

ختم "نفرح" يزين جوازات القادمين إلى المملكة بمناسبة زفاف ولي العهد

عمان

بمناسبة زفاف سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، وفي العهد، اليوم الخميس، أضيف ختم جديد بوسم «نفرح - JORDAN'S ROYAL WEDDING»، على جوازات القادمين إلى المملكة. ويعد هذا الختم إضافياً للاختام الأخرى المستخدمة وليس بديلاً عن الاختام الأساسية، وذلك ابتهاجاً بزفاف سمو الأمير على الأنسة رجوة السيف، وترحيباً بالقادمين إلى المملكة بهذا اليوم الوطني.

الأمم المتحدة

الجمعة 13 ذو القعدة 1444 هـ الموافق 2 حزيران 2023 م
السنة السابعة / العدد (2636) / www.omamjo.com

الصحافة البريطانية تبرز حفل زفاف ولي العهد

لندن

أبرزت الصحف البريطانية في صفحاتها التي نشرتها اليوم الخميس، حفل زفاف سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد والأنسة رجوة السيف. وأبرزت هيئة (بي بي سي) وصحف الديلي تلغراف والاندبندنت والديلي ميل وديلي اكسبريس وديلي ميرور وايفنتق ستاندر ومجلة هلو، والصحف الصادرة في المقاطعات البريطانية، ومواقع الكترونية بريطانية، مراسم حفل الزفاف الملكي بالتغطية الإخبارية.

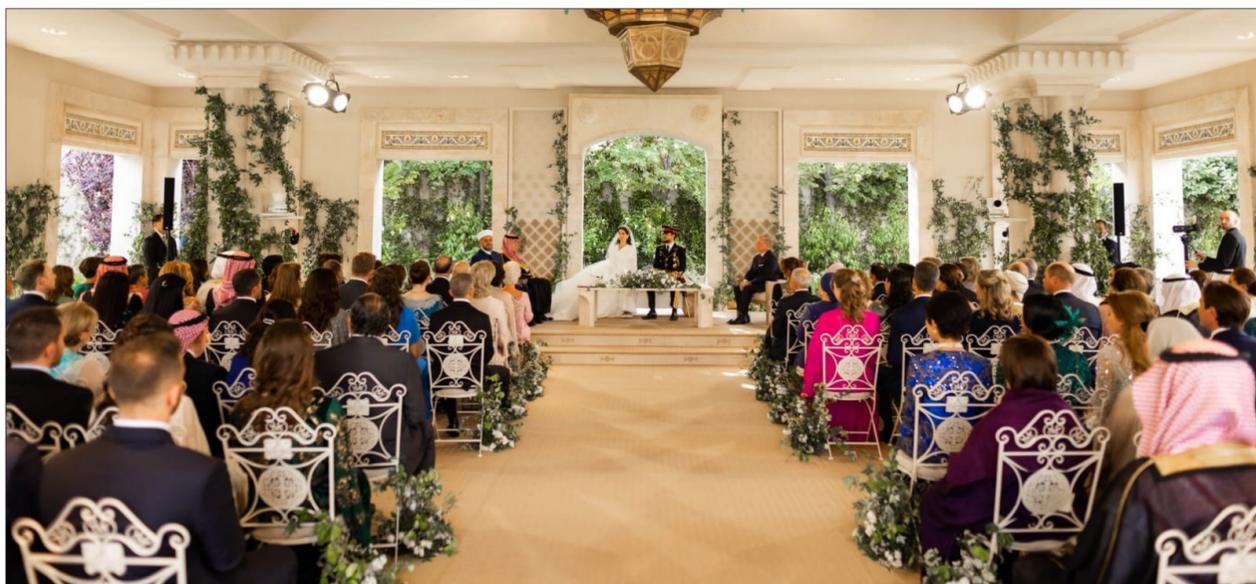
تابع ص 8

عقد قران الأمير الحسين والأميرة رجوة الحسين

الأردنيون يفرحون بزفاف الحسين

إرادة ملكية بالإنعام بلقب أميرة على رجوة الحسين

الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد المعظم على الأنسة رجوة خالد السيف. وصدرت الإرادة الملكية السامية بالإنعام على الأنسة رجوة بنت خالد آل سيف بلقب صاحبة السمو الملكي الأميرة رجوة الحسين المعظمة، بمناسبة عقد قرانها على صاحب السمو الملكي الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد المعظم حفظه الله. واصل الأردنيون في مختلف محافظات المملكة، الخميس، احتفالاتهم بزفاف سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد على الأنسة رجوة السيف. وشهدت مختلف ميادين وساحات العاصمة عمان والمحافظات المختصة للاحتفالات، حضوراً جماهيرياً كبيراً، عبر خلالها المواطنين عن ابتهاجهم وفرحهم الغامر بهذه المناسبة السعيدة على قلوب الأردنيين جميعاً. واشتملت الاحتفالات على ديكات شعبية وأهازيج وأغان وطنية ابتهاجاً بهذه المناسبة، ورفع المواطنين الأعلام الأردنية وصور جلالة الملك عبدالله الثاني وسمو ولي العهد، وياضات للتهنئة بالزفاف الملكي السعيد.



عمان

شهد قصر زهران العام، الخميس، عقد قران سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد على سمو الأميرة رجوة الحسين. وكان جلالة الملك عبدالله الثاني وجلالة الملكة رانيا العبدالله في استقبال أصحاب السمو الملكي الأمراء والأميرات، وذوي سمو الأميرة رجوة الحسين وأفراد من عائلة السيف. وحضر عقد القران الرئيس العراقي عبداللطيف رشيد وعقيلته السيدة شاناز، وجلالة السلطان حاج حسن البلقية، سلطان بروناي دار السلام، وجلالة السلطان عبدالله رعاية الدين المصطفى بالله شاه ملك ماليزيا، وعقيلته جلالة الملكة عزيزة أمينة، وجلالة الملك ويليام ألكسندر ملك مملكة هولندا وعقيلته جلالة الملكة ماركسيما، وجلالة الملك فيليب، ملك مملكة بلجيكا وابنته الأميرة البيزابيث ولية العهد.

كما حضر عقد القران سمو الأمير سلمان بن حمد آل خليفة ولي العهد رئيس مجلس الوزراء في مملكة البحرين، وسمو الشيخ خالد بن محمد بن زايد آل نهيان ولي العهد في إمارة أبوظبي بدولة الإمارات العربية المتحدة، وسمو الأمير ويليام أمير ويلز، وسمو الأميرة كاترين أميرة ويلز، وسمو الأمير فريدريك ولي عهد الدنمارك، وسمو الأميرة فكتوريا ولية عهد السويد وزوجها سمو

واحتشد جمع غفير من أبناء وبنات الوطن في الميادين العامة، ومسار الموكب الذي سينطلق من قصر زهران العام بعد عقد القران إلى قصر الحسينية. تابع ص ٢

الملكة رانيا العبدالله المعظمتين، الخميس الواقع في الثاني عشر من ذي القعدة عام ١٤٤٤ هجري، الموافق لأول من حزيران عام ٢٠٢٣ ميلادي، عقد قران صاحب السمو الملكي

البلقية. أعلن الديوان الملكي الهاشمي أنه جرى بحضور صاحب الجلالة الهاشمية الملك عبدالله الثاني ابن الحسين، وصاحبة الجلالة

البحرين للأعمال الإنسانية وشؤون الشباب، وسمو السيد ذي يزن بن هيثم آل سعيد وزير الثقافة والرياضة والشباب في سلطنة عُمان، وسمو الأمير عبد المتين بن السلطان حسن

الأمير دانيال، وسمو الأمير هاكون ولي عهد مملكة النرويج. وحضر عقد القران سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة ممثل جلالة ملك مملكة

٨ أعوام من الرعاية.. مؤسسة ولي العهد تصل لمليون ونصف مليون شاب وشابة

عمان

يحرص سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، على متابعة كل ما يرتبط بمستقبل الشباب في الأردن، وانخراطهم في المجتمع وحصولهم على التعليم والفرص الاقتصادية. وعلى مدار ٨ أعوام سبقت يوم زفاف سموه في الأول من حزيران المقبل، تمكنت مؤسسة ولي العهد بمشاريعها ومبادراتها من الوصول إلى أكثر من مليون ونصف مليون شاب أردني من مختلف محافظات المملكة مع نهاية العام الماضي. وجاء تأسيس المؤسسة بهدف الإشراف على تنفيذ مبادرات سمو الأمير الحسين، برؤية عمل شباب قادر لأردن طموح. المدير التنفيذي للمؤسسة ولي العهد الدكتورة تمام منكو قالت لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) إن إنشاء المؤسسة جاء عام ٢٠١٥ تعبيراً عن التزام سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد، ببناء مستقبل مشرق لشباب الأردن وشاباته؛ يستند إلى الهامهم وتوجيههم للمشاركة في خدمة المجتمع، وتولي مسؤولية القيادة، واستثمار جميع الفرص الاجتماعية والاقتصادية المتاحة. وبيئت منكو أن أعمال المؤسسة تجسد إيمان سموه بأن الشباب الأردني قادر على تحقيق أعظم الإنجازات إذا ما أتيحت له الفرصة المناسبة لتأدية دوره في العملية التنموية.

وأكدت أن المؤسسة تعمل ضمن استراتيجية عمل تحرص على تنفيذها في محافظات المملكة، وتتكون من ثلاثة محاور هي، الجاهزية للعمل والريادة، والقيادة، والمواطنة، فيما تشرف على تنفيذ عدد من المبادرات بمختلف القطاعات. وأشارت منكو إلى بدء العمل بإنشاء مكاتب مؤسسة ولي العهد في المحافظات منذ منتصف كانون الأول ٢٠٢٢، نفذت أكثر من ١٧٧ نشاطاً وفعاليتها استفاد منها أكثر من ١٥ ألف شاب وشابة من خلال بناء قدراتهم وتعزيز مشاركتهم في المجتمع.

وأكدت أن هذه المكاتب تعمل جنباً إلى جنب مع كافة المؤسسات في القطاعين العام والخاص، ومؤسسات المجتمع المدني في تنفيذ البرامج والأنشطة المتنوعة، والوصول إلى المناطق البعيدة والأطراف، مبيئة أن المؤسسة ستعمل على فتح مكاتب في محافظات المملكة كافة. وقالت منكو، إن المؤسسة تهدف من خلال هذه المكاتب للوصول إلى ١٠٠ ألف مستفيد بنهاية العام الحالي من خلال البرامج المختلفة التي ستعمل على تنفيذها وتشمل تطوير مساحات شبابية، وبرامج صفية لطلاب المدارس، وأخرى تستهدف المواقع السياحية، وأنشطة تعزيز لقاءات الشباب مع صناعات القرار، وغيرها من البرامج التي تم الشباب والمجتمع المدني، وقالت نائب المدير التنفيذي مدير إدارة المبادرات في المؤسسة نجود سرحان، إن مبادرات مؤسسة ولي العهد، تغطي مختلف القطاعات؛ إذ جاء إنشاء جامعة الحسين التقنية ضمن محور الجاهزية للعمل والريادة، بهدف تطوير التقني ورفد سوق العمل بالشباب المدرب والمؤهل في التخصصات التقنية. وأوضحت أن الجامعة تتميز بتربيزها على التطبيق العملي لجمع مساقاتها النظرية في مشاغلها الهندسية ومختبراتها العلمية الحديثة والتي بنيت بالشراكة مع قطاعات الصناعة والأعمال. كما تتميز الجامعة بحسب سرحان، بمواءمتها لمستجدات ومتطلبات سوق العمل وشمولها لمساقات دراسية غير تقليدية تعنى بتكبير الطلبة بمهارات القرن الواحد والعشرين والمهارات الوظيفية المطلوبة، فيما تعتمد على عمليتها التعليمية على الحقول العلمية الأكاديمية الأربعة "العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات" وتوظيفها في العملية التعليمية.

زفاف ولي العهد يتصدر منصات التواصل في المملكة

المملكة، والمنظمات الدولية والمؤسسات العاملة في الأردن من خلال هذا الموسم جلالة الملك عبد الله الثاني وجلالة الملكة رانيا العبدالله بزفاف سمو ولي العهد. وشهدت منصة الفيس بوك، آلاف الإبداعات والصور والفيديوهات التي تتغنى بزفاف سمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني، إذ عبر المستخدمون من صقطين وناشطين وكتاب ومواطنين عن سعادتهم وابتهاجهم بزفاف سموه، لافتين إلى أن زفاف سمو ولي العهد هو عرس وطني للمملكة.

لسمو ولي العهد من أمدية العشاء التي أقامها جلالة الملك عبد الله الثاني في مضارب بني هاشم بالديوان الملكي الهاشمي أمس الأربعاء تضيوفه من مناطق المملكة كافة، إلى جانب حمام العريس الذي أقامه الأمير عمر بن فيصل لسمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني، بمشاركة عدد من أقارب ورفاق سموه في القوات المسلحة. كما تم تنظيم حملة CelebratingAlHusseini قائمة الأكثر تداولاً في تويتر أيضاً، والذي هنا سقراء الدول الأجنبية المعتمدون لدى

عمان سيطرت أجواء الاحتفال والفرح على منصات التواصل الاجتماعي في الأردن، ابتهاجاً بزفاف سمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني، ولي العهد، على الأنسة رجوة خالد السيف اليوم الخميس، بحضور قادة ورؤساء دول العالم برعاية ملكية سامية. وتصدرت أوسمة #نفرح بالحسين، و#الزفاف الملكي و#نفرح بالأمير الحسين، قائمة الأكثر تداولاً على منصة (تويت). وحفلت هذه الأوسمة بصور وفيديوهات

الفايز يرفع التهانى للملك والمملكة بمناسبة عقد قران ولي العهد

عمان

رفع رئيس مجلس الأعيان فيصل الفايز أسمى آيات التهاني والتبريكات، إلى جلالة الملك عبدالله الثاني وجلالة الملكة رانيا العبدالله والأسرة الهاشمية الكريمة والشعب الأردني، بمناسبة عقد قران سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد على سمو الأميرة رجوة الحسين. ودعا الفايز في بيان مساء الخميس، الله عز وجل أن يحفظ سموه ويديمه سناً وذخراً لجلالة الملك عبدالله الثاني ولشعبنا ومملكتنا الأردنية الهاشمية.

مايك بنس مستعد لتحدي ترامب في السباق إلى البيت الأبيض

واشنطن

يعلم نائب الرئيس الأميركي السابق مايك بنس ترشحه الأسبوع المقبل لخوض السباق إلى البيت الأبيض، منافساً رئيسه السابق دونالد ترامب في الانتخابات التمهيدية للجمهوريين التي تشهد زحمة مرشحين بشكل متزايد. وسينس بنس المحافظ الأربعة في ٧ حزيران/يونيو يوم عيد ميلاده ٦٤، مقطع فيديو لإضاءة الطابع الرسمي على دخوله السباق، وسيشارك في اجتماع في مدينة دي موان في ولاية أوبوا ويثني اليوم على قناة "سي إن إن" بحسب ما أفاد مقربون منه لوسائل إعلام عدة طالبين عدم الكشف عن هويتهم. وينس مسيحي إنجيلي معارض للإجهاض بشدة، ساعد دونالد ترامب على الفوز على اليمين الديني من خلال ترشحه ككاتب للرئيس خلال الحملة الرئاسية في ٢٠١٦. وبعد سنوات من الولاء الراسخ لترامب، غير بنس توجهاته بسبب الهجوم على مبنى الكابيتول الذي هز الديمقراطية الأمريكية في ٦ كانون الثاني/يناير ٢٠٢١.

في ذلك اليوم قاد مايك بنس، بصفته نائباً للرئيس جلسة في الكونغرس يصادق خلالها أعضاءه على فوز جو بايدن في الانتخابات الرئاسية لعام ٢٠٢٠. وعلى الرغم من أن دوره شرطي، أصر ترامب على أن يرفض بنس المصادقة على انتخاب بايدن. ولم يمثل حاكم ولاية إنديانا السابق لمطلب ترامب، فنمت عداوة قوية تجاهه بين أنصار الميلايدير، ولدى هجوم من هؤلاء على مبنى الكابيتول دعا بعضهم "لشنق" مايك بنس، الذي اضطر إلى الاختباء.

الخصاونة يلتقي المبعوث الخاص للرئيس الأميركي لشؤون المناخ



للرئيس الأميركي لشؤون المناخ على دعم الأردن في مواجهة التحديات المرتبطة والبيئة.

عمان استقبل رئيس الوزراء، الدكتور بشر الخصاونة، في مكتبه برئاسة الوزراء، الخميس، المبعوث الخاص للرئيس الأميركي لشؤون المناخ جون كيري. وجرى، خلال اللقاء الذي حضره وزير البيئة الدكتور معاوية الرديادة، بحث التعاون القائم بين الجانبين، سيما ما يتعلق بمواجهة التحديات البيئية الناجمة عن التغير المناخي وأثرها على قضايا المياه والبيئة وأهمية دعم المشاريع الدولية والإقليمية للتعامل على هذه التحديات. كما تم التأكيد على أهمية مؤتمر قمة المناخ COP ٢٨ الذي تستضيفه دولة الإمارات العربية المتحدة في شهر تشرين الثاني المقبل.

