الجمعة

السنة السابعة

٨ محرم ١٤٤٤ هـ الموافق ٢٦ محرم ٨

ثمن النسخة؛ حينار واحد العدد (٢٣٥٩)

www.omamio.com

الأمن يتعامل مع أعمال شغب

محدودة في لواء البترا

قال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، إن مجموعة من الأشخاص في لواء البترا، قامت بأعمال شغب محدودة إثر تنفيذ حملة أمنية في اللواء بالتنسيق مع سلطة إقليم البترا

وأضاف، أن قوة الأمنية تحركت إلى المكان على الفور وتم

الخارجية تتسلم نسخة من أوراق اعتماد

السفيرة السويسرية والسفيرة الايرلندية

تسلم أمين عام وزارة الخارجية وشؤون المغتربين بالوكالة السفير

حازم الخطيب، الخميس، نسخة من أوراق اعتماد سفيرة الاتحاد

الكونفدرالي السويسري الصديقة إيميليا جيورجيفا، سفيرا معتمدا

وأعسرب السفير الخطيب، خلال لقائه في مكتبه السفيرة

كما تسلم نسخة من أوراق اعتماد سفيرة جمهورية ايرلندا

وأعرب السفير الخطيب، خلال لقائه في مكتبه السفيرة بولجر،

عن تمنياته لها بالتوفيق والنجاح في مهامها الجديدة لتعزيز العلاقات

بانتظار الحسم النووى.. رحلة

المفاوضات تشهد مراحتها الأخيرة

على وقع ارتفاع حدة التصعيد بين القوة العظمى على أكثر من

جبهة، لاسيما في أوكرانيا وتايون، ينتظر العالم بحذر شديد ما

ستؤول اليه المفاوضات النووية من نتائج قد تغير خارطة وموازين

• أعلنت طهران، مساء الأربعاء، أنها تلقت ردا من واشنطن على

• أكدت إيران أنها ستنقل وجهة نظرها إلى الاتحاد الأوروبي،

• الاتفاق سيلزم طهران بنسبة محددة لتخصيب اليورانيوم.

• لن يسمح الإيران بتخصيب اليورانيوم أعلى من ٣/٦٧ بالمئة.

• ستمنع إيـران من تخزين أكثر من ٣٠٠ كلغ من اليورانيوم

• سيتم فرض القيود على البرنامج النووي الإيراني حتى عام

• استمرار للمعارضة الإسرائيلية التي ترى بالاتفاق امتيازات

• التعويل على سياسة واشنطن الساعية لضمان أمن إسرائيل

• محادثات فيينا غير المباشرة تعثرت مرارا بسبب طلبات متبادلة

• أصرت إيران على مطلب تقديم واشنطن لضمانات بعدم

التخلي المستقبلي عن الاتفاق، بالإضافة لمطالب أخرى مرتبطة

بنسب التخصيب والتقليل من قدرات الوكالة الدولية للطاقة

الذريىة بالكشف عن المواقع المعنية، وشطب اسم الحرس الثوري من

• الرئيس الأميركي جو بايدن غير قادر على تقديم تعهد بعدم

• أمام صعوبة التوصل لنتائج ملموسة قرر الاتحاد الأوروبي

• قدم الاتحاد عرضا نهائيا لإعادة إحياء الاتفاق، وتلقى الرد الإيراني عليه، وتشاور بشأنه مع الشركاء في خطة العمل الشاملة

التدخل في محاولة لوضع حد أمام رحلة المفاوضات المتعثرة

الانسحاب المستقبلي لأن الاتفاق النووي تفاهم سياسي غير ملزم

• التأكيد مرارا بعدم السمح لإيران بالتحول إلى دولة نووية.

باعتباره منسق المحادثات النووية، بعد استكمال المراجعة للرد.

"النص النهائي"، الذي قدمه الاتحاد الأوروبي لإحياء الاتفاق

جيورجيفا، عن تمنياته لها بالتوفيق والنجاح في مهامها الجديدة في

تعزيز العلاقات الثنائية بين البلدين الصديقين.

الثنائية بين البلدين الصديقين.

جديدة لصالح طهران.

كحليف استرايتيجي.

بين جميع الأطراف.

قائمة الإرهاب.

وليس معاهدة ملزمة قانونا.

المشتركة، والولايات المتحدة.

الصديقة ماريان بولجر، سفيرا معتمدا مقيما لدى المملكة.

لإزالة أية مخالفات في الإقليم.

التعامل معهم وإعادة فتح الطريق.

مقيما لدى الملكة.

تلقت منصة التحول الرقمي "طريق" التي أطلقتها منظمة

وقالت مديرة التحول الرقمي في المنظمة سارة علاء الدين لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، إن الرسائل المرسلة كافة، وشخصية مرسليها، تم التعامل معها بسرية ولا أحد يستطيع معرفة طالب هذه المساعدة حرصا على الخصوصية وزيادة الثقة لدى المجتمع بطلب المساعدة في هذا النوع من

وأضافت، إن المنصة تهدف إلى مساعدة زائريها في التعرف على مفهوم الجرائم الإلكترونية وآلية الوقاية منها ومساعدتهم في حال تعرض أي منهم لأي نوع من أنواع هذه الجرائم وتحقق السلامة الرقمية للأشخاص.

وبينت أن المنصة تحتوي على مساعد آلي يقوم على تقنية الذكاء الاصطناعي والذي يقوم بربط الشخص مع مقدم الخدمة وقد تعامل مع ٢٧٠ شخصا حتى الآن وهو رقم مبشر يشير إلى حجم الوعي من أجل مواجهة هذا النوع من الجرائم، بالإضافة إلى كل ما يتعلق بهذه الجرائم والأبحاث والدراسات التي تمت بالتعاون مع الجهات المعنية، وتضم أيضا مركزا

وأشارت الى أن بإمكان المنصة إيصال طالب الخدمة بمديرية الأمن العام مع ضمان عدم الكشف عن شخصية طالب الخدمة وبسرية تامة.

# افتتاح مهرجان منتجات الصيف الزراعية التعاونية

افتتح وزير الزراعة المهندس خالد الحنيفات الخميس، مندوبا عن رئيس الوزراء بشر الخصاونة، مهرجان منتجات الصيف الزراعية التعاونية في حدائق الحسين، بحضور عدد من الوزراء والسفراء والمنظمات الدولية والجمعيات.

والصناعات الغذائية المحلية، وتعزيز الأمن الغذائي، ضمن سلسلة مهرجانات ومعارض دائمة وأخرى موسمية تعمل عليها الوزارة ووفق روزنامة تسمح بتسويق المنتجات حسب الموسم والمحصول.

منحت الفرصة لـ١٠٠١ جمعية للمشاركة في المهرجان بمحاصيل موسمية وصناعات غذائية وحرف مختلفة تعود بالفائدة على المجتمعات الريفية والأسر المنتجة، وتساعد في توفير فرص عمل مباشرة وغير مباشرة ضمن مراحل الإنتاج والتصنيع

وأضاف الحنيفات، إن الوزارة وجهت جزءا كبيرا من خطتها الإقراضية العام الماضي وهذا العام، لدعم مشاريع التصنيع الغذائي والبرامج الريادية التي تدعم الشباب وتمكين المرأة، الأمر الذي ساعد الجمعيات والأفراد في المحافظات والأطراف

# استكمال العلاج بمدينة الحسين

بتوجيهات ملكية سامية.

الركن صادق بني نصر أهالي قطاع غزة فرحتهم باستقبال الطفل مصطفى هادي العبسي، واطمأن على حالته الصحية. وأكد العقيد الركن بني نصر، أن دعم ورعاية جلالة الملك عبدالله

الثاني، القائد الأعلى للقوات المسلحة مستمرٌ على الدوام للأشقاء في قطاع غزة من خلال المستشفى الميداني الذي يقدم الخدمات الطبية والعلاجية لأهالي القطاع منذ عام ٢٠٠٩.

من مرض لوكيميا الدم، وتم إجراء العديد من الجلسات الإشعاعية العلاجية خلال فترة العلاج في مدينة الحسين الطبية، وسيتم متابعة الحالة في المستشفى الميداني الأردني.

بعد إجراء الفحص الأولي من فريق التعزيز الطبي في المستشفى الميداني الأردني ومن خلال المسح الطبي لعدد من الحالات، أن هذه الحالة بحاجة إلى تقديم رعاية طبية عالية المستوى، حيث جاءت التوجيهات الملكية مباشرة بتنفيذ عملية الإخلاء

# ١٣٥٠ رسالة تطلب المساعدة والوقاية من الجرائم الإلكترونية

"سايرن أسوسييتس" غير الربحية بالتعاون مع مديرية الأمن العام وجمعية النساء العربيات في محافظة المفرق في الرابع من أب الحالي، ١٣٥٢ رسالة تطلب المساعدة والتوعية من الجرائم الإلكترونية خلال ٢٠ يوما.

وأكد الحنيفات أن المهرجان يأتي ضمن محور تسويق المنتجات

تشاركية وزارة الزراعة والمؤسسة التعاونية

# مغادرة حالة إخلاء طبى بعد

وصلت اليوم الخميس حالة إخلاء طبى إلى قطاع غزة، بعد مغادرتها المملكة اثر استكمال فترة علاجها في مدينة الحسين الطبية

وشارك قائد قوة المستشفى الميداني الأردني غزة ٧١ العقيد

وبين طبيب الأطفال المختص، أن الحالة المرضية كانت تعاني

من جهتهم، عبر ذوو الطفل عن بالغ شكرهم وتقديرهم لجلالة

الملك عبدالله الثاني لما رأوه من اهتمام ورعاية صحية حظي بها طفلهم، وإجراء ما يلزم له من خلال فريق طبي متخصص، مثمنين ما تقوم به القوات المسلحة الأردنية من جهود طبية وإنسانية في قطاع يُذكر، أن عملية الإخلاء تمت بتاريخ ١١ أيار الماضي، وتبين

# لسنوات ۲۰۲۰ – ۲۰۲۰ عبر منصَّة طريق الحكومة تقر خريطة طريق

# تحديث القطاع العام



## **∻عمان**

أقر مجلس الوزراء في جلسته التي عقدها الخميس، برئاسة رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة، خريطة طريق تحديث القطاع العام والبرنامج التنفيذي لها للسنوات ۲۰۲۲ - ۲۰۲۵ .

وأكد رئيس الوزراء التزام الحكومة بتحقيق النتائج المرجوة من خريطة تحديث القطاع العام في الوصول إلى قطاع عام كفؤ وفعال، وإعادة الألق لهذا القطاع الذي كان له إسهامات كبيرة في مسيرة التنمية في الأردن والعديد من الدول الشقيقة عبر عقود ماضية.

كما أكد رئيس الوزراء أن خريطة

تحديث القطاع العام حية ومرنة وقابلة للتحديث والتطوير وهي مفتوحة على أي تحسينات ايجابية، لافتا إلى أنه ستكون هناك وقفات للمراجعة والتحسين على التوصيات التي تتضمنها الخريطة وإعادة النظر بها وفقا لتقدم سيرالعمل في تنفيذها وحل أي معيقات قانونية أو مؤسسية أو إدارية أو فنية .

ووافق مجلس السوزراء بهذا الصدد على تشكيل اللجنة الوزارية العليا لمتابعة تنفيذ البرنامج التنفيذي لتحديث القطاع العام للسنوات 2022 - 2020.

وتضم اللجنة في عضويتها وزير التخطيط والتعاون الدولي، وزير دولة

لشؤون رئاسة الوزراء، وزير الاقتصاد الرقمي والريادة، وزير الداخلية، وزير القانونية ورئيس ديوان الخدمة المدنية.

إدارة وتنفيذ البرنامج التنفيذي لتحديث القطاع العام والتحول الرقمي في رئاسة الوزراء والسير قدما بإجراءات بدء هذه الوحدة لممارسة أعمالها وتكليف الوحدة بإعداد الخطة التفصيلية السنوية للمرحلة الأولى من خريطة الطريق ورفعها إلى اللجنة العليا لإقرارها من مجلس الوزراء قبل نهاية العام الحالي.

## دولة لشؤون الإعلام، وزير دولة للشؤون كما وافق المجلس على استحداث وحدة

# السودان ِــ احتجاجات جديدة للمطالبة بـ «الحكم المدنى»

خرج آلاف السودانيون، الخميس، في مسيرات جديدة "للمطالبة بالحكم المدنى وتحقيق العدالة"، استجابة لدعوة أطلقتها لجان المقاومة التي تقود الحراك الحالي؛ فيما قطعت الولايات المتحدة باستحالة عودة المساعدات الدولية "دون تحقيق تخول مدني حقيقي».

وانتشرت قوات الأمن السودانية بكثافة، وأغلقت شوارع رئيسية في وسط الخرطوم، مما أدى إلى شلل كامل في الكثير من مناطق العاصمة.

ويعيش السبودان أوضاعا أمنية واقتصادية معقدة وحالة من الاحتقان

السياسي؛ يسبب الاحتجاجات المتواصلة منذ أكثر من ١٠ أشهر، رفضا للإجراءات التي اتخذها قائد الجيش، عبد الفتاح البرهان، في الخامس والعشرين من أكتوبر ٢٠٢١، والتي قتل فيها ١١٩ متظاهرا حتى الأن.وتـرى القوى السياسية المشاركة في الاحتجاجات، أن حل الأزمة يكمن في "إنهاء كافة ما ترتب على إجراءات ٢٥ أكتوبر، والاستمرار في تفكيك تمكين نظام الإخوان، وتوحيد الجيش، وفقا لأسس مهنية متفق عليها، وتحقيق العدالة لقتلى الاحتجاجات الحالبة، إضافة إلى المئات ممن قتلوا في فض اعتصام المحتجين أمام القيادة العامة للجيش في الخرطوم في الثالث من يونيو ٢٠١٩».وتأتي الاحتجاجات

ديسمبر، التي أطاحت بنظامهم.

من السودانيين لمبادرتي "أهل السودان"، و"التوافق الوطني"، معتبرين أنهما "تجاهلتا بشكل كامل القضايا الجوهرية ومطالب الشارع، وأسستا لإعادة إنتاج نظام الإخوان وواجهاته».ونصت مبادرة "أهل السودان" على "منح الجيش جميع السلطات السيادية العليافي البلاد، من خلال مجلس أعلى للدفاع». كما أقرت "إعادة أموال وأصول وأراضي تقدر قيمتها بمليارات الدولارات، نهبتها عناصر من المؤتمر الوطني (الجناح السياسي لتنظيم الإخـوان)، إبان فترة حكمهم"، قبل أن تستردها اللجنة الوطنية في أعقاب ثورة

الجديدة هذه بعد رفض قطاعات واسعة

# تخريج أول دورة المظليين تضم مجندات في مدرسة الأمير هاشم بن الحسين



أختتمت الخميس، في مدرسة الأميرهاشم بن الحسين للعمليات الخاصة، دورة المظليين رقم ١ / ٢٠٢٢، بمشاركة مجموعة من ضباط

وضباط صف وأفراد في القوات المسلحة الأردنية ـ الجيش العربي، بحضور المساعد للعمليات والتدريب العميد الركن عبدالله شديفات. واشتملت الدورة على موضوعات

إضافةً إلى تمارين التعامل مع المظلات. يُشار إلى أن هذه المرة الأولى التي يتم خلالها إشراك مجندات في دورة المظليين.

اللياقة البدنية والتدريب الأرضي والجوي،

# تشكيل حكومة جديدة

عون: عدم جواز تعطيل استحقاق

دعا الرئيس اللبناني ميشال عون إلى تشكيل حكومة جديدة في أسرع وقت ممكن، لعدم جواز الاستمرار في تعطيل هذا

وقال عون خلال اجتماعه مع الرئيس المكلف لتشكيل الحكومة الجديدة نجيب ميقاتي،" إن المصلحة الوطنية العليا تقتضي بأن يكون الانتظام في المؤسسات الدستورية مؤمناً والشراكة الوطنية مصونة من حيث تشكيل الحكومة الجديدة أو من حيث انتخاب رئيس

وأشار إلى أن "حكومة تصريف الأعمال لن تكون قادرة على ممارسة مسؤولياتها على نحو كامل في حال تعذر انتخاب رئيس جديد للجمهورية لأي سبب كان».

يذكر أن ولاية عون الرئاسية تنتهي دستوريا في نهاية تشرين الأول المقبل، وسط مخاوف من عدم تمكن البرلمان اللبناني من انتخاب رئيس جديد، ما يقضي بحسب الدستور بأن تقوم حكومة تصريف الأعمال التي يرأسها ميقاتي بتولي مهام رئيس الجمهورية طيلة فترة الشغور الرئاسي.

## وفد منتدى السياسات العامة يطلع على نشاطات مركز زها الثقافي

اطلع وفد منتدى السياسات العامة برئاسة العين الدكتور خالد البكار الخميس، وعدد من أعضاء المنتدى على النشاطات التي يقدمها

وأكد البكار أهمية النشاطات التي يقدمها المركز، والتي تعزز الثقافة الوطنية للشباب، ومفهوم المواطنة واستغلال القدرات الفردية، وتنمية الولاء والانتماء، وبما يتوافق مع التوجهات الملكية السامية والأوراق النقاشية لجلالة الملك عبدالله الثاني.

ودعا البكار إلى دعم المركز خاصة منتجاته التي تعبر عن التراث الأردني وتسويقها من خلال المؤسسات التي تعنى بالوفود التي تزور الأردن، إضافة الى توفير جناح خاص في المعابر الحدودية لعرضها.

وقدمت مديرة مراكز زها رانيا صبيح شرحا مفصلا عن مختلف مرافق المركز، والخدمات التي يقدمها للمجتمع المحلي والشباب لختلف الفئات العمرية بين ٦-١٨ عاما.

وأشارت إلى أن شباب المركز شاركوا في عدة نشاطات خارج الأردن وحصدوا العديد من الجوائز العالمية، وحققوا المراكز الأولى في الروبوت والذكاء الاصطناعي والفني والموسيقي والرياضي غيرها.

وبينت أن فريق المركز للروبوت والذكاء الاصطناعي حصل أخيرا على لقب بطل العرب في شرم الشيخ، وحصد المرتبة الأولى في التصميم الهندسي على مستوى العالم في مسابقة "فيرست ليجو ليج" في الولايات المتحدة الأميركية.

وأكدت أن المركز يسعى إلى توفير فرص للشباب واليافعين ليكون لهم دور أكبر في المجتمع وصناعة شباب مثقف وواع ومشارك بجميع

ولفتت إلى أن المركز يعمل حاليا على إنتاج أول صحيفة الكترونية للأطفال يشكلون طاقمها كاملا وتعنى بمشاركة الطفل في الحياة السياسية والاقتصادية والاجتماعية.

وتحدثت صبيح عن مبادرات المركز ومنها إنشاء ١٣ روضة أطفال حكومية، وإعادة تأهيل ٧ مراكز شباب، وتنفيذ المبادرة الملكية السامية بإعادة تأهيل ٣٦٥ موقعا من خلال مشروع حدائق آمنة إضافة إلى إنشاء مركز شلل دماغي في الكرك.

## استشارية الاطباء تطالب بسحب مشروع قانون المجلس الطبى

طالبت الهيئة الاستشارية في نقابة الأطباء، بسحب مشروع قانون المجلس الطبي المعروض على مجلس النواب لإجراء تعديلات عليه بهدف تجويده.

جاء ذلك خلال اجتماع للهيئة في الملتقى العلمي للنقابة بحضور وزراء صحة ونقباء سابقين ومدراء مستشفيات ورؤساء جمعيات علمية في النقابة وعمداء كليات طب، خصص لمناقشة التحديات التي تواجهها النقابة. وقال نقيب الأطباء الدكتور زياد الزعبي، إن النقابة تواجه تحديات كثيرة، وتسعى للاستفادة من الخبرات الموجودة لحل تلك المشاكل، وأبرزها صندوق التقاعد وصندوق التكافل والصندوق التعاوني وقانون المجلس الطبي وقانون المسؤولية الطبية والاعتداء على الأطباء وتعديل قانون النقابة.

وأضاف، أن النقابة بصدد تعديل قانونها لتصبح للهيئة الاستشارية صفة قانونية، وتكون قراراتها تمثل الهيئة العامة وحلقة وصل بين النقابة والقطاعات الطبية في محافظات المملكة.

وأشار إلى أن قانون المسؤولية الطبية عرض على رئيس المجلس القضائي، حيث طلب تجميد العمل بقانون المسؤولية الطبية، إلى حين وضع الإجراءات التي يحاسب على أساسها الطبيب.

وحول قانون المجلس الطبي المعروض على مجلس النواب، بين الزعبي أن النقابة تطالب بسحبه وإعادة صياغته، خاصة أن النقابة لم تستشر عند صياغته، وفيه العديد من المواد المتناقضة، داعيا إلى تشكيل لجنة لكل ملف من الملفات الساخنة التي تواجه النقابة، وتحديد مواعيد لمناقشتها.

من جهتهم، أكد متحدثون ضرورة تعديل قانون المجلس الطبي، ولاسيما المادة ١٧، والحفاظ على البورد الأردني، لأن المساس به يضر بسمعة القطاع الطبي والأطباء.

وأضافوا أن هناك تحركا نيابيا لتشكيل لجنة للخروج من المأزق الذي سببه مشروع القانون بعد لقاء أصحاب العلاقة، وأن هناك بوادر إيجابية للوصول إلى توافق من خلال التفريق بين منح شهادة المزاولة وشهادة البورد، بحيث من يريد ممارسة الاختصاص داخل الملكة يجب إخضاعه لامتحان مزاولة لا علاقة له بشهادة البورد.

## الحوسبة الصحية تنظم محاضرة حول المعلوماتية الصحية

نظمت شركة الحوسبة الصحية، يومي الأحد والأربعاء الماضيين محاضرة لنحو ٧٠ طالبة من طالبات كلية الأميرة منى للتمريض/ الخدمات الطبية الملكية، حول المعلوماتية الصحية والملف الصحي الإلكتروني وبرنامج حكيم بمختلف تطبيقاته.

