



المخدرات تضبط ١٩١ شخصاً في ١١٥ قضية خلال اسبوع

عمان

قال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام إن العاملين في إدارة مكافحة المخدرات، مستمرين ويقوّية في عملياتهم النوعية للاحقة أشكال التعامل بالمواد المخدرة كافة، ويتوجهات مشددة من القيادات الأمنية.

وأكد الناطق الإعلامي أنه خلال هذا الأسبوع ومن تاريخ ١٥ ولغاية ٢١ كانون الأول الحالي، تم التعامل مع ١١٥ قضية للاتجار وترويج المواد المخدرة، التي قبض خلالها على ١٩١ شخصاً من تجار ومروجي تلك المواد ومنهم أشخاص مصنفون بالخطرين، وجرّحت إحالتهم جميعاً لمُدعي عام محكمة أمن الدولة.

وبين انه تم خلال تلك القضايا ضبط ١٢ كغم من مادة الحشيش المخدرة، و ٢٤٢ ألف حبة كبتا جون مخدرة و ٥٠٠ حبة من الحبوب المخدرة، و ١٠٣ كغم من مادة الكوكايين المخدرة القاتلة، و ٢٠٠ غرام من مادة الكريستال المخدرة ومجموعة أشكال من مادة الماريجوانا ومجموعة من الأسلحة النارية.

وعلى الصعيد العلاجي بلغت عدد الإدخالات لمرکز علاج المدمنين التابع لإدارة مكافحة المخدرات هذا الأسبوع ١٣ حالة ما بين دخول ومرجع.

وفي ذات السياق نفذت إدارة مكافحة المخدرات من خلال المحور التوعوي ٤٩ نشاطاً توعوياً لهذا الأسبوع تضمن عدداً من المحاضرات وورش العمل والتدويرات بالاشتراك مع الجهات والشركاء ذات العلاقة.

تابع ص ٢

رئيس الوزراء يعود المصابين

من مرتبات الأمن العام



عمان

عاد رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة، ومرافقه وزير الداخلية مازن الرفراية ومدير عام الخدمات الطبية الملكية العميد الطبيب يوسف زريقا في مدينة الحسين الطبية الجمعة، المصابين من مرتبات الأمن العام، الذين أصيبوا خلال تأديتهم الواجب الرسمي في منطقة الحسينية بمحافظة معان الأسبوع الماضي. واطمان رئيس الوزراء على الأوضاع الصحية للمصابين، متمنيا لهم الشفاء العاجل، ومعبداً لهم عن أحر التعازي بزملائهم الأبرار الذين ارتقوا شهداء أثناء تأديتهم الواجب الرسمي وأن يتغمدهم الله بوسع رحمته ويسكنهم فسيح جناته مع الشهداء والأنبياء والصديقين والصالحين.

الإفتاء العام: اليوم المتمم لشهر جمادى الأولى

عمان

أعلن سماحة مفتي عام المملكة الشيخ عبد الكريم الخصاونة، أن اليوم السبت، هو المتمم لشهر جمادى الأولى لعام ١٤٤٤ هجرية، وأن الأحد هو غرة جمادى الثانية.

مقتل ١٦ عسكرياً في حادث مروغ بالهند

وكالات

قتل ١٦ عسكرياً الجمعة في شمال شرق الهند إثر تحطم شاحنهم بعد انحرافها عن مسارها على منحدر حاد، وفق ما أعلن الجيش الهندي.

وجاء في بيان صادر عن الجيش أن "طاقم إسعاف أوحد في الحال وأجلى أربعة جنود مصابين جواً، مع تأكيد مقتل ٣ ضباط و ١٣ جندياً متأثرين بإصاباتهم بعد الحادثة. وتعد طرقات ولاية سيكيم حيث وقع الحادث من الأعلى والأخطر في الهند، لا سيما تلك الواقعة على امتداد الحدود المعزولة مع التبت في منطقة الهيمالايا.

وتؤدي حوادث تتعرض لها مركبات للجيش بالقرب من الحدود الشاسعة مع الصين وباكستان بحياة عدد كبير من الجنود كل سنة.

اكتشافات جديدة.. مقبرة جماعية لضحايا «داعش» في ليبيا

وكالات

عثرت السلطات الليبية على مقبرة جماعية في مدينة درنة شمال شرق البلاد، لأشخاص قتلوا على يد تنظيم داعش الإرهابي، إبان فترة سيطرته على المدينة قبل نحو ٨ أعوام.

واستخرج أفراد جمعية الهلال الأحمر الليبي حتى الآن جثتين من الموقع في منطقة "تسكت"، وذلك بحضور أفراد النيابة العسكرية والطب الشرعي.

وجرى التعرف على أول جثة مكتشفة، وهو أحد عناصر جهاز الشرطة الزراعية في المدينة، وليد دومة بالسوس، الذي خطف على يد العناصر الإرهابية في العام ٢٠١٤، وفق المسؤول بإدارة الشؤون القانونية في المجلس البلدي درنة، سفيان بالسوس. كما أعلن فرع الإدارة العامة للدعم المركزي في درنة، في بيان، أن الجثة الأخرى لعنصره إبراهيم الشارف اليقوي، الذي خطف في ٢٢ ديسمبر العام ٢٠١٤، قبل أن يعثر على رفاقه ويتقرر دفنها الخميس، في تاريخ مماثل، لكن بعد مرور ٨ أعوام على الواقعة.

تابع ص ٨

«التطوير الحضري» تفوز بتصميم شعار يوم الإسكان العربي لعام ٢٠٢٣

عمان

فازت مؤسسة الإسكان والتطوير الحضري بتصميم شعار يوم الإسكان العربي لعام ٢٠٢٣، والذي جاء بعنوان «أنسنة المدن من دعائم الصحة النفسية لأفراد المجتمع».

وتم اختيار المصق الفائز، بحسب بيان للمؤسسة خلال التصويت الذي جرى على التصاميم المقدمة من الدول العربية من قبل مجلس وزراء الإسكان والتعمير العرب في دورته (٣٩)، التي عقدت في جمهورية مصر العربية أخيراً.

ويأتي اختيار الشعار الفائز للمصممة الهندسة لجين هديب، في ضوء المسابقة التي أعلنت عنها المؤسسة، بعد تقييم التصاميم المقدمة والمفاضلة بينها من قبل لجنة فنية متخصصة برئاسة مدير عام المؤسسة الهندسة جمانة العطياب.

رئيس مجلس النواب يعنى النائب الأسبق حسن عبيدات

عمان

نعى رئيس مجلس النواب أحمد الصفدي، النائب الأسبق حسن عبيدات الذي انتقل إلى رحمته تعالى الجمعة.

واستذكر الصفدي مسيرة ومناقب الفقيد، خلال مشاركته في مجلس النواب السابع عشر، حيث كان مثالا في الإخلاص والوفاء لوطنه ومليكته وأمه، مثلما كان قدوة في العطاء والبذل الموصولين.

وأعرب الصفدي باسمه وباسم أعضاء مجلس النواب كافة، عن تعازيه لآل الفقيد سائلا المولى -عز وجل- أن يتغمده بوسع رحمته ورضوانه، وأن يلمه أهله وذويه الصبر والسلوان.

روسيا تأمل بـ «حكمة أميركية» لتلافي المواجهة المباشرة

موسكو

قال مسؤول دبلوماسي كبير في روسيا، إن بلاده تأمل في أن تتحلى الولايات المتحدة بما يكفي من الحكمة، لتفادي المواجهة المباشرة بين البلدين.

ونقلت وكالة "تاس" الروسية، الجمعة، عن مدير دائرة أميركا الشمالية في وزارة الخارجية الروسية ألكسندر دارشيف قوله، إنه في حال لم تكن هناك حكمة أميركية، فقد ستصبح العلاقات الدبلوماسية المقطوعة بين البلدين واقعا.

وأعرب دارشيف عن أمله في أن تظهر الولايات المتحدة قدرا كافيا من التعقل لمنع وصول العلاقات مع روسيا إلى مرحلة الصدام المباشر. وأكد الدبلوماسي الروسي أن الولايات المتحدة هي التي بدأت في تدمير العلاقات الثنائية مع روسيا.

وتابع: "واشنطن اختارت عزل نفسها عن موسكو، لكنها تحاول التهرب من مسؤوليتها، وكان شخصا آخر هو الذي دفع العلاقات بين البلدين نحو نقطة الازدواج".

علاقات متوترة جدا شهدت العلاقات الروسية الأميركية تدهورا متسارعا، منذ وصول الرئيس جو بايدين إلى البيت الأبيض في يناير ٢٠٢١، ولم تفلح قمة جمعته مع نظيره الروسي فلاديمير بوتين، في حلحلة المعضلات العالقة بينهما صيف ذلك العام.

لكن العلاقات دخلت مرحلة خطيرة مع اندلاع الحرب الروسية الأوكرانية في ٢٤ فبراير الماضي، وما تبعها من فرض الولايات المتحدة عقوبات لا مثيل لها على موسكو، وقدمت واشنطن دعما عسكريا بعمليات الدولارات إلى كييف، وكان آخرها نظام الدفاع الصاروخي "باتريوت" قبل يومين.

في المقابل، يقول بوتين إن أميركا بمد كييف بالأسلحة تعمل على إطالة أمد الصراع، مشيرا إلى واشنطن سعت منذ وقت طويل لتقسيم روسيا، والخميس، اتهم الكرملين الولايات المتحدة بإدارة حرب بالوكالة في أوكرانيا، بعد أن مدت الأخيرة بنظام "باتريوت".

الصفدي: الأردنيون يقفون صفاً واحداً خلف قيادتهم



عمان

أكد رئيس مجلس النواب أحمد الصفدي، أن أبناء شعبنا يقفون صفاً واحداً خلف قائدنا جلالة الملك عبد الله الثاني المفدى، وخلف جيشنا وأجهزتنا الأمنية الباسلة.

حديث الصفدي جاء خلال رعايته الجمعة وقفة تضامنية لقبيلة الجراوين، أشار خلالها أننا فقدنا خبير من شبابنا من مرتبات الأمن، على أيد جبانة، فعدت جريمتها النكراء، فسكن الحزن بيوت كل الأردنيين، ولكننا نبهرن في كل أزمة، وفي كل محنة أن نسيجنا الوطني قوي، ولن تنال منه الأيادي الفادرة.

وقال الصفدي، إن الاحتجاج السلمي وحرية التعبير حق كفلته الدستور، لكن علينا الإدراك أن ذلك يكون في إطار من المسؤولية التي لا يتم فيها التطاول على هيبة الدولة ولا يتم فيها التعرض لأمن

الوطن واستقراره ومقدراته، وعلينا أن نرفض بصوت وصف واحد كل الممارسات الخارجة على سلطة القانون. وقال، إن الأردن مثلما تجاوز ظروفها أكثر صعوبة، سيتجاوز بإذن الله، ما يمر

تابع ص ٢

أمطار غزيرة جنوبي المملكة وتحذيرات من السيول



عمان

شهدت بعض المناطق الجنوبية من المملكة، جريان السيول جراء غزارة تساقط الأمطار التي شهدتها هذه المناطق. وأوضحت فيديوهات نشرت أضراراً الجوية، جريان سيول المياه في عدة مناطق منها، شرق القطرانة باتجاه سد القطرانة، ومن وادي نخيل باتجاه وادي الموجب. وتناثر الملكة منذ صباح الجمعة، بحالة من عدم الاستقرار الجوي، حيث تغطي سماء الملكة كميات من الغيوم على ارتفاعات مختلفة، والأجواء باردة وغائمة جزئياً إلى غائمة، وتهطل زخات من الأمطار بين الحين والآخر في مناطق مختلفة من الملكة.

وبحسب النشرة المحدثة للأرصاد الجوية، يتوقع أن تكون الهطولات لفترة محدودة غزيرة أحيانا في المناطق الجنوبية والشرقية من المملكة، والرياح شمالية شرقية معتدلة السرعة تنشط أحيانا. أعلنت وزارة الإدارة المحلية حالة الطوارئ الخفيفة / المتوسطة في مناطق شمال ووسط الملكة، وحالة الطوارئ المتوسطة في جنوب شرق المملكة، بدءا من الجمعة وحسب تطورات الحالة الجوية. وطلبت الوزارة من غرف الطوارئ ال (١٠٠) في البلديات، وغرف الطوارئ ال (٢٠) في مجالس الخدمات المشتركة وغرفة الطوارئ الرئيسية في الوزارة، التعامل

الفوري مع أي أحداث طارئة قد تصاحب الحالة الجوية، وإبلاغ غرفة الطوارئ الرئيسية في عمان بالتطورات أولا بأول عن طريق نظام الطوارئ الخاص بالوزارة. جدد مديرية الأمن الخاص تحذيراتها بضرورة التعامل الآمن خلال الظروف الجوية السائدة في الملكة. وأكدت المديرية، أن العاملين في الإدارات المرورية انتشروا منذ ساعات الصباح الباكر لكشف جميع الطرق والتأكد من خلوها من أي عائق وضمان الرقابة المرورية والحفاظ على سلامة المرور على كافة طرق الملكة الداخلية والخارجية.

تابع ص ٢

المغرب.. «مساجد خضراء» لمواجهة التغير المناخي

المدار البيضاء

يسعى المغرب يوما بعد الآخر إلى زيادة الاعتماد على الطاقات المتجددة لتلبية حاجيات مختلف مؤسسات ومرافق المملكة من الطاقة النظيفة.

في إطار هذا التوجه اعتمدت وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية برنامجاً خاصاً بالنجاعة الطاقية في المساجد، حيث تم تجهيز ٣٢ من مساجد بمعدات النجاعة الطاقية بمختلف جهات المملكة. ويهدف هذا البرنامج إلى ترشيد استعمال الطاقة بدور العبادة من خلال استخدام المصابيح الاقتصادية والاعتماد على الطاقة الشمسية في تخزين المياه مع تركيب الألواح الكهربائية التي تعمل على تحويل الطاقة الشمسية إلى طاقة كهربائية.

المغرب.. «مساجد خضراء» لمواجهة التغير المناخي وتعتبر وزارة الشؤون الإسلامية واحدة من المؤسسات الوزارية التي انخرطت في الاستراتيجية الطاقية للمغرب، حيث تسعى المملكة إلى رفع نسبة الاعتماد على الطاقات المتجددة إلى ٥٢ بالمئة مع حلول العام ٢٠٣٠، إلى جانب تقليص انبعاثات الغازات الدفيئة إلى ٤٥ بالمئة.

تابع ص ٨

مجموعة السبع تجمع مساعدات بقيمة ٣٢ مليار دولار لدعم أوكرانيا

عمان

قال وزراء مالية "مجموعة الدول السبع الصناعية الكبرى"، في بيان مشترك، إن دول "المجموعة" جمعت نحو ٣٢ مليار دولار لتمويل ودعم أوكرانيا اقتصادياً العام المقبل، وأنهم مستعدون لتقديم المزيد إذا لزم الأمر. وقال الوزراء: "ما زلنا ملتزمين بقوة بمعالجة احتياجات التمويل العاجلة لأوكرانيا".

وشجع الوزراء المانحين الآخرين على زيادة مساهماتهم في الدولة التي مزقتها الحرب.

وجاء في البيان الذي نقلته وكالات أنباء عالمية، أن تعهد "مجموعة السبع" البالغ ٣٢ مليار دولار يشمل ١٩ ملياراً من الاتحاد الأوروبي. وقال بيان وزراء الولايات المتحدة وكندا واليابان وألمانيا وفرنسا وإيطاليا وبريطانيا، إن أوكرانيا حصلت على المبلغ بالكامل، أو في طريقها للحصول عليه.

وقال وزير المالية الألماني، كريستيان ليندنر، إن دعم أوكرانيا بعد الغزو الروسي ما زال يمثل أولوية لـ "مجموعة السبع".

تابع ص ٨

مكافحة المخدرات تضبط ١٩١ شخصاً في ١١٥ قضية خلال اسبوع

عمان
قال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام إن العاملين في إدارة مكافحة المخدرات، مستمرون ويقوّة في عملياتهم النوعية لملاحقة أشكال التعامل بالمواد المخدرة كافة، ويتوجهاتهم مشددة من القيادات الأمنية.

وأكد الناطق الإعلامي أنه خلال هذا الأسبوع ومن تاريخ ١٥ ولغاية ٢١ كانون الأول الحالي، تم التعامل مع ١١٥ قضية للاتجار وترويج المواد المخدرة. أُلقي القبض خلالها على ١٩١ شخصاً من تجار ومروجي تلك المواد ومنهم أشخاص مصنفون بالخطرين. وجرّمت إحالتهم جميعاً لمحاكمة عام محكمة أمن الدولة.

ويبين انه تم خلال تلك القضايا ضبط ١٢ كغم من مادة الحشيش المخدرة، و٢٤٢ ألف حبة كيتا جون مخدرة و٥٠٠ حبة من الحبوب المخدرة، و١٠٣ كغم من مادة الكوكايين المخدرة القاتلة، و٢٠٠ غرام من مادة الكريستال المخدرة ومجموعة أشثال من مادة الماريجوانا ومجموعة من الأسلحة النارية.

وعلى الصعيد العلاجي بلغت عدد الإدخالات لمركز علاج المدمنين التابع لإدارة مكافحة المخدرات هذا الأسبوع ١٣ حالة ما بين دخول ومراجة.

وفي ذات السياق نفذت إدارة مكافحة المخدرات من خلال المحور النوعي ٤٩ نشاطاً تعويصاً لهذا الأسبوع تضمن عدداً من المحاضرات وورش العمل والتدوات بالاشتراك مع الجهات والشركاء ذات العلاقة. وشدد الناطق الإعلامي على أن عمليات مكافحة المخدرات والحملات الأمنية مستمرة وفي كافة مناطق المملكة بحزم ودون تهاون في ملاحقة وقطع الطريق على كل من يحاول التعامل بالمواد المخدرة من تعاط وترويج وتجارة، وتسخر لذلك كافة الإمكانيات.

انطلاق ورشة حول مشروع الحد والتخفيف من عمل الاطفال

عمان
انطلقت، ورشة اختتام مشروع الحد والتخفيف من عمل الاطفال في القطاعات الخطرة في الأردن التي تقدها جمعية تكمن للمساعدة القانونية وحقوق الإنسان بدعم من البرنامج الإقليمي للتنمية والحماية لدعم لبنان، والأردن والعراق. وهدفت الورشة في يومها الأول والتي تستمر على مدى ثلاثة أيام، للتعريف بالمشروع وأبرز مخرجاته، إذ تحدثت فيها المديرية التنفيذية لجمعية تكمن للمساعدة القانونية ليندا كلش عن أهمية وجود استراتيجية لمكافحة عمل الأطفال عن طريق خطة عمل من المفترض أن يشرف على تنفيذها المجلس الوطني لشؤون الأسرة لتكون عملاً متكاملًا بين الجهات ذات العلاقة. ولضمت إلى أن هدف المشروع العام، هو تعزيز القدرات المحلية لإيجاد بيئات تتسم بالوقاية والحماية وتعزيز قنوات سبل العيش في المناطق المستهدفة شمال ووسط وجنوب الأردن. وبيّنت كلش، أن البرنامج تضمن عدداً من الأنشطة أبرزها، كسب التأييد لتعزيز القوانين والأنظمة الرادعة لعمل الطفل، وتقليص العقوبة على مشغلي ومستغلي الأطفال في التسول، إلى جانب رفع الوعي والإحالات لخدمات الدعم القانوني.

جلسة حوارية حول فرص الشباب في رؤية التحديث الاقتصادي

عمان
عقدت منظمة النهضة العربية للديمقراطية والتنمية (أرض)، جلسة حوارية بعنوان "أين فرصة الشباب في رؤية التحديث الاقتصادي؟" في إطار سلسلة جلسات حوارية تعقد ضمن منتدى التنمية البشرية والاقتصادية (هدف)، التابع للمنظمة. وأوضح الخبير الاقتصادي، الدكتور رعد التل، الذي أدار الحوار، أن رؤية التحديث الاقتصادي، تعتمد على ركيزتين رئيسيتين، هما، ركيزة النمو الاقتصادي (إطلاق كامل الإمكانيات)، وركيزة جودة الحياة (النهوض بنوعية الحياة). وأشار وزير الاستثمار الأسبق، مهند شحادة، إلى أن الرؤية تشمل على ٣٦ مبادرة في القطاعات المختلفة، وتدرج تحت ٨ محركات للنمو الاقتصادي يهدف استيعاب تحدي توفير مليون فرصة عمل جديدة للأردنيين خلال العقد المقبل، من خلال تحديد محركات التشغيل والنمو الاقتصادي. وشددت الخبيرة في السياسات البيئية والاقتصاد الأخضر، الهندسة ربي الزعبي، على موضوع "الاستدامة في محركات النمو الاقتصادي"، لما لها تأثير كبير على تحريك عجلة الاقتصاد الأردني، مشيرة إلى أن أمام الشباب والنساء فرص متعددة يستطيعون الوصول إليها واستغلالها، خاصة بما يتعلق بصناعة المياه والبيئة والاقتصاد الأخضر.