وأصر رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة عن شكره للمبعوث الخاص

موافقة أولى من النواب الأوروبيين على زيادة إنتاج الذخائر لتسريع التسليم إلى أوكرانيا

بروكسل

وافق أعضاء البرلمان الأوروبي الخميس على مشروع قانون يهدف إلى زيادة إنتاج الذخائر في الاتحاد الأوروبي من أجل تجديد الاحتياطي وتسريع عمليات التسليم إلى أوكرانيا. تم تبني هذا القانون لدعم إنتاج الذخائر بغالبية كبرى (٤٤٦ مقابل ٦٧ مع امتناع ١١٢ عن

التصويت) خلال جلسة عامة مصغرة في بروكسل. وكانت المفوضية الأوروبية عرضت مطلع أيار/ مايو هذه الخطة بقيمة ٥٠٠ مليون يورو لتعزيز القدرة على إنتاج الذخائر في الاتحاد الأوروبي إلى مليون قذيفة في السنة. ويفترض أن يتيح التمويل المشترك للاستثمارات الصناعية زيادة إنتاج مصانعها في الاتحاد الأوروبي.

وبحسب مفوض الصناعة تييري بريتون ويتمويل من الدول الأعضاء ستبلغ قدرة النواب الأوروبيين الذين قرروا استخدام اجراء الطوارئ لاعتماد هذا القانون، عليهم الآن بدء مفاوضات مع المجلس (الدول الأعضاء) للتوصل إلى اتفاق بهدف التصويت النهائي في جلسة

عامة في تموز/يوليو. وقال النائب الروماني كريستيان بويوي (يمين) إن "قرار اليوم يمثل خطوة مهمة إلى الامام لأمن اتحادنا والدفاع عنه وخصوصاً لدعمنا الثابت لأوكرانيا في مواجهة العدوان الروسي المستمر. سيعزز قدرتنا على الاستجابة للتحديات الأمنية".

قصر زهران يشهد عقد قران الأمير الحسين والأميرة رجوة الحسين



الديوان الملكي يهنئ بعقد قران ولي العهد وإرادة ملكية بالإناعام بلبق أميرة على رجوة الحسين

عمان

أعلن الديوان الملكي الهاشمي أنه جرى بحضور صاحب الجلالة الهاشمية الملك عبدالله الثاني ابن الحسين، وصاحبة الجلالة الملكة رانيا العبدالله العظمين، الخميس الواقع في الثاني عشر من ذي القعدة عام ١٤٤٤ هجري، الموافق للأول من حزيران عام ٢٠٢٣ ميلادي، عقد قران صاحب السمو الملكي الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد العظم على الأنسة رجوة خالد السيف.

وصدرت الإرادة الملكية السامية بالإناعام على الأنسة رجوة بنت خالد آل سيف بلبق صاحبة السمو الملكي الأميرة رجوة الحسين العظيمة، بمناسبة عقد قرانها على صاحب السمو الملكي الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد العظم حفظه الله.

وبهذه المناسبة، يرفع الديوان الملكي الهاشمي إلى مقام عميد آل البيت صاحب الجلالة الهاشمية الملك عبدالله الثاني ابن الحسين، وصاحبة الجلالة الملكة رانيا العبدالله العظمين، والعائلة الهاشمية، أسمى آيات التهنية والتبريك، ويتمنى لصاحب السمو الملكي الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد العظم وصاحبة السمو الملكي الأميرة رجوة الحسين العظيمة حياة هائلة، سانلا المولى العلي القدير أن يحفظهما ويكلاهما بعين رعايته.

وحضر عقد القران الذي جرى في قصر زهران العامر، أصحاب السمو الملكي الأمير الحسن بن طلال، والأمير هاشم بن عبدالله الثاني، والأمير فيصل بن الحسين، والأمير علي بن الحسين، والأمير هاشم بن الحسين، والأمير طلال بن محمد، والأمير غازي بن محمد، والأمير راشد بن الحسن.

كما حضر عقد القران صاحبات السمو الملكي الأميرة منى الحسين، والأميرة بسمة بنت طلال، والأميرة إيمان بنت عبدالله الثاني، والأميرة سلمى بنت عبدالله الثاني، والأميرة عالية بنت الحسين، والأميرة عائشة بنت الحسين، والأميرة زين بنت الحسين، والأميرة راية بنت الحسين، والأميرة شروت الحسن، والأميرة رحمة بنت الحسن، والأميرة سميرة بنت الحسن، والأميرة بديعة بنت الحسن، والأميرة زينا الفيصل، والأميرة ريم علي، والأميرة فهدة هاشم، والأميرة غيداء طلال، والأميرة مريم غازي، والأميرة زينة راشد، والأميرة تغريد محمد، وصاحبة السمو الأميرة فريال.

وحضر عقد القران عدد من أصحاب السمو الأمراء والأميرات، وذوو سمو الأميرة رجوة الحسين وأفراد من عائلة السيف، والضيوف المدعوون من قادة دول وأولياء عهد وشخصيات من دول شقيقة وصديقة.

الشبول: الزفاف الملكي تعبير عن ثقافتنا والتفافنا حول قيادتنا

عمان

قال وزير الاتصال الحكومي، فيصل الشبول، إن الزفاف الملكي هو تعبير واضح للداخل والخارج عن ثقافة أردنية عربية هاشمية تعبر عن الموروث بصورة حضارية متملا تعبير عن النموذج الأردني في التفاف الشعب حول قيادته ومشاركة جميع مواطنيه في زفاف ولي العهد.

وأضاف أن مادية العشاء التي أقامها جلالته الملك عبد الله الثاني بمناسبة زفاف سمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني، ولي العهد، تعد إحياءا للتقاليد الأردنية العربية الأصيلة، مشيرا إلى مخاطبة جلالته الملك المدعوين الذين يمثلون أطراف المجتمع الأردني كافة، "دعونا نضرب بالحسين ابني وابتكم، وتفضل جلالته بالقول اكتملت فرحتنا بوجودكم، وفخور بعزيمة الحسين..".

وتابع الشبول، في مداخلة هاتفية على نشرة أخبار الملكة مساء أمس، ما جرى خلال الأيام الماضية واليوم هورسالة للعالم بأن الأردن أسرة واحدة ملتزمة حول القيادة الهاشمية الكريمة تحتفل بزفاف ولي العهد في أنحاء المملكة كافة، وتظهر الثقافة والتقاليد الأردنية.. ولفت إلى أن حفل الاستقبال الرسمي الذي سيقام اليوم الخميس يعد صورة مهمة لنا في العالم، لأن مستوى الحضور للزفاف الملكي يعكس مدى احترام قادة ودول العالم لجلالة الملك وسمو ولي العهد وللأسرة الهاشمية ولأردنيين جميعا.

وأثنى الشبول على الجهود التي تقوم بها أجهزة الدولة لإتمام مراسم الزفاف الملكي، الذي سيبدأ من خلال مسار الموكب الملكي الأحمر من قصر زهران في منطقة الدوار الثالث إلى الدوار الثامن وصولا لتفصير الحسينية مكان الاحتفال الرئيسي. وأكد الشبول أهمية أن يظهر الجميع مدى الالتزام بالقانون وعكس الصورة الحضارية عن هذا الزفاف الملكي للعالم، مشيرا إلى التحولات المروية التي أعلنت عنها مديرية الأمن العام اليوم الخميس التي ستكون على طول مسار الموكب الملكي، وسيبدأ تنفيذها من الساعة الثالثة بعد الظهر ولغاية الساعة من مساء ذات اليوم. وأشاد الشبول بنهاية مداخلة بدور وسائل الإعلام المحلية "التي أظهرت في هذه الأيام كعادتها في المناسبات الوطنية بأنها على قدر من المسؤولية في نقل صورة حضارية عن المملكة في الداخل والخارج..".

مخيمات اللاجئين الفلسطينيين في المملكة تفرح بالحسين

عمان

احتفلت مخيمات اللاجئين الفلسطينيين في محافظات المملكة ابتهاجا بزفاف سمو ولي العهد الأمير الحسين بن عبدالله الثاني. وشهدت مخيمات محافظة العاصمة، الوحدات والحسين والأمير حسن والطابية ومخيمات محافظتي جرش واربند (جرش، سوف، اربند والشهد عزمي) احتفالات كبيرة، شارك فيها أهالي المخيمات ومؤسسات المجتمع المدني، الذين عبروا عن فرحتهم بالحسين من خلال البكيات والفرحات الفنية والأغاني والأهازيج والزغاريد. وكانت احتفالات مخيمات الزرقاء وحطين والسخنة والبقعة ومادبا، حسب بيان الدائرة اليوم الخميس، مميزة وعضوية، عبر من خلالها أهالي هذه المخيمات عن فرحتهم بالحسين وتجلت مظاهر الفرح في كل مكان.

شركة كهرباء محافظة اربند
Irbid Electricity
إعلان فصل التيار الكهربائي

ستقوم شركة كهرباء محافظة اربند يوم الاثنين الموافق 2023/6/5 بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن منطقة الروضة، شارع بقرى، شارع الملكة نور العس، منطقة دوار الرد وما حولها، حي الاندلس في محافظة اربند وذلك من الساعة الثامنة صباحا ولغاية الساعة الثالثة عصرا. وعن حاتم، ايدر، الزيرب، المنارة من الساعة التاسعة صباحا ولغاية الساعة الثالثة والنصف عصرا، وعن الفرح من الساعة التاسعة والنصف صباحا ولغاية الساعة الخامسة مساءً وعن حرثا، عقربا، القويلب من الساعة العاشرة صباحا ولغاية الساعة الرابعة مساءً في محافظة اربند.

وعن ساكب، ام جوزة، الصصافة، العسنيات، الهواية، المسرب، نجدة، ساكب اسكان الاسر الفقيرة، الكه، نحلة، ريبون من الساعة التاسعة والنصف صباحا ولغاية الساعة الرابعة مساءً في محافظة جرش.

قسم العلاقات العامة

السلطان عبدالله رعاية الدين المصطفى بالله شاه ملك ماليزيا، وعقيلته جلالة الملكة عزيزة أمينة، وجمالة الملك وليام ألكسندر ملك مملكة هولندا وعقيلته جلالة الملكة ماكسيما، وجمالة الملك فيليب، ملك مملكة بلجيكا وابنته الأميرة الزيبث وولية العهد.

كما حضر عقد القران سمو الأمير سلمان بن حمد آل خليفة ولي العهد رئيس مجلس الوزراء في مملكة البحرين، وسمو الشيخ خالد بن محمد بن زايد آل نهيان ولي العهد في إمارة أبوظبي بدولة الإمارات العربية المتحدة، وسمو الأمير ويليام أمير

عمان

شهد قصر زهران العامر، الخميس، عقد قران سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد على سمو الأميرة رجوة الحسين. وكان جلالته الملك عبدالله الثاني وجمالة الملكة رانيا العبدالله في استقبال أصحاب السمو الملكي الأمراء والأميرات، وذوي سمو الأميرة رجوة الحسين وأفراد من عائلة السيف.

وحضر عقد القران الرئيس العراقي عبداللطيف رشيد وعقيلته السيدة شازن، وجمالة السلطان حاج حسن البلقية، سلطان بروناي دار السلام، وجمالة

الأعمال اللبناني نجيب ميساتي، والرئيس الرواندي بول كاغامي، والسيدة الأولى في الولايات المتحدة الأمريكية جيل بايدن، ووالدة أمير دولة قطر صاحبة السمو الشيخة موزا بنت ناصر، وعقيلة الرئيس المصري عبدالفتاح السيسي السيدة انتصار السيسي وابنته السيدة آية، والأميرة اليابانية هيساكو من تاكامادو وابنتها الأميرة تسوجوكو.

وحضر أيضا مسؤولون من مملكة البحرين، ودولة الكويت، ودولة قطر، وباكستان، والمملكة المتحدة، وإسبانيا، وقبرص.

زفاف الأمير الحسين يزين المثوية الثانية للدولة الأردنية



عمان

بلهفة وفرح غامر ينتظر الأردنيون عقد قران وحفل زفاف سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، على الأنسة رجوة خالد السيف الخميس في احتفال تاريخي يزواج بين بروتوكولات ملكية خاصة وتقاليد أردنية عريقة ومتوارثة.

وفي وقت يتنها الأردن لاستقبال ضيوف الملكة من البلاد العربية والصديقة، ستواكب مراسم الزفاف الرسمية احتفالات شعبية ووطنية وعروض فنية بطقوس فلكلورية وتراثية أردنية عريقة ابتهاجا بالفرح.

والكاتب في الباحث في التراث الاردني الشعبي محمود الزيودي عاد بالذاكرة في حديث مع وكالة الأنباء الأردنية (بترا) ليسرد تاريخ فرح الأردنيين بزفاف ملكيهم، مشيرا إلى أن الأردن شهد خلال المثوية الأولى من عمر الدولة احتفالات زفاف ملكية بمشاركة شعبية كان أولها حفل زفاف الملك طلال بن عبدالله ثم زفاف الملك حسين بن طلال طيب الله ثراهما، ثم زفاف جلالته الملك المعزز عبدالله الثاني بن الحسين.

ويوضح الزيودي، إن أول افراح الأردنيين كانت بزفاف ولي العهد آنذاك الأمير طلال بن عبدالله قبل توليه الحكم عام (١٩٤٤) على عروسه الشريفة (زين الشرف بنت جميل). وحينها اعتلى رجال القبائل الأردنية خيولهم يلوحون بسيفهم وينادقهم فرحا في مسيرة احتفالية من ساحة الجامع الحسيني مروراً بشوارع الهاشمي والساحة الهاشمية وصولاً إلى قصر رغدان العامر حيث كان مقر الأمير عبدالله الأول بن الحسين.

أما العرس الثاني، بضيف الزيودي، فكان لجلالة الملك حسين بن طلال طيب الله ثراه في بداية تسلمه الحكم حيث ظهرت العروس الأميرة دينا مع الملك العريس من تحت سيف ضباط الجيش العربي تعظيماً للمناسبة، وبالتزامن، كان الاردنيون في المحافظات ينحرون الجمال والأغنام تعبيراً عن فرحهم بالمناسبة.

وكان الفرح الثالث للأردنيين يوم زواج جلالته الملك عبدالله الثاني بن الحسين والملكة رانيا العبدالله، حيث ظهر الأمير الشاب (حينها) وعروسه بسيارة ملكية حمراء في موكب ملكي شوارع عمان العاصمة عمان حيث اصطف الأردنيون بالألاف فرحاً بالأمير العريس وعروسه.

وأكد الزيودي أن المجتمع الأردني طور من طقوس مراسم الزواج كما هو الحال في استعدادات الأردنيين وتسايقهم للفرح بعرس سمو الأمير حسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، لافتاً إلى أن هذه الأفراح لم يسبق إقامتها في تاريخ الأردن منذ عشرات الأعمار.

وأشار إلى أن جلالته الملكة رانيا العبدالله أحيت مع الأردنيات طقساً من طقوس الفرح بالزواج وهو (حنا العروس) الذي يعود تاريخه إلى ألف عام مضت ويسمى (الخضاب). ويسرد الزيودي في سياق وصف الفرح الأردني، بعضاً من طقوس العرس التقليدي حيث كان الرجال



من الرجال يصفقون على ابتهاج واحد وهم يدحون بانفناء ويضبط ابتهاجهم رجل يقابلهم في منتصف الدائرة، وفي نهايتها يبدأ أحدهم بحداء القصيد ويتطوع اثنان أو أكثر للرد عليه ويسمون هذا الحادي بالبداة والتسمية مشتقة من الابداع، اما ما يرد به الآخرون فيسمى (الروايد) ومنها قولهم: "يا هل البيت الجديد.. يا ليته مبروك وسعيد، و يا هل البيت المبني.. يا لي هوامك جذبني".

وأشار إلى أن انتهاء الحفل في الليلة الأخيرة بزفاف العريس إلى (البرزة) وهو بيت صغير يبني قريبا من بيت أهل العريس، حيث يصطحبه مجموعة من الرجال باصطحاب العريس إلى البرزة وهم يحدون، وبعدها يخرج العريس إلى والده يتقبل التهاني والنقود فيما يصطحب العروس مجموعة من النساء وهن يغنين.

وتتمك العروس في "البرزة" من ثلاثة ايام إلى اسبوع، وفي اليوم الأخير تصنع والدة العريس طعاما تدعو له الجارات قبل أن تخرج العروس من "البرزة" لتتبارح حياتها اليومية الطبيعية.

ومودعاتها من النساء بالحناء. وعند خروج العروس من بيت أهلها يقدم أهل العريس العباة أو ثمنها إلى خال العروس التي كانت تسمى (عباءة الخال).

ويستذكر الزيودي بالقول: كان يتم إحضار العروس من منزل ذويها إلى منزل عريسها بقافلة من الجمال تسمى (الفاردة) حيث تتركب العروس في "هودج" مستور من جهاته الأربعة ترافقها والدتها أو إحدى قريباتها وغالبا ما يقود جمال الهودج شقيقها أو أحد أفراد عائلتها، وترافق الفاردة فرسان يتسابقون على خيولهم إذا كانت المسافة بعيدة، اما إذا كانت قريبة فتسير الفاردة على الأقدام يتقدمها الرجال ومن خلفهم يتعالى غناء النساء حين الاقتراب من منزل العروس بقولهن: "وسع الميدان يا بي عبدالله وسع الميدان.. العز لك والفرحة للصبيان..".