وقالت الشركة في بيان صحفي الخميس، إن المحاضرة، تأتي ضمن أطر التعاون والتنسيق ما بين كلية الأميرة منى للتمريض وشركة الحوسبة الصحية ممثلة في ذراعها التعليمي "أكاديمية حكيم "، للمساهمة في بناء قدرات طالبات التمريض وتدريبهن على كيفية استخدام برنامج حكيم عند التحاقهن في مختلف المنشآت الصحية التابعة للخدمات الطبية الملكية التي تطبق البرنامج.

وقال الرئيس التنفيذي لشركة الحوسبة الصحية المهندس عمر عايش حسب البيان، أن "الحوسبة الصحية" وضعت منذ تأسيسها في عام ٢٠٠٨، نصب عينيها الارتقاء بقطاع الرعاية الصحيّة وتعزيز جودة وكفاءة القطاع الصحي والخدمات الصحيّة المقدمة للمواطنين الأردنيين، بالاعتماد على التكنولوجيا لتوفير حلول تقنية فاعلة، وذلك من خلال العديد من الخدمات والبرامج والتطبيقات التي تم إطلاقها وتطويرها بسواعد أردنية، والتي يأتي في مقدمتها برنامج حكيم البرنامج الوطني لحوسبة القطاع الصحي.

## شركة كهرباء محافظة اربد المساهمة العامه المحدودة إعلان فصل التيار الكهربائي

ستقوم شركة كهرباء محافظة اربد يوم الاثنين الموافق ٢٠٢/٨/٢٩ بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن شارع الملكة نور، شارع الهاشمي، شارع بشرى، شارع محمد الفاتح، دوار الدرة ومجاوريه وذلك من الساعة الخامسة صباحا ولغاية الساعة الثامنة صباحا وعن تجمع ريف النعيمة غرب جنوب النعيمة وذلك من الساعة التاسعة صباحاً و لغاية الساعة الواحدة ظهراً في محافظة اربد.

وعن حي العليمات، المفرق الحي الجنوبي، شويكة، حي الامير حمزة، حي الهاشمي، المزة، اسكان ايدون بني حسن، حي الزهور، شارع العشرين من الساعة التاسعة والنصف صباحاً ولغاية الساعة الثالثة عصرا وعن عمرة وعميرة، ارحيبه من الساعة التاسعة والنصف صباحا ولغاية الساعة

وعن صخرة، كفرخل، صخرة طريق كفرخل، خلة الدالية، تجمعات الخضري، ريف عبكل، اسكان الاسر الفقيرة صخرة من الساعة التاسعة صباحاً ولغاية الساعة الثالثة عصرا في محافظة عجلون.

# مجلس الوزراء يقر خريطة طريق تحديث القطاع العام والبرنامج التنفيذي لها



أقر مجلس الوزراء في جلسته التي عقدها الخميس، برئاسة رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة، خريطة طريق تحديث القطاع العام والبرنامج التنفيذي لها للسنوات 2077 - 2020 .

وأكد رئيس الوزراء التزام الحكومة بتحقيق النتائج المرجوة من خريطة تحديث القطاع العام في الوصول إلى قطاع عام كفؤ وفعال، وإعادة الألق لهذا القطاع الذي كان له إسهامات كبيرة في مسيرة التنمية في الأردن والعديد من الدول الشقيقة عبر عقود ماضية.

كما أكد رئيس الوزراء أن خريطة تحديث القطاع العام حية ومرنة وقابلة للتحديث والتطوير وهي مفتوحة على أي تحسينات ايجابية، لافتا إلى أنه ستكون هناك وقفات للمراجعة والتحسين على التوصيات التي تتضمنها الخريطة وإعادة النظر بها وفقا لتقدم سير العمل في تنفيذها وحل أي معيقات قانونية أو

مؤسسية أو إدارية أو فنية . ووافق مجلس السوزراء بهذا الصدد على تشكيل اللجنة الوزارية العليا لمتابعة تنفيذ البرنامج التنفيذي لتحديث القطاع العام للسنوات ٢٠٢٢ - ٢٠٢٥ .

وتضم اللجنة في عضويتها وزير

التخطيط والتعاون الدولي، وزير دولة لشؤون رئاسة الوزراء، وزير الاقتصاد الرقمي والريادة، وزير الداخلية، وزير دولة لشؤون الإعلام، وزير دولة للشؤون القانونية ورئيس ديوان الخدمة المدنية.

كما وافق المجلس على استحداث وحدة إدارة وتنفيذ البرنامج التنفيذي لتحديث القطاع العام والتحول الرقمي في رئاسة الوزراء والسير قدما بإجراءات بدء هذه الوحدة لمارسة أعمالها وتكليف الوحدة بإعداد الخطة التفصيلية السنوية للمرحلة الأولى من خريطة الطريق ورفعها إلى اللجنة العليا لإقرارها من مجلس الوزراء قبل نهاية العام الحالي.

وقرر مجلس الوزراء تكليف وحدة متابعة الأداء الحكومي والإنجساز في رئاسة الوزراء بمتابعة تقدم سير العمل في البرنامج التنفيذي لتحديث القطاع العام. وكان رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة أعلن في وقت سابق أن خريطة الطريق لتحديث القطاع العام تتضمن برامج تنفيذية على مدى عشر سنوات؛ المرحلة الأولى من هذه البرامج خلال

الفترة من ٢٠٢٢ إلى ٢٠٢٥ يليها برنامج

تنفيذي على مدى ٣ سنوات، وبرنامج آخر

الحنيفات يفتتح مهرجان

منتجات الصيف الزراعية التعاونية

على صعيد آخر، أقرَّ مجلس الوزراء نظاماً معدُّلاً لنظام المساعدة القانونيَّة

ويأتي النِّظام لغايات تيسير سُبُل الخطرة في وزارة البيئة إلى عضويتها.

وصولا الى السنوات العشر.

الوصول إلى العدالة، وتعزيز سيادة القانون، وتوفير ضمانات المحاكمة العادلة، وتوسيع الفئات المستفيدة من المساعدة القانونيَّة من خلال إعادة النَّظر بمعايير وأسيس استحقاقها. كما أقر مجلس الوزراء نظاما معدلاً لنظام إدارة المواد والنّفايات الخطرة لسنة ٢٠٢٢م، لغايات إعادة تشكيل اللَّجنة الفنيَّة الإدارة المواد والنّفايات الخطرة، وذلك بإضافة ممثّل عن كلِّ من: وزارة النُّقل، وزارة الدَّاخليَّة، ومدير مديريّة إدارة النفايات والمواد

ونظرا لصدور نظام صندوق دعم وتطوير الصناعة رقم (٤٥) لسنة ٢٠٢٢م، ونشره في الجريدة الرسميَّة، والذي من شأنه أن يسهم في تعظيم استفادة الاقتصاد الوطني من خلال إعطاء المنتجات الأردنيَّة ميزة وحوافز تنافسيَّة أكبر في الأسواق المحليَّة والعالميَّة، وافق المجلس على الأسباب الموجبة لمشروع نظام إلغاء حوافز الأنشطة الصناعية رقم (١٣) لسنة ٢٠٢٠م.

# نفسية، وتستهدف أحيانا اختراق الحسابات المالية وخداع الأشخاص

من خلال الحسابات الوهمية. وبين أن أهم ما يمكن أن يقوم به من يقع عرضة للجريمة الإلكترونية تقديم صورعن الوثائق والإثباتات التي سلبها مرتكب الجريمة مع الشكوى لمساندة الأجهزة الأمنية في الوصول إلى الجاني، وهنا أيضا يظهر الدور المساند من قبل منظمات المجتمع المدني والعائلة والإسهام ببث الوعي لمواجهة هذا النوع من الجرائم والوقاية منها.

١٣٥٠رسالة تطلب المساعدة

والوقاية من الجرائم

الإلكترونية عبر منصّة طريق

تلقت منصة التحول الرقمي «طريق» التي أطلقتها منظمة «سايرن أسوسييتس» غير الربحية بالتعاون مع مديرية الأمن العام وجمعية

النساء العربيات في محافظة المفرق في الرابع من آب الحالي، ١٣٥٢

رسالة تطلب المساعدة والتوعية من الجرائم الإلكترونية خلال ٢٠

لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، إن الرسائل المرسلة كافة، وشخصية

مرسليها، تم التعامل معها بسرية ولا أحد يستطيع معرفة طالب هذه

المساعدة حرصا على الخصوصية وزيادة الثقة لدى المجتمع بطلب

وأضافت، إن المنصة تهدف إلى مساعدة زائريها في التعرف على

مفهوم الجرائم الإلكترونية وآلية الوقاية منها ومساعدتهم في حال

تعرض أي منهم لأي نوع من أنواع هذه الجرائم وتحقق السلامة

وبينت أن المنصة تحتوي على مساعد آلي يقوم على تقنية الذكاء

الاصطناعي والذي يقوم بربط الشخص مع مقدم الخدمة وقد تعامل

مع ٢٧٠ شخصا حتى الأن وهو رقم مبشر يشير إلى حجم الوعي من

أجل مواجهة هذا النوع من الجرائم، بالإضافة إلى كل ما يتعلق بهذه

الجرائم والأبحاث والدراسات التي تمت بالتعاون مع الجهات المعنية،

وأشارت الى أن بإمكان المنصة إيصال طالب الخدمة بمديرية الأمن العام مع ضمان عدم الكشف عن شخصية طالب الخدمة

ولفت المنسق الحكومي لحقوق الإنسان نذير العواملة خلال

مؤتمر وطني عقد في البحر الميت اليوم الخميس، بعنوان: " الحماية

الرقمية في الأردن وتحليل واقعها وسيناريوهاتها المستقبلية"، ضمن مشروع توسيع نطاق الحماية في الأردن والمدعوم من البرنامج الإقليمي

للحماية والتنمية "آر دي بي بي"، إلى أن ظهور الجرائم الإلكترونية

بمختلف أنواعها أصبح يهدد استقرار المجتمع ويمثل انتهاكا صارخا

وأضاف، إن من أبرز مظاهر هذه الجرائم عمليات اختراق

الحسابات الإلكترونية واستغلال الأطفال وصعوبة تعقب مرتكبيها،

وهو ما فرض جهودا أكبر على الأجهزة الأمنية المختصة التي تتعامل

ولفت إلى أن الجريمة الإلكترونية تتسبب بقضايا الانتحار

والتفكك الأسري وتدمير العلاقات الاجتماعية والإنسانية وأمراض

لحقوق الإنسان ويجب التصدي له من الجهات كافة.

مع هذه الجرائم بأساليب متطورة وحديثة.

المساعدة في هذا النوع من الجرائم.

الرقمية للأشخاص.

وتضم أيضا مركزا للتعلم.

وقالت مديرة التحول الرقمي في المنظمة سارة علاء الدين

وأشار إلى أن الأردن يتصدى للجريمة الإلكترونية عبر قانون يعاقب مرتكب هذا النوع من الجرائم بالسجن لسنوات بحسب نوع الجريمة، ويحمي القانون البيانات المالية للأفراد والمؤسسات، ويعاقب من يرتكب الذم والقدح والتحقير بحق الأخرين، ولا يتساهل مع مرتكب هذه الجرائم في ما يخص علاقات الأردن الخارجية.

وقال مدير مديرية الإعلام والشرطة المجتمعية في مديرية الأمن العام العقيد محمود الشياب، إن المديرية أطلقت مشاريع واعدة من بينها، مشروع "بنيان" والذي استهدف الشباب بمختلف فئاتهم؛ ليبنى مفاهيم الأمن والسلم، واشتمل على برامج ومبادرات لتدريبهم على حماية أنفسهم والآخرين من هذا النوع من الجرائم.

وأكد أن التطور التكنولوجي أدى إلى تشكل مجتمع رقمي ظهرت معه الكثير من الإيجابيات والسلبيات، مشيرا الى أن السلبيات وصلت حد ارتكاب الجريمة عبر الفضاء الإلكتروني، ومن هنا جاء بناء قدرات أفراد الأمن العام من خلال هذا البرنامج خاصة في مجال الجرائم الإلكترونية والعنف القائم على النوع الاجتماعي.

وأكد أن الإحصائيات أشارت إلى ارتفاع ثقة السكان بمديرية لأمن العام وهذا يمثل فرصة للاعتزاز والتقدير والبناء عليه مع المؤسسات الوطنية ومنظمات المجتمع المدني.

وبين المدير الإقليمي لبرنامج (آر دي بي بي) بيتر كوستوهريز، أن هذا المشروع يركز على الجريمة السيبرانية ورفع قدرات الجهات التي تعمل عليه، والتعاون مع المؤسسات والمنظمات والأجهزة كافة للوقاية من الجريمة الالكترونية وبث الوعي في المجتمعات بمفاهيم

وأكد أن المشروع استمر سنتين ورغم جائحة كورونا التي فرضت ظروفا مختلفة واستثنائية فقد استطاع المشروع تحقيق أهدافه وهذا ما تم عرضه في المعرض الخاص على هامش المؤتمر.

وقدم مدير شركة "سايرن الأردن" ستيفن بودي الشكر لمديرية الأمن العام على التعاون الكبير خلال فترة المشروع للوصول إلى مجتمع آمن وواع من خلال الشراكة مع المجتمعات المحلية، حيث تم استهداف ٦ مواقع في الأردن من بينها حي نزال والخالدية وايدون

منسقة البرامج لدى شركة "سايرن الأردن" رند طبيشات قالت، إن نتيجة البحث الذي تم إجراؤه خلال المشروع بينت أن ٨٠ بالمئة من ضحايا الجرائم الالكترونية الموجهة ضد الأفراد هم من الفتيات والنساء، وأن العنف القائم على النوع الاجتماعي عبر الانترنت وغيره كانت تشكل قلقا للمجتمع.

وأكدت أن من بين النتائج التي توصل إليها البحث ارتفاع مستوى ثقة المجتمع في الإعلانات الرسمية التي تطلقها مديرية الأمن العام والتي وصلت إلى ٩٠ بالمئة من المجتمع.

يشار إلى أن منظمة "سايرن اسوسيتس" منظمة غير ربحية مختصة في مجال الأمن والحماية وإصلاح القطاع العام تعمل في الأردن ولبنان وبريطانيا.

(بترا-بركات الزيود)

## الحكمة وأدالفو توقعان اتفاقية لتسويق علاج التهاب الأنف التحسسى

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجنسيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ للأنف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية.

وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، وأثبت الدواء، المرخص والمعتمد، فعاليته وأمانه لعلاج مرضى التهاب الأنف التحسسي، بالإضافة إلى قدرته في مساعدة العديد من المرضى على كبح الأعراض التي يعانون منها، مع خصائص متميزة في التأثير بشكل أسرع وآثار جانبية أقل.

وتشمل الاتفاقية الأسواق الرئيسية في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا. أي حلقات تسويقية ضمن أجواء عائلية يسودها الترفية لأفراد الأسرة.

وأشبار إلى أهمية مشاركة الجميع في المهرجان لما لذلك من أثر على الأسر الريفية ودعم استدامة عملها، مبينا أن المؤسسية تعمل على تطوير عمل الجمعيات لمواجهة تطلعات تحقيق الأمن الغذائي وتنمية المحافظات وتوفير فرص

يذكر أن المهرجان سيمتد حتى مساء السبت المقبل في حدائق الحسين ويضم ١٠٠ جمعية، وما يزيد على ٣٠٠ مشارك ومشاركة، ويحقق قيمة مضافة تطال حوالي ١٠٠٠ أسرة أردنية، وتشتمل أيام المعرض على فعاليات فنية وترفيهية.

وقال مشاركون في المهرجان لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) إن المهرجان سهل عليهم تسويق منتجاتهم، داعين إلى استدامة هذه المهرجانات وإقامتها في جميع عمل مباشرة وغير مباشرة ضمن مراحل الإنتاج والتصنيع والتعبئة والتسويق.

جنزءا كبيرا من خطتها الإقراضية العام الماضي وهذا العام، لدعم مشاريع التصنيع الغذائي والبرامج الريادية التي تدعم الشباب وتمكين المرأة، الأمر الذي ساعد الجمعيات والأفراد في المحافظات والأطراف والمخيمات.

وأشيار إلى آليات ستدعم استدامة عمل الجمعيات من خلال الخطة الوطنية للزراعة المستدامة خلال العام المقبل، وبما يضمن تعميم رؤية الإنتاج والتصنيع والتعبئة والتخزين للمحاصيلي المحافظات ودعم الوزارة لهذا التوجه.

وبين مدير عام المؤسسة التعاونية

وأضاف الحنيفات، إن الوزارة وجهت

عبدالفتاح الشلبي أن المهرجان يقدم للعائلة الأردنية فرصة تسوق للمنتجات الزراعية والصناعات الغذائية المحلية المأمونة والمضمونة من المنتج مباشرة ودون

وأكد الحنيفات أن المهرجان يأتي

وبين أن تشاركية وزارة الزراعة والمؤسسة التعاونية منحت الفرصة لـ١٠٠١ جمعية للمشاركة في المهرجان بمحاصيل موسمية وصناعات غذائية وحرف مختلفة تعود بالفائدة على المجتمعات الريفية والأسر المنتجة، وتساعد في توفير فرص

افتتح وزير الزراعة المهندس خالد

ضمن محور تسويق المنتجات والصناعات الغذائية المحلية، وتعزيز الأمن الغذائي، ضمن سلسلة مهرجانات ومعارض دائمة وأخرى موسمية تعمل عليها الوزارة ووفق روزنامة تسمح بتسويق المنتجات حسب الموسم والمحصول.

الحنيفات الخميس، مندوبا عن رئيس الوزراء بشر الخصاونة، مهرجان منتجات الصيف الزراعية التعاونية في حدائق الحسين، بحضور عدد من الوزراء والسفراء والمنظمات الدولية والجمعيات.

## ناسا تلغى مهمة نسائية إلى الفضاء وتدافع عن قرارها

واصلت وكالة الفضاء الأمريكية (ناسا) الأربعاء الدفاع عن قرارها إلغاء خروج فريق مؤلف من النساء فقط إلى الفضاء بسبب نقص في البَزّات، مؤكدة عدم وجود تحيّز جنسي.

وقالت "ناسا" الاثنين، إن الخروج من محطة الفضاء الدولية الجمعة ستنفذه كريستينا كوك ونيك هيغ بدلا من كوك وآن ماكلين، وهما رائدتان موجودتان في المحطة حاليا مع أربعة رواد هم أمريكيان وروسي وكندي.

ولم تكن إلا بزة فضائية واحدة متوافرة بالحجم المتوسط جاهزة للاستخدام في المحطة والرائدتان في حاجة إلى ذلك الحجم، وكانت ماكلين أكدت أن الحجم المتوسط ناسبها أكثر من الحجم الكبيربعد خروجها إلى الفضاء في 27 آذار/

ولو أن كوك وماكلين خرجتا معا إلى الفضاء، كانت هذه المرة الأولى التي يكون فيها طاقم الرواد مؤلفا من نساء بالكامل.

فحتى الأن، نفّذت فرق مؤلفة من ذكور أو

## منذ انطلاق عمل محطة الفضاء الدولية في العام ١٩٩٨. وأثار هذا الأمر ردود فعل من محبي الفضاء وناشطات نسويات رأوا فيه عدم استعداد "ناسا" لتغيير إرث فضائي استمر لعقود كان الرجال يهيمنون عليه، خصوصا أن الوكالة تحضر بعناية التفاصيل الدقيقة لرحلاتها، وهي تحضر رحلة جديدة إلى القمر بحلول العام ٢٠٢٤. وغردت هيلاري كلينتون على "تويتر": "اعطونا حجة أخرى". وقالت جولي كوهين مخرجة فيلم "آربي جي": "تستطيعون إرسال رجل إلى القمر، لكن لا تستطيعون جمع بزتين فضائيتين لرائدتين الم

مختلطة من ذكور وإناث مهمات خارج المحطة

وقالت الناطقة باسم "ناسا" براندي دين لوكالة فرانس برس: "١٢ ساعة إضافية كانت ستجبرنا على تأجيل موعد الخروج إلى الفضاء، الأمر الذي كان سيكون صعبا بسبب الجدول الزمني للمحطة، وموعد وصول مركبات شحن". وكتبت ماكلين على 'تويتر": "هذا القرار اتخذ بطلب مني. يجب علينا ألا نقبل بالأخطار إذا كان يمكن تجنبها. سلامة الطاقم وتنفيذ المهمة هما دائما من الأولويات".

## لوموند: عام ۲۰۱۹ حاسم بالنسبة للتنوع الحيوى في المحيطات

نشرت صحيفة "لوموند" الفرنسية مقال رأي مشترك لكل من الرئيس التنفيذي لجموعة "فيرجن" ريتشارد برانسون، وأمير إمارة موناكو ألبير الثاني، دعا كلاهما من خلاله إلى تبني معاهدة طموحة وملزمة قانونا تتضمن تدابير صارمة للحفاظ على التنوع الحيوي لأعالي البحار. وقال الكاتبان، في مقالهما الذي ترجمته عربي ٢١"، إن أعالي البحار تمتد تقريبا على نصف كوكبنا، كما تشكل جزءا هاما وأساسيا من النظام البيئي العالمي الذي لم يخضع إلى حد الأن إلى أي إجراء حقيقي لحمايته. ولحسن الحظ، بدأ هذا الوضع يحظى بأهمية من أجل تغييره. فمنذ يوم الاثنين ٢٥ آذار/ مارس، اجتمعت الوفود في مقر الأمم المتحدة في نيويورك لفتح مفاوضات بشأن نص المعاهدة المتعلقة بالتنوع الحيوي لأعالي البحار.

