأمير محمد وتختتم لقاءات الجولة، الثلاثاء المقبل، حيث يلتقي الطرة نظيره

كفرسوم على ملعب الأميرهاشم، فيما يشهد ستاد الأمير محمد، لقاء

فريقا ٦ يارد وعمان اف سي يتصدران دورى الناشئات

تصدر فريقا ٦ يارد وعمان اف سي، ترتيب فرق دوري الناشئات لكرة القدم، بعد ختام منافسات الجولة الرابعة التي أقيمت على ملاعب البولوفي مدينة الحسين للشباب.

مباريات المجموعة الأولى شهدت تفوق عمان على البتراء بنتيجة ٨ - ٠، وفاز ٦ يارد على الأرثوذكسي ٤ - ١، وتغلب الحسين على الراية

فيما شهدت نتائج المجموعة الثانية، فوز عمان اف سي على الأهلي ١١-٢، وتعادل الاستقلال مع القادسية بدون أهداف.

ومع انتهاء منافسات الجولة الرابعة ، حافظ ٦ يارد على صدارة المجموعة الأولى بـ ١٢ نقطة، تلاه الحسين ٩، الراية ٧، عمان ٥، والأرثوذكسي ١، والبتراء أخيرا دون نقاط.

في المقابل، استقرعمان اف سي بـ ١ ٢ نقطة متصدرا لفرق المجموعة الثانية، تلاه النصر ٦، القادسية ٢، الأهلي والاستقلال أخيرا ١.

وحسب تعليمات البطولة، تم تقسيم الضرق المشاركة إلى مجموعتين وفق نظام الدوري المجزأ من مرحلة واحدة، حيث يتأهل ٣ فرق من كل مجموعة للدور الثاني والذي سيقام أيضاً بنظام الدوري المجزأ بين الفرق الستة، ليحصل على اللقب الفريق الحاصل على أكبر

وتقام البطولة وسط تطبيق بروتوكول صحي مشدد حفاظا على

عبدالمنعم مدربا لفريق كفرسوم

قررت إدارة نادي كفرسوم التعاقد مع المدرب هشام عبدالمنعم، لتولي مهمة تدريب فريق كرة القدم، خلال منافسات دوري الدرجة

ووقع المدرب رسميا على كشوفات النادي، بانتظار مباشرة التدريبات مساء اليوم الخميس.

وأكد عبدالمنعم في تصريح لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، تقديم استقالته من تدريب فريق بلعما يوم الاثنين الماضي، قبل أن يوقع ليلة اول أمس رسميا على كشوفات نادي كفرسوم.

واضاف، "أن فريق كفرسوم يستعد الاسبوع المقبل، لبدء مشواره في دوري الدرجة الأولى، وأمل أن أنجح في قيادته للمنافسة على الصعود لدوري المحترفين".

عمر هاني: أسعى لتحقيق الإضافة مع غاباًلا الأذرى



أكد النجم الأردني عمر هاني أنه سيجتهد في سبيل تحقيق الإضافة المؤثرة مع فريق غابالا الأذري الذي وقع له مساء الأربعاء قادما من الدوري القبرصي.

وكتب هاني عبر حسابه في فيسبوك بعد توقيع العقد رسميا: بحمد الله وفضله وبعد عدة عروض، وقعتُ رسميا على كشوفات

وتابع: "غابالا أحد أندية المقدمة في أذربيجان، وله عدة مشاركات في الدوري الأوروبي، وبإذن الله ستكون خطوة جديدة في

وأكمل: "أسعى لأكون رقما مميزا مع الفريق الذي قدم كل ما بوسعه في سبيل التعاقد معي، سأجتهد في سبيل إسعاد الجماهير". وبدأ عمر هاني "٢٢ عاما" مسيرته الكروية مع الفيصلي قبل أن

ينتقل عام ٢٠١٩ إلى صفوف أبويل القبرصي. ويعتبر عمر هاني من اللاعبين المميزين حيث يمتاز بالمهارة والقدرة على صناعة الفرص وتسجيل الأهداف.

وتأسس نادي غابالا عام ١٩٩٥، وشارك في بطولة الدوري الممتاز ببلاده ۱۰ مرات، لكنه لم يتوج بأي منها باللقب.

وزير الشباب يفتتح حاضنة الابتكار الاجتماعي لاقليم الوسط



افتتح وزير الشباب محمد النابلسي، في مركز شباب العاصمة، حاضنة أعمال برنامج الابتكار الاجتماعي في إقليم الوسط ، ضمن البرنامج المنفذ من قبل الوزارة ومنظمة الأمم المتحدة للطفولة اليونيسف"، ومؤسسة نهر الأردن، وبدعم من شركة برنامج "بروسبيكتس" آفاق، التابع للحكومة الهولندية.

