

قال مكتب تنسيق الشؤون الإنسانية إنه سجل ٥٩١ حادثاً ذات صلة بالمستوطنين في الأشهر الستة الأولى من هذا العام أسفرت عن سقوط ضحايا فلسطينيين أو أضرار في الممتلكات أو كليهما. ونقل نائب الناطق الإعلامي، فرحان حق عن المكتب أن ٩٩ حادثاً وقعت تقريباً كل شهر بزيادة بنسبة ٣٩ بالمائة مقارنة بالمتوسط ٧١ الشهري في عام ٢٠٢٢ مضيافاً أن "مجتمعات الرعي الفلسطينية معرضة بشكل خاص لأنشطة الاستيطان".

تابع ص ٨

الأمم المتحدة

السبت 18 محرم 1445 هـ الموافق 5 آب 2023 م
السنة السابعة / العدد (2696) / www.omamjo.com

تونس: إنقاذ أكثر من ١٥ ألف مهاجر غير شرعي خلال النصف الأول من ٢٠٢٣

تونس

قال وزير الداخلية التونسي كمال الفقي الخميس، إن ١٥٣٢٧ مهاجراً غير نظامي تم إنقاذهم من قبل الوحدات الأمنية التونسية منذ مطلع ٢٠٢٣ وحتى نهاية تموز الماضي. ونقلت وكالة الأنباء التونسية عن الفقيه أن، ٩٥ بالمائة منهم يحملون جنسيات إفريقية من دول جنوب الصحراء، مشيراً إلى أنه يجري متابعة مباشرة للتعاطي الإنساني والعمل الميداني للوحدات الأمنية في إطار التنسيق مع المنظمات الدولية ذات العلاقة.

٥٠ ألفاً يؤدون صلاة الجمعة في المسجد الأقصى

شهيدان برصاص الاحتلال في قرية برقة وطولكرم سيصبح ثقافة دائمة



وذكرت وكالة الأنباء الفلسطينية (وفا)، نقلاً عن مصادر محلية، أن قوات الاحتلال انتشرت في شوارع المدينة ومحيط المسجد الأقصى، وتمركزت عند بواباته، وأوقفت المصلين ودققت في بطاقتهم الشخصية.

الإجراءات العسكرية المشددة التي فرضتها قوات الاحتلال الإسرائيلي على أبواب ومدخل البلدة القديمة في القدس المحتلة، وقدرت دائرة الأوقاف الإسلامية في القدس، أن نحو ٥٠ ألف مصل أدوا صلاة الجمعة في رحاب المسجد الأقصى.

إرام الله

استشهد مواطن فلسطيني برصاص قوات الاحتلال الإسرائيلي، مساء الجمعة، خلال هجوم للمستوطنين المتطرفين على قرية برقة شرق مدينة رام الله.

وذكرت وزارة الصحة الفلسطينية، أن الشاب قصي جمال معطان (١٩ عاماً) استشهد برصاص قوات الاحتلال خلال هجوم للمستوطنين على القرية.

وأوضحت وزارة الصحة الفلسطينية في بيان لها، أن المستوطنين اقتحموا مناطق في النواحي الغربية والشمالية الغربية من برقة، بحماية قوات الاحتلال، فهدم أهالي القرية للدفاع عن أرضهم ما أدى لاندلاع مواجهات، أصيب خلالها الشاب معطان بجروح خطيرة، إلى جانب اثنين آخرين أصيبا بالحجارة.

وأضافت الوزارة، أن المستوطنين أحرقوا، خلال الهجوم سيارتين.

واستشهد فجر الجمعة، شاب فلسطيني برصاص قوات الاحتلال الإسرائيلي، خلال اقتحامها مدينة طولكرم ومخيمها. وأفادت وكالة الأنباء الفلسطينية (وفا)، نقلاً عن شهود عيان، أن الشاب محمود أبو سعن (١٨ عاماً)، أصيب

التقى الناطقين الإعلاميين وضباط ارتباط الأجنحة الحكومية

الشبول: وجود الناطقين الإعلاميين سيصبح ثقافة دائمة



والاجتماعي، ولاسيما أنهم يعدون جزءاً أساسياً من هذه السياسة؛ الأمر الذي يضمن تعزيز انسيابية المعلومات وتدفعها نحو الجمهور ووسائل الإعلام.

واستعرض الشبول، جهود وزارة الاتصال الحكومي في تدريب الناطقين والإعلاميين في الاتصال الحكومي على مدار السنوات الثلاث المقبلة، وتصميم وإعداد برامج تدريب إعلامية في قطاعات حيوية كالصحة والسياحة والبيئة.

ولفت إلى أن وزارة الاتصال الحكومي، وفي سبيل دعم وتمكين الناطقين الإعلاميين، ستعقد منصة "ناطق" ضمن الموقع الإلكتروني للوزارة، مبيناً أن هذه المنصة ستكون مخصصة لإبراز عمل الناطقين في وزاراتهم ومؤسساتهم.

تابع ص ٢

عمان

أكد وزير الاتصال الحكومي الناطق الرسمي باسم الحكومة فيصل الشبول، أهمية دور الناطقين الإعلاميين في التعبير عن خطط ومشاريع وزاراتهم ومؤسساتهم، وإيصال المعلومات إلى وسائل الإعلام، مشيراً إلى أن "وجود الناطقين الإعلاميين سيصبح ثقافة دائمة في كل وزارة ومؤسسة".

حديث الشبول، جاء خلال لقائه، في وزارة الاتصال الحكومي، عدداً من الناطقين الإعلاميين باسم الوزارات والمؤسسات الحكومية، وضباط ارتباط الأجنحة الحكومية.

وأشاد الشبول، بدور الناطقين الإعلاميين في إثراء الحوار الوطني عن السياسة العامة للإعلام والاتصال الحكومي الذي يجريه المجلس الاقتصادي

سماء الأردن تشهد زخات من شهب البرساويات ١٢ الجاري

عمان

توقع فلكي أردني أن تشهد سماء المملكة والعالم العربي ليل ١٢ و١٣ آب الحالي، زخة من شهب (البرساويات)، وهي من أكثر الزخات الشهابية كثافة خلال العام.

وقال من مرصد وادي رم أم الدامي، عماد مجاهد، إن الشهب يمكن مشاهدتها بوضوح بالعين المجردة، دون حاجة لتلسكوب أو أدوات رصد، إذ ستظهر في السماء كالألعاب النارية.

وأشار إلى أنه يفضل رصد الشهب في الأماكن المظلمة البعيدة عن الإنارة، كمنطقة وادي رم جنوب المملكة، والمناطق الصحراوية والريفية التي تعد من أفضل المناطق لرصدها، وستظهر الشهب فيها بشكل أكثر إثارة وجمالاً.