وتحدثت الباحثة في المعهد الدولي لإدارة المياه، مها الزعبي، حول تقاطعية العلاقة بين التحديات البيئية والمائية والزراعية والتغير المناخي، مع مشكلة انخفاض النمو الاقتصادي، حيث تركز الرؤية بشكل أساسي على تغيير النظرة حول ملف تغير المناخ والبيئة في المملكة ليكون أكثر إيجابية، عبر الاطلاع على الفرص التي يمكن توفيرها في هذا المجال، وصولاً إلى تحقيق التنمية الاقتصادية. وقال المتحدثون، إن هناك ثمة حاجة ملحة لإقامة مشاريع استثمارية والمزيد من الشراكات مع المجتمع المدني والقطاع الخاص، وتشريعات وأنظمة تحفز الاقتصاد على أرض الواقع. وأكد المتحدثون، أهمية التشبيك مع الطلبة الجامعيين والشباب لرفع وعيهم بما يتعلق باختيار التخصصات الجامعية، ليضمنوا مستقبلًا إيجاد فرص عمل تواكب التغيرات في سوق العمل، مع ضرورة رفع وبناء القدرات لديهم، والتركيز على الأبحاث العلمية والدراسات الإنسانية لفهم احتياجات الشباب وتحدياتهم.

ورشة حول العلاج الجذلي السلوكي في الصحة النفسية

عمان
نظمت شركة البيان للبحوث والتطوير، تدريباً مكثفاً حول العلاج الجذلي السلوكي في مجال الصحة النفسية، بمشاركة ٥٥ مختص في المجال في العاصمة عمان. وقالت الشركة، في بيان لها، إن العلاج الجذلي السلوكي (DBT)، يعتبر من أحدث طرق العلاج النفسية التي أثبتت مدى فعاليتها علمياً وعملياً لعلاج مجموعة من الأمراض النفسية، منها اضطراب الشخصية الحدية، واضطراب الأكل، اضطراب النوم، واضطراب الوسواس القهري، واضطراب ما بعد الصدمة والإدمان والسلوك الانتحاري، واضطرابات الأكل وغيرها. وأشارت إلى أن المشاركين تلقوا عبر جلسات مكثفة معرفة عملية بالعلاج الجذلي السلوكي، ورشادات حول كيفية تطبيقه بشكل فعال في إعدادات العلاج الخاصة بهم.

رئيس مجلس النواب: الأردنيون يقفون صفاً واحداً خلف قيادتهم والجيش والأجهزة الأمنية



عمان
أكد رئيس مجلس النواب أحمد الصقدي، أن أبناء شعبنا يقفون صفاً واحداً خلف قائدنا جلالة الملك عبد الله الثاني، الخدي، وخلف جيشنا وأجهزتنا الأمنية اليابسة. حديث الصقدي جاء خلال رعايته الجمعة وقفة تضامنية تقييلاً للجراوين، أشار خلالها أننا فقدنا خيرة من شبابنا من مرتبات الأمن على أيدٍ جبانة، فحلت جريمتها النكراء، فسكن الحزن بيوت كل الأردنيين، ولكننا نبرهن في كل أزمة، وفي كل محنة أن نسجنا الوطني قوي، ولن تنال منه الأيدي الفادرة. وقال الصقدي، إن الاحتجاج السلمي وحرية التعبير حق كفلها الدستور، لكن

علينا الإدراك أن ذلك يكون في إطار من المسؤولية التي لا يتم فيها التناول على هيبة الدولة ولا يتم فيها التعرض لأمن الوطن واستقراره ومقدراته، وعلينا أن نرفض بصوت وصف واحد كل الممارسات الخارجة على سلطة القانون. وقال، إن الأردن مثلما تجاوز ظروفها أكثر صعوبة، سيتجاوز بإذن الله، ما يمر به اليوم من تحديات ضاغطة، فنحن لدينا مقومات الثبات والقوة، والأردنيون يحتفون أحياناً، لكنهم لا يحتفون على وطنهم وأمنه واستقراره، ولن يسمحوا بالتعدي على الدولة وهيبتها. من جهته، قال النائب خيرابو صصعليك، إن تماسك الأردنيين ووحدة نسجهم الوطني شكلت سداً منيعاً بوجه

الإدارة المحلية تعلن حالة الطوارئ استعداداً للحالة الجوية

عمان
أعلنت وزارة الإدارة المحلية حالة الطوارئ الخفيفة / المتوسطة في مناطق شمال ووسط المملكة، وحالة الطوارئ المتوسطة في جنوب وشرق المملكة، بدءاً من الجمعة وحسب تطورات الحالة الجوية. وطلبت الوزارة من غرف الطوارئ الـ (١٠٠) في البلديات، وغرف الطوارئ الـ (٢٠) في مجالس الخدمات المشتركة وغرفة الطوارئ الرئيسية في الوزارة، والتعامل الفوري مع أي أحداث طارئة قد تصاحب الحالة الجوية، وإبلاغ غرفة الطوارئ الرئيسية في عمان بالتطورات أولاً بأول عن طريق نظام الطوارئ الخاص بالوزارة. ووجهت وزارة الإدارة المحلية البلديات ومجالس الخدمات المشتركة ومديريات الشؤون البلدية في مختلف محافظات وألوية المملكة إلى التنسيق والتعاون الكامل مع الحكام الإداريين وغرف العمليات والطوارئ الأخرى التابعة لوزارة الأشغال العامة والدخالية والدفاع المدني والقوات المسلحة الأردنية وأمانة عمان الكبرى وغيرها، وتقديم الأليات والمعدات والكوادر والإمكانيات المتاحة لديها للمساعدة في مواجهة الحالات والأحداث الطارئة التي ترافق الحالة الجوية، وإعلان أرقام هواتف غرف الطوارئ للمواطنين في مختلف وسائل الإعلام وعلى مواقع

دورة تدريبية لمنتسبي مبادرة بصمات شبابية في العقبة



عمان
اختتم المركز الوطني لحقوق الإنسان، دورة تدريبية ضمن سلسلة دورات تستهدف منتسبي مبادرة "بصمات شبابية، في محافظة العقبة. وركزت الدورة التي انعقدت لمدة يومين، حسب بيان المركز، على عدد من المحاور والموضوعات، منها: الشريعة الدولية لحقوق الإنسان، ومفاهيم حقوق الإنسان، واتفاقية القضاء على جميع أشكال التمييز ضد المرأة، واتفاقية حقوق الطفل، إضافة إلى دور المركز وألية عمله ونطاق اختصاصه بموجب قانونه وصلاحياته. وبين المركز أن الدورة تأتي ضمن

أمطار غزيرة جنوبي المملكة وتحذيرات من خطر جريان السيول

عمان
شهدت بعض المناطق الجنوبية من المملكة، جريان السيول جراء غزارة تساقط الأمطار التي شهدت هذه المناطق. وأوضحت فيديوهات نشرتها الأرصاد الجوية، جريان سيول المياه في عدة مناطق منها، شرق القطرانة باتجاه سد القطرانة، ومن وادي نخيل باتجاه وادي الموجب.

وتأثر المملكة منذ صباح الجمعة، بحالة من عدم الاستقرار الجوي، حيث تغطي سماء المملكة كميات من الغيوم على ارتفاعات مختلفة، والأجواء باردة وغائمة جزئياً إلى غائمة، وتهطل زخات من الأمطار بين الحين والآخر في مناطق مختلفة من المملكة.

وبحسب النشرة المحدثة للأرصاد الجوية، يتوقع أن تكون الهطولات ولفترة محدودة غزيرة أحياناً في المناطق الجنوبية والشرقية من المملكة، والرياح شمالية شرقية معتدلة السرعة تشتت أحياناً.

وحذرت إدارة الأرصاد الجوية في الوقت الذي جددت فيه مديرية العام تحذيراتها من الظروف الجوية السائدة، من خطر تشكل السيول في الأودية والمناطق المنخفضة أثناء النهار في المناطق الجنوبية والشرقية وأجزاء من المناطق الوسطى من المملكة، ومن خطر تدني مدى الرؤية الأفقية بسبب تشكل الضباب والغيوم اللاملمسة لسطح الأرض فوق المرتفعات الجبلية والسهول، ومن خطر الانزلاق على الطرقات التي قد تشهد هطولا مطريا.

وتبقى الأجواء اليوم السبت باردة نسبياً وغائمة جزئياً إلى غائمة مع سقوط زخات خفيفة من المطر في أجزاء متفرقة من المملكة خاصة في الأجزاء الغربية، وتكون الرياح شمالية غربية معتدلة السرعة.

وتتأثر المملكة، يوم الأحد بمنخفض جوي يتمركز فوق جزيرة قبرص وتكون الأجواء باردة نسبياً وغائمة جزئياً إلى غائمة خاصة في شمال ووسط المملكة ويتوقع سقوط زخات خفيفة من المطر في شمال المملكة تمتد تدريجياً إلى المناطق الوسطى وأجزاء من المناطق الشرقية قد يصحبها الرعد أحياناً، كما ويتوقع أن تمتد الهطولات إلى أجزاء من المناطق الجنوبية الغربية، وتكون الرياح غربية معتدلة السرعة تشتت أحياناً.

مديرية الأمن العام تدعو للتعامل الآمن مع الظروف الجوية السائدة بالمملكة

عمان
جددت مديرية الأمن العام تحذيراتها بضرورة التعامل الآمن خلال الظروف الجوية السائدة في المملكة. وأكدت المديرية، أن العاملين في الإدارات المرورية انتشروا منذ ساعات الصباح الباكر لكشف جميع الطرق والتأكد من خلوها من أي عائق وضمان الرقابة المرورية والمحافظة على سلامة المرور على كافة طرق المملكة الداخلية والخارجية. وأضافت، أن الحركة الصباحية ليوم الجمعة كانت ضمن المعتاد على الطرق الخارجية، مشيرة إلى أن تغيير المسرب بشكل مفاجئ وعدم أخذ الاحتياطات اللازمة أثناء القيادة والتتابع القريب أهم مسببات الحوادث المرورية على الطرق الخارجية. وبينت المديرية، أن الرقابة المرورية ضبطت خلال الـ ٢٤ ساعة الماضية عدة سرعات قياسية لا تتناسب مع ظروف القيادة في ظل الأحوال الجوية السائدة الأمر الذي يزيد من نسب التعرض للحوادث أو التسبب بها ويرفع من خطورتها. وجددت مديرية الأمن العام تحذيراتها لمستخدمي الطرق من خطر تشكل الضباب وتشكل السيول في الأودية والأماكن المنخفضة، داعية السائقين إلى أخذ الحيطة والحذر من خطر الانزلاقات على الطرق الخارجية، وعدم ارتكاب الخلفات الخطرة المسببة للحوادث. وأكدت المديرية ضرورة الاستخدام الآمن لوسائل التدفئة وتهوية المنزل بين الفترة والأخرى، داعية إلى الاتصال برقم الطوارئ الموحد ٩١١ إذا دعت الحاجة لذلك، حيث أن جميع غرف العمليات الرئيسية مداممة على مدار الساعة ودورياتها منتشرة على كافة الطرق لمساعدة السائقين.

تخريج ٢٥٠ متدربة على مهن الخياط والتطريز والأشغال اليدوية

عمان
رعى مساعد أمين عام وزارة التنمية الاجتماعية لشؤون التنمية والمحفلات عامر حياصات، متدنياً عن وزيرة التنمية الاجتماعية وفاء بني مصطفى، الحفل الذي أقيم على مسرح الوزارة، بالتعاون مع جمعية مؤسسة يد العون للأغاثة والتنمية حفل تخريج ٢٥٠ متدربة من أتممن دورات تدريبية في مجال الخياطة والتطريز والأشغال اليدوية.

وقال حياصات، إن وزارة التنمية الاجتماعية تعمل وتدعم على الدوام جميع المبادرات التي تأخذ على عاتقها التدريب على المهن المختلفة لما لها من أثر كبير في حياة الأسر، وبما ينعكس ذلك على ظروفهم الاقتصادية، إضافة إلى زرع قيم وثقافة العمل في نفوس أبنائنا والذي بدوره سيسهل على صقل شخصيتهم وتطوير مهاراتهم لاستمرار الارتقاء بهمهم وصولاً إلى تأسيس أعمالهم الخاصة التي يديرها بأنفسهم.

وأوضح، أن ما نراه من هذه الكوكبة الخريجة من أتممن التدريب على مهن الخياطة والتطريز والأشغال اليدوية وغيرها، هي مدعاة للفخر بهذا الإنجاز الذي يسطر نجاحاً تلو الآخر، في تعليم بناتنا مهن يعشن منها وينفقن على أسرهن، ويعملن على تحسين ظروفهن الاقتصادية. وأكد مسؤول برنامج التدريب في جمعية مؤسسة يد العون للأغاثة والتنمية خالد العقاد، حرص الجمعية على استمرار التدريب والتأهيل للفتيات من الأسر العفيفة واللاجئة، لمساعدتهن على مساعدة أنفسهن وأسرهن في التغلب على الظروف الاقتصادية وتأمين مهن خاصة بهن للاعتماد على النفس.

شركة كهرباء محافظة إربد المساهمة العامه المحدودة
إعلان فصل التيار الكهربائي
ستقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الثلاثاء الموافق 2022/12/27 بآجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن بلبلا، مدخل كفرخل الشرقي وذلك من الساعة التاسعة والنصف صباحاً ولغاية الساعة الثالثة والنصف عصراً في محافظة جرش.
وعن كفرنج - حي ابو النجم، وسط وغرب كفرنج، الجاويرين لمسجد خالد بن الوليد، الجاويرين لمركز شباب كفرنج من الساعة العاشرة صباحاً ولغاية الثالثة والنصف عصراً وعن الحي الشمالي طريق كفرنج، شارع مكة المكرمة، غرب قلعة الرضي من الساعة العاشرة صباحاً ولغاية الساعة الخامسة مساءً في محافظة عجلون.
وعن فاع طريق الفرق بعد مثلث حوشا من الساعة التاسعة صباحاً ولغاية الساعة الثالثة عصراً في محافظة المفرق.
قسم العلاقات العامة

وقفة نهر النيل

كبيرة في العمل في مناجم الذهب الموجودة في المنطقة. للتعويض عن هؤلاء، يعمد بعض من مالكي الأراضي الزراعية إلى تشغيل مهاجرين من إثيوبيا وأرتيريا وإقليم دارفور وكلهم يريدون تحصيل بعض الأموال أثناء هجرتهم إلى الشمال. ولكن آخرين من مالكي الأراضي استسلموا للأمر الواقع وهجروا مزارعهم ولجأوا إلى المدن. وهذه ظاهرة خطيرة بالنسبة لبلد فقير ينفق الكثير من موارده المحدودة في استيراد الحنطة من الخارج. وكما هو الحال مع المزارعين الإثيوبيين، يشكك المزارعون السودانيون الذين آثروا البقاء في أراضيهم في جدوى ذلك. يقول المزارع عواد حوران، الذي يزرع المانجو وقصب السكر والنخل والبطيخ في حقل لا تتجاوز مساحته دونم ونصف على ضفاف النيل شمالي السودان، "في الماضي كان الصيف صيفا والشتاء شتاء. أما الآن فالأمر اختلف تماما." ومضى قائلا، "من العسير المضي في النشاط الزراعي عندما يتضارف الطقس والصحراء ضحك."

البحر المسمم فما الذي سيحدث الآن؟ وهل هناك امكانية أن يؤدي وضع النيل المزري إلى اندلاع حروب في المنطقة؟ عندما يصل النيل إلى القاهرة، يكون من الضارة بمكان. إذ أن جانيه ميلان بالقاذورات، ومياهه سميك القوام وزاخرة بالسموم. ويشكو المزارعون من شح المياه في دلتا النيل الشمالية حيث تمنع قنوات الري المليئة بالطين جريان المياه إلى المزارع.

يبديو الموقف بالنسبة للمسؤولين في القاهرة تصويرا كالجناح لمستقبل مصر فيما يخص المياه. يقول علي المنوي، المسؤول في وزارة الموارد المائية المصرية، "يمثل النيل كل شيء بالنسبة لنا، من شراب وطعام. ستكون كارثة لو حصل شيء له."

كانت نبرة الخطاب التي اتسمت بها العلاقات بين الدول المشاطنة لنهر النيل في السنوات الأخيرة انعكاسا لهذه المخاطر.

كان مسؤول في إحدى الأنظمة المصرية السابقة قد دعا في عام ٢٠١٣ إلى ضرب سد النهضة، مما أدى إلى ردود غاضبة من جانب وسائل الإعلام الرسمية في أديس أبابا. وفيما يتكامل العمل في تشييد السد الأثيوبي، تعكف السلطات المصرية على تعزيز قدرات البلاد الاستراتيجية. فقد اشترى المصريون مؤخرا سبنتين حربيين فرنسيين من فصيلة "مستترال" لهما القدرة على ضرب الأهداف البعيدة، وذلك في خطوة يقول محللون إنها تهدف - جزئيا على الأقل - إلى إيصال رسالة إلى إثيوبيا.

رد أحمد أبو زيد، الناطق باسم وزارة الخارجية المصرية والمفاوض السابق في شؤون النيل، على سؤال حول ما إذا كان الجدل العسكري مازال مطروحا بالقول، "كل الخيارات مطروحة."

ولكن السياق التاريخي يشير إلى أن الدول المشاطنة لوادي النيل لن تلجأ للخيار العسكري في المستقبل المنظور. فهناك سوابق عديدة تم حل النزاعات المائية فيها بشكل سلمي، ودفعة مؤشرات إلى أن مصر بدأت بالإقرار بجدية وجود سد النهضة.

ولكن السرية التامة التي تمارسها إثيوبيا حول النتائج المترتبة على تشغيل سد النهضة ما زالت تشكل عبئا كادياً، كما تشكل عبئا أيضا للمفاوضات الدائرة حول الوقت الذي سيستغرقه ملء خزان السد الكبير.

في غضون ذلك، ما زالت الحرب الكلامية بين الجانبين تتصاعد بأشكال غير مستساغة. إذ يقول لاجنو الأورومو الإثيوبيون في مصر إن حالات المضايقة التي يتعرضون لها تزداد كلما يتصدر موضوع سد النهضة الأنباء. ومن جانب آخر، عمدت بعض الأديرة الإثيوبية، بما فيها الكنائس الواقعة في بحيرة تانا، والتي تمتعت تاريخيا بعلاقات وطيدة مع الأقباط المصريين، إلى قطع علاقاتها مع هؤلاء وطرده الكهنة المصريين.

وفي وقت تقوم فيه السلطات السودانية بتأجير ملاميين الدونمات من الأراضي الزراعية على ضفاف النيل لشركات خليجية (فقد أجرت ٢,٥ مليون دونم على الأقل لدولة الإمارات) يبدو أن الكثير من المشاكل ما زالت تقض في طريق أي تقدم.

قال جيري ميخائيل مانغيسو، وهو طالب أثيوبي التقى به في بحر دار، ملخصا مصدر التوترات "إذا فكرت مليا بالأمم، فحنن زرادا عددا بينما يبقى النهر على حاله. إن الوصول إلى هذه الحالة كان أمرا مرفوفا منه." ولكن يبقى من النيل كم كاف ليؤدي به إلى نهاية بائسة. فبالنسبة لصيادي السمك الذين يعملون بالقرب من رشيد، مصب الفرع الغربي من النيل في البحر المتوسط، يعد وضع النهر المزري كارثة حقيقية لحياتهم ومعيشتهم.

فقد قضي على الكم الأكبر من الأسماك التي كانوا يعتمدون عليها، أما الأسماك التي يتمكنون من اصطيادها فلا تسر الناظر ولا يكتشف فيها حجر رشيد، "كنا نعيد النيل، ولكن ليس يبقى من النيل كم كاف ليؤدي به إلى نهاية بائسة. حقيقة الأمر، فإن المياه في المسار النهائي للنيل مسممة إلى حد لا تتمكن فيه إلا القليل من المحلوقات أن تبقى على قيد الحياة كما يقول الصيادون.

يقول أحد هؤلاء ويعدى خميس وهو يرتب شباهه قرب القلعة التي اكتشف فيها حجر رشيد، "كنا نعيد النيل، ولكن الآن لا نريد أن تكون لنا أي علاقة به. نتبع جيمي نفس الأسلوب؛ ابتعد عن النهر قدر المستطاع." نتيجة ظروف الصيد التي تزداد صعوبة وعسرا، وبالمناقشة من جانب المزارعين اليانسين الذين تحولوا إلى صيد الأسماك، لجأ بعض الصيادين إلى الجريمة. خذوا على سبيل المثال محمد، وهو صياد سمك من رشيد. فقد نقل محمد هذا مهاجرين ولاجئين إلى أوروبا، وتعرض نتيجة لذلك للاعتقال مرتين بالكد. ولكن ذلك لن يثنيه كما يقول، خصوصا وإن النيل لم يعد مصدر دخل مربحا ووجود أناس من حوض النهر مستعدين لدفع أموال أكثر بكثير مما قد يحصل عليه من الصيد. قال، "أفضل أن أحصل على لقمة عيشي من النيل، كما فعل أبي وجدتي، ولكن هذا لم يعد ممكنا." شارك في تمويل هذا المقال مركز بوليتزر للبحث في شؤون الأزمات



وبينما تصارع حكومات المنطقة من أجل الوفاء بمتطلبات مواطنيها الجدد، يقع الكثير من ذلك على عاتق النيل. يقول يوسف أبو قرون، وهو مهندس في الخرطوم يمارس صيد السمك في أوقات فراغه والذي لا تكاد غلته من السمك أن تبلغ ١٠ في المئة مما كانت قبل عشر سنوات، "لقد تعاملنا مع النيل بشكل سيء منذ الأزول، فقد اعتقدنا دائما أنه من الكبر بحيث يمكن أن يفي بكل حاجتنا. ولكن يبدو أن عددا قد زاد عن ذلك الآن."