وقال النابلسي، بحسب بيان صحفي للوزارة إن الحاضنة تهدف إلى تمكين الشباب الأقل حظا في الأردن ليصبحوا قادرين على تحديد تحديات مجتمعاتهم

والخروج بحلول ريادية لمعالجتها.

وأكد النابلسي أن الوزارة تسعي لزيادة اعداد الحاضنات لتكون واحدة في كل محافظة بالمستقبل، مشيرا إلى أنها تقدم خدمات رائدة للشباب وتمكنهم من تنفيذ مشاريع تخدم مجتمعاتهم.

من جهتها، أشارت المدير العام لمؤسسة نهر الأردن إنعام البريشي، إلى أن للابتكار الاجتماعي يعد بعداً تنموياً وريادياً لا غنى عنه، تتعزز من خلاله قدرات الشباب في سعيهم لإيجاد حلول لتحديات اقتصادية واجتماعية تواجه مجتمعاتهم عبر تأسيس مشاريع ريادية مبتكرة تعزز من

بارالمبيك طوكيو: ترقب أردني لذهبية

مسك الختام عبر البطل أحمد الهندي

وتهدف الحاضنات إلى تعزيز شعور

مفهوم المواطنة والقيادة والحشد المجتمعي، ومهارات القرن الحادي والعشرين.

الشباب بالانتماء، وزيادة إحساسهم بالمسؤولية، وتزويدهم بمهارات التواصل والريادة كما أنها توفر دورات تدريبية عن الابتكار ، وريادة الأعمال الاجتماعية من خلال منهاج الابتكار الاجتماعي "UPSHIFT" كواحد من برامج ومناهج "اليونيسف"، والتدريبات التقنية اضافة الى انها توفر التمويل لبناء النماذج الأولية اللازمة وتطوير المشاريع لتصبح مستدامة تدر الدخل على اصحابها.

ثقتهما الكبيرة بانتزاع ميدالية ذهبية

وتحطيم الرقم العالمي، مشيدين بمتابعة

إدارة البعثة وما قدمته اللجنة البارالمبية

ومنذ وصوله إلى الدوري الإيطالي،

ليس هذا فحسب، فبالإضافة

٨١، بفارق ١٠ أهداف على الأقل عن أي

إلى لقب الهداف، أصبح أيضًا أول

من يحقق لقب الهداف في السيريا

آي والسدوري الإسسباني والسدوري

لاعب آخر.

وكانت البعثة الأردنية احتفت بإنجاز

عمل "الاسعافات الأولية".

وأهدافها واللجان المنبثقة عنها وعملها.

الحديثة، ورشة عمل حول الأمان الرياضي.

البرامج المتعددة، منها مشروع "الجودو" في المدارس.

يتنافس ٢٥ سائقا من الأردن وفلسطين، في سباق السرعة الثالث،

بطولة الخماسي العسكري لكرة

القدم تنطلق الأحد بمشاركة ٧ فرق

حدد الاتحاد الرياضي العسكري، الفترة من ٥ إلى ٣٠ الشهر

جاء ذلك خلال الاجتماع التنسيقي الذي عقد في مديرية الاتحاد

الرياضي العسكري، وتم فيه مناقشة ترتيبات البطولة التي تقام

وأكد الناطق الاعلامي للاتحاد الرياضي العسكري النقيب محمد

المناصير، في تصريح لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) أن البطولة تأتى

في اطار البطولات التي ينظمها الاتحاد الرياضي العسكري على مدار العام، والتي تصل تقريبا إلى ١٤ بطولة في مختلف الألعاب.

ورشة عمل للجنة التوعية

بالأمان الرياضي

أقامت لجنة التوعية التابعة للجنة الأمان الرياضي وبالتنسيق

وجاءت هذه الورشة ضمن الورشات التي تقيمها اللجنة الأولمبية الأردنية بالتعاون مع لجنة الأمان الرياضي وضمن الشراكة التي تجمع اللجنة الأولمبية والمدرسة الإنجليزية وتشمل عددا من

وشملت محاور الورشة التي قدمتها عضو لجنة التوعية ندين

ومن المنتظر أن تتبع هذه الورشة المزيد من الورشات المتعلقة

بالمجال الرياضي، منها ورشة عمل "تعليم القيم الأولمبية"، وورشة

سائقون من الأردن وفلسطين

يتنافسون في سباق السرعة اليوم

دواني، التعريف بالأمان الرياضي ولجنة التوعية بالأمان الرياضي

مع قسم التعليم في اللجنة الأولمبية الأردنية، في المدرسة الإنجليزية

منافساتها في صالة قصر الرياضة بمدينة الحسين للشباب.