ولفت إلى أن بعض الجهات السياحية تحضر لتنظيم مخيم فلكي في وادي رم، لرصد شهب البرساويات، والكواكب السيارة من خلال التلسكوب.

وأوضح أن الشهب تتكون نتيجة دخول ذرات ترابية إلى الغلاف الغازي الأرضي بسرعة عالية جداً تصل إلى ٧٠ كيلومتراً في الثانية الواحدة بالعدل، ينتج عن احتكاكها بالغلاف الجوي حرارة عالية فتتوهج وتظهر على شكل أسهم نارية لامعة برهة من الزمن ثم تنطفئ.

ترامب يدافع ببراءته

من تهم التآمر لقلب نتائج انتخابات ٢٠٢٠

واشنطن

دفع الرئيس الأميركي السابق دونالد ترامب الخميس ببراءته من تهم التآمر على المؤسسات الأميركية، بعد يومين على اتهامه بمحاولة قلب نتائج الانتخابات الرئاسية عام ٢٠٢٠.

خلال مثوله أمام محكمة فدرالية في واشنطن، أجاز الملياردير الجمهوري بأنه غير مذنب عندما قرأت القاضي موكسيلا أوباديايا التهم وأحكام السجن القصوى المرتبطة بها.

وتحدث ترامب إلى صحفيين في مطار ريفان الوطني قبل مغادرته واشنطن على متن طائرته الخاصة، وندد بـ "يوم حزين جداً" للولايات المتحدة، معتبراً أنه يتعرض للاضطهاد باعتباره "خصماً سياسياً".

وأضاف "هذا اضطهاد للشخص الذي يتقدم بنسب عالية جداً في الانتخابات التمهيدية للحزب الجمهوري ويتقدم (على الرئيس جو) بايدن كثيراً".

وتابع "إذا لم تتمكن من هزموه، فاضطهده أو قاضه"، مردفاً "لا يمكننا أن نضع هذا يحدث في أميركا".

وتشير لائحة الاتهام الواقعة في ٤٥ صفحة والتي نُشرت الثلاثاء، خصوصاً إلى وجود "مشروع إجرامي" وتهمته بتقويض أسس الديمقراطية الأميركية من خلال محاولة تغيير عملية فرز نتائج تصويت أكثر من ١٥٠ مليون أميركي.

في المقابل، فإن الدعوى الجنائية السابقتين المرفوعتين ضدّه هذا العام، بتهمته الاحتيال المرتبط بشراء صمت ممثلة أفلام إباحية، وتعريض الأمن القومي للخطر من خلال سوء تعامله مع وثائق سرية، تتعلقان على التوالي بالفترة السابقة لولايته وما بعدها.

والمحكمة التي وجهت فيها التهم لترامب تقع قرب الكابيتول، مقر الكونغرس الأميركي الذي اقتحمه مئات من أنصاره لمنع التصديق على فوز منافسه الديمقراطي جو بايدن في السادس من كانون الثاني/يناير ٢٠٢١.

وقالت القاضية موكسيلا أوباديايا "يمكنني أن أؤكد للجميع أنه سيكون هناك مسار ومحكمة عادلة".

في وقت سابق الخميس، اتهم ترامب مجدداً خلفه ومنافسه الديمقراطي جو بايدن بالوقوف وراء الدعوى القضائية الجديدة لإبقائه خارج سباق الانتخابات الرئاسية عام ٢٠٢٤.

تابع ص ٨

ندوة توعوية لهيئة النزاهة ومكافحة الفساد

عمان



الشفافية والمساءلة والمحاسبة والحوكمة والشريفة، مؤكدة أن الاستراتيجية الوطنية للنزاهة ومكافحة الفساد تتضمن العديد من البرامج الهادفة إلى إيجاد بيئة وطنية مناهضة للفساد، لا سيما أن المجتمع بكافة

نظمت عمادة شؤون الطلبة في جامعة العلوم الإسلامية العالمية، ندوة توعوية لهيئة النزاهة ومكافحة الفساد في مدرج الشريف حسين بن علي.

وقال عميد شؤون الطلبة الدكتور سالم الدعجة، خلال افتتاح الندوة، إن عقد مثل هذه الندوات يأتي ضمن رؤية ورسالة الجامعة للبناء وتعزيز ثقة الطلبة بمؤسسات الدولة.

وتحدث مدير مديرية التحقيق في الهيئة الدكتور بكر البقور عن نشأة الهيئة، وشراكة المواطن في عملية مكافحة الفساد واليات التحقق من فعل الفساد، والأدلة الرقمية وآلية استخدامها، مبيناً أن مكافحة الفساد مسؤولية وطنية جماعية تتطلب تضاهر الجهود لمحاربتها، وأن الالتزام بتطبيق معايير النزاهة، سيسهم بشكل مباشر في الحد من الفساد.

وفيما يتعلق بمعايير النزاهة، تحدثت رئيسة قسم التوعية في الهيئة أطلال المحافظة، عن معايير النزاهة المتمثلة في سيادة القانون والعدالة وتكافؤ الفرص

الصين تخفف شروط التأشيرات والإقامة في المدن لتعزيز اقتصادها

بكين



تأشيرة لدى الوصول شرط إبراز المستندات الضرورية. في السابق كان على المسافرين طلب تأشيرة لدى السفارات أو القنصليات الصينية في بلدان المغادرة.

وأعلن الخميس أيضاً عن مزيد من التسهيلات لنظام الإقامة الدائمة المثير للجدل الذي صنف تقود الصينيين بين مواطنين في "الريف" أو "المدينة".

ويحق للصينيين الإقامة والعيش والعمل في أي مكان في أنحاء البلاد. لكن بسبب نظام الإقامة يمكنهم الاستفادة فقط من بعض الخدمات العامة مثل الضمان

أعلنت الصين إجراءات إدارية لدعم اقتصادها تسمح بموجبها لبعض الأجانب بالحصول على تأشيرات دخول لدى الوصول إلى أراضيها وتمكن أهالي المناطق الريفية من الإقامة بسهولة أكبر في المدن. وتهدف هذه التسهيلات إلى "تعزيز حرية تنقل... الأفرد والمركبات والمعلومات والمعطيات"، حسبما ذكر مسؤول من وزارة الأمن العام الصيني.

وتراجع زخم انتعاش الصين في مرحلة ما بعد كوفيد في الأشهر القليلة الماضية، على وقع انخفاض الاستهلاك وأزمة قطاع العقارات.

وارتفع الناتج المحلي الإجمالي بنسبة ٠,٨ بالمائة فقط بين الفصل الأول والثاني هذا العام، فيما يلتفت البطالة بين الشباب معدلات قياسية تجاوزت ٢٠ بالمائة.