المشاكل التي تعاني منها الخرطوم فيما يتعلق بالنيل ليست محددة بها بل تعكس المشاكل التي تعاني منها الكثير من المدن الواقعة على هذا النهر والتي تشهد نموا كبيرا في عدد السكان. ففي الخرطوم، لم يتم توسيع شبكة الصرف الصحي في العقود الأخيرة بينما توسعت المدينة توسعا كبيرا.

نتيجة غياب مراقب التعامل مع الأزمات والفضلات، اضطرت الشركات والمصانع على إيجاد بدائل أخرى لذلك إذ عمدت إلى رمي القاذورات والفضلات - من المخلفات السامة لمصانع الأعدنة إلى الفضلات الحيوانية لسوق العاج - في مياه النيل الملوثة أصلا بالمواد الكيماوية. وفي السودان تحديدا، أدت حملة الضمع التي شنتها الحكومة على منظمات المجتمع المدني إلى تقاوم الأزمات التي تواجه نهر النيل. ففي عام ٢٠١٤، سجنحت الحكومة السودانية زعماء جماعة متخصصة بحماية حقوق المستهلكن بعد أن تمادى هؤلاء في مطالبهم، مما أدى ببقية الملاحين لحماية البيئة إلى تخفيف ضغوطهم من أجل ملاحقة أسوأ المولئين.

قال معتصم بشير نمر، من الجمعية السودانية لحماية البيئة عندما التقينا به في مقر الجمعية المتواضع في الخرطوم، "نحن نشط في مجال المطالبة بما نؤمن به، وقد نلجأ للقضاء للشكوى من بعض قرارات الحكومة، ولكن علينا توخي الحذر. فنحن نحاول البقاء."

غزو الصحراء كل هذا قبل أن نأخذ بنظر الاعتبار ظاهرة التصحر. فالتيل في مسيره شمالا عبر الصحراء السودانية يتخذ له نفعا هادئا نعسانا.

يبر النهر أمام أهرام البجراوية - التي لا يكاد يزورها أي سائحين - ومن ثم إلى سد مروى. ويصل النهر بعد تجاوزه الشلال الرابع إلى بلدة كريمة التي تعد آخر البلدات الواقعة على النيل.

ولكن المزارعين في هذه المنطقة الذين يعملون في ظروف تكاد تكون مسممة للقضاء على أي محصول تعلموا كيفية التأقلم مع كل ما يمكن للبشر أو الطبيعة أن يرميان عليهم. فرغم تجاوزه الحرارة ٤٥ درجة مئوية - وهو أمر اعتيادي في هذه المنطقة عند الظهر - يواجه هؤلاء المزارعون على العناية بغلهم التي تحميها مظلة من الأشجار زرعهها سكان المنطقة لأجل ذلك فحسب.

وعندما ينقطع التيار الكهربائي، وهو أمر كثير الحصول خصوصا بعد تعطل توربينات سدي الروصيرص وسنار نتيجة العمل الذي يجلبه النهر، يلجأ المزارعون إلى استخدام المولدات التي تعمل بزيت الغاز (الديزل) من أجل تشغيل المضخات التي تروي محاصيلهم.

كان هؤلاء يجدون حلا لكل المشاكل التي تواجههم، ولكن الأمر تغير الآن. السبب في ذلك أن الصحراء بدأت بالتقدم في الشريط الضيق - الذي لا يكاد عرضه يتجاوز ١٥٠ مترا - الذي يمكن أن يستخدم للزراعة بسرعة غير مسبوقة. فالرمال تتقدم في هذا الشريط ليلا ونهارا، ولم تعد الأساليب التقليدية لمحاربة هذا التمدد، كزراعة الأشجار ذات الجذور العميقة واقامة السياجات حول المحاصيل، ذات جدوى.

وتبتلع الصحراء المزارع المحصورة بين الرمال والنهر الأزرق الجبار. يقول المزارع عثمان عبدالمطي، بشيء من المزاح، وهو يطعننا على الكنيان الرملية التي تهدد بانتقال حقل الحنطة العائد له والواقع في خلال جبل بركال قرب بلدة كريمة "إذا أطلعوا وزير البيئة على خارطة للمنطقة، لن يتمكن من التعرف على أي شيء فيها. إن الأراضي المنتجة تختفي شيئا فشيئا." يبدو أن التصحر يعود لظاهرة التغير المناخي، وهو أمر يحدث على طول وادي النيل.

فقد تمددت الصحراء بمسافة ١٢٠ كيلومترا في الأحرار الواقعة إلى الجنوب من الخرطوم في السنوات الـ ٣٠ الأخيرة، حسبما يقول برنامج البيئة التابع للأمم المتحدة. كما تستمر درجات الحرارة بالارتفاع بشكل ملفت، مما يزيد من نسبة التبخر في النيل. ولكن في شمالي السودان، وصل الموقف إلى درجة حرجة جدا نظرا لأن الكثير من المزارعين الشباب الذين يعتمد عليهم لدرء هجوم الصحراء قد أغوتهم الوعود بثروات

وكالات نهر النيل، أطول أنهار العالم، مريض ويزداد مرضه خطورة بمرور الأيام فقد أدى ازدياد عدد البشر الذين يعيشون في واديته إلى تلوثه واستنفاد مياهه، بينما يهدد التغير المناخي بازالته بالمره ويخشى كثيرون من ان التنافس حول مياه النيل المتضائلة قد يؤدي إلى اندلاع نزاعات اقليمية بين الدول المشاطنة له الأمطار الخلل يبدأ عند المنبع.

فمنذ بدأ نهر النيل بالسريان، كانت الأمطار التي تهطل على الحبشة (إثيوبيا) تشكل الجزء الأعظم - أكثر من ٨٠ في المئة - من مياهه. حيث كانت الأمطار التي تهطل على إثيوبيا بين شهري تموز / يوليو وأيلول / سبتمبر من كل عام من الغزارة بمكان بحيث تحول الطرق في ذلك البلد إلى مستنقعات لا يمكن تجاؤها.

نتيجة لهذه الأمطار، تتكون بحيرات صغيرة بسرعة البرق، محولة هضبة أمهارة الإثيوبية إلى مجموعة من الجزر المعزولة التي تحيط بها المياه. ولكن نهر النيل الأزرق، الذي يبدأ رحلته من غابة تقع إلى الجنوب من بحيرة تانا، يستوعب هذه المياه ويتحول في هذا الموسم من جدول صغير إلى نهر جبار.

أما نهر النيل الأبيض، الذي يتجاوز طوله طول النيل الأزرق، والذي تقع منابعه في بحيرة فيكتوريا في شرق افريقيا، والذي يندمج مع صنوه الأزرق في الخرطوم بالسودان ليكون نهر النيل، فلا يشكل إلا نسبة صغيرة من المياه التي تنساب شمالا نحو مصر. ولكن الأمطار التي تغذي النيل الأزرق لا تسقط بالكميات التي كانت تسقط بها في الماضي، مما ينبئ بنتائج كارثية لحوض النيل بأسره.

فموسم "المبهر"، وهو موسم الأمطار الطويل الذي يقع في فصل الصيف، يتأخر قدومه بمرور السنين، كما توقف هطول الأمطار في أشهر الشتاء والربيع تماما. يقول لاكيبيريام يوهانس ووركو، المحاضر والخصائي في شؤون المناخ في جامعة اربا ميتش الإثيوبية، "هطول الأمطار يتنمى بالتباين الآن إلى حد بعيد، فهو أقوى في بعض الأحيان وأضعف في أحيان أخرى، ولكنه مختلف عن الماضي في كل الأحوال."

وعندما تهطل الأمطار يكون ذلك من الشدة بحيث تجرف أكثر من مليار طن من الطمي الإثيوبي في نهر النيل كل عام مما يؤدي إلى انسداد السدود وحرمان المزارعين من الطمي الذي يغذي أراضيهم ويزيدها خصوبة. وكان لزيادة عدد السكان دورها الكبير في تعزيز هذه الظاهرة، فكلما يزداد عدد أفراد الأسر يقوم هؤلاء بقصع المزيد من الأشجار من أجل توفير المزيد من المساحات والحصول على المزيد من المواد الانشائية لبناء الدور وغيرها.

وبينما تضمحل المحاصيل الزراعية وترتفع أسعارها المواد الغذائية، تزداد معاناة الكثيرين من المزارعين الذين كانوا يعتمدون تاريخيا على الامطار عوضا عن الأنهار لسقي محاصيلهم. وبلغ الأمر بالعديد من هؤلاء إلى هجر مهنة الزراعة نهائيا، حيث أجبروا على النزوح إلى بلدة بيهار دار، كبرى بلدات منطقة النيل الأزرق التي تبعد عن العاصمة الإثيوبية النابضة أديس أبابا بتسع ساعات بالحافلة من أجل كسب قوتهم.

ولكن معظم القرويين فضلوا البقاء، والعيش على الكفاف بأمل أن تعود الأمطار إلى الهطول كما كانت في سابق الأيام. قال لي أحد الكهنة إن حضور الناس إلى الكنائس قد ازداد في الفترة الأخيرة.

ولكن عددا قليلا من هؤلاء المزارعين ضاقوا ذرعا بالموضوع بأسره، فقد سعضوا - حتى في قراهم النائية التي تفتقر إلى التلفزيونات والطاقة الكهربائية - بإمكانية الحصول على حياة أفضل في أوروبا.

على سبيل المثال، يفكر جيتيش آدامو، الفتى ذوال ١٧ عاما من اندفلا القريبة من منبع النيل الأزرق، والذي ترك مقاعد الدراسة وبيع دراجته من أجل شراء البذور لأسرته، بالمخاطرة في عبور الصحارى والتوجه إلى البحر المتوسط بغية الوصول إلى أوروبا.

قال آدامو، "لم اتخذ قرارا بعد، فأنا أفضل البقاء مع أسرتي، ولكن إذا استمر شح الأمطار على هذا المنوال، لن أتمكن من البقاء." وإذا استمرت الأمطار بين مد وجزر لن يتمكن العديدون من أمثاله البقاء في اراضي آبائهم وأجدادهم. صراع السدود

كلما سار نهر النيل شمالا كلما زادت المشاكل المحيطة به خسارة. فعلى مسافة ٣٠ ميلا من منبعه في بحيرة تانا، يتحدرا النهر انحدارا شديدا، في شلالات النيل الأزرق العظيمة قبل أن يمر في شبكة واسعة من الوديان التي تتشرف عليها قمم عالية. يزداد النهر قوة وجبروت بانضمام الروافد اليه، وينحدر بعمق ١٥٠٠ مترا من الهضاب التي تبع فيها إلى السهول الجافة. تعد هذه اجمل مناطق حوض النيل وأكثرها عزلة وربما أكثرها مشاكلا.

السبب في ذلك أن المناطق الغربية من إثيوبيا الجالية تقريبا من السكان تكتنفها الصراعات المحلية والدولية في آن. تخيم على المنطقة غمامة من التوتر وعدم الاستقرار لأسباب عدة على رأسها تشييد أكبر سد في القارة الإفريقية على مجرى النيل قرب الحدود مع السودان وقيام الحكومة الإثيوبية - حسب ما يقال - بترحيل عشرات الآلاف من القرويين من أجل تأجير أراضيهم لشركات الزراعة الأجنبية. مجرد محاولة القيام بإجراء تحقيق صحفي هناك يعني التعامل مع شبكة مقعدة من نقاط التفتيش والمخبرين والناس العاديين الذين يخشون البوح بأرائهم بحرية.

إلى القمر وما هو أبعد من ذلك

وكالات

يريد الرئيس الأمريكي ترامب أن يعود البشر إلى القمر بحلول عام ٢٠٢٤. وذلك في نطاق عصر جديد من استكشاف الفضاء . ولكن ما الذي سيطلبه تحقيق ذلك؟
تتبرع عجلة ذات ١٢ دولارا غمامة من الفبار رصاصي اللون أثناء مسيرها في الأرض غيرالمستوية. تتميز "شاحنة الفضاء" هذه بمقصورة قيادة معدلة الضغط مما يتيح لرائدي الفضاء داخلها التنفس بشكل طبيعي دون الحاجة لبذلات فضاء .
يشعر الرائدان بالإرهاق بعد يوم قضياه بالبحث عن مخزونات مائية وجليدية على مسافة بضعة كيلومترات من قاعدتهما . وبينما تلتف العجلة حول الحزام المرتفع لقرصة قمرية كبيرة، يرى الرائدان التماع المرايا المثبتة على حافة الحزام. تقوم هذه المرايا بتوجيه ضوء الشمس نحو داخل القرصة القمرية وتزويد منجم نصب داخلها يقوم باستخراج الماء والجليد بالطاقة. وتمر العجلة إلى يسار قاعدة إطلاق وهبوط سويت باستخدام أشعة المايكرويف، حيث تقف مركبة الإطلاق بانتظار الانطلاق نحو الفضاء .
وتتوقف العجلة أخيرا قرب قباب قاعدة تقع في القطب الجنوبي للقمر. ويلج الرائدان المكان الذي يقيمان فيه من خلال حجرة ميكيفة الضغط ويتزعان بذلتيهما الفضائيتين المستخنتين بغبار القمر. وفي داخل مكان الإقامة، يمكن مشاهدة اشعاعات غريبة الألوان تبثها مصابيح LED وهي تبعث من بيت زجاجي تمتوفيه البطاطا والكرنب. يتسلق الرائدان سلما يؤدي بهما إلى الطابق علوي حيث ينتظرهما قائد الرحلة ليستمع إلى التقارير التي سيواقيانه بها عن نشاطاتها لذلك اليوم.

تبدو السيناريوهات كهذا السيناريونسجا من الخيال، في عالمنا اليوم على الأقل، ولكنه يشرح طريقة واحدة يمكن للبشر أن يعيشوا بها على سطح القمر.

فلو كنا نبغتي تأسيس قاعدة تصلح للإقامة الطويلة الأمدعلى سطح القمر، ينبغي علينا استغلال الموارد الموجودة فيه لإشباع احتياجاتنا في المختبر الذي تعمل فيه في الجامعة المتوتحة في مدينة ميلتون كينز وسط إنجلترا، لتجهت طالبة الدكتوراه هانا سارجنت في سبيل التوصل إلى حلول لعظمة الإقامة في القمر، وذلك باستخدام معدن يقال له "إيلمانيات" موجود بكثرة في التابع الأرضي.

يسخن الإلنيات في فرن لأجل استخراج الأوكسجين المخزون داخله، ومن ثم يدمج هذا الأوكسجين مع الهيدروجين لتكوين الماء . تقول عالمة الشايبة " هناك أكثر من ٢٠ طريقة لاستخراج الماء من الصخور في القمر، ولكن اهتمامنا منصب على الإلنيات بالتحديد لوفرته أولا ولأن التفاعل الضروري لتكوين الماء منه لا يحتاج إلا لكم قليل من الطاقة .

وتقول إنها تشعر بحماس كبير لإمكانية عودة البشر إلى القمر للمرة الأولى منذ عام ١٩٧٧ .
وتضيف " أشعر بأن جيلي سينفذ هذه المهمة بالتأكيد، وإنه على ثقة بأن ذلك سيحصل في حياتي، سيكون لنا على أقل تقدير وجود دائم في مدار حول القمر يهيئ منه الرواد إلى سطحه وبعودون بشكل عادي .
وقّع دونالد ترامب في عام ٢٠١٧ على أمر رئاسي يخص سياسة أمريكا الفضائية يقضي بإرسال رواد فضاء أمريكيين إلى القمر و"مقاصد أخرى". وقالت وكالة الفضاء والهيوان الأمريكية "ناسا" إنها ستعمل على تنفيذ ذلك قبل حلول عام ٢٠٢٨ . ولكن في الأونة الأخيرة، وذلك إدارة ترامب الوثائلة بتقديم الموعد إلى عام ٢٠٢٤، وذلك بحجة التفوق على الصين التي لها طموحات هي الأخرى لاستكشاف القمر وإرسال بعثات مأهولة إليه . ولكن قليلين هم الذين لم يلحظوا أن التاريخ يتوافق مع السنة الأخيرة لولاية ترامب الثانية - إذا أعيد انتخابه في ٢٠٢٠ بتغطية الحال .

تريد ناسا هذه المرة أن تكون مهمة التوجه إلى القمر مختلفة عن سابقتها في القرن الماضي، فالهدف إلى القمر هذه المرة سيكون جزءا من طموح أكبر وأوسع يشمل على استكشاف الفضاء العميق بما في ذلك كوكب المريخ . ولذا سيكون موضوع تأسيس قاعدة متقدمة على سطح القمر جزءا من هذه الخطة الجديدة .

قال مدير ناسا، جيم برايدنستراين، في وقت سابق من العام الحالي "لنسا أهدافنا إلى القمر من أجل ترك بضعة أعلام وأثار أقدام على سطحه ثم لا تعود إليه لخمسين سنة أخرى. نحن ذاهبون لنبتني بشكل دائم ومستدام مع كل ما نحتاجه إلى من مركبات هبوط وعربات وبشر". ولكن هل لناسا القدرة على القيام برحلة طويلة أمثلة إلى القمر قبل حلول الموعد النهائي المحدد، خصوصا إذا أخذنا بنظر الاعتبار أن المعدات الضرورية لإنجازها لم تنتج أو تختبر؟

بهذا الصدد، يقول كبير أساتذة العلوم السياسية والشؤون الدولية في جامعة جورج واشنطن في العاصمة الأمريكية جون لوغسدون "ستكون مهمة محفوظة بالمخاطر، ولكن إذا لم تكن راغبين بالمخاطرة يجدر بنا البقاء هنا على الأرض. الموضوع يتعلق بإيجاد توازن بين المخاطرة والتلف".

العامل البشري
أدوين (باز) ألدرين
أطلق على رحلات ناسا السابقة إلى القمر اسم الآله الإغريقي أبولو. أما الرحلة القادمة فسيطلق عليها اسم أرتميس، شقيقة أبولو التوأوم حسب الميثولوجيا الإغريقية، وجمعة تكهنت حول هوية أول رائدة فضاء تطأ قدماها سطح القمر.

لناسا ٣ رائد فضاء ناشط حاليا، منهم ١٢ امرأة، ومن هؤلاء كايت رويينز وهي عالمة أحياء مجهرية سبق لها أن درست بعضا من أخطر الأمراض فتكا، وكذلك جانيت ايبس التي كانت تعمل فنية عند وكالة الاستخبارات المركزية الأمريكية، والطبيبة سيرينا أونون تشانسيلور، ومهندسة الكهرباء كريسستينا كوخ.

وسبق لبريدنستراين أن قال لقناة سي أن أن الأخبارية الأمريكية "ستكون واحدة أثبتت جدارتها، واحدة سبق لها أن شاركت في رحلة مدارية وكانت من الذين عملوا في المحطة المدارية الدولية".