الحالي، موعدا لتنظيم بطولة الخماسي العسكري لكرة القدم،

بمشاركة ٧ فرق، تمثل مختلف تشكيلات القوات المسلحة الأردنية

ويتكون السباق من ٣ جولات تقام على مسار النادي الذي يعتبر من أفضل المسارات وأصعبها بالنسبة للمتسابقين.

وأعلنت الأردنية لرياضة السيارات ان السباق يقام بدعم من

الذي يقام على حلبة نادي السيارات الملكي اليوم الجمعة.

شركة زين الأردن، ويخضع للبروتوكول الصحي الصارم المتبع ضمن إجراءات السلامة العامة بسبب جائحة كورونا.

ووفقا للتعليمات التكميلية للسباق، تجري اليوم الخميس عملية التدقيق الإداري والفحص الفني في ساحة التدريب بنادي السيارات الملكي، كما سيتدرب المتسابقون على المسار سيرا على الأقدام في حلبة السباق، ومن ثم الإعلان عن التصنيف النهائي وقائمة المشاركين المسموح لهم المشاركة في السباق.

١٠ محترفين في معسكر الأولمبى السورى بالأردن

قرر الجهاز الفني للمنتخب الأولمبي السوري، دعوة ١٠ لاعبين محترفين في أوروبا، لحضور المعسكر الخارجي بالأردن، والذي ستخلله مباراتين وديتين، مع نظيره الأردني، الأسبوع المقبل.

وأكد رأفت محمد المدير الفني للأولمبي السوري، أن المحترفين سيتم اختبارهم ومنحهم الفرصة الكاملة في أكثر من مباراة، ومعسكر قبل حسم ضمهم النهائي للمنتخب.

وكشف محمد أن لعب وديتين مع الأردن مهم للغاية، لاختبار اللاعبين ولكشف الأخطاء بعد عدة معسكرات محلية ووديتين مع

ومن المتوقع وصول المنتخب الأولمبي السوري، اليوم الأربعاء، للعاصمة الأردنية عمان.

وكانت لجنة المحترفين باتحاد الكرة السوري رشحت أكثر من ٢٠ لاعبا من أصول سورية أو محترفين بالدول العربية وأوروبا، ليختار المدير الفني للأولمبي السوري ١٠ لاعبين.

بنزیما: مبابي سیلعب یوما لریال مدرید



أكد الفرنسي كريم بنزيما، مهاجم ريال مدريد، أن مواطنه كيليان مبابي نجم باريس سان جيرمان، سيلعب يوما بقميص الميرنجي. وحاول ريال مدريد الظفر بخدمات مبابي، قبل نهاية سوق

الانتقالات الصيفية الماضية، وتقدم بعرضين، لكن رفضت إدارة البي أس جي التخلي عن النجم الشاب.

وقال بنزيما، عقب تعادل فرنسا والبوسنة، بهدف لمثله بالتصفيات المؤهلة للمونديال: "أنا ومبابي نتفهم بعضنا البعض جيدًا داخل وخارج الملعب، وبالتأكيد أود أن يكون معي في ريال مدريد، لأنه أفضل

وأضاف خلال تصريحات نقلتها صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية: "لكن يجب احترام نادي مبابي الحالي، وأنا متأكد أنه سيلعب في يوم من الأيام لريال مدريد".

وعن التعادل مع البوسنة، أوضح: "كنا نرغب في الفوز بهذه المباراة أمام جماهيرنا، وفي الشوط الأول قدمنا أداء جيدًا، وفي الشوط الثاني بعد طرد كوندي تراجعنا قليلًا، وهو أمر طبيعي حين نلعب منقوصين العدد".

جماهير يوفنتوس تهاجم يوفنتوس يسجل ١٠٠ هدف على الأقل مجموعة ألتراس تاريخية بالنادي، في جميع المسابقات في مواسمه الثلاثة شنت جماهير يوفنتوس، هجومًا

سجل أهدافًا أكثر من أي لاعب آخر:

ستاديوم بتورينو، الخاص بالفريق، تهاجم فيها الإدارة.

وذكـر موقع "توتو ميركاتو"

وكان رونالدو أول لاعب في تاريخ

العلاقات مع الجماهير.

قامت بتعليق لافتات خارج ملعب أليانز على إدارة النادي بعد رحيل أهم لاعبي

لافتة كُتب عليها: "الفريق تم مثالية"، في إشارة لرئيس النادي أندريا أنييلي، وألبرتو باريتو، مدير يوفنتوس المستؤول عن

تاريخي بحصول الرباعين عمر قرادة، الحراسيس. وتشير التوقعات والأرقام إلى وعبد الكريم خطاب وجميل الشبلي على قدرة هندي الصعود إلى منصة التتويج ٣ ميداليات ذهبية في رفع الأثقال مقابل

الألعاب البار المبية.

