



بدء فعاليات مهرجان عمان عربيا ودوليا الخامس

عمان

بدأت مساء الجمعة، فعاليات مهرجان "عمان عربيا ودوليا" الخامس، الذي تنظمه في حداثق الحسين جمعية بقاء للثقافة والفنون بمشاركة فرق فنية وموسيقية من ١٢ دولة عربية وأجنبية.

ويشهد المهرجان الذي تستمر فعالياته خمسة أيام، العديد من العروض الغنائية والموسيقية والفنية التي تبدأ يومياً في ساحات حداثق الحسين الساعة السابعة مساءً إضافة إلى قيام الفنانين التشكيليين برسم اللوحات في ورشة فنية مفتوحة تبدأ يومياً من الساعة الثالثة عصراً.

وقال الدكتور حسين دغيمات، مندوب وزيرة الثقافة، إن المهرجان تظاهرة فنية متنوعة تضم أشكالاً متعددة من الفن والثقافة والموسيقى والتراث الثقافي والفن التشكيلي الذي يقدمه مشاركون من ١٢ دولة.

بدورها، قالت رئيسة جمعية بقاء للثقافة والفنون نسرين صبح، إن الجمعية تستكمل في النسخة الخامسة من المهرجان حراكها الثقافي، مشيرة إلى أن المهرجان يدمج مختلف أنواع الفنون في مكان واحد ومن ثقافات مختلفة، مؤكدة دور المجتمع المحلي في احتضان الفكر الفني لخلق البيئة الواعدة للأجيال واطلاق الابداعات.

تابع ص٢

بريطانيا تصدر قرارها بشأن تسليم أسانج إلى أميركا

لندن

تعترم المملكة المتحدة تسليم مؤسس موقع ويكيليكس، جوليان أسانج إلى الولايات المتحدة بعد موافقة وزارة الداخلية البريطانية على طلب واشنطن.

وأعلنت وزارة الداخلية البريطانية أن وزيرة بريتي باتيل وافقت على طلب الولايات المتحدة تسليمها جوليان أسانج الذي تلاحقه واشنطن بتهمة تسريب كميات كبيرة من الوثائق السرية.

وقالت وكالة الصحافة الفرنسية عن ناطق باسم وزارة الداخلية البريطانية قوله إن الوزيرة بريتي باتيل "ستوقع أمر التسليم في حال عدم وجود أي دواع تمنع صدوره".

وأمام أسانج مهلة ١٤ يوماً لاستئناف القرار.

على الجانب الآخر، دان موقع ويكيليكس، توقيع وزيرة الداخلية البريطانية قرار تسليم مؤسسها جوليان أسانج للولايات المتحدة معتبراً أنه "يوم مظلم لحرية الصحافة"، وأعلن أنه سيستأنف القرار.

وكتب "ويكيليكس" على تويتر "وافقت وزيرة الداخلية البريطانية (بريتي باتيل) على تسليم ناشر ويكيليكس جوليان أسانج إلى الولايات المتحدة حيث قد يواجه حكماً بالسجن لمدة ١٧٥ عاماً". وأضاف أنه "يوم مظلم للصحافة وللديمقراطية البريطانية وسيتم استئناف القرار".

تابع ص٧

الجزائر.. الحبس لـ ٣ من أكبر المؤثرين على مواقع التواصل

وكالات

قضت محكمة جزائرية بالحبس سنة مع النفاذ بحق ثلاثة من أكبر المؤثرين على شبكات التواصل الاجتماعي، بتهمة المشاركة في الاحتيايل على ٧٥ طالباً دفعوا أموالاً من أجل الدراسة في أوكرانيا قبل الحرب في أوكرانيا.

ويحسب وسائل إعلام محلية فإن محكمة الدار البيضاء بالضاحية الشرقية للعاصمة الجزائرية دانت المؤثرين نوميديا لزول وهاروق بوجلمين المعروف بـ "ريفكا" ومحمد أركان المعروف بـ "ستانلي" بـ "بعقوبة" عام حبساً نافذاً وغرامة مالية قدرها ١٠٠ ألف دينار (نحو ٦٥٠ يورو).

وهي العقوبة نفسها التي طالبت بها النيابة خلال المحاكمة التي جرت يومي ٩ و١٠ يونيو، بعد أكثر من خمسة أشهر من الحبس المؤقت للمتهمين وعدة تأجيلات.

واتهم الثلاثة بالمشاركة في الاحتيايل من خلال إعلانات مدفوعة قاموا بها عبر حساباتهم على مواقع التواصل الاجتماعي التي يتابعها ملايين الشباب لصالح شركة لتسويق للدراسة في أوكرانيا وروسيا وتركيا، كما أفادت النيابة عند بداية القضية في يناير.

وجاء في الإعلانات أن الشركة تتكفل بكل إجراءات الدراسة من خلال توفير التأشيرات وتذاكر السفر والتسجيل في الجامعة، لكن الطلاب الضحايا وعددهم ٧٥ تفاجأوا عند وصولهم إلى أوكرانيا بأن تأشيراتهم لا تسمح لهم بالدراسة بينما لم يتم السماح للعديد من الطلاب بدخول البلاد.

قصف تركي لاجتماع قادة كبار من «الكرديستاني» شمال العراق

وكالات

قصفت تركيا الأربعاء في العراق، مركزاً لحزب العمال الكردستاني كان يجتمع فيه قادة كبار، من الحزب، حسبما أفادت الخميس قناة «تي آر تي» خبر، التلفزيونية التركية الرسمية.

واستناداً إلى القناة التي لم تذكر أي مصادر، استخدمت أنقرة "طائرات مسيرة مسلحة" لاستهداف مبنى "يستخدم مجتمعا لحزب العمال الكردستاني" في سنجار، وذلك خلال عملية نفذها الجيش والاستخبارات التركياني بشكل مشترك. وأضافت القناة أن "قادة كباراً" من حزب العمال الكردستاني كانوا في اجتماع وقت الضربة وأنه جرى تحييد "سنة إرهابيين"، حسب تعبيرها.

٣ شهداء و١٠ إصابات برصاص الاحتلال الإسرائيلي في جنين ٥٠ ألفاً يؤدون صلاة الجمعة في رحاب الأقصى



القدس المحتلة

أدى عشرات الآلاف، صلاة الجمعة في المسجد الأقصى المبارك، رغم الإجراءات العسكرية المشددة التي فرضتها سلطات الاحتلال الإسرائيلي على أبواب ومداخل البلدة القديمة في القدس المحتلة.

وقدرت دائرة الأوقاف الإسلامية بالقدس، بأن نحو ٥٠ ألف مصلى أدوا صلاة الجمعة في رحاب الأقصى، من الضفة بما فيها القدس المحتلة، وداخل أراضي العام ٤٨، في جمعة "مراجطون رغم الإبعاد".

وانتشرت قوات الاحتلال في شوارع المدينة ومحيط الأقصى، وتمركزت عند بواباته، وأوقفت المصلين ودققت في بطاقتهم الشخصية، ومنعت العشرات من دخول المسجد، حسبما ذكرت وكالة الأنباء الفلسطينية.

وانطلقت دعوات مقدسية وشبابية

للحشد والمشاركة في صلاتي الفجر والجمعة في المسجد الأقصى المبارك، نصرة للمعتدين عنه. واستشهد فجر الجمعة في مدينة جنين شمال الضفة الغربية ثلاثة شبان فلسطينيين على يد قوات الاحتلال الإسرائيلي.

وقالت مصادر محلية وشهود عيان لوكالة الأنباء الفلسطينية (وفا)، إن قوة احتلالية خاصة تسللت إلى الحي الشرقي من مدينة جنين، واطلقت وإبلا الرصاص الحي باتجاه المركبة التي كان يستقلها الشبان الثلاثة، ما أدى إلى استشهادهم على الفور.

وأضافت المصادر ذاتها، أن موجبات عنيفة اندلعت في المكان، أطلق خلالها جنود الاحتلال الأعيرة النارية باتجاه الشبان ما أدى إلى إصابة ١٠ منهم، تم نقلهم إلى المستشفى لتلقي العلاج.

وأدانت الرئاسة الفلسطينية الجريمة البشعة التي ارتكبتها الاحتلال الإسرائيلي في مدينة جنين باغتتيال ثلاثة شبان فلسطينيين، فجر الجمعة، وإصابة عشرة مواطنين آخرين.

وقالت الرئاسة الفلسطينية في بيان لها، إن الحكومة الإسرائيلية تتحمل مسؤولية هذا التصعيد الخطير الذي يدفع بالنتيجة نحو التوتر وتضجر الأوضاع.

وأضافت الرئاسة الفلسطينية، أن هذه الجريمة التي ارتكبتها قوات الاحتلال الإسرائيلي تأتي قبيل زيارة الرئيس الأميركي جو بايدن للمنطقة في محاولة منها للتهرب من أي استحقاق سياسي.

وأشارت إلى أن هذه الجريمة البشعة وغيرها من الجرائم هي الرد الإسرائيلي على الطلب الأميركي بوقف التصعيد.

تابع ص٧

احتجاجات غاضبة في الهند بسبب نظام التجنيد الجديد



نيودلهي

قالت الشرطة الهندية إن محتجين رشقوا الشرطة بالحجارة وأضرموا النار في قطارات، اليوم الجمعة، مع احتدام الاحتجاجات على نظام التجنيد العسكري الجديد اليوم الثاني.

وقام الآلاف من الشباب الغاضب بأضرام النار في عربات قطارات ومركبات، وإغلاق طرق سريعة ومهاجمة الشرطة بالحجارة احتجاجاً على نظام التجنيد الجديد.

واستخدمت الشرطة هراوات والغاز المسيل للدموع لتفريق المحتجين في ولايات بيهار وماديا براديش وراجستان حيث نزل المتظاهرون إلى الشوارع وألقوا أضراساً بالمباني الحكومية، وفقاً للأوسشيتد برس.

وأعلنت حكومة رئيس الوزراء ناريندرا مودي، هذا الأسبوع، عن إصلاح في نظام التجنيد للقوات المسلحة التي يبلغ قوامها ١,٢٨ مليون جندي يهدف إلى خفض متوسط سن الأفراد وتقليص الإنفاق على معاشات التقاعد، وفقاً لرويترز.

غير أن العديد من المهندسين المحتملين يعترضون قائلين إنه ينبغي السماح لهم بالخدمة لمدة تزيد على ٤ سنوات.

وبموجب برنامج الوظائف الجديد الذي أعلنه وزير الدفاع الهندي راجنات سينغ هذا الأسبوع، يمكن للقوات المسلحة هذا العام تجنيد ٤٦ ألف شاب وفتاة في الفئة العمرية من ١٧,٥ إلى ٢١ عاماً ولكن لمدة ٤ سنوات فقط. وسيتم إحالة ٧٥٪ منهم للتقاعد إجبارياً بعد ٤ سنوات من دون معاشات تقاعدية.

وواجهت الحكومة انتقادات من بعض

الجنود المتقاعدين وزعماء المعارضة، وبعض أعضاء حزب بهاراتيا جاناتا الحاكم، الذي يتزعمه مودي.

وتقول أحزاب المعارضة إن النظام الجديد سيؤدي إلى مزيد من البطالة المرتفعة بالفعل.

وكتب الجنرال العسكري المتقاعد جي دي باكشي على تويتر "اعتقدت في البداية أنها كانت تجربة يتم إجراؤها على أساس تجريبي. هذا تغيير شامل لتحويل القوات المسلحة الهندية إلى قوة شبه مجندة لفترة قصيرة.. حث راهول غاندي، زعيم حزب المؤتمر المعارض، الحكومة على الاستماع إلى صوت الشباب العاطل عن العمل في البلاد.. وأطلقت الشرطة أعيرة نارية في الهواء، أمس الخميس، لتفريق حشود رشقتها بالحجارة في ولاية هاريانا

القطارات لعدة ساعات.

حجاي يعلن الانتهاء من تصوير مسلسل أكباده المهاجرة

عمان

أعلنت مؤسسة حجاي للإنتاج والتوزيع الفني، الانتهاء من تصوير مسلسل أكباده المهاجرة الذي سيتم عرضه على محطات التلفزيون العربية في رمضان المبارك.

والسلسل الذي تسرد أحداثه حكاية درامية رومانسية ملحمية تشويقية للكاتب الدكتور سليمان أبو شارب ومن إخراج ليث حجاي وإنتاج منفذ عدي حجاي ومن تمثيل نخبة كبيرة من نجوم الأردن.

وقال الرئيس التنفيذي للمؤسسة المنتج عصام حجاي لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، إن أحداث مسلسل "أكباده المهاجرة" تسرد حكاية درامية رومانسية ملحمية تشويقية واستمر تصويرها ٤ شهور في منطقة سد الملك طلال.

وأشار حجاي إلى أنه شارك بالعمل نخبة من النجوم الأردنيين منهم: صفاء سلطان ومحمد المجالي وعبيد عيسى ومحمد العبادي وجوليت عواد وجميل براهمة وناريمان عبد الكريم ومحمد الضمور وسهير فهد وشاكر جابر ورائيا فهد ومنيا وعمر الضمور ووسام البريحي وكاترين.

كما شارك في المسلسل، هيا عبد الفني وعمر حلمي ونجم الزواهرة وعبد الكريم الجراح وكرم الزواهرة ومحمد الجيزاوي ودانا خوري وربيع زيتون وتالا الجلو وأحمد عشان وديما سحويل وخالد زماميري وجولي وعلي الجراح ووليد الجيزاوي ورفعت النجار، وعبدالله المجالي وآخرون.

تابع ص٢

مديريات الشباب تنفذ أنشطة متعددة في المحافظات

عمان

واصلت مديريات الشباب والمراكز التابعة لها تنفيذ الجلسات التوعيفية والأنشطة الشبابية والثقافية والصحية وجاها عبر وسائل الاتصال الحديثة.

ووفقاً لبيان وزارة الشباب الجمعة، نفذت مديرية الاتصال الشبابي في وزارة الشباب، بالتعاون مع جامعة الطفيلة التقنية جلسة حوارية بعنوان "العنف ضد المرأة المبني على النوع الاجتماعي"، بمشاركة ٨٠ مشاركاً ومشاركة.

وأشار مدير الاتصال الشبابي محمد الجعافرة، خلال الحوارية، إلى أهمية المشاركة والوصول لجميع مناطق المملكة، بهدف توعية المجتمع حول حقوق المرأة والقوانين والمواثيق التي تحميها في جميع أشكال العنف المبني على النوع الاجتماعي.

من جهته، أكد عميد شؤون طلبة الجامعة الدكتور محمد المحاسنة، أهمية التنشئة الثقافية الصحيحة والتربية السليمة والمناهج المرتكزة على الأخلاق والمبادئ لتشكيل الشخصية والبنية السليمة لتبني العنف.

ونظمت مديرية المراكز الشبابية والكشافة بالتعاون مع مكتب جائزة سمو الأمير الحسن بن طلال عبر وسائل الاتصال المرئي، دورة لقيادة جائزة الحسن للشباب على استخدام سجل الجائزة المحوسب والرحلات الافتراضية والتقييم الإلكتروني.

ونفذ مركز شباب عنجرة دورة تدريبية بعنوان "تأسيس فرقة كشرية"، تمثل الفرق الكشفية في المركز من حيث البرامج والأنشطة، بمشاركة ٢٠ كشافاً ضمن الفئة العمرية من ١٢ إلى ١٤ عاماً.

تابع ص٢

نجاح عملية زراعة كلى لشاب في البشير



عمان

قال أخصائي باطني كلى الدكتور عباس القطرانة، إن مستشفيات البشير استأنفت عمليات زراعة الكلى وأجرت بالأمس عملية زراعة كلية لشاب عمره ١٩ عاماً كان يعاني من فشل كلوي منذ عامين.

وذكر القطرانة في بيان أن الشاب خضع أمس لعملية زراعة كلية تبرع بها والده وتكلت بالنجاح وما زال المريض يرقد على سرير الشفاء ويخضع للإشراف الطبي.

وقد أشرف على الحالة أخصائي باطني كلى الدكتور القطرانة وأجرى العملية كل من استشاري أول أمراض الكلى الدكتور نبيل العكش، واستشاري أول كلى الدكتور عدنان أبو طير، وأخصائي جراحة الأوعية الدموية الدكتور مأمون القريوتي، وأخصائي جراحة كلى الدكتور سامر الجيزاوي بالإضافة إلى أطباء وكوادر التمريض.

تابع ص٢

حجاوي يعلن الانتهاء من تصوير مسلسل أكباد المهاجرة

عمان

أعلنت مؤسسة حجاوي للإنتاج والتوزيع الفني، الانتهاء من تصوير مسلسل أكباد المهاجرة الذي سيتم عرضه على محطات التلفزة العربية في رمضان المبارك.

والسلسل الذي تسرد أحداثه حكاية درامية رومانسية لمحلية تشويقية للكاتب الدكتور سليمان أبو شارب ومن إخراج ليث حجاوي وإنتاج منفذ عدي حجاوي ومن تمثيل نخبة كبيرة من نجوم الأردن. وقال الرئيس التنفيذي للمؤسسة المنتج عصام حجاوي لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، إن أحداث مسلسل "أكباد المهاجرة" تسرد حكاية درامية رومانسية لمحلية تشويقية واستمر تصويرها ٤ شهور في منطقة سد الملك طلال.

وأشار حجاوي إلى أنه شارك بالعمل نخبة من النجوم الأردنيين منهم: صفاء سلطان ومحمد المجالي وعبيد عيسى ومحمد العبادي وجوليت عواد وجميل براهيمه وناريمان عبد الكريم ومحمد الضمور وسهير همد وشاكر جابر ورانيا همد ومنيا وعمر الضمور ووسام البريحي وكاترين.

كما شارك في السلسل: هيا عبد الغني وعمر حلمي ونجم الزواهره وعبد الكريم الجراح وكريم الزواهره ومحمد الجيزاوي ودانا خوري وربيع زيتون وتالا الحلو وأحمد عشان وديما سحويل وخالد زماميري وجولي وولي الجراح ووليد الجيزاوي ورفعت النجار، وعبدالله المجالي وآخرون.

يذكر، أن المنتج حجاوي أنتج العديد من المسلسلات التي تعنى بالدراما الأردنية من أبرزها: "على بعد مسافة من الحب"، و"هند"، و"نشيات من البادية" و"ذباب"، و"هباب الريح" على المنصة العالمية VU، ومعظمها تم عرضها عبر الشاشات العربية.

مديريات الشباب تنفذ أنشطة متعددة في المحافظات

عمان

واصلت مديريات الشباب والراكز التابعة لها تنفيذ الجلسات التعريفية والأنشطة التثاقفية والثقافية والصحية وجهايا وعبر وسائل الاتصال الحديثة.

ووفقا لبيان وزارة الشباب الجمعة، نفذت مديرية الاتصال الشبابي في وزارة الشباب بالتعاون مع جامعة الطفيلة التقنية جلسة حوارية بعنوان "العرف ضد المرأة المبني على النوع الاجتماعي"، بمشاركة ٨٠ متشاركة ومشاهدة.

وأشار مدير الاتصال الشبابي محمد الجعافرة، خلال الحوارية، إلى أهمية المشاركة والوصول لجميع مناطق المملكة، بهدف توعية المجتمع حول حقوق المرأة والقوانين والمواثيق التي تحميها في جميع أشكال العنف المبني على النوع الاجتماعي.

من جهته، أكد عميد شؤون طلبة الجامعة الدكتور محمد الحاسنة، أهمية التنشئة الثقافية الصحية والتربية السليمة والمنهج المرتكزة على الأخلاق والمبادئ لتشكيل الشخصية والبنية السليمة لنبد العنف.

ونظمت مديرية مراكز الشباب والكشافة بالتعاون مع مكتب جائزة سمو الأمير الحسن بن طلال عبر وسائل الاتصال الرئي، دورة لقيادة جائزة الحسن للشباب على استخدام سجل الجائزة الحوسب والرحلات الافتراضية والتقييم الإلكتروني.

ونفذ مركز شباب عنجرة دورة تدريبية بعنوان "تأسيس فرقة كسفية"، تمثل الفرق الكسفية في المركز من حيث البرامج والأنشطة، بمشاركة ٢٠ كشافا ضمن الفئة العمرية من ١٢ إلى ١٤ عاما.

