

تخفيض أسعار البنزين بنوعيه (٩٠ و٩٥) والسولار وتثبيت الكاز

عمان

قررت لجنة تسعير المشتقات النفطية الأربعاء، تخفيض سعر بيع البنزين أوكتان ٩٠ ليصبح ٩٠٠ فلس/ لتر بدلاً من ٩٥٠ فلساً للتر، وتخفيض سعر بيع البنزين أوكتان ٩٥ ليصبح ١١٤٠ فلساً للتر بدلاً من ١١٨٥ فلساً للتر، وتخفيض سعر بيع السولار ليصبح ٧١٥ فلساً للتر بدلاً من ٧٥٥ فلساً للتر لشهر حزيران.

كما قررت اللجنة تثبيت سعر الكاز لشهر حزيران المقبل عند ٦٢٠ فلساً للتر، والإبقاء على سعر اسطوانة الغاز عند ٧ دنانير للاسطوانة.

جاء ذلك خلال اجتماع اللجنة الشهرية الذي عقد الأربعاء، لتحديد أسعار بيع المشتقات النفطية محلياً للفترة من (١-٣٠ حزيران المقبل)، حيث تم استعراض الأسعار العالمية للنقط الخام والمشتقات النفطية خلال شهر أيار ومقارنتها بمثيلاتها لشهر نيسان الماضي.

وبعد تطبيق المعادلة السعري وفقاً للأسعار العالمية على كافة المشتقات النفطية، فقد تبين انخفاض سعر البنزين ٩٠ بمقدار (٥٠) فلساً للتر، وانخفاض سعر البنزين ٩٥ بمقدار ٤٥ فلساً للتر، وانخفاض سعر السولار بمقدار ٤٠ فلساً للتر.

يشار إلى أن التخفيض على سعر السولار لشهر حزيران هو التخفيض الخامس على سعر السولار خلال هذا العام.

وسائل إعلام عالية تنقل فرح الأردنيين بزفاف ولي العهد

عمان

بدأت وسائل إعلام محلية وعالمية تجهيزاتها الفنية لنقل التفاصيل الكاملة لزفاف سمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني غدا الخميس.

ورفر الأردن مركزاً إعلامياً متخصصاً يتسع لـ ٢٠٠ صحفي، وكالة الأنباء الأردنية (بترا)، زارت المركز الإعلامي الذي أعد خصيصاً لهذه المناسبة، ورسدت التجهيزات التي جرى توفيرها من مقاعد وأجهزة ومعدات، وبنى تحتية وكوادر وكفاءات مؤهلة ومدربة لتوفير الدعم للصحفيين ووسائل الإعلام.

ويقدم المركز الإعلامي خدمات متعددة ومتكاملة لضمان تغطية شاملة لمراسم الزفاف، من الإنترنت والديسكات وأماكن التصوير وستوديو للبت المباشر، كما يوفر نحو ٢٠٠ مقعد للصحفيين والإعلاميين.

واستقبل المركز العديد من الطلبات للتعطية الإعلامية، وستقوم محطات تلفزيونية وإذاعية ووكالات عالمية وصحف ومجلات أجنبية، ووسائل إعلام محلية بتغطية مراسم الاحتفال.

كما تقوم جميع الوسائل الراغبة بنقل الحدث على الهواء، فلا يوجد بث حصري لوسيلة إعلامية دون الأخرى، وتزويد المواقع ووسائل الإعلام المختلفة ممن لا يتوفر لها مكاتب أو مراسلون بكون خاص عبر الإنترنت، تسهيلاً لبث مراسم الزفاف، بالإضافة إلى أنه سيكون هناك تصوير للمراسم عبر طائرات الدرون.

فوز طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا بالمرکز الخامس في مسابقة أمن المعلومات العالمية

الرمثا

فاز طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية بالمرکز الخامس على مستوى العالم في نهائيات مسابقة أمن المعلومات العالمية HackDay CTF ٢٠٢٣ التي عقدت في باريس - فرنسا، وذلك بعد تأهلهم واجتيازهم لمرحلة التصفيات بعد منافسة أكثر من ١٣٠ فريقاً من ٢٦ دولة حول العالم.

وأشاد رئيس الجامعة، الدكتور خالد السالم، بالطلبة الفائزين وقدراتهم ومنايرتهم، مضيفاً أن الجامعة فخورة بالإنجازات التي حققها الطلبة، وهذا التفوق على المستوى الدولي يعكس كفاءة الطلبة وتميز البرامج الطروحة في الجامعة، والتي تصقل مهاراتهم العلمية والعملية.

وأكد حرص إدارة الجامعة على تبني الأفكار الإبداعية والتميز لدى الشباب الأردني ودعمها للمبدعين والتميزين، مشيداً بجهود الطلبة والأساتذة المشرفين عليهم وسعيهم المستمر للمشاركة في المسابقات الوطنية والعالمية.

ومثل الجامعة في المسابقة الطالب محمد الفلايلة، ومحمد اعمير، وبنال أبو صيني.

من جهته، أشار عميد كلية تكنولوجيا الحاسوب والمعلومات، الدكتور منير بني ياسين، إلى أن الجامعة أسست حاضنة للإبداع البرمجي يتم من خلالها تدريب الطلاب الموهوبين على الخوارزميات والبرمجيات المتقدمة التي تلائم حاجات السوق المحلية والعالمية.

الإمارات تؤكد التزامها بضمان سلامة الملاحة البحرية

أبوظبي

أعلنت دولة الإمارات العربية المتحدة رفضها التوصيات الخاطئة لمحاذاتها مع الولايات المتحدة الأمريكية بشأن الأمن البحري والتي وردت أخيراً في تقارير صحفية.

وقالت وزارة الخارجية الإماراتية، في بيان صدر الليلة الماضية، إن بلادها "تلتزم بالحوار السلمي والسبل الدبلوماسية كوسائل لتعزيز الأهداف المشتركة والمتمثلة في الأمن والاستقرار الإقليميين".

وأضاف البيان أنه "ونتيجة لتقييمنا المستمر للتعاون الأمني الفعال مع جميع الشركاء، انسحبت دولة الإمارات منذ شهرين من مشاركتها في القوة البحرية الموحدة".

وأكد البيان أن دولة الإمارات مستمرة في التزامها بضمان سلامة الملاحة في بحارها بشكل مسؤول، وفقاً للقانون الدولي.

العمل الدولية تتوقع انخفاض معدلات البطالة إلى ما قبل جائحة كورونا

عمان

قالت منظمة العمل الدولية إنه من المتوقع أن تنخفض البطالة العالمية العام الحالي إلى ما دون مستويات ما قبل الجائحة، فيما تشير التقديرات إلى أن البلدان منخفضة الدخل لا تزال متخلفة كثيراً في عملية التعافي.

وأشار تقرير جديد لمنظمة العمل الدولية إلى أن الأزمات التي يعزز بعضها بعضاً، بما في ذلك ارتفاع مستويات الدين، تؤثر بشكل غير متناسب على البلدان النامية، مما يؤدي إلى تفاقم فجوة التوظيف العالمية بين البلدان المرتفعة الدخل والبلدان منخفضة الدخل، ويوسع أوجه عدم المساواة.

الأمم

الخميس 12 ذو القعدة 1444 هـ الموافق 1 حزيران 2023 م
السنة السابعة / العدد (2635) / www.omamjo.com

الملك يولم بزفاف الحسين بمضارب بني هاشم

الملك: مضارب الهاشميين اليوم عامرة بوجودكم

الملك: إن شاء الله بيوتنا كلنا تظل عامرة بالمحبة والفرح

الملك يهدي ولي العهد سيفاً من سيوف بني هاشم



عمان

أولم جلالة الملك عبد الله الثاني في مضارب بني هاشم بالديوان الملكي الهاشمي لضيوفه من مناطق المملكة كافة بمناسبة زفاف سمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني ولي العهد.

ورحب جلالة الملك خلال مأدبة عشاء أقامها الأربعاء، حضرها سمو الأمير الحسن بن طلال، وأفراد العائلة المالكة بالحضور "أهلاً وسهلاً فيكم في بيت كل الأردنيين، مضارب الهاشميين اليوم عامرة بوجودكم، أهلاً وعشيراً".

وقال جلالاته إن الفرحة بالحسين "ابني وابنتكم" قد اكتملت بوجودكم معنا، مستذكراً ميلاد سمو ولي العهد قبل ٢٨ عاماً حينما أنعم الله على جلالاته بالحسين.

وعبر جلالة الملك عن فخره بالحسين ويعزيمته ويضموحوه الكبير لوطنه وبمحبتة وتقانيه لأهله، وأضاف "اليوم، يكمل نصف دينه، ويبدأ مرحلة جديدة من حياته، فأطلب منه أن تظل مخافة ربنا بين عينيه".

ودعا جلالاته للحسين بالخير والتوفيق لعائلته الصغيرة ولعائلته الكبيرة، مجدداً الترحيب بالحضور ومعرباً عن شكره لهم ولكل الأردنيين على مشاركتهم هذه الفرحة قائلاً "إن شاء الله بيوتنا كلنا تظل عامرة بالمحبة والفرح".

وأهدى جلالة الملك، سمو ولي العهد، سيفاً من سيوف بني هاشم، كرمز للعدل والدفاع عن الوطن.

نُقلت عليه الآية القرآنية "إِنْ يَصْرُكُمْ اللَّهُ فَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَصُنْعَ مِنْ حديد مستخرج من حجارة

تابع ص ٢

مؤسسة محافظتي التطوعية ياربد تشارك بزفاف ولي العهد

أريحا

يشارك ٢٠٠ متطوع ٥٠ سيدة من أعضاء مؤسسة محافظتي التطوعية في أريحا، بالفعاليات المرتبطة بمراسم زفاف سمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني، ولي العهد.

وقال مدير المؤسسة المهندس عبد الله بني هاني في تصريح صحفي الأربعاء، إن فريق إدارة المؤسسة والمتطوعين والسيدات سيوزعون الهدايا، وهي عبارة عن أرفق صنعت بأقشمة الشماع ومزينة بالعلم الأردني ونثر الورد وتوزيع الحلوى على الحضور والمشاركين، احتفالاً بهذه المناسبة التي تمثل فرحة لكل بيت أردني.

موسكو تتوعد بالرد على قرار برلين إغلاق ٤ قنصليات روسية لديها

عمان

أعلنت روسيا أنها سترد على قرار برلين إغلاق ٤ من أصل ٥ قنصليات روسية على أراضيها، محملة برلين مسؤولية تدهور العلاقات بين البلدين.

ووفقاً لوكالة (تاس) للأخبار، أكدت الخارجية الروسية في بيان صدر الأربعاء، أن الإجراءات الألمانية "لن تمر دون رد مناسب"، مضيفاً أن مسؤولية تدهور العلاقات بين روسيا وألمانيا "تقع على عاتق برلين"، وأن طلب ألمانيا بإغلاق القنصليات بحلول نهاية العام، يعد "خطوة غير ودية تهدف للمزيد من تدمير العلاقات".

ماكرون يدعو الناتو لنج أوكرانيا ضمانات أمنية بانتظار ضمها للحلف



عمان

دعا الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون الأربعاء، إلى منح أوكرانيا ضمانات أمنية "ملموسة وموثوقة" في انتظار ضمها إلى حلف شمال الأطلسي (ناتو).

ووفقاً لـ (فرانس برس)، دعا ماكرون في خطاب ألقاه في منتدى الأمن الإقليمي (غلوبسك) في براتيسلافا إلى تعزيز قوة أوروبا الدفاعية داخل الحلف رغم تحفظات العديد من دول وسط أوروبا وشرقها. كما حض الاتحاد الأوروبي إلى إعادة التفكير في حوكمته و"ابتكار صيغ" لتلبية تطلعات عضوية لدول في أوروبا الشرقية والبلقان.

فاعليات رسمية وشعبية تواصل احتفالاتها بزفاف ولي العهد

محافظة



واصلت فاعليات رسمية وشعبية الأربعاء، احتفالاتها بمناسبة زفاف سمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني، ولي العهد.

ونظمت جامعة الشرق الأوسط، احتفالاً بمناسبة زفاف ولي العهد، تضمن فقرات غنائية وقصائد شعرية عبرت عن فرحة أسرة الجامعة بهذه المناسبة العزيزة على قلوب الأردنيين.

واحتفلت دائرة العطاءات الحكومية الأربعاء، بمناسبة زفاف سمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني، ولي العهد، على الأمانة رجوة السيف، وذكرى استقلال المملكة الـ ٧٧.

وهناً وزير الأشغال العامة والإسكان ووزير النقل المهندس ماهر أبو السم، جلالة الملك عبد الله الثاني، وجلالة الملكة رانيا العبدالله، وسمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني، ولي العهد، بمناسبة زفاف الحسين، مؤكداً أن هذه المناسبة تدخل الفرحة والبهجة في قلوب الأردنيين جميعاً.

كما هنا أبو السم خلال الاحتفال الذي حضره أمين عام الوزارة ناديا مصالحة، بعيد الاستقلال متمنياً دوام الأمن والأمان والاستقرار على المملكة، مشدداً على أنها محطة مهمة لشحن الهمم لمواصلة مسيرة الإصلاح الشامل والبناء والتقدم التي انتهجها جلالة الملك عبد الله الثاني.

من جهته، أكد مدير عام الدائرة المهندس محمود خليفات، أن الفرحة بزفاف ولي العهد هي فرحة لكل بيت أردني، وأن الذكرى ٧٧ لاستقلال المملكة، هي ذكرى خالدة في تاريخ الوطن الذي سطر به الأردنيون العنوان للحرية بقيادة الهاشميين.

وأشار إلى أن الاحتفال بهذه المناسبات الوطنية يكون بمزيد من الإنجازات، متطلعاً بعزم وإرادة إلى المزيد من العمل والعطاء في مجتمع تسوده الديمقراطية والعدالة واحترام حقوق الإنسان وسيادة القانون، وتحقيق الاعتماد على الذات.

وتضمن الحفل العديد من مظاهر الفرح كالأغاني الوطنية، وارتداء الأزياء الشعبية، وأداء الديكات تعبيراً عن الموظفين بهذه المناسبة الغالية على قلوب كل الأردنيين.

تابع ص ٢٠٣

بمناسبة زفاف سمو ولي العهد

مادبا: حفل حناء بمدينة الأمير هاشم

مادبا

نظمت لجنة المرأة في بلدية مادبا الكبرى بالتعاون مع مدينة الأمير هاشم بن عبد الله الثاني للشباب، على أرض المدينة، احتفالاً بمناسبة زفاف سمو ولي العهد، شارك فيه نحو ٤٠٠ سيدة من محافظة مادبا ولواء ذيبان.