وأمام ذلك أعلنت الوزارة عن ٢٦ إجراء الخميس من بينها قواعد جديدة لمنع تأشيرات دخول لرجال وسيدات الأعمال الأجانب.

سيتمكن الأفراد الذين يأتون إلى الصين للمشاركة في مفاوضات تجارية أو معارض أو مؤتمرات أو للاستثمار، من الحصول على

تدشين سد الفيضان بطاقة تخزينية ٣,٥ مليون متر مكعب

عمان

قال وزير المياه والري المهندس محمد النجار خلال تدشينه سد الفيضان / وادي عربة ادي سلطة وادي الأردن تعمل بكل جد لتوسيع أفاق الحصاد المائي في المملكة ورفع الطاقة التخزينية للسدود، ورفع كفاءة التخزين وتعظيم الاستفادة من مياه الفيضانات والجريان السطحي وكذلك تطوير واقع المجتمعات المحلية في مناطق المملكة كافة وتحسين مستوى المعيشة.

وأكد أهمية المشروع في المحافظة على الاستقرار المائي للمزارعين في منطقة وادي عربة مثمناً الدعم المتواصل من الأشقاء في السعودية لتنفيذ مشاريع تنموية خاصة في قطاع المياه.

وبيّن أن الأردن يواجه تحديات مائية عدة نتيجة الزيادة السكانية وموجات الجوء، وأن الوزارة تسعى للإسراع بتنفيذ الإستراتيجية الوطنية للمياه لتحقيق التوازن المنشود.

وأضاف أن سد الفيضان الواقع في منطقة وادي عربة هو سد ركابي ذو وجه خرساني يهدف إلى تخزين مياه الأمطار والفيضانات لأغراض الري والشحن الجوي بطاقة تخزينية تبلغ ٣,٥ مليون متر مكعب، مبيناً أن مياه السد ستعكس بشكل واضح على المجتمع المحلي في المنطقة وتوفر مزيداً من فرص العمل للأهالي وخاصة المزارعين ومربي المواشي وزيادة الرقعة الخضراء وتحسين البيئة المحلية.

من ناحيتها، أكدت أمين عام سلطة وادي الأردن الهندسة منار المحاسنة أن مشروع سد الفيضان من المشاريع الهامة في منطقة وادي عربة كونها من المناطق تنهض لبناء واقع جديد يضاهف النمو وتحسين مستوى معيشة المواطنين خاصة وان الوادي يضم عدداً من المشاريع الزراعية والتنموية والخدمية التي من شأنها الارتقاء بالواقع المعيشي والاقتصادي لسكان الوادي وجذب العديد من الاستثمارات.

وتحدثت رئيس بلدية قريقررة وروساء جمعيات العمارين والسعيدين عن الفرص التي سيوفرها السد والوقت الطفلة جود السعيدين قصيدة ترحيبية.

وقد تم تنفيذ مشروع سد الفيضان في وادي فيضان لجمع مياه الفيضانات من الحوض السابك في وادي عربة من قبل شركة زكريا صالح الطراونة للمقاولات وإشراف من شركة المستشار الهندسة Engicon، ويهدف السد لري المزروعات وتغذية المياه الجوفية وتنفيذ مشروعات زراعية لإهالي المنطقة ويخزن حالياً نحو ٢,١ مليون متر مكعب.

تتابع ص ٢

مشروع رياضي أردني يتأهل لنهائي مسابقة عالمية

عمان

تأهل المشروع الريادي للمهندس الأردني حمزة الداوود إلى المرحلة النهائية في المسابقة العالمية للمشاريع الناشئة التي تعقد ضمن فعاليات مؤتمر International See Pakistan 2023.

الدولي، الذي سيقام في مدينة لاهور الباكستانية الشهر الحالي. وتقوم فكرة المشروع الموسوم بـ ANNI، الذي قدمه الداوود وهو خريج هندسة العمارة في الجامعة الأردنية، على تسجيل أول علامة تجارية للباس أردنية تتناسب وفنني كبار السن وذوي الاحتياجات الخاصة، من حيث جودتها وسهولة ارتداؤها واقتنائها.

ويشارك في المسابقة، التي ستعقد نتائجها خلال المؤتمر، الذي يعقد سنوياً في باكستان بتنظيم مشترك بين منظمة التعاون الإسلامي وهيئة جامعات القطاع الخاص الباكستانية، إلى جانب الداوود، منافسون من طلبة وخريجي مراحل البكالوريوس والدراسات العليا من أكثر من ٥٠ جامعة ومؤسسة تعليمية محلية وإقليمية وعالمية منتشرة في ٢٠ دولة حول العالم، منافساً بذلك ١٤ مشروعاً.

ويشكل المؤتمر الذي يجمع رموز الفكر والخبرة من أكاديميين ومستثمرين ورجال أعمال وصناع قرار على نطاق دولي مع ثلث من الشباب الباحث عن آفاق المعرفة المستقبلية، فرصة لعرض مشاريعهم للحصول على الدعم لتميتها وتحولها إلى مشاريع منتجة. تابع ص ٢

الأعيان يطلع على الخطة الوطنية المنسقة لمواجهة الزلازل



والأنية، فالوقاية من الأزمة قبل حدوثها، خير من العلاج حال وقوعها. وكان الفايز ثمن في بداية حديثه نهج الائتلاف المكون من 9 لجان دائمة في مجلس الأعيان ومجلس الأعيان فيصل الفايز، اليوم الخميس، على الخطة الوطنية المنسقة لمواجهة الزلازل.

وجاء اجتماع اللجنة المشتركة مع نائب سمو رئيس المركز الوطني للأمن وإدارة الأزمات العميد الركن حاتم الزعبي، بحضور نقيب المهندسين المهندس أحمد سمارة، وعدد من ممثلي الجهات الرسمية والنقابات المهنية والخبراء الوطنيين من مختلف المجالات المعنية.