كما نفذ مركز شابات سوف، يوما طبيا مجانيا، بالتعاون مع ميدي كير كلينك، حيث اشتمل اليوم الطبي على عيادات متخصصة للأطفال، والنسائية، والجلدية، والطب العام، والعلاج الطبيعي، بالإضافة الى فحوصات مخبرية.

كما نفذ مركز شباب وشابات حي الأمير محمد التابع لمديرية محافظة الزرقاء، مبادرة شبابية بعنوان "معا من أجل الحماية"، بمشاركة واسعة من أعضاء المركز والأهالي المشاركين في البرنامج، واشتملت فعاليات المبادرة، على جلسات تعريفية وحوارية تفاعلية حول مفهوم العنف، وأسبابه، وأنواعه، وآثار العنف الصحية والاجتماعية على الفرد والمجتمع، بالإضافة إلى الحلول المقترحة للتعويض من العنف المجتمعي.

ونفذ مركز شابات الطيبة، ورشة عمل حول رعاية الأبناء، بمشاركة ٢٠ شابة من المركز، إذ اشتملت فعاليات الورشة، على وسائل الدخول إلى عالم الطفل، وفهم الاحتياجات الأساسية اللازمة له من أجل النمو والتطور السليم، بالإضافة إلى أهمية التواصل والحوار مع الأطفال، ومراعاة الفوارق الفردية، وتوجيه السلوك والاهتمام بصحتهم النفسية.

ونفذ مركز شباب البتراء، جلسة توعوية حول العنف ضد الأطفال، بمشاركة ٢٠ شابا من أعضاء المركز.

وتحدث رئيس فرع أحداث معان النقيب ركان الورارة، عن أنواع الإساءات التي قد يتعرض لها الطفل من الأهل والأقرباء وغيرهم، والتي بدورها تقعد الطفل الاحساس بالأمان الذي توفره الأسرة.

وأوضح الآثار المترتبة من جراء العنف على الطفل، ومنها العزلة والخلج وعدم مشاركة الآخرين بسبب الخوف، والتي بدورها قد تؤدي الى الانضمام الى جماعات منحرفة.

ونفذ مركز شابات ماركا أولى جلسات برنامج الشباب والسلام المجتمعي في مجال كسب التأييد من أجل السلام، بحضور ٣٠ متشاركة ومشاركة.

ونفذت مديرية شباب الفرق / مركز شباب الحمراء، يوما تطوعيا في ساحات المديرية ومجمع سمو الأمير علي بن الحسين الرياضي، بمشاركة ٢٠ شابا من أعضاء المركز.

ونفذ مركز شباب ناعور بالتعاون مع مديرية الأمن العام "دائرة مكافحة المخدرات"، نشاطا تمثل بتشكيل كلمة "لا للمخدرات"، تعبيراً عن رفضهم لهذه الظاهرة، ورسالة موجهة للشباب بالابتعاد عن هذه الظاهرة لغايات المحافظة على سلامتهم، لما لها من أضرار من النواحي الصحية والاجتماعية والاقتصادية.

يوم طبي مجاني بربابية الكورة اليوم

إربد

تنظم كلية الصيدلة في جامعة اليرموك بالتعاون مع هيئة شباب كلنا الأردن اليوم السبت، يوما طبيا مجانيا لأهالي مناطق بلدية رابية الكورة، بقاعة مدرسة سموع الثانوية للبنين.

وقال منسق المبادرة الدكتور علي حميدات لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، إن مبادرة اليوم الطبي والذي يقام من الساعة التاسعة صباحا لغاية الثالثة عصرا، تأتي ضمن حرص كلية الصيدلة بجامعة اليرموك على خدمة فئات المجتمع طبيا ولا سيما في المناطق الريفية. وأضاف أن اليوم الطبي سيكون بمشاركة نخبة تطوعية من الأطباء والصيدلة والأخصائيين والشركات والمراكز والختبرات الطبية، لافتا إلى توفر العديد من التخصصات الطبية ومن أبرزها:

الأطفال والباطني والعظام والنسائية والمسالك والقلب والجلدية والأنف والأذن والحنجرة، إضافة إلى الطب العام والصحة النفسية.

بني مصطفى تشارك في ورشة عمل الشبكة الوطنية للقيادات النسوية



وأكدت بني مصطفى أهمية دور الشباب الحيوي في المرحلة القادمة في الاتجاه نحو حياة ديمقراطية حزبية برامجية. كما أكدت أهمية الاستثمار في الأجيال القادمة لأهمية دورهم في التنمية المستدامة، لافتة إلى أهمية وجود الشباب في تأسيس الأحزاب، وأهمية ملكيتهم للمشروع السياسي الأردني.

واستعرضت بني مصطفى عددا من الرسائل السياسية والقانونية التي يحتويها قانون الأحزاب السياسية مثل، منع التعرض للطلاب في الجامعات بسبب معلميهم الحزبي، وإلى أهمية وجودهم في مواقع قيادية في الأحزاب وتمكينهم من الوصول للتمويل وموارد الحزب بصورة متساوية.

وأشارت بني مصطفى إلى تخفيض سن الترشح للانتخابات من ٣٠ إلى ٢٥ سنة، الأمر الذي سيؤدي إلى ضخ دماء جديدة في العمل العام.

تتميّلاً يعزز دور المرأة والشباب وذوي الإعاقة. كما أكدت بني مصطفى أهمية أن تتمكن المرأة، وفاء بني مصطفى، في ورشة عمل الشبكة الوطنية للقيادات النسوية (عليا) والتي أطلقتها مركز قلعة الكرك للاستشارات والتدريب، في إطار الجهود لدعم مشاركة الشباب والنساء في العملية السياسية.

وأشارت بني مصطفى إلى أهم التعديلات على قانوني الأحزاب السياسية والانتخاب ودورها في تعزيز المشاركة السياسية للمرأة، وتعزيز دورها في الأحزاب السياسية.

وأكدت أهمية الدور الذي تضطلع به الأحزاب السياسية في تعزيز مكانة المرأة في الحياة الحزبية وفي العمل السياسي، لافتة إلى أن قانوني الأحزاب والانتخاب سيؤديان إلى تعزيز الحياة الحزبية البرامجية في المملكة بشكل عام ويضمنان

إلى ذلك، شاركت الوزيرة بني مصطفى مع المحامي ساند كراجه في حفل إطلاق برنامج "مهده السياسية" لسنة ٢٠٢٢، اليوم الجمعة، والذي ينفذه العهد الهولندي للديمقراطية متعددة الأحزاب.

معهد العناية بصحة الأسرة يختتم حملات توعوية بمخاطر عمل الأطفال



الصحية الأسرية وحماية الأطفال، كما يقدم خدمات لضعافا التعذيب وإعادة تأهيل الناجين من العنف، ويعقد سنويا عددا كبيرا من الدورات في مجالات مختلفة.

ويذكر أن المعهد حاصل على شهادة الاعتمادية للمرة الثانية بتميز، ويقدم رعاية صحية شاملة للأسرة وتدريباً للمتخصصين في الرعاية

بدء فعاليات مهرجان عمان عربيا ودوليا الخامس



برسم اللوحات في ورشة فنية مفتوحة تبدأ يوميا من الساعة الثالثة عصرا. وقال الدكتور حسين دغيمات، مندوب وزيرة الثقافة، إن المهرجان تظاهرة فنية متنوعة تضم أشكالا متعددة من الفن والثقافة والموسيقى والتراث الثقافي والفن التشكيلي الذي يقدمه مشاركون من ١٢ دولة.

ويشهد المهرجان الذي تستمر فعالياته خمسة أيام، العديد من العروض الفغائية والموسيقية والفنية التي تبدأ يوميا في ساحات حدائق الحسين الساعة السابعة مساء إضافة إلى قيام الفنانين التشكيليين

عمان

شاركت وزيرة الدولة للشؤون القانونية / رئيسة اللجنة الوزارية لتمكين المرأة، وفاء بني مصطفى، في ورشة عمل الشبكة الوطنية للقيادات النسوية (عليا) والتي أطلقتها مركز قلعة الكرك للاستشارات والتدريب، في إطار الجهود لدعم مشاركة الشباب والنساء في العملية السياسية.

وأشارت بني مصطفى إلى أهم التعديلات على قانوني الأحزاب السياسية والانتخاب ودورها في تعزيز المشاركة السياسية للمرأة، وتعزيز دورها في الأحزاب السياسية.

وأكدت أهمية الدور الذي تضطلع به الأحزاب السياسية في تعزيز مكانة المرأة في الحياة الحزبية وفي العمل السياسي، لافتة إلى أن قانوني الأحزاب والانتخاب سيؤديان إلى تعزيز الحياة الحزبية البرامجية في المملكة بشكل عام ويضمنان

إلى ذلك، شاركت الوزيرة بني مصطفى مع المحامي ساند كراجه في حفل إطلاق برنامج "مهده السياسية" لسنة ٢٠٢٢، اليوم الجمعة، والذي ينفذه العهد الهولندي للديمقراطية متعددة الأحزاب.

عمان

اختتم معهد العناية بصحة الأسرة، التابع لمؤسسة الملك الحسين، مجموعة من الحملات والأنشطة التفاعلية والتوعوية في الفرق، وماديا، والبلقاء، وإربد، والتي نظمه المعهد بمناسبة اليوم العالمي لمكافحة عمل الأطفال.

واستهدفت الحملات التي جاءت تحت عنوان، "سه طفل.. كبير عاشغل"، المجتمع المحلي، ومنظمات المجتمع المدني، والشركاء في القطاع الحكومي. وركزت على رفع الوعي بمخاطر عمل الأطفال، وتفعيل دور المجتمع في الحد من عملهم بجميع القطاعات، خصوصا القطاع الزراعي.

ويستبني معهد العناية بصحة الأسرة رؤية مستقبلية لحد من عمل الأطفال، من خلال المشروع الممول من منظمة العمل الدولية، والذي يجري تنفيذه بالشراكة مع جهات من المجتمع المحلي والقطاع

عقد فعاليات المؤتمر الطبي الأردني الثاني لتصوير القلب والأوعية الدموية

عمان

عقدت أكاديمية القلب والأوعية الدموية بالتعاون مع المستشفى الاستشاري المؤتمر الأردني الثاني لتصوير القلب والأوعية الدموية. وقال الدكتور أمين حمودة رئيس المؤتمر، إنه شارك في المؤتمر محاضرون من الأردن والإمارات العربية وأوروبا والولايات المتحدة، من خلال تسع محاضرات توزعت على ثلاث جلسات، تطرقت إلى أهم وأحدث وسائل تشخيص أمراض القلب والأوعية الدموية من أجهزة الصدى فوق الصوتي والتصوير المقطعي المحوري والتصوير النووي.

وأشار إلى تنوع الأمراض التي تم مناقشة أنماط التصوير فيها لتشمل أمراض الشرايين التاجية والشريان الأبهر وتضخم عضلة القلب واعتلالها والداء الشوثاني والتهاب صمامات القلب. وبين، أن عقد المؤتمرات يأتي استمرارية للدراسات العلمية التي تجريها الأكاديمية على أمراض القلب والشرايين في المملكة.

بدوره، أشار الدكتور يحيى البداينة استشاري كهريائية القلب، إلى أنه سيتم عقد المؤتمر الأول لنظم القلب في ٢٠٢٢-٢٠٢٣، حيث سيتم خلاله الوقوف على أحدث التطورات في تشخيص وعلاج أمراض نظم القلب.

وشارك في إدارة جلسات المؤتمر ومناقشاتها أطباء من كافة القطاعات الصحية بما فيها أطباء القلب والشرايين وجراحاتها وأطباء الأشعة والأطباء المتدربين وفنيو التصوير القلبي والقصطرة من الخدمات الطبية الملكية وكليات الطب ووزارة الصحة والقطاع الخاص.

وأشرف على أعمال المؤتمر وجلساته العلمية التي استمرت يوم واحد فقط، الأعضاء المؤسسين للأكاديمية، وأطباء القلب والشرايين، ورئيس المؤتمر الدكتور أمين حمودة، والدكتور يحيى البداينة والدكتور عماد الحداد والدكتور رمزي طبلت.

يذكر، أن المؤتمر معتمد من المجلس الطبي الأردني بواقع ٤ ساعات تعليم طبي مستمر. ويقام على هامش المؤتمر معرضا طبيا شاركت فيه شركات أدوية وأجهزة طبية محلية وأجنبية.

إنفاقية تعاون بين التطبيقية و الليبية للدراسات العليا

عمان

وقعت جامعة العلوم التطبيقية والأكاديمية الليبية للدراسات العليا، مذكرة تفاهم للتعاون في المجالات العلمية.

وتهدف المذكرة التي وقعها رئيسة الجامعة الدكتورة ايمان البيشيتي وعن الأكاديمية رئيسها الدكتور محمد رمضان، إلى إقامة الأبحاث والندوات والمؤتمرات العلمية المشتركة والإشراف عليها، إضافة إلى تبادل الطلبة وأعضاء الهيئة التدريسية، مثلما تهدف إلى التعاون في تطوير برامج الدراسات العليا لدى الطرفين، بالإضافة للتعاون في مجال الطباعة والنشر وتبادل المطبوعات.

ويأتي توقيع هذه الاتفاقيات، وفقا لبيان عن الجامعة، تأكيداً لمبدأ التعاون في مجالات البحث العلمي والثقافي والتطوير والتدريب ونقل المعرفة ونشرها بين الشعوب ونقل رسالة الأردن العلمية للخارج. وحضر التوقيع عن الجانب الليبي المستشار الثقافي بالسفارة الليبية الدكتور أحمد الدويك، ومستشار وزارة التعليم العالي والبحث العلمي الدكتور جمال الفردغ، ومدير عام هيئة أبحاث العلوم الطبيعية والتكنولوجيا الدكتور فيصل العبدلي، ومساعد الملحق الثقافي صالح أحمد.

الصحة تبحث زيادة فرص التعاون مع اليونيسف

عمان

بحث أمين عام وزارة الصحة للرعاية الصحية الأولية والأوبئة، الدكتور راشد الشوبل، مع مدير الصحة والتحصين في منظمة اليونيسيف، الدكتور أبو بكر كامبو، زيادة فرص التعاون مع المنظمة في مجال تحسين خدمات الرعاية الصحية الأولية.

وحسب بيان الوزارة استعرض الجانبان، بحضور مستشار رئيس الوزراء لشؤون الصحة مسؤول ملف كورونا الدكتور عادل البلبيسي، محطات التعاون المختلفة والإنجازات المتحققة من خلال دعم المنظمة المستمر للمملكة في مجال تعزيز خدمات الرعاية الصحية الأولية، ورفع كفاءة البنية التحتية للبرنامج الوطني للتطعيم.

وأكدت أهمية شراكتها الاستراتيجية، واستمرار التنسيق والتعاون الثنائي لدعم برامج وزارة الصحة المختلفة.

الكسبي: رؤية التحديث الاقتصادي ستعكس على قطاع الإنشاء والمقاولات بشكل إيجابي

عمان

أكد وزير الأشغال العامة والإسكان المهندس يحيى الكسبي، أن رؤية التحديث الاقتصادي التي اطلقتها جلالة الملك عبدالله الثاني ستعكس على قطاع الإنشاء والإسكان والمقاولات بشكل إيجابي وستساهم برفع سوية القطاعات الإنشائية كافة والتي تعد من القطاعات الاقتصادية المهمة في الأردن.

وأضاف خلال لقاء عقد في جمعية مستثمري قطاع الإسكان، بحضور نقيب المهندسين أحمد سمارة الزعبي ونقيب المقاولين أمين الخضيري ورئيس هيئة المكاتب الهندسية عبدالله غوشة ورئيس جمعية المستثمرين كمال العواملة ومدير عام دائرة المعطآت الحكومية وأمين عام الوزارة بالوكالة ومدير عام المؤسسة العامة للإسكان والتطوير الحضري، أن القطاعات الإنشائية كافة تعد من الروافد الأساسية للاقتصاد الأردني ككل ومحرك للعديد من القطاعات المساندة.

شركة كهرباء محافظة إربد
إعلان فصل التيار الكهربائي

سقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٢/٦/٢١ بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن المناطق التالية: غرب شارع وصفي التل، مجمع عمان بالكاس، جميع صالات الأفران في المنطقة ومجاوريه من الساعة الثامنة صباحا لغاية الساعة الواحدة ظهرا في محافظة إربد.

وعن جميع المشتركين في منطقة جبل الشيخ مصنع مقابل مدرسة النبات الأساسية جرش من الساعة الثامنة صباحا لغاية الساعة الخامسة مساء في محافظة جرش.

وعن المناطق التالية: فاع، الحفاصري، العرش من الساعة الثامنة صباحا لغاية الساعة الرابعة عصرا وعن منطقة ام النعام الشرقية الشارع الرئيسي من الساعة الثامنة صباحا لغاية الساعة الخامسة مساء وعن المناطق التالية: الفردات الهي الشرقي غرب المركز الصحي، الفردات طريق الظالدية، الظالدية حي ابو كلف، طرق الظالدية الزعتر، مصنع الفوفو كيميائيات ومجاوريه من الساعة الثامنة صباحا لغاية الساعة الثالثة عصرا في محافظة المفرق.

وعن منطقة ام البنايع شمال البلد من الساعة التاسعة صباحا لغاية الساعة الثالثة عصرا في محافظة عجلون.

قسم العلاقات العامة

تسميم «رجل بلا مأوى» عبر إعطائه طبق طعام مليء بالزرنيخ



وقالت ميشيل إنها ليست المرة الأولى التي يتم فيها استهداف الأشخاص الذين ينامون في الشوارع. وأضافت: "لقد صُدمت لأن صادقا، في كل السنوات سمعنا بعض الأشياء المرعبة، لكن هذا يبدو أكثر شراً". وتابعت: "أنا فقط سعيد لأنه كان على ما يرام، كان يمكن أن تكون نهاية قصته مروعة".

وفي نوفمبر/ تشرين الثاني الماضي، تعرض رجل بلا مأوى للاعتداء عن طريق الألعاب النارية عندما وضعت في جيبه بنطلونه على يد شخص يمر بالشارع، ما تركه مصابا بالحروق وتلف ملبسه.

وانضم عمدة ليرفول جو أندرسون إلى دعوات للحكومة لتصنيف الهجمات على المشردين على أنها جرائم كراهية.

وكالات

قال رجل يعيش بلا مأوى في مدينة ليرفول البريطانية إنه تسمم بالزرنيخ من قبل شخص أعطاه طبقا من رقائق الشيبسي. ووفقا لصحيفة "مترو" البريطانية، فقد استيقظ الرجل (في الثلاثينيات من عمره) في مستشفى في ليرفول يوم الأحد، وأخبره الأطباء أنه يعاني من سم وضع في طعامه. آخر شيء يتذكره الرجل هو إعطاؤه الطعام في وسط المدينة، مشيرا إلى إن الشرطة تحقق الآن. وقالت ميشيل لانجان، وهي موظفة تعمل في التوعية للأشخاص الذين بلا مأوى، "الرجل قال إنه استيقظ في المستشفى اليوم وأخبروه أنه كان لديه زرنخ في نظامه، قدرشه شخص ما على الرقائق، حسب تقديره".

نقاشات وجدل في السعودية حول مكبرات الصوت في المساجد

والغامدي، مغردا: "أنا مع رفع الأذان والإقامة عبر مكبرات الصوت، وأطالب بوقفها نهائيا عند الصلاة، والاقتصار على تشغيلها داخل المسجد وقت الصلاة بصوت معتدل".

وتابع: "أرحموا من في البيوت من المرضى والمصلين، ما هذه الضوضاء والتشويش، نهي النبي عن الجهر على بعض في القرآن، أين وزير الشؤون الإسلامية من هذا العبث؟".

واستشهد عدد من الدعاة المؤيدين لإغلاق المكبرات وقت الصلاة، برأي العلامة السعودي محمد بن عثيمين، الذي قال إن الجهر في الصلاة خارج المسجد منهي عنه.

أستاذ أصول الفقه، محمد السعيد، رفض هذا المقترح، وغرد: "صوت المساجد في تراويح رمضان، ورفع لذكر الله، وإشاعة كتابه، وترويح عن الرائح والغاد، وتذكير لمن نسي، ودعوة لمن سهر، وموعظة لمن اتقى. اللهم انقنا به وأحي قلوبنا بسماحه".

وكالات

ثار جدل واسع في الشارع السعودي، مع دعوات لإيقاف مكبرات الصوت الخاصة بالمساجد، لا سيما في صلاة التراويح، في شهر رمضان المبارك.