وحينها، يتابع الزيودي، يستقبلهم ذوو العريس بالزغاريد تحريحا بهم، وينضم الرجال إلى حفلة مؤكداً أن سهرة الحناء من الطقوس والعبادات المتوارثة إلى يومنا هذا، حيث تصبغ أيدي العروس

المغرب يدعو فيسبوك لحماية المعطيات الشخصية لمواطنيه



من قبل الشبكات الاجتماعية لشركة "فيسبوك". وعبرت اللجنة الوطنية لمثلي شركة فيسبوك -وفقا للبلاغ- عن استعدادها

وكالات

طالبت لجنة مغربية لمراقبة حماية المعطيات ذات الطابع الشخصي، شركة "فيسبوك" إلى ضرورة تواجد مراكز المعطيات (داتا ساتر) التي تستضيف المعطيات الشخصية للمواطنين والمقيمين في المغرب، في بلدان تضمن مستوى حماية كاف للحياة الشخصية. وجاء ذلك في اجتماع عقده رئيس اللجنة الوطنية لمراقبة حماية المعطيات ذات الطابع الشخصي (رسمية)، عمر السفسروشنى، بمعية خبراء اللجنة الوطنية، مؤخرا، مع ممثلين من شركة فيسبوك، خصص لتدارس مجموعة من الآليات القانونية والعملية لحماية المعطيات الشخصية، بحسب ما أفادت وكالة المغرب العربي للأنباء.

كما طالبت اللجنة، في بلاغ لها، أن تضع شركة "فيسبوك" آليات للتعامل بفعالية مع الشكايات الموجهة إلى اللجنة والمحيط أكثر من مضخة ضوئية لتزويد كل زوج من الألياف. وبالتالي، في حال تحطمت إحداها، ستكون هناك نسخ احتياطية منها.

ويكمن أن يحمل كل زوج من الألياف ثلاث مضخات، مما يعني أن مكررا واحدا قد يحمل، على سبيل المثال، 24 مضخة في حال كان الكابل يتكون من ثمانية أزواج من الألياف. تجدر الإشارة إلى أن الكابل الجديد الذي تترزم غوغل بنائه سيضم 12 زوجا من الألياف. وفي حال اتبعت غوغل هذه الاستراتيجية، فستحتاج إلى قدر كبير من المضخات في كل مكرر، وهذا ما يجعلها عملية مكلفة ومعقدة للغاية.

وأفادت المجلة بأن الحل لهذه المشكلة يتمثل في إجراء يسمى "مشاركة المضخة" أو "غرس المضخة" في قاع البحر" حسيما أكده فوسريكالا. وفي هذه الحالة، من المتوقع أن تستخدم غوغل مجموعات من المضخات لتضخيم الإشارة ليس التزويد زوج واحد من الألياف فحسب، وإنما زوجين أو أربعة أزواج من الألياف.

وباستخدام طريقة غرس المضخات، ستتمكن شركة غوغل من بناء كابل ذو قدرة هائلة دون زيادة التكلفة وتعقيد النظام. ومن المقرر أن يدخل كابل "دونانت" قيد العمل في سنة 2020.

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

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

ولكن ردود الفعل على المقال الذي نشره بلومبيرغ تشير إلى أن الكثيرين من زبائن هذه الشركات لا يعلمون بأن بشرا يسترقون السمع إلى ما يقولون في دورهم. أقر أيضا، أبرز الابتكارات التكنولوجية الثورية بمعرض

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

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

ولكن ردود الفعل على المقال الذي نشره بلومبيرغ تشير إلى أن الكثيرين من زبائن هذه الشركات لا يعلمون بأن بشرا يسترقون السمع إلى ما يقولون في دورهم. أقر أيضا، أبرز الابتكارات التكنولوجية الثورية بمعرض

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

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

ولكن ردود الفعل على المقال الذي نشره بلومبيرغ تشير إلى أن الكثيرين من زبائن هذه الشركات لا يعلمون بأن بشرا يسترقون السمع إلى ما يقولون في دورهم. أقر أيضا، أبرز الابتكارات التكنولوجية الثورية بمعرض

هكذا تنوي غوغل بناء أسرع كابل إنترنت يعبر «الأطلسي»

وكالات

نشرت مجلة "بوبيلار ساينس" الأمريكية تقريرا تحدثت فيه عن خطة غوغل التي تتمثل في بناء أسرع وأكبر كابل إنترنت سيحيط المحيط الأطلسي.

وبالإضافة إلى الكابلات الموجودة في قعر البحر، التي تنقل المعلومات من الولايات المتحدة إلى أوروبا عبر الألياف الزجاجية، والتي يبلغ عددها قرابة 278 كابل، سيكون الكابل الجديد من غوغل قادرا على نقل كم هائل من البيانات عبر المحيط. وقالت المجلة في تقريرها الذي ترجمته "عربي 21"، إن غوغل ستطلق على الكابل اسم "دونانت"، تيمنًا بمؤسس الصليب الأحمر، هنري دونانت، وسيتم هذا الكابل من الولايات المتحدة إلى فرنسا على مسافة 2977 ميلا تقريبا.

ونظرا لأن شركة غوغل هي صاحبة المشروع، فمن غير المستغرب أن هذا الكابل سيكون جزءا من شبكة غوغل، لربط مراكز البيانات معا، ونقل البيانات الداخلية.

في الواقع، ستكون هذه الكابلات ذات طاقة عالية، وستكون قادرة على نقل 250 تيرابايت من البيانات في الثانية الواحدة، وذلك مقارنة بكابل آخر تحت سطح البحر، يسمى "ماريا"، والذي يستطيع نقل 160 تيرابايت في الثانية، وتعمل الشركة على تحقيق هذا المشروع بطريقة بسيطة ومعقدة في الوقت ذاته.

وأوضحت المجلة أن الجزء البسيط يتمثل في وجود الكابلات البحرية، على غرار "ماريا"، التي تنقل بياناتها عبر 8 أزواج من حبال الألياف الضوئية، أي ما مجموعه 16 حبالا. في المقابل، سيكون كابل "دونانت" قادرا على نقل المزيد من البيانات لأنه سيضم عددا أكبر من الألياف، المتمثلة في 12 زوجا، أي 24 حبالا.

في هذا السياق، قد تبدو إضافة المزيد من الألياف إلى الكابلات، من أجل تمكينها من نقل المزيد من المعلومات، استراتيجية واضحة، ولكن تصميم المعدات لتعمل على عمق كبير تحت الماء لسنوات طويلة، من شأنه أن يخلق بعض المشكلات على غرار التكلفة والصعوبة والطاقة الكهربائية.

وأضافت المجلة أن إرسال البيانات عبر الكابلات الطويلة يُعقد الإشارة فوئها. ومن هذا المنطلق، صرح مدير قسم هندسة الشبكات وهندسة البحرية في "غوغل كلاود"، فيجاي فوسريكالا، أن إحدى المبادئ التوجيهية لتقيد بأن "الإشارة تفقد 99 بالمئة من قوتها" كل 12 ميلا.

وذكرت المجلة أن هذه الكابلات تهدف إلى حل هذه المشكلة، وذلك عن طريق الكمرات التي يطلق عليها اسم "المدرع". وقد صمم هذا المكر ليكون مقاوما للماء ويتحمل الضغوط الهائلة في قاع

تعرف إلى المبلغ الكبير الذي تنفقه «فيسبوك» لحماية زوكربيرغ

وكالات

كشفت بيانات نشرتها شركة "فيسبوك" حجم الإنفاق الكبير لحماية المدير التنفيذي مارك زوكربيرغ وعائلته، خلال العام 2018. وبحسب بيانات الشركة، فإن مجموع ما أنفق لحماية زوكربيرغ وعائلته بلغ 22,6 مليون دولار، في ارتفاع كبير عن العام 2017، الذي وصل إلى 9 ملايين دولار.

ويحسب "فيسبوك"، فإن زوكربيرغ أنفق 2,6 مليون دولار لاستخدام طائرات خاصة كجزء من برنامج حمايته. وتأتي هذه الأرقام الفلكية في الوقت التي تعلن فيه "فيسبوك" أن زوكربيرغ حصل على راتب أساسي قدره دولار واحد على مدار الأعوام الثلاثة الماضية.

كيتي بومان.. أيقونة مشروع الثقب الأسود

وكالات

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

هذه الفتاة كانت العالمة الشابة ذات الـ29 عاما، كيتي بومان، الحاصلة على زمالة أبحاث ما بعد الدكتوراه، والتي شاركت في مشروع "الثقب الأسود"، وأدت الخوارزمية التي كتبها إلى الوصول إلى الصورة.

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

وكان المشروع، الذي قاده شيريد دويلمان عالم الفلك في مركز هارفارد-سميثونيان للفيزياء الفلكية، ثمرة عمل ما يزيد على 200 باحث، 40 منهم سيدات، حسيما ذكرت مبادرة جامعة هارفارد للثقب الأسود.

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

توقف خدمات موقع فيسبوك وتطبيقاته في العالم

وكالات

قالت تقارير صحفية الأحد إن عطلا أصاب موقع فيسبوك في العالم، وطال العطل تطبيقات واتساب وانستغرام وفيسبوك ماسنجر.

وكالات

قالت تقارير صحفية الأحد إن عطلا أصاب موقع فيسبوك في العالم، وطال العطل تطبيقات واتساب وانستغرام وفيسبوك ماسنجر.

ولم يتمكن المستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

والمستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن عطلات منعته من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرذ المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت رسوم #whatsappdown و"#instagramdown و"#FacebookDown إلى الأكثر تداولاً

لهذا السبب.. كن حذرا عند استخدام السماعات الذكية

الالكترونيات 2019

وقال موقع بلومبيرغ إنه تحدثت مع سبعة أشخاص راجعوا تسجيلات من أجهزة أمازون إيكو وخدمة أليكسا التابعة للشركة ذاتها. وقال الموقع إن المراجعين يدعون ما يريد في محادثات المستهكرين ويعلقون عليها بغرض تحسين أداء أنظمة أمازون للتعرف على النطق.

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

وقال بعض المراجعين لبومبيرغ أنهم يطلعون زملاءهم على بعض التسجيلات الظرفية من خلال غرفة دردشة خاصة بأمازون.

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

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

وقالت أمازون في بيان إنها تأخذ قضيته الأمان والخصوصية مأخذ الجد، وتسجيلات سماعات أليكسا. وجاء في البيان، "تساعدنا هذه المعلومات في تحسين أنظمة التعرف على النطق والتعرف على اللغات التي نستخدمها، من أجل أن تكون سماعات الخدمة تعمل بجودة بالنسبة للجميع".

ومضت الشركة للقول، "نطبق معايير تقنية وعملية صارمة، ولا نتساهل مع أي محاولة للإساءة لأنظمتنا. الموظفون ليس لديهم أي سبيل للتوصل إلى معلومات قد تكشف لهم شخصية المشترك أو الحساب".

ولكن ماذا عن أبل وسيري؟ مثلها مثل أمازون، لشركة أبل مراجعون بشريون يطمحون بالتأكد من أن محرك التعرف على النطق سيبري يفسر الطلبات بشكل صحيح. يذكر أن سيبري تسجل الطلبات الصوتية التي يطلبها المشاركون من خلال هواتف آيفون وسماعات هوم بود.

وتنص الضوابط الأمنية لأبل على ضرورة أن تكون التسجيلات الصوتية خالية من أي إشارات إلى مصادرها وأن تكون مرتبطة برقم عشوائي يعاد خلقه كلما يطفئ جهاز سيبري.

ويتم تخزين أي تسجيل لأكثر من 6 شهور دون الرقم العشوائي. وتقول أبل إن مراجعيها ليس

بمقدورهم الحصول على أي معلومات شخصية ولا على الرقم العشوائي. أقرأ أيضا: تعرف على مستقبل الترفيه باستخدام تطبيقات "الواقع المعزز" ثم ماذا عن غوغل و"المساعد"؟ قالت غوغل إن مراجعيها يتمكنون من الاستماع إلى التسجيلات الصوتية الأتية من نظام "المساعد - Assistant" الذي يعد جزءا أساسيا في معظم الهواتف التي تعمل بنظام أندرويد وفي السماعات المنزلية التي تنتجها.

ولكنها أضافت أن هذه التسجيلات غير مرتبطة بأي معلومات قد تدل على شخصية المتكلم، كما أن الشركة تقوم بتشويه الصوت من أجل التموهية على صوت الزبون. هل تسجل السماعات الذكية كل محادثاتك؟ ثمة مخاوف جديدة من أن السماعات الذكية تسجل سرا كل ما يقال في المنازل. ولكن بينما تقوم هذه السماعات تقنيا على الأقل "بسماع" ما يقال، فإنها لا "تستمع" إلى محادثات الناس. تقوم كل السماعات الذكية بتسجيل مقاطع قصيرة من الأصوات داخليا من أجل الاستيذان عن كلمات توقظها من "سباتها" مثل "أليكسا" أو "أوكي غوغل" أوهاي سيبري".

أثار مخاوف.. الذكاء الاصطناعي بات يحاكي السلوكيات البشرية

وكالات

نشر موقع "ساينس ألرت" الأمريكي مقال رأي للأستاذة المساعدة في قانون القطع الصحي في جامعة سانت لويس الأمريكية، أنا سانتوس روتشمان، تطرقت من خلاله إلى تنامي قدرات خوارزميات الذكاء الاصطناعي بشكل لا يصدق في العقود الأخيرة، لتصبح قادرة على تأليف المقطوعات الموسيقية والقيام بأمور إبداعية لظالمًا كانت حكرًا على بني البشر. ويبدو أن تطور هذه الخوارزميات بات منذرا بقدرتها على القيام بما يتجاوز مجرد قراء النوتات.

وقالت روتشمان، في مقالها الذي ترجمته "عربي 21"، أن دراسة أجرتها أثبتت الخطاطر الأخلاقية للذكاء الاصطناعي. ويمكن القول إن قدرة الخوارزميات المتطورة لأحد برامج غوغل على دمج الدرجات الموسيقية مع موسيقى يوهان سيبستيان باخ لإنشاء مقطوعات موسيقية تبعث على الشعور بالخوف إزاء ما يمكنها فعله في المستقبل.

وأشارت الكاتبة إلى تمكن الحاسوب من محاكاة بعض القدرات الإبداعية لبشر حقيقيين تعتبر أمرا مريكا ومثيرا للريبة بشكل خاص.

الجدير بالذكر أن غوغل أنشأت برنامجها الموسيقي من خلال تحليل 306 مقطع للمؤلف الموسيقي الألماني سيبستيان باخ وتتنج النمط الذي سار عليه وجعله متناغما مع الملاحظات والأدخالات الخاصة بالمستخدمين.

وذكرت روتشمان أن تطبيق "باخ" يعتبر جيدا، لكن التكنولوجيا التي قادته إلى التوصل إليه موجودة منذ فترة طويلة، وهي تتمثل في الخوارزميات المدربة على التعرف على الأنماط واتخاذ القرارات بعد النظر في مجموعة من الاحتمالات.

ويكون بعض هذه الخوارزميات مقفلا بشكل يجعل معظم الناس عاجزين عن تبين سبب اتخاذها لقرار معين.

أقرأ أيضا : هكذا يخطط علماء ليعيش الإنسان ألف سنة في المقابل، لا يمكننا القول إن خوارزميات الذكاء الاصطناعي دقيقة، حيث يعتمد الكثير منها على بيانات لا تمثل جميع فئات المجتمع، ما يجعلها خاضعة للتحيزات البشرية.

وليس من الواضح من قد يتحمل المسؤولية عندما يرتكب الذكاء الاصطناعي خطأ ما أو يتسبب في مشكلة معينة. ولا يزال هناك شوط كبير لتقلعه هذه التقنيات حتى تتهيأ قادرة على الكتابة بأسلوب بشري بارع أو التحدث مثل الإنسان أو تقليد تعابير وجهه.

وعلى سبيل المثال، أصدر مطور برنامج "لاير بيرد" لمحاكاة الصوت محاكاة وهمية بين براك أوباما ودونالد ترامب وهيلاري كلينتون، والتي بدت حقيقية للغاية.

ومن جهتها، طورت شركة "أوين أي إي" برنامجا قادرا على الكتابة بطريقة شبيهة بالبشر بعض الشيء. ونظرا لكون النص واقعا للغاية، اختارت الشركة عدم

عرضه على العموم. وأفادت الكاتبة أن الذكاء الاصطناعي يسمح بإنشاء مقاطع فيديو وصور إحصائية للغاية، حيث سبق للممثل والمخرج السينمائي، جوردان بيل، إنشاء مقطع فيديو يظهر خلاله الرئيس الأمريكي السابق براك أوباما وهو يصدد قول أشياء لم يقالها أبدا، وهو ما يطرأ العديد من التساؤلات حول المخاطر التي تشكلها هذه التقنيات.