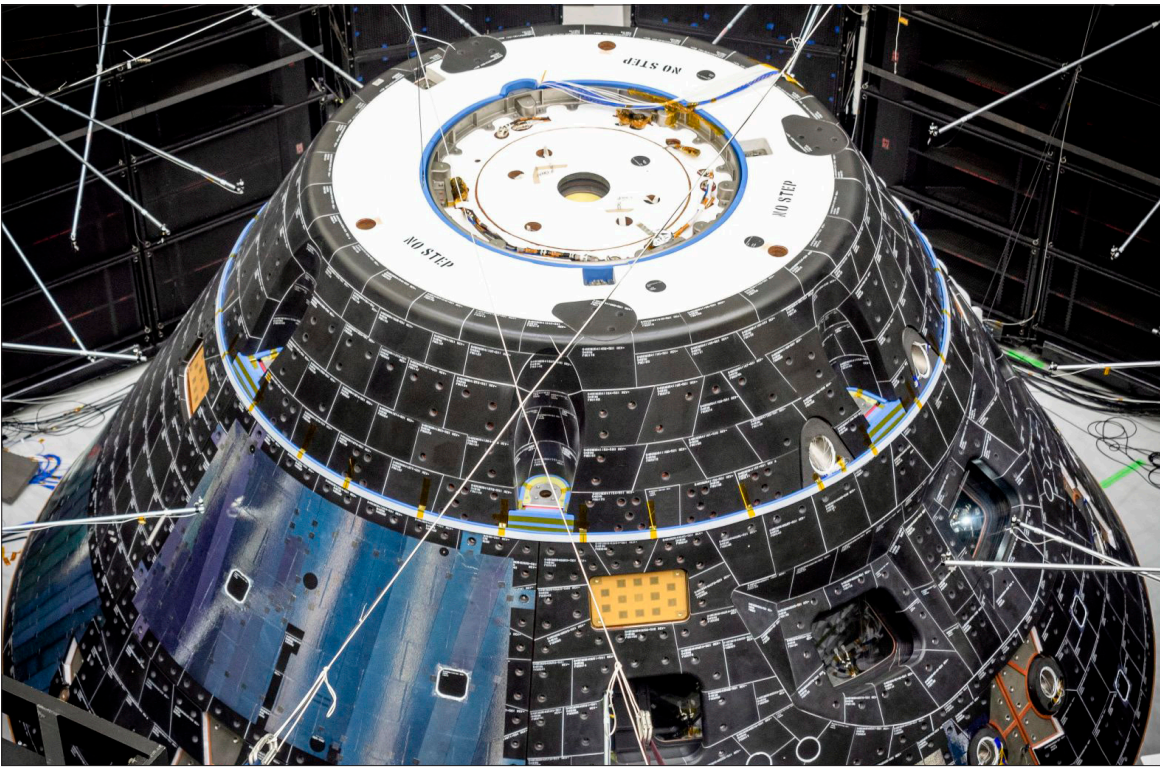
تتمتع ستيفاني ويسلون بأطول خبرة بين الرائدات في مجال التحليق، إذ سبق لها أن شاركت في ثلاث مهمات في الكوكب الفضائي، أما تراسي كالويل وسونيتا ويليامز فقد شاركتا في رحلتين منهنهما.

وفيما يخص الخبرة التي يستحسن أن يتمتع بها رواد اليوم، يقول مايكل بارات، وهو رائد فضاء وپروفيسور شرف في كلية الطب التابعة من الجامعة اكستر في بريطانيا "تطالب اليوم بكم أكبر من الأداء العلمي من رواد الفضاء وما كنا نطالب به من قبل".

ويضي للقول "فرائد فضاء اليوم يقود مركبة متعددة المناش لسته شهور، ويجب أن يكون مدربا تدريبيا عاليا في مجالات شتى كالسباحة في الفضاء واستخدام الأذرع الألية وشتى أنواع المعدات الأخرى، وأن يكون ملما باللغتين الإنجليزية والروسية، وعليه أيضا أن يتأقلم جيدا مع الوحدة والإقامة في حيز ضيق لفترات تناهز ٦ شهور".

ولكن ما هي التحديات الأخرى التي سيواجهها الرواد عندما يخرجون من مدار الأرض؟
لدنيا فعلا فهم جيد للتغيرات التي تطرأ لجسم الإنسان في الفضاء . يقول بارات، الذي يعمل طبيبا أيضا، "أحب أن أقول أننا نستحيل إلى كائنات غير أرضية بكل ما لهذه العبارة من معنى، فتركيب الأعضاء يتغير كما تتغير فلسجة الجسم وتفاعلاته البيوكيميائية . ولكننا نستمر في العيش والفعالية كأن شيئا لم يكن. إنه أمر عجيب فعلا".

ويقول "مما لاشك فيه أن رواد الفضاء سيواجهون مخاطر كثيرة وهم يعملون على سطح القمر. فبالرغم من أن قوة الجاذبية هناك تقل عن سدس قوتها على سطح الأرض، يتطلب من رائد الفضاء أن يرتدي بذلة ثقيلة الوزن جدا وأن يحمل معدات وعدد وأن يقوم بالحفر والتنقيب والاستكشاف، وهذه كلها تضيف مخاطر أخرى. فقد يعاني الرواد من كسور في العظام إذا سقطوا أو أن يقبوا بذلاتهم العازلة



الأمواج قبل رفعها إلى سطح السفينة وعاذتها إلى البر. لا تشكل أورايون إلا جزءا من خطة العودة إلى القمر، إذ يشكل الجزء الآخر الصاروخ الذي سيوصلها إلى الفضاء. يزيد طول هذا الصاروخ، والذي يطلق عليه "نظام الإطلاق الفضائي SLS" عن طول مبنى ذي ٣٠ طابقا، ويماكته حمل أوزان تتجاوز الـ ١٣٠ طنا إلى الفضاء.

يصف جون شانون، نائب مدير شركة بوينج ورئيس برنامج SLS فيها، الصاروخ الذي تنتجه الشركة لحساب ناسا بالقول "إنه صاروخ هائل الحجم فعلا، بل أن حجمه يسلب الأبواب".

يستخدم صاروخ SLS أيضا من التقنيات التي سبق استخدامها في المكوك الفضائي. ولكن الصاروخ الجديد يختلف عن سابته في عدة مجالات، فمرحلته الأساسية العملاقة مؤسسة على خزانات الوقود الخارجية التي كانت تزود محركات مكوك الفضاء بالوقود، ومحركات الصاروخيان الإنسان اللذان يعلنان بالوقود الصلب نموذجان محوران من بذلة كانت تستخدم في المكوك.

لكن هذه التحويرات جلبت معها تحديات، لأن صاروخ SLS يعرض مكوناته والأجزاء الداخلية في إنتاجه إلى مستويات مختلفة جدا من الإجهاد، ويقول شانون "أخذنا نضع المبدأت من مكوك الفضاء وحاولنا تجربتها في هذه البيئة فلم تصمد، وكان علينا تعديل تصميم هذه المعدات بشكل جذري في الكثير من الحالات".

وكانت إحدى التحديات الكبرى التي واجهت المشروع تتلخص في التأكد من قدرة قسم المحركات في الصاروخ في تحمل الإرتجاجات القوية الناتية عن عمل محركات الوقود الصلب، وكان على المهندسين أن يفحصوا كل جزء من المحرك للتأكد من قدرته على تحمل هذه الإرتجاجات.

ترتفع درجة الحرارة في قسم المحركات إلى حد كبير أثناء الإطلاق والتحليق، ولذا لجأ المهندسون إلى استخدام الفلين كمادة عازلة للحرارة. فالفلين مليء بالفجوات الهوائية مما يجعله من أفضل المواد العازلة للحرارة على الإطلاق.

بلغت كلفة تطوير الصاروخ نحو ١٢.٥ مليار دولار، ولكن تقريبا لهيئة رقابية تم نشر في حزيران / يوليو ذكر أن الكلفة تجاوزت الميزانية المرصودة بحوالي ١.٨ مليار دولار.
ويرى شانون أن الأمور تجري الآن في الإنتاج الصحيح وأنها في طور التحسن، ويقول "لقد تجاوزنا الجزء الصعب الذي يتلخص في التأكد من صلاحية المعدات وإعادة تصميم بعضها. ولذا فنحن في موقف عظيم الآن، إذ يعمل الصنع بالشكل المطلوب والتهيأنا من إنتاج أول صاروخ الذي سيخرج من بوابات الصنع قبل نهاية العام الحالي".

ومن المتوقع ألا يحلق الصاروخ للمرة الأولى قبل شهر حزيران / يونيو ٢٠٢٠.

ولكن لا يتفق الجميع على أن هذا هو السبيل الأمثل، فهناك من يرون أنه سيكون من الأفضل استخدام الصواريخ التجارية لإطلاق المركبة، كذلك التي يتطورها المليارديران ايلون ماسك (مؤسس شركة تيسلا للسيارات الكهربائية) وجيف بيزوس (مؤسس شركة أمازون).
وكان روبرت زوبرين، الذي يعمل لدى شركة "Pioneer Astronautics" مقرها في ولاية كولورادو، قد طرح خطة أطلق عليها اسم Moon Direct التي تقتضي استخدام صواريخ تجارية أقل طاقة وقوة لإطلاق مركبة فضائية متعددة الاستخدام إلى القمر.

ويرى زوبرين أن تكاليف تشغيل صواريخ SLS، والتي تبلغ مليار دولار لكل إطلاق من المقرر أن يطلق صاروخا في السنة)، مرتفعة، وأنه من الأفضل والأجدي استخدام هذه الصواريخ العملاقة لمهمات أصعب كالتوجه إلى المريخ.

لكن جون شانون يقول إن فريجه "عند ما يفعل، ومدى ندرة هذا العمل وسعويته"، ضيف "أعتقد بأنه صعب يدخل صاروخ SLS مجال الخدمة لن تكون هناك حاجة لصاروخ مماثل لعدة سنوات. لذا فإن هذه هي فرصة لا تسنح إلا مرة واحدة في كل جيل".

عبر بوابة القمر
لذا قررت الولايات المتحدة إنشاء محطة فضائية تسبح في مدار حول القمر؟ يبدو هذا السؤال مشروعا، خصوصا إذا علمنا بأن رواد الفضاء تمكنوا من إنجاز مهماتهم قبل ٥٠ سنة دون الحاجة إلى محطة كهذه، يقول بيت مفرات، مدير العمليات العالمة والتسويق في فرع استكشاف الفضاء في شركة بوينج "إن الغرض من إنشاء هذه المحطة - البوابة هو استخدامها كمحطة متوسطة للوصول إلى القمر

ومن ثم إلى المريخ". ويمكن وصف جون شانون بأنه مهندس هذه البوابة. فعندما كان يعمل في ناسا حوالي العام ٢٠١١، كلف بالتفكير في الهدف التالي للاستكشاف الفضائي البشري، يقول "جلست وراجعت كل المهمات التي خططت ناسا لها في السنوات العشرين الماضية. بلغ ارتفاع كومة الوثائق التي راجعتها أربعة أقدام". بدأ شانون تركيز نظره على الأفكار والمشاريع الجديدة والقابلة للتطبيق. ويقول "الأمر الذي بدأ مفعولا جدا هو القدرة على إنشاء محطة فضائية صغيرة الحجم يشغلها رواد اتخذ لها مدارا حول القمر. تتيح البوابة لأطقم الرواد فرصة الاستعداد قبل الهبوط إلى سطح القمر، كما تسمح بتسيير العربات على سطح القمر عن بعد، ويمكنها أيضا أن تستخدم ملادا أمنا إذا وقع أي طارئ خلال إحدى المهمات". كانت رحلات أبولو تأخذ كل المعدات الضرورية لتنفيذ مهماتها معها إلى القمر. وكانت ناسا تضع روادها في مدارات حول القمر تسمى مسارات العودة الحرة يتمكن بواسطتها الرواد من العودة إلى الأرض بأمان إذا وقع أي طارئ كان تصاب محركات المركبة التي من المفروض أن تقلعها إلى مدار حول القمر يعطل ما. ولكن هذا النظام حدد مواقع هبوط الرواد بحزام ضيق يقع قرب خط استواء القمر.

أما البوابة القمرية فسوف تحلق في مدار أعلى، وستتخذ لها مسارا بيضوي الشكل يقل له المدار القمري شبه الاستقيم (NRHO)، مما يمكن ناسا من إنزال الرواد في أي موقع تترأيه على سطح القمر.

ويقول تشيمبرز "يعني هذا أنه عليك تجهيز مرحلة الهبوط على مسافة أبعد من القمر لكي تتمكن من أن تقorra ما إذا تريد التوجه إلى أحد القطبين أو إلى خط استواء القمر".

لن تكون المحطة-البوابة جاهزة للعمل بحلول موعد الرحلة المقرر في عام ٢٠١٤، ولكن يمكن مركبة أورايون أن تلتحم بنسخة مصغرة وأقل تجهيزا من النسخة النهائية من المحطة لتتكون من وحدة دفع وقمره صغيرة للطاقم.

ويقول جون شانون إنه "في نهاية المطاف، ستصبح المحطة-البوابة مكانا تجمع فيه كل الأمور اللوجستية التي تحتاجها مركبة متوجهة إلى المريخ".

ولكن موضوع إنشاء البوابة القمرية ما زال يثير الكثير من اللغط والجدل. فالدكتور روبرت زوبرين، وهو مؤلف كتاب عنوانه "الحجة لصالح استكشاف الفضاء"، يرى أن المشروع يشكل توقفا غير ضروري في الطريق إلى القمر، ويصفه بأنه مثل "حاجز مداري لاجباية الأجور".

أما جون لوغسدون من جامعة جورج واشنطن فيقول "إذا كان هدفك الوحيد هو الهبوط في قطب القمر الجنوبي، فلا أعتقد في هذه الحالة أن ثمة ضرورة لوجود البوابة. ولكن الخطة الموضوعة تنص على إجراء هبوط أولي على سطح القمر في عام ٢٠١٤ على أن يتحول البرنامج إلى برنامج مستدام بحلول عام ٢٠٢٨ لاستكشاف القمر ومن ثم المريخ. إذا كانت هذه هي الخطة، سيمسج وجود البوابة أمرا حيويا".

يزعم كثيرون أن الهبوط على القمر كان الحدث المميز في القرن العشرين. ففي العشرين من تموز / يوليو ١٩٦٩، كان الرائدان نيل أرمسترونغ وأدوين (باز) ألدرين يقتربان من سطح القمر بسرعة بمركبتهما. ولأسباب غير معروفة، كانت المركبة تحيد عن مسارها وتتوجه إلى موقع يبعد عن موقع الهبوط المخطط له بأربعة أميال. وفي الأماتر الـ ٦١٠ الأخيرة من عملية الهبوط الآلية، ألقى أرمسترونغ نظرة من خلال شبك المركبة ورأى أنها تتوجه صوب حفرة قمرية كبيرة تحيطها صحور لا يقل حجم الواحدة منها عن حجم السيارة. خلاصة القول إن كارثة كانت ستحصل لو هبطت المركبة في ذلك الموقع.

ولذا، وعندما هبطت المركبة إلى ارتفاع ١٥٢ متراً فقط عن السطح، أمسك أرمسترونغ بزمام السيطرة عليها وقادها كما تقاد الطائرات المروحية. توجه أرمسترونغ بالمركبة إلى منطقة سهلة مستوية حيث هبط بها بأمان متجاوزا بذلك القرصة القمرية وصخورها الكبيرة. ولكن بما لاشك فيه أن عمليات الهبوط المستقبلية ينبغي أن تكون أكثر دقة وأمانا.

بهذا الصدد، يقول كين غابرييل، المدير التنفيذي لمختبر دريبر بمدينة بوسطن بولاية ماساشوسيتس "ستحتاج بلا شك إلى أنظمة هبوط آلية أكثر كفاءة ودقة، نظمة تمكن المركبات من تتبع التضاريس وتمكن قائدها من مشاهدة ما تقوم به فوريا من خلال أجهزة تصوير". لا ينبغي لك أن تعرف مكانك بالضبط فحسب، بل ينبغي أيضا أن تقدر - بدقة تبلغ أجزاء المتر - المكان الذي تتوجه إليه وكيف يمكنك تجنب العقبات التي تعترض طريقك. بعبارة أخرى، علينا تكيف نظام السيطرة الآلية المركب في مركبة الهبوط من تنفيذ الأعمال التي كان أرمسترونغ يقوم بها بعينه وعقله ويديه عندما كان يهبط على سطح القمر.

ستكون عملية الهبوط عند قطب القمر الجنوبي مثيرة حقا. وعندما يخرج رواد المركبة منها، قد يكونون يرتدون بذلات فضاء تشبه نموذج ٢-Z التجريبي، هذه البذلة مصممة بحيث تمنح مرتديها قدرا أكبر من الحرية في الحركة من سابقتها مما يتيح لهم التنسيق والنزول والالتحاق لجمع الصخور والأحجار.

وقد تكون عملية الإطلاق من سطح القمر محفوظة بالمخاطر أيضا. إذ يقول الدكتور شيموس توهي الذي يعمل في مختبر دريبر "عندما تتطلق من الأرض، فإنك إما تتطلق من قاعدة إطلاق ثابتة ومعروفة"، ويعني للقول إنه "على القمر، يعتمد كل شيء على المكان الذي هبطت فيه والوضع التقني للمركبة عند هبوطها".

ربما تلخص مركبة الهبوط التي ستستخدم في مهمة ٢٠٢٤، والتي لم تكتمل بناؤها بعد، بشكل أفضل من أي عنصر آخر من عناصر الرحلة فيه. إذ لا توجد بعد أي من المعدات الضرورية، ولم يتضح كيف سيتم اختبارها قبل حلول عام ٢٠٢٤.

ولكن روبرت زوبرين واثق من أن فترة خمس سنوات ونصف السنة تكفي لإنجاز بناء محطة الهبوط واختبارها، إلا أنه يضيف أن "مشروع البوابة القمرية يحرم عملية تطوير مركبة الهبوط من الأموال التي تحتاجها، والمركبة هي العنصر الحاسم إذا أردنا الهبوط على سطح القمر".

لا يتخصص الأمر بالهبوط على القمر فقط، بل أن بعضهم يستعد من الآن للانطلاق ما يسمى بـ "الاقتصاد القمري".

فشركة "أستروبوليتك" تقول إنه بصدد تشييد "خط للسكة الحديد" إلى القمر، هذه الشركة واحدة من عدد من الشركات التي تتعلم إلى نقل المواد والبضائع إلى القمر.

تشبيه المشروع "باسكة الحديد" يبدو مناسبا لشركته مقرها في مدينة بيتسبرغ، المركز السابق لصناعة الحديد والصلب في الولايات المتحدة، فلقا عن سبعين ميلا من ٤٥٠ دولارا لنقل مواد صغيرة الحجم وخفيفة الوزن كالواد التناكارية، ويرتفع ليلبل ١.٢ مليون دولار للكليوغرام الواحد للمواد الأثقل وزنا كالكرات الروبوتية، تعد أستروبوليتك بإعصال الحموله التي تتريد إلى القمر باستخدام مركبته الخاصة ذات القوائم الأربع والمسماة "بيريفرين (أي الشاهين)".

وتشمل قائمة المواد والبضائع التي سجل زبائن أستروبوليتك رغبتهم في نقلها إلى القمر حاويات ذكريات ومعدات علمية وحجر من جبل أولمبوس، وبطاقة من مدينة ألعاب كينويود المعروفة في بيتسبرغ بولاية أوهيو. قد تنتج شركات مثل أستروبوليتك في أن تحظو الخطوات الأولى نحو بناء اقتصاد قمري قابل للدومومة، وذلك عن طريق توفير خدمات نقل للزبائن الأفراد وخلص مثل ناسا.

يقول الدكتور فيليب ميتزغر، عالم الكواكب في جامعة وسط فلوريدا، في أورلاندو، "قد تكون لدينا في المستقبل جبات في الفضاء تنتج وقود الصواريخ وغيره من المواد وتوفر الخدمات. أنشد لن يكون من الضروري أن تتحمل استثمارات ناسا وغيرها كل نفقات بناء تلك البنية التحتية الفضائية".

ومن المرجح أن تصعب السياحة الفضائية قريبا مصدر دخل آخر للاقتصاد القمري، ففي عام ٢٠١٨، كشفت شركة SpaceX التي يملكها الملياردير ايلون ماسك عن هوية أول راكب ستنتقل في رحلة حول القمر في عام ٢٠٢٣. قد تتأخر الرحلة عن ذلك الموعد، ولكن المسافر، وهو ملياردير باباتي دفع مبلغا لم يعان عن حجمه للسفر بواسطة مركبة ماسك "الصقر الكبير (BFR)".

وإذا نظرنا إلى المستقبل البعيد، قد نرى أنه سيكون بإمكان السائحين الهبوط إلى سطح القمر والإقامة هناك في مبان تشيد خصيصا لهذا الغرض. ويقدر بنك UBS بأن قطاع السياحة الفضائية قد يدر دخلا يبلغ نحو ٣ مليارات دولار بحلول عام ٢٠٣٠.
ولكن أساس الاقتصاد القمري لا بد أن يكون التنقيب عن جليد الماء لاستخدامه في إنتاج وقود الصواريخ. تتركز مخزونات هذا الجليد في قطبي القمر الشمالي والجنوبي، وهما منطقتان لا تصلهما أشعة الشمس. وقد تبلغ كميات هذه المخزونات مليارات الأطنان.

قد تؤدي فكرة تزويد المركبات بالوقود في القمر إلى خفض كلفة السفر في الفضاء، علاوة على خفض الكلفة الخاصة بفتح قاعدة دائمة على سطح القمر. وجاء في تقرير صدر عام ٢٠١٨ أنه يمكن إنتاج وقود الصواريخ في القمر بكلفة لا تتجاوز ٥٠٠ دولار للكليوغرام - وهو سعر يقل بعشرين ضعفا عن تكاليف نقل الوقود من الأرض إلى مدار حول القمر والتي تبلغ ١٠ آلاف دولار للكليوغرام الواحد

جین «مفقود» لدى الإنسان يجعله يعاني وحده من النوبات القلبية

وكالات

طبقا للعلماء، فإن أمراض القلب الشائعة في البشر نادرة جدا في أي حيوانات أخرى قبل مليوني أو ثلاثة ملايين سنة، "فقد أسلافنا الأوائل أحد الجينات المهمة في أجسادهم، وفقا لدراسة علمية حديثة.