واعتبر عضو هيئة كبار العلماء، صالح الفوزان، أن استخدام مكبرات الصوت في الصلاة، أصبح "مسيبة"، ويجلب الأذى للجيران.

وأوضح في مقابلة عبر التلفزيون السعودي، أنه لا ينبغي إسماع جميع من في الشارع، والمرضى، والمارة، بالصلاة.

وقال الداعية أحمد الغامدي، إنه يفضل إلغاء مكبرات الصوت عند أداء الصلاة، واقتصارها على الأذان، والإقامة. وأوضح في حديث لقناة "روتانا"، أنها لاهل الصلاة إلى الخارج، يعني أنه يتوجب على المارة، الإنصات وعدم التحدث، وهو ما يوقعهم في "حرج شرعي".

وأيد الداعية سليمان الطريقي، ما قاله الفوزان

متى تقدم الهدايا للطفل.. وما ضرر كثرتها عليه نفسيا وتربويا؟

استخدام كرسي الحمام ويتقنه، حينها يمكن أن اقدم له هدية ويعود نوعها بحسب سن الطفل.

وكالات

يقدم الآباء لأطفالهم الهدايا بين الحين والآخر، البعض يفعلها بشكل شبه يومي، وآخرون يقدمونها في مناسبات محددة، وغالبا لا يعرف الكثيرون الوقت الأنسب لتقديم الهدية، والاعتكاسات المترتبة لذلك على نفسية الطفل.

وتقوم بعض الأسر بتلبية رغبات طفلها عبر تقديم الهدية أو شراء كل ما يطلبه بكل وقت سواء احتاج لها أم لا، وهنا يثار تساؤل عن الوقت الأنسب لتقديم الهدية للطفل، بحيث لا يؤثر الأمر عليه نفسيا وتربويا.

وكالات

يقدم الآباء لأطفالهم الهدايا بين الحين والآخر، البعض يفعلها بشكل شبه يومي، وآخرون يقدمونها في مناسبات محددة، وغالبا لا يعرف الكثيرون الوقت الأنسب لتقديم الهدية، والاعتكاسات المترتبة لذلك على نفسية الطفل.

وتقوم بعض الأسر بتلبية رغبات طفلها عبر تقديم الهدية أو شراء كل ما يطلبه بكل وقت سواء احتاج لها أم لا، وهنا يثار تساؤل عن الوقت الأنسب لتقديم الهدية للطفل، بحيث لا يؤثر الأمر عليه نفسيا وتربويا.

وكالات

يقدم الآباء لأطفالهم الهدايا بين الحين والآخر، البعض يفعلها بشكل شبه يومي، وآخرون يقدمونها في مناسبات محددة، وغالبا لا يعرف الكثيرون الوقت الأنسب لتقديم الهدية، والاعتكاسات المترتبة لذلك على نفسية الطفل.

وتقوم بعض الأسر بتلبية رغبات طفلها عبر تقديم الهدية أو شراء كل ما يطلبه بكل وقت سواء احتاج لها أم لا، وهنا يثار تساؤل عن الوقت الأنسب لتقديم الهدية للطفل، بحيث لا يؤثر الأمر عليه نفسيا وتربويا.

وتقوم بعض الأسر بتلبية رغبات طفلها عبر تقديم الهدية أو شراء كل ما يطلبه بكل وقت سواء احتاج لها أم لا، وهنا يثار تساؤل عن الوقت الأنسب لتقديم الهدية للطفل، بحيث لا يؤثر الأمر عليه نفسيا وتربويا.

وتقوم بعض الأسر بتلبية رغبات طفلها عبر تقديم الهدية أو شراء كل ما يطلبه بكل وقت سواء احتاج لها أم لا، وهنا يثار تساؤل عن الوقت الأنسب لتقديم الهدية للطفل، بحيث لا يؤثر الأمر عليه نفسيا وتربويا.

وتقوم بعض الأسر بتلبية رغبات طفلها عبر تقديم الهدية أو شراء كل ما يطلبه بكل وقت سواء احتاج لها أم لا، وهنا يثار تساؤل عن الوقت الأنسب لتقديم الهدية للطفل، بحيث لا يؤثر الأمر عليه نفسيا وتربويا.

وتقوم بعض الأسر بتلبية رغبات طفلها عبر تقديم الهدية أو شراء كل ما يطلبه بكل وقت سواء احتاج لها أم لا، وهنا يثار تساؤل عن الوقت الأنسب لتقديم الهدية للطفل، بحيث لا يؤثر الأمر عليه نفسيا وتربويا.

وتقوم بعض الأسر بتلبية رغبات طفلها عبر تقديم الهدية أو شراء كل ما يطلبه بكل وقت سواء احتاج لها أم لا، وهنا يثار تساؤل عن الوقت الأنسب لتقديم الهدية للطفل، بحيث لا يؤثر الأمر عليه نفسيا وتربويا.

وتقوم بعض الأسر بتلبية رغبات طفلها عبر تقديم الهدية أو شراء كل ما يطلبه بكل وقت سواء احتاج لها أم لا، وهنا يثار تساؤل عن الوقت الأنسب لتقديم الهدية للطفل، بحيث لا يؤثر الأمر عليه نفسيا وتربويا.

وتقوم بعض الأسر بتلبية رغبات طفلها عبر تقديم الهدية أو شراء كل ما يطلبه بكل وقت سواء احتاج لها أم لا، وهنا يثار تساؤل عن الوقت الأنسب لتقديم الهدية للطفل، بحيث لا يؤثر الأمر عليه نفسيا وتربويا.

وتقوم بعض الأسر بتلبية رغبات طفلها عبر تقديم الهدية أو شراء كل ما يطلبه بكل وقت سواء احتاج لها أم لا، وهنا يثار تساؤل عن الوقت الأنسب لتقديم الهدية للطفل، بحيث لا يؤثر الأمر عليه نفسيا وتربويا.

وتقوم بعض الأسر بتلبية رغبات طفلها عبر تقديم الهدية أو شراء كل ما يطلبه بكل وقت سواء احتاج لها أم لا، وهنا يثار تساؤل عن الوقت الأنسب لتقديم الهدية للطفل، بحيث لا يؤثر الأمر عليه نفسيا وتربويا.

هدية مشروطة

اعتبر اختصاصي الطب النفسي زهير الدباغ أن "تقديم الهدية للطفل أمر محبب ومطلوب ويفيد الطفل من الناحية النفسية والتربوية"، مستطردا: "ولكن تقديم الهدية يجب أن يكون بشروط وهي: أن تكون منطقية، وبشكل عشوائي، وفي المناسبات، وللتشجيع والمكافئة".

وأكد الدباغ، خلال حديثه لـ "عربي ٢١"، أن "من أهم شروط تقديم الهدية للطفل أيضا أن تتناسب مع القدرة المادية للعائلة، وألا تكون للتعويض العاطفي بأي حال من الأحوال".

لا وقت محدد من جهتها قالت أخصائية الإرشاد النفسي والتربوي وداد جاد الله لـ "عربي ٢١"، "لا يوجد وقت محدد لتقديم الهدية للطفل، ويفضل أن يهدى في أوقات متباعدة لأسباب عامة وغير محددة وتعبير عن الحب والاهتمام".

وأشارت إلى أنه "من المهم جدا ألا تُقدم الهدية كتعويض عن تعزيز على سلوك محدد، لأن هذا يشكل حافزا خارجيا لإقناع الطفل أي عمل، ويعد خطأ تربويا حيث يشكل شخصية انتهازية تمتنع عن إتمام العمل واتقانه بدون مقابل خارجي".

وأوضحت أن "الاصواب هو توجيه الطفل لأداء الأعمال لأهميتها مستقبله أو للنتيجة الإيجابية المعنوية المترتبة عليها، ودون ربطها بنتيجة مادية أو تعزيز مادي كالهديّة على اختلاف أشكالها".

تعزيز وليس هدية

بدورها قالت الأخصائية النفسية والأسرية أنسام سلوس، "نحن كأخصائين لا نسمي ما نقدمه للطفل هدية، خاصة لمن هم تحت سن الخمس سنوات، فهم لا يميزون ما معنى الهدية أو مفهومها".

وتابعت أنسام في حديث لـ "عربي ٢١"، "تطلق على ما نقدمه من هدية الهدية العنصرية مصطلح تعزيز وقد يكون بالهدايا، فمثلا حينما يتسمم الطفل وأنت ترد له الهدية أو حينما يتصرف تصرفا ما وتصدق له، ليس في ذلك هذا (التعزيز) كي يستمر بهذا السلوك الجيد".

وأكدت، "أما الطفل فوق ٥ سنوات فمنحه الهدية إما تعزيزا على تصرف أو إنجاز أو سلوك قام به أو تشجيع وتكريم له، وهذه الأمور كلها تندرج تحت مصطلح التعزيز".

وأشارت إلى أن "التعزيز يُعطى لتشكيل سلوك، مثال على ذلك حينما اعلم وأدرب الطفل كيفية

هل لدى طفلك صديق خيالي؟.. هذا ما يجب عليك فعله

وكالات

يُمر بالأطفال في مرحلة ما من عمرهم بحالة يرغبون فيها باختلاق صديق وهمي والحديث معه، ولا يقتصر الأمر على ذلك، بل أحيانا يعرفون بأنهم يلعبون معه، ويحاولون تعريف والديه عليه. وبحسب خبراء علم الاجتماع، وهذه الأمور كلها الأصدقاء الوهميين، يحفز الأطفال على الإبداع ويساعد على التعبير عن مشاعرهم، ولكن هذا الأمر قد يثير قلق الآباء.

وفي هذا الصدد نشر موقع "ستيب تو هيلث" تقريرا أشار فيه إلى الأسباب التي تدفع الأطفال لاختلاق صديق وهمي، وأيضا وضع التقرير كيف يتصرف الآباء في هذه الحالة.

ماذا يخترع الأطفال أصدقاء خياليين؟

يمكن أن تظهر هذه الكائنات "الأصدقاء الخياليين" والتي تم إنشاؤها بواسطة عقول نابضة بالحياة والخيال بدءا من سن الثانية، حيث يبدأ الأطفال في هذه المرحلة بتعلم اللغة وفهم البيئة التي يعيشون فيها، ويخترعونها لأسباب عديدة.

ويُشاج آ الآباء برؤية أطفالهم يلعبون ويتحدثون بمفردهم، وعندما يسألونهم عن الشخصية التي يتحدثون إليها، قد يردون بهدوء على أنهم يتحدثون مع صديقهم الخيالي.

وعلى الرغم من أن هذه الحالة يمكن أن تكون مصدر قلق للآباء والأمهات، إلا أن الأصدقاء الوهميين هم جزء من تطور الأطفال العاطفي، وفي بعض الأحيان ترتبط هذه الحالة بالأطفال ذوي العقول الخلاقة والمبدعة والحساسة.

وكالات

وأشار التقرير إلى إجراء باحثين من جامعتي أوريغون وواشنطن دراسة، تم فيها مراقبة ١٥٢ طفلا تتراوح أعمارهم بين ٣ و٤ سنوات، ووجدوا أن ٢ من أصل ٣ أطفال صغار لديهم أصدقاء وهميين، وأن ٧٠ في المئة من العينة كانوا إما الطفل البكر أو الطفل الوحيد في العائلة.

وأشارت الدراسة التي أجريت إلى أنه لا توجد علاقة مباشرة بين الوحدة والأصدقاء الوهميين، وبالتالي يساعد الأصدقاء الوهميون الأطفال على التعبير عن مشاعرهم، وتحسين مهارات التواصل لديهم.

وأردف التقرير، مع ذلك "لا يمكننا أن نعتبر وجود الأصدقاء الوهميين علامة على الحرمان العاطفي أو الصدمة، بل هم حلفاء يمكنهم مساعدة الطفل في التغلب على الصعوبات مثل الطلاق أو وصول شقيق جديد أو تغيير المدارس أو الانتقال إلى مدينة أو بلد جديد".

من جهته، قال اختصاصي الطب النفسي وليد سرحان، "اللبب الوهمي ووجود الصديق الخيالي هو مرحلة طبيعية من التطور، ويمر فيها الأطفال من عمر ١٨ شهرا وبيدرجات متفاوتة".

وتابع سرحان في حديث لـ "عربي ٢١"، "ويعتبر وجود صديق وهمي أو اللبب الوهمي غير طبيعي إذا تجاوز عمر الطفل الخامسة أو إذا تحرفت اللعب وأصبح يؤثر على الواقع واللعب مع الأطفال الحقيقيين وهذا أمر نادر جدا".

ونصح سرحان "الأهل بتقبل هذه الحالة، وأيضا المشاركة في لعب أطفالهم الوهمي إن أمكن ذلك".

ماذا سيحدث في حال نفذ النفط الخام من العالم؟

يحتوي على مادة صلبة تسمى "كبروجين" التي تحتاج إلى تسخينها إلى حدود ٥٠٠ درجة مئوية قبل أن تُعالج حتى تتحول إلى سائل يشبه النفط التقليدي ظاهريا. ويمكننا مجابهة العجز في مخزون النفط الخام والبتترول بكل سهولة من خلال خفض اعتمادنا على النفط الخام. ومن المرجح أن يُحدد سعر النفط لأن التكلفة السببية لبدائل النفط ستصبح أكثر قابلية للتطبيق مع مرور الوقت، وفي الحقيقة، من غير المرجح أن تتدفق احتياطات النفط تماما وكما استخراجها من الأعماق واستكشاف احتياطات جديدة سيصبح مكلفا مع مرور الوقت. وبمجرد أن يصبح سعر النفط مكلفا عن المستقبل، سيبدأ المستهلكون في البحث عن بدائل. وبين الموقع أنه حتى في حال لم يُعثر على بديل موثوق، ستكتشف طرق أخرى لاستخدام الموارد الحالية بكفاءة أكبر. وفي إحدى التقارير التي نُشرت في مجلة "ماكليين" الكندية، شبه الاقتصاد بجهاز الحاسوب الذي يقوم بعمليات حسابية لكنه يعمل وفقا لبرمجة محدودة بمعدلات الاستهلاك الحالية. لذلك، من المتوقع أن تتدفق الموارد التي تقوم بتشغيل جهاز الحاسوب هذا في غضون ٣٠ سنة. أما في حال تطورت التكنولوجيا، فستحسن الموارد، وبالتالي، ستصبح الكفاءة الحسابية للحاسوب أفضل بمرور السنوات. ويمكن أن تقوم بهذه الخطوة قبل إجراء تحسينات في رأس المال الموقع، ونتيجة العمل. وفي الختام، يرى الموقع أنه يمكن تخفيض كمية الطاقة لكل وحدة يتم إنتاجها بسبب ضوابط امدادات النفط، على الأقل من الناحية النظرية. لكن الخطوة الأهم تتمثل في أننا بحاجة إلى البدء في استخدام هذه الموارد بكفاءة أكبر لتوسيع قدرتها كمصدر للوقود بعد سنة ٢٠٧٠، أو الانتقال إلى استهلاك مصادر الطاقة الأخرى على غرار الطاقة النووية، أو مصادر الطاقة المتجددة.



تتعمد احتياطات النفط بشكل كامل على اكتشاف مجتمعات جديدة، وضرورة توفير التكنولوجيا اللازمة لاستغلالها. فضلا عن ذلك، ينبغي أن تكون هذه العملية قانونية. وفي حين أنه من غير المرجح أن ينفذ احتياطي النفط الخام بشكل كامل، إلا أن هذا لا يعني أن الكميات المتبقية ستكون صالحة للاستخدام وبالجودة ذاتها، حيث يمكن وصفها بأنها إما عبارة عن نطف "مركز" أو "حامض". كما أنه لن يكون بالضرورة في شكل سائل، بل يميل إلى أن يكون كمادة الأسفلت ويحتوي على مستويات عالية من الملوثات، على غرار الكبريت، الذي يسبب تآكل الصلب، وهو ما يمثل مشكلة كبيرة بالنسبة للمصافي.

من جهة أخرى، يتطلب النفط "المركز" معالجة معقدة وكثيفة الطاقة لإزالة الكبريت، مما يزيد من تكلفة الإنتاج بشكل عام. وأفاد الموقع أن المصادر الأخرى المكتشفة حديثا، على غرار النفط الصخري، لا تعتبر بدائل أفضل. في الحقيقة، لا يعتبر النفط الصخري نبطا بكل ما تحمله الكلمة من معنى، إذ أنه

وكالات

نشر موقع "انترستنج إنجينييرينغ" الأمريكي تقريرا أشار من خلاله إلى أن النفط الخام في عالمنا الحديث يحظى بأهمية بالغة لا سيما وأنه يُستخدم لتوليد الكهرباء وتشغيل المركبات وغيرها من الاستعمالات الأخرى، ما يجعله بمثابة شريان الحياة بالنسبة للاقتصادات والأمم الحديثة.

وقال الموقع في تقريره الذي ترجمته "عربي ٢١"، إن إمكانية نفاذ النفط الخام من الأرض يعتبر سيناريو واقعي قابل للتحقق في المستقبل، نظرا للاستهلاك المتزايد للنفط، لكن ما الذي قد يحدث في حال نفاذه؟

أوضح الموقع أن نفاذ النفط قد يشكل أزمة خطيرة للغاية، ذلك أن الجنس البشري هو عبارة عن حضارة عالمية تعتمد بشكل كبير على توفر امدادات هائلة من النفط الخام. الجدير بالذكر أنه بين سنة ١٩٦٥ و٢٠٠٥، تضاعف الطلب على النفط الخام بمعدل مرتين ونصف، ما يعني أننا صرنا نستخدم ضعف كمية الفحم وثلاثة أضعاف الغاز الطبيعي.

وذكر الموقع أن النفط تحديا يجد مادة توفّر للاهتمام وفريدة من نوعها، لأنها تحتوي على نسبة عالية من الطاقة ويمكن تكريره بسهولة إلى وقود سائل من خلال التقطير، على غرار البترول والديزل، وهي مواد تستعمل في تشغيل جميع وسائل النقل في العالم، وفي إنتاج الكهرباء أيضا.

كما يمثل الغاز الطبيعي أحد المواد المهمة أيضا لصنع بعض الأسمدة. وفي حال غيابه، قد يتأثر إنتاج الغذاء بشكل مباشر في جميع أنحاء العالم. وفي مجال الزراعة أيضا، تعمل أغلب الآلات بفضل مشتقات النفط، إلى جانب الطائرات والسيارات الضرورية لنقل المواد الغذائية حول العالم.

وأشار الموقع إلى أن الشائعات تحوم

هل يمكن للإنسان استشعار المجال المغناطيسي الأرضي؟

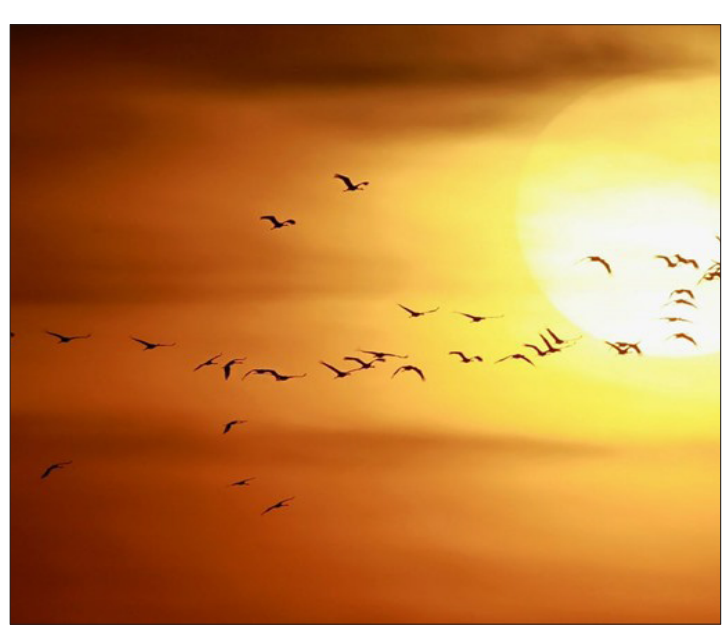
الأبلى الشمالي، الذي يسافر بانتظام من ألاسكا إلى كينيا في رحلات تقدر مسافتها بنحو ١٩ ألف ميل.