٣٤، الساعة الثالثة فجر الأحد المقبل

ويحمل اللاعب البارالمبي أحمد هندي الرقم القياسي العالمي بمسابقة دفع الكرة الحديدية، بإشراف مدربه الوطني محمد بطلا في أول ظهور له على مستوى دورات

لدورة الألعاب البارالمبية (بارالمبيك طوكيو ٢٠٢١)، بذهبية منتظرة للبطل البارالمبي الأردني أحمد هندي في دفع الكرة الحديدية فئة ٣٤.

> ووفقا لبيان صحفي صادر عن اللجنة البارالمبية تأتى مشاركة أحمد هندي في دفع الكرة الحديدية فئة

الفريق، البرتغالي كريستيانو رونالدو،

هداف اليوفي السابق.

مانشستريونايتد الإنجليزي.

الإيطالي، أن مجموعة الفايكنج، وهي

تتطلع بعثة اللجنة البارالمبية الأردنية، بتوقيت عمان. الى مسك الختام لمشاركتها بالنسخة الـ ١٦

ميدالية برونزية لبطلة كرة الطاولة ختام وأكد هندي والحراسيس من طوكيو،

الإدارة بعد رحيل كريستيانو

ورحسل رونسالسدو عسن صيضوف يوفنتوس، في الأيام القليلة الماضية بعد ٣ سنوات قضاها بقميص السيدة العجوز، للانضمام لصفوف نادي

وأضساف أن الجماهير علقت تدميره، أنييلي وباريتو كارثة الأمم المتحدة تخصص ١٠ ملايين

دولار لتأمين الوقود لمستشفيات

ومحطات مياه في لبنان

أعلنت الأمم المتحدة على موقعها الإلكتروني، تخصيص عشرة

وقال الأمين العام المساعد لمكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون

الإنسانية مارتن غريفيث في تغريدة إن "الشح في الوقود والكهرباء

يهدد خدمات الصحة والمياه الأساسية في كامل لبنان، ما يضع آلاف

العائلات في خطر مواجهة أزمة إنسانية"، وبناء عليه، ستخصّص

الأمم المتحدة، ستة ملايين دولار لمساعدة "٦٥ مستشفى في لبنان

فضلاً عن منشآت صحية أساسية وصيدليات ومستودعات تخزين

لضمان "استمرارية" خدمات صحية والمياه والصرف الصحي،

ويتضمن ذلك تأمين المحروقات لأربع محطات ضخ مياه تخدم أكثر

من ثلثي السكان في بيروت والبقاع شرق وجنوب البلاد وشمالها. ومن شأن هذه المساعدة أن تدعم ٣ر٢ مليون شخص عبر ضمان "أن يكون هناك ما يكفي من وقود لاستمرار عمل محطات المياه في

ورصدت الأمم المتحدة كذلك أربعة ملايين دولار لتأمين الوقود

ملايين دولار من أجل شراء الوقود لمستشفيات ومحطات المياه في

لبنان، الذي يمر في أزمة اقتصادية صعبة، بحسب نيويورك تايمز.

عملية عسكرية ضد داعش بالموصل وقتيلان في كركوك

أطلقت في العراق، الخميس، عملية عسكرية بمشاركة التحالف الدولي ضد الإرهاب في مدينة الموصل شمال بغداد. وقال مصدر عسكري لمراسل وكالة الانباء الاردنية (بترا) في بغداد، ان قوة نخبوية من قوات الجيش العراقي وجهاز مكافحة الإرهاب بمشاركة طيران التحالف الدولي، شنت هجوما واسعا ضد تمركز لتنظيم داعش الارهابي في جبال عطشانة غربي الموصل شمال بغداد. واضاف ان العملية أسفرت عن تنفيذ ضربات جوية عنيفة على أهداف منتخبة يقطنها عناصر التنظيم الارهابي، حيث كبدته خسائر بشرية كبيرة بالاضافة الى الخسائر في المعدات العسكرية. واوضح انه يتم حاليا عملية رفع الأنقاض لتحديد أعداد القتلى في صفوف الارهابيين. الى ذلك، وقعت اشتباكات، اليوم الخميس، بين القوات العراقية وعناصر تنظيم داعش، أسفرت عن مقتل إرهابي، وجندي عراقي. وقال مصدر في شرطة كركوك، إن قطعات الجيش والشرطة الاتحادية في ضواحي كركوك الغنية بالنفط، تعرضت في وقت سابق من صباح اليوم الخميس، لهجوم نفذه عناصر تنظيم داعش بأسلحة مختلفة.