وفي مطلع سنة 2019، انتشرت العديد من الصور التي تظهر السياسي الأمريكية ألكساندريا أوكاسيوكورتيز وهي عارية، ليظهر بعد ذلك أنها مزيفة وتهدف إلى الإطاحة بها في الانتخابات، من جهتها، بدأت وكالات الأنباء العالمية مثل رويترز بتدريب صحافييها على رصد وتمييز هذه المعلومات المزيفة والخاطئة.

وذكرت روتشمان أن ما يثير القلق حقا هو عدم قدرة المستخدمين على تعلم الخدع التي يمكن للذكاء الاصطناعي القيام بها، لا سيما وأن هذه القدرات تنمو بوتيرة سريعة وتصبح أكثر تطورا وتعقيدا يوما

لدراسة المقترحات المتعلقة بأفضل الممارسات للشبكات الاجتماعية التي يمكن أن تثرى المحتوى التحريري للمنصة المخصصة لحماية الحياة الخاصة الرقمية للأطفال والمراهقين في المغرب، والتي سيتم وضعها قريبا على الإنترنت من طرف اللجنة الوطنية.

وأشار البلاغ إلى أن اللجنة أكدت، أيضا، على تبادل الرؤى مع الشركة، حول التطورات الحالية والمستقبلية في العالم واستخدامات التكنولوجيا الرقمية (الاستخدامات الجديدة، تصنيف الخوارزميات الخاضعة للتفسير، الذكاء الاصطناعي المسؤول، مصير حسابات الأشخاص بعد الوفاة...).

ولخص المصدر ذاته إلى أن اللجنة الوطنية طلبت من ممثلي شركة فيسبوك أن تتم دراسة مختلف طلباتها، وأن تقترح خطة عمل فعالة قادرة على الاستجابة لمختلف هذه المواضيع.

لهذا السبب.. كن حذرا عند استخدام السماعات الذكية

بمقدورهم الحصول على أي معلومات شخصية ولا على الرقم العشوائي. أقرأ أيضا: تعرف على مستقبل الترفيه باستخدام تطبيقات "الواقع المعزز" ثم ماذا عن غوغل و"المساعد"؟ قالت غوغل إن مراجعيها يتمكنون من الاستماع إلى التسجيلات الصوتية الأتية من نظام "المساعد - Assistant" الذي يعد جزءا أساسيا في معظم الهواتف التي تعمل بنظام أندرويد وفي السماعات المنزلية التي تنتجها.

ولكنها أضافت أن هذه التسجيلات غير مرتبطة بأي معلومات قد تدل على شخصية المتكلم، كما أن الشركة تقوم بتشويه الصوت من أجل التموهية على صوت الزبون. هل تسجل السماعات الذكية كل محادثاتك؟ ثمة مخاوف جديدة من أن السماعات الذكية تسجل سرا كل ما يقال في المنازل. ولكن بينما تقوم هذه السماعات تقنيا على الأقل "بسماع" ما يقال، فإنها لا "تستمع" إلى محادثات الناس. تقوم كل السماعات الذكية بتسجيل مقاطع قصيرة من الأصوات داخليا من أجل الاستيذان عن كلمات توقظها من "سباتها" مثل "أليكسا" أو "أوكي غوغل" أوهاي سيبري".

ولكنها أضافت أن هذه التسجيلات غير مرتبطة بأي معلومات قد تدل على شخصية المتكلم، كما أن الشركة تقوم بتشويه الصوت من أجل التموهية على صوت الزبون. هل تسجل السماعات الذكية كل محادثاتك؟ ثمة مخاوف جديدة من أن السماعات الذكية تسجل سرا كل ما يقال في المنازل. ولكن بينما تقوم هذه السماعات تقنيا على الأقل "بسماع" ما يقال، فإنها لا "تستمع" إلى محادثات الناس. تقوم كل السماعات الذكية بتسجيل مقاطع قصيرة من الأصوات داخليا من أجل الاستيذان عن كلمات توقظها من "سباتها" مثل "أليكسا" أو "أوكي غوغل" أوهاي سيبري".

ولكنها أضافت أن هذه التسجيلات غير مرتبطة بأي معلومات قد تدل على شخصية المتكلم، كما أن الشركة تقوم بتشويه الصوت من أجل التموهية على صوت الزبون. هل تسجل السماعات الذكية كل محادثاتك؟ ثمة مخاوف جديدة من أن السماعات الذكية تسجل سرا كل ما يقال في المنازل. ولكن بينما تقوم هذه السماعات تقنيا على الأقل "بسماع" ما يقال، فإنها لا "تستمع" إلى محادثات الناس. تقوم كل السماعات الذكية بتسجيل مقاطع قصيرة من الأصوات داخليا من أجل الاستيذان عن كلمات توقظها من "سباتها" مثل "أليكسا" أو "أوكي غوغل" أوهاي سيبري".

ولكنها أضافت أن هذه التسجيلات غير مرتبطة بأي معلومات قد تدل على شخصية المتكلم، كما أن الشركة تقوم بتشويه الصوت من أجل التموهية على صوت الزبون. هل تسجل السماعات الذكية كل محادثاتك؟ ثمة مخاوف جديدة من أن السماعات الذكية تسجل سرا كل ما يقال في المنازل. ولكن بينما تقوم هذه السماعات تقنيا على الأقل "بسماع" ما يقال، فإنها لا "تستمع" إلى محادثات الناس. تقوم كل السماعات الذكية بتسجيل مقاطع قصيرة من الأصوات داخليا من أجل الاستيذان عن كلمات توقظها من "سباتها" مثل "أليكسا" أو "أوكي غوغل" أوهاي سيبري".

أثار مخاوف.. الذكاء الاصطناعي بات يحاكي السلوكيات البشرية

نشر موقع "ساينس ألرت" الأمريكي مقال رأي للأستاذة المساعدة في قانون القطع الصحي في جامعة سانت لويس الأمريكية، أنا سانتوس روتشمان، تطرقت من خلاله إلى تنامي قدرات خوارزميات الذكاء الاصطناعي بشكل لا يصدق في العقود الأخيرة، لتصبح قادرة على تأليف المقطوعات الموسيقية والقيام بأمور إبداعية لظالمًا كانت حكرًا على بني البشر. ويبدو أن تطور هذه الخوارزميات بات منذرا بقدرتها على القيام بما يتجاوز مجرد قراء النوتات.

وقالت روتشمان، في مقالها الذي ترجمته "عربي 21"، أن دراسة أجرتها أثبتت الخطاطر الأخلاقية للذكاء الاصطناعي. ويمكن القول إن قدرة الخوارزميات المتطورة لأحد برامج غوغل على دمج الدرجات الموسيقية مع موسيقى يوهان سيبستيان باخ لإنشاء مقطوعات موسيقية تبعث على الشعور بالخوف إزاء ما يمكنها فعله في المستقبل.

وأشارت الكاتبة إلى تمكن الحاسوب من محاكاة بعض القدرات الإبداعية لبشر حقيقيين تعتبر أمرا مريكا ومثيرا للريبة بشكل خاص.

الجدير بالذكر أن غوغل أنشأت برنامجها الموسيقي من خلال تحليل 306 مقطع للمؤلف الموسيقي الألماني سيبستيان باخ وتتنج النمط الذي سار عليه وجعله متناغما مع الملاحظات والأدخالات الخاصة بالمستخدمين.

وذكرت روتشمان أن تطبيق "باخ" يعتبر جيدا، لكن التكنولوجيا التي قادته إلى التوصل إليه موجودة منذ فترة طويلة، وهي تتمثل في الخوارزميات المدربة على التعرف على الأنماط واتخاذ القرارات بعد النظر في مجموعة من الاحتمالات.

ويكون بعض هذه الخوارزميات مقفلا بشكل يجعل معظم الناس عاجزين عن تبين سبب اتخاذها لقرار معين.

أقرأ أيضا : هكذا يخطط علماء ليعيش الإنسان ألف سنة في المقابل، لا يمكننا القول إن خوارزميات الذكاء الاصطناعي دقيقة، حيث يعتمد الكثير منها على بيانات لا تمثل جميع فئات المجتمع، ما يجعلها خاضعة للتحيزات البشرية.

وليس من الواضح من قد يتحمل المسؤولية عندما يرتكب الذكاء الاصطناعي خطأ ما أو يتسبب في مشكلة معينة. ولا يزال هناك شوط كبير لتقلعه هذه التقنيات حتى تتهيأ قادرة على الكتابة بأسلوب بشري بارع أو التحدث مثل الإنسان أو تقليد تعابير وجهه.

وعلى سبيل المثال، أصدر مطور برنامج "لاير بيرد" لمحاكاة الصوت محاكاة وهمية بين براك أوباما ودونالد ترامب وهيلاري كلينتون، والتي بدت حقيقية للغاية.

ومن جهتها، طورت شركة "أوين أي إي" برنامجا قادرا على الكتابة بطريقة شبيهة بالبشر بعض الشيء. ونظرا لكون النص واقعا للغاية، اختارت الشركة عدم

9 عادات تتسبب في ظهور بثور الوجه



وإنتشار البثور. وذكرت المجلة، سادسا، أن الحمية الغذائية لها علاقة أيضا بهذه المشكلة، حيث تؤكد الأكاديمية الأمريكية لطب الجلد على وجود مؤشرات واضحة على العلاقة بين الغذاء وحالة البشرة. ولذلك، تنصح الأكاديمية بالتقليل من استهلاك الأغذية الغنية بالسكريات والدهنيات.

أما سابعاً، فلا بد من توخي الحذر من التدخين؛ نظرا لتسببه في اضطرابات في إنتاج الدهون وإحراقه الضرر بطبقات الجلد، وهو ما يساعد على ظهور حب الشباب.

وأشارت المجلة، ثامنا، إلى أن ارتداء الثياب التي تؤدي لظهور البثور. ورغم أن الصبغة في حد ذاتها لا تسبب هذا المشكل، إلا أنها تؤدي لتعرق الرأس ونزول حبات العرق على الجبين والوجه، وهو ما يؤدي لقلق المسام.

أما تاسعا، فيؤدي استخدام الهاتف الجوال بشكل مستمر وللصاقه باليد إلى التعرق وغلغ المسام، بالإضافة إلى أن هذا الجهاز ينقل الكثير من الغبار والبكتيريا من الأماكن التي يوضع فيها.

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

وحدرت المجلة، رابعا، من لس بثور الوجه باليدن أو محاولة تقشيرها، وهو ما يخلق بيئة ملائمة لتكاثر البكتيريا ويؤدي لتهابات. فعند تمرير اليدين فوق البشرة، ينتقل الغبار والبكتيريا والدهون إليها، وهو ما يساهم في غلق المسام واضطراب الترتيب الطبيعي للجلد. أما عند محاولة فتح هذه البثور أو الضغط عليها أو إزالتها باليدين، فحين تترك بعض الدهون والبكتيريا على الجلد، وتنتسب في تهيجه بسبب الضغط عليه، وهذا يؤدي لظهور المزيد من هذه البثور.

وأشارت المجلة، خامسا، إلى أن بعض خبراء الجلد يعتقدون أن التوتر العصبي يزيد من احتمالات المعاناة من البثور؛ لأن هذه الحالة النفسية ترفع من إنتاج الكورتيزول والاستروجين في الجسم. وهناك سببان إضافيين يفسران ارتباط التوتر العصبي بالبثور وحب الشباب، حيث إن الغدد الدهنية هي جزء من النظام المناعي، ويمكن أن تسبب التهابات في الجلد. فضلا عن ذلك، يميل الأشخاص الذين يعانون من التوتر العصبي للاسخاص وجوههم بأيديهم أكثر، والقيام بالحك بأظفارهم، وهو ما يساهم في التهاب الجلد

عبر الغذاء الصحي المتوازن، الذي يشمل الكالسيوم وفيتامين د والبروتينات الجيدة، إضافة لبعض العناصر الغذائية التي تساعد في حماية صحة العظام بشكل أساسي.

وأكد أن أهم عامل وقاية ضد هذا المرض هو ممارسة الرياضة بانتظام منذ الطفولة حتى سن الأربعين، حتى يتم تكوين كتلة عظم جيدة، بحيث إذا حصل هدم في العظم تساعدنا هذه الكتلة في عدم الوصول لمرحلة هشاشة العظم.

وأكمل: "تساعد الرياضة ببناء كتلة العظم، حيث تعمل على بناء الكلس وكتلة العظم بشكل جيد، فتجدها أقوى وأكثر عند الشخص الرياضي من الشخص غير الرياضي".

ونصح سلام المرأة حينما تصل لسن ٤٠-٤٥، الذي يتوقف فيه نمو العظام، بأخذ مكملات الكالسيوم وفيتامين د، وأيضا التركيز على ممارسة الرياضة، والمشي، وعدم ممارسة الرياضات العنيفة.

نظام غذائي متوازن

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

وتابعت نجوى في حديث لـ "عربي ٢١"، "الحصول على قدر كاف من الكالسيوم يساعد على بناء العظام، ويحافظ على قوتها، وهو موجود في الحليب ومشتقات الألبان وأسماك السردين والسلمون والبروكلي والخضار الورقية، والأطعمة المدعمة بالكالسيوم كصغير البرتقال والخبز وحبوب الإفطار المدعمة، والبنوز مثل المسمم وبنوز الشيا".

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

ونصحت من يعانون من "عدم تحمل اللاكتوز" بأن يستبدلوا بالحليب الحيواني حليب الصويا، إضافة لتناول التين المجفف والمكسرات مثل اللوز. وارتفعت: "يجب أن يأخذ الإنسان الكمية المناسبة من فيتامين د، فهو مسؤول عن ربط الكالسيوم والفسفور في العظم، ونقصه قد يؤدي لهشاشة العظام".

وأشارت إلى "ضرورة تناول المواد التي تحتوي على هذا الفيتامين، وهي: المكولات البحرية مثل السلمون والتونة والروبيان والرنجة والسردين وزيت كبد الحوت، وسمندر البيض، والمشموس، والحليب البقري وحليب الصويا المدعم بفيتامين د، والشوفان المدعم بفيتامين د".

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

تعرف إلى أسباب مرض هشاشة العظام وطرق الوقاية منه

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

ويحسب أخصائي جراحة العظام والمفاصل عبد الله سلام، يعد مرض هشاشة العظام مرضا صامتا، ويكتشف عادة إذا حصلت كسور أو تقوس في الظهر. وتابع سلام في حديث لـ "عربي ٢١" بأن مرض هشاشة العظام ينقسم لنوعين "أولي وثانوي"، الثانوي يأتي نتيجة لأمراض معينة مثل الكلى والكبد أو الروماتيزم أو مرض التصلب اللويحي أو نقص فيتامين "سي" أو أمراض الغدة الدرقية، أو التعرض للكورتيزون أو الكحول أو التدخين أو سوء الامتصاص من الأمعاء.

أما النوع الأولي، فيحدث عند النساء بعد انقطاع الطمث، وتحديدًا من سن ٥٠-٥٥ سنة، حيث تبدأ كثافة العظم تقل نتيجة للاختلال الهرموني الذي يحدث عندهن. أما عند الرجال، فيبدأ من سن ٧٠، حيث يبدأ الرجل بخسارة العظم بدلا من بنائه.

وأشار سلام إلى أن النساء أكثر عرضة للإصابة بهشاشة العظام من الرجال بنسبة ٤ إلى ١، والسبب هو انقطاع الدورة الشهرية والاختلاف الهرموني الذي يحدث فجأة بعد انقطاع الطمث فيؤدي لحدوث هشاشة عظام تدريجية، حيث يتوقف بناء العظام عندهن.

التشخيص

وأوضح سلام أن تشخيص المرض يتم عن عبر النظر لسيرة المرضية للمريض، ومعرفة ما إذا كان هناك أحد في عائلته مصاب بالمرض ذاته، أو أخذ هو أدوية معينة، أو أنه مصاب بالأمراض السببية لهشاشة العظام.

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

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

الوقاية

وحول طرق الوقاية، قال سلام: "نقوم أولا بإعطاء الرجال والنساء بعد سن ٤٠-٥٠، الذين لديهم ما يسمى لين عظام أو هشاشة مبكرة، تعطيهم كالسيوم وفيتامين د، مع الحفاظ على نظام غذائي صحي ومتوازن، هذا يمكن أن يقيهم من هذا المرض". وأضاف: "أيضا يجب الحفاظ على كتلة العظام قبل سن ٣٥، ويبدأ ذلك من الطفولة، وكلما بدأنا ببناء العظام في مرحلة الطفولة والشباب، ساعد ذلك في منع هشاشة العظم".

وأوضح سلام أن "المحافظة على كتلة العظم يتم

أو وضعت المجلة أن بصيالات الشعر في كل واحد من مسام الجلد تنتج نوعا من الدهون لترطيب الشعر والبشرة. وعند حدوث تغييرات هرمونية في الغدد الدهنية، يرتفع إنتاج هذه الدهون، وهو ما يؤدي إلى انسداد مسام الجلد وحبس الخلايا الميتة والبكتيريا. وعند حدوث هذا الأمر؛ لأن البعض يعتقدون أن حبوب منع الحمل تحفز في الجلد، لا تصبح النقاط الدهنية سوداء، بل تظهر بقع بيضاء تكون أقل عرضة للتفتن؛ بسبب عدم تعرضها المباشر للهواء.