وأفادت الصحيفة بأنه بالنسبة للآلية التي يستغلها طائر الأبلق للتنقل، يعتقد هور أن الطيور تستخدم جزيئات حساسة للضوء يمكن تحويلها إلى واحدة من بين حالتين كيميائيتين مختلفتين، اعتمادا على اتجاه الحقل المغناطيسي. ولكن يتبنى كيرشفينك وجهة نظر مختلفة، مشيرا إلى أن بحثه قد اكتشف وجود خلايا مميزة تتضمن بلورات تحتوي على معدن، وتدور هذه البلورات مثل إبرة البوصلة، متحركة في فتح وغلق مسام الخلايا وتعديل الإشارات المرسلّة إلى الدماغ.

أما بالنسبة للبشر وراء عدم رؤيتنا لأشخاص يستخدمون البوصلات الداخلية للتنقل اليوم، فمن المرجح أن الحياة المعاصرة تسببت نسبيا في طمس هذه العملية لدى البشر.

وأوردت الصحيفة أنه في إشارة إلى دراسات عن الأشخاص الآسيويين والأستراليين الذين يتحدثون لغات مختلفة تماما عن اللغات الأوروبية، أقر كيرشفينك بأن هذه الاختلافات قد تؤثر على قدرتنا في الاستجابة للإشارات الضعيفة التي تبعثها "البوصلات الداخلية" لدينا.

وأضاف البروفيسور أن هؤلاء الأشخاص لا يستعملون كلمات من قبيل "الأمم" أو "الغلف" أو "اليمين" للإشارة إلى الاتجاهات، وعوضا عن ذلك يعبرون عنها من خلال استعمال مصطلحات على شكلة "الشمال" أو "الشرق". وتقوم هذه اللغات على مرجع جغرافي حيث مازالت تستخدم من قبل الشعوب الأصلية. كما أكد كيرشفينك أن استخدام مثل هذه اللغات يعزز الاستجابة للبوصلة الداخلية، فضلا عن كونه يساعد الأفراد على التفكير بطرق تجعلهم يحافظون على قدراتهم الفطرية على التنقل.



وكالات

نشرت صحيفة "الفارديان" البريطانية تقريرا تحدثت فيه عن اعتقاد العلماء في كاليفورنيا، أن أسلافنا تمكنوا من تحديد الاتجاهات للتنقل بفضل البوصلات الداخلية، كما هو الحال بالنسبة للحيوانات.

وقالت الصحيفة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي ٢١"، إن مئات الحيوانات تهاجر لمسافات طويلة باستخدام المجال المغناطيسي للأرض، ومع ذلك يصر بعض الباحثين على أن هذه القاعدة لا تنطبق على الجنس البشري، حيث لا يظهر الإنسان أي دليل على امتلاك بوصلة داخلية.

وأوردت الصحيفة أن العلماء في معهد كاليفورنيا للتقنية يدرسون هذه الفكرة، مؤكداً أن دماغ الإنسان مصمم ليستجيب للتغيرات داخل المجالات المغناطيسية، وهو ما يسمح له بالتمييز بين الشمال والجنوب والتنقل دون بوصلة.

ونقلت الصحيفة عن المشرف على هذه الأبحاث، البروفيسور جوزيف كيرشفينك، "لقد توصلنا إلى دليل على أن البشر يتمتعون بحاسة سادسة تسمى المغناطيسية، وتعتبر هذه القدرة على الاستشعار حقيقية، وهو ما يفرض قدرة بعض الأشخاص على تحديد الاتجاهات أكثر من غيرهم، وقد يصبح من الممكن في يوم ما أن نستعيد قدرتنا على الاستعانة بالحقول المغناطيسية، إلا أن هذه الحقيقة لا تعكس بالضرورة امتلاكه لحس مغناطيسي داخلي.

وأشارت الصحيفة إلى أن المختص في الفيزياء الحيوية من جامعة كاليفورنيا

هل يمكن للإنسان استشعار المجال المغناطيسي الأرضي؟

وكالات

نشرت صحيفة "الفارديان" البريطانية تقريرا تحدثت فيه عن اعتقاد العلماء في كاليفورنيا، أن أسلافنا تمكنوا من تحديد الاتجاهات للتنقل بفضل البوصلات الداخلية، كما هو الحال بالنسبة للحيوانات.

وقالت الصحيفة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي ٢١"، إن مئات الحيوانات تهاجر لمسافات طويلة باستخدام المجال المغناطيسي للأرض، ومع ذلك يصر بعض الباحثين على أن هذه القاعدة لا تنطبق على الجنس البشري، حيث لا يظهر الإنسان أي دليل على امتلاك بوصلة داخلية.

وأوردت الصحيفة أن العلماء في معهد كاليفورنيا للتقنية يدرسون هذه الفكرة، مؤكداً أن دماغ الإنسان مصمم ليستجيب للتغيرات داخل المجالات المغناطيسية، وهو ما يسمح له بالتمييز بين الشمال والجنوب والتنقل دون بوصلة.

ونقلت الصحيفة عن المشرف على هذه الأبحاث، البروفيسور جوزيف كيرشفينك، "لقد توصلنا إلى دليل على أن البشر يتمتعون بحاسة سادسة تسمى المغناطيسية، وتعتبر هذه القدرة على الاستشعار حقيقية، وهو ما يفرض قدرة بعض الأشخاص على تحديد الاتجاهات أكثر من غيرهم، وقد يصبح من الممكن في يوم ما أن نستعيد قدرتنا على الاستعانة بالحقول المغناطيسية، إلا أن هذه الحقيقة لا تعكس بالضرورة امتلاكه لحس مغناطيسي داخلي.

وأشارت الصحيفة إلى أن المختص في الفيزياء الحيوية من جامعة كاليفورنيا

أعراض ميلان الرحم وأسبابه

❖ وكالات

ما هي أعراض ميلان الرحم؟ وما هي أسباب هذه الحالة الغريبة؟ وهل هي خطيرة؟ إليك أهم المعلومات والتفاصيل حول ميلان الرحم في المقال التالي.

قد يكون الرحم لدى بعض النساء مائلاً للأمام باتجاه البطن، أو مائلاً للخلف باتجاه الظهر، وهي حالة لها مسميات علمية عديدة وتعتبر شائعة بشكل كبير؛ إليك أهم التفاصيل حول ميلان الرحم.

أعراض ميلان الرحم
قد تكون المرأة مصابة بميلان الرحم دون ظهور أية أعراض تذكر، وفي حالات أخرى فإن أعراض ميلان الرحم قد تكون ظاهرة وعديدة ومتنوعة، إليك قائمة بأهمها،

1- صعوبة وضع السدادات القطنية المهبلية
عومًا، يجب أن يكون وضع السدادات القطنية المهبلية أثناء الدورة الشهرية أمراً في غاية السهولة، ولكن عند الإصابة بميلان الرحم، قد يكون هذا الأمر صعباً بعض الشيء.

فهنما يكون الرحم مائلاً فإن السدادات القطنية لا تستطيع الاستقرار في مكانها كما يجب.

2- مشاكل وصعوبات في الحمل
من أعراض ميلان الرحم العديدة أنه قد يتسبب في جعل المرأة تواجه العديد من المصاعب في محاولاتها المتكررة للحمل، خاصة إذا ما كان السبب وراء الإصابة بميلان الرحم حالات مثل بطانة الرحم المهاجرة.

ولكن من الجدير بالذكر هنا أن المرأة المصابة بميلان الرحم بشكل طبيعي دون وجود مشاكل أخرى صحية لديها غالباً لن تواجه مشاكل في الحمل.

3- عدم السيطرة على التبول
قد يؤثر ميلان الرحم على أجهزة وأعضاء الجسم الأخرى الموجودة في المنطقة المحيطة بالرحم، فعلى سبيل المثال، قد يضغط الرحم على المثانة بحيث تبدأ المرأة بالشعور أنها لا تستطيع السيطرة بالكامل على عملية التبول.

قد تؤدي هذه الحالة لتبول المرأة قبل الوصول إلى الحمام، أو تنقيط البول على ثيابها الداخلية وكأنها مصابة بنوع من سلس البول.

4- انزعاج شديد عند محاولة وضعيات جماع معينة
من أعراض ميلان الرحم أنه قد يتسبب بشعور شديد بالانزعاج أثناء محاولة وضعيات معينة للجماع، لا سيما عند محاولة الإيلاج المهبلي العميق.

5- تشنجات حيض شديدة في أسفل الظهر
مع أن تشنجات الحيض غالباً ما تتركز في منطقة البطن في الحالات الطبيعية، إلا أن المرأة المصابة بميلان الرحم قد تشعر بالألم والتشنجات بشكل خاص في منطقة أسفل الظهر.

❖ وكالات

6- عدم انتظام الدورة الشهرية
ينوه بعض الأطباء إلى أن عدم انتظام دورة المرأة الشهرية قد يكون أحد أعراض ميلان الرحم، لذا يجب استشارة الطبيب في حال كانت المرأة تعاني من عدم انتظام الدورة، فهذا قد يكون أحد الأسباب.

7- أعراض ميلان الرحم الأخرى
هذه بعض أعراض ميلان الرحم الأخرى التي قد تلاحظها المرأة المصابة،

الإصابة بالتهابات المسالك البولية بشكل متكرر.
آلم في الظهر أثناء الجماع.
آلم في منطقة الشرج وقرب المعدة.
مشاكل في التبول والإخراج، مثل الإمساك.

أسباب ميلان الرحم
قد تصاب المرأة بميلان الرحم مع الوقت والتقدم في العمر، أو قد تولد مصابة بهذه الحالة بشكل طبيعي، وهذه أهم أسباب ميلان الرحم،

الجينات والوراثة، إذ تشير الدراسات إلى أن ربع المصابات بميلان الرحم اكتسبته عن طريق الوراثة.

مرض التهاب الحوض؛ إذا لم تتلقى المرأة العناية الطبية اللازمة لعلاج هذا المرض، فإنه قد يخلف أنسجة في منطقة الرحم تتسبب في ميلان الرحم، تماماً مثل تأثير بطانة الرحم المهاجرة.

تضخم الرحم؛ إن تضخم الرحم على اختلاف أسبابه (أورام، آلياف، حمل) قد يتسبب في ميلان الرحم.

بطانة الرحم المهاجرة وآلياف الرحم؛ إن الإصابة بأي من الحالتين المذكورتين قد يتسبب في ميلان الرحم.

ضعف في عضلات الحوض؛ إن أموراً مثل الإنجاب المتكرر أو بلوغ سن اليأس قد تتسبب في ضعف أنسجة وأربطة الرحم، الأمر الذي قد يسبب ميلانه.

الحمل المتكرر أو جراحات أو ندوب سابقة في الرحم، كل هذه قد تتسبب في تراكم أنسجة ندوب في منطقة الرحم تضغط على الرحم وتسبب ميلانه للخلف.

علاج ميلان الرحم
إذا كان ميلان الرحم يتسبب في مشاكل للمرأة، من الممكن اللجوء لأحد الحلول والعلاجات التالية؛

علاج أي مشكلة قد سببت ميلان الرحم من الأصل، مثل بطانة الرحم المهاجرة.
إدخال أداة خاصة تساعد على تقويم وضعية الرحم وإعادة مكانه الطبيعي تدريجياً.

الخصوع لعمليات تنظير يتم من خلالها وضع الرحم فوق المثانة، وهي عملية تصحيح مباشرة وغالباً ناجحة.
ممارسة تمارين رياضية خاصة.

ما هو الكورتيزون الطبيعي وما هي مصادره؟

❖ وكالات

يكتسب هرمون الكورتيزون أهمية كبيرة للجسم في تنظيم العمليات الحيوية، فما هو هذا الهرمون؟ وكيف يمكننا الحصول عليه للحفاظ على مستواه الطبيعي؟

ما هو الكورتيزون الطبيعي وما هي مصادره؟
يعتبر هرمون الكورتيزون من أهم هرمونات الجسم، حيث يلجأ البعض إلى استخدامه كأدوية أو حبوب في حال نقصه بالجسم، لكن ما هو هذا الهرمون، وكيف يمكن أن نحصل عليه؟

يعتبر هرمون الكورتيزون من الهرمونات الطبيعية التي تتواجد في الجسم بحيث يتم إنتاجه عن طريق الغدة الكظرية وهو المسؤول عن تنظيم العديد من الوظائف الحيوية.

عادة يكون مستوى الكورتيزون بالدم مرتفع في الصباح وأقل في المساء، وذلك لانخفاض تدريجياً خلال اليوم، ولكن قد يحدث خلل في مستوياته مما يؤدي إلى حدوث أمراض عديدة.

وظائف هرمون الكورتيزون بالجسم
باعتباره أحد أهم هرمونات الجسم، إليك بعض الوظائف التي يقوم بها الهرمون؛

تنظيم العملية الأيضية للسكر في الدم والتحكم بمستوياته. يساعد في الحفاظ على ضغط دم طبيعي يدعم وظيفة الجهاز المناعي وتنظيم وظائف القلب الوعائية

يسيطر على استعمال الجسم للبروتين والكربوهيدرات والدهون يساعد في تخفيف الاستجابة الالتهابية

يعمل على تنظيم استجابة الكر والفر عند الأشخاص خاصة عند الحوادث الفجائية. المصادر الطبيعية للكورتيزون

هناك الكثير من البدائل الغذائية التي يمكن من خلالها الحصول على الكورتيزون الطبيعي، إليك البعض منها؛

زيت الزيتون
وفقاً لدراسة نشرت في مجلة "Nature" في عام 2005 تبين أن المركب الموجود داخل زيت الزيتون البكر الممتاز له تأثير طبيعي مضاد للالتهابات شبيهه بخاصية هرمون الكورتيزون.

❖ وكالات

هناك بعض الأمور التي يجب مراعاتها أثناء الاستحمام وذلك لأن بعض العادات الخاطئة يمكن أن تؤثر على الصحة والجسم بمرور الوقت.

يعتبر الاستحمام من الأمور الهامة التي لا يمكن الاستغناء عنها، ولكن قد يصبح الاستحمام أمر ضار بالصحة في حالة اتباع بعض العادات الخاطئة خلاله، والتي يجب الانتباه إليها جيداً.

1- الاستحمام لفترة طويلة
إن تعريض الجلد للماء لفترة طويلة يؤثر على صحة الجلد، فيجب ألا تزيد عن 20

كل شيء عن حبوب الجلوتاثيون



يفسلون الكلى

العقم عند الرجال.
ولكن هناك حاجة الى المزيد من الأدلة لتقييم الجلوتاثيون لهذه الاستخدامات.

2- الفم، يستخدم للحالات التالية،
اعتام عدسة العين
زرق عين
منع الشبخوخة
علاج أو منع ادمان الكحول

الربو
مرض القلب
مستويات الكوليسترول العالية
مشاكل في الكبد

الإيدز
مرض ألزهايمر
مرض الشلل والرعاش.

3- عن طريق الاستنشاق لعلاج مشاكل الرئة. الآثار الجانبية لحبوب الجلوتاثيون يعتبر الجلوتاثيون امن بالنسبة لمعظم البالغين عند تناوله عن طريق الفم أو الاستنشاق أو الحقن في العضلات أو الأوردة.

لكن هناك اثار جانبية محتملة واردة يجب الاحتياط منها مثل،
فترة الحمل والرضاعة الطبيعية؛
لا يوجد هناك أدلة كافية عن مدى سلامة استخدام الجلوتاثيون خلال تلك الفترة، لذلك يفضل الاعتماد عنها.

الربو؛ لا تستنشق الجلوتاثيون في حال كنت تعاني من مشاكل الربو لأنه من الممكن أن يزيد الوضع سوءاً.

وبالمية والهلينون
إضافة الكركم لنظامك الغذائي
الحفاظ على ساعات نوم مناسبة
تجنب تناول الكثير من الكحول
ممارسة التمارين الرياضية بانتظام.

استخدامات حبوب الجلوتاثيون
تختلف طرق أخذ مادة الجلوتاثيون حسب الحاجة إليها، وهي على النحو التالي؛

1- الوريد؛ يستخدم للحالات التالية،
تقليل من الآثار الجانبية للعلاجات
الكيميائية للسرطان

علاج مرض باركنسون
داء السكري
فقر الدم عند الأشخاص الذين

الجلوتاثيون بالجسم بشكل طبيعي من دون الحاجة للأدوية مثل،
تسناول ألتروكسسين،
أومفردكس، تسيفرلكس، أوميغا 3
والحديد

تناول الميكتل لعلاج الصرع مع فيتامين B12
تناول الأطعمة الغنية بالكبريت مثل منتجات الألبان والسكك واللحم البقري

زيادة استهلاك فيتامين C
إضافة الأطعمة الغنية بالسيلينيوم
الى نظامك الغذائي مثل الدجاج واللحم البقري والسكك والكبد والأرز البني

تناول الأطعمة الغنية بمادة الجلوتاثيون مثل،
السيانخ والأفوكادو

أمر يجب القيام بها أثناء فترة الدورة الشهرية

بالإكثار من شرب الماء، حيث أنه يسهل التخلص من السوائل المتراكمة بالجسم. يفضل شرب ما لا يقل عن 8 أكواب ماء يومياً خلال فترة الدورة الشهرية، وذلك للحفاظ على رطوبة الجسم وتحليصه من السموم.

8- تناول الأطعمة الصحية
عند تناول أطعمة صحية خلال فترة الحيض، وخاصة الخضروات والفاكهة، فإن هذا يساعد في تقليل أعراض الدورة الشهرية المزعجة.

على عكس الأطعمة غير الصحية كالمقليات والحلويات، والتي تزيد من الأعراض السلبية، لأنها تسبب صعوبات في الهضم وتزيد من الام المعدة.

9- تجنب الكافيين
يؤدي الكافيين لاحتفاظ الجسم بالماء والسوائل المتراكمة، مما يزيد من الشعور بالانتفاخ. لذلك ينصح بالتخلي عن هذه المشروبات خلال فترة الدورة الشهرية. ويمكن استبدال مشروبات الكافيين بالأشباب الدافئة التي تساعد في تقليل الآلام والانتفاخات.

وبالتالي زيادة التشنجات. ولذلك ينصح بتقليل تناول منتجات الألبان أو التوقف عن تناولها تماماً خلال فترة الدورة الشهرية.

5- شرب شاي ورق التوت
إن شاي ورق التوت هو المشروب الدافئ الأمثل لفترة الحيض، حيث يحتوي على الفيتامينات والمعادن الهامة لتعزيز صحة المرأة، كما أنه يساهم في تقوية الرحم وتقليل الآلام والتشنجات.

كما أن شاي ورق التوت من المشروبات الغنية بالمغنسيوم الهام للجسم خلال هذه الفترة.

6- مراقبة الدورة الشهرية الخاصة بك فهذا يساعد في التمانينية على الصحة، حيث ان انتظام الدورة الشهرية يطمئنك على صحتك الجنسية ومستويات الهرمونات.

كما أن مدى غزارتها ومدتها يمكن أن تؤثر بوجود بعض المشكلات الصحية التي تحتاج إلى استشارة الطبيب.

7- شرب كثير من الماء
حينما يزداد الشعور بالانتفاخ ينصح

2- تناول أطعمة غنية بالمغنسيوم
يساعد المغنسيوم في استرخاء العضلات، وبالتالي تخفيف تشنجات وآلامها الشائعة، والتي تؤثر على حالتها النفسية.

خلال فترة الدورة الشهرية، تمتنع المرأة عن بعض العادات غير الصحية، وفي المقابل، هناك بعض الأمور التي ينصح أن تقوم بها المرأة خلال هذه الفترة.

تعرفي على أبرز الأشياء التي تجعل فترة الدورة الشهرية أفضل وأكثر متعة.

1- الحفاظ على الدفاع
ينصح بالحفاظ على دفاع الجسم خلال الدورة الشهرية، فيساعد هذا في الشعور بالاسترخاء ومنع التشنج المؤلم. كما أنه وسيلة لتقليل التوتر والشعور بالراحة.

ويمكن الحفاظ على الدفاع من خلال تناول المشروبات الدافئة، بالإضافة إلى كمادات الماء الدافئ على البطن والظهر، ويمكن استخدام الوسائد الدافئة التي تقلل من الآلام.

❖ وكالات

الماء في الفترة التي تسبق الجماع. ويجب أيضاً عدم تناول الأطعمة الدسمة التي يصعب هضمها وتسبب مشكلات في المعدة، بل يجب تناول أطعمة خفيفة وصحية.