لقد شهدت أجسام أسلافنا الأوائل من البشر طفرة جينية عطلت نشاط جين يطلق عليه اختصارا اسم CMH، ويعد سلسلة من التطورات، ورث إنسان الهموم سايبيتس (أو الإنسان العاقل الأول) فقدان هذا الجين.

وبحسب دراسة جديدة أجراها باحثون في جامعة سان دييجو في كاليفورنيا، فإن نتيجة هذه الطفرة الجينية تركت الإنسان على وجه التحديد عرضة للنوبات القلبية.

وتقول منظمة الصحة العالمية إن أمراض القلب والأوعية الدموية تتصدر أسباب الوفاة المبكرة (التي تصيب من هم دون سن السبعين) حول العالم، وتمثل هذه النسبة ثلث الوفيات حول العالم سنويا - أي ١٧.٩ مليون شخص تقريبا - وهو عدد متوقع أن يصل إلى ٢٣ مليون شخص بحلول عام ٢٠٣٠.

وفي معظم الحالات، تكون الوفاة جراء انسداد الشرايين، بسبب الرواسب الدهنية، مما يقلل معدل تدفق الدم للأعضاء الحيوية بالجسم.

دراسة الرياضة في منتصف العمر تحد من أمراض القلب

علاج جديد للنوبات القلبية باستخدام رقعة حيوية تلحق بالقلب لإنتاج المرضى

ولكن بينما تشجع هذه الأمراض بين البشر، فإنها "غير موجودة تقريبا" في الثدييات الأخرى، بما فيها قردة الشمبانزي قليلة النشاط، كما يكاد يعلم أي دليل على وجود هذه الأمراض بين الحيتان والدلافين الضخمة.

كما الذي حدث للبشر وتركنا أكثر عرضة للإصابة بتلك الأمراض

أمراض القلب والشرايين تتصدر أسباب الوفاة المبكرة حول العالم، طبقا لإحصاءات الأمم المتحدة "سمة بشرية"

في دراسات سابقة، كان أجريت فاركي، أحد الباحثين القائمين على هذه الدراسة، قد لاحظ أن انسداد الشرايين مرض لا يصيب غير البشر.

وفي تجربة أجريت قبل عشر سنوات، وضعت حيوانات الشمبانزي وثدييات أخرى تحت الملاحظة في أقفاص للوقوف على ما إذا كانت العوامل المسببة لمرض انسداد الشرايين لدى الإنسان (كقلة النشاط والسمنة والضغط اللفني بالكوليسترول وارتفاع ضغط الدم) ستؤدي إلى إصابة هذه الحيوانات بأزمات قلبية.

لكن لم يتم تسجيل شيء يذكر، وكانت الإصابة بالأزمات القلبية بين الشمبانزي نادرة وفي حال الإصابة بها لم تكن نتيجة انسداد الشرايين.

وقادت هذه الدراسات الباحثين إلى تأكيد أن الحيوانات لا تعاني أمراض القلب والأوعية الدموية إلا إذا كانت أجسامها قد شهدت تطورات جينية تركت وظائفها شبيهة بوظائف أجسام البشر، أو إذا كانت تلك الحيوانات تتناول كميات غير طبيعية من الكوليسترول لأغراض البحث العلمي.

وفي الدراسة التي بين أيدينا، المنشورة في الأكاديمية الوطنية للعلوم، استخدم فاركي وفريقه فرنا معدلة جينيا تعاني تعطلا في نشاط جين الـ CMH تماما كما هي الحال في البشر، ومجموعة أخرى من الفئران، ولم يكن نفس الجين معطلا بأجسامها، وبالرغم من أن مجموعتي الفئران كانت تقدم لها نفس الأغذية وتمازس ذات الأنشطة، فإن مجموعة الفئران المعدلة جينيا شهدت ترسبات دهون في دماغها بمعدل الضعف مقارنة بذلك الذي شهدته المجموعة الأخرى.

تقول الدراسة: "إن فقدان جين الـ CMH في الفئران قد ساعد بشكل ملحوظ في الاستعداد

في الفئران على الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

ويهدفت فاركي أن الأبحاث الجديدة حول الجين المفقود كثيرة بأن تفتح الباب لظهور علاجات جديدة لأمراض القلب والأوعية الدموية.

جین «مفقود» لدى الإنسان يجعله يعاني وحده من النوبات القلبية

للإصابة بانسداد الشرايين دون تغيير في وزن الجسم أو التكوينات الدهنية. وتشير هذه البيانات إلى أن فقدان جين الـ CMH يفضل التطور ربما قد أسهم في زيادة الاستعداد للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية لدى البشر.

الباحثون يقولون إن الحيوانات تحتاج إلى تحويلات جينية أو تناول أغذية غير طبيعية حتى تصاب بانسداد الشرايين

أخبار متعلقة باللحوم الحمراء يشير الباحثون إلى أن هناك العديد من العوامل المسببة للمرض والتي تزيد معدل فرص إصابة البشر بأمراض القلب والأوعية الدموية.

ومن بين هذه العوامل، عدم القيام بالنشطة بدنية، وارتفاع الكوليسترول، والسمن، ومرضى السكري، والسمنة، والتدخين، وتناول اللحوم الحمراء.

على أن تلك العوامل لا تكون موجودة في نحو ١٥ في المئة من الحالات التي تصاب لأول مرة، حيث يكون سبب الإصابة هو الاستعداد الجيني، بحسب فاركي، الذي يرى أن هذا "يمكن أن يساعد في تفسير السبب وراء الاستعداد للإصابة بأمراض القلب والأزمات حتى بين التباينين من ليس لديهم أسباب واضحة للإصابة بتلك الأمراض.

بعد فقدان جين الـ CMH يات كل البشر عرضة للإصابة بأمراض القلب، بحسب باحثين لكن محبي تناول اللحوم الحمراء لديهم الكثير من الأسباب لكرهاية نتائج الدراسة التي كشفت زيادة مخاطر الإصابة لديهم.

ويبرز جين الـ CMH نوعا من حمض السلياليك يطلق عليه اسم NeoGc، الذي نستهلكه عندما نأكل لحوما حمراء.

ويعد تعطيل نشاط جين الـ CMH في أجسام أسلافنا، أمسى الجسم مفتقرين إلى حمض الـ NeoGc ويات البشر يتعامل مع هذه المادة كما لو كانت غريبة واعدة من الخارج.

وعندما نستهلك كميات كبيرة من حمض الـ NeoGc الذي يحتوي عليه اللحوم الحمراء، فإن أجسامنا تفرز مضادات حيوية كنوع من التحصين الذاتي، مما يفقد بدوره إلى التهاب مزمن يسمى xenosialitis.

ويُعد هذا مرضا شبيهاً بالتهاب، يرتبط ارتباطا وثيقا بالتهاب وتآكل في الشرايين، مما يؤدي إلى الإصابة بأمراض السرطان والقلب والأوعية الدموية.

وكشفت الدراسة عن أن الفئران التي تناولت أغذية غنية بمادة الـ NeoGc عانت ارتفاعا في معدل الإصابة بانسداد الشرايين بنسبة تزيد عن ٢٤٠ مقارنة بغيرها.

يمكن للدراسة أن تساعد في إلقاء الضوء على العلاقة بين تناول اللحوم الحمراء وأنواع معينة من السرطان

البحث عن روابط جديدة يقول الباحثون إن الاستجابة المناعية التي أفرزها الجسم عند تناول كميات كبيرة من حمض الـ NeoGc تلقي الضوء على الروابط بين الاستهلاك المرتفع للحوم الحمراء وبعض أنواع السرطانات - لكن هذا الأمر يحتاج إلى مزيد من الدراسات.

ولا تزال من قبيل الألفاظ حتى الآن معرفة متى وكيف بالضبط فقد أسلافنا من البشر الأوائل جين الـ CMH.

وتمة بعض فرضيات قائمة على أساس نظرية الانتقاء الطبيعي، لكن الباحثين يقولون بعدم إمكانية استبعاد حدوث ظاهرة عشوائية تطورت حتى ورثها إنسان الهمومسايبيتس.

ويؤكد العلماء، في المقابل، أن غياب جين الـ CMH قد أكسب إنسان الهمومسايبيتس ميزتين في المقابل هما، القدرة على المشي مسافات طويلة، وانخفاض معدل الخصوبة.

ويعتقد فاركي أن الأبحاث الجديدة حول الجين المفقود كثيرة بأن تفتح الباب لظهور علاجات جديدة لأمراض القلب والأوعية الدموية.

استخدام خميرة فرعونية عمرها ٥٠٠٠ عام لإنتاج خبز أفضل من المعروف حاليا

وكالات

استخلص الخميرة السائلة من الأواني الضخامة الفرعونية وتحديد سائلها داخل معامل خاصة

كانت ميكروبات الخميرة الفرعونية نائمة (خاملة) لأكثر من ٥٠٠٠ عام، ومدفونة داخل أوان خزفية (من الفخار المصري)، حتى قرر الأمريكي شيبوس بلاكي استخدامها الآن في صناعة الخبز.

وبالفعل تم إنتاج رغيف باستخدام الخميرة الفرعونية، والأمريكي بلاكي، أحد هواة علم Xbox، كما أنه يهوى صناعة الخبز وينشر العديد من الصور على وسائل التواصل الاجتماعي.

واعترف بأنه صنع "رغفة رهيبة تشبه الصخور في شكلها". لكن هذه التجربة (باستخدام الخميرة الفرعونية) كانت في إطار مختلف تماما.

بدأ بلاكي عمله بخطوة استخراج ميكروبات الخميرة من أوان فخارية فرعونية دون تدمير هذه الأواني، وتمكن بمساعدة عائلة الآثار سيرينا لوف، من الوصول إلى مجموعة من أدوات فرعونية لصناعة البيرة والخبز كانت محفوظة في متحفين في مدينة بوسطن الأمريكية.

واستعان أيضا بعلوم الأحياء المجهرية بجامعة أيوا الدكتورريتشارد بومان، لاستخراج الخميرة من الأواني الفخارية وتحديد سلالاتها أيضا. وحقن عالم الأحياء بيومان المواد الغذائية في الأواني الفخارية حتى تتغذى عليها ميكروبات الخميرة النائمة، وبعد ذلك سحب السائل الناتج

وكالات

ارتفعت في الآونة الأخيرة معدلات الإصابة بسرطان الجلد بأنواعه حول العالم، وخاصة سرطان الخلايا الصغرية (الميلانوما)، الذي يعد واحدا من أكثر أنواع سرطان الجلد فتكا، وإن كان لا يزال أقل انتشارا من أنواع سرطان الجلد الأخرى.

وقال ريتشارد ويلير، استشاري الأمراض الجلدية بجامعة إنديانا، "في البداية، يجب أن نؤكد أن هناك أدلة قوية تثبت أن مستحضرات الوقاية من الشمس تقي من سرطان الجلد".

وربما لهذا تراجعت معدلات الإصابة بسرطان الجلد في بعض البلدان، ولا سيما الدول التي زاد فيها الوعي بأهمية استخدام مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس، رغم ارتفاع تلك المعدلات في بلدان أخرى.

وتقول أديل غرين، رئيسة فريق العلماء المعنى بدراسة السرطان والسكان بمركز "بيرغوفر" للأبحاث الطبية في كوينز لاند بأستراليا، إن معدلات الإصابة بسرطان الجلد أكثر ارتفاعا بين الجيل الأكبر سنا، بسبب الأضرار الناتجة عن التعرض المباشر لأشعة الشمس على مدى عقود.

لكن بعض الدراسات سلطت الضوء على الآثار المحتملة للمواد الفعالة التي تدخل في تركيب مستحضرات الوقاية من الشمس، وأشارت إلى أن بعض هذه المواد قد تضر بصحتنا.

وفي وقت سابق من هذا العام، اعتبرت إدارة الغذاء والدواء الأمريكية، ١٤ عنصرا من العناصر الكيميائية التي تدخل في تركيب مستحضرات الوقاية من الشمس، غير آمنة وغير فعالة.

"خسرنا كل فروتتي لكنني أصبحت مليونيرا من جديد"

كيف يكون الفشل دليلا للنجاح؟ تتمتع المرشحات العضوية، الأكثر شيوعا في معظم مستحضرات الوقاية من الشمس، الأشعة فوق البنفسجية، وتحولها إلى أشعة أكثر أمنا مرشحات الأشعة فوق البنفسجية

تحتوي مستحضرات الوقاية من الشمس على مواد فعالة تشكل حاجزا من الأشعة فوق البنفسجية تسمى مرشحات الأشعة فوق البنفسجية، وهناك نوعان أكثرها شيوعا المرشحات العضوية أو الكيميائية، التي تمتص الأشعة فوق البنفسجية وتحولها إلى إشعاع أكثر أمنا.

أما، في حين أن مرشحات الأشعة فوق البنفسجية غير العضوية، التي تعد أكثر أمنا، مثل ثاني أكسيد التيتانيوم وأكسيد الزنك، تعكس الأشعة فوق البنفسجية وتشتتها بعيدا عن الجلد.

ومن المعلوم أن بعض المرشحات العضوية يمضغها وتدخّل إلى مجرى الدم، وهذا لا يدعو للقلق ما دامت المواد آمنة.

لكن بعض الدراسات ركزت على الآثار الجانبية المحتملة لمادة أوكسينزون، الأكثر استخداما في مستحضرات الوقاية من الشمس.

وأشارت إدارة الغذاء والدواء في تقريرها إلى أن تبعات استخدام كميات

كبيرة من مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس، غير معروفة بعد. وخلصت دراسات أجريت على فئران إلى أن بعض المرشحات العضوية للأشعة فوق البنفسجية، مثل أوكسينزون، وكذلك البرابين والفتالات، يشبه في أنها تسبب اضطراب الغدد الصماء، أي تؤثر على هرموناتنا.

ولوحظ أن استخدام كميات كبيرة من مادة الفتالات، يعوق نمو الأعضاء التناسلية لدى الذكور، وهذا قد يؤدي إلى مشكلات أخرى في مراحل لاحقة من العمر، مثل انخفاض عدد الحيوانات المنوية أو ارتفاع مخاطر الإصابة بسرطان الخصية.

ولا يقتصر استخدام الفتالات على مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس، بل يدخل أيضا في تركيب الكثير من مستحضرات التجميل، مثل الصابون والشامبو وطلاء الأظافر وبخاخات الشعر، ويدخل البرابين في تركيب الكثير من مستحضرات العناية بالشعر ومستحضرات التجميل.

واكتشفت لورا فاندربغ، أستاذة مساعدة بكلية أمهرست للعلوم الصحية والصحة العامة بجامعة ماساتشوستس، أن أوكسينزون قد يؤثر على حجم الغدد الثديية للفئران، وعثر على آثار للمادة في حليب الثدي، وهذا يدل على أنه قد يكون موجودا أيضا في أنسجة الثدي، مما قد يؤثر على نموه ووظائفه وصحته.

لكن البعض يقولون إن الآثار الجانبية لمستحضرات الوقاية من أشعة الشمس على الفئران لم تظهر إلا بعد وضع كميات كبيرة من المستحضرات لا يستخدمها البشر عادة.

يجب أن تضع المرأة مستحضر الوقاية من أشعة الشمس يوميا لمدة تتراوح بين ٣٤ و٢٧٧ سنة حتى يدخل إلى جسمها نفس الكمية من أوكسينزون التي تناولتها المرأة إذا استخدمت مستحضر الوقاية من الشمس يوميا لمدة تتراوح بين ٣٤ و٢٧٧ عاما.

وخلصت دراسة أخرى أجريت في عام ٢٠١٥، على ٥٠٠ زوج وزوجة كانوا يحاولون الإنجاب، إلى أن وجود نسب مرتفعة من مادة بنزفون التي تقي الأشعة فوق البنفسجية في تحليل البول أدى إلى انخفاض فرص الذكور في الإنجاب بنسبة ٣٠ في المئة.

فيتامين د وأشار البعض لتساؤلات أخرى بشأن مدى تأثير مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس على عملية تصنيع فيتامين د في الجسم. فإن المصدر الرئيسي لفيتامين د هو التعرض للشمس، ويرى البعض أن

مستحضرات الوقاية من الشمس قد تكون السبب في انتشار نقص فيتامين د.

وتقول راشيل نيل، أستاذة مساعدة بمعهد بيرغوفر للأبحاث الطبية في كوينز لاند، إن مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس لا تؤثر على مستويات فيتامين د في الجسم، لأن أطوال موجات الأشعة فوق البنفسجية التي تسبب الحروق تختلف عن تلك التي يستمد منها الجسم فيتامين د.

وقال الخبراء إن استخدام مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس لا يؤثر على مستويات فيتامين د في جسم البالغين الأصحاء

وللحصول على الكميات الكافية من فيتامين د، تنصح نيل سكان المناطق التي تمتاز بشمسها الساطعة على مدار العام بوضع مستحضرات الوقاية من الشمس يوميا.

ويتنبه ويلر أيضا إلى أن هذه المخاوف من تأثير مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس على إنتاج فيتامين د، مبالغ فيها، لأن أغلب الناس لا يستخدمون مستحضرات الوقاية من الشمس بالطريقة الصحيحة. إذ ينصح الأطباء بوضع اثنين مليمغرام على كل سنتيمتر مربع، أي ما يعادل نحو ست ملامق صغيرة.

لكن ثمة فوائد أخرى للتعرض للشمس قد تبرحها مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس- رغم أن هذا لا يفي بمخاطر الإصابة بسرطان الجلد- من بينها أن الأشعة فوق البنفسجية تحت الجسم على إنتاج جزيء أكسيد النيتريك الذي يسهم في توسيع الأوعية الدموية وتحفيز ضغط الدم.

ويقول ويلر إن الكثيرين الأدلة تشير إلى أن أكسيد النيتريك يقلل من احتمالات الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، وهذا أهم من الوقاية من سرطان الجلد، إذ يرى ويلر أن معدلات الوفيات الناجمة عن أمراض القلب والأوعية الدموية أعلى من معدلات الوفيات الناجمة عن سرطان الجلد. إذ تأتي أمراض القلب والأوعية الدموية في مقدمة الأسباب التي تؤدي للوفاة على مستوى العالم. بينما تقدر نسبة الشفاء من مرض سرطان الخلايا الصغرية بنحو ٩٢ في المئة، ونادرا ما تؤدي الإصابة بسرطان الجلد إلى الوفاة.

مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس تحفزنا على قضاء وقت أطول تحت أشعة الشمس وربما لهذا ترتفع معدلات الإصابة بسرطان الجلد ويرجع البعض ارتفاع معدلات الإصابة بسرطان الجلد إلى أن مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس تشجعنا على البقاء تحت أشعة الشمس لفترات أطول. ويقول ديفيد ليفيل، أستاذ الجلدية والجراحة بكلية الطب بجامعة ييل، إن أغلب المصابين بسرطان الجلد الذي تحدث معهم كانوا يتعرضون لأشعة الشمس لفترات طويلة دون أن يعيدوا وضع مستحضرات الوقاية

من أشعة الشمس. ولعل الطريقة الأفضل لحماية الجسم من أشعة الشمس والوقاية من الإصابة بالسرطان، هي ارتداء ملابس واقية والجلوس في الظل والابتعاد عن شمس الظهيرة الحارقة. وإذا تعذر ذلك، يتعين أن تضع مستحضرات الوقاية من الشمس وفقا لتعليمات الخبراء والأطباء. ويُصنح باستخدام مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس التي تتضمن مرشحات غير عضوية للأشعة فوق البنفسجية، لتفادي الآثار المحتملة للمواد الكيميائية، مثل أوكسينزون، على أجسامنا والحياة البرية.

الحر الشديد: كيف تنام خلال موجات الطقس الحار

٤- فرش الأسرة

قلل قدر الإمكان من فرش السرير، لكن تأكد من وجود بعض الأغشية قريبة منك. واستخدم الملاءات القطنية لأنها مفيدة لأنها تتسرب للحر.

ولا تنس أن درجة الحرارة في غرفة نومك، ودرجة حرارة جسمك تميل إلى الانخفاض خلال الليل.

ولذلك فقد تستيقظ ليلا إذا شعرت بالبرودة.

٥- المراوح استخدام المراوح، حتى الصغيرة منها، يشعرك بالفرق في الجو الحار، خاصة إذا كانت هناك رطوبة في الجو.

وتعمل المراوح على تبريد العرق، وتسهل على جسمك الحفاظ على درجة حرارة داخلية متوازنة.

وان لم يكن لديك مروحة، حاول ملء قوارير الماء الساخن لديك بماء مثلج يدا

قد تشجعك حرارة الجو على تغيير عاداتك وسلوكك اليومي المعتاد. ومن الأفضل ألا تقبل ذلك، فقد يؤدي هذا إلى اضطراب نومك.

حاول الالتزام بوقت ذهابك للعتاد إلى النوم، وافعل ما اعتدت على فعله قبل موعد النوم.