وقالت رئيسة لجنة المرأة في البلدية عضو المجلس خلود الفلاحات خلال الاحتفال، إن تنظيم هذا الحفل بمشاركة واسعة من سيدات المحافظة، جاء تعبيراً عن الفرح بزفاف ولي العهد الذي دخل

بيت كل أردني. واشتمل الحفل على أغان وطنية وفرصات شعبية وتراثية، تخلله حفلة الحناء الخاصة للسيدات قبل الزفاف والتعارف عليها في أعراس الأردنيين. وشارك بالحفل، النائبة أسماء الرواحنة والنائبة السابقة فلك الجمعاني، والنائبة السابقة مرام الحيصه ورؤساء الجمعيات النسائية في المحافظة والإعلاميات، إضافة إلى اللعلمات والطالبات والناشطات الاجتماعيات ومؤسسة الجنوسة للدراسات والاستشارات

بالتعاون مع ملتقى مادبا الثقافي للطفولة في مادبا، اليوم، يعقدها احتفالاً بمناسبة زفاف سمو ولي العهد، بمشاركة واسعة من قبل سيدات المجتمع المحلي. وتخلل الاحتفال أغان وطنية وتزيين مبنى المؤسسة ورفع العلم الأردني وتوزيع الحلوى على السيدات فرحاً بزفاف سمو الأمير محبوب. ورفعت المدير العام مؤسسة الجنوسة للدراسات والاستشارات الدكتورة هيا حدادين اسمى آيات التهنية والتبريك إلى جلالة الملك عبد الله الثاني وجلالة الملكة رانيا العبدالله والأسرة الهاشمية بمناسبة زفاف سموه.

الملك يستقبل ملك ماليزيا في بيت الأردن



عمان

استقبل جلالة الملك عبدالله الثاني في بيت الأردن، الأربعاء، جلالة السلطان عبدالله رعاية الدين المصطفى بالله شاه ملك ماليزيا، الذي يزور المملكة لحضور زفاف سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد.

وتم التأكيد على عمق العلاقات التي تجمع البلدين والشعبين الشقيقين، والحرص على توسيع التعاون ومواصلة التنسيق والتشاور إزاء القضايا ذات الاهتمام المشترك، بما يحقق مصالحهما ويخدم قضايا الأمة الإسلامية.

وتطرق اللقاء، بحضور سمو الأمير علي بن

الحسين، إلى الجهود التي يبذلها الأردن في حماية المقدسات الإسلامية والمسيحية في القدس من منطلق الأوصاف الهاشمية عليها.

كما تناول آخر المستجدات الإقليمية والدولية، خصوصا القضية الفلسطينية ومساعي التوصل لحل سياسي للأزمات التي تشهدها المنطقة.

وحضر اللقاء نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، ومدير مكتب جلالة الملك، الدكتور جعفر حسان، والسفير الماليزي في عمان محمد نصري بن عبدالرحمن.

وجرت لجلالة ملك ماليزيا لدى وصوله بيت الأردن مراسم استقبال رسمية.

مؤتمرون يدعون لتقديم

خدمات صحة إنجابية شاملة ودامجة

عمان

أوصى مشاركون في مؤتمر التشبيك والتعلم "نحن نقود نحو تحقيق الحقوق الصحية الإنجابية والقدرة على الصمود"، بضرورة تقديم خدمات صحة إنجابية دامج في المرافق الصحية التابعة للقطاع العام بشكل شمولي ودامج دونما تمييز وإزالة أية عوائق بهذا الخصوص.

وطالبوا في ختام مؤتمريهم والذي انعقد على مدار يومين، ونظّمته الشبكة العربية للتربية المدنية "أنهر"، بمراجعة القوانين والتشريعات والسياسات والأنظمة الوطنية الناطمة للصحة الإنجابية، وأن تكون مبنية على صحة الأسرة وتشمل إجراءات تعريفية. وتتم هذه العملية بمشاركة المجتمع المدني والفاعلين في المجال.

وأوصى المشاركون، الذين يمثلون منظمات مجتمع مدني محلية ومؤسسات حكومية ذات علاقة وهيئات وطنية، بتفعيل نصوص قانون حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة رقم ٢٠ لسنة ٢٠١٧ فيما يتعلق بالترتيبات التيسيرية المعقولة والأشكال البديلة للإتاحة المعلومات للأشخاص ذوي الإعاقة.

وأكدوا ضرورة التزام مقدمي الخدمات الصحية في الإبلاغ عن حالات العنف بحسب ما جاء في قانون الحماية من العنف الأسري رقم ١٥ لسنة ٢٠١٧، قانون حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة رقم ٢٠ لسنة ٢٠١٧، وتوسيع قاعدة الشراكات بين المؤسسات الوطنية ومؤسسات المجتمع المدني لتوحيد الجهود لتحقيق الأهداف المتعلقة بقضايا الصحة الجنسية والإنجابية لتجنب ضياع الفرص وتكرار البرامج.

الملك يولم بزفاف الحسين بمضارب بني هاشم
الملك: مضارب الهاشميين اليوم
عامرة بوجودكم، أهلنا وعشيرتنا

الملك: إن شاء الله بيوتنا كلنا تظل عامرة بالمحبة والفرح
الملك يهدي ولي العهد سيفاً من سيف بني هاشم



عمان

أولم جلالة الملك عبدالله الثاني في مضارب بني هاشم بالديوان الملكي الهاشمي لضيوفه من مناطق المملكة كافة بمناسبة زفاف سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد.

ورحب جلالة الملك خلال مأدبة عشاء أقامها الأربعاء، حضرها سمو الأمير الحسن بن طلال، وأفراد العائلة المالكة بالخصوص "أهلاً وسهلاً فيكم في بيت كل الأردنيين، مضارب الهاشميين اليوم عامرة بوجودكم، أهلنا وعشيرتنا".

وقال جلالتة إن الفرحة بالحسين "أبني وأبنيتكم" قد اكتملت بوجودكم معنا، مستذكراً ميلاد سمو ولي العهد قبل ٢٨ عاما حينما أنعم الله على جلالتة بالحسين.

وعبر جلالة الملك عن فخره بالحسين وبجزيلته ويطمحوه الكبير لوطنه وبمحبته وتفانيه لأهله، وأضاف "اليوم، يكمل نصف دينه، ويبدأ مرحلة جديدة من حياته، فأطلب منه أن تظل مخافة ربنا بين عينيه.."

ودعا جلالتة للحسين بالخير والتوفيق لعائلته الصغيرة وعائلته الكبيرة، مجدداً الترحيب بالحضور ومعرباً عن شكره لهم ولكل الأردنيين على مشاركتهم هذه الفرحة قائلاً "إن شاء الله بيوتنا كلنا تظل عامرة بالمحبة والفرح".

وأهدى جلالة الملك، سمو ولي العهد، سيفاً من سيف بني هاشم، كرمز للعدل والدفاع عن الوطن، نقّبت عليه الآية القرآنية "إِنْ يَنْصُرْكُمْ اللَّهُ فَلاَ غَالِبَ لَكُمْ"، وهو نسخة عن سيف المغفور له، بإذن الله، جلالة الملك الحسين عبدالله بن الحسين، طيب الله ثراه، وصنع من حديد مستخرج من حجارة تحيط بقاعة عجلون.

وكان الحفل بدأ بدخول سمو ولي

العهد محاطاً بمجموعة من أبناء عمومته أصحاب السمو الملكي الأمراء، وعدد من أقارب سموه وزملائه ممن خدموا ويخدمون مع سموه في القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي، وسط أهالي الفرح التي أذنتها فرقة كثر جازيل للفرقة التراثية.

وقدم فريق المشاة الصامتة الذي يتبع قيادة الحرس الملكي الخاص عروضاً خلال الحفل، فيما حلقت طائرات سلاح الجو الملكي في سماء المضارب.

وأدى فنانون وفرق شعبية من مختلف محافظات المملكة وموسيقيات القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي فقرات متنوعة وسط أجواء احتفالية، عكست التراث الأردني الأصيل، تضمنت السامر والدحية، فضلاً عن قصيدة ألقاها الشاعر هلال الشرفات.

وشارك في الحفل الفنانون الأردنيون

حسين السلطان، وسعد أبو تايه، وحسام ووسام اللوزي، وبيشار السرحان، وفرق الرماح، والرمثا، والعقبة (سمسية)، ومعان، والسلم، والأجاويد، والشركس.

ونصبت في مضارب بني هاشم بيوت الشعر التي اذنت جنباتها بالأعلام وتوسطتها نجمة سباعية، فيما قدم المدعوون التهنئة لجلالة الملك وسمو ولي العهد متمنيين لسموه حياة هانئة وسعيدة.

كما أقيمت جدارية حُط عليها بيت شعر يتغنى بالوطن للشاعر الراحل حبيب الزبيدي، وهي:

هذي بلادي ولا طول يطاولها
... في ساحة المجد أو نجم يدانيها
يا أيها الشعر كن نخلًا يظلها
وكن أماناً وحباً في ليلتيها
وأيتها الوطن الممتد في دمنها
حياً أعز من الدنيا وما فيها،
وحضر المأدبة رئيس الوزراء، ورئيس

مؤسسات حكومية وخاصة تحتفل بزفاف ولي العهد وذكري الاستقلال

قلوبنا جميعاً والتفاف الأسرة الأردنية حول قيادتهم معرباً عن أحر التهاني والتبريكات لقيام جلالة الملك عبدالله الثاني وولائه الملكة رانيا العبدالله وسمو ولي العهد الأمير الحسين بن عبدالله الثاني والأنسة رجوة السيف.

واشتمل الحفل على فقرات فنية ودعوات وهازيح وطنية تعجّد الاستقلال وتبارك زفاف سمو ولي العهد.

ونظّم معهد العناية بصحة الأسرة في مؤسسة الملك الحسين، احتفالات بجمع مراكزه بمناسبة زفاف الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، على الأنسة رجوة السيف.

وقال مدير المعهد الدكتور إبراهيم عقل، في بيان، إننا نستقبل زفاف ولي العهد ونحن نعيش ذكري الاستقلال العظيمة، بقلوب تغمرها السعادة، لنرفع إلى جلالة الملك عبدالله الثاني، وولائه الملكة رانيا العبدالله، والأمير الحسين بن عبدالله الثاني، أسمى آيات التهنية والباركة.

ولفت عقل إلى أن الزفاف الملكي نسج لوحة من الفرحة في كل بيت أردني، مشيراً إلى أن العالم أجمع سيرى في الأول من حزيران حجم المحبة وصديق الولاء في قلوب ووجدان الأردنيين بقيادة الهاشميين.

وزين المعهد مراكزه وأقسامه التي استقبلت المراجعين وسط أجواء من البهجة والسرور، بالصور والأعلام، ونظّم حفلات غنائية وموسيقية من التراث الشعبي، عادت بالخصوص إلى عاداتهم وتقاليدهم الأصيلة.

وكانت عبارة (فرح بالحسين) حاضرة خلال الاحتفالات على أسنة المراجعين، الذي شاركوا في الفعاليات، وعبروا عن فرحتهم الواسعة بالعرس الوطني، وعن حبهم الصادق لوطنهم وقيادتهم.

وأعد مركز المعهد الرئيسي بمنطقة صويلح برنامجاً خاصاً بهذه المناسبة العزيرة على قلوب الأردنيين، عبر فيه عن مشاعر السعادة، مؤكداً من خلاله الحب والولاء للقيادة الهاشمية.

ونظّم المعهد معرضاً تضمن ملابس وقطع وأدوات من التراث الشعبي الأردني، وأقام الديكات الشعبية، إضافة إلى الرسم بالحناء، وفقررة البراءة التي حمل فيها الأطفال الشموع. وخلال احتفالاته، أجرى فريق مختص من المعهد في مركز صويلح فحوصات نظر للمراجعين، وزوّد النظارات الطبية لاحتياجهم مجاناً، ووزّع الأعلام والصور والهدايا على الحضور.

الحسين بن عبد الله الثاني، ولي العهد.

وقدم رئيس صندوق الاستثمار الدكتور عز الدين كناكارية خلال الحفل، باسم الصندوق وكوادره أسمى آيات التهنية والتبريك لتمام جلالة الملك وولي عهده بالمناسبات الوطنية العزيرة، وزفاف سموه على الأنسة رجوة خالد السيف.

واشتمل الحفل على فقرات فنية ودعوات وهازيح وطنية تعجّد الاستقلال وتبارك زفاف سمو ولي العهد.

ونظّم معهد العناية بصحة الأسرة في مؤسسة الملك الحسين، احتفالات بجمع مراكزه بمناسبة زفاف الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، على الأنسة رجوة السيف.

وقال مدير المعهد الدكتور إبراهيم عقل، في بيان، إننا نستقبل زفاف ولي العهد ونحن نعيش ذكري الاستقلال العظيمة، بقلوب تغمرها السعادة، لنرفع إلى جلالة الملك عبدالله الثاني، وولائه الملكة رانيا العبدالله، والأمير الحسين بن عبدالله الثاني، أسمى آيات التهنية والباركة.

ولفت عقل إلى أن الزفاف الملكي نسج لوحة من الفرحة في كل بيت أردني، مشيراً إلى أن العالم أجمع سيرى في الأول من حزيران حجم المحبة وصديق الولاء في قلوب ووجدان الأردنيين بقيادة الهاشميين.

وزين المعهد مراكزه وأقسامه التي استقبلت المراجعين وسط أجواء من البهجة والسرور، بالصور والأعلام، ونظّم حفلات غنائية وموسيقية من التراث الشعبي، عادت بالخصوص إلى عاداتهم وتقاليدهم الأصيلة.

وكانت عبارة (فرح بالحسين) حاضرة خلال الاحتفالات على أسنة المراجعين، الذي شاركوا في الفعاليات، وعبروا عن فرحتهم الواسعة بالعرس الوطني، وعن حبهم الصادق لوطنهم وقيادتهم.

وأعد مركز المعهد الرئيسي بمنطقة صويلح برنامجاً خاصاً بهذه المناسبة العزيرة على قلوب الأردنيين، عبر فيه عن مشاعر السعادة، مؤكداً من خلاله الحب والولاء للقيادة الهاشمية.

ونظّم المعهد معرضاً تضمن ملابس وقطع وأدوات من التراث الشعبي الأردني، وأقام الديكات الشعبية، إضافة إلى الرسم بالحناء، وفقررة البراءة التي حمل فيها الأطفال الشموع. وخلال احتفالاته، أجرى فريق مختص من المعهد في مركز صويلح فحوصات نظر للمراجعين، وزوّد النظارات الطبية لاحتياجهم مجاناً، ووزّع الأعلام والصور والهدايا على الحضور.

بشكل أفضل.

احتفلت شركة البريد الأردني بمناسبة زفاف سمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني، ولي العهد.