وقال الفايز إن "علنا نعيش اليوم تحديات كبيرة سواء كانت تحديات سياسية أو أمنية أو كوارث طبيعية، بسبب التغيرات المناخية ومنها الحرائق المنتشرة في العالم، وآخرها حرائق محافظة عجلون، التي استمرت لعدة أيام وأتت على آلاف الأشجار العمرة، أو بسبب انتشار أنواع جديدة من الأوبئة لم نعهدها من قبل كوفيد كورونا، الذي أنهك علنا وقضى بسببه مئات آلاف من البشر.. وأضاف أن ذلك الواقع يتطلب الاستعداد المسبق من خلال وضع استراتيجيات وخطط مبنية على التنبؤات المسبقة قبل وقوع الكارثة أو الأزمة، عبر وضع سيناريوهات عدة للتعامل معها، لتجاوز آثارها السلبية والحد من الخسائر المادية والبشرية. وبين الفايز أن الأزمات تعني تهديداً خطيراً متوقفاً أو غير متوقع، وغالباً ما تكون مفاجأة كالأوبئة مثلاً، وهو ما يتطلب مهارة عالية لإدارتها والتصدي لها، بشكل ممنهج ووفق استراتيجيات مدروسة، وليس بقرارات ارتجالية أو لحظية. وأشار إلى أن إدارة الأزمات تعد علماً وفن إدارة التوازنات والتكيف مع التغيرات المختلفة، مؤكداً أن ذلك "يحتج علينا الوقوف المسبق على مؤشرات وأعراض تنبئ بوقوع أزمة ما.. ونوه الفايز إلى أن تجاوز أية كارثة أو أزمة يرتب علينا الاستفادة من التجارب السابقة في إدارة الأزمات وتجارب الدول الأخرى، لتجاوز أية ضغرات حصلت سابقاً في التعامل مع الأزمات الجديدة، وضمان مستوى عالٍ من الجاهزية. وأكد أن القراءات والتنبؤات والتخطيط المسبق، هو الأساس في إدارة الأزمات مهما كان نوعها، فيجب التخطيط لا يمكن مواجهة أي أزمة من الأزمات ارتجالياً أو من خلال اتخاذ القرارات اللحظية

وتنسيق وتوحيد الجهود الوطنية لتمكينها من مواجهة الكوارث والأزمات على المستوى الوطني بأشكالها المختلفة من خلال التكيف الاستراتيجي والاحترافي في مجالي الاستعداد والاستجابة للالتزامات على المستوى الوطني بأقل جهد ووقت وتكلفة وخسائر ممكنة، للوصول إلى بيئة وطنية آمنة ومستقرة.

واستعرض الاستراتيجية الوطنية للحد من مخاطر الكوارث (٢٠٢٣-٢٠٣٠)، التي تعد خارطة طريق للحصول على فهم مشترك لمخاطر الكوارث السائدة، وتقييم نظام الحد من مخاطر الكوارث الحالي وقدراته على أهداف الحد من مخاطر الكوارث. وتناول الزعبي الخطة الوطنية المنسقة لمواجهة الزلازل، التي تعد جزءاً من الاستراتيجية الوطنية للحد من مخاطر الكوارث، لافتاً إلى أن الخطة تهدف إلى تنسيق الجهد الوطني لضمان الفاعلية لمواجهة ظروف وتدابير الزلازل. وأضاف أن الخطة تهدف أيضاً إلى التأكد من إعداد خطط تنفيذية خاصة بالمؤسسات والدوائر المعنية لتمكينها بتعامل بكفاءة مع الزلازل، وإعداد خطة توعوية وطنية لتعريف المواطنين بمخاطر

والأنية، فالوقاية من الأزمة قبل حدوثها، خير من العلاج حال وقوعها. وكان الفايز ثمن في بداية حديثه نهج الائتلاف المكون من 9 لجان دائمة في مجلس الأعيان ومجلس الأعيان فيصل الفايز، اليوم الخميس، على الخطة الوطنية المنسقة لمواجهة الزلازل.

وجاء اجتماع اللجنة المشتركة مع نائب سمو رئيس المركز الوطني للأمن وإدارة الأزمات العميد الركن حاتم الزعبي، بحضور نقيب المهندسين المهندس أحمد سمارة، وعدد من ممثلي الجهات الرسمية والنقابات المهنية والخبراء الوطنيين من مختلف المجالات المعنية.

وقال الفايز إن "علنا نعيش اليوم تحديات كبيرة سواء كانت تحديات سياسية أو أمنية أو كوارث طبيعية، بسبب التغيرات المناخية ومنها الحرائق المنتشرة في العالم، وآخرها حرائق محافظة عجلون، التي استمرت لعدة أيام وأتت على آلاف الأشجار العمرة، أو بسبب انتشار أنواع جديدة من الأوبئة لم نعهدها من قبل كوفيد كورونا، الذي أنهك علنا وقضى بسببه مئات آلاف من البشر.. وأضاف أن ذلك الواقع يتطلب الاستعداد المسبق من خلال وضع استراتيجيات وخطط مبنية على التنبؤات المسبقة قبل وقوع الكارثة أو الأزمة، عبر وضع سيناريوهات عدة للتعامل معها، لتجاوز آثارها السلبية والحد من الخسائر المادية والبشرية. وبين الفايز أن الأزمات تعني تهديداً خطيراً متوقفاً أو غير متوقع، وغالباً ما تكون مفاجأة كالأوبئة مثلاً، وهو ما يتطلب مهارة عالية لإدارتها والتصدي لها، بشكل ممنهج ووفق استراتيجيات مدروسة، وليس بقرارات ارتجالية أو لحظية. وأشار إلى أن إدارة الأزمات تعد علماً وفن إدارة التوازنات والتكيف مع التغيرات المختلفة، مؤكداً أن ذلك "يحتج علينا الوقوف المسبق على مؤشرات وأعراض تنبئ بوقوع أزمة ما.. ونوه الفايز إلى أن تجاوز أية كارثة أو أزمة يرتب علينا الاستفادة من التجارب السابقة في إدارة الأزمات وتجارب الدول الأخرى، لتجاوز أية ضغرات حصلت سابقاً في التعامل مع الأزمات الجديدة، وضمان مستوى عالٍ من الجاهزية. وأكد أن القراءات والتنبؤات والتخطيط المسبق، هو الأساس في إدارة الأزمات مهما كان نوعها، فيجب التخطيط لا يمكن مواجهة أي أزمة من الأزمات ارتجالياً أو من خلال اتخاذ القرارات اللحظية

العلوم التطبيقية تطلق مسابقة "أهل الإتقان للقرآن"

أطلقت جامعة العلوم التطبيقية الخاصة، مسابقة الحاج عبدالله أبو خديجة القرآنية السنوية تحت عنوان: "أهل الإتقان للقرآن"، ووفق بيان للجامعة، اليوم، تتضمن المسابقة مستويين، الأول إتقان الحفظ مع حسن الأداء والثاني إتقان التلاوة وأحكام التجويد، حيث تستهدف المسابقة الفئة العليا من المهتمين بالقرآن الكريم حفظاً وتلاوةً وتجويداً، وتقديم للمجتمع المحلي والدولي باعتبارهم مميزين في التلاوة أو الحفظ وتشجع المهتمين بالقرآن على الإتقان. وتقدم للمسابقة ٥٨٦ متسابقاً ومتسابقة من المجتمع المحلي، حيث سيكون عدد الفائزين ٦ من فئة إتقان الحفظ و٦ من إتقان التلاوة وأحكام التجويد، بينما سيتم الإعلان عن نتائج المسابقة في ١٥ من الشهر الحالي.