٣- حافظ على الشعور بالبرودة تذكر الأساسيات. واتخذ الخطوات الضرورية للتأكد من بقاء درجة حرارة غرفة نومك منخفضة قدر المستطاع خلال الليل.

أسدل الستائر خلال النهار، حتى تبعد أشعة الشمس عنها. وتأكد من إغلاق النوافذ من الناحية التي تدخلها الشمس من المنزل، حتى لا تدع مجالا للهواء الساخن. وافتح جميع النوافذ قبل التوجه إلى النوم، حتى تتسرب التسمات المعتشة إلى المكان.

٢- التوقيت



من أشعة الشمس من وقت لآخر، مع العلم بأن تأثير المواد الكيميائية ينتهي بعد فترة محددة.

كوكب الحيوانات

إلا أن تأثير مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس لا يتوقف على صحة البشر فحسب، بل أشارت عشرات الدراسات إلى أن المواد الحافظة للأشعة فوق البنفسجية تهدد الحياة البحرية أيضا.

إذ عثر باحثون على آثار المواد الكيميائية التي تحجب الأشعة فوق البنفسجية في بيض الطيور البحرية وفي البحار والأنهار بنسب مرتفعة بما يكفي لإلحاق أضرار بالأسماك والشعب المرجانية والثدييات البحرية.

وأشار الباحثون إلى أن المادة الأكثر سمية في مستحضرات الوقاية من الشمس هي "أوكسينزون"، ولهذا فرضت بعض المنتجعات البيئية في المكسيك، على الزائرين استخدام مستحضرات الوقاية من الشمس قابلة للتحلل الحيوي.

وتقول شيريل وودلي، إحدى الباحثات بالإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي بالولايات المتحدة، إن المواد الكيميائية مثل أوكسينزون قد تسبب اضطرابات هرمونية وتؤدي إلى تغيير الجنس لدى الأسماك، وتؤثر على نموها وخصوبتها وتضعف قدرتها على إنتاج البيض".

وتضيف أن تولد البيئة للمواد الكيميائية المستخدمة في تركيب مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس قد يضعف قدرتها على الصمود في مواجهة التغيرات البيئية وقد يؤدي إلى اقراض بعض الكائنات البحرية بسبب زيادة احتمالات إصابتها بالعلم.

في إحدى الدراسات على الشعب المرجانية، اكتشف الباحثون عينات ملوثة بالمواد الكيميائية المستخدمة في مستحضرات الوقاية من الشمس بتركيزات عالية بما يكفي لإصابتها بتسوهات أو قتلها وفي إحدى الدراسات التي أجريت على الشعب المرجانية في مياه هونغ كونغ، اكتشف باحثون أن بعض العينات كانت ملوثة بتركيزات مرتفعة من المواد الكيميائية المستخدمة في مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس أيضا، بينما يشعرك بالشعب المرجانية اليافعة. لكن حتى الآن، يجمع الخبراء على أهمية الوقاية من أشعة الشمس.

لعل الطريقة الأفضل لحماية الجسم من أشعة الشمس والوقاية من الإصابة بالسرطان، هي ارتداء ملابس واقية والجلوس في الظل والابتعاد عن شمس الظهيرة الحارقة. وإذا تعذر ذلك، يتعين أن تضع مستحضرات الوقاية من الشمس وفقا لتعليمات الخبراء والأطباء. ويُصنح باستخدام مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس التي تتضمن مرشحات غير عضوية للأشعة فوق البنفسجية، لتفادي الآثار المحتملة للمواد الكيميائية، مثل أوكسينزون، على أجسامنا والحياة البرية.

٦- حافظ على رطوبة جسمك تناول قدرا كافيا من الماء خلال النهار، لكن تجنب شرب كميات كبيرة قبل موعد نومك. ست خرافات عن النوم "تدمر صحتنا ومزاجنا"

٧- فكر فيما تشربه احذر من المشروبات الغازية، فكثير منها يحتوي على كميات كبيرة من الكافيين، هو مادة مثيرة للجهاز العصبي المركزي، وتجعلنا أكثر يقظة.

تعرف على الحيلة التي يستخدمها خبراء التسويق لدفعك لإنفاق المزيد

٠وكالات

حين تشتري كوبا من القهوة ربما تلاحظ أن سعر الحجم المتوسط بين الأحجام الثلاثة - الصغير والمتوسط والكبير - يقترب كثيرا من سعر الحجم الكبير، وبالتالي قد تتخدع بذلك الحيلة وتقرر شراء الحجم الكبير، وتدفع مالا أكثر والسبب في هذا هو ما يعرف بـ "تأثير الشوك" أو "تأثير سعر الإغراء"، والمقصود به طرح خيار إضافي أقل جذبا يقصد دفع الكثير نحو إنفاق أكثر مما كان يخطط له في الخيار الإغراء هنا هو الكوب المتوسط من القهوة الأعلى نسبيًا.

تقول ليندا تشانغ، خبيرة نفسية بجامعة هارفارد، "طرح الخياريات بطريقة معينة يمكن أن يوجه الأشخاص نحو منتج أعلى ممنا".

في البداية، جرى بحث "تأثير الشوك" كاستراتيجية تسويقية للتأثير على المستهلك، ولاحقا أظهرت بحوث أخرى أن نفس الاستراتيجية قد تنسحب على مجالات أخرى كالتوظيف والرعاية الصحية والسياسة.

ويكون لمن يعي تلك الاستراتيجية أن يقي نفسه من الوقوع تحت تأثيرها، بل ويستفيد بها في إقناع الآخرين.

هل تتأثر حائلتك المزاجية بأطوار القمر المختلفة؟

لماذا كان أجدادنا يتقنون رؤوسهم؟

يستخدم خبراء التسويق ما يعرف بـ "تأثير الشوك" لتوجيه المستهلك لشراء منتج أعلى لا

يختلف كثيرا عن البديل الأرخص

كانت أول مرة توثق فيها استراتيجية "تأثير الشوك" في الثمانينيات من القرن الماضي، مع لوجو الخبراء الكثير من الجيل المؤثرة على الإرداك.

وأفضل طريقة لفهم هذه الاستراتيجية هي النظر إلى مثال عملي.

تحليل أنك تختار رحلة طيران من الخياريات الثلاثة التالية؛

الرحلة (أ) بتكلفة ٤٠٠ دولار مع فترة توقف لمدة ٢٠ دقيقة

الرحلة (ب) بتكلفة ٣٣٠ دولار مع فترة توقف لمدة ١٥٠ دقيقة

الرحلة (ج) بتكلفة ٤٣٥ دولار مع فترة توقف لمدة ٦٠ دقيقة

وجد الباحثون أن أغلب الناس سيختارون الرحلة (أ) باعتبارها أرخص من الرحلة (ج) - رغم أنها أغلى بفارق كبير عن الرحلة (ب).

والآن لننظر لطرح آخر لنفس المثال، رحلة (أ) بتكلفة ٤٠٠ دولار مع فترة توقف لمدة ٦٠ دقيقة

الرحلة (ب) بتكلفة ٣٣٠ دولار مع فترة توقف لمدة ١٥٠ دقيقة

الرحلة (ج) بتكلفة ٣٣٠ دولار مع فترة توقف لمدة ١٩٥ دقيقة

في هذه الحالة سيفضل أغلب الناس الرحلة (ب).

ويبدو هذا الأمر غير منطقي، إذ لا ينبغي أن تكون الرحلة (ب) الآن أكثر جذبا عن المثل الأول، لأن وقت الانتظار والسعر لم يتغيرا؛ لكن تغيير الرحلة (ج) - بإطالة فترة توقفها - أثر على حكم الشخص على الخياريات الأخرى فجعله مستعدا لتحمل انتظار أطول من أجل سعر أرخص.

وفي الحالتين تم طرح خيار الرحلة (ج) كامل تشبهاً أو طعم، بحيث يبدو شبيها بأحد الخيارين الآخرين ("الخيار المستهدف") ولكن أقل جذبا، بحيث يميل الشخص أكثر للهدف بمفاضلته بخيار آخر. يقول باحثون إن حيلة التشبث تنسحب على الخيارات البيعات، من رحلات الطيران إلى المشروبات الغازية

ووجدت التجارب التي فحصت خيارات من هذا القبيل أن الاستعانة بعامل تشبث جيد، كالمزجج في المثل، قد يؤدي لتحويل الرأي عن أحد الخيارين للأخر بنحو ٤٠ في المئة - وهو ما يظهر سهولة التأثير على قرار الشخص بتغيير طريقة الطرح.

والأهم، كما يظهر في السيناريو الأول، هو أن إضافة خيار ضئيل قد يجعل المستهلك أكثر استعدادا لدفع المزيد من المال. وهو ما يعكس اهتمام خبراء التسويق بتلك الاستراتيجية.

ولا يزال علماء النفس يبحثون السبب في ذلك، ويقولون إن المقارنة بالخيار الأضعف ربما تسهل على الشخص الاختيار، فالمفاضلة بين الخيار (أ) (ب) صعبة من حيث التكلفة والانتظار، فيكم

يؤمن الشخص انتظارا لمدة ٩٠ دقيقة إضافية؟ لكن إضافة اختيار ثالث يجعل المفاضلة أسهل بعضهاهاها بالخيار الضئيل للرحلة (ج) بما يرجح كفة الاختيار.

ولنلاحظ أن تلك الأنماط السلوكية مقترنة بالعديد من السلع المختلفة، بدءا من الخمور مروراً بأجهزة التليفزيون وصولاً إلى السيارات والمنازل، فوجود خيار ثالث غير جذاب يستميل المرء أكثر لأحد الخيارين الأصليين.

ويصف دان آرييلي في كتابه "خيار متوقع" كيف تستخدم جريدة الإيكونوميست تلك الحيلة لتشجيع القراء على اختيار اشتراك أعلى، عن طريق عرض اشتراك رقمي مقابل ٥٩ دولار، أو اشتراك للنسخة المطبوعة مقابل ١٢٥ دولار، أو اشتراك للنسختين المطبوعة والرقمية معا مقابل نفس السعر أي ١٢٥ دولار.

ويبدو واضحا أن خيار الاشتراك المطبوع ليس إلا تشبثا على الخيار الحقيقي. لكن آرييلي وجد أن مجرد وجود هذا الخيار حفز كثيرا إقبال القراء على الاشتراك المزوج (بدلا من الاكتفاء بالاشتراك الرقمي). وحين لم يكن هناك سوى خيارين أقبل القراء بنسبة ٥٢ في المئة على الاشتراك الرقمي فقط، وهو الأرخص كثيرا.

كذلك يلجأ التجار لتلك الحيلة في بيع المنتجات باهظة السعر، فقد وثقت دراسة أجرتها مؤخرا جامعة "بريتيش كولومبيا" تأثير "عامل التشبث" على سوق بيع الماس، ووجدت أن طرح منتجات أدنى قليلا وينفس السعر قد يزيد الأرباح التي تحققتا منهاذ البيع بنسبة تزيد عن ٢٠ في المئة.

ويختلف الأشخاص في مدى تأثرهم بتلك الحيلة، إذ يتوقف ذلك على طريقة تفكير الشخص، وتشير الاستطلاعات إلى أن بعض الأشخاص أكثر ميلا لتصديق حدسهم الداخلي، بينما البعض الآخر أكثر تحليلا للأمور (والنوع الأول أكثر تأخرا بحيلة التشبث).

تؤثر حيلة التشبث في اختيار شخص للمواعدة بمقارنته بالخيارات المطروحة

كما تلعب الهرمونات دورا في ذلك الأمر، فزيادة هرمون التستوستيرون يجعل الأشخاص أكثر اندهاشا، وبالتالي تنطلي عليهم الحيلة أكثر. ونظرا لأن هرمون التستوستيرون هو هرمون الذكورة، فربما يجب مراجعة القول المأثور إن الرجال أكثر تقلا من النساء كما قد يتأثر المجموع كما يتأثر الفرد بحيلة التشبث.

كما بحث العلماء تأثير حيلة التشبث في ظروف مختلفة، ووجد آرييلي أنها قد تنطبق أيضا على المواعدة، إذ يقول إننا قد نعجب بشخص أكثر إذا كان موجودا إلى جانب خيار آخر يشبهه لكن أقل جذبا.

كذلك قد تؤثر تلك الحيلة على التصويت في الانتخابات، وفي التوظيف، فعند المفاضلة بين مرشحين متقاربين أحدهما يفوق الأخر قليلا تزداد فرص المرشح الأقوى بصورة كبيرة رغم أن الفارق بينهما ليس ضخما.

وقد بدأ علماء بريطانيايون في بحث الاستعانة بتلك الاستراتيجية لتشجيع الأشخاص على اتباع سلوك صحي. فقد درس كيف يمكن فون واغتر، باحث بالعلوم السلوكية والصحة بجامعة يونيفرستي كوليدج لندن، استعداد الأشخاص للضوء لفحص الكشف عن الإصابة بسرطان القولون والمستقيم، وهو فحص هام رغم ما يسببه من أتم. ووجد الباحث أنه لو خُبر المريض بين تحديد موعد للفحص من عدمه قد يختار عدم التصويت بمستشفى بعيد وانتظار أطول - وهو الخيار المصطنع - يزداد إقبال المرضى على الفحص.

وفي المجال الطبي تتبدى أهمية تلك الحيلة في أنها قد تنفذ أرواح البشر. لكن يمكننا جميعا الاستفادة بها في زيادة قدراتنا على الإقناع على المستويين الشخصي والهنئي، مثل اختيارك على السفر مع الأصدقاء وخلاله.

وفي الإختام، يتعين عليك التروي حين تقبل على شراء سماعة هاتف أو اختيار بديل للتعاق. ويتعين عليك أن تسأل نفسك إن كان اختيارك هو ما تحتاجه فعلا، وإن كان هو ما رغبت فيه منذ البداية أم انطقت عليك حيلة وجود بديل ثالث لم يكن في الحساب. كن كقناص متمرس لا يعدل عن صيده مهما بدا من الطير يمينا ويسارا لتشثيت النظر عن الهدف الأصلي!

بدأ تشغيل شبكات هواتف الجيل الخامس في بعض مدن المملكة المتحدة، ولبدأ معه طرح أسئلة عما إذا كانت هذه التقنية الجديدة تشكل مخاطر على الصحة.

وتتوخر التقنية بالفعل في بعض الدول الأخرى، مثل كوريا الجنوبية وإسبانيا وسويسرا وأجزاء من الولايات المتحدة، على سبيل المثال لا الحصر، وستمتد التقنية إلى أماكن أخرى في غضون العامين المقبلين.

فما هي المخاوف، وهل من دليل يعزز تلك المخاوف؟ ما الذي تعرفه عن شبكة اتصالات الجيل الخامس التي بدأت بريطانيا باستخدامها؟

ماذا ستقدم تقنيات الجيل الخامس أو ما يعرف بـ 5G؟

ما الختلف في الجيل الخامس؟ على غرار التقنيات الخلوية السابقة، تعتمد شبكات الجيل الخامس على إشارات محمولة على موجات راديو - جزء من الطيف الكهرومغناطيسي - منقولة ما بين مستقبل الإشارة الهوائي أو الصاري الهوائي، وهاتكف.

إنسانا محاسون بالاشعاع الكهرومغناطيسي طوال الوقت - من إشارات الراديو والتلفزيون، فضلا عن كافة المنتجات التقنية، بما فيها الهواتف المحمولة، ومن موارد طبيعية كاشعة الشمس.

وتستخدم شبكات الجيل الخامس موجات ذات تردد أعلى مما تستخدمه شبكات الهواتف السابقة، بما يساعد مزيدا من الأجهزة في الدخول إلى الإنترنت في نفس التوقيت وبسرعة أعلى.

وتقطع هذه الموجات مسافات أقصر في الأماكن الحضارية، ومن ثم فإن شبكات الجيل الخامس تتطلب المزيد من الصواري الهوائية الناقلة أكثر مما كانت تتطلبه التقنيات السابقة، مثبتة على مستويات أقرب إلى سطح الأرض.

تتملك كوريا الجنوبية الآن في كل أنحاء البلاد شبكة هواتف الجيل الخامس

تسبب شبكات هواتف الجيل الخامس مشاكل صحية؟

في عام ٢٠١٤، قالت منظمة الصحة العالمية إنه "لا آثار صحية ضارة تم التأكيد من أنها نجمت عن استخدام الهواتف المحمولة".

إلا أن منظمة الصحة العالمية والوكالة الدولية لبحوث السرطان صنفتا كل الإشعاعات الناتجة عن ترددات الراديو (ومن بينها إشارات الهواتف) على أنها "مواد مسرطنة محتملة".

وأضافت المنظمة، "لم يقم دليل حاسم على أن التعرض لتلك الإشعاعات يسبب البشر بالسرطان".

ويتعرض من يتناول الخضروات المخللة ويستخدم بودرة "الثلك" لنفس مستوى الخطر.

بينما تُصنَّف المشروبات الكحولية واللحوم المُصنَّعة باعتبارها ذات مستوى مخاطر أعلى.

وخصل تقرير السمية الصادر عام ٢٠١٨ عن وزارة الصحة البريطانية، الذي يستشهد به العربون عن مخاوفهم، إلى أن الفئران الذكور التي تعرضت لجرعات أعلى من إشعاع ترددات موجات الراديو أظهرت الإصابة بنوع من الورم السرطاني في القلب.

وفي هذه الدراسة، تم تعريض أجسام الفئران بالكامل لإشعاع من هواتف محمولة لمدة تسع ساعات يوميا على مدى عامين، بدءا من قبل ولادتها.

ولم يظهر رابط بين الإصابة بالسرطان والفئران التي خضعت للدراسة، بل وجدت الدراسة أن الفئران التي تعرضت للإشعاع عاشت أعمارا أطول من نظائرها.

وقال أحد الباحثين البارزين في هذه الدراسة، "لا يمكن المقارنة بشكل مباشر بين عمليات التعرض التي شملتها الدراسات وخضعت لها الفئران والتعرض

كيتو وباليو: هل تزيد الحميات المعتمدة على الدهون من مخاطر الإصابة بأمراض القلب؟



يوميا (وهو ما يستنفذه الفرد بالتهاجم شظيرة هامبورغر بالجنين وأربع ملاعق كبيرة من الزبد).

أما الرابطة الأمريكية للقلب فتذهب لأبعد من ذلك، إذ توصي بنسبة خمسة أو ستة في المئة فقط.

ويحترار الناس مع اختلاف الآراء وتضارب الأخبار، فما القول الفصل في أمر الدهون المشبعة؟

تعرب لين غارتون، خبيرة تغذية بيهنة "هارت يو كيه" البريطانية للقلب المعنية بالكوليسترول، عن قلقها من تشجيع الناس حاليًا على تناول الدهون المشبعة.

وتقول إن الفرد يتناول فعلا ما يزيد عن حاجته من الدهون المشبعة، فالشخص في بريطانيا يحصل في المتوسط على ١٢,٥ المشبعة، رغم التزامه بالحد الموصى به من ١١ الدهون إجمالا. أما الأمريكي فيتناول ١١ في المئة في المتوسط من سعراته من الدهون المشبعة، والأسترالي ١٢ في المئة.

تحتوي شريحتان من البييتزا ١٠ غرامات من الدهن المشبع، أي نصف الموصى به للنساء يوميا وثلاث الموصى به للرجال

وتقول غارتون، "نشهم عوامل عدة في رفع مستوى الكوليسترول في الدم، وليس فقط الإفراط في تناول الدهون المشبعة، وهو ما أكدته الدراسات منذ الخمسينيات".

وتضيف غارتون أنه قد يكون من الأفضل للبعض تناول أقل حتى من الموصى به من الدهون المشبعة، وخاصة من تلك التي لديها عوامل أخرى تعرضه للإصابة بأمراض القلب.

استبدال الدهون المشبعة ليست دائما المسؤولة عن تدهور الصحة، فهي مجرد عنصر واحد من عناصر غذائية عديدة تؤثر في الإصابة بأمراض القلب، وتترباط كافة تلك العناصر فيما بينها.

وحتى حين نستغني عن الدهون المشبعة فإننا قد نستبدلها بأشياء أخرى ليست أقل ضررا.

ملقعة واحدة كبيرة من الزبد بها سبعة غرامات من الدهون المشبعة - والاستعاضة عنها بالسكر أو الدقيق ربما أكثر ضررا

تقول غارتون، "شككت بعض الدراسات في وجود صلة مباشرة بين الدهون المشبعة وأمراض القلب، لكنها لم تتطرق غالبا لما استعيض به عن تلك الدهون، وهو ما لا يجب إغفاله".

واستندت بعض المنظمات الدولية إلى أدلة عملية للتوصية بخفض الدهون المشبعة واستبدالها بدهون غير مشبعة، فقد أشارت دراسة إلى أن استبدال خمسة

في المئة من السعرات المأخوذة من الدهون المشبعة بنفس النسبة من الدهون غير المشبعة المتعددة (الموجودة في أسماك السلمون وزيت عباد الشمس والجوز والبذور) أو من الدهون غير المشبعة الأحادية (كزيت الزيتون وزيت بذر اللفت) قلل احتمالات الوفاة لأي سبب بنسبة ١٩ في المئة و ١١ في المئة بالتتابع.