وحسب بيان للشركة، هنأ رئيس مجلس إدارة الشركة سامي الداود الذي رعى الاحتفال بجلالة الملك عبدالله الثاني، وولائه الملكة رانيا العبدالله، وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، بهذه المناسبة السعيدة.

وتضمن الاحتفال أغاني وطنية وهازيح ورقصات شعبية، عبرت عن فرح المشاركين وسعادتهم بزفاف سمو ولي العهد.

احتفلت غرفة تجارة عمان، بمناسبة زفاف سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، بمشاركة رؤساء نقابات وجمعيات أصحاب الحرف وأعضاء مجلس الإدارة والعاملين بالفرحة.

واشتمل الحفل الذي أقيم بمقر تجارة عمان، على ديكات وهازيح وأغان وطنية عبرت عن فرح الجميع بهذه المناسبة العزيرة على القلوب، بالإضافة إلى تزيين مبنى الفرحة ورفع العلم الأردني وتوزيع الحلوى على المركبات والمواطنين ابتهاجاً بالمناسبة.

وقال رئيس الغرفة خليل الحاج توفيق في كلمة له خلال الاحتفال إن إقامة هذا الحفل جاء تعبيراً من القطاع التجاري والخدمي بالعاصمة، عن فرح وابتهاج القطاعات التجارية والاقتصادية ومجلس إدارة الغرفة وموظفيها، بزفاف سموه ومشاركة الأسرة الأردنية هذه المناسبة العزيرة على قلوب الجميع.

وأضاف أن زفاف سمو ولي العهد، يمثل حدثاً وطنياً أدخل البهجة والسرور والفرح على قلوب الأردنيين، وعرسا وطنياً يضاف إلى عراس الأردن التي نحتفل بها "فرحة" داعياً المولى العلي القدير أن تستمر أفرح الوطن في أردنا الغالي في ظل القيادة الهاشمية الحكيمية.

ورفع الحاج توفيق باسم القطاع التجاري والخدمي بالعاصمة عمان أسمى آيات التهنية والتبريك لجلالة الملك عبدالله الثاني، وولائه الملكة رانيا العبدالله والأسرة الهاشمية، بمناسبة زفاف سموه، داعياً الله أن يحفظ الأردن ويديم عليه نعمة الأمن والاستقرار ومواصلة مسيرة البناء والتحديث. واحتفل صندوق استثمار أموال الضمان الاجتماعي بمناسبة عيد الاستقلال ٧٧، وعيد الجلس الملكي، وذكري الثورة العربية الكبرى، ويوم الجيش، وزفاف سمو الأمير

على الأنسة رجوة السيف.

ورفع الحزب في بيان إلى مقام جلالة الملك عبدالله الثاني أحر التهاني والتبريكات، وأصدق الأمنيات بالسعادة الدائمة، والمودة الصادقة.

وأضاف "نسأل الله العلي القدير أن يبارك للعروسين ويسعدهما، وأن يحفظ سمو ولي العهد، ويديم عليه وعلى العائلة الهاشمية الكريمة والأسرة الأردنية الكبيرة السعادة والهناء والتوفيق تحت ظل الراية الهاشمية بقيادة سيد البلاد وعميد آل البيت جلالة الملك عبد الله الثاني.

وأعلنت شركة زين الأردن أنها ستقيم عرضاً للطائرات المسيرة (الدرون) في محافظة العقبة، وذلك ضمن سلسلة احتفالاتها بمناسبة زفاف سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد.

وبيّنت الشركة في بيان أن العرض سيقام في واحة أيلة بمحافظة العقبة، في تمام الساعة العاشرة والنصف من مساء يوم غد الخميس، حيث ستعاض سماء العقبة بلوحات مميزة وسط أجواء الفرح التي تغيثها المملكة بهذه المناسبة السعيدة.

وكانت زين قد أعلنت أيضاً في وقت سابق عن احتفال ضمن ستيمه على دور الشعب في العاصمة عمان تحت شعار "زين تفرح بالحسين"، سينطلق الساعة الثانية بعد ظهر يوم غد الخميس، ضمن احتفالات المملكة بيوم الفرع الأردني، وسيترافق مع مرور مكعب الزفاف - المكعب الأحمر، وسيشتمل على فقرات فنية متنوعة وجوائز للحضور.

واحتفلت وزارة الاقتصاد الرقمي والريادة، بمناسبة زفاف سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، على الأنسة رجوة السيف.

وحسب بيان للوزارة، هنأ وزير الاقتصاد الرقمي والريادة، أحمد الهنايدة، جلالة الملك عبدالله الثاني وولائه الملكة رانيا العبدالله، بمناسبة زفاف سمو ولي العهد.

وعبر الهنايدة عن شكره للموظفين على جهودهم وإنجازاتهم المميزة، واعتزازه بفرق العمل الذي استطاع صناعة تغيير كبير رغم تحدي توفر الموارد.

وأعلن الهنايدة، بهذه المناسبة، عن إطلاق قسم جديد يختص في التنوع ودمج الأشخاص ذوي الإعاقة في الوزارة وقطاع الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات، إضافة إلى منح موظفات الوزارة فرصة العمل على بعد ليومين، وهي خطوة أولى في تجرية خيبرات العمل عن بعد، وسيجري تقييم نتائجها وتطويرها

بمناسبة زفاف ولي العهد سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني على الأنسة رجوة خالد السيف.

ورفعت وزارة التنمية الاجتماعية وفاء بني مصطفى التي شاركت في الحفل باسمها واسم كافة الموظفين العاملين في الوزارة، أسمى آيات التهنية والتبريك لجلالة الملك عبدالله الثاني وولائه الملكة رانيا العبدالله، بهذه المناسبة الغالية على قلوب الأردنيين، متمنية دوام الأفرح والسعادة على أردنا الحبيب.

وقالت بني مصطفى في كلمة لها خلال الحفل إننا نرحب بهذه المناسبة كما هو فرح الأسرة الأردنية، والتي أسعدت كل بيت أردني وكل مؤسسة أردنية.

وتضمن الحفل فقرات متنوعة من قبل الموظفين والأغاني الوطنية والديكيات الشعبية.

احتفلت وزارة التربية والتعليم بمناسبة زفاف سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد.

وهنا وزير التربية والتعليم الدكتور عزمي محافظة باسمه والأسرة التربوية جلالة الملك عبدالله الثاني وولي عهده الأمين بهذه المناسبة السعيدة على قلوب الأردنيين، معرباً عن سعاده والأسرة التربوية بهذه المناسبة، وتضمنت فعاليات الحفل الذي حضره الأمينان العامان للوزارة للشؤون التعليمية الدكتور نواف العجارمة، والشؤون الإدارية والمالية الدكتور نجوى قبيلات، وعدد كبير من أبناء الأسرة التربوية وكوادر الوزارة على ديكات وهازيح وأغان شعبية ووطنية عبرت عن الفرحة الفامرة بمناسبة زفاف سموه.

وشارت كوادر الوزارة بفعاليات الاحتفال التي نفذتها فرق الكشافة والمرشدات، وتزيّنت الوزارة بالصور والأعلام في جو من الفرح والسعادة.

وخصصت وكالة الأنباء الأردنية (بترا)، نافذة خاصة على موقعها الإلكتروني لنقل أفرح الأردنيين بزفاف سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد وولائه الملكة رانيا العبدالله، وسعدت قلوب كل الأردنيين.

وتضمن الحفل العديد من مظاهر الفرح كالأغاني الوطنية، وارتداء الأزياء الشعبية، وأداء الديكيات تعبيراً عن الموظفين بهذه المناسبة الغالية على قلوب كل الأردنيين.

واحتفل صندوق العونة الوطنية، بمناسبة زفاف سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، على الأنسة رجوة خالد السيف.

وهنأ مدير عام الصندوق ختام شنيكات، جلالة الملك عبدالله الثاني، وولائه الملكة رانيا العبدالله، وسمو ولي العهد، والشعب الأردني بهذه المناسبة العزيرة، داعياً أن يديم الله السعادة على الأسرة الهاشمية والشعب الأردني.

وبيّنت شنيكات خلال متابعتها فعاليات الصندوق في محافظات المملكة كافة، والتي أقيمت على مدار أسبوع، أن مثل هذه الفعاليات ترفع الصدر وترفع المعنويات بهذه الكوكبة من العاملين في الصندوق.

احتفلت وزارة التنمية الاجتماعية

احتفلت دائرة العطاءات الحكومية الأرباء، بمناسبة زفاف سمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني، ولي العهد، على الأنسة رجوة السيف، وذكري استقلال المملكة ٧٧.

وهنا وزير الأشغال العامة والإسكان ووزير النقل المهندس ماهر أبو السمّن، جلالة الملك عبد الله الثاني، وولائه الملكة رانيا العبدالله، وسمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني، ولي العهد، بمناسبة زفاف الحسين، مؤكداً أن هذه المناسبة تدلّ الفرحة والبهجة في قلوب الأردنيين جميعاً.

كما هنأ أبو السمّن خلال الاحتفال الذي حضره أمين عام الوزارة ناديا مصالحة، بعيد الاستقلال متمنياً دوام الأمن والأمان والاستقرار على المملكة، شديداً على أنها محطة مهمة لشحن الهم لمواصلة مسيرة الإصلاح الشامل والبناء والتقدم التي انتهجها جلالة الملك عبدالله الثاني.

من جهته، أكد مدير عام الدائرة المهندس محمود خليفات، أن الفرحة بزفاف ولي العهد هي فرحة لكل بيت أردني، وأن الذكرى ٧٧ لاستقلال المملكة، هي ذكري خالدة في تاريخ الوطن الذي سطر به الأردنيون العنوان للحرية بقيادة الهاشميين.

وأشار إلى أن الاحتفال بهذه المناسبات الوطنية يكون بمزيد من الإنجازات، متطلعين بعزم وإرادة إلى المزيد من العمل والعطاء في مجتمع تسوده الديمقراطية والعدالة واحترام حقوق الإنسان وسيادة القانون، وتحقيق الاعتماد على الذات.

وتضمن الحفل العديد من مظاهر الفرح كالأغاني الوطنية، وارتداء الأزياء الشعبية، وأداء الديكيات تعبيراً عن الموظفين بهذه المناسبة الغالية على قلوب كل الأردنيين.

واحتفل صندوق العونة الوطنية، بمناسبة زفاف سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، على الأنسة رجوة خالد السيف.

وهنأ مدير عام الصندوق ختام شنيكات، جلالة الملك عبدالله الثاني، وولائه الملكة رانيا العبدالله، وسمو ولي العهد، والشعب الأردني بهذه المناسبة العزيرة، داعياً أن يديم الله السعادة على الأسرة الهاشمية والشعب الأردني.

وبيّنت شنيكات خلال متابعتها فعاليات الصندوق في محافظات المملكة كافة، والتي أقيمت على مدار أسبوع، أن مثل هذه الفعاليات ترفع الصدر وترفع المعنويات بهذه الكوكبة من العاملين في الصندوق.

احتفلت وزارة التنمية الاجتماعية

أعراض ميلان الرحم وأسبابه

وكالات

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

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

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

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

2- ميلان الرحم مائل إلى الأمام، فإن السدادات القطنية لا تستطيع الاستقرار في مكانها كما يجب.

3- مشاكل وصعوبات في الحمل

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

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

4- عدم السيطرة على التبول

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

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

5- انزعاج شديد عند محاولة وضعيات جماع معينة

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

6- تشنجات حوض شديدة في أسفل الظهر

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

وكالات

6- عدم انتظام الدورة الشهرية

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

7- أعراض ميلان الرحم الأخرى

هذه بعض أعراض ميلان الرحم الأخرى التي قد تلاحظها المرأة المصابة، الإصابة بالتهابات المسالك البولية بشكل متكرر.

ألم في الظهر أثناء الجماع.

ألم في منطقة الشرج أو قرب المعدة.

مشاكل في التبول والإخراج، مثل الإمساك.

أسباب ميلان الرحم

قد تصاب المرأة بميلان الرحم مع الوقت والتقدم في العمر، أو قد تولد مصابة بهذه الحالة بشكل طبيعي، وهذه أهم أسباب ميلان الرحم، الجينات والوراثة، إذ تشير الدراسات إلى أن ربع المصابات بميلان الرحم اكتسبنه عن طريق الوراثة.

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

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

بطانة الرحم المهاجرة وألياف الرحم، إن الإصابة بأي من الحالتين المذكورتين قد يتسبب في ميلان الرحم.

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

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

علاج ميلان الرحم

إذا كان ميلان الرحم يتسبب في مشاكل للمرأة، من الممكن اللجوء لأحد الحلول والعلاجات التالية، علاج أي مشكلة قد سببت ميلان الرحم من الأصل، مثل بطانة الرحم المهاجرة.

إدخال أداة خاصة تساعد على تقويم وضعية الرحم وإعادته لمكانه الطبيعي تدريجياً.

الخضوع لعملية تنظير يتم من خلالها وضع الرحم فوق المثانة، وهي عملية تصحيح مباشرة وغالباً ناجحة.

ممارسة تمارين رياضية خاصة.

كل شيء عن حبوب الجلوتاثيون

وكالات

هناك الكثير من المضافات الأكسدة التي تستخدم لعلاج مشاكل القلب ومنها حبوب الجلوتاثيون، فما هي وكيف يمكن استخدامها؟

تتعدد استخدامات مادة الجلوتاثيون للتخفيف من الحالات المرضية كالربو والشيخوخة وأمراض القلب والكبد وحتى لأغراض التبييض، فما هي فوائد حبوب الجلوتاثيون؟ وهل لها آثار جانبية؟

يتم إنتاج مادة الجلوتاثيون بشكل طبيعي عن طريق الكبد، أو يمكن الحصول عليها من مصادر متعددة من الخضار والفواكه واللحوم.

ما هي حبوب الجلوتاثيون؟

يعتبر الجلوتاثيون من مضافات الأكسدة القوية في الجسم، ويتكون بشكل أساسي من الأحماض الأمينية الثلاثة الجلوتامين والجلاليسين والسيتي.

تشارك الجلوتاثيون في العديد من العمليات الحيوية في الجسم، بما في ذلك بناء الأنسجة وإصلاحها وتكوين مواد كيميائية وبيروتينات ضرورية للجسم وخاصة الجهاز المناعي.

هناك العديد من الأسباب التي قد تجعل مستوى الجلوتاثيون ينخفض في الدم مثل النظام الغذائي السيء والعدوى أو أمراض الزمّة والضغط المستمر أو التقدم بالعمر.

طرق طبيعية لزيادة الجلوتاثيون يمكنك الحفاظ على مستويات



الجلوتاثيون بالجسم بشكل طبيعي من دون الحاجة للأدوية مثل، تناول الأستروكسين، أومفردكس، تيسيفرلكنس، أوميغا ٣ والجديد.