عشرات المستوطنين المتطرفين يقتحمون الأقصى بحراسة شرطة الاحتلال

اقتحم عشرات المستوطنين المتطرفين اليهود الخميس، ساحات المسجد الأقصى المبارك - الحرم القدسي الشريف بمدينة القدس المحتلة. وقال شهود عيان لمراسل وكالة الانباء الاردنية (بترا) في رام الله، ان الاقتحامات نفذت بحراسة وحماية مشددة من شرطة الاحتلال الإسرائيلي الخاصة المدججة بالسلاح. واضافوا ان عشرات المستوطنين اقتحموا ساحات الأقصى من جهة باب المغاربة على شكل مجموعات صغيرة ونفذوا جولات مشبوهة، وأدوا صلوات تلمودية استفزازية في باحاته، وسط تضييق شرطة الاحتلال على المصلين لدخول المسجد من كافة أبواب الاقصى الخارجية والتدقيق في هوياتهم وحجز العديد منها لتأمين اقتحامات المستوطنين

غزة : اصابة صياد بجراح برصاص بحرية الاحتلال

اصيب صياد فلسطيني بجراح صباح الخميس، برصاص الاحتلال الاسرائيلي في بحر السودانية شمال قطاع غزة.

أعلنت وكالة الأمم المتحدة لغوث وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين

وقالت نقابة الصيادين في قطاع غزة، ان زوارق الاحتلال فتحت النار تجاه عدد من قوارب الصيادين في بحر السودانية شمالي القطاع، ما اسفر عن اصابة احد الصيادين بجراح في قدمه.

الأونروا توزع مساعدات على اللاجئين الفلسطينيين في لبنان

(الأونسروا)، أن المرحلة الأولى من توزيع المساعدات النقدية الإغاثية على اللاجئين الفلسطينيين في لبنان، ستبدأ اليوم الجمعة، وذلك تماشيا مع الاتفاق الذي تم التوصل إليه مع لجنة الحوار اللبناني الفلسطيني وهيئة العمل الفلسطيني المشترك في لبنان على أن تليها مراحل أخرى يُعلن عنها في حينها. وقالت الأونروافي بيان ان المرحلة الأولى ستشمل العائلات المسجلة لدى الأونروا، والتي لديها أطفال تتراوح أعمارهم بين سن الولادة و٥ سنوات والعائلات التي لديها أطفال تتراوح أعمارهم بين ٦ و ١٨ عامًا والمسجلين في مدارس الأونروا، والعائلات التي لديها اشخاصا من ذوي الإعاقة، والعائلات التي لديها اشخاصا يتلقون العلاج من أمراض السرطان والتلاسيميا والتصلب اللويحي وغسيل الكلي. وأكدت الأونروا التزامها بتلبية احتياجات لاجئي فلسطين في لبنان، وأنها تواصل العمل مع الشركاء المانحين لتأمين تمويل إضافي للاستجابة لحالة الطوارئ الحالية في

أطرافا بالسعي لجلب مرتزقة



الأمم

الرئيس التونسى يتهم

اتهم الرئيس التونسي قيس سعيد أطرافا لم يسمّها بمحاولة جلب مرتزقة من خارج البلاد، معتبرا أن هؤلاء يهدفون لإرباكه حتى يتراجع

عن مسار الإصلاح. جاء هـذا في تصريحات للرئيس التونسى خلال لقائه بعلى مرابط الوزير المكلف بتسيير وزارة الصحة في قصر

باتت تتكرر على نحو لافت ومقلق،

فعلى مدى الأيام القليلة الماضية، تم

وفي هذا السياق، أصدرت خلية الإعلام

الاعلان من قبل الجهات الأمنية العراقية،

عن القاء القبض على عدد من خاطفي

الأمني العراقي، الأربعاء بيانا جاء فيه

"بتنسيق استخباري عال المستوى تمكنت

القوات الأمنية في قيادة عمليات بغداد من

القاء القبض على ٣ متهمين بينهم امرأة،

كانوا يحاولون بيع طفل من سكنة محافظة

نينوى، وبعد كمين محكم نصب لهم في

منطقة الكرادة ببغداد تم القبض عليهم

بالجرم المشهود، حيث تمت إحالة المتهمين

إلى القضاء لينالوا جزاءهم العادل وفق

القانون". كما وألقت مكافحة إجرام بغداد

الأربعاء، القبض على عصابة كانت تعتزم

بيع طفل مقابل مبلغ ٤٠ ألف دولار أميركي،

حيث كشفت مفارز مكافحة إجرام بغداد/

قسم مكافحة جرائم الاتجار بالبشر

بالرصافة، عن وجود عصابة ضمن منطقة

الأعظمية تروم بيع طفل ومن ثم تهريبه

وفي يوم الاثنين الماضي، تمكنت شرطة

إلى محافظة نينوي.

الأطفال في مختلف المحافظات العراقية .

حوادث خطف الأطفال، من بينهم رضع،

والاتجار بهم عبر بيعهم من قبل عصابات

وشبكات متخصصة في مثل هذه الجرائم.