تخريج المشاركين في مخيم "ذكور مملكة"

اختتم مكتب جائزة الحسن للشباب، مخيم "ذكور مملكة"، ووفقاً لبيان الجائزة رعى، مساعد مدير الأمن العام للسير وشؤون الأجانب العميد رامي الدباس، مندوباً عن مدير الأمن العام، في مخيم غاية الحسن/ طبريبر، حفل تخريج المشاركين في المخيم وعددهم ١٦٦ مشاركاً في المستوى الذهبي والفضي والبرونزي. وشمل حفل التخريج إجازاً من قبل قائد المخيم، إضافة إلى كلمة للمشاركين تحدثوا فيها عن تجربتهم في المخيم التي كان لها دور كبير في بناء مهارات جديدة وتعزيز الثقة بالنفس. وشملت فعاليات المخيم الذي استمر ٣ أيام، نشاط الإسعافات الأولية وتمارين إخلاء من الدفاع المدني، محاضرة حول المخدرات، سجل الجائزة المحوسب، التدريب على مهارات قراءة الخارطة واستخدام البوصلة وحركات المشاة. كما تم تنفيذ مسير طويل ومهارات التعايش والتخفي والتنويه، وتنفيذ فعالية الإنزال الجيلي، إضافة إلى أنشطة فكرية تعليمية، وزيارة ميدانية إلى مصنع الكسح وزلوم ومتحف الأردن.

تدشين سد الفيضان بطاقة تخزينية ٣,٥ مليون متر مكعب



وقد تم تنفيذ مشروع سد الفيضان في وادي فيضان لجمع مياه الفيضانات من الحوض الساكب في وادي عربة من قبل شركة زكريا صالح الطراونة للقنوات وإشراف من شركة المستشار الهندسة Engicon، ويهدف السد لري المزروعات وتغذية المياه الجوفية وتنفيذ مشروعات زراعية لإهالي المنطقة ويحزن حالياً نحو ٢,١ مليون متر مكعب. وحضر الافتتاح مندوب سفير السعودية المستشار وليد خان ونواب المنطقة وأمين عام وزارة المياه والري الدكتور جهاد الحاميد ومحافظ العقبة خالد الحجاج ورئيس مجلس شركة تطوير وادي عربة ناديا الروابدة.

منار الحاسنة أن مشروع سد الفيضان من المشاريع الهامة في منطقة وادي عربة كونه من المناطق تنهض لبناء واقع جديد يضاعف النمو وتحسين مستوى معيشة المواطنين خاصة وأن الوادي يضم عدداً من المشاريع الزراعية والتنمية والخدمية التي من شأنها الارتقاء بالواقع المعيشي والاقتصادي لسكان الوادي وجذب العديد من الاستثمارات. وتحدث رئيس بلدية قريقررة ورؤساء جمعيات العمارين والسعيدين عن الفرض التي سيفررها السد والوقت الطويلة جود السعيدين قصيدة ترحيبية.

عمان

قال وزير المياه والري المهندس محمد النجار خلال تدشينه سد الفيضان / وادي عربة إن سلطة وادي الأردن تعمل بكل جد لتوسيع آفاق الحصاد المائي في المملكة ورفع الطاقة التخزينية للسدود، ورفع كفاءة التخزين وتعميم الاستفادة من مياه الفيضانات والجريان السطحي وكذلك تطوير واقع المجتمعات المحلية في مناطق المملكة كافة وتحسين مستوى المعيشة. وأكد أهمية المشروع في المحافظة على الاستقرار المائي للمزارعين في منطقة وادي عربة ممثلاً الدعم المتواصل من الأشقاء في السعودية لتنفيذ مشاريع تنموية خاصة في قطاع المياه. وبين أن الأردن يواجه تحديات مائية عدة نتيجة الزيادة السكانية وموجات اللجوء، وأن الوزارة تسعى للإسراع بتنفيذ الاستراتيجية الوطنية للمياه لتحقيق التوازن المنشود.

وأضاف أن سد الفيضان الواقع في منطقة وادي عربة هو سد ركابي ذو وجه خرساني يهدف إلى تخزين مياه الأمطار والفيضانات لأغراض الري والشحن الجوي بطاقة تخزينية تبلغ ٣,٥ مليون متر مكعب، مبيناً أن مياه السد ستعكس بشكل واضح على المجتمع المحلي في المنطقة وتوفر مزيداً من فرص العمل للأهالي وخاصة المزارعين ومربي المواشي وزيادة الرقعة الخضراء وتحسين البيئة المحلية. من ناحيتها، أكدت أمين عام سلطة وادي الأردن الهندسة

الشبول يلتقي الناطقين الإعلاميين وضباط ارتباط الأجنحة الحكومية

أكد وزير الاتصال الحكومي الناطق الرسمي باسم الحكومة فيصل الشبول، أهمية دور الناطقين الإعلاميين في التعبير عن خطط ومشاريع وزاراتهم ومؤسساتهم، وإيصال المعلومات إلى وسائل الإعلام، مشيراً إلى أن "وجود الناطقين الإعلاميين يساهم في صياغة ثقافة دائمة في كل وزارة ومؤسسة.."

حدث الشبول، جاء خلال لقائه، في وزارة الاتصال الحكومي، عدداً من الناطقين الإعلاميين باسم الوزارات والمؤسسات الحكومية، وضباط ارتباط الأجنحة الحكومية.

وأشاد الشبول، بدور الناطقين الإعلاميين في إثراء الحوار الوطني عن السياسة العامة للإعلام والاتصال الحكومي الذي يجريه المجلس الاقتصادي والاجتماعي، ولاسيما أنهم يعدون جزءاً أساسياً من هذه السياسة؛ الأمر الذي يضمن تعزيز انسيابية المعلومات وتدفعها نحو الجمهور ووسائل الإعلام.

واستعرض الشبول، جهود وزارة الاتصال الحكومي في تدريب الناطقين والعاملين في الاتصال الحكومي على مدار السنوات الثلاث المقبلة، وتصميم وإعداد برامج تدريب إعلامية في قطاعات حيوية كالصحة والسياحة والبيئة.

ولفت إلى أن وزارة الاتصال الحكومي، وفي سبيل دعم وتمكين الناطقين الإعلاميين، ستعقد منصة "ناطق" ضمن الموقع الإلكتروني للوزارة، مبيناً أن هذه المنصة ستكون مخصصة لإبراز عمل الناطقين في وزاراتهم ومؤسساتهم.

كما لفت الشبول إلى استضافة الأردن لمؤتمر اليونسكو الدولي "الأسبوع العالمي للتربية الإعلامية والمعلوماتية وأجندة الشباب"، الذي سيقام في قصر المؤتمرات بمنطقة البحر الميت خلال الفترة من ٢٣ إلى ٢٥ من تشرين الأول المقبل، بتنظيم من منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة (اليونسكو) بالشراكة مع وزارة الاتصال الحكومي.