تناول الميكتل لعلاج الصرع مع فيتامين B١٢

تناول الأطعمة الغنية بالكبريت مثل منتجات الألبان والسمك واللحم البقري زيادة استهلاك فيتامين C

إضافة الأطعمة الغنية بالسيلينيوم الى نظامك الغذائي مثل الدجاج واللحم البقري والسمك والكبد والأرز البني

تناول الأطعمة الغنية بمادة الجلوتاثيون مثل، السبانخ والأفوكادو

وكالات

يفسلون الكلى

العقم عند الرجال.

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

٢- الفم، يستخدم للحالات التالية، اعتماد عدسة العين

زرق عين

منع الشيخوخة

علاج أو منع ادمان الكحول

الربو

مرض القلب

مستويات الكوليسترول العالية

مشاكل في الكبد

اللايدز

مرض الزهايمر

مرض الشلل والرعاش.

٣- عن طريق الاستنشاق لعلاج مشاكل الرئة. الاثار الجانبية لحبوب الجلوتاثيون يعتبر الجلوتاثيون امن بالنسبة لمعظم البالغين عند تناوله عن طريق الفم أو الاستنشاق أو الحقن في العضلات أو الأورد.

ولكن هناك اثار جانبية محتملة واردة يجب الاحتياط منها مثل،

التهاب الحوض والرضاعة الطبيعية، لا يوجد هناك أدلة كافية عن مدى سلامة استخدام الجلوتاثيون خلال تلك الفترة، لذلك يفضل الاستشارة عنها.

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

والبامية والهليون

اضافة الكرم لنظامك الغذائي

الحفاظ على ساعات نوم مناسبة

تجنب تناول الكثير من الكحول

ممارسة التمارين الرياضية بانتظام.

استخدامات حبوب الجلوتاثيون

تختلف طرق أخذ مادة الجلوتاثيون حسب الحاجة إليها، وهي على النحو التالي:

١- الوريد، يستخدم للحالات التالية، لتقليل من الاثار الجانبية للعلاجات الكيميائية للسرطان

علاج مرض باركنسون

داء السكري

فقر الدم عند الأشخاص الذين

وبالتالي زيادة التشنجات.

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

٥- شرب شاي ورق التوت

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

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

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

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

٧- شرب كثير من الماء

حينما يزداد الشعور بالانتفاخ ينصح

بالتزام مع القذف لدى الرجل.

٤- تمزق الواقي الذكري

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

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

٥- جفاف المهبل

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

أمر يجب القيام بها أثناء فترة الدورة الشهرية

٢- تناول أطعمة غنية بالمغنسيوم

يساعد المغنسيوم في إسترخاء العضلات، وبالتالي تخفيف تشنجات الحيض، كما أنه يقلل الشعور بالصداع والام الرأس، وكذلك يقضي على الانتفاخ واحتباس السوائل.

ومن أبرز الأطعمة التي تحتوي على المغنسيوم، فول الصويا، دقيق الشوفان، الذرة الصفراء، الأسماك، السبانخ، والموز.

٣- الاستمرار في الحركة

إن ممارسة التمارين الرياضية القوية من الأمور غير المستحبة خلال الدورة الشهرية، ولكن هذا لا يعني البقاء في الفراش طوال الوقت، بل أن الحركة هامة في هذه الفترة لتحسين تدفق الدم وتخفيف الألم.

وينصح بممارسة التمارين الرياضية البسيطة التي تساعد على الاسترخاء مثل اليوغا بالإضافة إلى رياضة المشي.

٤- تجنب منتجات الألبان

تتسبب مشتقات الألبان في زيادة مستويات الهرمونات التي تزيد من انقباض الرحم خلال الدورة الشهرية،

ويجب أيضاً عدم تناول الأطعمة الدسمة التي يسبب هضمها وتسبب مشكلات في المعدة، بل يجب تناول أطعمة خفيفة وصحية.

تورم في الجزء الأعلى من القضيب

تناول بيوري - نثول ودوكسيلين

وتأثيرها على سرعة القذف

٢- رائحة الفم الكريهة

أيضاً من المشكلات التي تسبب إحراجاً للرجل والمرأة، وخاصة إذا حدث اللقاء الجنسي بشكل مفاجيء ودون تحضيرات، فمثلاً يستيقظ الزوجان على الممارسة الجميمة دون الدخول إلى الحمام وغسل الأسنان.

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

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

٣- سرعة القذف

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

وكالات

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

مواقف محرجة خلال العلاقة الجنسية وكيفية تجنبها

إن الحياة مليئة بالمواقف المحرجة التي نواجهها، ولا يمكن استثناء العلاقة الجنسية من هذه الأمور، فهناك أشياء تكون خارجة عن السيطرة وغير متوقعة، ولا يجب أن تؤثر على أي من الزوجين.

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

١- الحاجة إلى التبول

أثناء ممارسة العلاقة الحميمة، تصعب العضلات في مختلف أجزاء الجسم وأكثر استرخاءً، ومنها عضلات المثانة.

وبالتالي يمكنك الشعور بالحاجة إلى التبول أو التبرز.

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

الماء في الفترة التي تسبق الجماع.

ويجب أيضاً عدم تناول الأطعمة الدسمة التي يسبب هضمها وتسبب مشكلات في المعدة، بل يجب تناول أطعمة خفيفة وصحية.

تورم في الجزء الأعلى من القضيب

تناول بيوري - نثول ودوكسيلين

وتأثيرها على سرعة القذف

مواقف محرجة خلال العلاقة الجنسية وكيفية تجنبها

الماء في الفترة التي تسبق الجماع.

ويجب أيضاً عدم تناول الأطعمة الدسمة التي يسبب هضمها وتسبب مشكلات في المعدة، بل يجب تناول أطعمة خفيفة وصحية.

تورم في الجزء الأعلى من القضيب

تناول بيوري - نثول ودوكسيلين

وتأثيرها على سرعة القذف

٢- رائحة الفم الكريهة

أيضاً من المشكلات التي تسبب إحراجاً للرجل والمرأة، وخاصة إذا حدث اللقاء الجنسي بشكل مفاجيء ودون تحضيرات، فمثلاً يستيقظ الزوجان على الممارسة الجميمة دون الدخول إلى الحمام وغسل الأسنان.

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

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

٣- سرعة القذف

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

بالبشره الجساسة.

٣- غسل الوجه أثناء الاستحمام

يرحس كثير من الأشخاص على غسل الوجه خلال الاستحمام، وهو أمر خاطئ لا يجب القيام به، وذلك لأن استخدام الماء الساخن وفرك الوجه بالصابون مع هذا الماء سوف يسبب الكثير من المشكلات بالبشره.

٥- استخدام كثير من الإضافات

يمكن أن تقضي وقتاً متعباً في حوض الاستحمام سواء الفقاعات أو الأملاح، ولكن الإفراط في هذه المنتجات يمكن أن تسبب حساسية الجلد، ويجب إختيار أنواع جيدة من هذه الإضافات لأن بعض الأنواع تحتوي على مواد كيميائية ضارة.

٦- عدم تنظيف حوض الاستحمام بعد استخدامه

قد يبدو حوض الاستحمام نظيفاً أمامك، ولكن في الحقيقة يحتوي على بكتيريا

دقيقة كحد أقصى خلال الاستحمام.

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

٢- استخدام ماء ساخن

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

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

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

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

١- الإستحمام لفترة طويلة

إن تعريض الجلد للماء لفترة طويلة يؤثر على صحة الجلد، فيجب ألا تزيد عن ٢٠

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

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

٩- عدم غسل المناشف بعد استخدامها

المنشفة بيئة جيدة للبكتيريا والعفن، وعند استخدامها لتجفيف الوجه والجسم فيما بعد، فسوف تنتقل هذه البكتيريا للجسم وتضر بصحة الجلد.

أمر لا يجب القيام بها أثناء الإستحمام

وكالات

دقيقة كحد أقصى خلال الإستحمام.

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

٢- استخدام ماء ساخن

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

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

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

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

١- الإستحمام لفترة طويلة

إن تعريض الجلد للماء لفترة طويلة يؤثر على صحة الجلد، فيجب ألا تزيد عن ٢٠

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



برس: "لقد أصبح واضحاً أنه في هذا الجو، لا يمكن أن تعمل اللجنة كما كان متوقفاً... لذلك نحل اللجنة". وأوضحت الشركة أنها تبحث عن طرق أخرى لجمع آراء خارجية حول طريقة استخدام هذه التكنولوجيا بشكل مسؤول. وفي بداية الحملات الاعتراضية، أقيمت عريضة إلكترونية وقعتها ٢٣٠٠ شخص من موظفين وأكاديميين تدعو «غوغل» إلى سحب عضوية كاي كوتز جيمس (رئيسة «هيريتج فاوندیشن») من هذه اللجنة بسبب مواقفها المناهضة للمتوحين جنسياً والمثليين والمهاجرين". فقد خشي الموقعون من أن تتعكس مواقف جيمس على سبيل تطوير تكنولوجيا المستقبل وأن تتسم برامج الذكاء الاصطناعي بالانحياز منذ بدايتها.

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

وقالت شركة «غوغل» لوكالة فرانس

سامسونغ تطلق أول هاتف لها يعمل بتقنية الجيل الخامس

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

وتسعى واشنطن إلى إقناع حلفائها بعدم تكليف الصينية «هاواي» بسبب شبكتها «ه جي»، مشبهة المعلق الصيني بحصان طروادة الذي يسمح للصين بالتجسس على الغرب.

«ه جي» للأجهزة الخلوية في شيكاغو ومينيابوليس. وعززت كوريا الجنوبية صادراتها في هذا المجال الجمعة مع إطلاق «سامسونغ إلكترونيكس» هاتفها «غالاكسي أس ٥١ جي» العامل بهذه التقنية. ونظم المشغلون الوطنيون الكبار، «كي تي» و«اس كاي تيليكوم» و«ال جي يو بلاس»، فعاليات ترويجية في كل أنحاء سيئول للنموذج الأخير من مجموعة «غالاكسي» الذي يتبع النسخة الأساسية بالجيل الخامس من معايير الشبكة (١٢٠٠ مليون بون) ١٢٠٠ دولار تقريباً). وقدمت عروض لتقنية الواقع المعزز والريوتات لاستعراض الخدمات التي توفرها «ه جي» واستقطاب الزبائن. وكما الحال مع التقنيتين السابقتين «فيرايزن» الذي مدّ بعد ساعات شبكة «ه جي» و«جي»، فإن من شأن هذه

«ه جي» و«جي»، فإن من شأن هذه الأجهزة الخلوية في شيكاغو ومينيابوليس. وعززت كوريا الجنوبية صادراتها في هذا المجال الجمعة مع إطلاق «سامسونغ إلكترونيكس» هاتفها «غالاكسي أس ٥١ جي» العامل بهذه التقنية. ونظم المشغلون الوطنيون الكبار، «كي تي» و«اس كاي تيليكوم» و«ال جي يو بلاس»، فعاليات ترويجية في كل أنحاء سيئول للنموذج الأخير من مجموعة «غالاكسي» الذي يتبع النسخة الأساسية بالجيل الخامس من معايير الشبكة (١٢٠٠ مليون بون) ١٢٠٠ دولار تقريباً). وقدمت عروض لتقنية الواقع المعزز والريوتات لاستعراض الخدمات التي توفرها «ه جي» واستقطاب الزبائن. وكما الحال مع التقنيتين السابقتين «فيرايزن» الذي مدّ بعد ساعات شبكة «ه جي» و«جي»، فإن من شأن هذه

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

التدقيق، ويتضمن متصفح كروم مطور ويب يقوم بتدقيق تطبيق الويب تلقائياً، بهدف التأكد من توافق تطبيقات الويب التقدمية. ولا يعد تطوير تطبيقات الويب التقدمية مهمة سهلة نظراً للمتطلبات العديدة، لاسيما عند التعامل مع عامل الخدمة الذي يمثل جزءاً أساسياً من هذا النوع من التطبيقات. وفي إطار إدراك الدور الهام الذي ستلعبه تطبيقات الويب التقدمية خلال السنوات المقبلة، تدمج تطبيقات «جوجيت دي أكس» عناصر تطبيقات الويب التقدمية، حيث تكون جميع التطبيقات متوافقة مع تطبيقات الويب التقدمية دون الحاجة إلى اتخاذ خطوات إضافية. وتعتبر «جوجيت دي أكس» منصة تطبيق مفتوحة المصدر تضمن تحولا رقمياً أسرع وأسهل. كما تسمح «جوجيت دي أكس» لأي مستخدم ببناء تطبيقات شاملة خاصة بالأساسيات بسرعة فائقة.

ونوه الموقع بأنه نظراً للانتقال السلس للتطبيقات وسرعة تحميل الصفحات، فإن الفرق بين استخدام تطبيقات الويب التقدمية والتطبيقات الأصلية يكاد لا يظهر، خاصة حين يتعلق الأمر بالإشعارات والقدرة على التشغيل دون الاتصال بشبكة الإنترنت. وأكد الموقع أن تطبيقات الويب التقدمية في مختلف المنصات تواصل إحراز تقدم ملحوظ، حيث تلقى الدعم من طرف غوغل قبل منذ فترة طويلة، بينما أضافت أبل دعم تطبيقات الويب التقدمية ضمن نظام تشغيل الهواتف المحمولة أي أو إس ١١،٣. وكونت قائمة التحقق والتأكد من أن تصنف فعلاً ضمن تطبيقات الويب التقدمية، توفر شركة غوغل قائمة تحقق تخضع لتطبيق الويب المتقدم.

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

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

هل يمكن التحكم بالطائرات دون طيار بواسطة العقل؟

للأشخاص الذين لم تتح لهم الفرصة من قبل للمشاركة في هذه المسابقة". ونوهت المجلة بأن الأنظمة التي تعمل على التحكم في نشاط الدماغ مازالت تواجه بعض العقبات التي ينبغي التغلب عليها. فهناك حاجة إلى تطوير أجهزة التكنولوجيا العصبية، على غرار مصابيت الرأس التي تعتمد على تخطيط الأمواج الدماغية التي ينبغي أن تتسم بدقة مكانية أفضل للتمييز بين الإشارات وبرامج التحسينات، على غرار تطوير ضاغط أفضل لاكتشاف أنماط معينة من نشاط الدماغ. وأوردت المجلة أنه وفقاً لكروفورد فإن "التحدي الأكبر حالياً يتمثل في مساعدة الأشخاص على فهم إمكانيات عمل الدماغ وحدود نشاطه. ولا تقراء عصاية الرأس ما يدور في العقل ولا تنتهك خصوصيتك، وهي لا ترسل إشارات إلى عقلك ولا تتلاعب بأفكارك". وأضاف كروفورد أنه "لما أن الأشخاص باتوا على اطلاع أكثر بواجهة الدماغ والحاسوب، فإن العمل في هذا المجال سينمو بشكل متزايد". وتنبأ كروفورد بأنه من المتوقع أن يكون عدد الأشخاص الذين سيستخدمون هذه لم يأتوا من مجال علوم الكمبيوتر الجديدة التي من المتوقع ظهورها قريباً، مما سيقتح المجال للتفكير في ابتكار أمور لم تخطر على بال علماء الكمبيوتر أبداً.