تورم في الجزء الأعلى من القضيب
تناول بوري - نثول ودوكسيلين وتأثيرها على سرعة القذف

2- رائحة الفم الكريهة
أيضاً من المشكلات التي تسبب إحراجاً للرجل والمرأة، وخاصة إذا حدث اللقاء الجنسي بشكل مفاجئ ودون تحضيرات، فمئلاً يستيقظ الزوجان على الممارسة الجميمة دون الدخول إلى الحمام وغسل الأسنان.

ومع الحرص على غسل الأسنان قبل النوم وبعد تناول الطعام، ستقل فرص وجود رائحة كريهة في الفم.

كما أنه يفضل توفر غسول الفم أو العلكة التي تساعد في القضاء على رائحة الفم الكريهة.

3- سرعة القذف
في بعض الأحيان، يعاني الرجل من سرعة القذف، مما يؤثر على استمتاع

❖ وكالات

في بعض الأحيان، تحدث مواقف محرجة أثناء ممارسة العلاقة الحميمة بين الزوجين، فما هي أبرز هذه المواقف؟ وكيف يمكن تفادي حدوثها؟

مواقف محرجة خلال العلاقة الجنسية وكيفية تجنبها
إن الحياة مليئة بالمواقف المحرجة التي تواجهها، ولا يجب أن تؤثر على أي من الجنسيه من هذه الأمور. فهناك أشياء تكون خارجة عن السيطرة وغير متوقعة، ولا يجب أن تؤثر على أي من الزوجين.

تعرف على أبرز المواقف المحرجة التي يمكن أن تحدث بين الزوجين خلال اللقاء الجنسي، ومجموعة من النصائح لتجنب حدوثها وتجاوزها إذا حدثت.

1- الحاجة إلى التبول
أثناء ممارسة العلاقة الحميمة، تصبح العضلات في مختلف أجزاء الجسم أكثر استرخاءً، ومنها عضلات المثانة. وبالتالي يمكنك الشعور بالحاجة إلى التبول أو التبرز.

ولتفادي هذا، ينصح بالتبول قبل ممارسة الجنس، وكذلك تجنب شرب

مواقف محرجة خلال العلاقة الجنسية وكيفية تجنبها

الزوجة بالمتعة، لأنها لم تصل إلى هزة الجماع.

ويمكن للرجل أن يقوم بالضغط على العضو الذكري عندما يبدأ السائل المنوي في التدفق لأن ذلك يساعد في إطالة مدة الممارسة الحميمة.

كما يجب عليه أن يقوم بمداعبة زوجته قبل البدء في الجماع، فيساعد ذلك في وصولها للتشنوة الجنسية بالتزامن مع القذف لدى الرجل.

4- تمزق الواقي الذكري
يمكن أن يتمزق الواقي الذكري أثناء الممارسة الحميمة، مما يسبب قلقاً للزوجين من حدوث الحمل وبالتالي يضطر الزوجان لعدم استكمال الجماع.

وحسب أن يتمزق الواقي الذكري، يجب أن يكون بنوعية جيدة وقياس مناسب للعضو الذكري، كما لا ينصح باستخدام الواقي لأكثر من مرة، لأن هذا يزيد من فرص تمزقه.

5- جفاف المهبل
مشكلة تواجه بعض النساء، مما تسبب الام شديدة أثناء الممارسة الجنسية، بل ويمكن أن تجعل المرأة تتوقف عن الممارسة لأنها لا تتحمل هذه

جرائيم تنتشر مع الوقت، ولذلك ينصح بتنظيفه بعد استخدامه.

ويفضل استخدام المواد المطهرة المخصصة للحمام.

7- تكرار استخدام الشامبو لفترات طويلة مع مرور العمر، يحدث تغيرات في الجلد والشعر، ولذلك يجب أن تتابع هذه التغيرات لتعرف المنتجات الأنسب للجلد والبشرة.

فعلى سبيل المثال، سوف تحتاج في وقت إلى شامبو يحتوي على المزيد من البروتين أو المرطب الإضافي.

8- عدم تغيير اللوفة
من الأخطاء الكبيرة التي تفعلها بحق

البشرة الحساسة. فكلماً انخفضت نسبة العطور سوف تصبح المنتجات أكثر أمناً.

5- استخدام كريمات الإضائة
يمكن أن تقضي وقتاً ممتعاً في حوض الاستحمام سواء الفقاعات أو الأملاح، ولكن الإفراط في هذه المنتجات يمكن أن تسبب حساسية الجلد. ويجب اختيار أنواع جيدة من هذه الإضافات لأن بعض الأنواع تحتوي على مواد كيميائية ضارة.

6- عدم تنظيف حوض الاستحمام بعد استخدامه
قد يبدو حوض الاستحمام نظيفاً أمامك، ولكن في الحقيقة يحتوي على بكتيريا

جسمك هو الاستمرار في استخدام اللوفة لفترة طويلة، حيث أنها بيئة خصبة للجراثيم والبكتيريا بسبب رطوبتها.

يجب التأكد من تنظيف اللوفة جيداً بعد كل استخدام، وتخليصها من الماء بقدر المستطاع، كما يجب استبدالها بأخرى مرة شهرياً، وعدم قيام أكثر من شخص باستخدامها.

مثل لوفة الاستحمام، يمكن أن تصيب المشقة بيئة جيدة للبكتيريا والعفن، وعند فسوف تنتقل هذه البكتيريا للجسم وتضر بصحة الجلد.

أمر لا يجب القيام بها أثناء الإستحمام

دقيقة كحد أقصى خلال الإستحمام.

3- غسل الوجه أثناء الإستحمام
يحرص كثير من الأشخاص على غسل الوجه خلال الإستحمام، وهو أمر خاطئ لا يجب القيام به، وذلك لأن استخدام الماء الساخن وفرك الوجه بالصابون مع هذا الماء سوف يسبب الكثير من المشكلات بالبشرة.

وكلف، ويعرضها للجفاف والتهيج.
4- استخدام منتجات عطرية
إن مستحضرات الإستحمام التي تحتوي على كثير من العطور يمكن أن تضر بالجلد وتسبب حدوث طفح وتهيجات، وخاصة لذوي

حيث أن البقاء تحت الماء لفترات طويلة يمكن أن يسبب جفاف الجلد.

2- استخدام ماء ساخن
على الرغم من أن الماء الساخن يساعد في الشعور بالاسترخاء، ولكن عندما يكون شديد السخونة، فإنه يسبب إزالة الزيوت الطبيعية من البشرة، كما أنه قد يؤدي إلى حدوث تهيجات في الجلد، ويصبح عرضة للجفاف.

وينطبق هذا على الشعر أيضاً، حيث أن تجريد فروة الرأس من الزيوت الطبيعية سيحدث أضرار بها، ولذلك فمن الأفضل

الاستحمام بالماء الفاتر أو البارد.

3- غسل الوجه أثناء الإستحمام
يحرص كثير من الأشخاص على غسل الوجه خلال الإستحمام، وهو أمر خاطئ لا يجب القيام به، وذلك لأن استخدام الماء الساخن وفرك الوجه بالصابون مع هذا الماء سوف يسبب الكثير من المشكلات بالبشرة.

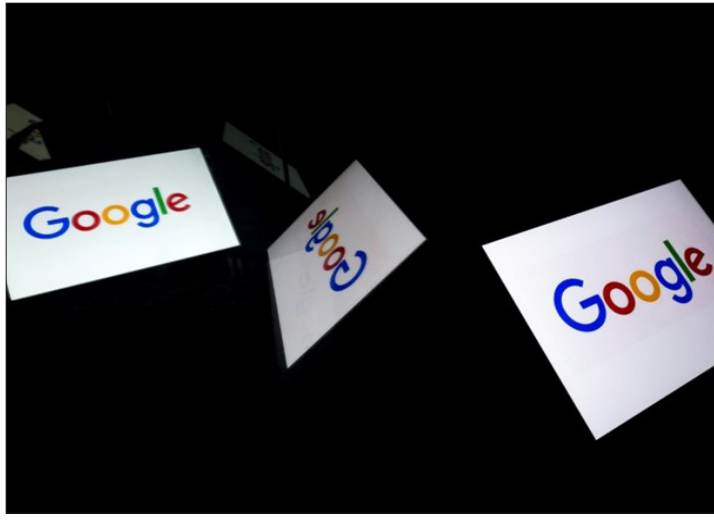
وكلف، ويعرضها للجفاف والتهيج.
4- استخدام منتجات عطرية
إن مستحضرات الإستحمام التي تحتوي على كثير من العطور يمكن أن تضر بالجلد وتسبب حدوث طفح وتهيجات، وخاصة لذوي

جسمك هو الاستمرار في استخدام اللوفة لفترة طويلة، حيث أنها بيئة خصبة للجراثيم والبكتيريا بسبب رطوبتها.

يجب التأكد من تنظيف اللوفة جيداً بعد كل استخدام، وتخليصها من الماء بقدر المستطاع، كما يجب استبدالها بأخرى مرة شهرياً، وعدم قيام أكثر من شخص باستخدامها.

مثل لوفة الاستحمام، يمكن أن تصيب المشقة بيئة جيدة للبكتيريا والعفن، وعند فسوف تنتقل هذه البكتيريا للجسم وتضر بصحة الجلد.

«غوغل» تحل لجنة «أخلاقيات الذكاء الاصطناعي» بعد اعتراضات



برس؛ لقد أصبح واضحا أنه في هذا الجو، لا يمكن أن تعمل اللجنة كما كان متوقعا... لذلك نحل اللجنة". وأوضحت الشركة أنها تبحث عن طرق أخرى لجمع آراء خارجية حول طريقة استخدام هذه التكنولوجيا بشكل مسؤول. وفي بداية الحملات الاعتراضية، أقيمت عريضة إلكترونية وقعتها ٢٣٠٠ شخص من موظفين وأكاديميين تدعو "غوغل" إلى سحب عضوية كاي كولز "هيريتج فاوندیشن" ضمن أعضائها. كما أن وجود رئيس لشركة متخصصة في الطائرات بدون طيار في هذه اللجنة أعاد إلى الواجهة المخاوف المرتبطة باستخدام الذكاء الاصطناعي لأغراض عسكرية وفقا لموقع "فوكس نيوز"، وهو أول وسيلة إعلامية كشفت عن حل اللجنة.

وكالات
أكدت شركة "غوغل" أنها حلت لجنة استشارية لأخلاقيات الذكاء الاصطناعي بعد أيام قليلة على اندلاع جدل حول بعض أعضائها. وأتى حل المجلس الاستشاري الخارجي للتكنولوجيا المتقدمة (إيه تي آي إيه سي) بعد اعتراض مجموعة من موظفي "غوغل" على وجود رئيسة مركز البحوث "هيريتج فاوندیشن" ضمن أعضائها. كما أن وجود رئيس لشركة متخصصة في الطائرات بدون طيار في هذه اللجنة أعاد إلى الواجهة المخاوف المرتبطة باستخدام الذكاء الاصطناعي لأغراض عسكرية وفقا لموقع "فوكس نيوز"، وهو أول وسيلة إعلامية كشفت عن حل اللجنة.

وقالت شركة "غوغل" لوكالة فرانس

سامسونغ تطلق أول هاتف لها يعمل بتقنية الجيل الخامس

وتعتبر "هواوي" أكثر كفاءة وابتكارا من منافسيها في هذا الصدد. وهي أودعت ١٥٢٩ براءة خاصة بالجيل الخامس، وفق مجموعة "أنيبيكتيكس". وتملك الشركات الصينية ما مجموعه ٣٤٠٠ براءة في هذا المجال، أي أكثر من ثلث البراءات العالمية، إذا ما احتسبنا تلك التي استحصلت عليها شركات أخرى. وتحتل المرتبة الثانية كوريا الجنوبية مع ٢٠٥١ براءة، في حين تأتي الولايات المتحدة بعيدا في المرتبة الثالثة مع ١٣٦٨ براءة.

الذكاء الاصطناعي بالانحياز منذ بدايتها.

هـ "جي" للأجهزة الخلوية في شيكاغو ومينيابوليس. وعززت كوريا الجنوبية صادراتها في هذا المجال الجمعة مع إطلاق "سامسونغ" للهاتف "جالاكسي إس ١٠ هـ جي" العامل بهذه التقنية. ونظم المشغلون الوطنيون الكبار، "كي تي" و"أس كاي تيليكوم" و"أل جي يو بلاس"، فعاليات ترويجية في كل أنحاء سيول للنموذج الأخير من مجموعة "جالاكسي" الذي تباع النسخة الأساسية منه بسعر ١٣٩ مليون يون (١٢٠٠ دولار تقريبا). وقدمت عروض تقنية الأقفال المعززة والروبوتات لاستعراض الخدمات التي توفرها "هـ جي" واستقطاب الزبائن. وكما الحال مع التقنيتين السابقتين "٣ جي" و"٤ جي"، فإن من شأن هذه

وكالات
طرح "سامسونغ" الإلكترونيكس الجمعة في السوق أول هاتف ذكي يعمل بشبكة الجيل الخامس "هـ جي" بعد أن أصبحت كوريا الجنوبية رائدة في هذا المجال بعد أن شأنه إحدث ثورة في الاتصالات. وابتعت كوريا الجنوبية التي تعد من أكثر البلدان تطورا على الصعيد التكنولوجي، مساء الأربعاء أول بلد في العالم يوفر تغطية شاملة على أرضيه بالجيل الخامس من معايير الشبكة الخلوية المعروفة بـ "هـ جي"، وذلك بواسطة ثلاثة مشغلين محليين. وقدمت موعد إطلاق هذه الخدمة يومين لتسويق العملاق الأمريكي "فيرايزن" الذي مذ بعد ساعات شبكة

تطبيقات الويب التقدمية.. هل حان وداع «آب ستور وغوغل بلاي»؟

التدقيق. ويتضمن متصفح كروم مطور ويب يقوم بتدقيق تطبيق الويب تلقائيا، بهدف التأكد من توافق تطبيقات الويب التقدمية. ولا يعد تطوير تطبيقات الويب التقدمية مهمة سهلة نظرا للمتطلبات العديدة، لاسيما عند التعامل مع عامل الخدمة الذي يمثل جزءا أساسيا من هذا النوع من التطبيقات. وتسلمه تطبيقات الويب التقدمية خلال السنوات المقبلة، تدمج تطبيقات "جوجيت دي أكس" عناصر تطبيقات الويب التقدمية، حيث تكون جميع التطبيقات متوافقة مع تطبيقات الويب التقدمية دون الحاجة إلى اتخاذ خطوات إضافية. وتعتبر "جوجيت دي أكس" منصة تطبيق مفتوحة المصدر تضمن تحولا رقميا أسرع وأسهل. كما تسمح "جوجيت دي أكس" لأي مستخدم ببناء تطبيقات شاملة خاصة بالأسواق بسرعة فائقة.

وأنه الموقع بأنه نظرا للانتقال السلس للتطبيقات وسرعة تحميل الصفحات، فإن الفرق بين استخدام تطبيقات الويب التقدمية والتطبيقات الأصلية يكاد لا يظهر خاصة في تعلق الأمر بالإشارات والقدرة على التشغيل دون الاتصال بشبكة الإنترنت. وأكد الموقع أن تطبيقات الويب التقدمية في مختلف المنصات تواصل إحراز تقدّم ملحوظ، حيث تلقى الدمع من طرف وغوغل كروم منذ فترة طويلة، بينما أضافت أبل دعم تطبيقات الويب التقدمية ضمن نظام تشغيل الهواتف المحمولة أي أو إس ١١.٣. ومن أجل أن تصنف فعلا ضمن تطبيقات الويب التقدمية، توفر شركة وغوغل قائمة تحقق تخص تطبيق الويب المتقدم.

الاتصال بالإنترنت علاوة على ظهور الإشعارات وغيرها، تمنح تطبيقات الويب التقدمية للمستخدم خدمات تضاهي تطبيقات الجوال الأصلية. وتطرق الموقع إلى طريقة عمل تطبيقات الويب التقدمية. ولنفتقر أنك تستخدم تطبيقا لإدارة العلاقات مع العملاء ينطبق على معايير تطبيقات الويب التقدمية، فإنك تحتاج فقط إلى زيارة التطبيق من خلال عنوان محدد موقع الموارد الموحد (يو آر إل) في متصفح الهاتف الجوال خاصتك. وفي حال قمت بزيارة التطبيق أكثر من مرة، فيستطبع منك الأمر "إضافة" التطبيق إلى الشاشة الرئيسية". أي بعبارة أخرى "تثبيت" التطبيق. ويجرد تثبيت التطبيق، يظهر رمز تطبيقات الويب التقدمية على شاشة هاتفك. وهو تشغيل التطبيق يقع عرض شاشة البداية، ثم تتسنى لك فتح التطبيق في نافذة في وضع ملء الشاشة دون ظهور شريط التنقل في المتصفح.

وكالات
نشر موقع "هاكرنون" الأمريكي تقريرا تحدث فيه عن موجة تطبيقات الويب التقدمية التي تخزو مجال تكنولوجيا الهاتف المحمول على حساب تطبيق "آب ستور" و"غوغل بلاي". وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته "عربي٢١"، إنه قد حان الوقت لموجة جديدة من تكنولوجيا الهاتف المحمول لتحتل المصدرة على حساب آب ستور وغوغل بلاي. ففي سنة ٢٠١٨، أعلن موقع تويتر عن شروعه في تقديم موقعه الرسمي عن طريق تطبيقات الويب التقدمية لهاتف المحمول. وأشار الموقع إلى أن تطبيقات الويب التقدمية تحدد مستقبل تطبيقات الجوال والويب المصنوع من شركات عملاقة في هذا المجال، لاسيما شركة وغوغل. ويفضل ميزات عديدة على غرار إضافة التطبيقات إلى الشاشة الرئيسية وتشغيل التطبيق دون الاضطرار إلى

هل يمكن التحكم بالطائرات دون طيار بواسطة العقل؟

للأشخاص الذين لم تتح لهم الفرصة من قبل للمشاركة في هذه المسابقة". ونوهت المجلة بأن الأنظمة التي تعمل على التحكم في نشاط الدماغ مازالت تواجه بعض العقبات التي ينبغي التغلب عليها. فهناك حاجة إلى تطوير أجهزة الدفاع الذي سيحرك الطائرات دون طيار للأمام، وإنما كثافة الموجات الدماغية التي يولدها الطيارون بالترتيب. وأضاف كروفورد، "ما زلنا نحاول فهم الخصائص التي تجعل شخصاً ما متسابقاً جيداً" في التحكم في الطائرات دون طيار، لكن قدرتهم على الاستمرار في التركيز وتجاوز الحالات التي تسبب تشتت الانتباه، على غرار الضوضاء الناتجة عن حركة الطائرات دون طيار ناهيك عن الضجيج الذي يحدثه الجمهور، سيؤثر على أداء المتنافسين".

المعالجة الذهنية. ويقوم الطيارون باستخدام الواجهات الذهنية التي تتلعب الكثير من التركيز، وتتقدم الطائرات دون طيار إلى الأمام بناءً على قوة الموجات الدماغية المنتجة. ولن تكون الإجابات الصحيحة هي الدافع الذي سيحرك الطائرات دون طيار للأمام، وإنما كثافة الموجات الدماغية التي يولدها الطيارون بالترتيب. وأضاف كروفورد، "ما زلنا نحاول فهم الخصائص التي تجعل شخصاً ما متسابقاً جيداً" في التحكم في الطائرات دون طيار، لكن قدرتهم على الاستمرار في التركيز وتجاوز الحالات التي تسبب تشتت الانتباه، على غرار الضوضاء الناتجة عن حركة الطائرات دون طيار ناهيك عن الضجيج الذي يحدثه الجمهور، سيؤثر على أداء المتنافسين".

الإشارات المجمعّة من خلال خوارزميات الكمبيوتر، التي تكتشف أنماط معينة من النشاط. وأوضح كروفورد، "لا نريد أن يقوم الطيار بأي حركة لأن ذلك سيؤدي إلى خلق الكثير من الإشارات الكهربائية"، مضيفاً أن "الطيار يحتاج للتركيز على تحريك يده بحسب، أو دفع شيء ما للأمام، أو إحكام قبضته. ولا يهم حقاً ما هي الحركة التي سيقوم بها الطيار بالتحديد طالما أنها ستخلق تفاعلا كهربائيا يمكننا رصده وتحديده". وذكرت المجلة أنه حين يترك الكمبيوتر أنه وقع تجميع إشارة بنسبة ٨٠ بالمئة على الأقل من القشرة الحركية التي تتوافق مع اليد اليسرى للطيار، سيرسل إشارة كهربائية خاصة به إلى الطائرة دون طيار ليطلب منها التقدم. وتجدر الإشارة إلى أن المشاركين في هذه المسابقة، التي من المقرر أن تنطلق فعليتها يوم السبت، لن يرتدوا قبعات كاملة بل سيرتدون عصابات الرأس حول جباههم. وتعتبر عصابات الرأس أقل تكلفة وتسمح للجنة مع كروفورد أن تتطلع إلى مستقبل عمل سيستخدمون قوة نشاط الدماغ المرتبطة بالتركيز.