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

المضادات الحيوية في الطفولة ترتبط بخطر الإصابة بأمراض عقلية

إلا أن الأساس الجزيئي لهذا الارتباط لا يزال مجهولا. تسعى العديد من الدراسات إلى تحديد الروابط بين الميكروبيوم والدماغ البشري، وتركز على المركبات العصبية الفعالة التي تنتجها أو تستهلكها البكتيريا في الأمعاء.

وفي دراسة أجراها فليب ستراندويتز وزملاؤه في جامعة نورثيسترن في بوسطن على نوع نادر من بكتيريا الأمعاء، وجدوا أن هذه البكتيريا تآكل حمض غاما أمينوبيريك، والمعروف باسم جابا، وهو مهم بالنسبة لنا؛ لأنه مركب عصبي مطلوب لوظيفة طبيعية للجهاز العصبي المركزي لدينا. وترتبط الاضطرابات الاكتئابية الرئيسية مع انخفاض مستويات جابا.

الحالة المزاجية، وربما يعرضنا لأمراض عقلية. وقد وفقت الدراسات في النماذج الحيوانية بالفعل العلاقة بين البكتيريا والاكنتاب. أظهرت إحدى المجموعات البحثية أن الفئران التي عولجت بالمضادات الحيوية أظهرت تغييرات في تنوع ميكروبيوم الأمعاء وأداء أسوأ في اختبارات الذاكرة.

كما أظهرت الحيوانات التي استخدمت المضادات الحيوية واسعة الطيف تغييرات في اضطرابات مختلفة، بما في ذلك طيف التوحد والاضطرابات التنكسية العصبية مثل مرض الزهايمر والاكنتاب.

جميع هذه الدراسات تشير إلى العلاقة بين الميكروبيوم وحالة الصحة العقلية، ويتتبع السجل لأول مرة البيانات السريية لأكثر من مليون شخص، من عام ١٩٩٥ فصاعدا، على الدنماركيين الذين عولجوا من مرض عقلي على مدى ١٧ سنة من حياتهم، إما في المستشفى أو كمرضى خارجيين. تم توثيق كل حالة بما في ذلك الوصفات الطبية وتاريخ الأسرة.

وبفضل هذا السجل، يستطيع الدنماركيون فعل الكثير لتوضيح الصلة بين الأمعاء والصحة العقلية. ولقد تمت الإشارة من قبل بأن الميكروبيوم الهضمي هو عبارة عن مجتمع بكتيري شديد التنوع يعيش في أمعائنا، ويرسل إشارات إلى الدماغ، ويقوم بتعديل

أشارت دراسة جديدة نشرت في مجلة "JAMA Psychiatry" إلى أن استخدام المضادات الحيوية مرتبط بدرجة كبيرة بخاطر الإصابة بأمراض عقلية، ويعتقد بأن السبب وراء ذلك أن المضادات الحيوية تؤثر على البكتيريا في الميكروبيوم المعوي.

واعتمدت نتائج الدراسة على بيانات من الشباب في الدنمارك حتى سن ١٧ عاما. الدراسة التي تدعم النظريات المستجدة حول التفاعل الوظيفي بين العدوى والميكروبيوم المعوي والأمراض العقلية، هي واحدة من ما يقارب خمسين بحثا تم نشرها في النصف الأخير من عام

منتجع يستخدم النفط الخام لعلاج الأمراض وسط جدل طبي

في الثمانينات، كانت نפטان تستقبل أكثر من ٧٠ ألف شخص في السنة، وهو مستوى قياسي. وازدهرت هذه العلاجات حتى اندلاع الحرب في ١٩٨٨ في منطقة ناغورني قره باخ، التي تتنازع عليها كل من أذربيجان وأرمينيا. وحولت كل منتجعات المدينة حينها إلى مساكن لاستقبال مئات آلاف النازحين جراء النزاع.

وأعلن جيب ناغورني قره باخ، الذي تسكنه غالبية أرمنية وضمت السلطات السوفياتية إلى أذربيجان العام ١٩٢١، استقلاله من جانب واحد في العام ١٩٩١، بدعم من أرمينيا. ورغم اتفاق وقف إطلاق النار في العام ١٩٩٤ بعد حرب صدقت ٣٠ ألف قتيل، تقع مواجهات من حين إلى آخر في غياب اتفاقية سلام. وخط الجبهة في هذا النزاع المتوقف يقع على بعد كيلومترات قليلة من نפטان.

في مطلع الألفية، عززت أذربيجان جهودها لتحسين سعة نפטان كوجهة صحية. وقد نقل اللاجئون المقيمون في المنتجعات إلى مساكن أخرى، فيما هدمت غالبية هذه المنشآت، وأقيمت مكانها فنادق حديثة.

وتضم المدينة اليوم خليط من الفنادق الضخمة، تتجاوز كلفة الإقامة والعلاج فيها ألف دولار أسبوعيا، ومنتجعات بسيطة تهين عليها أجواء سوفييتية تكلف مئات الدولارات في الأسبوع. وأحيانا، تطل الحرب برأسها، مذكرة بوجودها الزوار، وغالبيةهم من أذربيجان ومن الدول المثبثة عن الاتحاد السوفياتي، أو تركيا، وأحيانا من أوروبا.

وخلال مواجهات قوية تعرف باسم "حرب الأيام الأربعة" في نيسان/ أبريل ٢٠١٦، "كنا نسعى لاطلاق النار"، على ما يقول موظف في منتجع "غاراباغ" الضخم، قبل أن يضيف بسرعة: "بقي الجميع" مشددا على سلامة المنشآت.



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

جدل وتقيد الرواية المحلية أن موظفي الفنادق في المدينة يكررون دونما ملل أن مزاي "هذا النفط العجائبي" اكتشفت صدفة عندما ترك جمل ينازع قرب بقعة من هذا السائل، هشي.

واليوم يقوم العلاج التقليدي على الغوص عمدة لمدة عشر دقائق في حوض استحمام مليء بهذا السائل السميك وفي الرائحة القوية، وهو يسخن على ٣٨ درجة مئوية. وتقول مريم اميدي محروقات، لأنه سميك جدا.

ويعود اكتشاف النفط في أذربيجان إلى منتصف القرن التاسع عشر، وقد اكتشفت المدينة نפטها بالغازيا الخاصة بعد عقود

لا يمكننا التفكير بعيد الفصح من دون الحديث عن حلويات العيد وعلى رأسها المعمول والكعك. هذه المعجنات التي تقف أمامها بشهية، تجعلنا نعيش صراعا داخليا بين الرغبة في الفس والاستمتاع بالعيد وبين الخوف من اكتساب الوزن وما تحتويه من سعرات حرارية عالية. لكن لا داعي للقلق، يمكننا أن نوازي بين ما نرغب به وبين المحافظة على الوزن بطريقة ذكية من خلال تحضير حلويات العيد بطريقة صحية.

تشرح اختصاصية التغذية نغم طنوس لـ "النهار" عن كيفية التحكم بالمكونات واستبدالها بأخرى صحية وقليلة الدسم لتحضير وصفة ذكية وقليلة السعرات الحرارية. من المهم أن تعرف ان السكر والزيت هما أكثر مكونين يحتويان على سعرات حرارية مرتفعة، لذلك تكمن الخطوة الأولى في استبدالهما بمكونات "لايت" وأقل سعرات حرارية.

أهم النصائح:

- × تخفيف كمية الزيت
- × مواضيع ذات صلة
- عيد الفصح : المعمول والكعك والسعرات الحرارية

كيف نستمتع بضيافة العيد دون اكتساب الوزن؟

- × كيف تتصرفون خلال غداء العيد؟
- × استبدال الزبدة بأخرى "لايت"
- × استبدال السكر بسكر بديل يهتم على سكرالوز (sucralose) الذي يتميز بأنه يتحمل الحرارة العالية ومُحل، ولا يحتوي على مواد مضافة.
- المعمول:
- عادة لإعداد المعمول تحتاج إلى هذه المكونات، طحين السميد وطحين الفرخة بالإضافة إلى الحلب وماء زهر وماء ورد وخميرة. المكونات اللذان يسببان زيادة في الوزن هما السكر والزبدة. لذلك للحصول على وصفة صحية أكثر يمكننا استبدال السكر الطبيعي بسكر بديل، أما بالنسبة إلى المقادير فيمكن قراءتها على غلاف السكر البديل (مثلا كل ١٠٠ غرام من السكر العادي يوازي ١٠

وإستبدال السكر بالسكر البديل). اما بالنسبة الى الزبدة فنستبدلها بزبدة قليلة الدسم أو "لايت"، وكذلك الأمر بالنسبة الى الحليب. وبهذه الطريقة تصبح لدينا وصفة صحية "لايت" بسعرات حرارية أقل.

حشوة المعمول:

التمر، يحتوي طبيعته على السكر، لذلك يفضل عدم اضافة الزبدة أو السكر اليه، وتكتفي بوضع البهارات والمكحبات.

الجوز والفتسق، زيوت مفيدة تحتوي على وحدات حرارية مرتفعة نتيجة الدهون الصحية الموجودة فيها. لذلك يمكننا خلط الجوز والفتسق مع سكر بديل أو سكر الفاكهة (محل جدا) لذلك يجب وضع نصف الكمية مقارنة بالسكر العادي.

الكعك

لإعداد كعك العيد نحتاج الى الطحين، الحليب، اليانسون - ماء ورد، قرقة وجوز طيب. لكن ما يسبب الوزن الزائد يكمن في المكونات الرئيسية السكر والزيت.

× في حال كنا نستخدم السمنة أو الزبدة يفضل استبدالها بزيت نباتي لأنه صحي أكثر شرط تخفيف كمية الزيت (مثلا استخدام نصف كوب من الزيت بدل الكوب الكامل).

كذلك استبدال السكر العادي بسكر بديل.

تجنب وضع السمسع عليها لأنه يحتوي أيضا على سعرات حرارية.

من المهم ان نعرف انه حتى لو كانت المكونات "لايت" يجب تناول المعمول والكعك باعتدال. عادة حبة المعمول العادي تحتوي على ١٨٠ وحدة حرارية، اما الحبة الكبيرة فتساوي نحو ٣٠٠ وحدة حرارية او ما يعادل وجبة.

اما بالنسبة الى الكعك، تحتوي الكعكة الصغيرة على ١٢٠ وحدة حرارية في حين تصل الكبيرة الى ٢٢٠ وحدة حرارية.

مما لا شك فيه ان هذه الحلويات غنية بالسعرات الحرارية، وبالتالي يجب إعدادها بطريقة "لايت" وتناولها كوجبة سناك وبكمية معتدلة!

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

ويعود اكتشاف النفط في أذربيجان إلى منتصف القرن التاسع عشر، وقد اكتشفت المدينة نפטها بالغازيا الخاصة بعد عقود

أشارت دراسة جديدة نشرت في مجلة "JAMA Psychiatry" إلى أن استخدام المضادات الحيوية مرتبط بدرجة كبيرة بخاطر الإصابة بأمراض عقلية، ويعتقد بأن السبب وراء ذلك أن المضادات الحيوية تؤثر على البكتيريا في الميكروبيوم المعوي.

واعتمدت نتائج الدراسة على بيانات من الشباب في الدنمارك حتى سن ١٧ عاما. الدراسة التي تدعم النظريات المستجدة حول التفاعل الوظيفي بين العدوى والميكروبيوم المعوي والأمراض العقلية، هي واحدة من ما يقارب خمسين بحثا تم نشرها في النصف الأخير من عام

إليك كيفية تحضير المعمول والكعك بطريقة صحية!

أشارت دراسة جديدة نشرت في مجلة "JAMA Psychiatry" إلى أن استخدام المضادات الحيوية مرتبط بدرجة كبيرة بخاطر الإصابة بأمراض عقلية، ويعتقد بأن السبب وراء ذلك أن المضادات الحيوية تؤثر على البكتيريا في الميكروبيوم المعوي.

واعتمدت نتائج الدراسة على بيانات من الشباب في الدنمارك حتى سن ١٧ عاما. الدراسة التي تدعم النظريات المستجدة حول التفاعل الوظيفي بين العدوى والميكروبيوم المعوي والأمراض العقلية، هي واحدة من ما يقارب خمسين بحثا تم نشرها في النصف الأخير من عام

أشارت دراسة جديدة نشرت في مجلة "JAMA Psychiatry" إلى أن استخدام المضادات الحيوية مرتبط بدرجة كبيرة بخاطر الإصابة بأمراض عقلية، ويعتقد بأن السبب وراء ذلك أن المضادات الحيوية تؤثر على البكتيريا في الميكروبيوم المعوي.

واعتمدت نتائج الدراسة على بيانات من الشباب في الدنمارك حتى سن ١٧ عاما. الدراسة التي تدعم النظريات المستجدة حول التفاعل الوظيفي بين العدوى والميكروبيوم المعوي والأمراض العقلية، هي واحدة من ما يقارب خمسين بحثا تم نشرها في النصف الأخير من عام

سابقة عالمية في علاجات العقم: ولادة طفل يحمل الحمض النووي لثلاثة أشخاص

عام ٢٠١٦ لتفادي انتقال مرض وراثي من الام إلى جنينها.

وفي الحالة الجديدة، ولد الطفل الذكر بوزن ٢.٩٦ كيلوغرامين للثلاثاء من أم يونانية تبلغ ٣٢ عاما، وخضعت لمحاولات إخصاب مخبرية عدة باء بالفشل، على ما أوضح مركز "إنستيتيوت أوف لايف" (أي في أف) اليوناني في بيان.

عامة لإعداد المعمول تحتاج إلى هذه المكونات، طحين السميد وطحين الفرخة بالإضافة إلى الحلب وماء زهر وماء ورد وخميرة. المكونات اللذان يسببان زيادة في الوزن هما السكر والزبدة. لذلك للحصول على وصفة صحية أكثر يمكننا استبدال السكر الطبيعي بسكر بديل، أما بالنسبة إلى المقادير فيمكن قراءتها على غلاف السكر البديل (مثلا كل ١٠٠ غرام من السكر العادي يوازي ١٠

لماذا عروض السوبرماركت قد تكون سيئة لصحتنا ولأموالنا؟

وكالات

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

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

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

بالإضافة إلى أن الأشخاص الذين كانت أكثر مشترياتهم من العروض ٢٥٪ منها تحتوي على نسب عالية من الدهون أو الملح أو السكريات، وهو ما يعادل ١١ عنصرا إضافيا غير صحي في الشهر.

وحذرت الدراسة، التي شملت ١٦ ألف مستهلك، من الاستمرار في هذا النمط من الشراء، موضحة أن المستهلكين الذين يقبلون على شراء المواد الغذائية التي عليها خصومات، عُرضة بنسبة ٥٤٪ للإصابة بالسمعة والأمراض الخطيرة المرتبطة بها، مثل السرطان وأمراض القلب والسكري، أكثر من الأشخاص الذين لا يكتفون لهذه العروض

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

وقالت البريفيسورة ليندا بولد وهي خبيرة وقائية، "هناك خيارات غنية من المغريات غير الصحية"، جميعها تكون خاضعة لعروض ترويجية، لذلك ليس من المستغرب أن يكون المشترين هم الأكثر وزنا.

ودعت أبحاث السرطان الحكومة إلى فرض المزيد من القيود على العروض الترويجية غير الصحية.

كما أن العروض التي تقول لك اشتر اثنين بملغ زهيد بالنسبة لك قد تكون صفقة، ولكن السوبرماركت بالمقابل يرفع سعر منتجات أخرى قبل وقت قصير من العروض.

ومن ثم، فإننا في الواقع ننفق أكثر ونشتري أشياء غير صحية، مما يؤثر على صحتنا وعلى ميزانيتنا.

وحتى توفر على نفسك وتتجنب الإغراءات قم بكتابة قائمة التسوق قبل الذهاب للسوبرماركت والتزم بها وتجاهل العروض الترويجية، كما يمكنك التسوق على الإنترنت مما يضمن حصولك على أغراضك الضرورية فقط.

الإصابة بالسرطان إلى ارتفاع لدى النساء

وكالات

توقع المركز البريطاني للأبحاث حول مرض السرطان أن تزداد الإصابة بهذا المرض في السنوات العشرين المقبلة ستة أضعاف في صفوف النساء عما ستكون عليه الزيادة لدى الرجال. وبحسب التوقعات، سترتفع الإصابة بالسرطان لدى النساء بنسبة ٣٪ لدى الرجال ٠٥٪. وأرجع المركز هذه الزيادة إلى أنماط الحياة المضرة بالصحة.

وتوقع المركز مع حلول العام ٢٠٣٥ أن تبلغ نسبة المصابين بهذا المرض أربعة ملايين و٥٠٠ ألف امرأة وأربعة ملايين و٨٠٠ ألف رجل. وأرجعت الأسباب المؤدية إلى ارتفاع نسبة الإصابة بالسرطان للتدخين وشرب الكحول، بما أن النساء صرن أكثر

نيويورك: تدابير جديدة لاحتواء انتشار الحصبة وغرامة مالية على المخالفين

وكالات

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

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

وقال المسؤول المحلي إد داي خلال مؤتمر صحافي، "لن نستسلم في معركةنا هذه"، مضيفا "لن نوفر أي سبيل بلوغ هدفنا مهما كانت المعارضة قوية". وخلال الأيام الأخيرة، ارتفعت الإصابات الجديدة المشخصة في المنطقة لتبلغ ١٨٦ حالة، بالإضافة إلى "حالات كثيرة لم يصرح عنها"، على حد قول المسؤولة عن شؤون الصحة في المنطقة، باتريسيا شنتيل روبرت.