المعالجة الذهنية. ويقوم الطيارون باستخدام الرياضيات الذهنية التي تتطلب الكثير من التركيز، وتتقدم الطائرات دون طيار إلى الأمام بناءً على قوة الموجات الدماغية المنتجة". ولن تكون الإجابات الصحيحة هي الدافع الذي سيحرك الطائرات دون طيار لتلامس، وإنما كثافة الموجات الدماغية التي يولدها الطيارون بالتركيز. وأضاف كروفورد: "ما زلنا نحاول فهم الخصائص التي تجعل شخصاً ما «متسابقاً جيداً» في التحكم في الطائرات دون طيار، لكن قدرتهم على الاستمرار في التركيز وتجاوز الحالات التي تسبب تشتت الانتباه، على غرار الضوضاء الناتجة عن حركة الطائرات دون طيار ناهيك عن الضجيج الذي يحدثه الجمهور، سيؤثر على أداء المتنافسين". وبيّنت المجلة أن القدرة على رصد نشاط الدماغ وتطويرها لها إمكانيات مثيرة للاهتمام، إذ يمكن لهذه التكنولوجيا أن تساعد الأشخاص المصابين بشلل رباعي في تحريك الأطراف الاصطناعية أو السماح لأولئك الذين يعانون من إصابات خطيرة في النخاع الشوكي بالتفاعل مع البيئة المحيطة بهم.

الإشارات المجمعّة من خلال خوارزميات الكمبيوتر، التي تكشف أخطاء معينة من النشاط. وأوضح كروفورد: "لا نريد أن يقوم الطيار بأي حركة لأن ذلك سيؤدي إلى خلق الكثير من الإشارات الكهربائية"، مضيفاً أن "الطيار يحتاج للتركيز على تحريك يده فحسب، أو دفع شيء ما للأمام، أو أحكام قبضته". ولا يهم حقاً ما هي الحركة التي سيقوم بها الطيار بالتحديد طالما أنها ستخلق تفاعلاً كهربائياً يمكنه من تصحيحه". وذكرته المجلة أنه وقع تجميع إشارة بنسبة ٨٠ بالمئة على الأقل من القشرة الحركية التي تتوافق مع اليد اليسرى للطيار، سيرسل إشارة كهربائية خاصة به إلى الطيار دون طيار ليطلب منها التقدم. وتجدر الإشارة إلى أن المشاركين في هذه المسابقة، التي من المقرر أن تنطلق فعاليتها يوم السبت، لن يردتوا قبعات كاملة بل سيرتدون عصابات الرأس حول جباههم. وتعتبر عصابات الرأس أقل تكلفة وأسهل استعمالاً، لكنها لا تستطيع رصد الحركات. وعوضاً عن ذلك، سيستخدمون قوة نشاط الدماغ المرتبطة بالتركيز. ونقلت المجلة عن كروفورد أن "هناك موجات دماغية مختلفة لنشأة الحركات الذهنية، ونحن نستخدم الموجات الدماغية بيتاً وغاماً، التي تتلامح مع الانتباه إلى جانب مستويات عالية من

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

تغطية شبكة المحمول سيئة؟ إليك الحل

وكالات

نشرت صحيفة "لافانغورديا" الإسبانية تقريراً، قدمت فيه بعض النصائح التي تساعد على تحسين تغطية شبكة المحمول داخل المنزل وخارجه، مثل الاعتماد على تطبيقات الهاتف الذكية التي تقيس مستوى جودة التغطية. وتقدم معلومات مفصلة حول نوعيتها وموقع الجهاز الذي يبث الإشارة. وقالت الصحيفة، في تقريرها الذي ترجمته «عربي٢١»، إن البنية التحتية الخاصة بالهواتف الجوالية تشهد تحسناً كبيراً في مختلف أنحاء العالم، وبشكل خاص في المناطق الحضرية وعلى الطرقات الرئيسية، ومع ذلك لا يزال الكثيرون يعانون من مشاكل في الاتصال من حين لآخر. وأوضحت الصحيفة أنه توجد في الوقت الحالي ثلاثة أنواع من الإشارة التي تستخدمها هواتفنا الجوالية بالاعتماد على شريحة الجوال، وهي تغطية الجيل الثاني الخاصة بالمكالمات الصوتية والرسائل النصية، وشبكتي الجيل الثالث والجيل الرابع الخاصين بالمكالمات وبيث البيانات، وفي الأوضاع الطبيعية، عادة ما تكون الهوائيات الذكية مبرمجة من المصنع للاتصال أولاً بأفضل إشارة متوفرة، سواء كانت شبكة الجيل الثالث أو الرابع. وإذا قمنا بتعطيل خاصية الاتصال بالإنترنت في هواتفنا، فإنها تستصل فقط بشبكة الجيل الثاني. وذكرت الصحيفة أن هناك العديد من الأوضاع التي تعاني فيها من سوء تغطية إشارة شركة الاتصالات التي تقدم الخدمة. وأول شيء يجب القيام به في هذه الحالة هو فهم مصدر الخلل، سواء كنا في داخل المنزل أو خارجه. وفي الواقع، تتوفر قوة الإشارة، والأبرز، من بينها هو تطبيق "أوبن سيفنال"، الذي يعمل على نظامي التشغيل أندرويد وآي أو إس، وهو يتميز ببساطة استخدامه، كما أنه متاح بشكل مجاني.

وكالات

أما فيما يخص ضعف تغطية شبكة الإنترنت في المنزل، فإن أول شيء يجب فعله هو تحديد النقاط التي تختفي فيها الإشارة أو تضعف. ويمكننا معرفة ذلك من خلال ملاحظة مستوى الإشارة في هواتفنا، أو باستخدام تطبيق "أوبن سيفنال" الذي يوفر دقة كبيرة. وبيّنت الصحيفة أنه تكون هناك أسباب عديدة تؤدي لفقدان إشارة الهاتف الجوال في المنزل، بسبب وجود قطع أثاث معدنية في المنزل، أو التداخل مع الإشارات الصادرة عن بعض الأجهزة الكهربائية والإلكترونية، أو بسبب بنية المنزل نفسه. ويمكن حل هذه المشكلة عبر ضبط إعدادات التقاط الشبكة في الهاتف الجوال بالشكل المذكور سابقاً، أو من خلال الاشتراك في خدمة إنترنت الواي فاي في المنزل. وإذا كان التقاط إشارة جيدة أمراً مهماً جداً ولا يحتمل المخاطرة، مثل الاعتماد على الإنترنت في أجهزة المراقبة أو التجهيزات الطبية، فإن أفضل خيار هو تركيز جهاز لتقوية الإشارة. وهذه الأجهزة فعالة جداً، وتوجد في الأسواق بأسعار مختلفة، حيث أن أجهزة تقوية إشارة شبكة الجيل الثاني والثالث أقل ثمناً من أجهزة تقوية إشارة شبكة الجيل الرابع.

وكالات طرحت "سامسونغ إلكترونيكس" الجمعة في السوق أول هاتف ذكي يعمل بشبكة الجيل الخامس "ه جي" بعد أن أصبحت كوريا الجنوبية رائدة في هذا المجال الذي من شأنه إحداث ثورة في الاتصالات. وياتت كوريا الجنوبية التي تعدّ من أكثر البلدان تطوراً على الصعيد التكنولوجي، مساء الأربعاء أول بلد في العالم يوفر تغطية شاملة على أراضيه بالجيل الخامس من معايير الشبكة الخلوية المعروفة بـ "ه جي"، وذلك بواسطة ثلاثة مشغّلين محليين. وقدمت موعد إطلاق هذه الخدمة يومين لتسبب العملاق الأمريكي "فيرايزن" الذي مدّ بعد ساعات شبكة

وكالات وفقاً لتيسن، يقضي الشخص الأمريكي العادي ثلاث ساعات يومياً محدداً في الهاتف أو الجهاز اللوحي. بالإضافة إلى شاشات الكمبيوتر وأجهزة التلفاز، فإنه قد يستغرق حوالي تسع ساعات وهو معرض لأشعة الأشاشات. ولكن هناك الكثير من الوقت يمكن استخدامه بشكل أفضل لتحقيق مكاسب تطمح لها. خبير التكنولوجيا الرقمية والإنتاجية كال نيوبورت يقدم المشورة في كتابه الأخير بشأن كيفية تحرير نفسك من استبداد التكنولوجيا والسوشيال ميديا على حياتك، إليك ستة إجراءات يمكن اتباعها.

ست طرق لمنع الإنترنت من إفساد يومك

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

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

٤- قم بإجراء اتصال هاتفي مع صديق التفاعل الرقمي ليس بديلاً عن المحادثات في الوقت الفعلي. يقول نيوبورت: «أدعنا لا نقهمل اللايك ولا منشور كل عام وأنت بخير على الفيسبوك». بالإضافة إلى أن الإيجوجي لا تضيف إحساساً بالتواصل والانتقاء، إذا كان جدولك لا يسمح بمقابلة الأصدقاء وجها لوجه، اتصل بهم سوف تشعر بتحسن.

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

٥- قم بعملية تنظيف لأدواتك الخاصة يوصي نيوبورت بأخذ استراحة لمدة ٣٠ يوماً من أي أداة رقمية ليست ضرورية لعملك، بما في ذلك وسائل التواصل الاجتماعي وألعاب الفيديو. كما يمكنك الاستفادة من خدمات الدردشة ومواقع الويب مثل ريديت، عندما تكتمل عملية التخلص من السموم، قم بتعيين أهداف إنتاجية وعلاقات واضحة، ثم أعد تقديم الخدمات التي تساعدك على تحقيقها فقط، اضبط بعض الحدود أيضاً، فبدلاً من تصفح تويتر على هاتفك، قم بتصفحه من جهاز الكمبيوتر.

٢- اخرج مع نفسك ضع هاتفك جانبا، الملل الذي يصيبنا أحيانا يجعلنا نلجأ لهواتفنا دون وعي، يعاني معظمنا مما يسميه نيوبورت «عجز العزلة»، الذي يمكن أن يكون مسؤولاً جزئياً على الاضطرابات المرتبطة بالقلق، التي قفزت بنسبة ٥٠% من عام ٢٠١٧ إلى ٢٠١٨.

٦- قم بحرفة بينما تقلص حجم الدواغ الرقمية، يمكنك أن تخصص وقتاً لهواياتك، سواء كانت رسماً أو عزفاً على آلة موسيقية أو حتى التصفيح. قم باستخدام يديك بشكل إنتاجي، ستقوم بصنع شيء تتخبر به. هذا سيساعدك في نسيان كل ما يحدث على هاتفك.

٣- اخرج مع نفسك ضع هاتفك جانبا، الملل الذي يصيبنا أحيانا يجعلنا نلجأ لهواتفنا دون وعي، يعاني معظمنا مما يسميه نيوبورت «عجز العزلة»، الذي يمكن أن يكون مسؤولاً جزئياً على الاضطرابات المرتبطة بالقلق، التي قفزت بنسبة ٥٠% من عام ٢٠١٧ إلى ٢٠١٨.

زوجة مالك أمازون تحصل على مبلغ خيالي بعد طلاقها

وكالات قال أغني رجل في العالم، مؤسس موقع أمازون، جيف بيزوس، إنه وظيفته ماكينزي، الخميس، أنها إجراءات طلاقهما، ما سيمتج ماكينزي حصة كبيرة من أسهم الموقع. ونشرت ماكينزي، الخميس، تغريدة على «تويتر»، قالت إنها ستحصل على ٢٥% من ملكية طليقتها من أسهم أمازون، وهو ما سيمتحنها حصة تقارب ٢٤ في المئة.

وكالات قال أغني رجل في العالم، مؤسس موقع أمازون، جيف بيزوس، إنه وظيفته ماكينزي، الخميس، أنها إجراءات طلاقهما، ما سيمتج ماكينزي حصة كبيرة من أسهم الموقع. ونشرت ماكينزي، الخميس، تغريدة على «تويتر»، قالت إنها ستحصل على ٢٥% من ملكية طليقتها من أسهم أمازون، وهو ما سيمتحنها حصة تقارب ٢٤ في المئة. وكشفت زوجته السابق سيختفظ بحقوقها التصويتية على جميع أسهمها، وسيختفظ أيضاً بجميع حصصه في الواشنطن بوست وبلو أوريجين. وإعلان ماكنزي بيزوس، تبست ثالث أغنى امرأة في العالم، بعد نيلها أكثر من ٣٥ مليار دولار من أسهم «أمازون»، بحسب مجلة «فوربس» الأمريكية. يشار إلى أن «الثاني» تزوجا منذ أكثر من ٢٥ عاماً، ولهما

فوائد وأضرار البورون، ومعلومات أخرى هامة حوله!



البورون والإفراط في تناوله قد يتسبب في الإصابة بتسمم البورون. وهذه أهم أعراض تسمم البورون، الغثيان والتقيؤ، الضعف والإرهاق العام، التهاب الجلد التماسي، مشاكل وتشوهات في العظام، أعراض نقص البورون عند انخفاض مستويات البورون في الجسم، تظهر بالعادة هذه الأعراض، مشاكل في عمليات الأيض، ومشاكل في امتصاص الكالسيوم والمغنيسيوم، مشاكل عصبية.

وتحسين التنسيق العضلي العصبي، كما أنه يساعد على تقوية الذاكرة قصيرة المدى وزيادة التركيز والإنتاجية عامة.

٦- تسريع شفاء الجروح
قد يكون للبورون فوائد محتملة في تسريع شفاء الجروح، إذ وجد أنه يساعد على تحسين وظائف الأنزيمات المسؤولة عن شفاء الجروح، ما يجعله يساهم في تسريع الشفاء والتعافي.

٧- الحماية من الالتهابات الفطرية
وجدت بعض الدراسات أن للبورون قدرة على حماية الجسم من الالتهابات الفطرية أو تلك التي تنتج عن الخمائر، ولكن هذه الدراسات لا زالت في بداياتها و يلزمها المزيد من البحث والأدلة.

ووجدت بعض الدراسات أن للبورون قدرة على حماية الجسم من الالتهابات الفطرية أو تلك التي تنتج عن الخمائر، ولكن هذه الدراسات لا زالت في بداياتها و يلزمها المزيد من البحث والأدلة.

٥- تحسين القدرات الإدراكية
وجدت إحدى الدراسات أن البورون يلعب دوراً هاماً في تحسين صحة الدماغ،

بناء الأجسام.

٣- لصحة المرأة
بسبب قدرة البورون على تقوية العظام فإنه يساعد المرأة على الحفاظ على عظام قوية وسليمة ويساعدها على مكافحة هشاشة العظام لا سيما بعد بلوغ سن اليأس.