وذكر الكاتبان أن هذه المعاهدة ستكون بمثابة الفرصة الوحيدة لحماية آخر النظم البيئية البحرية الشاسعة على سطح الأرض. وباعتبار أنها ستكون واحدة من أهم النصوص القانونية لحماية البيئة على مستوى دولي منذ عقود، فإنه يمكن لهذه المعاهدة الدفع نحو تطبيق اتفاقية الأمم المتحدة لقانون البحارفي القرن الحادي والعشرين، عبر حماية التنوع الحيوي البحري وكل المتطلبات اللازمة لحماية الحياة المائية على سطح كوكبنا.

ولم يخف كلا الكاتبين مخاوفهما من أن تتجمد هذه المفاوضات خصوصا مع فتح ملف انسحاب بريطانيا من الاتحاد الأوروبي، واشتداد أزمة السترات الصفراء" في فرنسا، علاوة عن الوضع المتوتر في فنزويلا أو مشاكل التجارة الدولية.

وشدد الكاتبان على ضرورة انتهاز هذه الفرصة من أجل حماية المحيطات، في ظل ازدياد التهديدات المحدقة بالبيئة البحرية. وقد بلغ الوضع مستويات حرجة مع تضرر التنوع الحيوي البحري والتغير المناخي. وقد أكد العلماء أنه سُجل خلال سنة ٢٠١٨ أعلى مستويات ارتفاع درجة حرارة المحيطات في العالم، وهو رقم قياسي من المنتظر أن يقع تجاوزه قريبا. ونوه الكاتبان بأن هذه الأرقام تشكل خطورة نظرا لأن ارتفاع درجة حرارة المحيط سيخلف نتائج وخيمة تتمثل في إحداث أعاصير أكثر قوة، وارتفاع مستوى سطح الماء، وإجبار الكائنات الحية على الهجرة نحو المياه

الباردة، وموت الشعاب المرجانية الثمينة. وتؤثر كل هذه التغيرات على كيمياء البحار والمحيطات.

وبعد الاستقرار الذي دام ملايين السنين، بدأ ثاني أكسيد الكربون الموجود في المحيطات يؤدي إلى تحمضها بمعدل أعلى مئة مرة من أي معدل آخر سجل في تاريخ البشرية. ويمتد التلوث وبقايا المواد البلاستيكية من قطب إلى قطب، كما أن ظاهرة الصيد الجائر تستمر في ظل غياب رقابة حقيقية، ناهيك عن أن التعدين في المياه العميقة على وشك أن يدمر البيئة البحرية.

وأورد الكاتبان أن أعداد المخلوقات البحرية التي تعيش في المحيطات، على غرار أسماك التونة الزرقاء التي تعيش في المحيط الهادئ والسّلاحف جلدية الظَهْر، تراجعت بشكل كارثي. ومن جهتها، لم ترد الحكومات الفعل لفترة طويلة جدًا على الرغم من أن حالة المحيطات باتت أكثر من أي وقت مضى محور اهتمام المحادثات. كما أن التدابير المعتمدة لا ترقى إلى وتيرة التغييرات الهائلة التي تطرأ على الحياة البحرية. وقد حان الوقت لأن نبدي طموحا حقيقيا في تصحيح الوضع.

وأكد الكاتبان أن الوقت قد حان لكي تتحد جميع البلدان وتضغط من أجل إبرام معاهدة قوية لحماية أعالي البحار، ضمن إطار عالمي سيعمل على إنقاذ البيئة البحرية بما يتماشى مع التدابير التي أقرتها اتفاقية باريس لسنة ٢٠١٥ للمناخ. ويجب أن تكون هذه الاتفاقية ملزمة قانونًا، وتقر تدابير صارمة للحفاظ على التنوع الحيوي في أعالي البحار وحمايته، وتكون جاهزة للتوقيع مع بداية سنة ۲۰۲۰ كما هو مخطط له.

وأفاد الكاتبان بأن سنة ٢٠١٩ ستكون حاسمة على مستوى دفع العمل العالمي الذي سيدعم بدوره جهود حماية التنوع الحيوي للمحيطات. وخلال هذه السنة، من المقرر أن يفتح هذا الملف على طاولة مجموعة الدول الصناعية السبع التي ستنعقد في بياريتز بفرنسا. وثكن الكلمات الرنانة لا تكفى.

وفي الختام، أورد الكاتبان أنه على امتداد عقود، انكب العلماء والناشطون على البحث من أجل إيجاد حلول لحماية المحيط وجعلها على رأس قائمة

## جدول أعمال اللقاءات الدولية. وتعد حماية الكنوز الثمينة للتنوء الحيوي البحري أمرًا ضروريًا إذا أردنا مكافحة ظاهرة التغير المناخي.

يعادل ٨٠٥ كيلومترات فوق سطح الأرض.

تدور هذه الأقمار الصناعية حول الأرض

باستمرار بين قطبيها حوالي ١٤ مرة في اليوم.

وبفضل دوران الأرض حول محورها ووجود مدارات

الأقمار الصناعية السريعة، فإن ذلك يمكن من

مراقبة جميع المناطق الموجودة على سطح الكوكب

مرتين يوميًا. وبيّن الموقع أن الأقمار الصناعية توفّر

مجموعة هائلة من البيانات حول الغلاف الجوي

للأرض بأكمله، بما في ذلك السحب والمحيطات،

وكل ذلك بدقة عالية للغاية. وبالاستناد إلى هذه

البيانات، يستطيع علماء الأرصاد الجوية التنبؤ

بحالة الطقس على المدى الطويل. وذكر الموقع أنه

يوجد على متن هذه الأقمار الصناعية مجموعة

متنوعة من الأدوات التي تسجل المعلومات على

بياض الكوكب (أو الإشعاع المنعكس). وتعد هذه

البيانات مفيدة للغاية لإجراء تقييمات على جودة

الهواء مع مرور الوقت، حيث يقع دمج هذه المعلومات

في نماذج الطقس، ما يساهم بدوره في زيادة دقة

التوقعات الجوية. كما يستخدم علماء الأرصاد

الجوية معدات أخرى لتحديد درجة حرارة سطح

البحر، وهو عامل مهم في التنبؤ بالطقس على

المدى الطويل. ويقع استخدام هذه البيانات لتوقع

حالة الطقس، بما في ذلك التغييرات الموسمية

واسعة النطاق، على غرار الظاهرتين المناخيتين

إل نينيو والنينا. ويقع جمع البيانات الضرورية

للتنبؤ بأنماط الطقس القاسية مثل الأعاصير

والعواصف الثلجية قبل أيام من حدوثها. كما

تُستخدم هذه البيانات لتقييم المخاطر البيئية

مثل الجفاف وحرائق الغابات والمياه الساحلية

الخطرة. وأورد الموقع أن علماء الأرصاد الجوية

يعتمدون على نوع آخر من الأقمار الصناعية، التي

تسمّى أقمار الفضاء العميق. فعلى سبيل المثال،

يدور "مرصد مناخ الفضاء العميق" التابع للإدارة

الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي على بعد مليون

ميل، أي حوالي ١٦٠٩،٣٤٤ كيلومترا من الأرض.

ويوفر هذا النوع من الأقمار الصناعية تحذيرات

وتوقعات حول الطقس الفضائي، بينما تراقب

الطاقة الشمسية التي تمتصها الأرض يوميا. ويمكن

لمرصد مناخ الفضاء العميق تسجيل معلومات حول

مستويات الأوزون والهباء الجوي.

نشر موقع "إنترستنغ إنجينيرنغ" الأمريكي تقريرا، تحدث فيه عن التوجه نحو استخدام تكنولوجيا الذكاء الاصطناعي للتنبؤ بحالة الطقس والتخلي عن الطرق التقليدية.

وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته

عربي ٢١"، إن عملية التنبؤ بحالة الطقس هي علم معقد للغاية، إذ تتطلب تحليل وفك رموز مجموعة هائلة من البيانات التي تمكنت آلاف أجهزة الاستشعار والأقمار الصناعية الخاصة بالطقس من جمعها. ويعدُ التنبؤ بحالة الطقس في المستقبل بالاعتماد على هذه البيانات مهمة شاقة للغاية. وللحصول على نتائج أدقّ، ينبغي أن تتم العملية في الوقت الفعلى. وذكر الموقع أن التوقعات الجوية زادت دقتها بمرور الوقت، لكنها لا تزال غير دقيقة بالشكل الكافي. ونظرا لأن الجو يتغير بشكل مستمر، أثبتت التقديرات أن التنبؤ بحالة الطقس على مدى فترات طويلة لا يكون دقيقا للغاية، حيث تبلغ نسبة دقة التنبؤ بحالة الطقس حوالي ٨٠ بالمئة، وتنخفض هذه النسبة لتصل ٥٠ بالمئة كلما زاد طول المدة، في حين ترتفع لتصل إلى ٩٠ بالمئة كلما كانت الفترات الزمنية أقصر. وأورد الموقع أن علماء الأرصاد الجوية يستخدمون مجموعة متنوعة من أجهزة الاستشعار والأقمار الصناعية والكمبيوتر للتنبؤ بحالة الطقس. وتشمل هذه الأجهزة أدوات خاصة لتسجيل درجات الحرارة وقياس الضغط الجوي وسرعة الرياح. بالإضافة إلى ذلك، يستخدم العلماء معدات أكثر تطورا، على غرار بالونات الطقس، وهي بالونات خاصة مجهزة بأداة خاصة لقياس درجات الحرارة والضغط الجوي وسرعة الرياح واتجاهها في جميع طبقات التروبوسفير. وأضاف الموقع أن الأقمار الصناعية تعدّ من أقوى الأدوات المستخدمة للتنبؤ بحالة الطقس، ومن أبرزها تلك التي تطلقها "الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي"، التي تدير ثلاثة أنواع من الأقمار الصناعية البيئية التي تراقب حالة طقس الأرض. وتعد الأقمار الصناعية في المدار القطبي أحد أهم هذه الأقمار، وهي جزء من "نظام القمر الصناعي القطبي

المشترك"، ويبلغ ارتفاعه حوالي ٥٠٠ ميل، أي ما

كيف سيغير الذكاء الاصطناعي

مستقبل التنبؤ بحالة الطقس؟

قمة العشرين التي ستنعقد في اليابان، وقمة

## **∻وكالات**

حذفت "فيسبوك" ١٠٥ مليون فيديو للمجزرة الإرهابية التي استهدفت مسجدَين في نيوزيلندا- جيتي أعلنت مسؤولة في "فيسبوك"، أن

الشركة تدرس وضع قيود على خدمة البث المباشر على موقعها، بعد أسبوعين من مجزرة المسجدين في نيوزيلندا.

وكتبت شيريل ساندبيرغ، كبيرة مسوولي التشغيل في الموقع، في مقال نشرته صحيفة "نيوزيلاند هيرالد" الجمعة: "تلقينا شكاوى عديدة حول كيفية استخدام منصات مثل فيسبوك في نشر مقاطع مروعة للهجوم، وتلقينا مطالب تدعونا لاتخاذ إجراء، ونحن نوافق على ذلك".

نقف مع الضحايا وأسرهم والمجتمع المسلم في نيوزيلندا"، لكن المسؤولة لم تكشف عن ملامح محددة لما تعتزم الشركة اتخاذه. وجاء رد ساندبيرغ بعد عاصفة من الانتقادات من جانب عدة جهات في نيوزيلندا بشأن كيفية سماح فيسبوك

وأضافت: "نحن جميعا فيسبوك

وفي رسالة بعثها جون إدواردز، رئيس مكتب الخصوصية في نيوزيلندا (مستقل) لإدارة الشركة قال: "سيكون من الصعب للغاية بالنسبة لكم التقليل من قدر الإحباط والغضب المتنامي هنا من خلال عدم قدرة فيسبوك على التخفيف

بنشر مثل تلك المقاطع المصورة.

من الألم العميق والأذى الناجم عن المذبحة"، مضيفا أن "صمتكم هو إهانة لحزننا".

وانتقدت عدة دول وجهات رسمية تعامل منصتي "فيسبوك" و"تويتر" مع مجزرة المسجدين في نيوزيلندا، وقد تمكن منفذ الهجوم الإرهابي من عرض مشاهد

لجريمته عبرهما دون أن يواجه أي حظر

وعليه، فقد بررت تلك المنصات استجابتها للأمر بأنها لم تتلق أي بلاغ من المستخدمين، وقت وقوع الاعتداء الإرهابي، يفيد بأن المحتوى المصور للجريمة مخالف لسياسات النشر ويحمل مشاهد قتل.

وحدفت "فيسبوك" ١١٥ مليون فيديو للمجزرة الإرهابية التي استهدفت مسجدَين في مدينة "كرايست تشيرش" النيوزيلندية، خلال الأربع والعشرين ساعة الأولى من وقوع الهجوم.

یشار الی أنه فی ۱۵ آذار/ مارس، استهدف هجوم دموي مسجدين في مدينة "كرايست تشيرتش"؛ أسفر عن مقتل ٥٠ مصليا وإصابة ٥٠ آخرين، وكان منفذ الهجوم الإرهابي برينتون تارنت، صور جريمته عبر كاميرا ثبتها في قبعة كان يرتديها، وتمكن من بث ١٧ دقيقة منها عبر مواقع التواصل الاجتماعي، قبل أن يتم حذفها لاحقا.

# معجزة علمية: اختراع جلد إلكتروني ذاتي الشفاء

«فيسبوك» تدرس تقييد خدمة البث

المباشر بعد مجزرة نيوزيلندا

Pacebook

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

وقالت الصحيفة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي٢١"، إن بنجامين تي الذي يقود هذا الفريق من الباحثين نجح سنة ٢٠١٢ في اختراع جلد الكتروني ذاتي الشفاء. وقد ورد في بيان نُشر عن الجامعة أن "أحد أهم التحديات التي تواجه الكثير من الأجسام القادرة على الشفاء الذاتي تتلخص في أنها غير شفافة، ولا تعمل بشكل جيد حين تكون رطبة.

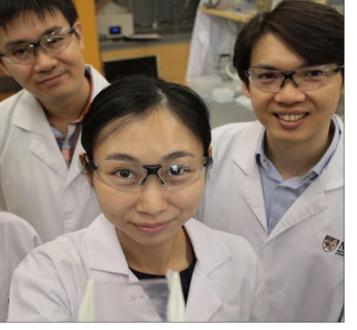
وتحد هذه العيوب من نجاعتها لاسيما عند استخدام التطبيقات الإلكترونية، على غرار الشاشات التي تعمل باللمس". وذكرت الصحيفة أن المواد التي

استخدمت في اختراع هذا الجلد الإلكتروني هي أساسا البوليمير الظلوري وسائل غني بمعدن الفلوريت المشحون كهربائيًا، الذي يعتبر مادة ناقلة للطاقة الكهربائية.

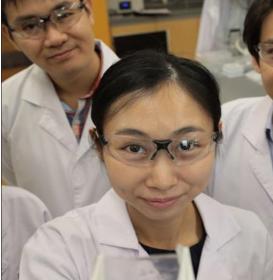
ومن مميزات هذا المزيج أنه يجعل "الجلد" يحتفظ بخصائصه عندما يكون جافا ورطبا، سواء كانت المياه عذبة أو مالحة، حمضية أو قلوية.

بنفسه عند وضعه في الماء.

وأشارت الصحيفة إلى أن الباحثين صنعوا كرة صغيرة نصفها مغطى بجلد إلكتروني متصل "بمصباحي ليد" صغيرين



وتتميز المادة التي صنع منها هذا الجلد بمرونتها، وعندما يتم قطع شريط من الجلد إلى نصفين يصلح الجلد نفسه



لونهما أصفر وأحمر. وحسب وتيرة الضغط الذي تسلطه بإصبعك على الجلد، يشع ضوء الكرة

بوتيرة ضعيفة ويتغير من اللون الأصفر إلى الأحمر. وفي تجربة أخرى، أثبت الباحثون أنه يمكن أيضا استعمال الجلد

ونقلت الصحيفة عن البروفيسور في مدرسة لوزان الاتحادية للفنون التطبيقية، فيرونيك ميشو، قولها إن: "لا أعرف شيئا عن هذه الأعمال، ولكنها تبدو هامة جدا كما أن مزيج المواد يحافظ على استقراره إلى حد ما مع مرور الوقت. أما في خصوص الشفاء الذاتي، فهو

جانب هام أيضا حتى لو لم يبد تفاعلا سريعا في درجة الحرارة المحيطة به".

وأوردت الصحيفة أن فريق بنجامين تي أثبت أن موادهم قابلة للطباعة بالتقنية ثلاثية الأبعاد، التي يمكن استخدامها مع الروبوتات. وقد أوضح الفريق: "نأمل أن تكون

لهذه المواد تطبيقات مختلفة في صناعة ما يسمى بالروبوتات "الناعمة"، التي تحاكي الأنسجة البيولوجية في عملية التطوير"، وستكون صفاتها "المقاومة للماء" فعالة في صنع الروبوتات البرمائية أو الإلكترونيات المقاومة للماء.

وفي الختام، أكدت الصحيفة أن الباحثين وعدوا بأن الأبحاث في سنغافورة ستستمر في تطوير جهاز الكتروني ضوئي يمكن استخدامه في واجهات اتصالات جديدة بين الإنسان والألة.

ووفقا لفيرونيك ميشو "لا يزال السؤال مطروحا حول سعرهذه المنتجات وتأثيرها السمي المحتمل. وبما أن الباحثين لم يتطرقوا لهذا الأمر، فإنه يجب عليهم أن

# «آبل» تطلق خدماتها الجديدة بحضور كوكبة من نجوم هوليوود

استعانت "آبل" بكوكبة من نجوم هوليوود الإطلاق خدمتها الجديدة المنافسة لـ"نتفليكس"، وهي النقطة الأبرز ضمن سلسلة إعلانات في مجال الخدمات التي تسعى لأن يكون قوة دفع أساسية في استراتيجيتها المقبلة للنمو.

وقد اعتلت مجموعة من نجوم هوليوود المسرح الاثنين في كوبرتينو (غرب) للإعلان عن المضامين الحصرية، وهي عصب المعركة لاستقطاب المستهلكين، عبر "آبل تي في" الخدمة الجديدة المتاحة للاشتراكات مقابل بدل مادي والتي ستكون متوافرة اعتبارا من الخريف. ولم يكشف خلال حفلة الإطلاق عن قيمة الاشتراك بهذه الخدمة.

ومن أبرز الوجوه في الأعمال التي ستعرض عبر الخدمة جنيفر أنيستون وريز ويذرسبون في مسلسل يحمل عنوان 'ذي مورنينغ شو".

ومن المشاهير الذين حضروا حظلة الإطلاق وستكون لهم أعمال حصرية عبر "آبل تي في" المخرج ستيفن سبيلبرغ والمقدمة التلفزيونية الأمريكية أوبرا وقال رئيس "آبل" تيم كوك خلال

الحفلة: "نؤمن بشدة بقوة الإبداع". ومن المتوقع أن يكون لهذه الخدمة المنتظرة أثر لافت في سوق خدمات الفيديو بالبث التدفقي التي تشهد منافسة محمومة بين عدد كبير من الشركات بينها "نتفليكس و"أمازون" و"هولو" على أن تنضم إليها قریبا شرکات کبری أخری مثل "دیزنی ا و"وورنر ميديا".

ورغم وصول "آبل" المتأخر إلى هذه المنافسة، بإمكان المجموعة العملاقة الاعتماد على مواردها المالية الهائلة وعلى قاعدتها المؤلفة من ١،٤ مليار جهاز من تصنيعها بين أيدي مستهلكي العالم وحمَلت عليها خدمات "آبل" بصورة تلقائية.

كما عُرفت المجموعة بلحاقها في كثير من الأحيان بركب شركات منافسة في



أسواق مختلفة ثم تغييرها المعادلة، كما تيم كوك شدد مرارا على أن هذه الخدمات حصل مع "آي فون"، أو تقدمها بسرعة كبيرة كحال "آبل ميوزيك".

وستكون "آبل تي في" متوافرة عبر تطبيق "آبل تي في" الذي أعلنت المجموعة الأمريكية الكبرى تغييره بالكامل والذي يسمح للمستخدمين مقابل اشتراك منفصل بمتابعة قنوات مثل "إتش بي أو" و"شوتايم" و"ستارز" وأيضا "نتفليكس و"أمازون برايم".

وأشار تيم كوك إلى أن الفكرة تكمن في "جمع كل البرامج وخدمات البث الرياضي والأخبار على كل أجهزتكم كى تمضوا وقتا أقل في البحث عما ترغبون بمشاهدته وتستفيدوا أكثر من وقتكم". وهذا الأمر يفترض أن "آبل" تستخدم البيانات الشخصية لمستخدميها لتحليل

تفضيلاتهم واقتراح برامج عليهم. غيرأن

المختلفة لن تتيح لمعلنين رصد المستخدمين واستهدافهم إعلانيا، كما أن "آبل" لن تشارك البيانات الشخصية مع أي جهة خارجية.

 $^{''}$ ويدبوش سيكيوريتيز $^{''}$  أن  $^{''}$ آبل تي  $^{''}$ تمثل نقلة "استراتيجية كبرى" ستواجه فيها "آبل" منافسة قوية و"النجاح فيها سيؤدي دورا حيويا في نمو" خدماتها في السنوات المقبلة. وتوقع أن تستقطب الخدمة الجديدة مئة مليون مشترك في غضون ثلاث إلى خمس سنوات. أما المستثمر المتخصص في شيؤون شركات التكنولوجيا الأمريكية بنديكت إيفانز فقد بدا غير مقتنع بالخدمة الجديدة إذ كتب عبر "تويتر": "آبل لم تخبرنا الكثير (عن عروضها للفيديو) باستثناء أنها

واعتبر المحلل دانيال آيفز من شركة

وأضاف: "لا أريد معرفة الميزانية السنوية (للمضامين) سبواء كان مليار

إلى الصعود هي بحرق الوقود". وأعلنت "آبل" أيضا عن خدمة للاشتراكات بالصحف تحمل اسم "نبوز +" مقابل ۹،۹۹ دولارات شهریا. وقال كوك: "نظن أن آبل نيوز ستكون مذهلة

للمستهلكين والمحررين" الصحافيين.