وقال الرئيس في اللقاء المصور المنشور على صفحة رئاسة الجمهورية بموقع فيسبوك: "سنبقى على العهد ما دام هناك نفس يتردد وقلب ينبض ولا نخاف في الحق لومة لائم".

وأضاف الرئيس التونسي "مهما كان الطرف الندي يناور أو يحاول أن يشتري بالأموال بعض المرتزقة الذين يأتون من

واتهم قيس سعيد الكثيرين بمحاولة

«أزمة خطيرة» تعصف بأطفال

العراق.. القلق يتصاعد بشدة

البحث عن مواقع داخل السلطة وعن كراسي الوزراء، معتبرا أن هؤلاء "همهم الوحيد الدولار والأورو وغيرها من العملات

وفي وقت سابق، قرر الرئيس التونسي تمديد العمل بالصلاحيات الخاصة التي منحها لنفسه قبل شهر عندما بدأ الحكم وفق مرسوم خاص بعد عزل رئيس الوزراء وتعليق عمل البرلمان ورفع الحصانة البرلمانية عن كل النواب.

الجامعة العربية تحمل الاحتلال المسؤولية الكاملة عن حياة الأسيرة الديك

دعت الجامعة العربية، منظمات ومؤسسات المجتمع المدني في دول العالم إلى تنسيق ومضاعفة جهودها وممارسة المزيد من الضغوط على سلطات الاحتلال للامتثال لأحكام وقواعد القانون الدولي. وفي هذا الاطار، حملت الجامعة العربية سلطات الاحتلال

المسؤولية الكاملة عن حياة الأسيرة أنهار الديك وطفلها المرتقب. وقال الأمين العام المساعد لشؤون فلسطين والأراضى العربية المحتلة بالجامعة العربية الدكتور سعيد أبو علي في تصريح صحافي، اليوم، إن الأمانة العامة تتابع بقلق بالغ معاناة الأسرى الفلسطينيين في سجون الاحتلال من كبار السن والمرضى والنساء وأمهات الأطفال، وخاصة مأساة الأسيرة أنهار الديك التي أوشكت على وضع مولودها خلال بضعة أيام في سجون الاحتلال في ظل غياب الرعاية الطبية الملائمة، الأمر الذي يتنافى كليا مع القيم الإنسانية والمبادئ والقواعد القانونية لحقوق الانسان.

وتوجهت الأمانة العامة إلى المنظمات الدولية في مجال حقوق الانسان والمرأة والطفل لتحمل مسؤوليتها والعمل على سرعة إطلاق سراح الأسيرة الديك لتتمكن من وضع مولودها خارج زنازين الاحتلال، امتثالا لأبسط معايير حقوق الانسان، والضغط على سلطات الاحتلال لإطلاق سراحها وجميع السجينات، خاصة الأمهات

أبوظبي تلغي الحجر الصحي للمطعمين القادمين من الخارج

أعلنت سلطات إمارة أبوظبي، الخميس، إلغاء الحجر الصحي للمطعمين من مواطنين ومقيمين وزوار القادمين من خارج الإمارات العربية المتحدة. وذكر المكتب الإعلامي لحكومة أبوظبي في تغريدة على حسابه الرسمي في تويتر: "لجنة إدارة الطوارئ والأزمات في إمارة أبوظبي تعتمد إلغاء الحجر الصحى لجميع المطعمين من مواطنين ومقيمين وزوار القادمين من خارج الدولة، وتحدث إجراءات السفر التي يبدأ العمل بها من يوم الأحد الموافق ٥ سبتمبر ٢٠٢١".

وتنص الإجسراءات الجديدة على إلىزام كافة المسافرين من

مطعمين وغير مطعمين، قبل الإقلاع إلى الإمارة، إبراز نتيجة سلبية لفحص مسحة الأنف (PCR) استلمت خلال ٤٨ قبل موعد الرحلة. وتحدد الإجراءات الجديدة الخطوات للمسافرين عند الوصول يسب الوجهة القادمين منها، إذ يتعين على المسافرين المطعّمين القادمين من وجهات القائمة الخضراء إجراء فحص مسحة الأنف (PCR) عند الوصول وآخر في اليوم السادس، بينما يتعين على السياح المطعمين القادمين من الوجهات الأخرى إجراء فحص مسحة الأنف (PCR) عند الوصول وفي كلاً من اليوم الرابع واليوم الثامن، في حال البقاء في الإمارة دون الحاجة إلى الحجر الصحي

وتضيف "على الحكومة والأجهزة محافظة البصرة من إلقاء القبض على الأمنية وضع حد عاجل وفوري، لتصاعد موجة خطف الأطفال وبيعهم وشرائهم، فأطفالنا هم أغلى ما نملك، وليس من المعقول