كما أن استهلاك البورون أو مصدره الطبيعي بانتظام يساعد على الحفاظ على توازن هرمونات جسم المرأة، الشهرية.

٤- مكافحة مرض السرطان
بدأت الدراسات تظهر أن للبورون فوائد محتملة في مكافحة السرطانات، خاصة سرطان الرئة وسرطان البروستاتا. ولكن لا زالت هذه الدراسات في بداياتها وتحتاج المزيد من البحث.

٥- تحسين القدرات الإدراكية
وجدت إحدى الدراسات أن البورون يلعب دوراً هاماً في تحسين صحة الدماغ،

الشعور بحاجة إلى التوقف مع عدم وجود أي فحلات في الجسم الانتفاخ.

تجدر الإشارة إلى أن سرطان المستقيم في مراحله الأولى قد لا يترافق مع أية أعراض مميزة، وفي حال ظهورها فهي تختلف من شخص لآخر.

متى عليك استشارة الطبيب؟
على الرغم من أن الأعراض السابقة لا تحتكر على الإصابة بسرطان المستقيم، إلا أنه من الضروري استشارة الطبيب وطلب المساعدة الطبية في حال ظهورها أو ملاحظة أي منها.

متى علي إجراء فحوصات للكشف عن سرطان القولون؟
النزيف الذي يستلزم إجراء فحص تنظير القولون
ما هي البواسير والشقوق الشرجية؟
تشخيص الألم والنزيف في فتحة الشرج
الشق في فتحة الشرج والامساك
الوقاية من الإصابة بسرطان المستقيم
بما أن الوقاية خير من قنطار علاج، فهذا يعني أن عليك الخضوع للفحوصات المنتظمة لسرطان المستقيم، والتي تبدأ عند بلوغك الخمسين من العمر.

في بعض الأحيان قد ينصحك الطبيب بالخضوع لفحوصات بوتيرة أكبر أو وقت أبكر في حال كنت تقع ضمن دائرة الخطر، أو لديك أفراد من العائلة مصابين بسرطان القولون والمستقيم.

كما أظهرت بعض الدراسات أن تناول مكملات البورون بانتظام قد يساعد بشكل كبير على تحسين حالات المصابين بهشاشة العظام ومكافحة المرض.

ويساهم البورون عموماً في تحسين أيض وامتصاص المعادن المختلفة الداخلة للجسم، الأمر الذي يساهم في تقوية العظام وتحسين صحتها ومكافحة أمراض العظام بالمجمل.

٢- لصحة الرجال
يساعد البورون على تعزيز ورفع مستويات التستوستيرون المتدنية لدى الرجال، الأمر الذي يساعد في تعزيز صحة الرجال الإنجابية وفي تعزيز بناء العضلات لدى الرجال، لا سيما في رياضة

يقع هذا الصمام بين البطين الأيمن والشريان الرئوي بحيث يقوم هذا الصمام بنقل الدم من الرئة ونقله إلى القلب كما ويقوم بتزويد الرئة بالدم المحمل بالأكسجين اللازم لعمله.

الصمام الأورطي
يلعب هذا الصمام دوراً مهماً في عملية نقل الدم المحمل بالأكسجين من القلب إلى جميع أنحاء الجسم، لذلك يعد هذا من أهم صمامات القلب.

أهم المشاكل التي تتعرض لها صمامات القلب من المحتمل أن تتعرض صمامات القلب لبعض المشاكل التي قد تعيق عملها مثل،
انغلاق الصمام بشكل كامل نتيجة لعيب خلقي أو مرض ما
انسداد كامل للصمام لأسباب مرضية ضيق الصمام.
أسباب مشاكل صمامات القلب
هناك الكثير من الحالات المرضية التي قد تصيب صمامات قلبك وتسبب في تضربها وعدم القدرة على إتمام عملها على أكمل وجه مثل،
الصمام التتسكي
تعد من أكثر الأمراض التي قد تصيب صمامات القلب وخصوصاً التاجي بحيث تؤثر على ٤-٥% من عامة السكان.

يتم خلال هذا الفحص إدخال الأنبوب من خلال فتحة الشرج لتقوم الكاميرا بالتقاط الصور والفيديو من أجل معاينة المنطقة.

في بعض الأحيان قد ينصحك الطبيب بالخضوع لفحوصات بوتيرة أكبر أو وقت أبكر في حال كنت تقع ضمن دائرة الخطر، أو لديك أفراد من العائلة مصابين بسرطان القولون والمستقيم.

إن الفحص الوقائي لهذه الحالة الصحية، يدعى باسم فحص القولون بالمنظار (Colonoscopy)، ويقوم خلاله الطبيب بفحص جدار المستقيم والأمعاء الغليظة، وذلك باستخدام أنبوب طويل ومرن يتصل بكاميرا فيديو صغيرة.

يتم خلال هذا الفحص إدخال الأنبوب من خلال فتحة الشرج لتقوم الكاميرا بالتقاط الصور والفيديو من أجل معاينة المنطقة.

أعراض سرطان المستقيم

تنتشر الإصابة بسرطان المستقيم بين الناس، واكتشاف الإصابة به وتشخيصها بوقت مبكر من شأنها أن ترفع من فرص العلاج، ولذلك من المهم أن تعرف أعراض سرطان المستقيم.

المستقيم (Rectum) عبارة عن الجزء الأخير من الأمعاء الغليظة في الجهاز الهضمي، وهو يبدأ من نهاية القولون وصولاً إلى فتحة الشرج، وللأسف من الممكن أن يصاب الإنسان بسرطان المستقيم.

سرطان المستقيم (Rectal cancer) مشابه جداً لسرطان القولون، وفي بعض الأحيان تكون الإصابة فيهما معاً، ولكن وعلى الرغم من ذلك، فإن العلاج يختلف بينهما، وهذا نظراً لكان تواجدهما. أعراض سرطان المستقيم

كما ذكرنا سابقاً، فإن تشخيص الإصابة بسرطان المستقيم بشكل مبكر من شأنها أن تساعد في رفع فرص العلاج ونجاحها.

بدوره يعني هذا الموضوع أن عليك معرفة أعراض سرطان المستقيم من أجل طلب المساعدة الطبية فور ظهورها وملاحظتها، وهي كالتالي،
تغيير في حركة الأمعاء، مثل الإصابة بالإسهال أو الإمساك بشكل متكرر ومستمر على غير العادة دون سبب لذلك

براز أسود
وجود دم في البراز
وجود مخاط في البراز
ألم في منطقة البطن
ألم أثناء عملية التغوط
الإصابة بفقر الدم الناتجة عن نقص الحديد
الشعور بعدم إفراغ الأمعاء خلال عملية التغوط

فقدان غير مبرر للوزن
تعب وضعف عام في الجسم
نزيف في المستقيم
تغيير في حجم البراز

ما هي صمامات القلب ووظيفتها في الجسم؟

يقع هذا الصمام بين البطين الأيمن والشريان الرئوي بحيث يقوم هذا الصمام بنقل الدم من الرئة ونقله إلى القلب كما ويقوم بتزويد الرئة بالدم المحمل بالأكسجين اللازم لعمله.

الصمام الأورطي
يلعب هذا الصمام دوراً مهماً في عملية نقل الدم المحمل بالأكسجين من القلب إلى جميع أنحاء الجسم، لذلك يعد هذا من أهم صمامات القلب.

أهم المشاكل التي تتعرض لها صمامات القلب من المحتمل أن تتعرض صمامات القلب لبعض المشاكل التي قد تعيق عملها مثل،
انغلاق الصمام بشكل كامل نتيجة لعيب خلقي أو مرض ما
انسداد كامل للصمام لأسباب مرضية ضيق الصمام.
أسباب مشاكل صمامات القلب
هناك الكثير من الحالات المرضية التي قد تصيب صمامات قلبك وتسبب في تضربها وعدم القدرة على إتمام عملها على أكمل وجه مثل،
الصمام التتسكي
تعد من أكثر الأمراض التي قد تصيب صمامات القلب وخصوصاً التاجي بحيث تؤثر على ٤-٥% من عامة السكان.

ومع مرور الوقت تصبح الصمامات ضعيفة وممزقة وهذا يؤدي بدوره إلى تسرب الدم للخارج.

تتسبب الصمامات الضيقة في تضيق الصمامات وتسبب في تضربها وعدم القدرة على إتمام عملها على أكمل وجه مثل،
الصمام التتسكي
تعد من أكثر الأمراض التي قد تصيب صمامات القلب وخصوصاً التاجي بحيث تؤثر على ٤-٥% من عامة السكان.

ومع مرور الوقت تصبح الصمامات ضعيفة وممزقة وهذا يؤدي بدوره إلى تسرب الدم للخارج.

تتسبب الصمامات الضيقة في تضيق الصمامات وتسبب في تضربها وعدم القدرة على إتمام عملها على أكمل وجه مثل،
الصمام التتسكي
تعد من أكثر الأمراض التي قد تصيب صمامات القلب وخصوصاً التاجي بحيث تؤثر على ٤-٥% من عامة السكان.

هرمون الحب: ما الذي تعرفه عنه؟

الذي تعرفه عن هرمون الحب؟ ومتى يتم إنتاجه في الجسم؟ وما هي تأثيرات هرمون الحب المختلفة على الجسم عند الذكور والإناث سواء أقرأه أقال التالي لتعرف أكثر.

الذي تحتاج معرفته عن هرمون الحب؟ إليك كافة التفاصيل،
ما هو هرمون الحب؟
هرمون الحب هو هرمون أو ناقل عصبي (يعرف باسم أوكستيسين) يرتبط بالعديد من المشاعر والحالات التي يمر بها الجسم، ويؤثر بشكل كبير على مشاعر الأمومة والأبوة وعلى بناء العلاقات البشرية وتكوينها وعلى الثقة وحتى الحياة الجنسية.

ويتم إنتاج هرمون الحب في منطقة ما تحت المهاد في الدماغ، ثم ينتقل من هناك إلى الغدة النخامية التي تفرزه إلى الجسم، وعادة ما تكون نسبته أعلى لدى الإناث عموماً.

وبدأت البحوث تتناول فوائد هرمون الحب كنوع من العلاجات الفعالة في مكافحة بعض الأمراض النفسية، مثل الاكتئاب.

وظائف هرمون الحب ومتى تزداد نسبته هناك حالات وأوقات معينة يتم فيها إنتاج نسب عالية من هرمون الحب بشكل خاص، مثل، مداعبة الحملتين والنشاط الجنسي، الولادة، إذ يساعد هرمون الحب على تحفيز انقباض عضلات الرحم.

فترة الرضاعة، إذ يحفز هرمون الحب إفراز حليب الثدي.

أثناء العملية الجنسية لدى الرجل، إذ يحفز حركة الحيوانات المنوية.

فوائد هرمون الحب للعلاقات
لهرمون الحب العديد من الفوائد على العلاقات البشرية والجنسية، إذ أنه،
مواضيع ذات علاقة
راضة "غربية" من الضج وتوقف مستمر للدورة
المستويات الطبيعية لهرمون لهورمون FSH
الجرعة المناسبة لعلاج نقص نشاط الغدة

البلوغ المبكر لدى الذكور والإناث: أسباب وأضرار

زيادة فرص الإصابة بسرطان الثدي، وذلك نتيجة زيادة فترات التعرض لهرمونات البيض على مدار السنين.

المشكلات النفسية، أيضاً تشعر الفتاة بأنها مختلف عن غيرها في نفس المرحلة العمرية، مما يجعلها أكثر حرجاً لمواجهة المجتمع، وتحاول البقاء وحيدة بقدر الإمكان.

عدم تفهم الفتاة لهذه المرحلة، لأنها غير مستعدة لها ولا تعرف الكثير من الأمور حولها، فيصبح الأمر بمثابة صدمة نفسية وجسدية لديها.

وينطبق هذا على الدورة الشهرية أيضاً، فلا تعرف الفتاة كيف تتعامل مع هذه الدورة، وتشعر بالامها وأعراضها في سن مبكر.

طرق الوقاية من البلوغ المبكر
في حالة كان السبب متعلقاً بالعوامل الوراثية، فسوف يصعب التخلص منه، ولكن إذا كان السبب متعلقاً بالعوامل الخارجية، فيجب تفاديها من خلال بعض الطرق، وتشمل،
تناول الطعام الصحي، الذي يضمن الحفاظ على مستويات الهرمونات في الجسم بشكل طبيعي وعدم أصابها بخلل. استشارة الطبيب بشأن الأدوية، لأن بعض الأدوية يمكن أن تؤدي لاضطرابات الهرمونات، ولذلك يجب التحري الدقة في الأدوية التي يتناولها الأطفال وجرعاتها.

الحفاظ على الوزن، من خلال ممارسة الرياضة والإبتعاد عن الأطعمة الدسمة وغير الصحية.

حدثت اضطرابات بالهرمونات وسرعة البلوغ لدى الذكور والفتيات.

البلوغ المبكر عند الذكور
هو البلوغ الذي يحدث قبل سن ٩ سنوات، ويظهر في تغيير شكل الجسم، والعضلات لدى الطفل.

أعراض البلوغ المبكر لدى الذكور
يمكن ملاحظة البلوغ المبكر عند الذكور من خلال بعض الأمور، وتشمل،
مواضيع ذات علاقة
الاعتبارات الطبية لوصف المضادات الحيوية للأطفال
ما هو الصدر الجوجوي (Pectus carinatum)
زيادة حجم العضو الذكري والخصيتين؛ فمن الطبيعي أن هذه الأعضاء تكبر بشكل تدريجي، ولكن مع البلوغ المبكر، ستصبح بحجم كبير في سن صغير.

زيادة نمو الشعر في مختلف أجزاء الجسم، وخاصة شعر الوجه بمنطقة الذقن والشارب، بالإضافة إلى شعر الأبط ومنطقة العانة.

تغيير الصوت، ليصبح أكثر عمقاً، مثلما يتغير في مرحلة البلوغ الطبيعية، ولكن يحدث هذا في عمر مبكر.

ظهور حب الشباب، من علامات البلوغ التي يمكن ملاحظتها على الذكور والإناث.

مخاطر البلوغ المبكر عند الذكور
يؤثر البلوغ المبكر عند الذكور في بعض الأمور، وأهمها،
قصر القامة، وهي من المشكلات

المزجة لدى الذكور بشكل خاص، حيث مع بداية البلوغ مبكراً يبدأ الجسم في النمو سريعاً، ولكن النمو يتوقف في وقت مبكر، ليصبح قصيراً القامة بالمقارنة بغيره في نفس المرحلة العمرية.

الحالة النفسية السيئة، نتيجة وجود اختلاف بين الطفل وصدقته في نفس المرحلة، فيشعر بتغير جسمه عن زملائه، مما يسبب له كثير من المواقف المحرجة.