دولار أو ۱۰ مليارات" مثل نتظليكس، فكما

الحال مع الصواريخ "الطريق الوحيدة

وتتيح الخدمة الاطلاع على عدد كبيرمن المجلات، غيرأن الصحف اليومية المتاحة للتصفح عليها قليلة جدا وتقتصر على بعض الأسماء البارزة منها الأمريكيتان "لوس أنجليس تايمز" و"وول ستريت جورنال" والكندية "ذي ستار".

وبحسب الصحافة، رفضت "نيويورك تايمز" و"واشنطن بوست" المشاركة في هذه الخدمة بسبب النسبة المئوية التي طلبت "آبل" توخيها من الإيرادات ورغبتهما في الإبقاء على اتصال مباشر

وتتسم العلاقة بين الصحف وشركات التكنولوجيا العملاقة خصوصا "غوغل" و"فيسبوك" بصعوبة الفتة، إذ إن المؤسسات الصحافية تتهم هذه الشركات بسرقة محتوياتها من دون دفع مقابل مناسب من الإيرادات الإعلانية.

كذلك، أعلنت "آبل" عن اشتراك بألعاب الفيديو (آبل أركايد). هذه الخدمة التي قدمت على أنها الأولى من نوعها قد تكون "فعالة استراتيجيا" كما أن آبل "قد تتوخى إيرادات فعلية في السنوات المقبلة" وفق آيفز.كما أعلنت

"آبل" الاثنين عن بطاقة ائتمانية. ويشكل تعزيز وجود "آبل" في مجال الخدمات عاملا أساسيا لها في ظل تراجع مبيعات هواتفها "آي فون" في نهاية ٢٠١٨ في ظل حالة التشبع التي بلغتها سوق الهواتف الذكية. طرق طبيعية لتعزيز خصوبة

الرجال والنساء.. تعرف إليها

طرق يؤثر بها التوتر على بشرتنا

الجمعة (26) أب 2022

العدد (2359)

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

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

ونقل الموقع عن طبيبة الأمراض الجلدية، ويتني بوي، أن "بشرتنا لا تستطيع التفريق بين الإجهاد البدني والعاطفي والنفسي والبيئي. وبالنسبة لي، يقع الإجهادفي إحدى هاتين الفئتين: إما الحاد أو المزمن، وهو الأكثر ضررا، فكلما طالت فترة شعورك بالإجهاد، زادت معاناة بشرتك". فكيف يؤثر الإجهاد على البشرة وعلى بقية

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

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

وأورد الموقع، ثانيا، أن الإجهاد يؤدي إلى إصابة البشرة بالجفاف. وحسب الدكتورة المتخصصة في طبّ الجلد، فوروم باتيل، فإنه كلما شعر جسمنا بتوتر شديد، شهدنا ارتفاعا في مستويات الأدرينالين والكورتيزول، ما يجعلنا نتعرق أكثر. وتعمل هذه الهرمونات على تنشيط الغدد الصماء والغدد العرقية التي "تسبب جفاف الجلد بسبب فقدان الكثيرمن الماء بسرعة كبيرة".

وبينت باتيل أن أولئك الذين يعانون من الجلد الجاف بشكل عام هم الأكثر عرضة للإصابة بالطفح الجلدي. وأضاف الدكتور مايكل إيدلمان، وهو طبيب أمراض جلدية مقيم في مدينة نيويورك، أن الإجهاد من أهم مسببات الطفح الجلدي المعروفة.

وأشار الموقع، ثالثا، إلى أن هرمونات الإجهاد يمكن أن تؤدي إلى تفاقم المشاكل الصحية. وقال إيدلمان إن الإجهاد يطلق هرمونات مثل الكورتيزول والأدرينالين، "وهي رسائل كيميائية تطلق ردودا فسيولوجية معينة" في أجسامنا. فعلى سبيل المثال، يزيد الأدرينالين من معدل ضربات القلب وضغط الدم، بينما يزيد الكورتيزول من نسبة السكر في الدم، حسب ما أفادت به عيادة مايو.

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

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

هذه الحالات المرضية أو الكشف عنها".

وأفاد الدكتور جوشوا زيشنر، مدير الأبحاث التجميلية والسريرية في الأمراض الجلدية في مستشفى جبل سيناء في مدينة نيويورك، بأن

مباشر على فروة الرأس والشعر. وترى باتيل أن أكثر من المعتاد عندما يشعرون بالتوتر. وتختلف بها أجسامهم مع التحول في مستويات الهرمونات.

وأضاف الموقع أن التوتر قد يتسبب في الإصابة وأفاد الموقع، سادسا، بأن التوتر قادر على أن

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

# باحثون مغاربة وإسبان يكتشفون علاجا لسرطان البروستات

بن المصمل إلى علاج فعال لسرطان الدوستات (المثانة) في مراحله المتقدمة، انطلاقا من قشور وبقايا الحوامض، معلنين أن الكرة في ملعب شركات الأدوية. وأعلنت مجموعة مكونة من باحثين مغارية، من كلية العلوم بجامعة عبد المالك السعدي بتطوان (شمال)، ونظرائهم من جامعة ألكالا هيناريس بضواحي مدريد من إسبانيا، عن اكتشاف علاج فعال لسرطان البروستات في مراحله المتقدمة انطلاقا من قشور وبقايا الحوامض.

الكشف نقلته وكالة المغرب العربي للأنباء (رسمية)، على لسان الباحث محمد أمين العمراني، الذي قاد الجانب المغربي في المجموعة البحثية.

وقال محمد أمين العمراني إن قشور الحوامض تمر عبر عملية تقطير مائي للحصول على زيوت أساسية، والتي تعتبر مكوناتها الكيمائية غنية جدا (حوالى ٩٠ في المائة) بمادة الليمونين، كما تعتبر مادة طبيعية ١٠٠ في المائة.

وأضاف العمراني: "يتم إخضاع الليمونين إثر ذلك لتحول كيمائى بسيط لاستخراج مشتقات

قابلة للذوبان في الماء، أي في وسط فيزيولوجي، قال فريق بحثي مغربي وإسباني، إنه تمكن وبالتالي إمكانية ذوبانها في الدم". وسجل أن "هذا العلاج فعال الكافحة سرطان

البروستات، خاصة وأن الذوبان كان دوما عائقا أمام فعالية الأدوية المضادة للسرطان". وزاد الباحث "أن ثاني أهم شيء في هذا

الاكتشاف يتمثل في كون الجزيئات المستخلصة تحد من تطور وانتقال الورم الخبيث". وشدد على أن "الجزئيات انتقائية ولا تهاجم

سوى الخلايا المصابة". وتابع أن "هذا الاكتشاف من شأنه أن يجنب المرضى، خاصة أولئك الذين لا يتوفرون على

موارد مالية مهمة، الأثار الجانبية الكبيرة للعلاج الكيمائي الذي يهاجم كل الخلايا دون استثناء". وسجل أن "الأمر يتعلق بثمرة عمل مشترك للمجموعة المغربية بمختبر الكيمياء العضوية

بكلية العلوم بتطوان، المكونة من ٣ أستاذة باحثين و٣ طلبة دكتوراه، حصلت إحداهم مؤخرا على درجة الدكتوراه، ومجموعة إسبانية يقودها الدكتور توماس كوينكا، مضيفا أن براءة هذا

الاختراع وضعت لدى الهيئات المعنية بإسبانيا".

وأشار رويالز إلى أن اهتمامه بصحة فمه عن

وتحدث الشاب عن دراسية أجراها باحثون

طريق تنظيف أسنانه يوميا، لم يمنع مشروبات

في منظمة الصحة العالمية، أظهرت أن تجاويف

الأسنان يمكن أن تنتج عن الحموضة الناجمة عن

المحتوى العالي من السكر لمنتجات مثل مشروبات

الطاقة يمكن أن يسبب تآكلا وإزالة لطبقة المينافي

وأظهرت دراسة أخرى أن استهلاك مشروبات

الطاقة من إحداث هذا التأثير المدمر على لسانه.

## هکذا تضرر شاب بریطانی یشرب ۲ عبوات مشروب طاقة (صورة)

تضرر شاب بريطاني بشكل كبير، بعد أن كان روتينه اليومي للشاب البريطاني شرب ٦ علب من

وقالت صحيفة "ميرور" البريطانية، إن دان رويالز الذي أدمن مشروبات الطاقة، أصابت لسانه حالة غريبة حيث بدأ في التآكل والتقرح.

ونشر رويالز منشورا على صفحته في فيسبوك"، وقال إن طبيبه أخبره بأن الكميات الكبيرة من السكرفي هذه المشروبات، الذي يصل إلى نحو ١٣ ملعقة في العلبة الواحدة، بالإضافة إلى الكيماويات المختلفة، هي المسؤولة عما أصابه من تقرحات وتآكل في لسانه.

وأوضيح الشاب البريطاني: "هذا ما تفعله مشروبات الطاقة في لسانك، تخيل كيف هو الحال في أعضائك الداخلية؟ حتى وقت قريب عندما بدأ حدوث ذلك. كنت أشرب ما لا يقل عن ٥-٦ علب يوميا. كونوا على حذريا شباب".

اقرأ أيضا: طرق طبيعية لتعزيز خصوبة الرجال والنساء.. تعرف إليها

الإجهاد يحفّز الدماغ على إنتاج مجموعة محددة من الهرمونات التي تهيئ الجسم للبيئة المجهدة. لكن الأثار الجانبية لهذه الهرمونات تتمثّل في زيادة نشاط الغدد الدهنية في الجلد، وانسداد المسام، وظهور حب الشباب". وذكر الموقع، خامسا، أن التوتر يؤثر بشكل

بعض الأشخاص يصبح شعرهم دهنيا أكثر أو جافا طبيعة هذا التأثير باختلاف الطريقة التي تتفاعل

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

يؤثر على الأظافر ويلحق بها ضررا كبيرا بها. وعادة ما يتوقف الجسم البشري عن تغذية الأظافر وتنميتها عندما يكون عرضة لتوتر مستمر، وذلك انطلاقا من كونها عنصرا غير أساسي للبقاء على قيد الحياة. وعندما يعمل الجسم على توزيع الطاقة لشفاء الأعضاء الحيوية، لا تحظى الأظافر بالأولوية. ويمكن للأظافر أن تمسي هشة وتبدأ في التقشر عند شعور الشخص بالتوتر.

بناء على ذلك، أوضح جوشوا زيشنر أن الحفاظ

تتعدد المعتقدات حول كيفية تعزيز

الخصوبة، وقد يكون بعضها حقيقيا

وبعضها وهميا، وكثيرا ما يتبع الناس هذه

الطرق دون علم أو حتى استشارة الطبيب،

ما قد يسبب نتائج سلبية في حال كانت

وفي هذا الصدد، نشرت صحيفة

ميرور" تقريرا، أشارت فيه إلى بعض

الطرق الطبيعية التي تعزز الخصوبة

عند الرجال والنساء، وذلك نقلا عن آمين

جورجي، استشاري الخصوبة في أكاديمية

الخصوبة وأمراض النساء في لندن، وهي

أكد جورجي على ضرورة ترك الرجال

حيث أشار إلى أن "التدخين يزيد

والنساء عادة التدخين السيئة، عند

بشكل كبيرمن الوقت اللازم لحدوث الحمل،

وحتى التدخين السلبي أيضا له تأثيرضار

على كل من الجهاز التناسلي للذكور والإناث

على حدا سواء، لهذا نصح بتجنب الأماكن

الإقلاع عن التدخين

محاولة الحمل والإنجاب.

التي يتواجد فيها المدخنون".

الحد من التوتر

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

ممارسة الرياضة بانتظام أوضح "جورجي" أن التمرين الرياضي المثالي والمعادل لطبيعة الجسم وقدرته يساعدك أن تصبحين أقوى ويعد جسمك للحمل، إلا أنه تابع مستدركا بالقول: ولكن التمرين المفرط يمكن أن يقلل من فرصة الإباضة بانتظام كل شهر، وبالتالي

الرياضة باعتدال". نظام غذائي صحي نصح استشاري الخصوبة "أمين

يقلل من فرص الحمل لديك، لذلك مارسي

جورجي" النساء بالانتباه والحذر لما يأكلن وقال: "حاولي الحفاظ على نظام غذائي صحي مع مستويات كافية من البوتاسيوم والمغنيسيوم والصوديوم والكالسيوم وفيتامين (د) للمساعدة في فرص الحمل".

وأضياف: "على سبيل المثال النظام الغذائي الذي يعتمد على حمية البحر المتوسط المتوازنة، سوف يلبي متطلبات جسمك، وهذه الفيتامينات الأساسية ستساعد جسمكِ في خلق البيئة المثلى

من جهتها، أشارت اختصاصية التغذية تهاني الجزازي إلى وجود رابط قوي بين النظام الغذائي الصحي وبين تعزيز

وقالت تهاني في حديث لـ"عربي٢١": . يجب على الرجال والنساء اتباع هذه النصائح، وذلك حتى تــزداد وتتعزز الخصوبة عندهم، وعليهم أيضا المحافظة على تناول الطعام الصحي واتباع نظام غذائي صحي وصحيح".

وأشىارت إلى "ضرورة استشارة اختصاصي التغذية قبل الالتزام بهذه التعليمات والنصائح، حتى يقومون بها بطريقة صحيحة وصحية".

وهذه هي النصائح: تعزيز الخصوبة عند الرجال

- تناول كمية كافية من فيتامين سي، فهو مضاد للأكسدة، ويقلل من مشاكل الجهد التأكسدي، الذي من شأنه أن يقلل من الخصوبة لدى الرجل.

ولفتت إلى أن دراسية وجدت أن تناول ۱۰۰۰ میلي غرام من فیتامین سي مرتين باليوم لمدة شهرين، زادت من عدد الحيوانات المنوية بنسبة ١٠٠ في المئة، وزادت من حركتها بنسبة ٩٢ في المئة، كما ساهمت أيضا في تقليل من الحيوانات المنوية المشوهة بنسبة ٥٥ في المئة.

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

حيث تم في دراسة سابقة إعطاء مجموعة من الرجال الذين يعانون من نقص في عدد الحيوانات المنوية، تم إعطاؤهم ٦٧٥ ميلي غرام من هذه النبتة يوميا ولمدة ثلاثة شهور، وكانت النتيجة حسنت من عدد الحيوانات المنوية بنسبة

وحسنت أيضا حركة الحيوانات

- تناول الماكا، وهي من النباتات

غير الجيدة من الحيوانات المنوية.

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

أنها حسنت من الخصوبة لديهم، وتحديدا

المنوية بنسية ٥٧ في المئة مقارنة بوضعهم قبل البدء بالدراسة.

وموطنها الأصلي البيرو. - المحافظة على وزن صحي، حيث إن

# من شأنه يحسن الصحة العامة وبالتالي بويضات أفضل.

السمنة لها دور كبير في تقليل الخصوبة

وقدمت اختصاصية التغذية تهاني

يعد التخلص من السمنة من أهم

العوامل التي تساعد في زيادة الخصوبة

عند المرأة، وذلك لأن زيادة الوزن ترتبط

بوجود متلازمة تكيس المبايض، والتي من

شأنها أن تقلل من فرص حدوث الحمل عند

موجودة في الزيوت المهدرجة والأطعمة

المقلية، حيث تؤدي لزيادة نسبة حدوث

ضعف في البويضات بسبب تأثيرها على

- تناول الأطعمة الغنية بمضادات

الأكسدة، خاصة فيتامين سي، وذلك لأن

الجهد التأكسدي يدمر البويضات، وتعمل

مضادات الأكسدة على تخفيف هذا الجهد،

قد تساهم في تخفيض الوزن، خاصة عند

النساء اللواتي يعانين من متلازمة تكيس

المبايض، وبالتالي تزيد من الخصوبة،

وهنا ننصح باستشارة اختصاصي التغذية

- التقليل من النشويات المكررة مثل

الخبز الأبيض والأرز الأبيض، والأطعمة

والعصائر السكرية، والتي لها مؤشر

جلايسيمي عال، فتتسبب بارتفاع سريع

بالسكر ومستويات الأنسولين بالدم، وهذا

في الحبوب الكاملة والخضار والفواكه،

حيث إن بعض الألياف لها القدرة على

التخلص من هرمون الاستروجين الزائد

عن طريق الارتباط به و طرحه خارج

الفيتامينات والمعادن ضمن الطبيعي، وهذا

- التأكد بأن تكون مستويات

- تناول الألياف الغذائية، وهي موجود

بدوره يؤدي إلى ضعف البويضات.

قبل البدء بهذه الحمية.

- اتباع حمية قليلة النشويات، فهي

وبالتالي الحفاظ على سلامة البويضات.

- تجنب الدهون المتحولة والتي تكون

الجزازي بعض النصائح للنساء لتعزيز

تعزيز الخصوبة عند النساء

الخصوبة لديهن، وهي كما يلي:

التخلص من السمنة

حساسية الأنسولين.

# ٦ أطعمة صحية يمكن أن تدمرك عند الإفراط في استهلاكها

∻وكالات

نشرت صحيضة "الإسبانيول" الإسبانية تقريرا تحدثت فيه عن الأطعمة التي قد تتسبب في إلحاق الضرر بك إذا أفرطت في استهلاكها.

وقالت الصحيفة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي٢١"، إن طريقة اختيار الأطعمة ذات الجودة الغذائية تكمن في اتباع نظام غذائي متنوع ومتوازن يساهم في الحفاظ على صحتنا.

في هذا السياق، من الضروري أن نحيط علما بأن الاستهلاك المفرط لبعض الأطعمة الأكثر شعبية قد يزيد من خطر الموت، إذ أن شرب أكثر من ٣٠ كوبا من الماء خلال ساعة، على سبيل المثال، كفيل بتعريض جسمنا للخطر.

وبينت الصحيفة، أولا، أن الأفوكادو يحتوي على قيمة غذائية كبيرة باعتباره مصدرا لا غنى عنه للدهون غير المشبعة المفيدة للجسم وكميات هامة من الألياف، ما جعله يسمى "بالذهب الأخضر". ويحتوي الأفوكادو على ضعف كمية البوتاسيوم الموجودة في الموز، لذلك، تعتبر كميات صغيرة من هذا المعدن

صحية لجسمنا. في المقابل، قد يؤدي استهلاك كمية هامة من هذا البوتاسيوم إلى تغيير معدل ضربات القلب، وحتى التسبب في إيقافه. بناء على ذلك، قد يؤدي تناول حوالي ٢٠٠ قطعة من الأفوكادو بالنسبة للمرأة و ٢٤٠ قطعة للرجل، إلى الموت.

وأبرزت الصحيفة، ثانيا، أن التعلق

القلب بسبب الرجفان الأذيني.

الشديد بشرب القهوة شهد تراجعا تدريجيا مع تراكم الأدلة العلمية المتعلقة بهذا المشروب. وعموما، يرتبط الاستهلاك المتواصل للقهوة بزيادة طول العمر والصحة العامة. في المقابل، يزيد الكافيين من ضغط الدم حيث يتسبب شرب ٥٠ كوبا بالنسبة للمرأة و٧٠ كوبا للرجل في عدم انتظام معدل ضربات

وأضبافت الصحيفة، ثالثا، أن الشوكولاتة السبوداء لها العديد من الضوائد الصحية وتحتوي على ما لا يقل عن ٧٠ بالمائة من الكاكاو، ما يجعلها حليفا مثاليا لصحة القلب لخُلوَها من السكريات الضارة. ويعد الثيوبرومين المركب المحفز للكاكاو الذي له تأثير



مشابه للكافيين. وعند استهلاك الجرعة المناسبة، يساهم هذا المركب في تعزيز صحة القلب والأوعية الدموية، لكن الإضراط في استهلاكه يؤدي إلى تمدد الشرايين وإلى تغيير معدل ضربات القلب على نحو خطير. نتيجة لذلك، يؤدي تناول ٣٣٢ لوحة من الشوكولاتة السوداء بالنسبة للمرأة وحوالي ٣٩٨ بالنسبة للرجل، إلى الموت.

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

وأبرزت الصحيفة، خامسا، أن تناول الكبد يوفر للجسم كميات هامة من الفيتامين ب١٢، الذي يعتبر مهما في تخليق الخلايا، والهيموغلوبين، وغيرها من العمليات الأيضية. واليوم، لا تعد مكملات فيتامين ب١٢ ضرورية

على تحقيق التوازن بين مستويات الكهارل

في الجسم. ويحدث ذلك بعد تناول ثلاث

بطيخات كاملة بالنسبة للمرأة وأربع

بطيخات كاملة بالنسبة للرجل.

إلا في حالة الحمل أو في حالة اتباع نظام غذائي نباتي. مع ذلك، يستحسن تجنب الإفراط في استهلاك أي نوع من الفيتامينات، لأن تناول حوالي ١٦٣ كيلوغراما من الكبد بالنسبة للمرأة و٥,٥٥١ كيلوغراما بالنسبة للرجل، من شأنه أن يرفع الضغط داخل الحمجمة إلى مستويات خطيرة بسبب التشبع بضيتامين أ. وأشارت الصحيفة، سادسا، إلى أن جوزة الطيب هي إحدى التوابل التي تعطى نكهة لا مثيل لها لأطباقنا دون الحاجة إلى إضافات غير مرغوب فيها على غرار الحليات أو الملح. وتحتوي هذه الجوزة على مركب الميريستيسين، الذي يعد بمثابة مؤثر عقلي. من هذا المنطلق، يسبب استهلاك جرعات تتكون من ٢٢ كوبا من جوزة الطيب للمرأة و٢٧ كوبا للرجل تسمما حادا يرافقه الغثيان والقيء والقلق والهلوسة وسلوك غير عقلاني. فضلا عن ذلك، قد تؤدي ذرة زائدة من هذا النوع من التوابل إلى فشل

# تعرف إلى طرق تساعد على التخلص من رائحة الفم الكريهة

وجود البكتيريا الضارة في فم الإنسان

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

أنواع البكتيريا المهيمنة في الضم. ووفقا لأطباء الأسنان، يمكن أن تسبب بعض البكتيريا تسوس الأسنان وأمراض اللثة. علاوة على ذلك، يسبب انبعاث رائحة كريهة من الفم إحراجا كبيرا، ويؤدي إلى انزعاج الأخرين، وقد يكون ناتجا عن العادات السيئة، ومشاكل الأسنان، وإشارة إلى مشاكل صحية أخرى. وأفاد الموقع بأن عدم تنظيف الأسنان بالفرشاة واستخدام خيط الأسنان يوميا يساهم في

يمنع الإصابة بمجموعة من الأمراض.