وأكدت وزارة الداخلية العراقية أن قسم مكافحة الإجرام في البصرة تمكن من كشف مكان تواجدها، والقبض عليها وبصحبتها ٤

وأوضحت أنه كان هناك رضيعان تتراوح أعمارهما بين الشهر لشهرين، في حوزة المتهمة، إضافة لطفلين آخرين، أكبرهما يبلغ من العمر ٤ سنوات، والآخر سنتين، ولا توجد مستمسكات ثبوتية للأطفال بحسب

ويشير تكرار هذه الحسوادث، سخط الرأي العام العراقى حيث بات المواطنون يخشون على أطفالهم، بفعل انتشار شبكات خطف الأطفال والاتجار بهم، كما تكشف تعليقاتهم في الشبكات الاجتماعية تصاعد وتيرة عمليات خطف الأطفال، من قبل عصابات بغرض بيعهم كما ولو أنهم سلعة ما.

وتقول المواطنة العراقية أم سامر في

متورطة بالاتجار بالبشر في محافظة البصرة أقصى الجنوب العراقي.

أطفال مخطوفين من قبلها.

الداخلية العراقية.

لقاء مع موقع "سكاي نيوز عربية": "بتنا نخاف على أولادنا حتى عند خروجهم للعب مع أقرانهم في الشارع الذي نسكن فيه أو الحديقة القريبة لمنزلنا، فتكرار حالات خطف الصغار ومن بينهم رضع حتى، يجب أن يدفعنا كأمهات وأولياء أمور لمضاعفة حرصنا على صغارنا".

حول لهم ولا قوة". ويتابع: "لا ندري أين الخلل بالضبط فهل هو في تقاعس الأجهزة الأمنية، أم في ارتضاع معدلات الجريمة بفعل تردي الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية، وكيف وصلنا لهذا الحد بأن يتم خطف أطفالنا

أن تتكرر حوادث خطف أطفال في عمر

عبد الغفور، في حديث مع موقع "سكاي نيوز

عربية": "أن يتم ضبط وكشف شبكتين

لخطف الأطفال في يوم واحد الأربعاء، هو

أمر مفزع وناقوس خطر، حيث ثمة ولا ريب

شبكات أخرى تعمل وتبيع وتشتري بصغار لا

من جهته، يقول الناشط الحقوقي أنس

الورود، هكذا دون حسيب ولا رقيب".

هكذا بكل دم بارد، والمسؤولية هنا برأيي تقع علينا جميعا وليس فقط على الجهات الحكومية المسؤولة، بل لا بد من تشريعات رادعة أكثر في مثل هذه الجرائم التي تغتال أرواحا بريئة، ولا بد كذلك من تضافر الجهود الأهلية والمجتمعية، في سبيل الحد من هذه الظاهرة، عبر تعزيز مسؤولية الأهل والجيران وأهالي الحارة الواحدة، في التعاون فيما بينهم، لحماية أطفالهم من

المتربصين بهم من شبكات إجرامية".

«زاید ۳».. تمرین بحری مشترك بين الإمارات ومصر

«صنعاء

حذر وزير الصحة العامة والسكان اليمني قاسم محمد بحيبح من توقف برامج الأمم المتحدة والوكالات الدولية باليمن الموجهة للجانب الصحي. وقال بحيبح في تصريح خاص لموقع "سكاي نيوز عربية" إن هذا التقليص سيؤدي إلى مزيد من القصورية الخدمات في ظل عدم كفاية الدعم الحكومي. وذكر الوزير بحيبح أن هذا التقليص للبرامج والأنشطة سيكون له أشر سلبي على قطاع الصحة خصوصا في ظل استمرار الحسرب وانتشار الأوبئة لاسيما وباء كوفيد-١٩، حيث مثل الدعم حينها دفعة قوية في مساندة القطاع الصحي.

يأتي تحذير الوزير ردا على إعلان عدد من الوكالات والمنظمات الدولية في اليمن تقليص برامجها وأنشطتها، اعتباراً من أول سبتمبر بسبب النقص الحاد في التمويل، خاصة في قطاعات الصحة والمياه.

وذكر منسق الشؤون الإنسانية في اليمن، ديفيد غريسلي، في بيان أنه "اعتباراً من سبتمبر ٢٠٢١، قد تعود بعض الوكالات إلى برامج التخفيض، بما في ذلك المياه والصحة وقطاعات أخرى؛ بسبب نقص التمويل".