وكالات
نشرت مجلة "فوربس" الأمريكية تقريرا تطرقت فيه إلى إمكانية التحكم بالطائرات دون طيار عن طريق العقل، في إطار مسابقة جديدة ستعقد يوم السبت. وقالت المجلة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي٢١"، إن الطلاب في جامعة ألاباما الأمريكية سيشاركون في السادس من نيسان / أبريل في مسابقة للتحكم العقلي بالطائرات دون طيار. وتعتمد التقنية الجديدة، التي سيقع استخدامها في المسابقة، على قُبعة تهدف لمراقبة تخطيط أمواج الدماغ. وقد بين كريست كروفورد، أحد المشاركين في تأسيس رابطة "براين درون ريسينغ"، أنه "حين نقرر تحريك ذراعك، ترسل القشرة الحركية في الدماغ إشارة إلى العضلات حتى تقوم بتلك الحركات". وأوضح كروفورد أن "القشرة الحركية، المسؤولة عن تخطيط حركات الجسم، تمتد على كامل المنطقة الموجودة بين الأذنين في الجزء العلوي من الرأس، حيث أن كل جزء في القشرة الحركية يكون مسؤولاً عن تحريك جزء معين من الجسم. فعلى سبيل المثال، تتحكم القشرة الحركية الموجودة في أعلى الأذن اليمنى في حركة اليد اليسرى".

زوجة مالك أمازون تحصل على مبلغ خيالي بعد طلاقها

أربعة أطفال وابنة بالتبني. وكان قد التقيا حينما كانت ماكينزي في مقابلة عمل مع جيف بيزوس، في عام ١٩٩٣. أشار إلى أن خلافا تطور في شهر شباط/فبراير، بين الرئيس التنفيذي لشركة "أمازون" مالك صحيفة "واشنطن بوست"، جيف بيزوس، وبين رئيس شركة "أمريكان ميديا"، ناشر مجلة "ناشونال إنكويرر"، ديفيد بيكر، الذي هدد بنشر صور فاضحة لبيزوس ما لم يوقف التحقيق في كيفية حصول مجلة الفضائح على لقاءاته الخاصة مع عشيقته. وألج بيزوس، في تدوينة غير عادية نشرها على موقع "ميديم"، إلى أن العيلة التي طالتته من قبل بيكر تعود إلى انتقادات صحيفته "واشنطن بوست"، للرئيس الأمريكي دونالد ترامب وللسعودية، معتبرا أن رئيس "أمريكان ميديا" عمداً إلى إتقان "صحيفة موالية للسعودية"، وفق توصيفه.

أخرج مع نفسك ضح هاتك جانبا، الملل الذي يصيبنا أحيانا يجعلنا لنجا لهواتقنا دون وعي، يعانينا معظمنا مما يسمى نيوبورت «عجز العزلة»، الذي يمكن أن يكون مسؤولا جزئيا على الاضطرابات المرتبطة بالقلق، التي قفزت بنسبة ٥٠% من عام ٢٠١٧ إلى ٢٠١٨.

١- قم بتصميم جدول للعمل غير منقطع قم بالتخطيط لإنجاز عمك على مدار ساعتين ليس بالضرورة الزيادة في الإنتاجية، ولكن عمك لساعتين متواصلتين دون انقطاع ووجود فواصل مجدولة بين كل ساعتين، يمكن أن يجعلك تشعر بوجود قوة علمي من المعرفة. يقول نيوبورت «إن أخذت مدة الساعتين دون أن تقوم بتفقد سريع لهاتفك، فإن عقلك سيعمل بكل طاقته».

٢- أخرج مع نفسك ضح هاتك جانبا، الملل الذي يصيبنا أحيانا يجعلنا لنجا لهواتقنا دون وعي، يعانينا معظمنا مما يسمى نيوبورت «عجز العزلة»، الذي يمكن أن يكون مسؤولا جزئيا على الاضطرابات المرتبطة بالقلق، التي قفزت بنسبة ٥٠% من عام ٢٠١٧ إلى ٢٠١٨.

تغطية شبكة المحمول سيئة؟ إليك الحل

وكالات
نشرت صحيفة "اللافانوارديا" الإسبانية تقريرا، قدمت فيه بعض النصائح التي تساعد على تحسين تغطية شبكة المحمول داخل المنزل وخارجه، مثل الاعتماد على تطبيقات الهواتف الذكية التي تقيس مستوى جودة التغطية، وتقدم معلومات مفصلة حول نوعيتها وموقع الجهاز الذي يثبت الإشارة.

وقالت الصحيفة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي٢١"، إن البنية التحتية الخاصة بالهواتف الجوالة تشهد تنصفا كبيرا في مختلف أنحاء العالم، وبشكل خاص في المناطق الحضرية وعلى الطرقات الرئيسية، ومع ذلك، لا يزال الكثير يعانون من مشاكل في الاتصال من حين لآخر.

وأوضحت الصحيفة أنه توجد في الوقت الحالي ثلاثة أنواع من الإشارة التي تستخدمها هواتفنا الجوالة بالاعتماد على شريحة الجوال، وهي تغطية الجيل الثاني الخاصة بالكامات الصوتية والرسائل النصية، وشبكتي الجيل الثالث والجيل الرابع الخاصين بالكامات وبت البيانات. وفي الأوضاع الطبيعية، عادة ما تكون الهواتف الذكية مبرمجة من المصنع للاتصال آليا بأفضل إشارة متوفرة، سواء كانت شبكة الجيل الثالث أو الرابع. وإذا قمنا بتعطيل خاصية الاتصال بالإنترنت في هواتفنا، فإنها ستصل فقط بشبكة الجيل الثاني. وذكرت الصحيفة أن هناك العديد من الأوضاع التي نعاني فيها من سوء تغطية إشارة شركة الاتصالات التي تقدم الخدمة. وأول شيء يجب القيام به في هذه الحالة هو فهم مصدر الخل، سواء كنا في داخل المنزل أو خارجه. وفي الواقع، تتوفر العديد من التطبيقات المصممة لتحديد مستوى قوة الإشارة، والأيرون، وبينها هو تطبيق "أوبن سينغال"، الذي يعمل على نظامي التشغيل أندرويد وآي أو إس. وهو يتميز ببساطة استخدامه، كما أنه متاح بشكل مجاني.

وقدمت الصحيفة بعض الحلول لبعض المشكلات المتكررة، حسب المكان ونوع الخل الذي نعاني منه تغطية شبكة الاتصالات. فإذا كانت الإشارة ضعيفة جدا، فإننا سلاحظ أن استجابة الهاتف وتحميل البيانات من الإنترنت تصبح بطيئة، كما تصبح الاتصالات الهاتفية متقطعة، عندها يجب التأكد من مستوى الإشارة في ذلك الزمان والمكان بالتحديد.

وبالاعتماد على تطبيق "أوبن سينغال"، يمكننا معرفة هذا الأمر، حيث يقدم لنا هذا التطبيق معلومات مفصلة حول جهاز بث الإشارة الذي يتصل به هاتقنا، بالإضافة إلى تنوع الألوان، إذ إن اللون الأخضر يرمز للتغطية الجيدة، والأحمر يرمز إلى ضعف تغطية شبكة الإنترنت في المنزل، فإن أول شيء يجب فعله هو تحديد النقاط التي تختفي فيها الإشارة أو تضعف. ويمكن معرفة ذلك من خلال ملاحظة مستوى الإشارة في هواتقنا، أو باستخدام تطبيق "أوبن سينغال" الذي يوفر دقة كبيرة. وبينت الصحيفة أنه تكون هناك أسباب عديدة تؤدي لفقدان إشارة الهاتف الجوال في المنزل، بسبب وجود قطع أثاث معدني في المنزل، أو التداخل مع الإشعارات الصادرة عن بعض الأجهزة الكهربائية والإنترنتية، أو بسبب بنية المنزل نفسه. ويمكن حل هذه المشكلة عبر ضبط إعدادات التقاط الشبكة في الهاتف الجوال بالشكل المذكور سابقا، أو من خلال الاشتراك في خدمة إنترنت الواي فاي في المنزل. وإذا كان التقاط إشارة جيدة أمرا مهما جدا ولا يحتمل المخاطر، مثل الاعتماد على الإنترنت في أجهزة المراقبة أو التجهيزات الطبية، فإن أفضل خيار هو تركيز جهاز لتقوية الإشارة. وهذه الأجهزة فعالة جدا، وتوجد في الأسواق بأسعار مختلفة، حيث إن أجهزة تقوية إشارة شبكة الجيل الثاني والثالث أقل ثمنا من أجهزة تقوية إشارة شبكة الجيل الرابع.

٣- إرسال عدد أقل من الإيميلات المثرة عامل المكتب العادي يرسل ما يقارب الـ ١٢٥ إيميل يوميا وفقا لشركة التحليلات Radicati Group ومن ثم تضع ساعات عديدة في التواصل ذي الجودة السيئة، أما حل نيوبورت « تجاهل رسائل البريد الإلكتروني التي لا تتلعب استجابة سريعة، واكتب رسائل تقلل من عدد الرسائل البريد الإلكتروني اللاحقة».

ست طرق لمنع الإنترنت من إفساد يومك

٤- قم بإجراء اتصال هاتفي مع صديق التفاعل الرقمي ليس بديلا عن المحادثات في الوقت الفعلي. يقول نيوبورت، «دمغتنا لا تفهم الالايك ولا منشور كل عام وأنت بخير على الفيسبوك»، بالإضافة إلى أن الإيموجي لا تضيف إحساسا بالتواصل والالتزام، إذا كان جدولك لا يسمح بمقابلة الأصدقاء وجها لوجه، اتصل بهم سوف تشعر بتحسن.

٥- قم بعملية تنظيف لأدواتك الخاصة بيوسي نيوبورت يأخذ استراحة لمدة ٣٠ يوما من أي أداة رقمية ليست ضرورية لعمك، بما في ذلك وسائل التواصل الاجتماعي وألعاب الفيديو. كما يمكنك الاستغناء عن خدمات الدردشة ومواقع الويب مثل ريديت. عندما تتعلم عملية التخلص من السوموم، قم بتعيين أهداف إنتاجية وعلاقات واضحة، ثم أعد تقديم الخدمات التي تساعدك على تحقيقها فقط، اضبط بعض الحدود أيضا، فبدلا من تصفح تويتر على هاتفك، قم بتصفح من جهاز الكمبيوتر.

٦- قم بحرفة بينما تقلص حجم الدوافع الرقمية، يمكنك أن تخصص وقتنا لهواياتك، سواء كانت رسما أو عزفا على آلة موسيقية أو حتى التصفير. قم باستخدام يدك بشكل انتاجي، ستقوم بصنع شيء تفخر به. هذا سيساعدك في نسيان كل ما يحدث على هاتفك.

١- قم بتصميم جدول للعمل غير منقطع قم بالتخطيط لإنجاز عمك على مدار ساعتين ليس بالضرورة الزيادة في الإنتاجية، ولكن عمك لساعتين متواصلتين دون انقطاع ووجود فواصل مجدولة بين كل ساعتين، يمكن أن يجعلك تشعر بوجود قوة علمي من المعرفة. يقول نيوبورت «إن أخذت مدة الساعتين دون أن تقوم بتفقد سريع لهاتفك، فإن عقلك سيعمل بكل طاقته».

٢- أخرج مع نفسك ضح هاتك جانبا، الملل الذي يصيبنا أحيانا يجعلنا لنجا لهواتقنا دون وعي، يعانينا معظمنا مما يسمى نيوبورت «عجز العزلة»، الذي يمكن أن يكون مسؤولا جزئيا على الاضطرابات المرتبطة بالقلق، التي قفزت بنسبة ٥٠% من عام ٢٠١٧ إلى ٢٠١٨.

٣- قم بتصميم جدول للعمل غير منقطع قم بالتخطيط لإنجاز عمك على مدار ساعتين ليس بالضرورة الزيادة في الإنتاجية، ولكن عمك لساعتين متواصلتين دون انقطاع ووجود فواصل مجدولة بين كل ساعتين، يمكن أن يجعلك تشعر بوجود قوة علمي من المعرفة. يقول نيوبورت «إن أخذت مدة الساعتين دون أن تقوم بتفقد سريع لهاتفك، فإن عقلك سيعمل بكل طاقته».

٤- قم بإجراء اتصال هاتفي مع صديق التفاعل الرقمي ليس بديلا عن المحادثات في الوقت الفعلي. يقول نيوبورت، «دمغتنا لا تفهم الالايك ولا منشور كل عام وأنت بخير على الفيسبوك»، بالإضافة إلى أن الإيموجي لا تضيف إحساسا بالتواصل والالتزام، إذا كان جدولك لا يسمح بمقابلة الأصدقاء وجها لوجه، اتصل بهم سوف تشعر بتحسن.

٥- قم بعملية تنظيف لأدواتك الخاصة بيوسي نيوبورت يأخذ استراحة لمدة ٣٠ يوما من أي أداة رقمية ليست ضرورية لعمك، بما في ذلك وسائل التواصل الاجتماعي وألعاب الفيديو. كما يمكنك الاستغناء عن خدمات الدردشة ومواقع الويب مثل ريديت. عندما تتعلم عملية التخلص من السوموم، قم بتعيين أهداف إنتاجية وعلاقات واضحة، ثم أعد تقديم الخدمات التي تساعدك على تحقيقها فقط، اضبط بعض الحدود أيضا، فبدلا من تصفح تويتر على هاتفك، قم بتصفح من جهاز الكمبيوتر.

٦- قم بحرفة بينما تقلص حجم الدوافع الرقمية، يمكنك أن تخصص وقتنا لهواياتك، سواء كانت رسما أو عزفا على آلة موسيقية أو حتى التصفير. قم باستخدام يدك بشكل انتاجي، ستقوم بصنع شيء تفخر به. هذا سيساعدك في نسيان كل ما يحدث على هاتفك.

١- قم بتصميم جدول للعمل غير منقطع قم بالتخطيط لإنجاز عمك على مدار ساعتين ليس بالضرورة الزيادة في الإنتاجية، ولكن عمك لساعتين متواصلتين دون انقطاع ووجود فواصل مجدولة بين كل ساعتين، يمكن أن يجعلك تشعر بوجود قوة علمي من المعرفة. يقول نيوبورت «إن أخذت مدة الساعتين دون أن تقوم بتفقد سريع لهاتفك، فإن عقلك سيعمل بكل طاقته».

٢- أخرج مع نفسك ضح هاتك جانبا، الملل الذي يصيبنا أحيانا يجعلنا لنجا لهواتقنا دون وعي، يعانينا معظمنا مما يسمى نيوبورت «عجز العزلة»، الذي يمكن أن يكون مسؤولا جزئيا على الاضطرابات المرتبطة بالقلق، التي قفزت بنسبة ٥٠% من عام ٢٠١٧ إلى ٢٠١٨.

٣- قم بتصميم جدول للعمل غير منقطع قم بالتخطيط لإنجاز عمك على مدار ساعتين ليس بالضرورة الزيادة في الإنتاجية، ولكن عمك لساعتين متواصلتين دون انقطاع ووجود فواصل مجدولة بين كل ساعتين، يمكن أن يجعلك تشعر بوجود قوة علمي من المعرفة. يقول نيوبورت «إن أخذت مدة الساعتين دون أن تقوم بتفقد سريع لهاتفك، فإن عقلك سيعمل بكل طاقته».

٤- قم بإجراء اتصال هاتفي مع صديق التفاعل الرقمي ليس بديلا عن المحادثات في الوقت الفعلي. يقول نيوبورت، «دمغتنا لا تفهم الالايك ولا منشور كل عام وأنت بخير على الفيسبوك»، بالإضافة إلى أن الإيموجي لا تضيف إحساسا بالتواصل والالتزام، إذا كان جدولك لا يسمح بمقابلة الأصدقاء وجها لوجه، اتصل بهم سوف تشعر بتحسن.

٥- قم بعملية تنظيف لأدواتك الخاصة بيوسي نيوبورت يأخذ استراحة لمدة ٣٠ يوما من أي أداة رقمية ليست ضرورية لعمك، بما في ذلك وسائل التواصل الاجتماعي وألعاب الفيديو. كما يمكنك الاستغناء عن خدمات الدردشة ومواقع الويب مثل ريديت. عندما تتعلم عملية التخلص من السوموم، قم بتعيين أهداف إنتاجية وعلاقات واضحة، ثم أعد تقديم الخدمات التي تساعدك على تحقيقها فقط، اضبط بعض الحدود أيضا، فبدلا من تصفح تويتر على هاتفك، قم بتصفح من جهاز الكمبيوتر.

٦- قم بحرفة بينما تقلص حجم الدوافع الرقمية، يمكنك أن تخصص وقتنا لهواياتك، سواء كانت رسما أو عزفا على آلة موسيقية أو حتى التصفير. قم باستخدام يدك بشكل انتاجي، ستقوم بصنع شيء تفخر به. هذا سيساعدك في نسيان كل ما يحدث على هاتفك.

١- قم بتصميم جدول للعمل غير منقطع قم بالتخطيط لإنجاز عمك على مدار ساعتين ليس بالضرورة الزيادة في الإنتاجية، ولكن عمك لساعتين متواصلتين دون انقطاع ووجود فواصل مجدولة بين كل ساعتين، يمكن أن يجعلك تشعر بوجود قوة علمي من المعرفة. يقول نيوبورت «إن أخذت مدة الساعتين دون أن تقوم بتفقد سريع لهاتفك، فإن عقلك سيعمل بكل طاقته».

٢- أخرج مع نفسك ضح هاتك جانبا، الملل الذي يصيبنا أحيانا يجعلنا لنجا لهواتقنا دون وعي، يعانينا معظمنا مما يسمى نيوبورت «عجز العزلة»، الذي يمكن أن يكون مسؤولا جزئيا على الاضطرابات المرتبطة بالقلق، التي قفزت بنسبة ٥٠% من عام ٢٠١٧ إلى ٢٠١٨.

٣- قم بتصميم جدول للعمل غير منقطع قم بالتخطيط لإنجاز عمك على مدار ساعتين ليس بالضرورة الزيادة في الإنتاجية، ولكن عمك لساعتين متواصلتين دون انقطاع ووجود فواصل مجدولة بين كل ساعتين، يمكن أن يجعلك تشعر بوجود قوة علمي من المعرفة. يقول نيوبورت «إن أخذت مدة الساعتين دون أن تقوم بتفقد سريع لهاتفك، فإن عقلك سيعمل بكل طاقته».

٤- قم بإجراء اتصال هاتفي مع صديق التفاعل الرقمي ليس بديلا عن المحادثات في الوقت الفعلي. يقول نيوبورت، «دمغتنا لا تفهم الالايك ولا منشور كل عام وأنت بخير على الفيسبوك»، بالإضافة إلى أن الإيموجي لا تضيف إحساسا بالتواصل والالتزام، إذا كان جدولك لا يسمح بمقابلة الأصدقاء وجها لوجه، اتصل بهم سوف تشعر بتحسن.

٥- قم بعملية تنظيف لأدواتك الخاصة بيوسي نيوبورت يأخذ استراحة لمدة ٣٠ يوما من أي أداة رقمية ليست ضرورية لعمك، بما في ذلك وسائل التواصل الاجتماعي وألعاب الفيديو. كما يمكنك الاستغناء عن خدمات الدردشة ومواقع الويب مثل ريديت. عندما تتعلم عملية التخلص من السوموم، قم بتعيين أهداف إنتاجية وعلاقات واضحة، ثم أعد تقديم الخدمات التي تساعدك على تحقيقها فقط، اضبط بعض الحدود أيضا، فبدلا من تصفح تويتر على هاتفك، قم بتصفح من جهاز الكمبيوتر.