في هذا السياق، تعد العقدية من

بقاء جزيئات الطعام في الضم، وهو ما يعزز نمو البكتيريا بين الأسنان وحول اللثة واللسان. ويمكن للبكتيريا المتراكمة على الأسنان، وكذلك على اللسان واللثة، إنتاج غازات كريهة الرائحة. وتعد هذه البكتيريا المسوول الأول عن الإصابة

وأمراض الكبد والفشل الكلوي من الأسباب الأخرى التي تؤدي إلى انبعاث رائحة كريهة من الفم. وذكر الموقع أن القرفة معروفة بخصائصها المضادة للميكروبات، وقد أثبتت بعض الدراسات فعاليتها في القضاء على البكتيريا التي تسبب العدوى. من هذا المنطلق، وللتخلص من رائحة الفم الكريهة، يوصى بإضافة ما بين ١٠ و١٥ قطرة من زيت القرفة إلى كمية تعادلها من زيت القرنفل وكوب من الماء، وغسل الضم جيدا بهذا الغسول. في الواقع، لا يساعد هذا الغسول على التعامل مع رائحة الفم الكريهة فقط، بل يساعد أيضا على تجنب الإصابة بتسوس الأستنان. وأوضع الموقع أن الدراسات أثبتت قدرة الشاي الأخضر على التقليل،

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

أمراض اللثة والحساسية ومرض السكري البكتيريا المسببة للرائحة.

بأمراض اللثة وتسوس الأسنان. كما تعد

اعتاد البعض على شرب القهوة صباحا،

وذلك حتى يبقوا متنبهين ومتيقظين،

وأيضا سعيا منهم للبقاء نشيطين وحتى

يبدؤوا يومهم بهمة أعلى وبذهن صاف،

وحينما لا يشربونها كالمعتاد أحيانا

يتعرضون لأعراض مختلفة، منها الصداع،

لكنهم الأن يمكنهم البقاء متيقظين

دون أن يشربوها، فوفقا لدراسة جديدة

من جامعة تورنتو الكندية، فإن مجرد

التفكير في القهوة، يمكن أن يجعل عقل

وبحسب الخبر الذي نشرته صحيفة

ميرور" البريطانية، فقد عرض الباحثون

في أربع مراحل منفصلة على جزء من

المشاركين في الدراسة إشارات أو تلميحات

ذات علاقة بالقهوة، وتم عرض إشارات

أو تلميحات ذات علاقة بالشاي على باقي

عليهم إشبارات "تلمحيات" ذات علاقة

بالقهوة مثل الفنجان أو آلة صنع القهوة أو

تم التلميح عنها، ينظرون إلى الوقت على

أنه أقصر ويفكرون بمصطلحات أكثر دقة

عليهم إشارات "تلمحيات" ذات علاقة

ووضوحا، من أولئك الذين عُرض

ويقول "سام ماجليو" أستاذ مساعد

التسويق في قسم الإدارة بجامعة تورنتو

ومؤلف مشارك في الدراسية: "غالبا ما

يواجه الناس إشارات متعلقة بالقهوة أو

وتابع: "لذلك أردنا أن نرى ما إذا

يضكرون فيها دون تناولها فعليا".

ووجدوا أن المشاركين الذين عُرض

وأيضا يشعرون بالدوار.

الإنسان أكثر يقظة وانتباها.

## التقدم العلمي يزيد فرص نجاة الأطفال الخدج

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

ولفتت إلى أنه "حتى الثمانينيات كان الطب يؤكد ألا إمكانية لبقاء الأطفال الخدج -الطفل المولود قبل الأسبوع السابع والثلاثين من الحمل-على قيد الحياة، سبوى للمولودين في الأسبوع الثامن والعشرين من الحمل كحد أدني، فيما الحمل الطبيعي يجب أن يمتد حتى ٤٠ أسبوعا.

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

وفي شباط/ فبراير، تصدر طفل ياباني عناوين الصحف، فقد بلغ وزنه ٢٦٨ غراما عند الولادة في الأسبوع الرابع والعشرين للحمل، وخرج من المستشفى بصحة جيدة بعد خمسة أشهر من تلقيه العلاج، يقول إدوارد بيل طبيب حديثي الولادة والأستاذ في طب الأطفال في جامعة إيوا الأمريكية: أزاول هذه المهنة منذ ٤٠ عاما، وقد رأيت هذا الحد ينخفض أسبوعا خلال السنوات العشر التي عملت

وتحمل السويد بلا شك الرقم القياسي العالمي لنجاة الأطفال الخدج؛ فقد نجا ٧٧ بالمئة من الأطفال المولودين في الأسابيع ٢٢ إلى ٢٦ من الحمل بين العامين ٢٠١٤ و٢٠١٦، وفق دراسة نشرتها الثلاثاء مجلة الجمعية الطبية الأمريكية (جاما). حتى إن البلاد شهدت تحسنا، فقد كانت تلك النسبة ٧٠ بالمئة بين العامين ٢٠٠٤ و٢٠٠٧، وفي الوقت نفسه، وضعت السويد إجراءات موحدة ونظمت عملية إنعاش الأطفال الحديثي الولادة لتصبح منهجية، والأن ٨٨ بالمئة من الولادات المبكرة تجرى في مستشفيات تتبع تلك التدابير.

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

"في السابق، عندما يكون الجنين في أسبوعه الـ٢٢ أو الـ ٢٣، كان يمكن للطبيب القول إنه لا يستطيع القيام بأي شيء (الإنقاذه)".

## الولايات المتحدة متأخرة

منذ تسعينيات القرن الماضى، طُورت ثلاث والثالثة هي التقدم المحرز في أجهزة التنفس.

وتتوافر هذه التقنيات على نطاق واسع في البلدان المتقدمة، لكن هذا لا يمنع وجود تباينات كبيرة من بلد إلى آخر، وحتى من مستشفى إلى آخر. وأظهرت دراسات أجريت قبل سنوات قليلة في فرنسا وبريطانيا والولايات المتحدة، أن نصف المواليد الخدّج (أقل من ٢٦ أو ٢٧ أسبوعا) يبقون على قيد الحياة، لكن الولايات المتحدة ليست السويد، فالنظام الصحي غير متكافئ بين البلدين

السود والبيض على هذا الصعيد، إذ يولد الأطفال الخدج السود في مستشفيات أقل جودة، لكن نسبة البقاء على قيد الحياة ما زالت تتقدم حتى بالنسبة إلى الأطفال الذين تقل أوزانهم عن ٤٠٠ غرام وهي حالات نادرة للغاية، لكنها كانت موضوع دراسة أخرى نشرت نتائجها "جاما" الاثنين.

أوزانهم أقل من ٤٠٠ غرام، وولدوا بين الأسابيع الـ٢٦ و٢٦ من الحمل، في ٢١ مستشفى أمريكيا بين

وقال بيل: "هذا يظهر أن البقاء على قيد الحياة أمر ممكن"، مضيفا أنه "لا يمكن القول إن هؤلاء الأطفال يجب أن ينعشوا دائما، لكن يجب على الوالدين معرفة هذه المعلومات، وأن يعطوا

# ساينس ديلي: هل يغذي

وتم نشر هذه الدراسة في دورية "ساينس".

وينقل التقرير عن المؤلفة المشاركة الدكتورة جيهي يون، أستاذة علم الجزيئات والجينات البشرية في جامعة بايلور، قولها: "هناك عدد متزايد من الدراسات المبنية على المشاهدة أدت إلى الوعي بوجود علاقة بين استهلاك المشروبات المحلاة والسمنة وخطورة الإصابة بسرطان القولون والمستقيم.. وما هو معروف الأن هو أن السكر ضار بصحتنا بشكل رئيسي؛ لأن استهلاك الكثير منه يؤدي إلى السمنة المفرطة، ونعلم أن السمنة المفرطة تزيد من خطر الإصابة بعدد من أنواع السرطان، بما في ذلك سرطان القولون والمستقيم؛ لكن ما لم نكن غيرمتأكدين منه هو إن كان هناك رابط مباشر بين استهلاك السكر والسرطان، فقررت أن أبحث في هذا السؤال المهم عندما كنت أجري أبحاثا في مرحلة ما بعد الدكتوراة في مختبر الدكتور لويس كانتلي في (كلية طب) ويل كورنيل". ويلفت الموقع إلى أن يون وزملاءها قاموا ابتداء بتوليد نسخة فأرفي بدايات سرطان القولون، حيث تم حذف جين (APC)، وقالت يون: "جين APC يعد حارسا ضد سرطان القولون والمستقيم، وحذف هذا البروتين يشبه إزالة كوابح السيارة، فدونه، لا تتوقف خلايا الأمعاء عن النمو ولا تموت، وتولد المراحل الأولى من الأورام التي تسمى السليلة (polyp) وهو (نمو غير طبيعي يشبه الفطر في المناطق المحتوية على أغشية مخاطية)، وأكثر من ٩٠ من المصابين بسرطان القولون والمستقيم لديهم

النموذج من المرض لدى الفأر فإن الفريق فحص أثر استهلاك الماء المحلى على تطور الورم، وكان

ما يغير طريقة رعاية الحوامل. وأظهرت دراسة نشرتها "جاما" تباينا بين

فقد نجا ١٣ بالمئة من الأطفال الذين كانت

رأيهما في القرار المتعلق بالإنعاش".

# السكر السرطان؟

نشر موقع "ساينس ديلي" تقريرا، حول دراسة أجريت في كلية الطب التابعة لجامعة بايلور في تكساس، وكلية ويل كورنيل مديسين في نيويورك،

إلى أن الباحثين توصلوا إلى أن استهلاك كمية متواضعة من شراب الذرة الغني بالسكر النباتي فركتوز"، (وهو شبيه بالقطر الذي يستخدم لتحلية الكنافة والقطائف)، ما يعادل تناول ٣٥٥ مل من مشروب محلى يوميا، أدى إلى تسريع نمو أورام في أمعاء الفئران، بمعزل عن السمنة المفرطة. ويذكر الموقع أن فريق البحث اكتشف كيف تغذي المشروبات المحلاة نمو السرطان، ما يشير إلى بعض الاستراتيجيات المكنة للعلاج.

والمستقيم من المراحل الأولى من أورام حميدة إلى

تقنيات بهدف إنقاذ الأطفال الخدج أو حديثي الولادة، الأولى هي ابتكار مادة اصطناعية تحل محل مادة لا ينتجها الأطفال الخدج في رئاتهم لمساعدتهم على التنفس، والثانية هي إعطاء الأم منشطات عن طريق الحقن قبل الولادة مباشرة لجعل رئة الطفل تنضج أسبوعا في يوم واحد،

ويشير التقرير، الذي ترجمته "عربي٢١"،

هذا النوع من التحول في جين APC".

ويفيد التقرير بأنه من خلال استخدام هذا

الماء المحلى يحتوي على ٢٥٪ من شراب الذرة عالى السكر المؤلف من جلوكوز وفركتوز بنسبة ٤٥ إلى ٥٥.ويذكر الموقع أنه عندما قام الباحثون بتوفير الماء المحلى للفئران (نموذج APC) في زجاجات يمكن أن تشرب منها في أي وقت، زاد وزن الفئران خلال شهر واحد، ولمنع الفئران من أن تصبح مفرطة في السمنة ولمحاكاة تناول إنسان لعلبة واحدة من المشروبات الغازية يوميا، فإن الباحثين أعطوا كميات معتدلة من الماء المحلى عن طريق الحقن، مرة في اليوم، وبعد شهرين لم يزد وزن الفئران (نموذج APC) التي كانت تعطى ماء محلى، لكنها طورت أوراما أكبر وبدرجة أكبر من الفئران التي أعطيت ماء عاديا. ويورد التقرير عن الدكتورة يون، قولها: "إن النتائج تشير إلى أنه عندما تكون لدى الحيوانات أورام في الأمعاء في مراحلها الأولى -وهو ما قد يحصل مع الشباب صدفة ودون انتباه- فإن استهلاك كميات صغيرة من شراب الذرة عالي الفركتوز على شكل سائل يمكنه أن يزيد من نمو الورم وتقدم مرحلته بمعزل علن السمنة الزائدة.. هناك حاجة للمزيد من البحث لترجمة هذه النتائج بالنسبة للبشر، لكن ما استنتجناه من النماذج الحيوانية يشيرإلى أن استهلاك المشروبات المحلاة الدائم يقصر من الوقت الذي يحتاجه السرطان للنمو، فلدى البشر عادة يأخذ الأمر ما بين ٢٠ عاما إلى ٣٠ عاما لنمو سرطان القولون

## وينقل الموقع عن البروفيسور كانتلي، المؤلف المشارك، والأستاذ السابق للدكتورة يون، قوله:

إن المشاهدات في النماذج الحيوانية قد توضح الارتباط بين تنامي استهلاك المشروبات المحلاة والمأكولات المحتوية على كميات كبيرة من السكر على مدى الثلاثين عاما الماضية وزيادة سرطانات القولون والمستقيم في الفئة العمرية ٢٥ إلى ٥٠ عاما في الولايات المتحدة". وينوه التقرير إلى أن الفريق قام بدراسة

الآلية التي شجع فيها السكر نمو الورم، فوجد أن الفئران (نموذج APC)، التي تعطى كميات قليلة من الشراب عالي الضركتوز، كانت لديها كميات فركتوز عالية في القولون والدم، وكان بإمكان الورم الاستفادة من كل من الفركتوز والجلوكوز من طرق مختلفة.ويقول الموقع إنه من خلال استخدام تكنولوجيا متقدمة لمتابعة مصير الجلوكوز والفركتوزيِّ أنسجة الورم، فإن فريق البحث أظهر أنه تم تغيير الفركتوز كيماويا، وهذه العملية شجعت على إنتاج الأحماض الدهنية بشكل فعال، وهي التي تساعد في المحصلة على نمو الورم.

وينقل التقرير عن يون، قولها: "معظم الدراسات السابقة استخدمت الجلوكوز أو الفركتوز وحده لدراسة أثر السكر في الحيوانات أو الخلايا. وقلنا إن هذه المقاربة لا تعكس كيف يستهلك الناس المشروبات السكرية، حيث أن المشروبات والأطعمة لا تحتوي فقط على جلوكوز أو فركتوز، إنما يوجد كلاهما معا بكميات متساوية.. وتشير نتائجنا إلى أن دور الفركتوزية الأورام هو تحسين دور الجلوكوز في توجيه عملية تصنيع الأحماض الدهنية، وتوفر الأحماض الدهنية الناتجة يمكن استخدامه من خلايا السرطان لتشكيل أغشية خلوية وجزيئات إرسال إشارات، للنمو أو التأثير على الالتهاب".

وبحسب الموقع، فإنه لتحديد ما إذا كان تحول الفركتوز أو ازدياد إنتاج الأحماض الدهنية هو المسؤول عن نمو الـورم، فإنه تم تعديل الفئران (نموذج APC) بحذف الجينات المسؤولة عن فرز الأنزيمات المستخدمة في عملية التمثيل الغذائي للفركتوز وتصنيع الأحماض الدهنية، ففي مجموعة من الفئران أوقف إنتاج أنزيم KHK المسؤول عن عملية التمثيل الغذائي للضركتوز، وفي المجموعة الأخرى أوقف إنتاج أنزيم FASN، الذي يساعد في تصنيع الأحماض الدهنية، ووجدوا أن الفئران التي كان ينقصها أحد الجينين لم تطور أوراما أكبر كما حصل مع الفئران التي لم يتم وقف الأنزيمات فيها.ويورد التقرير نقلا عن كانتلي، قوله: "كشفت هذه الدراسة النتيجة المفاجئة عن مدى استفادة سرطان القولون والمستقيم من شراب الذرة عائي الضركتوز، الذي يشكل مكونا مهما في معظم المشوربات الغازية والكثير من المأكولات المصنعة، باعتبارها وقودا لزيادة معدل نمو الأورام.. وفي الوقت الذي أظهرت فيه العديد من الدراسات وجود علاقة بين الحمية الغذائية وزيادة معدل سرطان القولون والمستقيم، فإن هذه الدراسة تظهر آلية جزيئية مباشرة للعلاقة بين استهلاك السكر وسرطان القولون والمستقيم". وينقل الموقع عن يون، قولها: "ما خلصنا إليه

يفتح الاحتمالات أمام العلاج، فعلى خلاف الجلوكوز، فإن الفركتوز ليس ضروريا لبقاء أو نمو الخلايا الطبيعية، وهو ما يعني أن العلاجات التي تستهدف عمليات التمثيل الغذائي للفركتوز تستحق البحث، والبديل هو تجنب استهلاك المشروبات المحلاة بقدر الإمكان، بدلا من الاعتماد على الأدوية، حيث سيقلل هذا من وجود السكرية القولون".

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

## كان هناك ارتباط بين القهوة واليقظة، بحيث إذا قمنا ببساطة بتعريض الناس للاشارات ذات العلاقة بالقهوة، فسوف

أنهم قد شربوها بالفعل".

المشاركين.

وأوضىح "ماجليو" بأن "الأشخاص الذين يعانون من الاستثارة الفسيولوجية،

تزداد حماستهم الفسيولوجية، كما لو

في هذه الحالة كنتيجة للتمهيد أو التلميح للقهوة ولكن عدم شربها نفسها، يرون

ليس شربها فقط.. رائحة القهوة

والتفكير بها أيضا يجعلك يقظا

العالم بشكل أكثر تحديدا وتفصيلا. وتابع: "هذا له عدد من الأثار على كيفية معالجة الأشخاص للمعلومات واتخاذ القرارات وإصدار الأحكام".

رائحة القهوة تنشط خلايا المخ وفي السياق ذاته، كشفت دراسة أجـراهـا "معهد ستيفنز للتكنولوجيا" الأمريكي، بأن تأثير القهوة على المخ لا يقتصر فقط على الشرب، بل يمتد أيضا ليصل لرائحتها، حيث يمكنها أن تحفز بعض وظائف الدماغ، ويشعر من يشمها بأنه يمكنه أن ينجز أكثر.

وبحسب الخبر الذي نشره المعهد، قام فريق البحث بإجراء اختبارات في مادة الجبر مؤلفة من عشرة اسئلة، لنحو ١٠٠

من طلاب إدارة الأعمال بالجامعة، كانوا مقسمين إلى مجموعتين.

نتيجة أعلى بكثيرة الاختبار. وقائت "أدريانا مادزهاروف" رئيسة ويقدمون ما هو أفضل، وأثبتنا أن توقعهم هذا كان مسؤولا جزئيا على

وأجرت المجموعة الاختبار في قاعة تملؤها رائحة القهوة منزوعة الكافيين، في حين أجرت المجموعة الأخرى والمتماثلة من الناحية الديموغرافية مع الأولى الاختبارية قاعة دون روائح.

ووفقا للدراسة كانت النتائج لافتة للنظر، حيث أحرزت المجموعة الأولى

فريق البحث: "ليس فقط أن رائحة تشبه القهوة ساعدت أفراد المجموعة الأولى على أداء مهام تحليلية بشكل أفضل، بل أيضا اعتقدوا وتوقعوا أيضا أنهم سيفعلون

# في مكان العمل، والمهندسين المعماريين ومطوري البناء ومديري متاجر البيع

وأضافت: "باختصار لا تزال الرائحة

الشبيهة بالقهوة، التي لا تحتوي على

الكافيين، لها تأثير وهمي مماثل لشرب

وأوضحت "أدريانا" بأنها وفريقها

"أرادوا أن يروا إذا ما كان الناس يتوقعون

أن تؤدي رائحة القهوة إلى تحسين الأداء،

لأنهم يعتقدون أنه ستؤدي إلى مستويات

أعلى من الإثارة الفسيولوجية، وهو

تأثير مرتبط تقليديا بالابتلاع الفعلي

وأضافت: "تساءلنا أيضا بعد هذه

التجربة؛ هل من الممكن أن يكون تعزيز

المجموعة الأولى في التفكير السريع

مرتبطا بطريقة ما بملاحظة وشم رائحة

تشبه القهوة على مستوى ما، واعتقاد هذه

المجموعة بأنها ستؤدي بشكل أفضل، في

استقصائية للمتابعة، أجريت بين

مجموعة تضم ٢٠٠ شخص، غير الذين

شاركوا في الدراسة الأولى، وسألنا

المشاركين عن رأيهم بروائح متعددة، وعن

فأجاب المشاركون عن الأسئلة بالقول:

وأشارت "أدريانا" إلى أنه "يمكن الأن

توسيع هذا العمل ليشمل مهام أخرى، مثل

المهام اللفظية على سبيل المثال، لمعرفة ما

إذا كان تأثير الرائحة الشبيهة برائحة

القهوة يبدو وكأنه يحسّن أنواعا أخرى من

وختمت حديثها بالقول: "هذا

الاستنتاج له أيضا آثار عملية متعددة

مفيدة في الأعمال التجارية للمهنيين

"نعتقد بأننا سنشعر بتحفيز فسيولوجي في

الغرف المعطرة من القهوة، مقارنة بالبيئات

غير المعطرة أو المعطرة بالأزهار".

تأثيرها الملموس على الأداء البشري".

وأكملت: "لهذا صمم فريقنا دراسة

مثال كلاسيكي لتأثير الدواء الوهمي؟".