وهذا يسبب الميل إلى الخجل والانطواء بمرور الوقت.

البلوغ المبكر عند الإناث
يحدث البلوغ المبكر عند الإناث في عمر ٨ سنوات أو أقل، ويمكن ملاحظته من خلال التغيرات التي تطرأ على جسم الفتاة.

أعراض البلوغ المبكر عند الإناث
تظهر علامات البلوغ المبكر عند الإناث من خلال مجموعة من الأمور، وهي،
نمو حجم الثدي، فمن الطبيعي أن يكون حجم الثدي صغير قبل مرحلة البلوغ، ويبدأ في النمو بصورة ملحوظة مع حدوث البلوغ.

قدوم الدورة الشهرية، هي العلامة الأساسية التي تؤكد حدوث البلوغ لدى الإناث.

زيادة الإفرازات، لأن البلوغ يرتبط بتغيرات في الهرمونات، وتبدأ الإفرازات في الظهور خلال هذه المرحلة.

مخاطر البلوغ المبكر عند الإناث
يتسبب البلوغ المبكر لدى الإناث في بعض المخاطر الجسدية والصحية، وهي،

كل ما تريد معرفته عن فيتامين ب المركب

المساعدة في تحطيم الكربوهيدرات والبروتينات والدهون المأخوذة من النظام الغذائي واستبدالها بالطاقة.

تقلل من خطر الإصابة بالسكتات الدماغية التي تتمثل في انفجار أحد الأوعية الدموية في الدماغ أو عرقلة تدفق الدم إلى المخ.

تتمتع الإصابة بمرض البري بري الذي يصيب القلب والجهاز الهضمي والجهاز العصبي يؤدي عدم الحصول على الكمية الموصى بها الفيتامينات ب المركبة إلى ظهور حالة صحية تعرف بمرض البلاجرا.

ضرورية للحامل في تكوين الجنين، حيث يوصي الطبيب بأخذ مكملات من فيتامين ب٩ (الفوليك اسيد) نظراً لدوره الرئيسي في نمو جسم الطفل وتطوره.

الأعراض الجانبية لحبوب فيتامين ب المركب
ينبغي عليك الحذر عند استخدام مكملات فيتامين ب المركب، فإذا عانيت من ظهور هذه الأعراض عليك الحذر واستشارة الطبيب فوراً،
تشنج قصي
كآبة وغضب بسهولة وانزعاج
طفح جلدي
احمرار الجلد
اختلال النوم
تورم في البطن
مشاكل في التذوق
فقدان الشهية.



يمكن العثور على فيتامينات ب في مصادر غذائية واسعة ومتنوعة سواء كانت نباتية أو حيوانية أو بعض الأطعمة المدعمة بها.

غالباً ما تتأثر فيتامينات ب بالحرارة لذلك يجب الانتباه عند طهي بعض الأطعمة التي تتوفر بها تلك الفيتامينات، ومنها،
منتجات الألبان
البيض
المكملات البحرية
الخبز المدعم والحبوب
فواكه (موز، بطيخ، جريب فروت)
الخضار الورقية الخضراء
البقوليات (الفول، البازيلاء)
الكبد
اللحوم (لحم البقر، والعجل، والخنزير)

تلعب فيتامينات ب المركبة دوراً كبيراً في تحسين وظائف الجهاز الهضمي والعضلات، فما هي فيتامينات ب المركبة؟ وأهميتها في الجسم؟
كل ما تريد معرفته عن فيتامين ب المركب
تعتبر مجموعة فيتامينات ب أحد أهم العناصر الغذائية التي يحتاجها الجسم بشكل يومي للقيام بالوظائف الحيوية على أكمل وجه، فما هي أهمية فيتامين ب المركب؟ وكيف يمكن الحصول عليه؟
تعد فيتامينات ب المركبة من العناصر الغذائية الضرورية القابلة للذوبان بالماء، بحيث تلعب دوراً في تحسين وظائف القلب والأعصاب والعضلات والجهاز الهضمي والجهاز العصبي والغدد الصماء.

كما وتلعب دور هام في تكوين خلايا الدم الحمراء وتنظيم الشهية والنمو والتطور السليم.

أنواع فيتامينات ب المركبة
يتضمن فيتامين ب المركب الأنواع التالية،
١أ (ثيامين)
٢ب (رايبوفلافين)
٣ب (نياسين)
٥ه (بانتوثينيك أسيد)
٦ب (بايروتوكسين)
٧ب (بيوتين)
٩ب (فوليك اسيد، فوليت)
١٢ب (سيانوكوبالامين)
مصادر فيتامين ب المركب

يتمتع الجسم بقدرة فائقة على إنتاج فيتامين ب المركب، ولكن في بعض الحالات قد يحدث نقص في مستوياته، مما يؤدي إلى مشاكل صحية.

أسباب نقص فيتامين ب المركب
يمكن أن يحدث نقص فيتامين ب المركب لأسباب مختلفة، منها:

نقص في تناول الأطعمة الغنية بفيتامين ب المركب.

مشاكل في امتصاص العناصر الغذائية من الأمعاء.

بعض الأمراض المزمنة، مثل مرض السكري وأمراض الكلى والكبد.

بعض الأدوية، مثل الكحوليات وبعض المضادات الحيوية.

بعض الحالات الوراثية.

الدرقية
تقرير مختبر الغدد الصماء
العلاج باليود المشع للغدة الدرقية
يساعد على حصول النشوة الجنسية وزيادة المتعة والترايب الجنسي بين الشريكين.

يساعد على زيادة تعلق الزوجين ببعضهما وتقوية الروابط بينهما في العلاقة الزوجية.

له تأثيرات إيجابية على العلاقات، تواصل، بناء الثقة، تحفيز التعاطف والحنان، تواصل، بناء على الشريكين.

ما العلاقة بين هرمون الحب والدوبامين والسيروتونين؟
يطلق على هذه الهرمونات الثلاثة (الدوبامين، السيروتونين، الأكتستيسين) مصطلح "هرمونات السعادة". وعندما يشعر الشخص بانجذاب لشخص آخر، تزداد مستويات هذه الهرمونات في الجسم، ما يخلق تأثيراً يشعر الشخص بمشاعر إيجابية مختلفة ومختلطة.

ما العلاقة بين هرمون الحب ومشاعر الأمومة والأبوة؟
يلعب هرمون الحب دوراً كبيراً في حياة الأمهات والآباء، كما يلي،
١- هرمون الحب لدى الأم
هذه أهم تأثيرات هرمون الحب على حياة الأم ومشاعرها وجسدها،
تحفيز الولادة وتسهيلها، عبر تحفيز انقباض عضلات الرحم وتحفيز إنتاج هرمونات أخرى مساعدة.

تحفيز تقلص الرحم بعد الولادة وعودته إلى حجمه الطبيعي.

خاصة عندما تلامس شفاة الطفل حلمة ثدي الأم، إذ يرتفع منسوب الهرمون ويبدأ الحليب بالتزول.

تقوية العلاقة والرابط بين الأم والطفل.

٢- هرمون الحب لدى الأب
هناك أدلة علمية بدأت تظهر مؤخراً تشير إلى أن نسب هرمون الحب تزداد كذلك في جسم الأب بعد ولادة طفله الجديد، ومع كل تواصل وتلامس بين الأب والطفل ترتفع نسب هرمون الحب في جسم الأب أكثر وأكثر.

مستوطنون متطرفون يقتحمون باحات الأقصى



القدس المحتلة

اقتحم عشرات المستوطنين المتطرفين اليهود، الأربعاء، باحات المسجد الأقصى المبارك - الحرم القدسي الشريف في مدينة القدس المحتلة. وقالت دائرة الأوقاف الإسلامية العامة، في القدس، ببيان، إن الاقتحامات نفذت من جهة باب المغاربة، بحراسة مشددة من شرطة الاحتلال الإسرائيلي الخاصة المدججة بالسلاح، موضحة أن عشرات المستوطنين اقتحموا الأقصى على شكل مجموعات متتالية، وفتدوا جولات مشبوهة في باحاته، وأدوا طقوساً تلمودية استفزازية في المنطقة الشرقية منه، واستمعوا إلى شروحات حول "الهيكال" المزعوم. وتعرض قوات الاحتلال لإجراءات مشددة في محيط المسجد والبلدة القديمة، تستهدف المقدسين بالاعتداءات، وعرقلة تنقلهم. ويتعرض الأقصى يومياً عدا الجمعة والسبت، لاقتحامات المستوطنين، على فترتين صباحية ومساءلية، في محاولة لتغيير الأمر الواقع بالأقصى، ومحاولة تقسيمه زمنياً ومكانياً.

الوكالة الدولية للطاقة تحذر من وقوع حادث في محطة زابوريجيا النووية



نيويورك

حث رئيس الوكالة الدولية للطاقة الذرية، رافائيل غروسو، الليلة الماضية، مجلس الأمن الدولي على دعم خمسة مبادئ بشكل لا لبس فيه تهدف إلى منع وقوع حادث نووي وسط الحرب في محطة زابوريجيا. وطلب غروسو من طريفة النزاع الالتزام بخمسة مبادئ هي: عدم الهجوم من المحطة أو ضدها؛ عدم استخدام المصنع كمخزن أو كتأخذ للأسلحة الثقيلة أو الأفراد العسكريين. عدم تعريض الطاقة خارج الموقع للخطر، حماية جميع الهياكل والأنظمة والمكونات الأساسية من الهجمات أو التخريب، وعدم اتخاذ أي إجراء يقوض هذه المبادئ. وأوضح في آخر تحديث لمجلس الأمن الذي ناقش الأمر، أن الوضع في محطة زابوريجيا للطاقة النووية، وهي الأكبر في أوروبا، لا يزال هشاً وخطيراً للغاية، محذراً من استمرار العمليات العسكرية في المنطقة "وقد تزداد بشكل كبير المستقبل القريب، وحوذر من خطورة الوضع قائلاً "نحن محظوظون لأن حادثاً نووياً لم يقع"، كما طالب المجلس بتقديم دعمه الواضح، مشيراً إلى أن "هذه المبادئ لا تضر أحداً وتفيد الجميع..".

مجلس الأمن يناقش الملفين السياسي والإنساني في سوريا



نيويورك

عقد مجلس الأمن الدولي، الليلة الماضية، جلسته الشهرية لمناقشة الوضع في سوريا، حيث استمع الأعضاء إلى إحاطة قدمها المبعوث الأممي الخاص لسوريا، غير بيدرسون. وقال بيدرسون إن النشاط الدبلوماسي المتجدد في المنطقة يمكن أن يشكل فرصة وتحولاً في جهود البحث عن حل سياسي في سوريا، مشيراً إلى نشاطات عدة من بينها مشاركة الرئيس السوري في القمة العربية في جدة. وشدد على أهمية أن تقتصر التحركات الدبلوماسية الأخيرة بأفعال محددة، "لأن الشعب السوري لا يزال يعاني بشكل كبير ولم يشهد أي تحسن في ظروف حياته اليومية" حسب قوله.

وفيما يتعلق بمسألة اللاجئين والنازحين السوريين، أكد بيدرسون التمسك بمبدأ العودة الآمنة والكرامة والطوعية للاجئين، لافتاً إلى آخر استطلاع أجرته مفضوية شؤون اللاجئين بأن معظم اللاجئين السوريين في الأردن، ولبنان والعراق ومصر لا يزالون يأملون في العودة إلى ديارهم.

وشارك في الجلسة، إضافة إلى أعضاء المجلس، سفراء كل من إيران وسوريا وتركيا وأدولوا ببيانات.

من جانبها، أكدت المسؤولة الإنسانية من مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الإنسانية غادة ماضي، أهمية أن تظل الأزمة الإنسانية في سوريا أولوية عالية.

وقالت إنه وبعد ١٢ عاماً من الصراع، لا تزال الحاجة لـ ١٥,٣ مليون شخص إلى مساعدات إنسانية في جميع أنحاء البلاد. والصحة والمياه والصرف الصحي والمأوى، لافتة إلى

الاحتلال يهاجم منشآت النفطية في سوريا

هدمت آليات بلدية الاحتلال الإسرائيلي بحماية قوات الاحتلال، الأربعاء، منشآت تجارية وخرافة من الزينكو لأغراض سكنية في حي وادي قدوم في بلدة سلوان جنوب المسجد الأقصى المبارك بمدينة القدس المحتلة. وقال مركز معلومات وادي حلوة في بيان، إن آليات قوات الاحتلال انتشرت في شوارع حي قدوم، وحاصرت قطعة أرض وأغلقت محيطها ثم قامت باقتحامها، ومن بعد ذلك قامت بهدم المنشآت فيها، بذريعة عدم الترخيص من قبل سلطات الاحتلال.

مجلس الأمن الدولي يشرع في مناقشة

نيويورك تتولى دولة الإمارات العربية المتحدة اعتباراً من الخميس، الرئاسة الدورية لمجلس الأمن الدولي لشهر حزيران خلفاً لسويسرا. وستعقد ممثل الإمارات الدائم لدى الأمم المتحدة السفير، لانا زكي نسيبه، مؤتمراً صحفياً مساء اليوم تطلع خلاله الصحافة المعتمدة على برنامج عمل المجلس بعد أن يجيز مجلس الأمن البرنامج في جلسة صباحية من اليوم نفسه. ويتكون المجلس من ١٥ دولة، لكل منها صوت واحد، منها خمس دول دائمة العضوية، ولها حق النقض "الفيتو" وهي: روسيا، الصين، فرنسا، بريطانيا، والولايات المتحدة الأميركية. وعشر دول أعضاء غير دائمين، يتم انتخابها لمدة عامين من قبل الجمعية العامة، وهي بالإضافة إلى الإمارات العربية المتحدة، سويسرا، موزمبيق، مالطا، اليابان، الإكوادور، الغابون، البرازيل، غانا، وألبانيا. ومجلس الأمن هو أحد أجهزة الأمم المتحدة الرئيسية الستة، التي تشمل الأمانة العامة والجمعية العامة ومحكمة العدل الدولية، إضافة إلى مجلس الوصاية والمجلس الاقتصادي والاجتماعي.