وقال، في هذا الصدد، إن المؤتمر سيحظى بمشاركة كبيرة من مختلف دول العالم، وسيتم من ١٥ جلسة، وسيكون فرصة لإدراج خبرة المملكة، وتجربتها الرائدة عربياً في التربية الإعلامية والمعلوماتية على أجندة المؤتمر.

وطالب الشبول من الناطقين الإعلاميين، إسناد ودعم الجهود الوطنية، لإنتاج مؤتمر اليونسكو، الذي سيركز على التربية الإعلامية، لمواجهة عصر الهيمنة الرقمية وسلبها من خلال الانتشار الكبير للأخبار الزائفة والكاذبة، مشيراً إلى مشاركة عدد من الناطقين الإعلاميين في المؤتمر.

ويشأن الاستراتيجية العربية للتعامل مع شركات الإعلام الدولية (منصات التواصل الاجتماعي)، أشار الشبول إلى أن الفريق الفني العربي سيبدأ خلال الفترة المقبلة بالتفاوض مع هذه الشركات للوصول إلى حلول تفاهية لتنظيم وتطويع عمل منصات التواصل الاجتماعي على المستوى العربي.

وبين أن الاستراتيجية التي قدمها الأردن تسعى إلى حماية القضايا العربية والإسلامية، وفي مقدمتها القضية الفلسطينية من الدعاية السلبية والإسلاموفوبيا، إلى جانب حماية الأطفال والنشئة من المحتوى الضار، والتصدي لخطاب الكراهية، والأخبار الكاذبة والاعتداء على الخصوصية، إضافة إلى الحفاظ على حق وسائل الإعلام في سوق الإعلان.

واستمع وزير الاتصال الحكومي، إلى ملاحظات واستفسارات الناطقين الإعلاميين عن العديد من الموضوعات والقضايا المحلية. وطالب الناطقون، بتكثيف التدريب الإعلامي لهم، وعقد دورات وورش عمل لطلبة الجامعة، لتقديم الأفكار الريادية في مؤتمر اليونسكو.

وأكدوا أهمية إبراز تجربة الأردن الرائدة في التربية الإعلامية في مؤتمر اليونسكو، واستعدادهم لدعم الجهود الوطنية في إنجاحه. كما أكدوا أهمية التواصل المستمر ومشاركة الخطط والبرامج التي تنفذها الوزارات والمؤسسات العامة فيما بينهم، ليكون الجميع على دراية بالقرارات والإجراءات الحكومية كافة، وإيصالها للرأي العام.

هيئة الاعتماد تبدأ بتنفيذ الإطار العام لمعايير برامج الدراسات الثنائية

بدأت هيئة اعتماد مؤسسات التعليم العالي وضمان جودتها، بالتعاون مع الجمعية الألمانية للتعاون الدولي من خلال مشروع دعم التدريب والتعليم المهني والتقني والتعليم العالي الوجهة نحو سوق العمل، باعتماد الإطار العام لإجراءات ومعايير تنفيذ برامج الدراسات الثنائية.

وقال رئيس الهيئة، الدكتور ظافر الصرايرة، لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، إن مفهوم الدراسات الثنائية توجه تعليمي عالمي يهدف إلى دمج الجانبين الأكاديمي النظري والتطبيقي العملي، لإثراء التجربة التعليمية للطلبة، ومساعدتهم في فهم أفضل للمفاهيم العلمية والجوانب النظرية؛ إضافة إلى الخبرة العملية المكتسبة التي ستمكن الطلبة من تطوير مهارات التواصل والمهارات الشخصية والاجتماعية لديهم.

وأشار الصرايرة إلى أن برامج الدراسات الثنائية يعمل على انخراط الطلبة في الهيكل التنظيمي للمنظمة أو المؤسسة الشريكة ومنهجيات العمل المتبعة فيها، إضافة إلى طبيعة تخطيط وتنفيذ المشاريع القائمة داخلها على مراحل متعددة خلال الفترة الدراسية للطلبة الجامعي، وبذلك فإنه يضمن حصوله على خبرة عمل حقيقية في نفس مجال التخصص الأكاديمي واكتسابه قيمة تعليمية إضافية يقدمها برنامج الدراسات الثنائية.

وأكد أن الهيئة شكلت لجنة دائمة من الخبراء في هذا المجال لمتابعة وتنفيذ وضمان جودة البرنامج، والتي تمثل أيضاً بدورها منصة للتواصل بين الشركاء المهنيين بتنفيذ برنامج الدراسات الثنائية الكاملة في الأردن.

يذكر أن برنامج التعليم الثنائي هو مفهوم تعليمي تعاوني شامل يمكن الطالب الجامعي من الدراسة والعمل في نفس الوقت، وجاء هذا البرنامج لرفع نسبة التوظيف لخريجي الجامعات وتأمين سوق العمل بخريجين أكفاء يتميزون بمهارات عالية من الناحية النظرية والتطبيقية.

ويأتي هذا البرنامج انطلاقاً من توجيهات جلالة الملك عبدالله الثاني، لرؤية وطنية شاملة والتي وردت ضمن رؤية التحديث الاقتصادي (إطلاق الإمكانيات لبناء المستقبل).

مشروع رياضي أردني يتأهل لنهائي مسابقة عالمية

الباحث عن أفاق المعرفة المستقبلية، فرصة لعرض مشاريعهم، للحصول على الدعم لتمهيتها وتحويلها إلى مشاريع منتجة. وأبدى الداود حماسه للمشاركة بالمسابقة، مبرحاً عن أمه بالفوز والحصول على الدعم اللازم لتنفيذ مشروعه الذي سيسجل له بوصفه أعظم النجاحات في مستقبله العملي، دافعاً إياه إلى مضاعفة جهده للتسابق في ميدانين التطور والإبداع.

جامعات القطاع الخاص الباكستانية، إلى جانب الداود، منافسون من طلبة وخريجي مراحل البكالوريوس والدراسات العليا من أكثر من ٥٠ جامعة ومؤسسة تعليمية محلية وإقليمية وعالمية منتشرة في ٢٠ دولة حول العالم، منافساً بذلك ١٤ مشروعاً. ويشكل المؤتمر، الذي يجتمع رموز الفكر والخبرة من أكاديميين ومستثمرين ورجال أعمال وصناع قرار على نطاق دولي مع ثلة من الشباب

الذي قدمه الداود وهو خريج هندسة العمارة في الجامعة الأردنية، على تسجيل أول علامة تجارية ملابس أردنية تتناسب وفنّي كبار السن وذوي الاحتياجات الخاصة، من حيث جودتها وسهولة ارتدائها واقتنائها. ويشارك في المسابقة، التي ستعلن نتائجها خلال المؤتمر، الذي يعقد سنوياً في الباكستان بتنظيم مشترك بين منظمة التعاون الإسلامي وهيئة

عمان تأهل المشروع الريادي للمهندس الأردني حمزة الداود إلى المرحلة النهائية في المسابقة العالمية للمشاريع الناشئة التي تعقد ضمن فعاليات مؤتمر «See Pakistan International 2023»، الدولي، الذي سيقام في مدينة لاهور الباكستانية الشهر الحالي، وتقوم فكرة المشروع الموسوم بـ«ANNI»،

شركة كهرباء محافظة إربد المساهمة العامة المحدودة
إعلان فصل التيار الكهربائي

ستقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الثلاثاء الموافق 2023/8/22 بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تعطل من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن النخبة طريق الزقاء وذلك من الساعة التاسعة والنصف صباحاً وغاية الساعة الخامسة مساءً في محافظة إربد.