للكافيين".

# ابتكارات طبية متقدمة في معرض لندن.. تعرف عليهاً



نشر موقع "أف بي ري" الروسي، تقريرا تحدث فيه عن الابتكارات الطبية المتقدمة التي عرضت في معرض لندن

وقال الموقع في تقريره الذي ترجمته عربي ٢١"، إن العلماء والمختصين قدموا تقنيات جديدة وقديمة تهدف إلى تطوير الأدوية"، لافتا إلى أن هذا المعرض الذي يعنى بالرعاية الصحية، هو حدث يقام سنويا بالمملكة المتحدة لعرض الإبداعات المتعلقة بالصحة الدولية.

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

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

للمرض. وأشار الموقع إلى أن الأطباء أصبحوا خلال السنوات الأخيرة يخزنون بيانات المرضى، ما يعني أن الشبكة الطبية تحوّل السجلات الطبية باستخدام تكنولوجيات التشفير وتقوم شركة ميديكال شاين بتزويد أخصائي الرعاية الصحية بالبيانات الصحية الشخصية الخاصة



بالمرضى، التي تحفظ بطريقة شفافة وآمنة بفضل هذه التقنية الجديدة التي تعتمد على التشفير.

ونظرا لتزايد شعبية الاستشارات عبر الإنترنت، ستساعد هذه التقنية الجديدة في التغلب على المخاوف المتعلقة بالخصوصية والأمن، وتأمل شركة ميديكال شاين أن تصبح خدماتها في

المستقبل القريب متاحة لعامة الناس.

وأكد الموقع أن الفحص المبكر لسرطان عنق الرحم قد يساهم في التقليل من عدد الوفيات بشكل كبير، وقد ابتكرت شركة موبيل أو دي تي منظار مهبل يدوي بالبطارية أطلقت عليه تسمية نظام إيفا، والمثير بشأن هذا المنظار أنه قادر على تصوير عنق الرحم بجودة ممتازة، ويمكن من إجراء تشخيص دقيق في أقصر وقت ممكن. وتتمثل إحدى مزايا هذا الابتكار الطبي الرئيسية في أنه نظام محمول سهل

الاستعمال، وبإمكان الأخصائي مهما كانت

خبرته أن يستخدمه.

كما أن هذا الجهاز سهل الاستخدام لأنه يعتمد على تقنيات الهواتف الذكية، ويوفر هذا النظام خاصية الاستشارة عن بعد، التي تتيح للمرأة استشارة الخبراء في وقت قياسي، ومن شأن هذا النظام الكشف عن الأمراض السابقة للتسرطن، علما وأنه لا حاجة للمخابر الطبية أو المستشفيات، وإنما يمكن الحصول على

نتائج فورية دون الانتظار لأسابيع. وذكر الموقع أن بلو ثينك قامت بابتكار طريقة لجعل البطاريات العادية التي نستعملها بشكل يومي أكثر أمانا واقتصادا، وذلك من خلال إنتاج بطاريات بلو ثينك صغيرة الحجم ومصممة بشكل بسيط ومرن، وقد أصبحت الأجهزة الطبية أكثر ذكاء من أي وقت مضى، وبطبيعة الحال تحتاج هذه الأجهزة لمصدر طاقة،

لذلك قام المبتكرون بتطوير هذا النوع من وأوضح الموقع أن الوحدة هي مشكلة

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

# هل يساهم الشاى «الأخضر والأحمر» في خسارة الوزن؟

هناك إضافات طبيعية تضاف للشاي تحسن من خواصه مثل الليمون والنعنع

يُعد الشاي المشروب العالمي الثاني، وموطنه الأصبلي شبرق آسبيا، ويُعدُ المشروب الرسمي لعدة دول منها بريطانيا وتركيا والهند، وللشاي فوائد عدة، فهو يعزز المناعة وأيضا مفيد لصحة القلب والشرايين.

وهناك نوعان من مشروب الشاي، هما الأخضر والأحمر، وشاع اعتقاد بأن الشاي الأخضر يساهم في خسارة الوزن، فهل يفعل ذلك فعلا؟ عامل مساعد

تجيب اختصاصية التغذية آيات

شطارة عن هذا التساؤل بالقول: "لا يساهم الشاي الأخضر في خفض الوزن بشكل مباشر، لكنه عامل مساعد على ذلك، فكونه مضاد للأكسدة، وأيضا يُحسن من عملية الحرق، ويخفض من مستوى الكولسترول، وجيد لصحة القلب والشرايين، فهو بالتالي يساعد مع الحمية الغذائية في خفض الوزن".

وتابعت مستدركة: "بالتأكيد، الشاي وحده لا يكفي لخسارة الوزن، بل يجب أن يترافق معه نظام غذائي صحي، بمعنى لا يمكن للشخص أن يأكل كثيرا دون حسيب أو رقيب، ويريد بكل سهولة أن يخسر وزنه فقط بشربه كوبا من الشاي الأخضر، بالتأكيد هذا الأمر لن يحدث". فوائد الشاي الأخضر

وحول فوائد الشاي الأخضر قالت

والشرايين".

وأوضىحت أن "الشاي يحتوي على أعراض الشيخوخة المبكرة"، مضيفة:

ويحتوي أيضا الكافيين والتانين".

آيات في حديثها لـ"عربي٢١": "من فوائده أنه مضاد للأكسدة، ويعمل على محاربة الجذور الحرة، وأيضا يحسن من عملية حرق الدهون، ومفيد لصحة القلب

وأشارت إلى أن "الدراسات وجدت أن الشاي الأخضر يُحسن القدرة العقلية، ويساهم في علاج مرض الزهايمر، ودراسات أخرى وجدت أنه يساعد في علاج أمراض

البوليفينول ومضادات الأكسيدة، فهو بالتالي يعزز من المناعة، وأيضا يقلل من أيضا يمنع التهاب المفاصل، ويحتوي على فيتامين سي وصوديوم وبوتاسيوم،

الشاي الأحمر بخسارة الوزن: "هناك علاقة بين الكافيين الموجود في الشاي الأحمر وبين رفع مستوى حرق الدهون في الجسم، إضافة لمضادات الأكسدة التي تساهم بدورها في رفع مستوى حرق الدهون، وهذه هي العلاقة بين الشاي وبين

بأنه يدعم الحمية الغذائية".

خسارة الوزن". وتابع: "لكن الشاي الأحمر وحده لا يكفي لخسارة الوزن، ولكن يمكن القول

وأضافت: "يحتوي الشاي الأخضر

من جهته، قال استشاري التغذية

العلاجية، محمد عبد السلام، حول علاقة

أيضا على الحمض الأميني الثريونين،

الذي يحفز الناقل العصبي للدوبامين

والسيروتونين وهما هرمونا السعادة".

الشاي الأحمر

## الأمير هارى وزوجته ميغان يدشنان "حسابا مشتركا عبر "إنستغرام

الجمعة (26) أب 2022 العدد (2359)

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

وكان الزوجان ينشران صورهما في الماضي عبر حساب يديره قصر كينغستون ويضم صورا عن أنشطة أخيه الأكبر الأميروليام وعائلته.

وأعلن الشهر الماضي انتقال سكن الزوجين من لندن إلى فروغمور كوتيدج في وندسور غرب العاصمة. ومع أول صورة نشراها على الحساب الجديد، كتب الزوجان هذا التعليق: "مرحبا بكم في حسابنا الرسمي على إنستغرام. نتطلع لأن نشارككم الأنشطة التي تحفزنا والقضايا التي ندعمها والإعلانات المهمة وفرصة تسليط الضوء على موضوعات رئيسية".

# أثرياء في نيجيريا يطلبون بيتزا ديلفري من لندن

قال وزير الزراعة النيجيري، أودو أوغبا، إن نيجيريين يستخدمون هواتفهم النقالة لجلب البيتزامن لندن على من الخطوط الجوية البريطانية "بريتيش إيرويز".

وأضياف: "هناك نيجيريون يستخدمون هواتفهم لجلب بيتزا من لندن، إنهم يشترونها من لندن ويحضرونها على رحلات "بريتش أيروايز في الصباح ليأخذوها من المطار".

وأضاف: "الوضع ممل حقا، وينبغي علينا أن نتحرك بسرعة في وقف مثل هذه الأشياء". وأثارت تصريحات أوغبا موجة سخرية على

وتأتي هذه التصريحات في محاولة من الحكومة النيجيرية لوقف اعتمادها على الاستيراد من الخارج، والذي يراه الوزير مكلفا جدا للمزارعين

في نيجيريا؟ هل هناك تطبيق لهذه الخدمة؟".

المحليين. وعبر الوزير عن انتقاده لبعض المواطنين الذين يتجهون للاستيراد، قائلا: "بعض المواطنين يستوردون احتياجاتهم اليومية مثل الأرز والطماطم؛ لأنهم يعتقدون أن هذا يظهر الوجاهة والطبقة، وأنهم يأكلون الأشياء المستوردة".

## شرطة بريطانيا تحقق فى خامس حادثة طعن شمال لندن خُلال أيام

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

وتم طعن أربعة ضحايا من الخلف، بمطلع الأسبوع في منطقة إدمونتون في شمال غرب لندن، وقال محققون إنهم يعتقدون أن الأمر ليست له صلة بالإرهاب وإن مشتبها به واحدا ضائع في الأمر.

وتم القبض على رجلين للاشتباه في الحاقهما ضررا خطيرا، وما زالا محتجزين، وقالت الشرطة عن الهجوم الخامس إنه تم العثور على رجل في الثلاثينيات من عمره مصابا بطعنات في وقت مبكر صباح اليوم الثلاثاء وتم نقله للمستشفى وهو في

وقال الشرطي لوك ماركس: "أدرك أن الأحداث

الناس وأن هذا الحادث سيسبب المزيد من القلق". اقرأ أيضا: بريطانيا توجه اتهامات ٢٦ رجال بتفجير متجر ومقتل خمسة بليستر وعقدت رئيسة الوزراء البريطانية، تيريزا

في مطلع الأسبوع سببت قلقا كبيرا ومخاوف بين

ماي، اجتماعا خاصا أمس الاثنين لبحث التعامل مع تزايد جرائم الطعن بسكاكين في بريطانيا. وأوضحت إحصاءات رسمية الشهر الماضي، أن

٢٨٥ واقعة طعن حدثت في إنجلترا وويلز عام ٢٠١٨، وهو أعلى معدل منذ بدء تسجيل هذه الحوادث قبل أكثر من ٧٠ عاما.

## تمثال «بوذا» على طريق أبو ظبي-دبي يفجر جدلا

كان متحف "اللوفر" قال إن تمثال "بوذا" يعود إلى القرن الحادي والثاني عشر وتم جلبه من الصين- فليكر فوجئ مواطنون ومقيمون في الإمارات بنصب تمثال "بوذا" على الطريق السريع الواصل بين العاصمة أبو ظبي ودبي.

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

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

وأثار نصب التمثال جدلا واسعا بين المغردين عبر موقع "تويتر"، معتبرين أن الإمارات تحاول نسب أي أيقونة تاريخية إليها. وأوضع ناشطون أن الإمارات تضرب بعرض



الحائط الأراء الفقهية الإسلامية المختلفة حول نصب التماثيل، ولا تعبأ ب"استفزاز" مواطنيها.

# وكان متحف "اللوفر" قال إن تمثال "بوذا" يعود

# إلى القرن الحادي والثاني عشر، وتم جلبه من

# هكذا قتل «البلاستيك» أنثى



حوت وأجهض حملها بإيطاليا

اكتشفت السلطات الإيطالية ٢٢ كغم من مخلفات البلاستيك في معدة أنثى حوت عثر عليها

نافقة بأحد شواطئ البلاد الأسبوع الماضي. وقال لوكا بيتاو، رئيس منظمة "سيمي الإيطالية المعنية بالحياة البحرية (غير حكومية)، إن جثة أنثى الحوت تم العثور عليها ملقاة على شواطئ مدينة سردينيا، وتبين أنها من نوع حوت العنبر المهدد بالانقراض.

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

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

وأشار بيتاو إلى أن سبب نفوق أنثى الحوث سيعرف بعد ظهور نتائج الفحوصات النسيجية والسمية التي يجريها الأطباء البيطريون. من جانبه، استنكر وزير البيئة الإيطالي،

التي ستنفذ ها القانون". والشهر الماضي، عثر على حوت صغير نافق في الفلبين، وفي معدته ٤٠ كغم من الأكياس البلاستيكية.

تستخدم لمرة واحدة بحلول ٢٠٢١.

سيرجيو كوستا، استمرار تلويث مياه البحار بالمواد

البلاستيكية. وتساءل في تدوينة عبر "فيسبوك":

"هل ما يزال هناك أشخاص يقولون إن هذه ليست

مشاكل مهمة؟ إنها كذلك، وهي أولوية بالنسبة لي".

القابلة للاستخدام لمرة واحدة، خلال السنوات

الأخيرة، والآن ندفع الثمن، وفي الحقيقة الحيوانات

هي التي تدفعه". وأشار كوستا إلى موافقة البرلمان

الأوروبي مؤخرًا على قانون يحظر استخدام

مجموعة واسعة من المواد البلاستيكية التي

وقال إن "إيطاليا ستكون واحدة من أوائل الدول

وأضاف الوزير: "لقد أفرطنا في استخدام المواد

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

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

وتعليقا على تصريحات القاضي موقع التواصل الاجتماعي "تويتر"، حيث غرد أحد جستس هايدن، قال النائب عن حزب مستخدمي الموقع قائلا: "عزيزتي شركة بريتيش العمال البريطاني، ثانغام ديبونير، إن إيرويز: لماذا لم تخبرينا عن خدمة إيصال البيتزا ذلك يعطي شرعية لكراهية النساء،

بحسب موقع "مترو" البريطاني. وقالت المدافعة عن حقوق النساء، كلير هوشان، إنه لا يحق للرجال في

أثار قاض بريطاني، انتقادات شديدة

بعد أن صرح أن من أهم حقوق الرجل

على زوجته، هو أن يمارس معها الجنس،

وذلك في رد على استفسار حول إذا ما

كان يستطيع الرجل ممارسة الجنس مع

زوجته التي تعاني من صعوبات تعلم.

المملكة المتحدة الإصبرار على ممارسة الجنس، وإن عليهم التحكم بأنفسهم. وقالت النائبة، جيس فيليبس: "هذا

ليس حقا من حقوق الإنسان". اقرأ أيضا: دراسة جديدة.. إليك ما هو أفضل من "الفياغرا" مع صحة أفضل وقال المسؤولون عن رعاية المرأة إنها وصلت إلى درجة لا يمكن أن تتخذ فيها قرارا إذا ما كانت تريد ممارسة الجنس أم لا، واقترح المحامون أن يطلب القاضي من الرجل عدم ممارسة الجنس معها.

وعرض الرجل على المحكمة تعهدا بعدم ممارسة الجنس مع زوجته التي تبلغ من العمر ٢٠ عاما.

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



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

قاض بريطاني يثير جدلا بتصريحات

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

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

وعلى سبيل المثال، استخدمت الشركة الأيسلندية الناشئة "آها" مؤخرا الطائرات بدون طيار بهدف توصيل الطلبات بمختلف أنواعها للزبائن. فضلا عن ذلك، باتت شركة "وينغ" تعتمد هي الأحرى على هذه التكنولوجيا لتوصيل القهوة وغيرها من السلع إلى زبائنها في مدينة كانبرا الأسترالية.

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

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

لم تلق رواجا كبيرا آنذاك. وإلى حد الأن، لم توضح أمازون أي تفاصيل عن برنامجها المتعلق بهذه التكنولوجيا الجديدة في مجال توصيل الطلبات.

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

وأفادت الصحيفة بأن الشركة الأيسلندية تعتمد في نظام التوصيل على مسارات محددة مسبقا وتكون خالية من العوائق كالأشجار وأسلاك الكهرباء وغيرها، حيث حصلت شركة "آها" على رخصة للاستخدام التجاري لهذا النوع من الطائرات نظرا للبيئة الجغرافية للبلاد، إذ أن هناك الكثير من المناطق غير المأهولة

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

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

الاقتراب من البشر والحاق الأذى بهم جراء مراوحها الخطيرة الصاخبة. من جهتها، تستخدم شركة "وينغ" نظاما مشابها في ضواحي العاصمة الأسترالية، كانبرا، حيث نجحت في تسليم أكثر من ٣

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

وفي آيسلندا، يمكن لطائرة بدون طيار واحدة القيام بعمليات توصيل للسلع خلال ساعة أكثر من تلك التي تقوم بها ثلاث سيارات مجتمعة، كما يمكن لشخص واحد أن يشرف على تسيير أكثر من ١٠ طائرات دون طيار في الأن ذاته. ومن المتوقع أن تتمكن شركة "آها" من توصيل طلبات لأكثر من ألف منزل في آيسلندا بحلول حزيران/ يونيو، نظرا لكون اللوائح التنظيمية الجديدة ستسمح لها بزيادة

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

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

علاوة على ذلك، تظهر بعض العراقيل فيما يتعلق بمجال إنضاذ القانون، حيث حظر مكتب التحقيقات الفيدرالي وعدد من الوكالات الأخرى اللوائح التنظيمية التي سبق وأن اقترحتها إدارة الطيران الفيدرالية بسبب المخاوف من استخدام الطائرات دون طيار لشن هجمات إرهابية. وبينت الصحيفة أنه لبلوغ هذا الهدف

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

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

# مقتل أثرى نساء روسيا بتحطم طائرة في ألمانيا

## **∻وكالات**

سقطت الطائرة المنكوبة ذات الستّة مقاعد خلال تحليقها من فرنسا إلى بلدة

إغيلزباخ جنوب فرانكفورت- تويتر أعلنت الشرطة الألمانية مقتل ثلاثة أشخاص كانوا على متن طائرة ركاب صغيرة تحطّمت الأحد في ألمانيا، بينما قالت شركة طيران روسية إنّ من بين الضحايا إحدى مالكاتها التي تُعدّ من أثرى

وقالت شركة الطيران الروسية الخاصة "أس ٧" في بيان، إنّ ناتاليا فيليفا التي تشارك في ملكية الشركة، قتلت في

كما أدّى اصطدام سيارة شرطة كانت متوجهة بسرعة إلى مكان الحادث بسيارة أخرى، إلى مقتل شخصين وإصابة ثلاثة رجال شرطة بجروح خطيرة، وفق وكالة الأنباء الالمانية.

وسقطت الطائرة المنكوبة ذات الستّة

اغيلزباخ جنوب فرانكفورت، في أحد الحقول نحو الساعة ١٣،٣٠ ت غ، وفق الشرطة. وقتل في الحادث راكب آخر يعتقد أنه روسي إضافة إلى الطيار.

مقاعد خلال تحليقها من فرنسا إلى بلدة

ويعتبر زوج فيليفا رئيس شركة "أس ٧" فلاديسلاف فيليف، رابع أثرى شخص في روسيا بحسب تصنيف فوربس لعام ۲۰۱۸ بثروة تقدر بـ۲۰۰ مليون دولار.

وقالت الشركة الروسية في بيان "في

٣١ آذار/مارسى ٢٠١٩: قضت ناتاليا فيليفا مالكة الأسهم في شركة الطيران أس ٧ وهي في سن ٥٥ عاما، خلال هبوط طائرة أبيك-أل تى خاصة في مطار قرب فرانكفورت. أسباب المأساة لم تعرف حتى

الأن". وأشسارت الشرطة إلى أنه "بعد الارتطام احترقت الطائرة بالكامل"، ولن يكون بالإمكان التعرّف على جثث الضحايا قبل الأسبوع المقبل.

# هكذا يخطط علماء ليعيش الإنسان ألف سنة

نشر موقع "آف بي. ري" الروسيي تقريرا، تحدث فيه عن اعتقاد العلماء بأنه يمكن للعلم أن يصبح قادرا على كسر الخصائص الوراثية للإنسان، من أجل تمديد حياته لمدة قرن على الأقل.

وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته "عربي٢١"، إنه حتى وقت قريب كان التحدث عن الشباب الدائم ضربا من ضروب الخيال. ولكن العلماء مقتنعون بإمكانية تحقق هذا الحلم بمساعدة الهندسة الحيوية، ليصبح علاج الشيخوخة مثل علاج أي مرض آخر.

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

ويعتقد هذا الطبيب أن معدل الوفيات في سن العشرين يساوي ٢٠٠٠ في المئة، لذلك إذا استطاع العلماء الحفاظ على هذه الأرقام طوال الحياة، فإن متوسط عمر الإنسان قد يصل إلى ١٠٠٠ سنة. وأشار الموقع إلى أن العلماء لم يحددوا

يعلم الباحثون في مجال الطب في جامعة هارفارد من أين عليهم البدء. وتجدر الإشبارة إلى أن عمر الإنسان ينخفض بانخفاض عدد الأوعية الدموية في العضلات، ما يؤدي إلى التهرّم التدريجي للأعضاء الحيوية. وأوضح الموقع أن باحثين في جامعة

خطة عمل ملموسة لتحقيق ذلك. ولكن

هارفارد قاموا في سنة ٢٠١٨ بتغذية الفئران بمادة كيميائية تؤثر على نمو الأوعية الدموية. ونتيجة لذلك، تبين أن القوة البدنية للقوارض المتقدمة في السن زادت بنسبة ٤٦ بالمئة حتى الأن. ويعمل العلماء على تطوير أدوية قادرة على إبطاء عملية الشيخوخة، علما أن العقاقير الذكية (منشط الذهن) تساعد على إبطاء شيخوخة الدماغ، كما أن هذه الأدوية تؤثر على الأوعية الدموية. وبحلول سنة ٢٠٢٤، من المتوقع أن تتجاوز قيمة هذه الأدوية في السوق ١١ مليار دولار. وأضاف الموقع أساليب أخرى من شأنها أن تطيل عمر الإنسان، من بينها تلك التي اعتمدها العالم ديف إسبري، الذي بلغ مؤخرا سن ٤٥، إلا أنه يتوقع أن يصل عمره إلى ١٨٠ سنة. وفي السنة الماضية، استخرج إسبري الخلايا الجذعية من نخاعه العظمي، وحقنها في أعضائه ومفاصله وفي مختلف أنحاء جسمه. كما

ينوي القيام بهذه العملية مرتين سنويا.