ويانتظار مآل النزاع القضائي الذي قد يستغرق سنة ٢٠٠٠.

حفنة من اللوز الأخضر تحارب التجاعيد والكولسترول!

وكالات

إن شجر اللوز من أشهر الشجر الموجود في بلدان حوض البحر الأبيض المتوسط، إذ يحتوي اللوز الأخضر على الكثير من العناصر الغذائية المهمة لصحة الإنسان. ويتميز عن غيره من الفواكه الموسمية بفتاه بالأحماض والمعادن الغذائية كالبيوتاسيوم والمغنسيوم إضافة إلى احتوائه على كمية مهمة من المواد الكربوهيدراتية، والألياف الغذائية. في هذا الصدد، أشارت اختصاصية التغذية مايا غاروبس إلى الفوائد الصحية للوز الأخضر على جسم الإنسان.

١- يحارب الكولسترول السيئ

إن الزئبق الموجود في اللوز الأخضر يعد من الزيوت الصحية للجسم، إذ يساعد في خفض نسبة الكولسترول السيئ في الدم والجسم.

٢- يحافظ على الأسنان

يحتوي اللوز الأخضر على كمية مهمة من مادة الفوسفور التي تحافظ على بنية الأسنان وتحميها من مشاكل التسوس واللثة.

٣- يقوي العظام

يتألف اللوز الأخضر من نسبة جيدة من الكالسيوم الذي يحمي من هشاشة العظام ويساعد

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

وكالات

ازدادت حالات الحصبة في العالم بواقع أربع مرات في الربع الأول من العام ٢٠١٩ مقارنة بالفترة عينها من العام الماضي، بحسب ما كشفت منظمة الصحة العالمية.

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

وكالات

وكالات

نشرت مجلة "فاميلي سيركل" الأمريكية تقريرا تطرقت فيه إلى الأمراض الدالة على الإصابة بالزهايمر، التي من شأنها أن تساعد على التشخيص المبكر لهذا النوع من اضطرابات الدماغ.

وقالت المجلة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي21"، إن الزهايمر لا يصيب كبار السن فقط ممن تجاوزوا عقدهم السابع. وعلى الرغم من حقيقة أن ٥,٥ مليون شخص من الصائين بهذا المرض الذي يسبب فقدان الذاكرة وتراجع القدرات الإدراكية تجاوزوا سن ٦٥، إلا أن ٥ بالمئة منهم يصابون به في سن الثلاثين والأربعين والخمسين.

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

ومن المهم استشارة الطبيب عند ملاحظة تغير سلوكيات الزوج أو الزوجة أو أحد الوالدين أو حتى سلوكك، ذلك

أن التشخيص المبكر يجعل العلاج أكثر فعالية. وتختلف أعراض هذا المرض من شخص لآخر، لكن هناك بعض العلامات المشتركة بين جميع المرضى التي لا بد من معرفتها والانتباه لها.

وذكرت المجلة، أولا، أن فقدان الذاكرة من العلامات الدالة على الإصابة بمرض الزهايمر. وأوضحت فوجيل أن صعوبة تذكر الغرض الذي كنت بصدد جليه من غرفة المعيشة، أو نسيان اسم أحد أبنائك أو اسم القطعة أمر طبيعي يواجهه أغلبنا، بيد أن تكرر ذلك يمثل مشكلة حقيقية. فإذا لاحظت أنك تواجه يوميا مشكلة في تذكر أسماء أبنائك فإنه لا بد من استشارة الطبيب. فقد تود معرفة ما إذا



كان ذلك نتيجة مرض آخر، نظرا لأن فقدان الذاكرة مرتبط أيضا بمشاكل صحية أخرى، مثل الجلطة الدماغية، ونقص الفيتامين ب١٢، وقصور الدرقية، أو الإصابة بالتهاب حاد، أو حتى الاكتئاب. وأوردت المجلة، ثانيا، أن الارتباك بين الزمان والمكان يدل على الإصابة بالزهايمر. وحسب فوجيل، فإنه إذا قادت يوما سيارتك نحو متجر البقالة لكنك وجدت نفسك أمام المكتب فتلك ليست نهاية العالم، فأحيانا نقع في الأخطاء لكن ذلك لا يعرقل سير وظائفنا اليومية. ولكن، إذا لاحظت أنك يوميا أو في بعض الأحيان لا تتذكر أين أتت وكيف وصلت إلى ذلك المكان، فهذا أمر مختلف.

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



والشباب كما هي الحال مع الفحوصات الطبية الأخرى.

إن حالة توقف القلب عند الشباب لا تشبه حالة الوفاة بأزمة قلبية عند الكبار. لذلك سنعيد التذكير وشرح هذه الحالة وكيفية التشخيص والوقاية منها وأهم العلاجات.

ما هي كبرياء القلب؟

يشهد الاختصاصي في أمراض القلب والأوعية الدموية وكبرياء القلب في المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت ورئيس شعبة كبرياء القلب في جمعية القلب اللبنانية الدكتور مروان رفعت، حالات كثيرة من حالات الخلل في كبرياء القلب من دون علم الأشخاص الذين يتعرضون لها، وأنقذوا من الموت المفاجئ. ويتحدث عن الأسباب المسؤولة وعن كيفية علاجها وتضادي هذه المأساة.

يستهل الدكتور رفعت حديثه بشرح أسباب توقف القلب الفجائي عند الشباب ومنها:

× اعتلال عضلة القلب الضخامي Hypertrophic Cardiomyopathy وهو مرض وراثي.

× خلل تنسج البطين الأيمن المحدث لاضطراب النظم

× متلازمة فترة QT الطويلة

× متلازمة بروغادا

× متلازمة وولف باركسون وايت

× تسرع البطين عديد الأشكال CPVT.

× عيوب خلقية للشرايين التاجية

× العامل الوراثي

× العيوب الخلقية للقلب

× تضييق هذه المشكلة فئة الشباب الذين تراوح أعمارهم بين ١٢ - ٣٥ عاما ويكون سبب الوفاة ناجما عن خلل في كبرياء القلب وعدم انتظام دقاته.

أعراض تحذيرية

يُميِّز الدكتور مروان رفعت بين الجلطة، وهي كناية عن انسداد في شرايين القلب، وبين خلل كبرياء القلب، لذلك من الأهمية بمكان تشخيص الحالة وعدم إهمال أي عرض، لا سيما أن العرض الأول قد يكون

وكالات

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

نظراً للقصص العديدة التي تشبه قصة محمد، يبدو أننا بحاجة إلى المزيد من التوعية على حالة توقف القلب والتعرف إلى كبرياء القلب. قد لا يعرف الكثيرون ما تعنيه هذه الحالة الطبية، لكننا بنتا بحاجة إلى رفع الصوت أكثر والحديث عن هذا الموضوع علنا ننقذ باقي الشباب من هذا الموت المفاجئ.

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

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

برأي وهبي أن "ما جرى مع محمد هو على الأرجح خلل في كبرياء القلب، إذا كان هناك زيادة في ضربة البطين الأيمن خلال انبساط القلب، تؤدي إلى رجفة في القلب، وتتسبب بتوقفه. أصبحنا نسمع كثيراً عن هذه الحالة الشبيهة بحالة محمد، لذلك من المهم التوعية حول هذا الموضوع وإجراء فحوصات القلب عند الأطفال

الذي سنتظم فيه عشاء عيد ميلادها، أو إذا تجاهل والدك حقيقة أنه انعطف في طريق ذي اتجاه واحد، فيجب عليك الانتباه لهذا النوع من العلامات.

وحسب مولي فوجيل، فإن "نسيان ارتداء المعطف في يوم شتاء بارد من شهر كانون الأول/ ديسمبر مريب بقدر القيادة في الاتجاه المعاكس في طريق ذي اتجاه واحد، أو شرب حليب منتهي الصلاحية دون إدراك ذلك. وإذا حدث ذلك معك، فقد تتحاشى اتخاذ أي قرار". وقد يلاحظ الشريك أو أحد أفراد العائلة أن من يحبونهم أصبحوا يتجنبون اتخاذ القرارات التي تخص العائلة.

وأشارت المجلة، خامسا، إلى أن إيجاد صعوبة في التفكير المجرّد من المؤشرات التي تدل على الإصابة بالزهايمر. فقد يواجه المرء صعوبة في تذكر كيفية استخدام حنفية الحمام، ونتيجة لذلك قد يتوقف عن الاغتسال أو الاستحمام لأنه غير متأكد من كيفية عمله. ولكن مع ذلك، قد يرفض الشخص الاعتراف بهذه المشكلة التي يواجهها، وقد يصل الأمر إلى درجة نسيان كيفية تعبير شريك أو صعوبة متابعة وصفة طبخ.

وذكرت المجلة، سادسا، أن تغير مزاج وشخصية الفرد دليل على الإصابة بالزهايمر. وحيال هذا الشأن، قالت فوجيل أن والدتها كانت مرحة ومحبة للحفلات، لكنها أصبحت الآن نادرة الذهاب إليها. وهذا نوع من التغيرات التي تطرأ على شخصية الفرد المصاب بالزهايمر التي لا بد من الانتباه لها. كما أن تغير المزاج بسرعة من الأعراض التي تكون واضحة عند الصائين بالخرف، وهذا الأمر مختلف عن تقلب المزاج. وفي الختام، أكدت المجلة ضرورة أخذ موعد مع الطبيب إذا لاحظت إحدى هذه العلامات عليك أو على شخص مقرب منك، مع البدء بتثقيف نفسك حول هذا المرض.

الأخير. ومن أهم هذه الأعراض،

- الإغماء
- الدوخة
- تسارع في دقات القلب
- غثيان
- ألم في الصدر
"رسالتنا اليوم" وفق رفعت "ليس فقط زيادة التوعية حول مشكلة كبرياء القلب، وإنما الرض على أهمية توفير جهاز مزيل الرجضان القلبي AED في الأماكن العامة والجامعات والنوادي الرياضية لإنقاذ أرواح الشباب الذين يواجهون توقف القلب المفاجئ. ومن المهم الإشارة إلى أنه يمكن لأي شخص استخدام هذا الجهاز في حال جرى تدريبه عليه".

كيف يمكن علاج كبرياء القلب؟

كما يشدد الدكتور رفعت على "أهمية الكشف المبكر والتأكد من التاريخ العائلي للشخص وإجراء الفحص السريري وفحص القلب وتخطيطه كهربائيا، وعلى أساسها تشخيص حالة المريض وبالتالي يحدد نوع العلاج".

أما بالنسبة إلى العلاجات فيمكن تقسيمها وفق الآتي،

× أدوية دقات تنظيم القلب

× زرع جهاز لتضادي خطر الوفاة المفاجئة

× الكي، وهنا يتم إدخال قسطار لتحديد موقع الاعتلال وكيه.

كل دقيقة مهمة

وفق خبرته في هذا المجال، بات مؤكداً أن أكثر الحالات تعود إلى الوراثة نتيجة خلل جيني. ويستعين الدكتور مروان رفعت بتجربة إيطالي التي أجرت دراسة وتشخيصا على مدى أكثر من ٢٥ عاما، وتمكنت من تفادي الموت المفاجئ بنسبة ٨٩٪. لذلك من المهم إجراء تخطيط كبرياء القلب للرياضيين وللأشخاص الذين لديهم تاريخ عائلي (وفاة مبكرة في العائلة بسبب القلب - دون سن الـ٥٠).

يُشكل الوقت محطة مفصلية في حالات توقف القلب المفاجئ. ويراي رفعت فإن "كل دقيقة مهمة في هذه الحالة، وكلما تأخرنا دقيقة نقل نسبة النجاة ١٠٪".

تبدأ الخطوات الأولى في عملية الإنقاذ بإجراء إنعاش القلب الرئوي CPR إلى حين توافر AED أو وصول فريق الإنقاذ إلى المكان.

هل الكافيين يُحسّن الأداء الرياضي؟

مراجعة شاملة لنتائج مراجعات سابقة حلت عدة دراسات تتعلق بالكافيين والأداء الرياضي، واكتشفت أن الكافيين عزز قدرة العضلات على التحمل وقوتها وأداء العنق وسرعة أداء التمارين. مضيفا، "قد يكون لتناول كوبين من القهوة قبل نحو ٦٠ دقيقة من بدء التمرين تأثير قوي لدى معظم الأفراد".

على مستويات مرتفعة من الكافيين".

وفي العام ٢٠٠٤ رُفِع الكافيين من قائمة الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات كقائمة مشظون تناولها خلال المنافسات. وأشار جريجيك لروبيرتز إلى أن "منذ ذلك الحين، زاد تناول الكافيين بين الرياضيين، ولا توجد مؤشرات على انحسار ذلك". وأجرى جريجيك وزملاؤه

والتحمل.

وقال قائد فريق البحث من جامعة فيكتوريا في ملبورن بأستراليا جوزو جريجيك إن "المكملات التي تحتوي على الكافيين شائعة جداً بين الرياضيين. وكشفت دراسة تعود إلى عام ٢٠١١ أن نحو ٧٥ بالمئة من عينات بول الرياضيين الذين شاركوا في الألعاب الأولمبية تحتوي

وكالات

كشفت مراجعة لبحوث سابقة أن تناول الكافيين قبل ممارسة التمارين الرياضية قد يحسن أداء مجموعة واسعة من التدرجات، وكتب الباحثون في دورية (الطب الرياضي) البريطانية أن الكافيين يمكنه على وجه الخصوص تعزيز السرعة والطاقة والقوة

عام ٢٠١٦.

وجاء في بيان صادر عن منظمة الصحة العالمية أن "المعطيات الأولية على الصيغة العالمي أظهرت ارتفاعا في الحالات المعلنه بنسبة ٣٠٪ خلال الأشهر الثلاثة الأولى من العام ٢٠١٩، مقارنة بالفترة عينها من العام ٢٠١٨. وكانت الحالات آخذة في الازدياد خلال السنتين الأخيرتين".

حريق في المصلى المرواني داخل باحات المسجد الأقصى



يدور عن حريق اندلع في غرفة الحراس الخارجية لسطح المصلى المرواني، وقد تعامل فريق الإطفاء التابع للأوقاف الإسلامية مع الأمر بنجاح. ويقع المصلى المرواني تحت سحات المسجد الأقصى الجنوبية الشرقية، ويتحد حائطها والجنوبي والشرقي مع حائطي المسجد الأقصى، وهما كذلك حائط سور البلدة القديمة في مدينة القدس المحتلة.

وكالات

سيطر فريق إطفائية المسجد الأقصى المبارك، مساء الاثنين، على حريق شب في منطقة المصلى المرواني في الجهة الشرقية من المسجد الأقصى، ونشرت قناة الأقصى الفضائية مقطع فيديو لحريق، قالت إنه بغرفة الحراس الخارجية على سطح المصلى المرواني في المسجد الأقصى. وقال الأوقاف الإسلامية إن الحديث

«تويتر» يوقف ١٠٠ ألف حساب على منصته

وكالات

قالت شركة «تويتر»، الثلاثاء، إنها أوقفت ١٠٠ ألف حساب من أجل إنشاء حسابات جديدة، بعدما كانت قد علقتها خلال الفترة من كانون الثاني/يناير إلى آذار/مارس، بزيادة ٤٥ في المائة عن العام الماضي. وأوردت في بيان، «في السابق، لاحظنا

«أخطر الطيور في العالم» يقتل مالكة في منزل بفلوريدا

وكالات

الرجل وقد قتل من الطائر الذي يحتفظ به في بيته، إثر هجومه عليه، بعد أن وقع أرضا بشكل عرضي. وتم نقل الضحية، مارفين هاجوس، إلى المستشفى من المسعفين، حيث توفي متأثرا بجراحه. وقالت إدارة الشرطة إن الرجل أصيب بمخالب الطائر، وبأنها الذي بعد أخطر طائر في العالم، بسبب مخالبه التي تشبه خنجر أربع بوصات. وعصرت الشرطة على

هكذا تضامن آلاف الباكستانيين مع ضحايا مجزرة نيوزيلندا

وكالات

تجمع آلاف الباكستانيين الذين ارتدوا الأبيض في جانج، وسط باكستان، لتشكيل صورة عملاقة لمسجد النور في كرايست تشيرتش في نيوزيلندا حيث قتل إرهابي يميني عشرات الأشخاص في آذار/مارس. وتظهر مشاهد صورت بطائرة مسيرة رجلا يلبسون الرداء التقليدي ويقفون في حقل أخضر فيما كتبت مجموعة أخرى بأجسادها عبارة «الإسلام سلام».