وعن الطرود الشارع الرئيسي من الساعة التاسعة صباحاً وغاية الساعة الثالثة عصراً في مدينة إربد.

وعن العرارة من الساعة التاسعة صباحاً وغاية الساعة الثالثة والنصف عصراً في محافظة الفرق.

قسم العلاقات العامة

دراسة جديدة تكشف حسنة لافته للسمنة المفرطة

دراسة حديثة: النسيان أمر مفيد لاتخاذ قرارات جيدة

للمريض عندما يخضع لبرنامج إعادة تأهيل متعب.

وأضاف جاهداف أن هناك احتمالا بأن الأنسجة الدهنية قد تساعد على التعافي على المدى القصير، فهناك بعض المعطيات الحيوية تظهر أن الأنسجة الدهنية قد تملك مميزات مقاومة لالتهابات، ولذلك وعلى المدى القصير قد تكون هناك بعض المكاسب.

وقال جاهداف إنه لا يتوفر لدى الباحثين ما يكفي من المعلومات حول السكتات الدماغية التي أصابت المرضى للجزء بأن الدهون سوف تحمي. وقال إن أسباب السكتات الدماغية ربما تكون لدى المفرط في السمنة مختلفة عن أسبابها لدى المرضى ذوي الوزن القليل.

وقال جاهداف إن من بين مرضى السكتة الدماغية المفرط في السمنة غالبا ما يكون السبب متعلقا بأمراض القلب والأوعية الدموية. وفي المقابل قد يكون السبب عند المرضى النحفاء هو الرجفان الأذيني، وهي حالة يميزها عدم انتظام دقات القلب، وهو ما قد يؤدي إلى سكتة دماغية بسبب جلطة تسد وعاء دموي رئيسيا. وأضاف أن السكتات الدماغية الناتجة عن الرجفان الأذيني تميل إلى التسبب بأضرار أكثر من تلك المرتبطة بتصلب الشرايين.

وتشك الدكتور ريببكا غوتسمان في أن قلة الوزن قد تشير إلى مسائل صحية أخرى مثل الضعف. وقالت غوتسمان إن هناك احتمالا كبيرا لأن تكون قلة الوزن مؤشرا على مرض ما، سواء كان الضعف أو شيئا آخر.

وأضافت غوتسمان، أستاذة الأعصاب وعلم الأوبئة في كلية الطب وكلية الصحة العامة التابعين لجامعة جون هوبكينز، إن النتائج تدل على أن قلة الوزن من المصابين بالسكتة الدماغية "باجة" إلى متابعة دقيقة من ناحية عملية إعادة التأهيل. ويجب علينا التأكد من أنهم يمكنهم القوة الكافية للمشاركة في العملية.



الإصابة بالسكتة الدماغية كان المرضى المفرطون جدا في السمنة أقل احتمالا لأن يموتوا بنسبة ٢٢٪ مقارنة مع ذوي الوزن العادي، وكان الأشخاص المفرطون في السمنة أقل احتمالا أن يموتوا بنسبة ٤٦٪ والأشخاص البدناء أقل احتمالا أن يموتوا بنسبة ١٥٪. أما الأشخاص الذين كان وزنها أقل من العادي فكان احتمال وفاتهم أكثر بـ ٦٧٪ مقارنة مع ذوي السمنة المفرطة جدا. ومع أن من الممكن أن الإصابة المفرطة قد تحمي من الوفاة بعد الإصابة بالسكتة الدماغية، إلا أن الخبراء يقولون إن من الممكن أن تكون السمنة المفرطة أو نقص الوزن في هذه الدراسة مؤشرات لأمر آخر. وقال الدكتور أشوتوش جاهداف، أستاذ جراحة الأعصاب ومدير معهد السكتات الدماغية في جامعة بتسبيرغ، إنه يمكن أن يكون المخزون الدهني مساعدا

الجسم قد يكون علامة لأمر آخر. وتابعت الدراسة الجديدة ١٠٣٣ شخصا بمعدل عمر ٧١ عاما عانوا من سكتات دماغية إقفارية، وهي التي تحدث عندما يتوقف الدم عن الوصول إلى جزء من الدماغ. وكان هؤلاء المرضى جزءا من تجربة أوسع أطلق عليها (فاست-ماغ) كانت مصممة أصلا لدراسة فعالية إعطاء المسعفين المغنيسيوم للذين عانوا من السكتات الدماغية. وتم حساب مؤشر كتلة الجسم لكل المشاركين في الدراسة وكان معدله ٢٧,٥. فإن كان المؤشر بين ٢٥ و ٢٩ فإن الشخص يعتبر سميناً و فوق ذلك يعتبر مفرطاً في السمنة. وهذا يعني أن شخصا طوله ١٧٥ سم سيكون مفرطاً في السمنة بمجرد أن يصل وزنه إلى ٩٢ كغم. وفي الشهور الثلاثة الأولى بعد

على الأمور التي تساعدنا في اتخاذ قراراتنا.

وقال، "تعلم أن الرياضة تزيد من عدد الخلايا العصبية في منطقة (قرن آمون) حيث نحتفظ بتلك التفاصيل من حياتنا التي لا نحتاجها في الواقع، وربما تمنعنا من اتخاذ قرارات سليمة في حياتنا". ونصح ريتشلاند بأن نستخدم ذاكرتنا من أجل اتخاذ القرارات المهمة، وترك الأمور التي لا نحتاجها كثيرا تذهب في سبيلها، لتضع المجال للأفضل منها. وأكدت الدراسة أن النسيان علامة صحية تعني أن الدماغ يحتفظ بالأمور الأكثر أهمية، وهو المطلوب.