وإطالة حياته. علاوة على ذلك، يستهلك إسببري حوالي ١٠٠ نوع من المكملات الغذائية يوميا، كما أن منزله الواقع في كولومبيا مجهز بمرافق خاصة مثل غرفة أكسجين عالي الضغط، وجهاز لتحفيز العضلات. وأفاد الموقع بأن لاري إيلسون، المدير التنفيذي لشركة أوراكل، يعتبر أن ۱۸۰ سنة رقم متواضع جدا، ويريد العيش لفترة أطول. وفي هذا الإطار، يسعى بعض العلماء لتطوير عمليات زرع الشرائح الإلكترونية في الدماغ. ويعتقد رجل الأعمال الأمريكي إيلسون أنه إذا لم يصبح الناس آليين، فإن الذكاء الاصطناعي سيهزم البشرية. وبمساعدة التكنولوجيات الحديثة، سيتمكن الناس من العيش أطول وقت ممكن. وأوضح الموقع أن العديد من العلماء يشككون في فكرة الشباب الأبدي، بل يعارض البعض منهم أي جهود قد تؤدي إلى عكس عملية الشيخوخة. وفي مقال له، أكد ريتشارد ميلر، الأستاذ في جامعة ميشيغان، أنه "من غير المحتمل تحقيق هذه الأفكار، حتى أنها لا تستحق الذكر في المجتمع العلمي". فعلى مر التاريخ، عاش العديد من الأشخاص عمرا طويلا لم يتجاوز ١٢٠ سنة. كما أشار ميلر إلى أن أحدث التطورات

وبالاعتماد على الخلايا الجذعية، يأمل إسبري في إبطاء عملية الشيخوخة التكنولوجية لا يمكن أن تؤثر على هذه

العملية. وبناء على ذلك، يعتقد معظم العلماء أن الحد الأقصى لعمر الإنسان هو ١٢٠ سنة. وذكر الموقع أن مهندسي الطب الحيوي يعتقدون أنهم يحاولون تطوير السبل للحصول على فترة شباب أطول، بينما يعتقد آخرون أن عمليات تمديد عمر الإنسان قد تكون خطيرة. واعتبر العالم والأستاذ الجامعي فرانسيس فوكوياما أن محاولات التأثير على متوسط عمر الإنسان قد تكون من أعظم التهديدات التي تواجه البشرية. وفي حال كان البعض من الأشخاص سيعيشون بالفعل لأكثر من ١٥٠ سنة، فقد يؤدي ذلك إلى نتائج غير متوقعة. فإذا تمكن العلم من تمديد حياة الإنسان إلى ١٠٠٠ سنة، فإن الأثرياء هم من سيتمكنون من تحمل نفقات هذه العمليات والإجراءات المضادة للشيخوخة. وبالتالي، ستتشكل فروقات كبيرة بين الفقراء والأثرياء، ليس فقط على المستوى المادي، وإنما على المستوى الزمني أيضا. وفي الختام، أفاد الموقع بأنه بغض النظر عن مدى صعوبة هذه العمليات المضادة للشيخوخة، ورفض مجتمع العلماء لها من عدمه، فإن التقنيات الجديدة تتقدم بسرعة. ومن غير الواضح ما إذا كان العلماء سينجحون في تمديد عمر الإنسان. لكن في كل الأحوال يرتبط مستقبل البشرية ارتباطا وثيقا بالعلم

## الدورى الأوروبى لكرة القدم يخطف اهتمام الشارع الرياضي المحلي

بات الشارع الرياضي المحلي، يتجه بشكل أكبر لمتابعة البطولات والدوري الأوروبي لكرة القدم؛ بحثا عن الإثارة والأداء الفني العالي الذي تتمتع به هذه البطولات.

وكان الفتافي الفترة الأخيرة، إقبال الشارع الرياضي على متابعة المدوري الأوروبي بنسب متفاوتة، حيث نال المدوري الإنجليزي نصيبا كبيرا من المتابعين في ظل الإثارة والندية التي تحفل بها أغلب المباريات، كما بدا واضحا إقبال المتابع الأردني على رصد ومشاهدة مباريات الدوري الإسباني لوجود القطبين؛ ريال مدريد وبرشلونة، كما توجه الشارع المحلي لمتابعة أيضا الدوري الإيطالي، ثم الدوري الألماني وكذلك الضرنسي.

ونجحت هذه البطولات الأوروبية في خطف اهتمام الشارع الرياضي الأردني الذي بات يتابع بشغف وحماس المباريات الأوروبية. وبدا اهتمام الأردنيين بالدوري الأوروبي واضحا من خلال الحديث الدائم عن المنافسات، ومتابعة جميع انتقالات اللاعبين، والاتفاق على تجمعات في المقاهي والمنازل لحضور المباريات القوية بشكل جماعي؛ مثل مباراة ريال مدريد وبرشلونة، ومباريات ليفربول ومانشيستر سيتي ومانشيستر يونايتد في إنجلترا، ومباريات فرق يوفنتوس واسي ميلان وانتر ميلان ونابولي في إيطالي، وبايرن ميونيخ ودورتموند في ألمانيا، وفريق باريس سان جيرمان في فرنسا.

وأكد متحدثون لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، أن الفروقات واضحة في المستويات الفنية بين الدوري المحلي أو العربي من جهة، والدوري الأوروبي من جهة أخرى، ما دفعهم للإقبال بشدة على الدوري الأجنبية للاستمتاع بالأداء والإثارة والتنافس القوي على

ويؤكد وسام الصمادي أن اهتمامه بدا أكبر في الأونة الأخيرة بالدوري الأوروبي، خاصة الدوري الإنجليزي الذي يتصف بالإثارة والندية، كما أنه يضم أيضا اللاعب العربي المصري محمد صلاح الذي يلعب في فريق ليفربول.

الدكتور حسان عبدالمجيد المغرم بكرة القدم، أكد حرصه على متابعة الدوري الإسباني لتشجيع فريقه المفضل ريال مدريد، كما أنه يتابع عددا كبيرا من مباريات الدوري الإنجليزي الذي اعتبره الدوري الأوروبي الأجمل والأكثر إثارة.

أما أحمد العاصي صاحب أحد المقاهي، فأكد أن ارتفاع أعداد الأردنيين المهتمين والمتابعين للمباريات الأوروبية، ينعكس إيجابا على عمل المقهى الذي يستقبل الكثير من الزبائن خلال المباريات القوية، خاصة التي تلعب في إسبانيا وإنجلترا.

## مشاركة اردنية بتحدي عربات كروس كارت في لبنان

يشارك سائقون أردنيون في أول تحد من نوعه في منطقة الشرق الأوسط يقام في لبنان، ومخصص للسائقين الشباب لخوض تجربة المنافسة بعربات كروس كارت على مسار حصوي وترابي لمدة ٣ أيام. وتنطلق فعاليات السباق الذي ينظمه النادي اللبناني للسيارات والسياحة، بدعم من الاتحاد الدولي للسيارات (فيا) اليوم الجمعة.

وتقام الفعالية بمشاركة ١٦ سائقا من قبرص والأردن ولبنان على شكل معسكر تدريبي على مدى ٣ أيام في حلبة "مزار موتور بارك" في منطقة كفردبيان، وتبدأ الجمعة اختيار عربات الكروس كارت وضبط المقاعد لتناسب السائقين، وتليها في اليوم نفسه أولى حصص التجارب ليدخل المشاركون في أجواء المنافسات والاعتياد على المسار.

وفي اليوم التالي يخضع السائقون لجلسات تدريبية على يد المدرب البريطاني سايمون فيتشت، حيث يتعرفون أكثر على أهمية اتباع نظام حياة السائق المحترف وآلية التطور إضافة إلى تلقي إرشادات وتعليمات حول النظام الغذائي، وعلى تقنيات عربات الكروس كارت والقوانين التي ترعاها من قبل الاتحاد الدولي للسيارات.

ويدخل السائقون يوم الأحد المقبل غمار التحدي والتنافس في سلسلة من السباقات الإقصائية، ليتوج مع نهاية اليوم أبطال تحدي كأس كروس كارت الأول في الشرق الأوسط.

وقال رئيس لجنة رياضة السيارات في النادي اللبناني للسيارات والسياحة عماد لحود: "نواصل سعينا باستمرار لتطوير ثقافة رياضة المحركات وسباقات السيارات في المنطقة ونعمل على تطوير المواهب وفتح آفاق جديدة لهم، هذه المرة يتخذ هذا الحدث طابعا فريدا كونه يقام على مسار ترابي بمواصفات عالمية ويعتبر مخصصا لعربات الكروس كارت».

وتابع في تصريح صحفي اليوم الأربعاء، أن "الهدف من هذه المنافسات لا يقتصر على التسابق فقط، بل وضعنا برنامجا تعليما وتدريبيا مع أهم المختصين العالميين لتطوير مواهب السائقين في هذا النوع من السباقات على صعيد اللياقة البدنية والتغذية وتقنيات القيادة وغيرها الكثير، ليلمس المشاركون مستوى آخر من الاحترافية، إضافة إلى الاحتكاك بسائقين من جنسيات وخبرات أخرى، وسنواصل العمل باستمرار بالتعاون مع الاتحاد الدولي للسيارات على تنظيم مزيد من فعاليات رياضة المحركات».

وتعرف عربات الكروس كارت بأنها فئة مخصصة لسباقات المسارات الترابية والحصوية والثلجية، لتشكل أولى عتبات سلم التقدم في عالم الراليات والرالي كروس والسباقات على مسارات ثلجية، ويمكن البدء بالتدرج في هذا النوع من السباقات بعمر الـ ١٠

وتتنوع فئات عربات الكروس كارت لتناسب جميع الأعمار وتواكب تطور مسيرة السائقين، وتلقى شعبية وإقبالا متزايدا حول العالم.

## لابورتا يحبط جماهير برشلونة

تحدث خوان لابورتا، رئيس برشلونة، عن مدى إمكانية التعاقد مع البرتغالي برناردو سيلفا، نجم مانشستر سيتي، لتدعيم صفوف

وارتبط اسم سيلفا مؤخرًا بالانتقال لصفوف برشلونة، بناء على طلب من المدرب تشافي هيرنانديز، لاستكمال بناء فريق قوي للبارسا يعيد البطولات إلى كامب نو.

وقال البورتا، في تصريحات نقلتها صحيفة "سبورت" الكتالونية: "سنقوم بعملنا، بناء فريق تنافسي مع مدرب رائع مثل

أما بالنسبة لبرناردو سيلفا، فأكد لابورتا أنه لم يتحدث عن اللاعب مع قادة السيتي، وقال: "لم يكن هناك أي شيء مع برناردو سيلفا، ولم تكن هناك قضية، والأن فات الأوان».

وتواجد سيلفا مع فريقه، مساء الأربعاء داخل ملعب "سيوتيفاي كامب نو"، خلال مواجهة برشلونة والسيتي الخيرية، والتي انتهت بالتعادل الإيجابي بثلاثة أهداف لمثلها، وقامت جماهير البارسا بالتصفيق للاعب بقوة.

جدير بالذكر، أن هناك تقارير أكدت عدم وجود نية لدى مانشستر سيتي في التفريط في اللاعب بأقل من ٩٠ مليون

# المنتخب الوطني لكرة القدم في المركز ٣٦ عالميا



احتل المنتخب الوطني لكرة القدم المركز ٨٦ عالميا، وفق التصنيف الدوري الصادر الخميس، عن الاتحاد الدولي لكرة القدم "فيضا».

**∻وكالات** 

وحافظ لمنتخب الوطني على نفس

ظفر فريق المنطقة العسكرية الوسطى،

بلقب بطولة القوات المسلحة الأردنية

الجيش العربي للخماسي العسكري للموسم

وشهدت مديرية الاتحاد الرياضي

العسكري تتويج فريق الوسطى باللقب،

والفائزين في المسابقات الفردية التي

وجاء فريق الوسطى في المركز الأولى،

بعد أن جمع ١٧٤٢٣ نقطة، ثم في المركز

الثانى فريق المنطقة العسكرية الشمالية

الذي جمع ٨, ١٦٨٣٤ نقطة، فيما احتل

فريق المنطقة العسكرية الشرقية ثالثا

برصيد ١٣٩٨٨،٦ نقطة.

شهدت إثارة وتنافسا قويا بين المشاركين.

٢٠٢٢ التي اختتمت الخميس.

المركز في التصنيف قبل الأخير للاتحاد الدولي الذي حل فيه المنتخب ايضا في

كما حافظ المنتخب، وفق التصنيف الصادر على المركز ١٣ على الصعيد الأسيوي، والمركز ١١ عربيا.

ومن المنتظر أن ينظم اتحاد الكرة دورة

فريق الوسطى يظفر بلقب بطولة الخماسي العسكري

وعلى صعيد المسابقات الفردية، حل

اللاعب رقيب أول أيمن كامل السردي،

بالمركز الأول فردي في سباق الضاحية (٨

كم)، وجمع ١١٦٣ بزمن ٢٥,١٧ دقيقة من

الرماية على مسافة ٢٠٠ متر اللاعب

الرقيب أحمد جمال علي، وجمع ٩٨٣ من

فريق قيادة المنطقة العسكرية الوسطى،

وفي المركز الأول في مسابقة رماية الدقة (

القنابل) اللاعب والرقيب الأول إسماعيل

خالد، وجمع ۱۷۷ نقطة من فريق قيادة

وحل في المركز الأول في مسابقة

السباحة ٥٠ مترا بزمن ٣٢/٥٠ ثانية،

سلاح المدفعية الملكي.

وحل في المركز الأول فردي في مسابقة

فريق المنطقة العسكرية الشرقية.

رباعية الشهر المقبل، بمشاركة المنتخب الوطني ومنتخبات سورية، العراق وسلطنة عمان، خلال فترة التوقف الدولية

يذكر أن المنتخب الوطني سبق وأن تأهل رسميا لنهائيات آسيا التي تقام العام

اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من

فريق قيادة المنطقة العسكرية الوسطى،

كما احتل المركز الأول فردي في مسابقة

اجتياز الموانع عريف صالح أسامة إبراهيم

وجمع ۱۰۰۷ نقاط بزمن ۲٫۳۹ من فریق

وحل في المركز الأول فردي في المجموع

وشهد حفل الختام تكريم اللاعبين

العام رقيب أحمد جمال علي وجمع

وكيل أول عبد الله خلف من فريق قيادة

المنطقة العسكرية الوسطى، ووكيل أول

انس سعيد حسين من المنطقة العسكرية

الشمالية، بمناسبة انتهاء خدمتهما في

قيادة المنطقة العسكرية الوسطى.

٨ , ٤٥٦٨ نقطة.

القوات المسلحة الأردنية.

فترة توقف دولي، والتي من المؤكد أن

تسفر عن تعديلات بالجملة في تصنيف

المنتخبات، عقب خوض مباريات

استعدادا لكأس العالم "قطر ٢٠٢٢».

الجاري، أقيمت ٥٨ مباراة دولية في

منافسات الرجال، أغلبها في قارتي آسيا

وإفريقيا، حسب الموقع الرسمي للفيفا.

ورغم التوقف في أغسطس/آب

## الحسين اربد يسقط الديون المترتبة على أعضائه

السلط المركز السادس برصيد ١٧ نقطة.

قررت الهيئة الإدارية لنادي الحسين اربد، الموافقة على تحويل قروض الأعضاء السابقين والحاليين، من حساب القروض الدائنة إلى حساب التبرعات، بهدف الانتهاء من الديون المترتبة على النادي. ووفقا لبيان صادر عن النادي، قررت الهيئة الإدارية الموافقة على تصويب الأخطاء الادارية والمالية السابقة، وتحويل الذمم الدائنة إلى تبرع، وتكليف أمين الصندوق والمدير المالي للنادي بتنفيذ قرار الهيئة الإدارية. كما قررت الهيئة الإدارية، إسقاط أسماء الأعضاء الذين تخلفوا عن تصويب أوضاعهم خلال الفترة المعلن عنها بتاريخ ٢٦ حزيران ٢٠٢٢. وأشار البيان إلى انه تم استحداث نظام أداري ومالي الكتروني جديد، يربط جميع الأجهزة الفنية والإدارية للنادي بهذا البرنامج والذي يعتبر الأول من نوعه في الأردن.

أبو عمارة يثير الشكوك

قبل مباراة شباب الأردن

أصبح منذر أبو عمارة نجم الوحدات، مرشحا للغياب عن لقاء

وعلم "كووورة" من مصدر خاص أن أبو عمارة يعاني من وجود

وأوضح المصدر أن الفريق سيخوض مساء اليوم مرانا سيتم فيه

الوقوف على على مدى جاهزية أنس العوضات وأحمد سمير حيث

ستكون مشاركتهما واردة في حال اضطر الجهاز الفني للاستعانة

بهما في المباراة. ويعتبر غياب أبو عمارة مؤثر للغاية، وبخاصة أنه

يعد النجم الأبرز بصفوف فريقه حيث ساهم بقيادته لتحقيق عدة انتصارات. وسينضم أبو عمارة إلى قائمة الغائبين عن مباراة الغد

وهم أحمد ثائر وعبد الله الفاخوري وخالد عصام بسبب الإيقاف.

غيابان مؤثران في صفوف

الحسين إربد أمام السلط

يعاني فريق الحسين إربد من غيابات مؤثرة في مباراته المرتقبة

وعلم كووورة من مصادره الخاصة، أن المدافع المدولي رواد أبو

ويبحث فريق الحسين إربد عن فوزه الخامس على التوالي في

ويستقر فريق الحسين اربد بالمركز الثاني برصيد ٢٩ نقطة، خلف

المتصدرين الفيصلي والوحدات ولكل منهما ٣١ نقطة، فيما يحتل

خيزران ومحمد أبو عرقوب، مرشحان للغياب عن المباراة بسبب

مباراة السلط، بما يعزز من حظوظه في المنافسة على لقب البطولة.

التي يخوضها مساء الجمعة أمام ضيفه السلط والمقررة على ستاد

الحسن بإربد، ضمن الجولة ١٥ لبطولة دوري المحترفين.

استطالة بالعضلة، مما سيدفع باتجاه منحه مزيدا من الراحة، بعدما

شباب الأردن، الجمعة على ستاد الملك عبد الله الثاني بالقويسمة،

بالجولة ١٥ لبطولة دوري المحترفين.

غاب مؤخرا عن لقاء الكأس أمام الحصن.

## دورتموند يغلق الباب في وجه برشلونة ومانشستر يوثايتد

كشف سيباستيان كيل، المدير الرياضي لنادي بوروسيا دورتموند، الخميس، عن موقف ناديه من بيع ظهيره البلجيكي توماس مونييه، في الميركاتو الصيفي الجاري. وارتبط اسم مونييه بالانتقال لبرشلونة أو مانشستر يونايتد، هذا الصيف، في ظل رغبة كلا الناديين في تدعيم الجهة اليمني بلاعب مميز. وقال كيل، في تصريحات نقلها الحساب الرسمي لفابريزيو رومانو، خبير سوق الانتقالات في أوروبا على 'فيسبوك'': "ليس لدينا نية لبيع توماس مونييه هذا الصيف».

وأكد "في الوقت الحالي، بيع مونييه ليسفي خطتنا على الإطلاق». جدير بالذكر، أن مونييه انضم إلى دورتموند قبل موسمين، قادما من باريس سان جيرمان، في صفقة انتقال حر.

## يوفنتوس يحسم صفقة ميليك



حسم نادي يوفنتوس تعاقده مع الدولي البولندي أركاديوش ميليك، مهاجم مارسيليا، خلال فترة الانتقالات الصيفية الجارية. وتقرر أن يعود ميليك إلى الدوري الإيطالي مرة أخرى، حيث لعب لنابولي قبل أن ينضم إلى مارسيليا بعد ذلك.

وحاول يوفنتوس التعاقد مع الهولندي ممفيس ديباي، مهاجم

برشلونة، لكنه فشل في التوصل التفاق مع اللاعب رغم التوصل لاتفاق مع ناديه.

وأكد فابريزيو رومانو، خبير سوق الانتقالات في أوروبا، عبر حسابه الرسمي على "فيسبوك"، أن يوفنتوس حسم صفقة أركاديوش ميليك.

وزاد: "سينضم ميليك إلى يوفنتوس على سبيل الإعارة لمدة موسم، مقابل مليون يورو ثابت، والمبلغ نفسه كإضافات وحوافز، مع خيار الشراء مقابل ٨ مليون يورو، ولكن ليس إلزاميا».

وتعاقد يوفنتوس هذا الموسم مع جاتي وكامبياسو وبوجبا ودي ماريا وجيلسون بريمر.

جدير بالذكر أنه خلال ١٨ شهرا لعب فيهم ميليك بقميص مارسیلیا، تمکن من تسجیل ۳۰ هدفا خلال ۵۵ مباراة بجمیع

# البرازيل تحتفظ بعرش التصنيف العالمي.. والمغرب في الصدارة عربيا



ظلت المراكز العشرة الأولى في تصنيف الاتحاد الدولي لكرة القدم (فيفا) للمنتخبات كما هي دون تغيير، بحسب النسخة الأحدث من التصنيف، الصادرة اليوم الخميس.

وحافظ منتخب البرازيل على موقعه في صدارة التصنيف العالم، برصيد ١٨٣٧/٥٦ نقطة، يليه منتخب بلجيكا في المركز الشاني برصيد ۱۸۲۱,۹۲ نقطة. وجاء منتخب الأرجنتين في المركز

الثالث ثم فرنسا في المركز الرابع، ثم إنجلترا في المركز الخامس وإسبانيا في المركز السادس وإيطاليا في المركز السابع وهولندا في المركز الثامن

(٦٩) والعراق (٧٠).