٦- قم بحرفة بينما تقلص حجم الدوافع الرقمية، يمكنك أن تخصص وقتنا لهواياتك، سواء كانت رسما أو عزفا على آلة موسيقية أو حتى التصفير. قم باستخدام يدك بشكل انتاجي، ستقوم بصنع شيء تفخر به. هذا سيساعدك في نسيان كل ما يحدث على هاتفك.

١- قم بتصميم جدول للعمل غير منقطع قم بالتخطيط لإنجاز عمك على مدار ساعتين ليس بالضرورة الزيادة في الإنتاجية، ولكن عمك لساعتين متواصلتين دون انقطاع ووجود فواصل مجدولة بين كل ساعتين، يمكن أن يجعلك تشعر بوجود قوة علمي من المعرفة. يقول نيوبورت «إن أخذت مدة الساعتين دون أن تقوم بتفقد سريع لهاتفك، فإن عقلك سيعمل بكل طاقته».

٢- أخرج مع نفسك ضح هاتك جانبا، الملل الذي يصيبنا أحيانا يجعلنا لنجا لهواتقنا دون وعي، يعانينا معظمنا مما يسمى نيوبورت «عجز العزلة»، الذي يمكن أن يكون مسؤولا جزئيا على الاضطرابات المرتبطة بالقلق، التي قفزت بنسبة ٥٠% من عام ٢٠١٧ إلى ٢٠١٨.

٣- قم بتصميم جدول للعمل غير منقطع قم بالتخطيط لإنجاز عمك على مدار ساعتين ليس بالضرورة الزيادة في الإنتاجية، ولكن عمك لساعتين متواصلتين دون انقطاع ووجود فواصل مجدولة بين كل ساعتين، يمكن أن يجعلك تشعر بوجود قوة علمي من المعرفة. يقول نيوبورت «إن أخذت مدة الساعتين دون أن تقوم بتفقد سريع لهاتفك، فإن عقلك سيعمل بكل طاقته».

٤- قم بإجراء اتصال هاتفي مع صديق التفاعل الرقمي ليس بديلا عن المحادثات في الوقت الفعلي. يقول نيوبورت، «دمغتنا لا تفهم الالايك ولا منشور كل عام وأنت بخير على الفيسبوك»، بالإضافة إلى أن الإيموجي لا تضيف إحساسا بالتواصل والالتزام، إذا كان جدولك لا يسمح بمقابلة الأصدقاء وجها لوجه، اتصل بهم سوف تشعر بتحسن.

٥- قم بعملية تنظيف لأدواتك الخاصة بيوسي نيوبورت يأخذ استراحة لمدة ٣٠ يوما من أي أداة رقمية ليست ضرورية لعمك، بما في ذلك وسائل التواصل الاجتماعي وألعاب الفيديو. كما يمكنك الاستغناء عن خدمات الدردشة ومواقع الويب مثل ريديت. عندما تتعلم عملية التخلص من السوموم، قم بتعيين أهداف إنتاجية وعلاقات واضحة، ثم أعد تقديم الخدمات التي تساعدك على تحقيقها فقط، اضبط بعض الحدود أيضا، فبدلا من تصفح تويتر على هاتفك، قم بتصفح من جهاز الكمبيوتر.

٦- قم بحرفة بينما تقلص حجم الدوافع الرقمية، يمكنك أن تخصص وقتنا لهواياتك، سواء كانت رسما أو عزفا على آلة موسيقية أو حتى التصفير. قم باستخدام يدك بشكل انتاجي، ستقوم بصنع شيء تفخر به. هذا سيساعدك في نسيان كل ما يحدث على هاتفك.

١- قم بتصميم جدول للعمل غير منقطع قم بالتخطيط لإنجاز عمك على مدار ساعتين ليس بالضرورة الزيادة في الإنتاجية، ولكن عمك لساعتين متواصلتين دون انقطاع ووجود فواصل مجدولة بين كل ساعتين، يمكن أن يجعلك تشعر بوجود قوة علمي من المعرفة. يقول نيوبورت «إن أخذت مدة الساعتين دون أن تقوم بتفقد سريع لهاتفك، فإن عقلك سيعمل بكل طاقته».

الفيصلي يسدد مستحقات المدرب التونسي

وكالات

أكد النادي الفيصلي، إغلاق ملف قضية المدرب التونسي شهاب الليلي، بعد صرف كافة مستحقاته المالية المترتبة على النادي، وبالتالي رفع عقوبة الاتحاد الدولي لكرة القدم، «فيفا».

وكان المدرب الفيصلي السابق شهاب الليلي رفع قضية في الاتحاد الدولي «فيفا» ضد «الفيصلي» للمطالبة بمستحقاته المالية المتأخرة، ما تسبب في ايقاع عقوبة ضد النادي تتمثل في منعه من تسجيل لاعبين.

وقال الموقع الرسمي للنادي إن الهيئة الادارية المؤقتة للنادي أنهت ملف قضية المدرب التونسي شهاب الليلي، وتم رفع عقوبة منع التسجيل والانتقال التي فرضت من «فيفا»، كما أنجزت الهيئة الادارية الاجراءات المتعلّقة بعقوبة منع التسجيل والانتقال محليا على اثر قضية كانت مسجلة لدى اتحاد اللعبة وتم رفع عقوبة المنع. وينتظر أن يتعاقد الفيصلي مع لاعبين جدد، خلال فترة الانتقالات المقبلة.

سحب قرعة دوري المحترفات لكرة القدم

وكالات

سحبت، في مقر الاتحاد الأردني لكرة القدم، قرعة بطولة الدوري الأردني للمحترفات لوسم ٢٠٢٢.

وتتطلق البطولة يوم الأربعاء، الموافق ٧ تموز المقبل، بمشاركة: الأرنؤوكسي، الأهلي، النصر، الاستقلال، الاتحاد.

وراعى الجدول مشاركة فريق الأرنؤوكسي ببطولة غرب آسيا الثانية لأندية السيدات، بالفترة من ١٤ حتى ٢٢ تموز، وبطولة الأندية الآسيوية الثانية من ١٦ لغاية ٢٧ آب المقبل.

وحسب التعليمات، تقام مباريات البطولة بنظام الدوري المجرأ من ٣ مراحل ذهاب واياب، ومرحلة ذهبية، بحيث يفوز باللقب الفريق الحاصل على المركز الأول في ترتيب الفرق النهائي.

ونشر الموقع الرسمي لاتحاد الكرة جدول مباريات الدوري.

٣ ميداليات لمنتخب بناء الأجسام في بطولة جورجيا

وكالات

توج المنتخب الوطني لبناء الأجسام واللياقة البدنية بميدالية ذهبية وميداليتين فضيتين، خلال مشاركته في بطولة جورجيا الدولية.

ونجح لاعب المنتخب الوطني، فادي غياضة، بنيل ذهبية وزنه (٨٠ كغم)، في البودي بلدينج، فيما حصل اللاعب ضياء لطفي على فضية فنته ١٧٣ سم.

كما توج غياضة بفضية منافسات (الافر أول في البودي بلدينج)، وفق خبر صادر عن اللجنة الأولمبية.

لاعب المنتخب الوطني للجهاز أبو السعود يبلغ نهائي البطولة الآسيوية

وكالات

احتفظ لاعب المنتخب الوطني للجهاز، أحمد أبو السعود، بلقبه كبطل لآسيا، على جهاز حسان المقايض، وذلك بعد نيله، مساء الجمعة، الميدالية الذهبية، في البطولة الآسيوية والمقامة في العاصمة القطرية الدوحة.

ونجح أبو السعود في احتلال المركز الأول في نهائيات جهاز حسان المقايض، ليكرر إنجازه في النسخة الماضية من البطولة والتي أقيمت في عام ٢٠١٩ بالعاصمة المنغولية أولان باتور.

ويهدأ الإنجاز يواصل أحمد أبو السعود سلسلة الإنجازات والنتائج المتتيزة التي يسجلها في الأونة الأخيرة بمختلف البطولات التي يشارك فيها.

من الرابع في سباق الميركاتو بين جوارديولا وكلوب؟

وكالات

أيام قليلة منذ انتهاء الموسم المثيرة الدوري الإنجليزي، والذي شهد معركة ساخنة بين مانشستر سيتي وليفربول على اللقب، انتهت بتتويج السماوي، حتى بدأ سباق آخر بين الفريقين، ولكن في سوق الانتقالات.

ويدرك كل فريق، أنه بحاجة للتطور أكثر لمواصلة دفع بعضهما البعض لأقصى حد، وهو ما تجسد في الصفقات التي قام بها المديران يورجن كلوب وييب جوارديولا مبكراً هذا الصيف.

وتعاقد مانشستر سيتي مع هالاند مقابل ٥١ مليون إسترليني، بينما ضم ليفربول، المهاجم داروين نونيز مقابل ٨٥ مليون إسترليني. ويواصل ليفربول والماني سيتي إنفاق الأموال كما كان الحال في المواسم الماضية، لتعزيز الصفوف بشكل جيد.

ويعد مانشستر سيتي من أغنى الأندية في العالم، منذ الاستحواذ عليه في ٢٠٠٨، بينما يتمتع الريز بدكاء أكبر في الإنفاق مقارنة بالسيتي، وذلك بحسب صحيفة «ذا صن».

ويشتهر ليفربول بصاغة إنفاقه على الصفقات، ففي الوقت الذي ينفق فيه الكثير من الأموال على المواهب البارزة، يجني أيضاً أموالاً ضخمة في عمليات البيع، كما فعل في بيع كوتينييو مقابل ١٤٥ مليون إسترليني في شتاء ٢٠١٨.

واستغل ليفربول، أموال صفقة كوتينييو، وقام بشراء الثاني أليسون بيكر وفيرجيل فان دايك، وهما من أهم لاعبي الفريق في المواسم الماضية.

وعند النظر إلى صاغة الإنفاق (الأموال التي تنفق في الشراء، وي طرح منها أموال البيع)، نجد أن ليفربول يتفوق بشدة على الماني سيتي.

ومنذ وصول جوارديولا إلى ملعب الاتحاد في ٢٠١٦، وصل صاغة إنفاق السيتي على الصفقات، ٦٩٤ مليون إسترليني مقابل ٣٧٢ مليوناً لكلوب، أي ما يقارب من النصف.

وبالتالي يبلغ معدل صاغة إنفاق السيتي على الصفقات في الموسم الواحد، ١١٥ مليون إسترليني مقابل ٦٢ مليوناً للريز.

يأتي ذلك في الوقت الذي ورث فيه كلوب، فريقاً ضعيفاً لا يتمتع بنجوم أو عمق في القائمة، وكان أكثر اللاعبين مشاركة معه في الموسم الأول هم سيمون مينيولييه وناتانيل كلاين وألبرت مورينو وإيمري تشان، ويتواجد على مقاعد البدلاء، جوردان أبي وكيفين ستيوارت وشي أوجو ويراد سميث.

ويعد ٦ سنوات، حول المدرب الألماني، ليفربول إلى فريق يتميز بخطف هجوم ناري، وعمق في كل مركز في أنحاء الملعب.

سان جيرمان لم ييأس من زيدان.. ويفاوض بديله!



وكالات

جيرمان في مفاوضات متقدمة بشأن زيدان، والمناقشات بشأن تعيين مدرب ريال مدريد السابق تجري جنيا إلى جنب مع المفاوضات مع نيس من أجل جالتيه.

ونوه مراسل الشبكة الفرنسية إلى رفض زيدان في وقت سابق التعاقد مع الفريق الباريسي، على الرغم من أن النادي لم يتخل عن ضمه.

يذكر أن تعاقد مورييسو بوكيتينو مع سان جيرمان ينتهي بنهاية الموسم المقبل في صيف ٢٠٢٣.

وكالات

لمستشار الرياضي لويس كامبوس. وكشفت صحيفة ليكيب أن المستشار الرياضي لبي إس جي بدأ بالفعل مفاوضات رسمية مع نادي نيس، للتعاقد مع جالتيه.

كما أشارت إلى أنه بجانب محاولات استخدام جالتيه، يحاول مسؤولو سان جيرمان أيضا إحراز تقدم في المفاوضات الذي يقال منذ فترة طويلة أنه الخيار المفضل لملك النادي في قطر. أكدت شبكة RMC أن باريس سان

يسابق مسؤولو نادي باريس سان جيرمان الفرنسي الزمن للتعاقد مع مدير فني جديد، تمهيدا لإقالة المدرب الحالي، مورييسو بوكيتينو.

ذكرت شبكة RMC الفرنسية أن باريس سان جيرمان يعمل بشكل متزامن في التفاوض مع زين الدين زيدان المدير الفني السابق لريال مدريد، وكريستوف جالتيه مدرب نيس. وأضافت أن جالتيه يبدو الخيار المفضل

ثروت الحجاج تحرز فضية بطولة آسيا وأقيانوسيا لرفع الأثقال البارالمبية



وكالات

توجت لاعبة المنتخب الوطني لرياضة رفع الأثقال البارالمبية، ثروت الحجاج، بالميدالية الفضية، ضمن منافسات وزن ٨٦ كغم، في بطولة آسيا وأقيانوسيا والمقامة في مدينة بيبونجتيك الكورية الجنوبية وتحظى بمشاركة ٢٣١ لاعب ولعبة من ٣٣ دولة.

ونجحت الحجاج في رفع ١٢٦ كغم- كأفضل رفعة لها خلال هذه المنافسات - لتحل المركز الثاني وتحرز الميدالية الفضية، فيما حصلت الصينية شينغ فيفي على ذهبية الوزن بعد أن رفعت ١٣٢ كغم، وجاءت الكورية الجنوبية يانغ جاييون بالمركز الثالث ونالت البرونزية بعد أن رفعت ١١٠ كغم.

وتعتبر هذه هي الميدالية الثالثة التي يجتقها المنتخب الوطني في بطولة آسيا وأقيانوسيا الحالية، حيث كان عمر قرادة قد توج بذهبية وزن تحت ٤٩ كغم فيما

أحرز معزز الجندي برونزية وزن تحت ٩٧ كغم. ويستكمل المنتخب الوطني مشاركته في البطولة يوم غد السبت، حيث سيظهر اللاعب جميل الشبلي في منافسات وزن فوق

نيفيل: بوجبا ويوناييتد شراكة فاشلة

وكالات

يعتقد لاعب مانشستر يونايتد السابق جاري نيفيل، أن الفترة التي قضاها الفرنسي بول بوجبا في صفوف الشياطين الأحمر ستبقى في خانة الذكريات الحزينة لدى الطرفين.

جاء ذلك بعدما تبين أن بوجبا رفض عرضاً لتجديد العقد مع يونايتد، ينص على تقاضيه أكثر من ٣٠٠ ألف جنيه إسترليني في الأسبوع، بحسب محادثة لوكيله الراحل ميتو رايبولا، ظهرت خلال فيلم وثائقي جديد للاعب.

ومن المنتظر أن يعود بوجبا إلى يوفنتوس، حيث يستعد اللاعب الفرنسي البالغ من العمر ٢٩ عاما للموافقة على عقد مدته ٤ سنوات، وفقا لتقارير عدة.

وقال نيفيل عبر منصة تيك توك "لست متزعجا من تعليقات بوجبا لأكون صادقا مكم. أعتقد أنه بمجرد مغادرة اللاعب، يمكنه أن يقول ما يشاء".

وأضاف "لكنني لا أعتقد أنه قدم أداء جيدا خلال السنوات الست الماضية، وكذلك لم يتعامل معه النادي بشكل جيد أيضا.."

اللجنة الأولمبية تعقد اجتماع جمعيتها العامة غير العادي

وكالات

عقدت اللجنة الأولمبية الأردنية، اجتماع جمعيتها العامة غير العادي برئاسة الدكتور ساري حمدان نائب سمو الأمير فيصل بن الحسين، رئيس اللجنة الأولمبية الأردنية.

وحضر الاجتماع سمو الأميرة آية بنت الفيصل، رئيسة الاتحاد الأردني لكرة الطائرة، ومحمد سلامة فارس النابلسي، وزير الشباب، ومحمد الهاندة، وزير الاقتصاد الرقمي والريادة، ونائب رئيس اللجنة الأولمبية الأردنية، الدكتور خالد عطيات، والأمين العام للجنة الأولمبية الأردنية ناصر المجالي.

وتخلل الاجتماع اعتماد عضوية الجمعية العامة للجنة الأولمبية، حيث تم اعتماد عضوية سمو الأمير فيصل بن الحسين عن فئة العضو الأردني في اللجنة الأولمبية الدولية.

كما تم اعتماد أعضاء الجمعية العامة عن فئة المميزين، وضمت وزير الشباب بصفته الوظيفية وأحمد الهاندة وسهير العلي والدكتور ساري حمدان.

وتم كذلك اعتماد أعضاء الجمعية العامة من فئة اللاعبين وضمت كل من ندين دواني ومحمد أبو لبددة وتاليا بتا بقله وكريم عناب وأحمد أبو غوش وجوليانا الصادق وعدي الهنداوي وريما فريد.

وتخلل الاجتماع انتخاب لجنتي الانتخابات والاستئناف، حيث ضمت لجنة الانتخابات الدكتور مازن قاقيش رئيسا للجنة وعضوية، رنا نظمي السعيد وعبدالله أبو سرية وعضوين احتياطيين، وهما محمد الكسواني ومحمد الألفي.

وضمت لجنة الاستئناف، الدكتور مصطفى عطيات رئيساً للجنة وعضوية محمد الحجارة وهاشم البري وعضوين احتياطيين وهما محمد القاعوري وشادي الجبجي.

وأعلن الدكتور ساري حمدان عن فتح باب الترشيح للانتخابات لمجلس إدارة اللجنة الأولمبية بدءاً من يوم السبت القادم وحتى يوم الثلاثاء الموافق القادم من الساعة التاسعة صباحاً وحتى الخامسة مساءً في مقر اللجنة الأولمبية الأردنية.

ووافقت الجمعية العامة للجنة الأولمبية الأردنية على عقد اجتماع الجمعية العامة العادي والذي سيجري خلاله انتخابات مجلس إدارة اللجنة يوم ٤ تموز المقبل في قاعة ياهلا بمدينة الحسين للشباب.

منتخب سيدات الأردن يعسكر في رومانيا

وكالات

يقوم المنتخب الأردني النسائي، معسكراً تدريبياً خارجياً في رومانيا، يبدأ الأربعاء المقبل ويستمر حتى ٣٠ يونيو/حزيران الجاري، ويتضمن مواجهة أصحاب الأرض ودياً، في إطار استعداداته للاستحقاقات المقبلة.

واستقر الجهاز الفني لمنتخب الأردن بقيادة المدرب ديفيد ناشيميتنو، على قائمة ضمت ٢٣ لاعبة لخوض المعسكر، وهن:

«شرين الشبلي، روندا كساب، تسنيم اسليم، وزهيران فريج، آية المجالي، رندا أبو حسين، المنود إيهاب، بانه البيطار، شهناز جبرين، لين البطوش، أنفال الصويغ، مي سويلم، ميساء جبارة، تسنيم ابو الرب، إيناس الجماعين، ليانا الصاحب، نقى إيهاب، ريتال الشوبكي، ياسمين الأجر، لانا فراس، أسيل مراد، عليا ناثل، تحرير القواسمي».

ويقدم لقاء رومانيا الودي يوم ٢٨ يونيو/حزيران الجاري، ضمن برنامج التحضيرات لخوض بطولة غرب آسيا، والتي تقام في أغسطس/ آب المقبل في الأردن.

شروط ملغوم يرهن انتقال ليفاندوفسكي إلى برشلونة

وكالات

فتح إدوارد روميو نائب رئيس نادي برشلونة للشؤون الاقتصادية الباب أمام إمكانية حسم صفقة روبرت ليفاندوفسكي، نجم بايرن ميونخ.

وصرح روميو عبر إذاعة راديو كتالونيا "القرارات المتفق عليها في الجمعية العمومية الأخيرة للنادي خطوة ضرورية للغاية، لكن حتى الآن يمكننا فقط من الحصول على الضوء الأخضر، علينا تحديد المهمة والانتهاج منها.."

وأضاف "اليوم، يمكن أن يوقع ليفاندوفسكي طالما أننا نطبق قاعدة ٣/١ المتفق عليها ضمن الإجراءات الاقتصادية.."

وأشار روميو في تصريحاته في هذا الشأن، إلى شرط ملغوم قد يؤكد يساعدهم على نجاح الصفقة، وربما يقسدها تماماً.