ووجد أن البدائل "الصحية" للدهون المشبعة في الحالات التي قللت الإصابة بالسكري، القلبية، فإن الدليل على وجود علاقة سلبية بينهما ليس مقنعا بما يكفي لاتخاذ تدابير وقائية".

ومع ذلك، كتبت مجموعة من العلماء والأطباء إلى الاتحاد الأوروبي للمطالبة بوقف نشر شبكات هواتف الجيل الخامس.

موجات الراديو غير مؤينة إن ناطق موجات الراديو - المستخدم في شبكات الهواتف المحمولة - غير مؤين، "مما يعني أنه يفتقر إلى الطاقة اللازمة لتفقيت الحمض النووي ومن ثم إحداث غراميز، الباحث في علاج السرطان.

لكن التعرض بكثافة للتليف الكهرومغناطيسي أعلى من المستوى الناتج عن الترددات المستخدمة في الهواتف المحمولة، يؤثر بوضوح مخاوف الإصابة بأخطار صحية. وتدخل أشعة الشمس فوق البنفسجية ضمن هذه الفئة الضارة، ويمكن أن تسبب سرطانا في الجلد.

ورممة إرشادات حازمة بخصوص التعرض لمستويات أعلى من إشعاعات الطاقة، كاشعة اكس الطبية وأشعة غاما، والتي قد توتت أثارا مدمرة لجسم الإنسان.

يقول غرايمز، "من الأمور المتضمنة خوف الناس من الإصابة بالسرطان، لكن من الأهمية بمكان توضيح أن موجات الراديو أقل أضرًا حتى من الضوء الذي نبشره يوميا".

ويضيف، "لا يوجد دليل كاف على أن شبكات الهاتف أو الشبكات اللاسلكية كانت سببا في مشكلات صحية".

هل ينبغي القلق من صواري هوائيات شبكات الجيل الخامس؟

شركات الجيل الخامس؟

شركات الجيل الخامس؟

شركات الجيل الخامس؟

شركات الجيل الخامس؟

شركات الجيل الخامس؟

شركات الجيل الخامس؟

شركات الجيل الخامس؟

شركات الجيل الخامس؟

شركات الجيل الخامس؟

شركات الجيل الخامس؟

شركات الجيل الخامس؟

شركات الجيل الخامس؟

شركات الجيل الخامس؟

شركات الجيل الخامس؟

بالسكر والنشويات البيضاء، كالدقيق الأبيض، تزداد مخاطر الإصابة بالسكري القلبية أكثر.

ويقول بيتر كليفتون، أستاذ التغذية بجامعة جنوب أستراليا المشارك في الدراسة، إن "أغلب النصائح الغذائية ببلدان كبريطانيا وأستراليا والولايات المتحدة تقتر بالحدود الصحي على القلب عند استبدال الدهون المشبعة بغير المشبعة".

ويضيف، "للأسف حين بدأت الصناعات الغذائية إنتاج بدائل منخفضة الدهون في الوجبات الجاهزة والحلوى والزيادي وغيره، زادت نسبة السكر فيها، وهو ما لا يقلل على الأرجح من خطر الإصابة بأمراض القلب".

أشارت دراسة لانخفاض الوفاة بنسبة ١١ في المئة عند استبدال الدهون المشبعة بالدهون الأحادية غير المشبعة كزيت الزيتون

كما أن بعض أنواع الأحماض الدهنية المشبعة التي تشكل الدهون المشبعة تكون أقل ضررًا من غيرها، ومثال ذلك حمض الستريك الذي يكون زهاء نصف الدهون المشبعة في الشوكولاتة الداكنة، إذ لا يرفع الكوليسترول الدم. (لكن الحمض الدهني المشبع الآخر، وهو حمض البالميتك، يرفع الكوليسترول، وبالتالي يُنصح بالاعتدال حتى في تناول الشوكولاتة الداكنة).

كذلك يختلف الأمر فيما يتعلق بمنتجات الطيب، ففي الجبن والزيادي ربما يقلل الكالسيوم (وهو أحد الأملاح المعدنية التي قد تسهم في جعل ضغط الدم طبيعيا) أضر تلك الأغذية في رفع كوليسترول البروتين الدهني منخفض الكثافة، عن الأضر الذي يحدثه لحم الخنزير المملح مثلا. وربما يضسر ذلك ما لوحظ من عدم ارتباط تناول منتجات الحليب (ومنها الكمال الدم) بأمراض الشريان التاجي.

تقول غارتون، "سمعنا جميعا عن معمرين تجاوزوا المئة وكانوا يكترون من تناول الزبد والقشدة وغيرها. لكن بالنسبة لمعظم الأشخاص، من الأفضل الإكثار من تناول الخضروات والفاكهة والحبوب الكاملة ومصادر الدهون غير المشبعة كالجوز والأسماك الدهنية".

وتواصل غارتون بالنظر لكامل ما يتناول الفرد من طعام وشراب، والإكثار من المفيد منه، بدلا من التركيز على عناصر بعينها.

هل تسبب شبكات هواتف الجيل الخامس أضرارا صحية؟

هي الصواري الهوائية التي تنقل وتستقبل الإشارات من وإلى الهاتف.

وفي ظل وجود الكثير من النواقل، يمكن لكل منها العمل بمستويات من الطاقة أقل من تلك التي كانت لازمة في تقنية الجيل الرابع، مما يعني انخفاض مستوى التعرض للاشعاع الناتج عن صواري هوائيات شبكات الجيل الخامس.

وقياسا على تعليمات الحكومة البريطانية حول المحطات القاعدية للهواتف المحمولة، فإن حقول تردد موجات الراديو في الأماكن التي يستطيع العامة الوصول إليها لا ترقى للمعايير.

ماذا عن مخاطر الحرارة؟ جزء من طيف الجيل الخامس الذي تسمح به الإرشادات الدولية يقع ضمن نطاق موجات الميكروويف (الدقيقة) والتي تبث الحرارة فيما تمر به من أشياء.

على أن آثار ارتفاع مستويات الحرارة في شبكات الجيل الخامس (وما سبقها) تقنيات الهاتف ليست ضارة، بحسب البروفيسور روثي كروفيت استشاري اللجنة الدولية للوقاية من الإشعاعات غير المؤينة.

ويقول كروفيت، "أعلى مستوى تردد لموجات الراديو يمكن التعرض له من الجيل الخامس تم رسده وكان صغيرا جدا بحيث لم يُسجل ارتفاع في درجة الحرارة حتى الآن".

حدود التعرض للزيادة الضئيلة في التعرض لموجات الراديو الترتبية على ظهور شبكة الجيل الخامس، لا يزال مستوى التعرض الإجمالي منخفضاً".

ولا يزال مدى تردد إشارات الجيل الخامس محصرا في النطاق غير المؤين لطيف الكهرومغناطيسي، ولا يزال دون المستوى الذي تعتبره اللجنة الدولية للوقاية الإشعاعية ضارا.

وتقول منظمة الصحة العالمية إنه لم يظهر ما يشير إلى آثار ضارة صحيا جراء التعرض للترددات الكهرومغناطيسية التي هي دون المستويات التي حددتها اللجنة الدولية للوقاية الإشعاعية.

السلط يلغي احتفالاته بلقبي الدوري وكأس الأردن لكرة اليد

وكالات

أصدر نادي السلط الجمعة، بياناً، قرر فيه إلغاء احتفالاته بفوز فريق كرة اليد بلقبين الدوري وكأس الأردن. وجاء في البيان الذي نشر على الصفحة الرسمية لنادي السلط في فيس بوك: "تضامنا مع أبناء وطننا وعائلاتنا الأردنية وحدادنا على أزواج شهداء الواجب أبناء جهاز الأمن العام والقوات المسلحة الأردنية، وحيث إن الأردن بقيادة وأبنائه يمثلون جسداً واحداً، فقد قررت إدارة نادي السلط الرياضي إلغاء كافة الاحتفالات المقررة بمناسبة تتويج نادي السلط لكرة اليد بطلاً لدوري كرة اليد وكأس الأردن". وأوضح البيان: "سيتم الاقتصار على التتويج المقرر عقب مباراة فريقنا السلط والعربي، غدا السبت في صالة الأميرة سمية بمدينة الحسين للشباب". وختم البيان: "نسأل الله العلي العظيم أن يتفقد شهداء الواجب بواسع رحمته، وأن يشفي المصابين من أبناء الأمن العام وأن يديم علينا الأمن والأمان، حمى الله الأردن بقيادة وشعباً".

منتخب الكراتيه في المركز الثاني آسيوي

عمان

احتل المنتخب الوطني للكراتيه للرجال فوق سن ١٨ عاماً /ذكور وإناث، المركز الثاني في المجموع العام آسيويا، وفق الموقع الرسمي للاتحاد الآسيوي للعبة.

كما احتل منتخب الناشئين والشباب تحت سن ٢١ المركز الخامس بالمجموع العام على صعيد الترتيب الآسيوي.

وجاء هذا الترتيب، بعد التألق اللاهت لمنتخبات الكراتيه في البطولة الآسيوية التي اختتمت الثلاثاء الماضي في أوزبكستان، وشهدت تحقيق المنتخب الوطني ١٦ ميدالية ملونة.

اتحاد غرب آسيا يشيد بنجاح تنظيم بطولة الطائرة للسيدات

وكالات

اعرب رئيس وأعضاء مجلس إدارة اتحاد غرب آسيا لكرة الطائرة، عن تقديرهم لأسرة الاتحاد الأردني للعبة، للاستضافة المثالية لبطولة غرب آسيا للسيدات التي اختتمت في عمان أخيرا بمشاركة ١٠ دول.

واعتبر رئيس اتحاد غرب آسيا علي الكوازي خلال اتصال مرئي مع نائب رئيس الاتحاد الأردني جهاد قطيشات، أن الأردن نجح بامتياز بتنظيم بطولة غرب آسيا للسيدات الذي ذهب لقبها للمنتخب اللبناني، مشيراً إلى أن البطولة نجحت في التنظيم إلى جانب النجاح الفني للمنافسات.

من جهته، عرض قطيشات تحضيرات الاتحاد الأردني الخاصة باستضافة بطولة الأندية الأولى لغرب آسيا والقررة في الفترة من ٧ و١٨ آذار العام المقبل.

باتنا يثير مخاوف دونيس قبل مواجهة الشباب

وكالات

فرض اليوناني جورجوس دونيس المدير الفني للفريق، تدريبات خاصة خلال المران الذي أقيم مساء اليوم الجمعة، على ملعب النادي الريف بالأحساء.

جاء ذلك عقب مواجهة الطائي، الخميس، ضمن ثمن نهائي كأس خادم الحرمين الشريفين، والتي كسبها النموذجي بكرات الترجيع، وتأهل إلى الدور ربع النهائي لمواجهة الهلال.

وقسم دونيس اللاعبين إلى مجموعتين، ضمت الأولى اللاعبين الذين شاركوا بصفة أساسية في لقاء الأسم وخضعت هذه المجموعة لتدريبات استرجاعية بالدوران حول مساحة كامل الملعب وبعض التدريبات اللياقية.

في المقابل، خضعت المجموعة الأخرى لتدريبات متنوعة على ما بين اللياقة والتكتيك، واختتمت الحصة التدريبية بمناورة على ثلث مساحة الملعب.

ويتخوف دونيس من غياب نجمه المغربي مراد باتنا، عن المباراة المقبلة في دوري روشن أمام الشباب، يوم الإثنين المقبل، بعد أن غاب باتنا عن التدريبات، إثر خضوعه لكشف طبي في موضع إصابته التي تعرض لها في مباراة الطائي.

٩ سنوات من الخروج الشبابي المر في كأس الملك

وكالات

غادر الشباب الأدوار الإقصائية لمسابقة كأس الملك، للسنة التاسعة على التوالي، وهذه المرة بعد أن خسر ضربيات الترجيع أمام اتحاد جدة بنتيجة ٣-٠، بعد أن انتهى الوقتان الأصلي والإضافي بالتعادل ١-١، مساء أمس على ملعب مدينة الملك عبد الله بجدة في دور ال١٦.

وفشل الشباب في المحافظة على أماله بتحقيق البطولة الغائبة عن خزائنه منذ عام ٢٠١٤.

وللمرة الرابعة يغادر الشباب البطولة من دور ١٦، بعد نسخ ٢٠١٦ أمام الرائد، ثم ضد التعاون في ٢٠١٩، وفي ٢٠٢١ أمام القادسية، والاتحاد أمس.

وهذه المرة الثانية التي يغادر فيها من أمام العميد، بعد نسخة ٢٠١٨ لكن الأولى كانت في دور ال٨ على ذات الملعب، وخرج أمام التعاون أيضاً من دور ٨ في نسخة ٢٠١٥.

وكانت أسوأ نتائج فريق الشباب في البطولة بأخر ٩ مواسم، خروجه على يد نادي وج من الدرجة الثانية، في دور ٣٢ بموسم ٢٠١٧، ثم مغادرته من أمام الشعله من الدرجة الأولى، في ذات الدور، موسم ٢٠٢٠.

أما أفضل مرحلة وصل لها، كانت الموسم الماضي، عندما نجح بيلوغ الدور نصف النهائي قبل أن يخسر من الهلال بهدفين مقابل هدف.

وبمك الشباب في رصيد ٣ بطولات من كأس الملك حققها في مواسم ٢٠٠٨ - ٢٠٠٩ - ٢٠١٤.

ينسار إلى أن إضراب بطولة حققها الشباب كانت السوبر السعودي موسم ٢٠١٨ - ٢٠١٩، أمام النصر بضربات الترجيع.

كم عدد العروض التي تلقاها ميسي بعد التتويج بكأس العالم؟



مسؤوليه بشأن محاولة استعادة ميسي، لكن دون خطوات ملموسة أو تواصل مباشر مع اللاعب لاستطلاع رغبته. وختمت "أما باريس سان جيرمان فهو الأكثر جدية في التفاوض مع ميسي الذي جلب للنادي ١٠ رعايا جدد، وأرباح بقيمة ٧٠٠ مليون يورو.. وينتهي تعاقده (ليو) مع النادي الباريسي بنهاية الموسم الجاري، وسط تأكيدات عديدة بأن النجم الأرجنتيني يصدد الاستمرار مع فريقه الحالي لموسم ثالث.

في ضمه لاعتبارات عديدة. وأوضحت أن ميسي يشعر بالارتياح حالياً داخل العاصمة الفرنسية، ويوفر له سان جيرمان فرصة الاحتكاك على مستوى عال في البطولات الأوروبية، رغم بلوغه ٣٥ عاماً بخلاف القوة الاقتصادية الكبيرة للنادي الباريسي. وأشارت أيضاً "لذا فإن التفكير في مغامرة اللعب بالدوري الأمريكي لن تكون مغرية لميسي في الوقت الحالي.. وأكدت أنه من جانب نادي برشلونة الإسباني، فإن هناك محادثات بين

وكالات
كشفت تقرير صحفي عن عدد العروض المقدمة للنجم الأرجنتيني، ليونيل ميسي بعد تتويجه بكأس العالم ٢٠٢٢ في قطر. ذكرت صحيفة مونندو ديبورتيفو الكatalونية في تقرير لها أن العرض الوحيد الذي تلقاه ميسي، كان من نادي الحالي باريس سان جيرمان، الذي أعلن رغبته في تجديد التعاقد. وأضافت أن رغبة بي إس جي الواضحة والقوية، أجبحت الأندية الأخرى الراغبة

عرض قطري على طاولة رونالدو



أقل قيمة من عرض النصر. ومن المتوقع أن يتخذ مهاجم ريال مدريد ويوفنتوس السابق، قراره في غضون أيام مع تفضيله البقاء في أوروبا. ولم تتحسن الأمور بالنسبة لرونالدو

وكالات
أشارت تقارير صحفية مساء الجمعة، إلى حصول النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو، على عرضين فقط حتى الآن، بعد فسخ عقده بالتراضي مع مانشستر يونايتد. ويخطط الأسطورة البالغ من العمر ٣٧ عاماً لخطوته الثانية، بعدما ترك يونايتد، عقب مقابلاته المثيرة للجدل مع الصحفي البريطاني الشهير بيريس مورجان. ويستمر رونالدو في الحفاظ على حالة بدنية عالية، حتى يتخذ قراراً بشأن فريقه التالي، لكن هناك نقصاً خطيراً في العروض "القابلة للتطبيق" من الأندية الأوروبية الكبرى.

وكالات
ذكرت صحيفة "تايمز" مساء الجمعة، أن لدى رونالدو عرضاً بقيمة ١٧٣ مليون جنيه إسترليني على الطاولة من نادي النصر السعودي، إضافة إلى عرض آخر من ناد قطري، يحتوي على بنود مالية

التعادل يحسم الودية الثانية بين أولمبي الأردن وفلسطين

وكالات

فرض التعادل الإيجابي (٢-٢) نفسه على المباراة الودية الثانية التي جمعت منتخب الأردن الأولمبي وضيفه الفلسطيني، مساء الجمعة، على ملعب البترا في مدينة الحسين للشباب.

وجاءت بداية المباراة قوية من الجانب الفلسطيني، الذي ضغط مبكراً بحثاً عن الهدف الأول، الذي سجله في الدقيقة ٢٣ عن طريق زيد قمبر.

وبعد هذا، فرض المنتخب الأردني سيطرته على المباراة، بحثاً عن تعديل النتيجة، لكن دفاع المنافس تصدى لمحاولات الحاج والعمرى، لينتهي الشوط بتقدم الضيوف.

ومع بداية الشوط الثاني، عزز يحيى أبو فارة التقدم للمنتخب الفلسطيني في الدقيقة ٤٩. لكن الرد جاء سريعاً عن طريق سيف الشيايشة بتسجيل هدف تقليص الفارق، قبل أن يدرك عامر أبو جاموس التعادل بعد دقيقتين. وبحث المنتخب الأردني عن هدف الفوز، الذي كان قريباً، إلا أن التسرع وسوء الحظ حالاً دون ذلك، لتنتهي المباراة (٢-٢).

وأبدى مدرب الأردن عبد الله أبو زرع، رضاه عن مستوى الفريق بالشوط الثاني، مشيداً بروح اللاعبين بعد التأخر بهدفين. وأضاف في حديثه للموقع الرسمي للاتحاد الأردني، "حققنا الهدف من المواجهتين، وهو الوقوف على جاهزية الفريق، والإطلاع عن قرب على مستوى اللاعبين، حيث قمنا بإشراك أكبر عدد منهم خلال المباراتين..

وتابع، "خرجنا بالعديد من الملاحظات خلال المعسكر الحالي، وسنعمل على تعزيز الإيجابيات التي ظهرت، ومعالجة النقاط السلبية..

يذكر أن المنتخب الأردني تفوق في المواجهة الأولى التي جرت الثلاثاء الماضي بهدف دون رد، حمل توقيع عارف الحاج.

سلة الأرثوذكسي تهزم أهلي حلب



وكالات

تعرض فريق أهلي حلب السوري، لهزيمة قاسية بافتتاح منافسات دوري أندية غرب آسيا بكرة السلة «WASL».

وتغلب الأرثوذكسي الأردني على أهلي حلب، بفارق ١٩ نقطة بواقع (٥٩ - ٤٠)، في المباراة التي أقيمت على أرض صالة الجهادية الرياضية.

وانتهى الربع الأول بتأخر أهلي حلب أمام الأرثوذكسي بفارق ٦ نقاط، وكان الفارق في نهاية الربع الثاني ٥ نقاط. ومع نهاية الربع الثالث زاد الفارق إلى ١٧ نقطة، ووصل الفارق مع نهاية الربع الرابع واللقاء إلى ١٩ نقطة.

وفوجئ الجهاز الفني لأهلي حلب بمشاركة الأرثوذكسي الأردني في البطولة ضمن المجموعة التي تضم إلى جانبه فرق ذوبهان الإيراني وبيروت اللبناني، عوضاً عن أرثوذكسي رام الله الفلسطيني الذي انسحب من البطولة.

وحاول الكادر الفني لأهلي حلب جمع أكبر كم من المعلومات عن الأرثوذكسي الذي يضم محترفين أجانب ولاعبين دوليين في صفوف منتخب الأردن.

حمد الله يبعث رسالة لجماهير اتحاد جدة



وكالات

بعث المغربي عبد الرزاق حمد الله، نجم اتحاد جدة، رسالة شكر إلى جماهير الفريق، بعد التأهل إلى ربع نهائي بطولة كأس خادم الحرمين.

وتأهل اتحاد جدة إلى دور الثمانية لكأس خادم الحرمين، الخميس، بعد فوزه على ضيفه الشباب (٣-٤) بكرات الترجيع، على ملعب الجوهرة المشعة.

وغرد حمد الله، عبر حسابه الشخصي على موقع التواصل تويتس، اليوم الجمعة "الحمد لله على الفوز والتأهل، شكراً جماهيرنا الغالية.."

وأرقت عبد الرزاق حمد الله، مجموعة صور من احتفاله بالهدف الذي سجله أمس الخميس في شباك الشباب.