مجموعة الصحة حتى الأن لا يتجاوز ١١ بالمئة من الأموال التي تحتاج إليها هذا العام، بينما تلقت مجموعة المياه والصرف الصحى والنظافة ٨ في المئة فقط من الأموال المطلوبة. فيما أشار عبدالله الدحان، نائب وزير الصحة اليمني، إلى العديد من المصاعب والإشكالات التي تواجه القطاع الصحي في اليمن بسبب توقف الدعم أو تقليصه إلى حد كبيرعن بعض البرامج المدعومة أمميا، والتي يتم تنفيذها بالشراكة مع وزارة الصحة العامة والسكان، مما أدى إلى إضافة مزيد

وكالات دولية باليمن تعلن تقليص

برامجها.. ووزير الصحة يحذر

وبحسب البيان الدولي فإن ما تلقته

من التعقيد للمشهد اليمني العام في قطاع الصحة. وقال الدحان في تصريح لـ "سكاي نيوز عربية" إن ما يضاعف من هذا التعقيد المواجهة المحتدمة مع الموجات المتكررة للجائحة العالمية، والتي أرهقت الكثير من دول العالم العظمى وغير العظمى، والتي تتطلب حشدا وتوفير الكثير من الإمكانيات المالية والبشرية والتقنية لاحتوائها والحد من آثارها المهيئة ناهيك عن الحفاظ على تقديم الخدمات الصحية الأساسية بمختلف

أنواعها ودرجاتها للمواطنين في مختلف

أنحاء البلاد ولو بالحدود الدنيا من مستويات

الجودة". ونوه إلى التحذيرات الأمهية من تداعيات نقص التمويل المقدم من المانحين، الأشقاء منهم والأصدقاء، عبر المنظمات الدولية التابعة للأمم المتحدة، لليمن ومنها منظمة الصحة العالية ومنظمة الطفولة (اليونيسيف) وصندوق الأمم المتحدة للسكان وبرنامج الغذاء العالمي وغيرها والتي تعمل بشكل فعال كشركاء للحكومة اليمنية ممثلة بوزارة الصحة العامة والسكان لمنع انهيار النظام الصحي في اليمن.

وقال: "نحن نعول كثيرا على مثل هذه التحذيرات الأممية التي يمكن أن تلفت انتباه المجتمع الدولي عامة والمانحين من الأشقاء والأصدقاء خاصة للوضع الإنساني القائم في اليمن واستمرار الحاجة للدعم". وتقول الأمم المتحدة إنها بحاجة للتمويلات الكافية لتوفير الوقود لضمان استمرار المرافق الصحية ومحطات المياه الحيوية في تقديم الخدمات المنقذة للحباة للايين الأشخاص في جميع أنحاء اليمن، حيث أن المالغ المخصصة حاليا لا تكفي سوى لثلاثة أشهر قادمة، لا سيما في الوقت الذي

يضغط فيه فيروس "كوفيد-١٩" على نظام

الرعاية الصحية اليمني المنهك بالفعل.

المشترك "زايد ٣"، الذي يقام على أرض الإمسارات، بمشاركة وحدات من القوات البحرية من دولة الإمارات وجمهورية مصر العربية، ويستمر لمدة ١٠ أيام. وذكرت وكالة أنباء الإمارات أن التمرين

يأتى ضمن "سلسلة التمارين المدرجة في الخطط التدريبية لجميع وحدات قواتنا المسلحة مع قوات الدول الشقيقة والصديقة وفي إطار التعاون والتنسيق وتبادل الخبرات العسكرية وامتدادا لتمرين "زايد ١" الذي جرى بين البلدين عام ٢٠١٤ وتمرين "زايد ٢" الذي جرى عام ٢٠١٧، في حين يشمل تمرین "زاید ۳" عام ۲۰۲۱ علی تمرین القوات البرية والقوات الجوية والدفاع الجوي بين البلدين الشقيقين".

ويهدف التمرين إلى استمرار تنمية وتعزيز علاقات التعاون العسكري بين القوات البحرية لدولة الإمارات والقوات البحرية لجمهورية مصر العربية وتبادل الخبرات في أسلوب تأمين المسرح البحري ضد التهديدات المختلفة والتدريب على العمل المشترك لتنفيذ المهام البحرية المختلفة



وتطوير التعاون في دمج وتوافق قدرات الوحدات البحرية الإماراتية والوحدات البحرية المصرية بهدف توحيد المفاهيم العملياتية والتعبوية بين الجانبين في جميع مراحل التمرين.

وتتخلل فعالياته العديد من التدريبات المشتركة والمناورات التكتيكية وفق تسلسل مجريات التمرين، الذي يأتي ضمن التدريب على الإبسرار البحري وحماية خطوط

المواصلات البحرية، إضافة إلى تبادل الخبرات مع القوات المسلحة المصرية لتحقيق الأهداف التي رسمتها قيادتا البلدين

وترتبط دولة الإمارات العربية المتحدة وجمهورية مصر العربية بعلاقات راسخة في كل المجالات وبينها التعاون العسكري الذي زادت من قوته من خلال إقامة مناورات

وتدريبات بين البلدين برا وبحرا وجوا.