والبرتغال في المركز التاسع والدنمارك في المركز العاشر. وحافظ منتخب السنغال بطل أفريقيا على صدارة تصنيف المنتخبات الأفريقية محتلا المركز اله١ عالميا، يليه منتخب المغرب (٢٣) في المركز الثاني وتونس (٣٠) ونيجيريا (٣١) والكاميرون (٣٨)

وبذلك يتصدر منتخب المغرب

التصنيف على المستوى العربي، ويأتي خلفه منتخب تونس ثانيا، ثم مصر ثالثا وخلفها مباشرة الجزائر في المركز الرابع، بينما جاء المنتخب القطري في المركز الخامس، واحتل الأخضر السعودي المركز السادس ثم الإمارت والعراق وعمان والبحرين والأردن. وسيشهد شهر سبتمبر/أيلول المقبل ومصر (٤٠) في المركز السادس.

وتربع منتخب إيران على صدارة تصنيف منتخبات القارة الأسيوية، بحلوله في المركز الـ٢٣ عالميا، ليأتي بعده مباشرة منتخب اليابان (۲٤)، كوريا الجنوبية (٢٨)، أستراليا (٣٩)، قطر (٤٨)، السعودية (٥٣)، الإمارات الهند تقيّد صادرات دقيق القمح

لتهدئة الأسعار في السوق المحلية

قالت الحكومة الهندية في بيان الخميس، أنها وافقت على تقييد

وحظرت الهند صادرات القمح في منتصف أيار إذ أدت موجة حر

وقالت الحكومة إن الحظر المفروض على صادرات القمح عزز

قائظ إلى تقليص الإنتاج ووصلت الأسعار المحلية إلى مستوى قياسي.

الطلب على دقيق القمح الهندي وقفزت صادرات الدقيق في البلاد

بنسبة ٢٠٠ بالمئة خلال الفترة من نيسان إلى تموز ٢٠٢٢ مقارنة

بنفس الفترة من العام الماضي، كما أدى إلى ارتفاع الأسعار في السوق

وأضافت، "كانت هناك سياسة تقتضى بعدم حظر أو وضع أي

قيود على تصدير دقيق القمح، لذلك كان من الضروري إجراء تعديل

جزئي في السياسة لضمان الأمن الغذائي وضبط الأسعار المتصاعدة».

٢٤٥٠٠ روبية ما يعادل نحو ٣٠٦،٧١ دولار للطن هذا الأسبوع.

ويمثل هذا ارتفاعا بنحو ٢٠ بالمئة عن المستويات المنخفضة الأخيرة

التي أعقبت الحظر المفاجئ للحكومة للصادرات في ١٤ أيار، مما أنهى

الأمال في أن تتمكن الهند من سد فجوة السوق التي خلفها انخفاض

الصادرات من منطقة البحر الأسبود في أعقاب الحرب الروسية

عشرات المستوطنين المتطرفين

يقتحمون باحات الاقصى

وقد قفزت أسعار القمح المحلي في الهند إلى مستوى قياسي بلغ

المحلية، وفق ما نقلته شبكة (سي ان بي سي) الاقتصادية .

صادرات دقيق القمح لتهدئة الأسعار في السوق المحلية.

## ضربات أميركية جديدة تستهدف ميليشيا موالية لإيران

ذكرت مصادر عسكرية محلية، أن الجيش الأميركي قصف، الخميس، عدة أهداف في مدينة الميادين السورية، الواقعة بمناطق خاضعة لسيطرة الحكومة بمحافظة دير الزور، في اليوم الثالث من المناوشات مع جماعات مدعومة من إيران.

وقالت المصادر إن "ما لا يقل عن " أعضاء من ميليشيا متحالفة مع إيران قُتلوا، عندما استهدفتهم طائرة مروحية أميركية، بينما كانوا على وشك تجهيز قاذفة صواريخ"، في البلدة الواقعة على الضفة الغربية لنهر الفرات، حسب ما ذكرت وكالة رويترز.

وتتمتع الجماعات المسلحة الإيرانية بوجود قوي في البلدة، ولطالما استهدفت "حقل العمر" النفطي القريب على الضفة الشرقية للنهر، حيث توجد أكبر قاعدة للتحالف الأميركي في سوريا.

- استُهدفت القاعدة المعروفة أيضا باسم "القرية الخضراء" ليلة الأربعاء، في اليوم الثاني على التوالي من الاشتباكات بين الجيش الأميركي والمسلحين المدعومين من إيران.

- الاشتباكات أدت إلى إصابة جندي أميركي واحد على الأقل، ومقتل ما يصل إلى ٤ مسلحين، وفقا للجيش الأميركي.

- الضربات جاءت بعد يوم من تصريح الرئيس الأميركي، جو بايدن، بشن ضربات جوية أميركية في سوريا، استهدفت مستودع ذخيرة ومنشآت أخرى تستخدمها جماعات موالية للحرس الثوري

## اعتقال ۱۸ فلسطینیا فى الضفة الغربية المحتلة

اعتقلت قوات الاحتلال الإسرائيلي الخميس، ١٨ فلسطينيا من مناطق مختلفة في الضفة الغربية المحتلة.

وقال نادي الأسير الفلسطيني إن قوات الاحتلال الإسرائيلي اقتحمت وسط إطلاق كثيف للنيران مناطق متفرقة في مدن الخليل ورام الله والبيرة ونابلس وجنين، واعتقلت المواطنين بزعم أنهم

كما أصيب اليوم، مواطن فلسطين برصاص قوات الاحتلال، وكذلك العشرات بحالات اختناق، خلال مواجهات اندلعت في مخيم عايدة شمالي مدينة بيت لحم.

وأفادت جمعية الهلال الأحمر الفلسطيني بأن شابا أصيب في القدم خلال مواجهات اندلعت مع قوات الاحتلال، والعشرات بحالات اختناق جراء إطلاق جيش الاحتلال الرصاص الحي والمطاط وقنابل الغاز السام المسيل للدموع صوب أهالي المخيم.

## محافظ الخليل يثمن دور الأردن في دعم القضية الفلسطينية

ثمن محافظ الخليل جبرين البكري دور المملكة الأردنية الهاشمية في دعم القضية الفلسطينية على المستويات كافة، مشيدا بالعلاقات التاريخية التي تربط الشعبين الشقيقين.

جاء ذلك خلال استقبال محافظ الخليل، وفدا أردنيا رفيع المستوى يترأسه وزير الزراعة الأردني خالد الحنيفات، بحضور وزير الزراعة الفلسطيني رياض العطاري.

وثمن البكري زيارة الوزير الأردني لمحافظة الخليل، مستعرضا آخر المستجدات في المحافظة على مختلف الصعد، وخصوصا اعتداءات الاحتلال الإسرائيلي ومستوطنيه، واستهداف الاحتلال للقطاء الزراعي وعمليات التدمير المتواصلة، واقتلاء الأشجار وتخريب المزروعات. بدوره، تحدث العطاري عن افتتاح الشركة الأردنية الفلسطينية لتسويق المنتجات الزراعية في المنطقة الزراعية الصناعية جنوبي مدينة أريحا، قائلا: إن إنشاء هذه الشركة يعكس الإرادة السياسية الفلسطينية الأردنية، والتي تعتبر شركة حكومية فلسطينية أردنية مشتركة، بالتعاون مع القطاع الخاص. من جانبه، عبر الحنيفات عن سعادته بزيارة الخليل، مؤكدا موقف المملكة الأردنية الهاشمية الثابت والداعم لحقوق الشعب الفلسطيني. وأشار إلى افتتاح الشركة الأردنية الفلسطينية لتسويق المنتجات الزراعية، والتي ستساهم في تعزيز التبادل التجاري بين فلسطين والأردن، ودعم الاقتصاد الفلسطيني، وتعزيز الأمن

دوی انفجارات فی محیط

مدينة مصياف السورية

ذكرت وكالة الأنباء السورية «سانا»، يوم الخميس، أن الدفاعات الجوية السورية تصدت لأهداف «معادية» في سماء محيط مدينة مصياف التابعة لمحافظة حماة، وسط غربي البلاد.

وبحسب الوكالة، فإن أصوات انفجارات سُمعت في محيط مصياف، بينما يجري

التأكد من مصدرها.

في غضون ذلك، قال المرصد السوري لحقوق الإنسان، إن الانفجارات العنيفة التي دوت في ريف حماة الغربي ناجمة عن غارات إسرائيلية جديدة.

وأظهرت صور متداولة، اشتعال النار وتصاعد الدخان في منطقة مصياف من جراء الغارات التي نفذت يوم الخميس.

وخلال الأعوام الماضية، شنت إسرائيل مئات الضربات الجوية في سوريا التي طالت مواقع للجيش السوري وأهدافا إيرانية وأخرى لحزب الله اللبناني.

ونادراً ما تؤكّد إسرائيل تنفيذ ضربات في سوريا، لكنها تكرر أنها ستواصل تصديها لما تصفه بمحاولات إيران الرامية إلى ترسيخ وجودها العسكري في سوريا.

الأوكرانية في ٢٤ شباط.

اقتحم عشرات المستوطنين المتطرفين اليهود صباح الخميس، باحات المسجد الأقصى المبارك - الحرم القدسي الشريف بمدينة

وأفادت دائرة الاوقاف الاسلامية العامة وشؤون المسجد الاقصى بالقدس، في بيان ، بأن عشرات المستوطنين اقتحموا باحات المسجد الأقصى المبارك من جهة باب المغاربة ، على شكل مجموعات متتالية، ونفذوا جولات مشبوهة وأدوا طقوسا تلمودية استفزازية في باحاته وسط حراسة مشددة من شرطة الاحتلال الاسرائيلي الخاصة المدججة بالسلاح حيث تصدى لهم المرابطون والمصلون وحراس الاقصى بالطرد وهتافات التكبير الاحتجاجية.

وكانت جمعيات استيطانية متطرفة، قد أطلقت مساء الأربعاء، دعوات لتنفيذ اقتحامات واسعة للمسجد الأقصى المبارك.

ويأتي ذلك وسط دعوات لشد الرحال إلى المسجد الأقصى

والرباط فيه بعد تزايد اعتداءات المستوطنين على المسجد. ويتعرض الأقصى يوميًا عدا الجمعة والسبت، لاقتحامات المستوطنين بحماية قوات الاحتلال، على فترتين صباحية ومسائية، في محاولة لتقسيمه زمانيًا.

## قطر تبنى محطتين جديدتين للطاقة الشمسية بكلفة ٦٣٢ مليون دولار

أعلنت قطر عن مشروع ضخم لبناء محطتين للطاقة الشمسية الكهروضوئية باستثمارات كبيرة تتجاوز قيمتها ٢,٣ مليار ريال قطري (٦٣٢ مليون دولار). وقالت قطر للطاقة خلال توقيع عقد المشروع بالدوحة الليلة الماضية، إن المحطتين الجديدتين سيتم بناؤهما في مدينة مسيعيد الصناعية ومدينة راس لفان الصناعية، على أن يبدأ إنتاج الكهرباء بحلول نهاية عام ٢٠٢٤. وسيتولى تنفيذ المشروع، شركة سامسونغ سي أند تي الكورية. وقال وزير الدولة لشؤون الطاقة القطري، المهندس سعد بن شريدة الكعبي، إن مشروع محطات الطاقة الشمسية في المدن الصناعية يعد بمثابة خطوة رئيسة على طريق تنفيذ استراتيجية تنويع موارد الطاقة في قطر، وزيادة الاعتماد على الطاقة المتجددة عالية الكفاءة، والتي تعد حجر الزاوية لمستقبل مستدام. وأضاف أن هذا المشروع يؤكد التزامنا تجاه تنفيذ استراتيجية قطر للطاقة للاستدامة وتحقيق هدفنا على المدى المتوسط المتمثل في توليد ٥ غيغاواط من الطاقة الشمسية بحلول عام ٢٠٣٥. ويعد هذا المشروع ثاني مشروع للطاقة الشمسية في قطر، وبالإضافة إلى محطة الخرسعة للطاقة الشمسية الكهروضوئية التي يجري إنشاؤها حاليا، سيسهم مشروع محطات الطاقة الشمسية في المدن الصناعية في زيادة قدرة توليد

# ماكرون يصل الجزائر «لإعادة بناء العلاقات الثنائية»

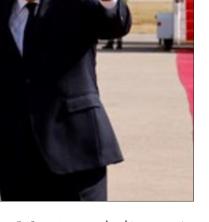
وصل الرئيس الفرنسي، إيمانويل ماكرون، إلى الجزائر، في زيارة رسمية مرتقبة تستمر لثلاثة أيام، هدفها "إعادة بناء" العلاقات الثنائية.

وحطت طائرة إيمانويل ماكرون في الساعة ١٥،٣٠ (١٤،٣٠ بتوقيت غرينيتش) في مطار هواري بومدين بالعاصمة، حيث يستقبله نظيره الجزائري عبد المجيد تبون.

وأعلنت الرئاسة الفرنسية في وقت سابق، عقب مكالمة هاتفية بين ماكرون وتبون، أن "هذه الرحلة ستساعد في تعميق العلاقات الثنائية التي تتطلع إلى المستقبل، وتعزيز التعاون الفرنسي الجزائري في مواجهة القضايا الإقليمية ومواصلة العمل على تضميد الذكريات».

وكان تبون قد دعا ماكرون إلى زيارة الجزائر، في رسالة تهنئة بعث له بها بمناسبة إعادة انتخابه رئيسا للجمهورية الفرنسية في أبريل الماضي.

وفي الرسالة، قال تبون: "الرؤية الجديدة المبنية على الندية وتوازن المصالح، فيما يتعلق بالذاكرة وبالعلاقات الإنسانية والمشساورات السياسية والاستشراف الاستراتيجي والتعاون الاقتصادي والتضاعلات في كافة مستويات العمل



المشترك، من شأنها أن تفتح لبلدينا آفاقا تكثيف وتوسيع العلاقات الجزائرية-واسعة من الصداقة والتعايش المتناغم في إطار المنافع المتبادلة"، حسبما نقلت وكالة الأنباء الجزائرية.

> وأبرز الرئيس الجزائري أن المأمول من الزيارة هو إطلاق "ديناميكية تدفع إلى التقدم في معالجة الملفات الكبرى وإلى

الفرنسية». وتأتي زيارة ماكرون للجزائر بعد أقل من عام على أزمة دبلوماسية استمرت الأشهر بين البلدين، وأثارت توترات ما بعد الاستعمار، تصاعدت حدّتها منذ خريف ٢٠٢١، لتعود لهدوء ملحوظ في شتاء

الطاقة المتجددة في قطر إلى ٦٧٥ مغيغاواط بحلول عام ٢٠٢٤ .--

# «مفاجأة» للصدر.. والرئاسات العراقية تحاول احتواء المأزق

على وقع تصاعد الأزمة السياسية بالعراق والتي وصلت لحد تعطيل مجلس القضاء الأعلى لعمله، بعد اعتصام أنصار التيار الصدري أمام مقره ببغداد وعودته عن ذلك القرار بعد فك الاعتصام.

عقدت الرئاسات العراقية الأربع، اجتماعا استضافه رئيس الجمهورية برهم صالح، وضم رئيس الوزراء مصطفى الكاظمى، ورئيس مجلس النواب محمد الحلبوسي، ورئيس مجلس القضاء الأعلى القاضي فائق زيدان، درسى التطورات الأخيرة في البلد والتداعيات المترتبة عليها.

وأكد الاجتماع وفقا لبيان صادر عن رئاسة الجمهورية، أن "استمرار حالة الاضطراب السياسي تؤثر سلبا على الجهود الوطنية الرامية لترسيخ الأمن والاستقرار وحفظ أمن وسلامة المواطنين، ويستدعي ذلك موقفا فاعلا وجادا من الجميع لمنع التصعيد واعتماد الحوار الوطني كطريق وحيد لحل الأزمات».

وأشار الاجتماع إلى "ضرورة اتخاذ كل الخطوات لاستئناف الحوار الفاعل الملتزم بأسس المصلحة الوطنية العليا وحماية السلم الأهلي والاجتماعي وطمأنة المواطنين، واتخاذ الإجراءات اللازمة لتدارك الأزمة

وأكد على "ضرورة حماية مؤسسات الدولة كافة والحفاظ على هيبتها واستقلالها وفق السياقات القانونية والدستورية». ولفت البيان الرئاسي إلى أن "التظاهر

السلمي والتعبير عن السرأي حق مكفول دستوريا، مع ضرورة الالتزام بالضوابط والقوانين وحفظ الأمن العام والمتلكات العامة، وأن يكون التعامل مع المطالب وفق الأطر القانونية والدستورية». ويحذر مراقبون من أن العراق الذي يمضي

نحو المجهول في ظل الانسداد السياسي الحاد وتعطل البرلمان، ليس قادرا على تحمل المزيد كتعطل السلطة القضائية، بما يحمله ذلك من مخاطر حدوث انهيار دستوري واضمحلال لمؤسسات الدولة وقوانينها.

وتعليقا على بيان الرئاسات الأربع ومآلات الأزمة الحالية، يقول رئيس مركز الأمصار للدراسات الاستراتيجية رائد العزاوي، في حوار مع موقع "سكاي نيوز عربية": "لا شك أن الاحتجاج والتظاهر السلمي أمر طبيعي وحق مكفول دستوريا، لكن ما يتم الآن هو تعطيل لمختلف السلطات التنفيذية والتشريعية والقضائية، وهذا يدفع باتجاه ضبابية المشهد ويقود البلاد نحو المجهول، فالتيار الصدري يريد بشكل ما حل البرلمان عن طريق القضاء بعد فشله في إقناع القوى

الأخسري بدلك، وبالتالي فالضغط على القضاء لا بد منه أحيانا لكن ليس على حساب تعطيل السلطة القضائية والتدخل في شؤونها وتعطيل مصالح المواطنين».

مستدركا: "هناك الكثير ولا شك من يعني التطاول على هذه السلطة والحط من

الملاحظات على القضاء العراقي حيث يعتقد البعض مثلا أنه لم يكن منصفا مثلا مع ضحايا حراك تشرين، ولم يكن حازما في بعض ملفات الفساد والقتل وسرقة المال العام، لكن هذا لا

وعن سبل الحل لوقف هذا التأزم والتدهور، يرد العزاوي: "ما طرحه رئيس الوزراء مصطفى الكاظمي من ضرورة البدء بحوار وطني مباشر بين كافة الأطراف السياسية، هو الحل الأمثل لإخراج العراق من أزمته الخانقة هذه، أما الركون للشارع وتحريكه وتأجيجه فهو أمر خطيرولعب بالنار سيدفع العراق نحو أزمة أكبر وأشد».

ولهذا يضيف رئيس مركز الأمصار

أمام الانضراج والتوافق بين مختلف القوى السياسية، والتي عليها الآن ممارسة ضبط النفس والركون للعقل ومنطق الحوار وتغليب مصلحة العراق، فنحن أمام شارع مؤجج ومحتقن يمكن أن ينجر نحو الصدام الداخلي حتى في أنه لحظة ". أما الباحث السياسي العراقي رعد هاشم، فيقول في حديث مع موقع "سكاي

للدراسات: "فدعوة الكاظمي إن تبلورت،

فإنها كفيلة بنزع فتيل الاحتقان وفتح الباب

نيوز عربية": "التناحر السياسي هو الذي أوصل الأمور إلى هذا المستوى الخطير من التصعيد، فلو كان هناك مرونة وتفاهمات وتنازلات مشتركة وصولا للتوافق حول تفسيرات الدستور المتضاربة لما حصل كل

وأضاف: "بالأصل لو لم يستجب القضاء لمطالب تقديم التفسيرات الدستورية، وأوكل المهمة بدل من ذلك لمجلس النواب باعتباره سلطة الشعب التي يحق لها التشريع لتولي مهمة تعديل المواد المختلف عليها، لكان البلد قد تجنب مسألة تداخل الصلاحيات بين السلطات بهذا الشكل».

هذا وشدد الاجتماع الرباعي للرئاسات العراقية كذلك على أن "واجب القوات الأمنية بكافة تشكيلاتها هو حماية الاستقرار

وضرورة عدم زجها في الخلافات السياسية تحت أي ظرف فهي الضمانة لحماية الوطن والمواطنين، وأن مسؤولية الدولة ومؤسساتها الدستورية هو حفظ أمن وحقوق العراقيين». وبين الاجتماع أن "استمرار الأزمات السياسية يؤثر على دور العراق في المجتمع الدولي، كما قد يؤثر على تعطيل التعاون والتفاهمات والاتفاقات المبرمة في مختلف المجالات وخصوصا التي تمس احتياجات المواطنين المعيشية والخدمية».

في البلد وحفظ الأمن العام والممتلكات العامة،

وأكد المجتمعون، "ضرورة تضافر جهود كل السلطات والقوى السياسية والفعاليات الاجتماعية، لرص الصفوف واتخاذ مواقف موحدة وجادة وحاسمة لتدارك الأزمة وفقا للمسار السلمي والديمقراطي الدستوري".

فيما لوح التيار الصدري، الأربعاء، بالمزيد من التصعيد، وقال بيان صادر عن التيار: "سنخطو خطوة مفاجئة أخرى لا تخطر على بالهم إذا ما قرر الشعب الاستمرار بالثورة وتقويض الفاسدين».

وأضاف التيار أن إعلان تعليق عمل القضاء لم يكن دستوريا، معتبرا هذه الخطوة بمثابة محاولة من القضاء لإبعاد الشبهات عنه بطريقة غير قانونية "خصوصا أن المظاهرة كانت سلمية ".سكاي نيوز



هاتــف:۱۰۰۱۵۱۸ فاکس:۱۲۰۱۵

: رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية  $(\Gamma \cdot \Gamma ) \cap \Gamma$ 

العنوان: عمان / شارع الملكه رانية (الصحافه سابقا)