وسجل حمد الله ٢٢ هدفاً في مسابقة كأس خادم الحرمين، ليعزز رقمه كهداف تاريخي للبطولة منذ عودتها في موسم ٢٠٠٨.

وبات المغربي حمد الله، الأجنبي الوحيد الذي سجل في جميع نسخ كأس خادم الحرمين منذ رفع عدد الأجناب إلى ٨ لاعبين في موسم ٢٠١٨ - ٢٠١٩.

رئيس الوحدات: لا نستطيع الآن التعاقد مع لاعبين جدد



المقبل، ولا يمكن كشف هويتهم في الوقت الحالي. وبين حوامدة أن الوحدات خارجية لمدة ٤ شهور ليحصلوا على المال، ويواصلوا اللعب، وضمان المحافظة على جاهزيتهم.. وأعلن: "الوحدات اتفق مع ٤ لاعبين للتوقيع في مايو/ أيار

وكالات
علق الدكتور بشار حوامدة، رئيس نادي الوحدات، على أزمة مواعيد بدء ونهاية بطولة الدوري الأردني الممتاز للموسم المقبل. وأكد حوامدة، حوامدة، في تصريحات تلفزيونية لقناة "رؤيا" اليوم الجمعة، أن الضبابية ما تزال تغلف تفاصيل الموسم المقبل لكرة القدم الأردنية. وأوضح أن الأندية المحترفة اجتمعت مؤخرًا في نادي الفيصل، مؤكداً أن مشاركة الفرق بالبطولة التنشيطية المزمع إقامتها تغطية مساحة الفترة الانتقالية للمواعيد القديمة، لن يكون باللاعبين الشباب. وقال: "الأندية المحترفة لا تستطيع التعاقد مع اللاعبين في موسم سيكون طويلاً، ولذلك فإن التعاقبات الرسمية مع اللاعبين ستبدأ في مايو/ أيار المقبل وقبل بداية الدوري بشهرين.. ولضمت إلى: "الأندية المحترفة تمر بظروف صعبة، فهي تسعى لإبرام اتفاقات مبدئية مبكرة مع اللاعبين المميزين لضمان توقعهم على عقودهم في مايو/ أيار المقبل.. فالتدريبات التي سينتظر لشهر المذكور لإبرام تعاقداته لن يجد في حينه أي لاعبين متاحين.. وأردف: "الظروف المالية الصعبة التي تعيشها الكرة الأردنية على صعيد الأندية ترفض

النتشة يؤكد أهمية الوصاية الهاشمية على المقدسات

✦ رام الله
أكد الأمين العام للمؤتمر الوطني الشعبي للقدس اللواء بلال المنتشة، أهمية الوصاية الهاشمية في الحفاظ على المقدسات الإسلامية والمسيحية بمدينة القدس المحتلة، لا سيما المسجد الأقصى المبارك، من أطماع الاحتلال الإسرائيلي والمستوطنين المتطرفين. جاء ذلك خلال لقائه، سفير المملكة الأردنية الهاشمية في فلسطين عصام البدر في مقر السفارة بمدينة رام الله.

واستعرض المنتشة مع السفير الأردني التحديات التي يواجهها المقدسيون في ظل تصاعد وتيرة الانتهاكات والاعتداءات الإسرائيلية بحق المواطنين وأراضيهم وممتلكاتهم ومقدساتهم في المدينة المقدسة المحتلة.

وأثنى السفير البدر، من جهته، على الدور الكبير والمهم الذي يقوم به المؤتمر الوطني الشعبي للقدس في دعم وتعزيز صمود المواطنين المقدسيين في ظل ما يتعرضون له من سياسات احتلالية وعنصرية.

وأكد دعم الأردن المتواصل للشعب الفلسطيني وقضيته العادلة على الصعد والمجالات كافة.

مجموعة السبع تجمع مساعدات بقيمة ٣٢ مليار دولار لدعم أوكرانيا

✦ عمان
قال وزراء مالية "مجموعة الدول السبع الصناعية الكبرى"، في بيان مشترك، إن دول "المجموعة" جمعت نحو ٣٢ مليار دولار لتمويل ودعم أوكرانيا اقتصادياً العام المقبل، وأنهم مستعدون لتقديم المزيد إذا لزم الأمر.

وقال الوزراء، "ما زلنا ملتزمين بقوة بمعالجة احتياجات التمويل العاجلة لأوكرانيا".

والتقى زعماء المجموعة في العاصمة واشنطن في 11 ديسمبر، حيث وافقوا على إرسال 32 مليار دولار في شكل "مجموعة السبع" البالغ 32 مليار دولار يشمل 19 ملياراً من الاتحاد الأوروبي.

وقال بيان وزراء الولايات المتحدة وكندا واليابان وألمانيا وفرنسا وإيطاليا وبريطانيا، إن أوكرانيا حصلت على المبلغ بالكامل، أو في طريقها للحصول عليه.

وقال وزير المالية الألماني، كريستيان ليندنر، إن دعم أوكرانيا بعد الغزو الروسي ما زال يمثل أولوية لـ "مجموعة السبع".

وحسب وزارة المالية الألمانية، قدمت دول السبع هذا العام أيضاً مساعدات بقيمة 32.7 مليار دولار لمساعدة الأوكرانية الأوكرانية.

وتسلم ألمانيا، التي تولت رئاسة المجموعة هذا العام، القيادة إلى اليابان عام 2023.

لجنة السياسة النقدية للبنك المركزي المصري، ترفع سعر الفائدة ٣ بالمئة

✦ القاهرة
قررت لجنة السياسة النقدية للبنك المركزي المصري اليوم الخميس، رفع سعر الفائدة ٣٪.

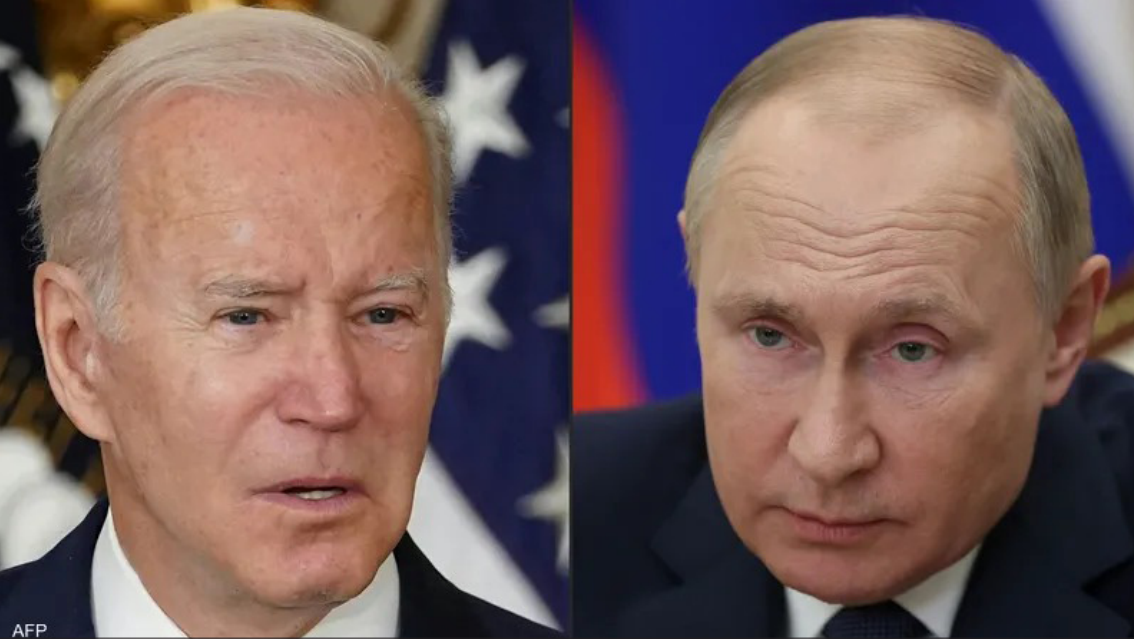
كما تم رفع عائد الإيداع والإقراض وسعر العملية الرئيسية للبنك المركزي بواقع ٣٠٠ نقطة أساس ليصل إلى ١٦,٢٥ بالمئة، ١٧,٢٥ بالمئة و١٦,٧٥ بالمئة، على الترتيب، كما تم رفع سعر الائتئمان والخمض بواقع ٣٠٠ نقطة أساس ليصل إلى ١٦,٧٥ بالمئة.

وأوضحت لجنة السياسة النقدية أسباب رفع سعر الفائدة بنسبة ٣٪ لسبب تراجع توقعات الأسعار العالمية لتسلسل الأساسية بشكل طفيف مقارنة بالتوقعات التي تم عرضها على لجنة السياسة النقدية في اجتماعها السابق.

وجاء معدل التضخم السنوي للسعر الفذائية مدفوعاً بشكل أساسي بارتفاع معدل التضخم للسعر الفذائية الأساسية منذ بداية عام ٢٠٢٢.

ونتيجة لتلك التطورات، بات من المتوقع أن يتخطى المعدل السنوي للتضخم العام مستواه المستهدف والعلن عنه مسبقاً من قبل البنك المركزي والبالغ ٧ بالمئة ٢ نقطة مئوية في المتوسط خلال الربع الرابع من عام ٢٠٢٢.

هل يلتقي بايدن وبوتين؟ توضيح من الكرملين يحسم الجدل



✦ وكالات
كشف المتحدث باسم الكرملين دميتري بيسكوف، الجمعة، عن عدم وجود اتصالات بين روسيا والولايات المتحدة حول إمكانية لقاء بين الرئيسين فلاديمير بوتين وجو بايدن.

ونفى بيسكوف أي اتصالات بين واشنطن وموسكو لترتيب لقاء بين رئيسي البلدين، مؤكداً أن أنه لا علم لبلاده بإعداد أوكرانيا لأي خطة سلام جديدة.

وأضاف: "موسكو استمعت إلى تصريحات فولوديمير زيلينسكي حول التسوية، لكن تلك التصريحات لم تراع الحقائق الفعلية على الأرض.."

وتابع رداً على سؤال حول انخفاض وتيرة توريد المعدات العسكرية من قبل الاتحاد الأوروبي إلى كييف قائلا: "روسيا لا يمكن أن تتم في ظل بقاء مدربين من حلف الخاصة المتمثلة في نزع السلاح من أوكرانيا،. قال دبلوماسي روسي كبير، الجمعة، إن المحادثات بشأن الضمانات الأمنية لروسيا لا يمكن أن تتم في ظل بقاء مدربين من حلف شمال الأطلسي و "مرتزقة" في أوكرانيا، بينما تتواصل إمدادات الأسلحة الغربية إلى كييف، وفي مقابلة مع وكالة تاس الروسية

رعب في باريس.. رصاص عشوائى يوقع ضحايا والمشتبه «له سوابق»



✦ باريس
عاشت العاصمة الفرنسية، ظهر يوم الجمعة، جو مرعباً، إثر قيام شخص في الستين من العمر، بإطلاق النار على نحو عشوائي، مما أسفر عن مقتل ثلاثة أشخاص وجرح أربعة آخرين، في الدائرة العاشرة من باريس.

وبحسب قناة "بي إف إم الفرنسية، فإن الشرطة تمكنت من توقيف المشتبه فيه، بينما يوجد اثنان من المصابين في حالة حرجة للغاية.

وجرى إطلاق النار في شارع يوجد به مركز لضافي كردي، فيما لم تتضح بعد أسباب حادث إطلاق النار الذي خلف حالة من الهلع في المكان.

وأعلنت النيابة العامة في باريس، فتح تحقيق بشأن "أعمال قتل وعنف متعمدة وخطرة"، موضحة أنه تم إسناد مهمة التحقيق للدائرة الثانية في الشرطة القضائية.

وأشار المصدر إلى أن المشتبه فيه الذي جرى توقيفه، في عمر يتراوح بين الستين والسبعين، وهو رهن الاعتقال المؤقت في الوقت الحالي، أو ما يعرف في القانون الفرنسي بالحراسة النظرية.

وذكرت صحيفة "لا كروا" أن المشتبه فيه فرنسي الجنسي، سبق أن تورط في محاولتي قتل، إحداهما في ٢٠١٦ والأخرى في ٢٠٢١.

ونقلت صحيفة "لوموند" الفرنسية عن مصدر في الشرطة دون ذكر اسمه، أن السلطات تمكنت من السيطرة على الوضع، مما يعني زوال الخطر في المكان.

في غضون ذلك، لم تتضح بعد دوافع الشخص الذي أطلق النار، فيما كانت العاصمة الفرنسية قد شهدت عدداً من الجوادث خلال السنوات الماضية، ويعتقد أنها كانت هجمات إرهابية.

المغرب.. «مساجد خضراء» لمواجهة التغير المناخي

✦ الدار البيضاء
يسعى المغرب يوماً بعد الآخر إلى زيادة الاعتماد على الطاقات المتجددة لتلبية حاجيات مختلف مؤسسات ومرافق المملكة من الطاقة النظيفة.

في إطار هذا التوجه اعتمدت وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية برنامجاً خاصاً بالنجاعة الطاقية في المساجد، حيث تم تجهيز 2٠٠٠ مسجداً بمعدات النجاعة الطاقية بمختلف جهات المملكة.

ويهدف هذا البرنامج إلى ترشيد استعمال الطاقة بدور العبادة من خلال استخدام المصابيح الاقتصادية والاعتماد على الطاقة الشمسية في تسخين المياه مع تركيب الألواح الكهرطائية التي تعمل على تحويل الطاقة الشمسية إلى طاقة كهربائية.

المغرب.. «مساجد خضراء» لمواجهة التغير المناخي
وتعتبر وزارة الشؤون الإسلامية واحدة من المؤسسات الوزارية التي انخرطت في الاستراتيجية الطاقية للمغرب، حيث تسعى المملكة إلى رفع نسبة الاعتماد على الطاقات المتجددة إلى ٥٢ بالمئة مع حلول العام ٢٠٣٠، إلى جانب تقليص انبعاثات الغازات الدفيئة إلى ٤٥,٥ بالمئة.

✦ مسجد أخضر
ويبلغ عدد المساجد التي تم تجهيزها بمعدات النجاعة الطاقية إلى حدود اليوم ٦٠٤٨ مسجداً، فيما ينتظر أن يتم تجهيز ١٩٨٠ مسجداً إضافياً قبل نهاية سنة ٢٠٢٣. وأوضح وزير الأوقاف والشؤون الإسلامية أحمد توفيق أنه تم اعتماد برنامج خاص يحمل اسم علامة الجودة «مسجد أخضر» تمنح للمساجد التي تم تزويدها بمعدات النجاعة الطاقية.

وأبرز الوزير خلال مداخلة له بمجلس المستشارين (الفرقة الثانية) أنه تم لحد الآن تصنيف ومنح هذه علامة «مسجد أخضر» ١٠٠٠ مسجد مجهز بمعدات النجاعة الطاقية.

✦ اقتصاد الطاقة
ويقول مدير مديرية المساجد بوزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية عبد العزيز الدريوش إن تأهيل الطاقة لمساجد المملكة التي يبلغ عددها ٥٢ ألف مسجد، يتدرج في إطار الاستراتيجية الطاقية الوطنية والسعي نحو مستقبل مستدام للطاقة. ويضيف الدريوش في تصريح لموقع "سكايا عربية" أن برنامج النجاعة الطاقية في المساجد الذي يستخدم تقنيات تساهم في تخفيض استهلاك الطاقة، يتوخى بلوغ اقتصاد الطاقة بنسبة تبلغ ٤٠ بالمئة من الاستهلاك وهو ما يمثل ٤٦ ألف ميغاواط سنوياً ويساهم في الاقتصاد في النفقات. ويوضح المسؤول بوزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية، أن تحسين استعمال الطاقة وبلوغ تلك الأرقام بالاعتماد على مصادر طاقة نظيفة سيسمّن من الحد من انبعاث 2٤ ألف طن من ثاني أكسيد الكربون في الهواء الأمر الذي يساهم في الحد من التلوث.

ويشير الدريوش، إلى أن هذا البرنامج يهدف إلى تجهيز ١٢٠٠٠ مسجد بمصابيح اقتصادية واستخدام الألواح الشمسية في تسخين المياه في 2٠٠٠ مسجد إلى جانب تزويد ١٠٠٠ مسجد بالوواح كهروضوئية لإنتاج الطاقة الكهربائية.

ولفت المتحدث إلى أن برنامج النجاعة الطاقية في المساجد يهدف أيضاً إلى تكوين العاملين في وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية والمكلفين بتركيب وصيانة المعدات، إلى جانب تكوين وتحسين الأئمة والمرشدين والمرشحات من أجل العمل على توعية المواطنين بأهمية ترشيد استهلاك الطاقة.

ويؤكد عدد من خبراء البيئة، على أن من شأن مثل هذه البرامج والمبادرات المساهمة في التحسين بأهمية الترشيد المعقلن للطاقة في مختلف القطاعات الوزارية والمرافق العامة.

يؤكد محمد بن عبو، الخبير في الهندسة البيئية وتغير المناخ، أن برنامج التأهيل الطاقى للمساجد يعتبر من البرامج الطموحة في مجال النجاعة الطاقية بالمملكة.

ويضيف بن عبو في تصريح لـ "سكايا نيوز عربية" أن وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية تقدم نموذجاً يتحدى به على مستوى ترشيد استعمال الطاقة، وهو ما يتماشى مع التزامات المملكة في ما يخص خفض انبعاثات الكربون وتحقيق الانتقال الطاقى.

ويشير الخبير في تغير المناخ، إلى أهمية استفادة مختلف القطاعات الوزارية والمؤسسات العامة من تجربة وزارة الشؤون الإسلامية في استعمال الطاقة النظيفة داخل المؤسسات والمرافق التابعة لها. ويشدد بن عبو على أن الاعتماد على الطاقات النظيفة لا ينبغي أن يقتصر فقط على الاستخدامات المرتبطة بالإنارة، داعياً إلى توسيع استعمالها لتشمل وسائل النقل المستدام في جميع المصالح الإدارية بمختلف جهات المملكة.

اكتشافات جديدة.. مقبرة جماعية لضحايا «داعش» في ليبيا

✦ وكالات
عثرت السلطات الليبية على مقبرة جماعية في مدينة درنة شمال شرق البلاد، لأشخاص قتلوا على يد تنظيم داعش الإرهابى، قام إرهابيون بصرفها على المدينة قبل نحو ٨ أعوام.

واستخرج أفراد جمعية الهلال الأحمر الليبي حتى الآن جثتين من الموقع في منطقة "تمسكت"، وذلك بحضور أفراد النيابة العسكرية والطب الشرعي.

وجرى التعرف على أول جثة كمكتشفة، وهو أحد عناصر جهاز الشرطة الزراعية في المدينة، وليد دومة بالسوس، الذي خُطف على يد العناصر الإرهابية في العام ٢٠١٤، وفق المسؤول بإدارة الشؤون القانونية في المجلس البلدى درنة، سفيان بالسوس.

كما أعلن فرع الإدارة العامة للدمج المركزي في درنة، في بيان، أن اللجنة الأخرى لعنصره إبراهيم الشارف اليعقوبي، الذي خُطف في ٢٢ ديسمبر العام ٢٠١٤، قبل أن يعثر على رفاته ويتقرر دفنها بالخمس، في تاريخ مماثل، لكن بعد مرور ٨ أعوام على الواقعة.

ماكرون: سأطلق مبادرات جديدة لدعم لبنان خلال أسابيع



✦ باريس
قال الرئيس الفرنسي، إيمانويل ماكرون، إنه سيقطع مبادرات في الأسابيع المقبلة لدعم لبنان، لكنه نفي أن تكون على شكل مؤتمر دولي لدعم هذا البلد العربي الغارق في أزمات سياسية واقتصادية متفاقمة.

وجاء كلام ماكرون في حديث أدلى به لصحف "النهار" و "لوموند" و "ول ستريت جورنال" على متن طائرة الرئاسة الفرنسية التي نقلته من عمان إلى باريس، بعد اختتام مشاركته في قمة "بغداد ٢" للتعاون والشراكة، التي استضافها الأردن.

وسرّح ماكرون، "سنعمل على مشاريع ملموسة فقد تطرقت مع العاهل الأردني إلى مشروع في قطاع الكهرباء للبنان.."

وأضاف: "ما يهمني هو اللبنانيين واللبنانيات لأن الطبقة السياسية التي تعيش على حساب البلد ليس لها الشجاعة للتغيير.."

وأعرب عن استيائه من تصرف هذه الطبقة وعن شكوكه بظافة الشعب اللبناني لدفعها لتغيير، لذا يريد المساهمة في إيجاد حل سياسي بديل عبر إقامة مشاريع ملموسة وبنفس الوقت عدم التساهل مع الطبقة السياسية.

ورداً على سؤال حول ما إذا كان يؤيد قائد الجيش للرئاسة في لبنان، قال إن فرنسا لن تدخل في لعبة الأسماء للرئاسة، لأنها سبق وتدخلت مرات كثيرة في الماضي وقد فشلت مرتين.