وقال "نظراً لأننا تجاوزنا حدود اللعب المالي النظيف الخاص ببرشلونة اليجا، فإذا لم تتمكن من توفير ثلاثة أضعاف راتب (ليفاندوفسكي) ستصبح الصفقة غير ممكنة.."

وينتهي تعاقد النجم البولندي مع بايرن ميونخ في صيف العام المقبل ٢٠٢٣.

وأكد ليفاندوفسكي غير مرة أنه يريد الرحيل عن بايرن والانتقال إلى برشلونة، في الموسم المقبل، لكن إدارة بايرن ميونخ تتمسك بشروطها المالية (نحو ٤٠ مليون يورو) لإطلاق سراحه.

ليفاندوفسكي: رحيلي الآن في مصلحة البايرن

وكالات

أكد المهاجم البولندي روبرت ليفاندوفسكي أنه يرغب في الرحيل عن بايرن ميونخ، ولكنه لا يريد فرض أي شيء ويسعى للبحث أفضل أفضل حل لجميع الأطراف.

وقال ليفاندوفسكي في تصريحات لصحيفة (بيلد) الألمانية "يتبقى عام في عقدي، ولذا طلبت من النادي الموافقة على رحيلي، أعتقد أن الوضع الحالي هو أفضل حل للجميع حتى يتمكن النادي من الحصول على مقابل لائق.."

وأضاف "لا أريد فرض أي شيء، أسعى للبحث عن أفضل حل، يجب تهدئة المشاعر، أرغب في الحديث بهدوء وليس عبر وسائل الإعلام.."

وأشار ليفاندوفسكي إلى أنه لا يرغب في تصعيد الموقف وأنه يكن احتراما كبيرا للبايرن، مؤكداً أن النادي وميونخ أصبحا وطننا ثانياً له.

وأضاف "أتمنى أن يفهمي الجمهوريوما ما.. وتأتي تصريحات ليفاندوفسكي بعدما أجرى مكالمات هاتفية مع المدير الرياضي للبايرن، حسن صالح حميديتش، بعد أن أكد اللاعب في مقابلة رغبته في الرحيل عن النادي البافاري.

وكشف حميديتش لوسائل الإعلام عن المكالمات وقال إن ليفاندوفسكي هو من اتصل به ولكن المدير الرياضي للبايرن أكد له موقف النادي وأنه يجب عليه الالتزام بعقد.

البحرية الأوكرانية تعلن «ضرب» سفينة روسية محملة بالأسلحة

✦ موسكو

أعلنت البحرية الأوكرانية، الجمعة، أنها وجهت ضربة لسفينة روسية كانت تحمل أنظمة دفاع جوي إلى جزيرة في البحر الأسود. وفي تغريدة على حسابها في «تويتر»، قالت البحرية الأوكرانية إن «السفينة فاسيلي بيخ كانت تستخدم لنقل ذخيرة وأسلحة وأفراد إلى جزيرة الثعبان (Snake Island)، وهو أمر حيوي لحماية الممرات البحرية خارج ميناء أوديسا الرئيسي.

ولم تذكر البحرية الأوكرانية حجم الضرر الذي لحق بالسفينة الروسية من جراء الضربة، إلا أنها اختلفت التفرقة بعبارة: «موسكا لن تكون وحدها أبداً»، في إشارة إلى السفينة الروسية «موسكا» التي أغرقتها البحرية الأوكرانية في أبريل الماضي. وكانت «موسكا» السفينة الرئيسية لأسطول البحر الأسود الروسي، الذي استخدم في الاستيلاء على جزيرة الثعبان. وجزيرة الثعبان، التي تقع على بعد حوالي 35 كيلومترا من الساحل، ظهرت بشكل مؤثر في وقت مبكر من الحرب، عندما تحدى حرس الحدود الأوكرانيون المتمركزون هناك الأوامر الروسية بالاستسلام.

وقالت البحرية الأوكرانية، الجمعة، إنه «بعد غرق السفينة الرئيسية موسكا، بدأ الروس في تثبيت نظام صاروخي مضاد للطائرات يسمى TOR على أسطح سفنهم»، مضيفة أن هذا «لا يعني منع القوات البحرية الأوكرانية من نزع سلاح المحتلين الروس»، وفق ما ذكرت صحيفة «واشنطن بوست».

الداخلية البريطانية تصدر قرارها بشأن تسليم أسانج إلى أميركا

✦ لندن

تعترم المملكة المتحدة تسليم مؤسس موقع ويكيليكس، جوليان أسانج إلى الولايات المتحدة بعد موافقة وزارة الداخلية البريطانية على طلب واشنطن.

وأعلنت وزارة الداخلية البريطانية أن وزيرة بريتي باتيل وافقت على طلب الولايات المتحدة لتسليمها جوليان أسانج الذي تلاحقه واشنطن بتهمة تسريب كميات كبيرة من الوثائق السرية.

ونقلت وكالة الصحافة الفرنسية عن ناطق باسم وزارة الداخلية البريطانية قوله إن وزيرة بريتي باتيل «ستوقع أمر التسليم في حال عدم وجود أي دواع تمنع صدوره».

وأمام أسانج مهلة 14 يوما لاستئناف القرار.

على الجانب الآخر، دان موقع ويكيليكس، توقيع وزيرة الداخلية البريطانية قرار تسليم مؤسسها جوليان أسانج للولايات المتحدة معتبرا أنه «يوم مظلم لحرية الصحافة»، وأعلن أنه سيستأنف القرار.

وكتب «ويكيليكس» على «تويتر» وافقت وزيرة الداخلية البريطانية (بريتي باتيل) على تسليم ناشر ويكيليكس جوليان أسانج إلى الولايات المتحدة حيث قد يواجه حكما بالسجن لمدة 175 عاما. وأضاف أنه «يوم مظلم للصحافة وللديمقراطية البريطانية وسيتم استئناف القرار».

وتريد الولايات المتحدة محاكمة أسانج بتهمة نشر أكثر من 700 ألف وثيقة سرية اعتبارا من عام 2010 تتعلق بأنشطة عسكرية ودبلوماسية أميركية لا سيما في العراق وأفغانستان.

وفي حال تمت محاكمته في الولايات المتحدة فهو مهدد بعقوبة بالسجن قد تصل إلى 175 عاما.

المفوضية الأوروبية توصي بمنح أوكرانيا وضع دولة مرشحة لعضوية الإتحاد الأوروبي

✦ عمان

أوصت المفوضية الأوروبية بمنح أوكرانيا وضع الدولة المرشحة للانضمام إلى الإتحاد الأوروبي، وفق ما أعلنت رئيسة المفوضية أورسولا فون دير لاين في مؤتمر صحفي اليوم الجمعة.

وستتم مناقشة هذا الرأي في القمة الأوروبية في 23 و 24 حزيران الجاري، وينبغي على قادة دول الإتحاد الأوروبي الـ27 المصادقة عليه بالإجماع، وفق ما أوردت شبكة يورونيوز الأوروبية. وفي أول رد فعل على القرار اعتبر الرئيس الأوكراني فولوديمير زيلينسكي قرار المفوضية الأوروبية خطوة «تاريخية» لانضمام أوكرانيا إلى الإتحاد.

هجوم إلكتروني على منتدى سان بطرسبرغ. وبوتن يؤجل كلمته



✦ وكالات

أعلن الكرملين، الجمعة، أن هجوما إلكترونيا تسبب في تأجيل كلمة للرئيس الروسي فلاديمير بوتن، أمام منتدى سان

بطرسبرغ الاقتصادي.

وقال المتحدث باسم الكرملين ديميتري بيسكوف، إن المنتدى المهم تعرض لهجوم إلكتروني، مما أجبر بوتن على تأجيل كلمة

مقررة لمدة ساعة.

وتابع بيسكوف في اتصال مع الصحفيين، إن المتخصصين يعملون على حل المشكلة.

ولم يصدر رد من السلطات الروسية بشأن الإعلان الأوكراني.

توصية بمنح أوكرانيا صفة «دولة مرشحة للاتحاد الأوروبي»

✦ وكالات

أوصت المفوضية الأوروبية، الجمعة، بمنح أوكرانيا صفة الدولة المرشحة لعضوية الإتحاد الأوروبي التي تسعى إليها كييف بقوة، حسبما أعلنت رئيسة المفوضية أورسولا فون دير لاين.

لكن الضوء الأخضر من المفوضية تراهه شروط، وينبغي أن تتم المصادقة عليه بإجماع الدول الـ27 الأعضاء في التكتل قبل بدء مفاوضات طويلة.

ولم تبت المفوضية من قبل بهذه السرعة في طلب ترشيح أصبح مسألة عاجلة، بسبب الحرب التي تشنها روسيا منذ أكثر من 3 أشهر وتعد جزءا من الدعم الذي يقدمه الأوروبيون لأوكرانيا في مواجهة موسكو.

خلال زيارة إلى كييف، الخميس، قال الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون الذي رافقه المستشار الألماني أولاف شولتس ورئيس الحكومة الإيطالية ماريو دراغي، إن باريس وبرلين وروما تؤيد منح أوكرانيا وضع الدولة المرشحة رسميا «فورا».

وأكد الرئيس الأوكراني فولوديمير زيلينسكي أن كييف «ستعددة للعمل من أجل أن تصبح عضوا كاملا» في الإتحاد الأوروبي. وقدمت كييف ترشيحها في أواخر فبراير عقب بدء الغزو، ومنذ ذلك الحين لم يكف زيلينسكي عن وضع الإتحاد الأوروبي أمام تحدٍ لإثبات أن «الأقوال حول انتماء الشعب الأوكراني إلى الأسرة الأوروبية ليست كلاما فارغا».



وتصبح مرشحة لعضوية الإتحاد الأوروبي، يجب أن تحقق أي دولة سلسلة من المعايير السياسية (الديمقراطية وسيادة القانون وحماية الأقليات)، والاقتصادية (اقتصاد السوق القابل للاستمرار)، والالتزام بإدخال قواعد القانون الأوروبي. وترتبط أوكرانيا أساسا بالاتحاد الأوروبي اتفاقية شراكة دخلت حيز التنفيذ في سبتمبر 2017. واعتبرت رئيسة المفوضية الأوروبية التي زارت أوكرانيا مرتين، أن سلطات البلاد

«فعلت الكثير» استعدادا لترشيحها، لكنها قالت إنه لا يزال هناك «الكثير لتفعله»، خصوصا فيما يتعلق بمكافحة الفساد واحترام سيادة القانون.

وما زال الفساد مستشريًا في أوكرانيا، ففي تقريرها لعام 2021 صنفت منظمة الشفافية الدولية غير الحكومية هذا البلد في المرتبة 122 من أصل 180.

وهذا أفضل مما كانت عليه في 2014 (المرتبة 142)، لكنها ما زالت بعيدة جدا عن جيرانها في الإتحاد الأوروبي (الأسوأ بلغاريا في المرتبة 78).

طائرات ومدفعية الاحتلال تقصف بيت حانون شمالي قطاع غزة

✦ غزة

قصفت طائرات ومدفعية الاحتلال الإسرائيلي أرضا زراعية ونقاط رصد تابعة للمقاومة الفلسطينية في بيت حانون شمالي قطاع غزة. وقالت مصادر فلسطينية، إن طائرات الاحتلال قصفت بعدد من الصواريخ أرضا زراعية في بيت حانون. كما قصفت بعدد من القذائف المدفعية نقاط رصد للمقاومة في بيت حانون ولم يبلغ عن وقوع إصابات. ويأتي ذلك في ظل ما ذكره المتحدث باسم جيش الاحتلال، أن منطادا عسكريا لقوات الاحتلال يستخدم في أعمال المراقبة سقط في بيت حانون شمال قطاع غزة.

وبثت فيديوهات مصورة للمنطاد وقد سقط في بيت حانون.

الصحة العالمية: المعاناة هائلة في العالم على صعيد الصحة النفسية

✦ عمان

دعت منظمة الصحة العالمية بلدان العالم كافة إلى زيادة استثماراتها في مجال الصحة النفسية، مؤكدة أن «المعاناة هائلة» على هذا الصعيد وقد تفاقمت بفعل جائحة كوفيد-19.

وحتى قبل بدء الجائحة، كان حوالي مليار شخص في العالم يعانون نوعا من الاضطرابات النفسية، وفق ما أعلنت الوكالة التابعة للأمم المتحدة في دراسة هي الأوسع لها بشأن الصحة الذهنية حول العالم استغرق إعدادها عقدين من الزمن.

وخلال السنة الأولى من الجائحة، ازدادت نسب الإصابة بالكتئاب والقلق بواقع الربع، لكن الاستثمارات اللازمة للتصدي لهذه الحالات لم تشهد أي ازدياد، إذ إن 2 بالمئة فقط من ميزانيات الوطنية للصحة وأقل من 1 بالمئة من إجمالي المساعدات الدولية على قطاع الصحة مخصصة للصحة النفسية، وفق تقرير منظمة الصحة العالمية، الذي نقلته شبكة يورونيوز الأوروبية.

وقال رئيس قسم الصحة النفسية في منظمة الصحة العالمية، مارك فان أوبرين، خلال مؤتمر صحفي، إن «كل هذه الأرقام متدنية للغاية»، لافتا إلى أن هذا التقرير يعكس إلى أي مدى «المعاناة هائلة» حول العالم، وهذا الوضع أسوأ للأشخاص الذين يعيشون في مناطق النزاع، حيث تشير التقديرات إلى أن شخصا من كل خمسة يعاني مشكلة في الصحة النفسية.

الرئاسة الفلسطينية تدين جريمة الاحتلال باغتيال ثلاثة مواطنين في جنين

✦ رام الله

أدانت الرئاسة الفلسطينية الجريمة البشعة التي ارتكبتها الاحتلال الإسرائيلي في مدينة جنين باغتيال ثلاثة شبان فلسطينيين، فجر الجمعة، وإصابة عشرة مواطنين آخرين. وقالت الرئاسة الفلسطينية في بيان لها، إن الحكومة الإسرائيلية تتحمل مسؤولية هذا التصعيد الخطير الذي يدفع بالمنطقة نحو التوتر وتفجر الأوضاع.

وأضافت الرئاسة الفلسطينية، أن هذه الجريمة التي ارتكبتها قوات الاحتلال الإسرائيلي تأتي قبيل زيارة الرئيس الأميركي جو بايدن للمنطقة في محاولة منها للتهرب من أي استحقاق سياسي. وأشارت إلى أن هذه الجريمة البشعة وغيرها من الجرائم هي الرد الإسرائيلي على المطلب الأميركي بوقف التصعيد.

اتفاق غير مسبوق في منظمة التجارة العالمية على صيد السمك وبراءات اختراع كورونا

✦ عمان

أعلن المؤتمر الوزاري لمنظمة التجارة العالمية أنه وافق في جنيف، على اتفاقات تاريخية، بشأن الصيد وبراءات اختراع لقاحات كوفيد-19 والأمن الغذائي. وقالت المدير العام للمنظمة نفوزي أوكونجو-إيويلا أمام رؤساء وفود الدول الـ164 الأعضاء في المنظمة، إن هذه «مجموعة غير مسبوقة من النتائج». لقد مضى وقت طويل منذ أن حققت منظمة التجارة العالمية مثل هذا العدد الكبير من النتائج المتعددة الأطراف. النتائج تبين أن منظمة التجارة العالمية قادرة على الاستجابة للحالات العاجلة في عصرنا». وفقا لما نقلته شبكة يورونيوز الأوروبية. وتناول المؤتمر موضوع انعدام الأمن الغذائي الناجم عن غزو روسيا لأوكرانيا فضلا عن إلغاء الدعم الذي يسهل الصيد المفرط ويفرض المحيطات ورفع البراءات التي تحمي لقاحات كوفيد-19 مؤقتا، وإصلاح المنظمة.

إسرائيل قلقة حيال شركتي طيران إيرانييتين في أميركا اللاتينية



الأربعاء إلى أن عملية تحقق أكدت عدم وجود أي من أفراد فيلق القدس ضمن الطاقم الموقوف. قبل ذلك بيوم، قالت باراغواي إن لديها معلومات تفيد بأن سبعة أشخاص من طاقم الطائرة أعضاء في فيلق القدس. وتتنتمي الطائرة لشركة «إمتراسور» التابعة لشركة «كونفيسا» الفنزويلية التي تخضع لعقوبات أميركية. وقالت إيران إن

✦ وكالات

أعربت السفارة الإسرائيلية في بوينس آيرس عن قلقها، حيال نشاطات شركتي طيران إيرانييتين في أميركا اللاتينية، مشيدة باحتجاز الأرجنتين الأسبوع الماضي طائرة على متنها طاقم إيراني.

وتحتجز الأرجنتين منذ الأربعاء الماضي طائرة شحن من طراز «بوينغ 747» قيل إنها تحمل قطع غيار سيارات، حيث منعت طاقمها المكون من 14 فنزويليا وخمسة إيرانيين من مغادرة البلاد بانتظار انتهاء التحقيقات. والأثنين أشار مسؤولون أرجنتينيون شكوكا حول وجود صلة بين الطائرة والحرس الثوري الإيراني الذي تصنفه الولايات المتحدة «منظمة إرهابية» أجنبية إلى جانب فيلق القدس التابع له.

وقالت السفارة الإسرائيلية في بيان إن «دولة إسرائيل قلقة خصوصا بشأن نشاطات شركتي الطيران الإيرانييتين «ماهان إير» و«فارس إير قشم» في أميركا اللاتينية».

وأضافت أن الشركتين «متورطتان في تهريب أسلحة ونقل أشخاص ومعدات تعمل لصالح فيلق القدس الخاضع لعقوبات من الولايات المتحدة». وأشارت الأرجنتين

اليونيسف: عدد الأطفال النازحين يصل إلى 37 مليونا في جميع أنحاء العالم

✦ عمان

المنظمة إن العدد العالمي للأطفال النازحين

زاد 2,2 مليون خلال العام السابق. وقالت المديرية التنفيذية لليونيسف كارلين راسل، «لا يمكننا تجاهل الأدلة. إن عدد الأطفال النازحين بسبب النزاعات والأزمات يتزايد بسرعة - وكذلك مسؤوليتنا في الوصول إليهم، وأمل في أن يدفع هذا الرقم المقلق الحكومات إلى منع الأطفال من النزوح في المقام الأول - وعندما يتم تهجيرهم، لضمان حصولهم على التعليم والحماية والخدمات الحيوية الأخرى التي تدعم رفاههم وتطورهم الآن وفي المستقبل».

تأتي الأزمات مثل الحرب في أوكرانيا - التي تسببت في فرار أكثر من مليوني طفل من البلاد وتشريد 3 ملايين داخليا منذ شباط - على رأس هذا الرقم القياسي. بالإضافة إلى ذلك، يتم طرد الأطفال والأسر أيضا من منازلهم بسبب ظواهر الطقس الشديدة، مثل الجفاف في القرن الأفريقي ومنطقة الساحل وجنوب أفريقيا. وكان هناك 7,3 مليون حالة نزوح جديدة للأطفال نتيجة للكوارث الطبيعية في عام 2021.

كما تضاعف عدد اللاجئين حول العالم

عشية اليوم العالمي للاجئين، حثت منظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسف) الحكومات على تعزيز الحماية والوصول إلى الخدمات للأطفال اللاجئين والمهاجرين والنازحين. وفي بيان قدرت اليونيسف أن الصراع والعنف والأزمات الأخرى أدت إلى نزوح 3,6 مليون طفل من منازلهم في نهاية عام 2021. وهو أعلى رقم مسجل منذ الحرب العالمية الثانية. ويشمل هذا الرقم 1,37 مليون طفل لاجئ وطالب لجوء وما يقرب من 2,28 مليون طفل مشرد داخليا بسبب الصراع والعنف، وفقا لما نقله مركز أخبار الأمم المتحدة. وأشارت اليونيسف إلى أن هذه الأرقام لا تشمل الأطفال النازحين بسبب الصدمات أو الكوارث البيئية، ولا أولئك الذين نزحوا مؤخرا في عام 2022. بما في ذلك جراء الحرب في أوكرانيا.

العدد القياسي للأطفال النازحين هو نتيجة مباشرة للأزمات المتتالية، بما في ذلك النزاعات الحادة والممتدة مثل أفغانستان، والهشاشة في بلدان مثل جمهورية الكونغو الديمقراطية أو اليمن والصدمات المرتبطة التي تفاقم بسبب آثار تغير المناخ. وقالت