ووضع علمان ضخمان لباكستان ونيوزيلندا على العشب على مسافة أمتار قليلة من المشاركين. وعلى لافتة طويلة كتب «تضامن من باكستان مع شهداء كرايست تشيرتش». وقال شهيب زاده سلطان أحمد علي رئيس المعهد الإسلامي، وهو المنظمة غير الحكومية وراء المبادرة، «يحمل المشاركون في التجمع

مسلمون ينظمون فعالية ضد الأحكام المسبقة تجاههم بالنمسا

وكالات

عرفت العديد من المدن النمساوية، السبت، تنظيم فعالية «نفضل أنا مسلم». بهدف تقديم معلومات حقيقية عن المسلمين، والوقوف ضد الأحكام المسبقة تجاههم. ونظمت الفعالية من قبل الاتحاد الإسلامي في النمسا، وجرت عبر ١١ منصة تم نصبها في العاصمة فيينا، وعدد من المدن القريبة منها. وقال رئيس قسم الاتصالات في الاتحاد، معمر أقيابا، للأناضول، إنهم يهدفون من خلال الفعالية بسنختها الرابعة هذا العام، إلى وقف معاداة المسلمين المتصاعدة في أوروبا، وتخفيف الضغوط عنهم، وتغيير وجهات النظر المبنية على الحكم المسبق تجاههم.

طبيب استخدم سائله المنوي لإنجاب ٤٩ طفلا دون علم الأمهات

وكالات

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

وبحسب ما أوردته صحيفة «إندبندنت» البريطانية، فإن أي من النساء لم تكن على علم بأن الطبيب كان يستخدم سائله المنوي الخاص به خلال عمليات التلقيح. وجاء الاعلان عن النتائج، بعد معركة قانونية استمرت عامين، وحصلت السلطات على عينات

مستشفى أمريكي يقاضي أميرا سعودي تخلف عن الدفع

وكالات

وقائع المستشفى بأن الأمير عبد الإله بن عبد العزيز بن عبد الرحمن الفيصل آل سعود، دفع فقط ٧٥٠ ألف دولار من تكاليف العلاج التي تستمر مدى الحياة، رغم موافقته على التكاليف بالرعاية الصحية كاملة. ولم تذكر المستشفى التفاصيل حول الطفلة المريضة، التي ترقد في مستشفى بوسطن للأطفال، وهو مؤسسة غير ربحية.

فنان تركي ينقش على بيض الدجاج باحترافية

وكالات

فضل الفنان التركي ناجي آر أوغلو، التفتن على بيض الدجاج العشق، بعد تفريقه، ليحبله إلى عمل فني أخاذ. في الوقت الذي يتطلب فن النقش أجساما صلبة في العادة، ويقدم آر أوغلو (٦٠ عاما) في ولاية أنسة جنوبي تركيا، حيث برزت موهبته في الرسم، في مرحلة الدراسة الثانوية. ودفعته ظروفه آنذاك، إلى قطع دراسته

التلوث الضوئي.. الجانب المظلم للإنارة

الناجمة عن التلوث الضوئي، تتسبب في عرقلة عملية الإفرار الطبيعية لهذا الهرمون الحيوي، ويرتبط هذا التغيير بالإصابة بالسمنة وانخفاض جودة النوم وضعف الذاكرة. ونظرا لأن الميلاتونين مضاد للاكسدة ويمكنه إزالة الذرات الحرة، فإن تعطيل عملية إفرازه بسبب الضوء الاصطناعي، قد يزيد من خطر الإصابة بالسرطان، وتشهد دورات الإضاءة الطبيعية اضطرابا حادا بشكل خاص، بسبب استعمال الصابيح ذات الصمام الثنائي الباعث للضوء، المعتمدة عالميا وبشكل متزايد، بفضل كفاءتها في استخدام الطاقة، ولكن عادة ما يتم تجاهل تأثيراتها السلبية على الصحة. وأورد الموقع أن أحد التقارير الحديثة التي نشرتها مجلة «ساينس» حددت خمس استراتيجيات رئيسية لتقليل الإضاءة حول العالم، التي لن تحد بالضرورة من فوائدها. ومن بين هذه الاستراتيجيات تجنب استعمال الضوء في المناطق التي لظلمة مطلقة سابقا، والحرص على أن تكون شدة الإضاءة في أعلى درجة يمكن استخدامها. ويجب أن تسلط الإضاءة مباشرة على المنطقة التي نحتاج لإنارتها فقط وتتجنبها حيثما أمكن ذلك،

التوجه الطفيف للضوء السماوي، فإنه من المهم أن نتذكر أن نصف الكرة الأرضية كان دائما، وفي أي لحظة من الزمن، في ظلام دامس. وهذا يعني أن الكائنات الحية والبيئة قد تكيفوا سابقا مع دورات الليل والنهار على مدار فترات التطور الزمنية. وأشار الموقع إلى أن العديد من الكائنات الحية استخدمت الدورات الشمسية والدورات القمرية لتوقيت سلوكها ونشاطها وأنماط نومها وكذلك أوقات التزاوج والتغذية. لكن اليوم، توسع نطاق التلوث الضوئي وازدادت كثافته، وهناك أدلة كثيرة تفيد بأن زيادة الإضاءة قد تخلف مجموعة من الآثار السلبية. وأكد الموقع أن الإضاءة تؤثر سلبا على البيئة؛ لأنها تؤدي إلى تعطيل دورات الضوء الطبيعي التي اعتادت عليها الكائنات الحية. وتؤثر هذه التغييرات على عملية تقسيم الوقت بين نشاط الحيوانات ويحتمل أن يؤثر على الصحة الفردية.

وأورد الموقع أن هناك أدلة متزايدة على أن الإضاءة لها آثار سلبية على صحة الإنسان؛ فالميلاتونين، على سبيل المثال، هو الهرمون الذي ينظم أنماط النوم عند الإنسان ويقع إفرازه تحت تأثير الضوء، ولكن التغييرات في الأنظمة الضوئية

نشر موقع «ذا كونفرسايشن» الأسترالي تقريرا تحدث فيه عن مدينة لوس أنجلوس التي تمكن سكانها بسبب انقطاع الكهرباء جراء زلزال وقع منذ خمسة وعشرين عاما من مشاهدة مجرة درب التبانة لأول مرة. وقد أثار هذا الأمر مسألة التلوث الضوئي الناجم عن الإضاءة المفرطة التي يستعملها البشر خلال الليل. وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته «عربي ٢١»، إن التلوث الضوئي ينتج عن مصادر الضوء الاصطناعية، لا سيما مصابيح الشوارع واللوحات الإعلانية والمصابيح الامامية للسيارات، وهناك نوعان رئيسيان من تلوث الضوء؛ المصدر النقطي، وهو الضوء المنبعث مباشرة من المصدر، والوهج السماوي الذي يتمثل في وبين الموقع أن التلوث الضوئي يغطي السماء فوق ربع مساحة الأرض العالمية اليوم، حيث يعيش ٨٠ بالمئة من سكان العالم، ومن ثم لم يعد بإمكان ثلث مجموع البشر رؤية مجرة درب التبانة. وطلما كان هذا الكون شديد الظلمة في السابق، ومن ثم أصبح البشر يعتمدون الضوء الاصطناعي في الليل. ويغض النظر عن

تعبيره. ويأتي الحفل في إطار مهرجان «بيلي» الراقص المقرر عقاده بمدينة مراكش في العاشر من حزيران/ يونيو المقبل. وحمل المرصد الدولة بكل مؤسساتها المسؤولية الكاملة إزاء هذا النشاط بحق السيادة الوطنية ومشاعر الشعب المغربي. ولفت إلى أن هذه الخطوة تأتي بعد توقيع شبكة لتجنيس الإسرائيليين بالبلاد». ويشار إلى أن السلطات المغربية، أعلنت في وقت سابق من الشهر الجاري، توقيع

دعوات لمنع مشاركة راقصات إسرائيليات في حفل بمراكش

إسرائيليين اثنين بشبهة تزوير واثق إدارية وجوازات سفر. وأوقفت السلطات المغربية، في آذار/مارس الماضي، عشرة أشخاص يشتبه في تورطهم بتزوير واثق رسمية لصالح إسرائيليين، يهدفون للحصول على جنسية المغرب. وقال بيان صادر عن المديرية العامة للأمن المغربي إن «عناصر فرقة للشرطة القضائية تمكنت من توقيف ١٠ أشخاص مشتبه بارتباطهم بشبكة إجرامية تنشط في مجال تزوير واثق رسمية،

تعبيره. ويأتي الحفل في إطار مهرجان «بيلي» الراقص المقرر عقاده بمدينة مراكش في العاشر من حزيران/ يونيو المقبل. وحمل المرصد الدولة بكل مؤسساتها المسؤولية الكاملة إزاء هذا النشاط بحق السيادة الوطنية ومشاعر الشعب المغربي. ولفت إلى أن هذه الخطوة تأتي بعد توقيع شبكة لتجنيس الإسرائيليين بالبلاد». ويشار إلى أن السلطات المغربية، أعلنت في وقت سابق من الشهر الجاري، توقيع

تعبيره. ويأتي الحفل في إطار مهرجان «بيلي» الراقص المقرر عقاده بمدينة مراكش في العاشر من حزيران/ يونيو المقبل. وحمل المرصد الدولة بكل مؤسساتها المسؤولية الكاملة إزاء هذا النشاط بحق السيادة الوطنية ومشاعر الشعب المغربي. ولفت إلى أن هذه الخطوة تأتي بعد توقيع شبكة لتجنيس الإسرائيليين بالبلاد». ويشار إلى أن السلطات المغربية، أعلنت في وقت سابق من الشهر الجاري، توقيع

تعبيره. ويأتي الحفل في إطار مهرجان «بيلي» الراقص المقرر عقاده بمدينة مراكش في العاشر من حزيران/ يونيو المقبل. وحمل المرصد الدولة بكل مؤسساتها المسؤولية الكاملة إزاء هذا النشاط بحق السيادة الوطنية ومشاعر الشعب المغربي. ولفت إلى أن هذه الخطوة تأتي بعد توقيع شبكة لتجنيس الإسرائيليين بالبلاد». ويشار إلى أن السلطات المغربية، أعلنت في وقت سابق من الشهر الجاري، توقيع

تعبيره. ويأتي الحفل في إطار مهرجان «بيلي» الراقص المقرر عقاده بمدينة مراكش في العاشر من حزيران/ يونيو المقبل. وحمل المرصد الدولة بكل مؤسساتها المسؤولية الكاملة إزاء هذا النشاط بحق السيادة الوطنية ومشاعر الشعب المغربي. ولفت إلى أن هذه الخطوة تأتي بعد توقيع شبكة لتجنيس الإسرائيليين بالبلاد». ويشار إلى أن السلطات المغربية، أعلنت في وقت سابق من الشهر الجاري، توقيع

كيف تعرف ما إذا كنت ترعى أطفالك بشكل مفرط؟

يتراك له المجال للقيام بما يتوجب عليه فعله دون توجيه الأوامر له في كل مرة، حتى يتعلم كيفية التصرف عندما لا يكون والداً معه في المنزل. وذكر الموقع، سادسا، أن تقديم المساعدة لطفلك دون أن يطلب منك ذلك يجعلك تتدخل أكثر من اللازم في حياته، مثل حمل محفظته عنه واصطحابه إلى الحضانة والبقاء معه حين يرن الجرس. ولكن مثل هذه الممارسات تجعل الأبناء مستقبلا يتدخلون في أدق تفاصيل حياة أبنائهم مثل اتخاذ القرارات عوضا عنهم، وقد يصل الأمر إلى درجة الحبط من مجهودات الطفل بشأن نشاط ما فقط لأنه لم يستشر والديه أو يتل موافقتا على القيام به. في الوقت، سابعاً، بأن حرص الأباء على جعل أبنائهم يتجنبون ارتكاب الأخطاء يؤثر سلباً على سلوكهم.



تفرط في الاعتناء به. في المقابل، لابد من منح الطفل بعض المسؤوليات التي تتوافق مع سنه، مثل وضع الصحن في المغسلة بعد الانتهاء من الأكل، وإعداد الطاولة، وإخراج كيس القمامة، والمساعدة في الطبخ. وبتحليلهم مسؤوليات أكبر في كل مرة، سيتعود الطفل على التعويل على نفسه ويصبح شخصا مستقلا يتعلم كيفية اتخاذ القرارات الصحيحة. ولكن يجب أن تفسر للطفل أن تحمل بعض المسؤوليات «ليس طاعة لما تقوله» وإنما تتعلم مشاركة المسؤوليات ولحظات المتعة مع العائلة. وأشار الموقع، خامسا، إلى أن توجيه نفس المهام مرارا وتكرارا للطفل يجعل منك والداً أو أمّاً متعطرا. ويجب أن يأخذ الوالدان بعين الاعتبار أنهما يريان كائنات بشرية وليس روبوتات تنفذ كل ما تؤمر به بحذافيره. في المقابل، حتى يصبح الطفل مسؤولاً ينبغي على الوالدين أن

تفرط في الاعتناء به. في المقابل، لابد من منح الطفل بعض المسؤوليات التي تتوافق مع سنه، مثل وضع الصحن في المغسلة بعد الانتهاء من الأكل، وإعداد الطاولة، وإخراج كيس القمامة، والمساعدة في الطبخ. وبتحليلهم مسؤوليات أكبر في كل مرة، سيتعود الطفل على التعويل على نفسه ويصبح شخصا مستقلا يتعلم كيفية اتخاذ القرارات الصحيحة. ولكن يجب أن تفسر للطفل أن تحمل بعض المسؤوليات «ليس طاعة لما تقوله» وإنما تتعلم مشاركة المسؤوليات ولحظات المتعة مع العائلة. وأشار الموقع، خامسا، إلى أن توجيه نفس المهام مرارا وتكرارا للطفل يجعل منك والداً أو أمّاً متعطرا. ويجب أن يأخذ الوالدان بعين الاعتبار أنهما يريان كائنات بشرية وليس روبوتات تنفذ كل ما تؤمر به بحذافيره. في المقابل، حتى يصبح الطفل مسؤولاً ينبغي على الوالدين أن

تفرط في الاعتناء به. في المقابل، لابد من منح الطفل بعض المسؤوليات التي تتوافق مع سنه، مثل وضع الصحن في المغسلة بعد الانتهاء من الأكل، وإعداد الطاولة، وإخراج كيس القمامة، والمساعدة في الطبخ. وبتحليلهم مسؤوليات أكبر في كل مرة، سيتعود الطفل على التعويل على نفسه ويصبح شخصا مستقلا يتعلم كيفية اتخاذ القرارات الصحيحة. ولكن يجب أن تفسر للطفل أن تحمل بعض المسؤوليات «ليس طاعة لما تقوله» وإنما تتعلم مشاركة المسؤوليات ولحظات المتعة مع العائلة. وأشار الموقع، خامسا، إلى أن توجيه نفس المهام مرارا وتكرارا للطفل يجعل منك والداً أو أمّاً متعطرا. ويجب أن يأخذ الوالدان بعين الاعتبار أنهما يريان كائنات بشرية وليس روبوتات تنفذ كل ما تؤمر به بحذافيره. في المقابل، حتى يصبح الطفل مسؤولاً ينبغي على الوالدين أن

تفرط في الاعتناء به. في المقابل، لابد من منح الطفل بعض المسؤوليات التي تتوافق مع سنه، مثل وضع الصحن في المغسلة بعد الانتهاء من الأكل، وإعداد الطاولة، وإخراج كيس القمامة، والمساعدة في الطبخ. وبتحليلهم مسؤوليات أكبر في كل مرة، سيتعود الطفل على التعويل على نفسه ويصبح شخصا مستقلا يتعلم كيفية اتخاذ القرارات الصحيحة. ولكن يجب أن تفسر للطفل أن تحمل بعض المسؤوليات «ليس طاعة لما تقوله» وإنما تتعلم مشاركة المسؤوليات ولحظات المتعة مع العائلة. وأشار الموقع، خامسا، إلى أن توجيه نفس المهام مرارا وتكرارا للطفل يجعل منك والداً أو أمّاً متعطرا. ويجب أن يأخذ الوالدان بعين الاعتبار أنهما يريان كائنات بشرية وليس روبوتات تنفذ كل ما تؤمر به بحذافيره. في المقابل، حتى يصبح الطفل مسؤولاً ينبغي على الوالدين أن

تفرط في الاعتناء به. في المقابل، لابد من منح الطفل بعض المسؤوليات التي تتوافق مع سنه، مثل وضع الصحن في المغسلة بعد الانتهاء من الأكل، وإعداد الطاولة، وإخراج كيس القمامة، والمساعدة في الطبخ. وبتحليلهم مسؤوليات أكبر في كل مرة، سيتعود الطفل على التعويل على نفسه ويصبح شخصا مستقلا يتعلم كيفية اتخاذ القرارات الصحيحة. ولكن يجب أن تفسر للطفل أن تحمل بعض المسؤوليات «ليس طاعة لما تقوله» وإنما تتعلم مشاركة المسؤوليات ولحظات المتعة مع العائلة. وأشار الموقع، خامسا، إلى أن توجيه نفس المهام مرارا وتكرارا للطفل يجعل منك والداً أو أمّاً متعطرا. ويجب أن يأخذ الوالدان بعين الاعتبار أنهما يريان كائنات بشرية وليس روبوتات تنفذ كل ما تؤمر به بحذافيره. في المقابل، حتى يصبح الطفل مسؤولاً ينبغي على الوالدين أن

اختيار منال طه في لجنة الحكام للدورة الرياضية العربية بالجزائر

وكالات

اختار الاتحاد العربي لكرة الطائرة، الحكم الدولي الدكتورة منال طه، عضوا في لجنة الحكام التي ستؤتي إدارة بطولة الدورة الرياضية العربية، التي تقام في الجزائر، في 5 وحتى 15 تموز المقبل. وبحسب بيان اتحاد اللعبة، فإن طه تتمتع بالكثير من الخبرات التي أهلتها بأن تتواجد في مثل هذا الحدث العربي الكبير، وما حقته من نجاحات خلال إدارتها للعديد من البطولات سواء كانت المحلية أو القارية.