في تشرين يشرع بلادي كوريا الشمالية بترجيع السلاح النووي مع شبه الجزيرة الكورية

نيويورك دعا الأمين العام للأمم المتحدة، أنطونيو غوتيريش الليلة الماضية، كوريا الشمالية إلى استئناف الجهود الدبلوماسية الرامية إلى تحقيق السلام المستدام ونزع السلاح النووي بشكل كامل ويمكن التحقق منه في شبه الجزيرة الكورية. وقال غوتيريش، في بيان مقتضب صدر باسمه، إن "أي إطلاق باستخدام تكنولوجيا القذائف التسيارية سيكون مخالفاً لقرارات مجلس الأمن ذات الصلة.. وعلى ذات الصعيد، دان البيت الأبيض بشدة، إطلاق كوريا الشمالية، صاروخاً فضائياً ووضع أقمار اصطناعية في المدار، محذراً من أن هذه الخطوة "تزيد التوترات" بين البلدين، بحسب واشنطن تايمز. وقال المتحدث باسم مجلس الأمن القومي في البيت الأبيض آدم هودج إن الصاروخ الذي أطلقته بيونغ يانغ في عملية تستخدم "تكنولوجيا الصواريخ الباليستية" يهدد بزعزعة استقرار الوضع الأمني في المنطقة وما بعدها، مضيفاً "نحن لا نلفظ الباب أمام الدبلوماسية، لكن يتعين على بيونغ يانغ أن توقف فوراً استنزافاتها وأن تختار الحوار..".

الأمم المتحدة توضح تفاصيل نقل النفط من خزان صافر اليمني الى سفينة نوتيكيا



نيويورك

أوضحت الأمم المتحدة، الليلة الماضية، تفاصيل عملية استبدال ناقلة النفط اليمنية صافر الراسية في البحر الأحمر - إلى سفينة أخرى تسمى نوتيكيا.

وقال مدير برنامج الأمم المتحدة الإنمائي، أكيم شتاينر إن هذه العملية، التي تعد تجسيدا مهما للعمل متعدد الأطراف، ستمنع حدوث كارثة

تسرب نفطي هائلة بتكلفة لا تضيها ما قد يتطلبه تنظيف تسرب بهذا الحجم. يذكر أن خزان صافر هو ناقلة نضط عملاقة ومتهالكة، معرضة للانفجار أو الانفجار في أي لحظة، وتقول الأمم المتحدة أنه في حالة تسرب النفط منه، سيؤدي إلى تعريض ملايين البشر للتلوث الهوائي، كما سيؤدي إلى آثار مدمرة على المجتمعات الساحلية، بالإضافة إلى تدمير الشعاب المرجانية وأشجار المنغروف

الساحلية وغيرها من الحياة البحرية في البحر الأحمر. وقال شتاينر في مؤتمر صحفي شارك به أيضا، عبر تقنية الفيديو، منسق الأمم المتحدة للشؤون الإنسانية في اليمن، ديفيد غريسي إن التكلفة الإجمالية للعملية، المكونة من مرحلتين، تقدر بنحو ١٤٢ مليون دولار لتأمين نقل النفط من صافر إلى سفينة أخرى تسمى نوتيكيا، مشيراً إلى الحاجة لـ ١٤٢ مليون دولار لإكمال المرحلة الحالية

بالكامل وحماية البيئة. من العمل. من جانبه، قال غريسي "نحتاج إلى إحضار السفينة (نوتيكيا) وتجهيزها لنقل النفط إليها، ونحتاج كذلك إلى فصل الناقل القديمة وسحبها بعيداً للتفكيك، ثم إحضار منصة نظفية لتوصيل السفينة الجديدة بخط الأنابيب.. وشدد على ضرورة اكتمال جميع تلك الخطوات قبل الاطمئنان أن مخزون النفط قد تم تأمينه بالكامل وحماية البيئة.

شركة كهرباء محافظة اربد
إعلان فصل التيار الكهربائي

سقوم شركة كهرباء محافظة اربد يوم الاحد الموافق ٢٠٢٣/٦/٤ بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن شارع مراکش، منطقة الرابية، حي الأفراح، شارع ابو ظبي، شارع بيروت، شارع دبي، شارع الدوحة في محافظة اربد وذلك من الساعة الثامنة صباحاً ولغاية الساعة الثالثة عصراً.

وعن شارع عيسى علاونة، شارع عبدالله الجبازي في محافظة اربد من الساعة الثامنة والنصف صباحاً ولغاية الساعة العاشرة والنصف صباحاً.

وعن شارع القدس، الجاويين لدرسة عين جالوت الثانوية للبنات في محافظة اربد من الساعة التاسعة صباحاً ولغاية الساعة الثانية ظهراً.

وعن شارع البترا شرق الصربيع في محافظة اربد من الساعة التاسعة صباحاً ولغاية الساعة الرابعة مساءً.

وعن كفر رابك، حي اربد، حي العرقوب من الساعة العاشرة صباحاً ولغاية الساعة الثالثة والنصف عصراً في محافظة اربد.

وعن الفرقات من الساعة التاسعة صباحاً ولغاية الساعة الخامسة مساءً في محافظة المرق.

قسم العلاقات العامة

الجامعة العربية ترحب بمقاطعة «نقابات أوروبية» بضائع المستوطنات



القاهرة

رحبت الأمانة العامة لجامعة الدول العربية بقرار الاتحاد الأوروبي لنقابات العمال، بمقاطعة بضائع المستوطنات الإسرائيلية.

كما رحبت بدعوة الاتحاد الأوروبي إلى اتخاذ تدابير تنظيمية، تمنح الهيئات القانونية التابعة للاتحاد الأوروبي من استيراد منتجات المستوطنات أو التصدير إليها أو مساعدة وتسهيل دخول تلك المنتجات إلى السوق الأوروبية، بما يتوافق مع معاهدات الاتحاد الأوروبي وامتثالاً للقانون الدولي.

من جانبه، أكد الأمين العام المساعد لشؤون فلسطين والأراضي العربية المحتلة بالجامعة العربية، سعيد أبو علي، في تصريح صحفي اليوم، أهمية هذا القرار الذي يتماشى مع قرارات الشرعية الدولية، داعياً الشركات العالمية لتجنب التعامل مع المستوطنات الاستعمارية الإسرائيلية في الأرض الفلسطينية المحتلة.

ودعا الأمين العام المساعد المؤسسات المالية والشركات المتوطنة في الاستيطان الإسرائيلي إلى ضرورة الالتزام بقواعد القانون الدولي والتوقف الفوري عن التعامل مع المستوطنات الإسرائيلية غير القانونية.

وأشاد، بمواقف كل المنظمات غير الحكومية والنقابات والاتحادات الطلابية والشركات الدولية التي وقفت إلى جانب النضال الفلسطيني المستمر، وانتصرت للعدالة وحقوق الشعب الفلسطيني رفضاً للاستيطان والمشروعات الاستعمارية الاستيطانية في الأرض الفلسطينية المحتلة.

أبو الفيط العام لجامعة الدول العربية، أحمد أبو الفيط، تطرح قرار الأمم المتحدة المقاطعة



القاهرة

بحث الأمين العام لجامعة الدول العربية، أحمد أبو الفيط، بمقر الأمانة العامة، مع رئيس الوزراء الفلسطيني محمد اشتية، سبل متابعة مخرجات قمة جدة فيما يتعلق بالقضية الفلسطينية، وبخاصة على الصعيد الدبلوماسي، بما في ذلك تعزيز الجهد العربي لتبيل المزيد من الاعترافات الدولية بدولة فلسطين.

وصرح المتحدث الرسمي باسم الأمين العام، جمال رشدي، أن اللقاء شهد تبادلًا لوجهات النظر، مشيراً إلى أن أبو الفيط استعرض خلال اللقاء المشاورات الأخيرة التي قامت بها الأمانة العامة للجامعة على هذا الصعيد، ورؤيتها لإمكانيات التحرك دبلوماسياً في المرحلة المقبلة، لتعزيز المركز الدولي للدولة الفلسطينية، وحشد الدعم بين الدول الصديقة على مستوى العالم من أجل زيادة مساحة الاعتراف بها.

كما أكد أبو الفيط أهمية متابعة الأفكار والمبادرات المطروحة من أجل تعزيز مبادرة السلام العربية، واستعرض مع رئيس وزراء فلسطين التحركات المستقبلية في هذا الإطار، لا سيما بالتعاون والتنسيق مع المملكة العربية السعودية والاتحاد الأوروبي.

وأشار المتحدث الرسمي إلى أن الطرفين اتفقا، خلال اللقاء، على ضرورة العمل دبلوماسياً وعلى مستوى الرأي العام العالمي، على فضح المواقف المتشددة والممارسات المنطلقة للحكومة الإسرائيلية وكشف الطبيعة اليمينية المتطرفة لهذه الحكومة والأيدولوجية الخطيرة التي يتبناها بعض أعضائها، والتي تتناقض الأسس المتعارف عليها عالمياً لتحقيق التسوية المنشودة بين الإسرائيليين والفلسطينيين.

الاحتلال الإسرائيلي يوسع نطاق التفتيش العشوائي في الضفة الغربية



رام الله

قالت وزارة الخارجية الفلسطينية، إن الاحتلال الإسرائيلي ومؤسساته يقوم باستبدال الجدل السياسي للصراع القائم على تطبيق مبدأ حل الدولتين، بضم الضفة الغربية، بما فيها القدس الشرقية، وتعميق حلقات نظام الفصل العنصري (الأبرتهيد) في فلسطين المحتلة.

وأكدت الخارجية في بيان صحفي، أن شعبنا وحقوقه ليس فقط ضحية للاحتلال، وإنما أيضاً ضحية لأزدواجية المعايير الدولية وقشل المجتمع الدولي والأمم المتحدة في حماية الشعب الفلسطيني والقانون الدولي.

وشددت على أنها تواصل عملها السياسي والدبلوماسي وعلى المسار القانوني الدولي لفضح جرائم الاحتلال ومستوطنيه، باعتبارها انتهاكاً جسيماً للقانون الدولي، واستخفافاً بالشرعية الدولية والانقلاب على جميع الاتفاقيات الموقعة.

مفوض السامي يشرح لبلدية القدس التطويرات الجديدة في خطة العام التشريعي مع الإسراع



نيويورك

دعا المفوض السامي للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين فيليبو غراندي إلى دعم الأشخاص المضطربين لمغادرة السودان والبلدان المضيفة لهم وإبقاء الحدود مفتوحة أمام الفارين من الصراع الدائر.

وتستضيف مصر نحو نصف عدد اللاجئين الذين اضطروا إلى الفرار من القتال الذي اندلع بين الجيش السوداني وقوات الدعم السريع في 15 نيسان، حيث وصلها حتى الآن أكثر من 170 ألف شخص العديد منهم عبر معبر قسطل، وهي نقطة حدودية، بحسب الأمم المتحدة.

مستوطنون يعدون على الفلسطينيين وأماكنهم والاحتلال يعتقل 19 بالضفة



رام الله

اعتدت عصابات المستوطنين المتطرفين اليهود في ساعات متأخرة من ليلة الثلاثاء، وفجر الأربعاء، على منازل وممتلكات ومركبات المواطنين الفلسطينيين في مناطق مختلفة بالضفة الغربية، في الوقت الذي اعتقلت فيه قوات الاحتلال 19 فلسطينياً.

وأكد شهود عيان، أن المستوطنين هاجموا مركبات الفلسطينيين ومنازلهم بالحجارة في حي امريحة ببلدة يعبد قضاء جنين، ما أدى لتضرر عدد منها.

كما أغلقت مجموعة من المستوطنين الشارع الرئيسي المحاذي للحي، الذي يربط محافظتي جنين وطولكرم، وسط ترديد الهتافات والشعارات الداعية إلى قتل العرب.

وفي محافظة نابلس، أصيب عدد من الأطفال بالاختناق خلال مواجهات عنيفة اندلعت عقب مهاجمة المستوطنين المنازل في المنطقة الشرقية من بلدة جالود، بحماية قوات الاحتلال، فيما أشعل مستوطنون النار في أحد المنازل.

وأشار الشهود إلى أن مستوطنين من موقع مستوطنة "حومش" المخلاة، تسلوا وهاجموا المنازل في المنطقة الغربية من بلدة برقة، كما نفذت عصابة المتطرفين وبحماية قوات الاحتلال اعتداءات على مدخل بيتين قضاء رام الله، وأغلقت المدخل الشمالي لبلدية البيرة.

يذكر أن وتيرة اعتداءات عصابات المستوطنين وقوات الاحتلال ارتفعت منذ بداية العام الحالي، حيث ارتكبت الاحتلال والمستوطنون أكثر من 442

وقال نادي الأسير الفلسطيني في بيان، إن المعتقلين جرى تحويلهم للتحقيق لدى الأجهزة الأمنية للاحتلال، بحجة المشاركة في أعمال مقاومة شعبية ضد المستوطنين وقوات الاحتلال

الإسرائيلي فجر اليوم، حملة مدهامات واقتحامات واعتقالات واسعة في الضفة الغربية، تركزت في محافظتي نابلس والخليل، حيث تخللتها مواجهات في بعض المناطق واعتقالات طالت 19 فلسطينياً.

اعتداء ضد الفلسطينيين وممتلكاتهم في الضفة خلال شهر نيسان الماضي، وفق تقرير أصدرته هيئة مقاومة الجدار والاستيطان في السلطة الفلسطينية. من جهة أخرى، شنت قوات الاحتلال

مذكرة تفاهم بين الأردن والعراق لتطوير الأداء الوظيفي وتبادل الخبرات



بغداد

الخدمات المقدمة للمواطنين في كلا البلدين الشقيقين، وتفتح آفاقاً واسعة لتبادل الخبرات، مؤكداً أن جلالة الملك عبد الله الثاني يدعو دائماً إلى دعم جهود العراق في الحفاظ على أمنه واستقراره.

من جانبه، أكد التميمي أن المجلس يمثل مرتكزاً أساسياً للدولة العراقية في التعيين، ورؤيته أن يكون التعيين على أساس الكفاءة، والنوعية المتميزة من الموظفين.

وأضاف أن واجب المجلس القيام بمسؤوليات التخطيط والتطوير والتدريب الوظيفي، والاطلاع على تجارب الدول الأخرى.

وتضمنت 10 مواد من شأنها تنظيم آليات العمل بين الجانبين، وتنمية علاقات التعاون، وتبادل الخبرات في مجالات تطوير الإدارة العامة، وإدارة وتنمية الموارد البشرية في الوظيفة العامة وفق منهج علمي.

وقع ديوان الخدمة المدنية مع مجلس الخدمة العامة الاتحادي بالعراق، الأربعاء، مذكرة تفاهم لتطوير الأداء الوظيفي، وتبادل الخبرات بين البلدين الشقيقين.

ووقع المذكرة في بغداد، رئيس ديوان الخدمة المدنية سامح الناصر، ورئيس مجلس الخدمة العامة الاتحادي محمود التميمي، برعاية رئيس مجلس الوزراء العراقي محمد شياع السوداني، بحضور نائب رئيس الوزراء، وزير التخطيط محمد تميم.

وقال الناصر في تصريح صحفي، إن المذكرة تركز على تحديث وتطوير الإدارة والوظيفة العامة، وتأتي كثمرة لجهود التعاون والتنسيق بين مجلس الخدمة العامة والديوان خلال العامين الماضيين.

وأضاف أن المذكرة تساهم في تاطير التعاون الثنائي بين الجانبين، بما يعكس على مستوى