صفقة ميسي.. لابورتا يتدخل لقطع الطريق على الهلال السعودي

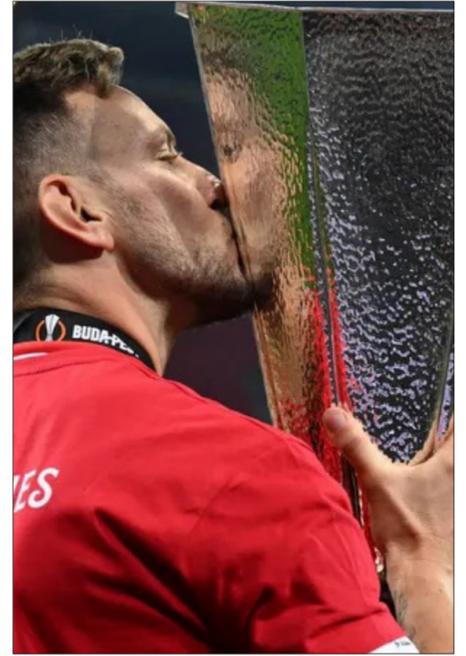
وكالات

كشفت تقارير إعلامية إسبانية أن رئيس برشلونة، خوان لابورتا، يحاول قطع الطريق على الهلال السعودي بشأن صفقة النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي. وقالت صحيفة "سبورت" الكتالونية إن رئيس برشلونة أصدر أوامره لإعطاء الأولوية للتعاقد مع ميسي قبل تسجيل عقود أي لاعبين آخرين في الميركاتو الصيفي. ميسي لم يتلق عرض برشلونة.. وبرلين تدخل في ركود اقتصادي وأكدت الصحيفة أن قضية ميسي أصبحت "أولوية" مع تزايد الأتباء بشأن اقتراب نجم باريس سان جرمان الفرنسي من التوقيع مع الهلال السعودي. وأضافت أن لابورتا يرى أنه إذا لم يتم تسريع المفاوضات، فإن احتمال عودته إلى "كامب نو" سيتضاءل. وأبرزت "سبورت" أن المهاجم الأرجنتيني "على وشك" اتخاذ قراره النهائي بشأن مستقبله. يأتي ذلك فيما نقلت صحيفة "موندو ديبورتيفو"، الأسبوع الماضي، عن ميسي قوله إنه لم يصله حتى الآن أي عرض من برشلونة. وكانت وسائل إعلامية غربية كشفت أن الهلال السعودي تقدم بعرض "ضخم" لميسي من أجل حمل قميصه الموسم المقبل. وأكد البرنامج الإسباني الشهير "شيرينغيتو"، قبل أيام، أن النجم الأرجنتيني سيوافق على الانضمام إلى نادي الهلال السعودي.

نهاية مشوار ميسي مع باريس سان جرمان

وكالات

قال مدرب باريس سان جرمان كريستوف غالتييه، اليوم الخميس، إن النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي سيخوض مباراته الأخيرة مع بطل فرنسا بعد غد السبت أمام كليرمو. وأبلغ غالتييه الصحفيين، "حظيت بامتياز تدريب أفضل لاعبي تاريخ كرة القدم.. وأضاف: "ستكون آخر مباراة له (ميسي) في بارك دي برينس وأتمنى أن ينال أفضل استقبال". وانتقل ميسي، الذي سجل 21 هدفاً وقدم 20 تمريرة حاسمة مع سان جرمان في جميع المسابقات هذا الموسم، إلى العاصمة الفرنسية قادما من برشلونة في 2021 بعدد لمدة عامين. وأوضح غالتييه، "في هذا العام، شكل جزءا مهما من الفريق، إنه متاح دائما ولا اعتقد أنه يمكن تبرير تعليقات أو انتقادات ضده.. وتابع: "كان في خدمة الفريق دائما، حظيت بامتياز رائع بمرافقته خلال الموسم.. وظل مستقبل ميسي في سان جرمان مثار شك كبير في الآونة الأخيرة، وذكر مصدر مقرب من قائد الأرجنتين لرويترز أن بطل العالم تلقى عرضا رسميا من الهلال السعودي للانضمام إلى صفوفه الموسم المقبل.



وكالات

بعد تتويج إسبيلية الإسباني بلقب الموسم الحالي على حساب روما الإيطالي، فيما يأتي سجل الفائزين بلقب الدوري الأوروبي في كرة القدم (يوروبا ليغ) في المواسم العشرة الأخيرة:

2023	إسبيلية الإسبانية
2022	أينتراخت فرانكفورت الألماني
2021	فياريال الإسباني
2020	إسبيلية الإسبانية
2019	تشلسي الإنجليزي
2018	أتلتيكو مدريد الإسباني
2017	مانشستر يونايتد الإنجليزي
2016	إسبيلية الإسبانية
2015	إسبيلية الإسبانية
2014	إسبيلية الإسبانية
2013	تشلسي الإنجليزي

يأتي الأبطال تعود بإثارتها.. والإيطاليون على موعد مع التاريخ الأكثر تتويجا، 7 مرات، إسبيلية الإسباني 3 مرات، إنتر الإيطالي، ليفربول الإنجليزي، يوفنتوس الإيطالي، أتلتيكو مدريد الإسباني

مرتان، بوروسيا مونشنغلاذباخ الألماني، توتنهام الإنجليزي، فينورد هولندي، أينتراخت فرانكفورت الألماني، غوتنبورغ السويدي، ريال مدريد الإسباني، بارما الإيطالي، بورتو البرتغالي، تشلسي الإنجليزي.

إسبيلية يحرز لقب يوروبا ليغ على حساب روما

وكالات

تغلب إسبيلية 4-1 على روما في ركلات الترجيح ليحصد لقب الدوري الأوروبي لكرة القدم للمرة السابعة ويمدد رقمه القياسي، ويحقق بالمدرّب جوزيه مورينيو أول هزيمة في ست نهائيات أوروبية. وأخذ الغربي ياسين بونو حارس إسبيلية ركليتي جيانلوكا مانشيني وروجر إيباريز بينما تألق لاعبو الفريق الإسباني وسجلوا أول أربع ركلات بنجاح. وانتهت المباراة بالتعادل 1-1 بعد شوطين إضافيين ليحلّ الفريقان إلى ركلات الترجيح. ومنع باولو ديبيالا التقدم للفريق الإيطالي إثر هجمة مرتدة في الدقيقة 35 لكن إسبيلية هيمن على المباراة بعدها وأدرك التعادل بفضل هدف عكسي سجله مانشيني بالخطأ في مرماه بالدقيقة 55. وبهذا الفوز سينافس إسبيلية في دوري أبطال أوروبا الموسم المقبل رغم أنه سيهيئ موسم الدوري الإسباني خارج المربع الذهبي.

أنجييه يفسخ عقد الجزائري شتي بسبب اتهامه باعتداء جنسي

وكالات

أعلن نادي أنجييه صاحب المركز الأخير في الدوري الفرنسي لكرة القدم فسخ عقد مدافعه الدولي الجزائري إلياس شتي بسبب إدانته بالسجن قبل شهرين بالسجن أربعة أشهر مع وقف التنفيذ بتهمة الاعتداء الجنسي. وقال النادي الذي هبط إلى الدرجة الثانية في بيان صحافي من سطر واحد، إنه اتخذ هذا القرار "أخذاً بعين الاعتبار الحقائق المزعومة والمهترف بها من قبل اللاعب.. وحكم على اللاعب إلياس شتي البالغ من العمر 28 عاماً بالسجن لمدة أربعة أشهر مع وقف التنفيذ في أبريل بعد شكوى من شابة زعمت أن شتي لساها خلال أمسية في ملهى ليبي في الرابع من ديسمبر الماضي خلال فترة التوقف الدولي بسبب موندريال قطر. ولدى احتجاز الظهير الأيسر لدى الشرطة في أنجييه، اعترف بالتهمة الجنسية إليه. وتسبب شتي الذي قلّم لعب على مدار الموسم حيث دخل بديلا في ست مباريات فقط لمدة أقل من أربع ساعات على أرضية الملعب. بشكل غير مباشر رحيل مدرّبه السابق المغربي الأصل عبد العزيز بوحزامة الذي قل من الاعتداء الجنسي. ودافع بوحزامة في الخامس من مارس عن لاعبه "هذا ليس سيئا، لقد سبق لنا جميعا أن نصطّر للفتيات"، قبل أن يضطر للاستقالة بعدما ظهرت كلماته المثيرة للجدل في وسائل الإعلام. وقال مصدر مقرب من النادي وقتها إن اللاعب المرتبط بأنجييه حتى عام 2026 "تمت مناقبته بإيقافه عن اللعب لمدة أسبوعين"، مضيفا أن وضعه في أنجييه "سيتم النظر فيه بنهاية الموسم". ويواجه أنجييه عقوبة حظر التعاقد في فترتي الانتقالات الصيفية والشتوية المقبلة بسبب خلاف حول تعاقد مع شتي الصيف الماضي. واحتج نادييه السابق الترجي التونسي على فسخ اللاعب لعقده معه والذي سمح له بالتعاقد مع أنجييه في صفقة انتقال حر. ولجأ النادي الفرنسي إلى محكمة التحكيم الرياضية.

بسبب خسارة يوروبا ليغ.. مورينيو يمنح ميداليته لأحد المشجعين

وكالات

ألقى نادي إسبيلية مدرب نادي روما البرتغالي جوزيه مورينيو لروما أول هزيمة له في ست نهائيات أوروبية ليحرّمه من الظفر باللقب القاري السادس. ولم يخسر مورينيو أي نهائي أوروبي قبل مباراة الأربعاء، حيث قاد روما العام الماضي إلى اللقب الافتتاحي لدوري المؤتمر الأوروبي ليصبح أول مدرب يفوز بكافة الألقاب الأوروبية للأندية. ومن الواضح أن الهزيمة كانت تجربة مؤلمة للمدرّب البرتغالي الذي منح ميداليته لوصيف البطل لأحد المشجعين في المدرجات عقب مراسم توزيع الميداليات. وقال "هذا ما فعلته، لا أريد ميداليات فضية. لا أحتفظ بالميداليات الفضية لذلك تنازلت عنها. وكان قد توقع مورينيو نتيجة المباراة قائلا "التاريخ لن يلعب المباراة لكن التاريخ يجعل (إسبيلية) مرشحا ونحن نحترم ذلك." مضيفا "لديهم خبرة ليست



لدينا لكننا نستحق أن نلعب هذا النهائي. نقول ذلك منذ وقت طويل.. وقاد مورينيو بورتو في عام 2003 للقب كأس الاتحاد الأوروبي (يوروبا ليغ حاليا)، ودوري الأبطال في العام التالي.

بعد ميسي وبنزيمة.. مودريتش في طريقه إلى الدوري السعودي؟

وكالات

كشفت صحيفة "أوك دياريو" الإسبانية أن النجم الكرواتي لوكا مودريتش أبدى رغبته في الرحيل عن ريال مدريد بعد توصله بعرض من إحدى الفرق السعودية. وأوضحت الصحيفة أن مودريتش طلب من إدارة النادي الملكي السماح له بالرحيل بعد تلقيه عرضا من أحد الأندية السعودية، تبلغ قيمته 120 مليون يورو لمدة 3 مواسم. وأضافت: "كل شيء يشير إلى أن اللاعب البالغ من العمر 37 عاما، سيضع نهاية لمرحلته الناجحة في ستيياغو برنابيو، بعد مسيرة دامت أكثر من 10 سنوات.. وتابعت: "من المرجح أن يسمح له ريال مدريد بتقرير مستقبله.. وأبرزت "أوك دياريو" أن لوكا قضى أسابيع من التفكير، مضيفا "يبدو أن العرض السعودي غير رأي لأصعب خط الوسط الكرواتي الذي يمكن أن يلعب آخر مباراة له في البرنابيو يوم الأحد المقبل.. هذا، ولم يكشف المصدر هوية النادي صاحب العرض، الذي وصفه بـ"المثير". وتأتي هذه الأنباء في الوقت الذي كشف فيه خبير الانتقالات فابريزو رومانو أن نادي الاتحاد السعودي



ينتظر ردا من النجم الفرنسي ولاعب ريال مدريد، كريم بنزيمة، في أقرب وقت، بعدما قدم له عرضا بقيمة 100 مليون يورو سنويا بالإضافة إلى المكافآت. وإلى جانب بنزيمة، تلقى النجم السعودي

هزيمة مفاجئة لـ "الأخطبوط" و"الجوكر" منهم ياذكاء توتر سياسي

وكالات

أصبح دانييل ميديفيد أعلى اللاعبين تصنيفا الذي يخاطر فرنسا المفتوحة للتنس بعد الخسارة في مباراة ماراثونية أمام البرازيلي المساعد من التصفيات تياجو سيبيوت وايلد بينما وجد نوناك ديوكوفيتش نفسه وسط عاصفة سياسية. ميديفيد، المصنف الثاني عالميا والمقرب بالأخطبوط، عانى من خروج مفاجئ من الدور الأول لبطولة فرنسا المفتوحة بعد الخسارة 7-6 و 7-6 و 6-2 و 6-3 أمام البرازيلي سيبيوت وايلد. وعلى الرغم من فوز سيبيوت وايلد بلقبين على الملاعب الرملية ضمن بطولات التحدي الأدنى درجة هذا الموسم فإن ميديفيد الذي دخل البطولة الكبرى منتشيا بفوزه في روما أظهر تطورا كبيرا على هذا النوع البطيء من الأرضيات. لكن الإحباط نال من اللاعب الروسي على ملعب فيليب شاترييه وسط رياح قوية وتجادل مع الحكم والجماهير في المجموعة الرابعة. ولعب سيبيوت وايلد بسرعة وقوة أكبر من ميديفيد الذي لم يستطع أبدا العثور على إيقاعه ليخسر بعد أربع ساعات و 15 دقيقة من اللعب. وقال المصنف 172 عالميا "تابعت دانييل منذ صغري والتغلب عليه في هذا اللعب حلم تحول إلى حقيقة. وقال ميديفيد لاحقا إنه سعيد بخروجه المبكر معبرا عن شعوره بالراحة لأن موسمه على الملاعب الرملية قد انتهى أخيرا. وأضاف ميديفيد للصحفيين "في كل مرة ينتهي (موسم الملاعب الرملية) أشعر بالسعادة. أنا سعيد جدا. (الخسارة) لا تهم. مرة واحدة في دور الثمانية مرة واحدة في الدور الرابع ومرات عديدة في الدور الأول. اليوم بسبب الرياح امتلأ فمي بالرمال منذ الشوط الثالث ولا أحب ذلك. لا أعلم إذا كان الناس يحبون أكل الرمال وأن تدخل الرمال لحقائهم وأحذيتهم وجواربهم تحديدا البيضاء. ربما يضطرون لإلقائها في القمامة بعد انتهاء موسم الملاعب الرملية. البعض قد يحب هذا أما أنا فلا..

جوكوفيتش: كوسوفو قلب صربيا واتهم اتحاد التنس في كوسوفو الصربي جوكوفيتش بتأجيج الوضع التوتر بالفضل بعد أن كتب المصنف الثالث عالميا "كوسوفو هي قلب صربيا. أوقضوا العنف" على عتبة كاميرا بعد فوزه بالدور الأول في فرنسا المفتوحة. وقال رئيس اتحاد التنس في كوسوفو جيتون حيدر جونا في بيان "التعليقات التي أدلى بها نوناك جوكوفيتش بعد المباراة في رولان غاروس وتصريحاته في المؤتمر الصحفي عقب اللقاء ومنشوره على إنستغرام مؤسفة.. واتهم جوكوفيتش، الذي يعرف بلقب الجوكر، باستخدام مكانته لإثارة التوترات. وقال "ارتكب نوناك جوكوفيتش أفعالا مماثلة في السابق. على الرغم من وجود رسالة عامة ضد العنف فإن عبارة جوكوفيتش هي قلب صربيا والتصريحات الأخرى بعد المباراة، التي أدلى بها جوكوفيتش وهو شخصية عامة في حدث رياضي رفيع مثل بطولة فرنسا المفتوحة تؤدي بشكل مباشر إلى رفع مستوى التوتر بين الدولتين صربيا وكوسوفو.. وقال الاتحاد الفرنسي للتنس، الذي ينظم فرنسا المفتوحة، في بيان "طبق نفس القواعد التي تعمل بها جميع البطولات الأربع الكبرى. يعمل رئيس لجنة الحكام في البطولة والمشرفون على ضمان الالتزام بهذه القواعد. يجري إبلاغ الطاقم المعاون لأي لاعب بمثل هذه الأمور.. وقال مصدر مطلع على الأمر لرويترز إن الاتحاد الفرنسي لا يرى أن تصرف جوكوفيتش "يضر بمصالح البطولة" طبقا لقواعد البطولات الأربع الكبرى.