أول عيادة للعلاج بـ"القلب" في بريطانيا.. لهذه الأمراض

والاضطرابات النفسية اللاحقة للإصابة. لكن اللافت هو السعر العالي للوصول إلى تلك العيادة، إذ سيكلف العلاج على الطبيب قرابة ٢٠٠٠ جنيه إسترليني، ثم دفع ٧٠٠ - ٧٠٠ إسترليني شهريا للحصول على وصفة طبية خاصة تحتوي على عقاقير مستخلصة من نبتة القلب. وقال المسؤولون عن العيادة إن هذا العلاج سيحل محل "استنفدوا كافة خيارات العلاج المتوفرة"، وإن مهمتها هي العمل "كمنقذ حياة أولئك الذين يناضلون من أجل الحصول على العلاج".

تعرف إلى التغييرات التي تحدث في الجسم كل ١٠ سنوات

الدم. وتساعد التمارين الرياضية القلب على القيام بوظائفه بشكل طبيعي، ناهيك عن أنها تحمي من هشاشة العظام. وفي حال لم تكن من محبي الرياضة، حاول القيام ببعض التمارين الحركية، مثل المشي.

وأورد الموقع أنه عند بلوغ سن الستين يتغير مظهر الإنسان بشكل كبير، وذلك لا يرجع إلى العامل الوراثي، وإنما إلى العادات المتبعة طوال السنوات السابقة، مثل اتباع نظام غذائي صحي، وممارسة الرياضة، وتمثل التغييرات التي تحدث بين سن الخمسين والستين في تزايد مشاكل المعدة، وتلف خلايا الدماغ والجسم، فضلا عن ضعف الذاكرة. وترتبط معظم التغييرات في هذه المرحلة بوظائف الدماغ، الأمر الذي يستدعي ضرورة الاهتمام به من خلال تعلم مهارات جديدة، وقراءة الكتب، وتناول الأطعمة والأدوية التي تعمل على تعزيز وظائف الدماغ. وأشار الموقع إلى أن التغييرات الجسدية بين سن الستين والسبعين تصعب أكثر وضوحا، لكن هناك بعض التغييرات الداخلية التي لا يستطيع الجميع فهمها. فعلى سبيل، قد لا تعمل الأعصاب ومستقبلات التذوق مثلما كانت، حيث يصبح من الصعب على الشخص التذوق أو الشم أو الشعور بدرجة الحرارة. إلى جانب ذلك، تظهر تغييرات على الصوت، وتدهور صحة القلب، فضلا عن الإصابة بهشاشة العظام. وفي هذه المرحلة، يصعب مراقبة صحة القلب، ونخفاض نسبة الكولاجين والإيلاستين. وعادة ما ينصح بالمواظبة على ممارسة التمارين الرياضية، والعناية بالبشرة، وتجنب التعرض لأشعة الشمس.

إليك علامات تشير إلى مشاكل قلبية قد تعاني منها مستقبلا

يمكن أن يساهم في أكسجة الدم وتبريد الدماغ، لذلك من الطبيعي التأثؤ أثناء القيام ببعض التمرينات خاصة في الطقس الحار.

في المقابل، يعتبر التأثؤ المستمر أثناء التمارين مؤشرا على أن آليات التبريد المتدمجة في الجسم لا تعمل بشكل فعال، مما يمكن أن يؤثر سلبا على صحة القلب. وأشار الموقع إلى أن الشعور بالدوار المعروف بـ"انخفاض ضغط الدم الانتصابي" لا تتجاوز مدته في العادة للثانيتين، لكن في حال استمر الشعور بالدوار لبضع دقائق، خاصة إذا كان مرعبا أقل من الخامسة والخمسين، فإن ذلك يشير إلى وجود مشكلة رئيسية في جهاز الدوران.

علاجات طبيعية قد تمنع أعراض «انسحاب الكافيين»



مشروب البايونج يتميز مشروب البايونج برائحته وطعمه المر، وفيه العديد من الفوائد الصحية الجسدية بسبب خصائصه الهضمية، وهو طارد للريح، ومهدئ، ومضاد للتشنج، ويخفف التوتر والقلق، لذلك فهو مثالي للتخلص من أعراض انسحاب الكافيين، لأنه ينظم مستويات الطاقة العالية.

في المقابل، قالت اختصاصية التغذية العلاجية أمل حداد ردا على ما ذكره التقرير، "يمكن أن تقيد هذه الأطعمة، ولكن ما زال أمر تأثيرها غير مثبت علميا ولم يتم دراسته بشكل واضح". وختمت حديثها بالقول، "الأفضل هو التوقف عن شرب القهوة بشكل تدريجي وليس فجائي، وتعويض الفقد في البداية بمشروب يحتوي كافيين لكن بنسبة أقل مثل الشاي الأحمر أو الأخضر".

بيدوره، قال استشاري التغذية العلاجية محمد عبد السلام، "يفضل أولا عدم تثبيت مواعيد محددة لشرب القهوة، مع زيادة تناول الخضروات والفواكه الطازجة، وتناول حصى النعناع والمكسرات".

استهلاكه له تأثيرات مشابهة جدا لمشروب الرياضة من حيث الترطيب، ويسبب قدرا أقل من الغثيان، وعدم الراحة، والانتفاخ.

مشروب الزنجبيل يشتهر مشروب الزنجبيل برائحة مميزة وتكهة حارة، وهو علاج طبيعي يعزز عملية الهضم، ما يساعد الجسم على تفكيك الطعام بشكل أسرع، ويعزز أيضا تنظيم السكر في الدم، لذلك، بالإضافة إلى السيطرة على الجلوكوز يساعد في بقاءك متنبها لفترات طويلة من الزمن.

وينتج مشروب الزنجبيل حركة الإصماء العادية، مما يقلل من خطر الإصابة بالإسهال بسبب الكافيين، فائدة أخرى هي أنه يقلل من مشاكل الذاكرة ويحسن المزاج.

الماتحة للمخ". وفي هذا الصدد، نشر موقع "ستيب تو هيلث" تقريرا أشار فيه إلى بعض العلاجات الطبيعية التي قد تمنع ظهور أعراض انسحاب الكافيين، وتحدث أيضا عن فوائد وقف أو تقليل شرب القهوة.

وقال الموقع إنه "يمكن أن يؤدي خفض كمية القهوة التي نشربها لفقدان الوزن، لأن المشروبات المحتوية على الكافيين تحتوي على سعرات حرارية فارغة وتضيق تراكم الدهون".

ويشير موقع "ستيب تو هيلث" إلى أن شرب القهوة يمكن أن يقلل من ارتداد الحمض، حيث ترتبط حموضة القهوة مع اضطراب الهضم، وعسر الهضم، وعدم التوازن في فلورا الأمعاء، بالإضافة إلى ذلك قد تنخفض مستويات التوتر، لأن الكافيين يزيد من الكاتيكولامين مثل الأدرينالين، وهذه الهرمونات مرتبطة بالتوتر، وفق الموقع.

وأوضحت حداد أنه "يتم تسمية شرب القهوة بإدمان الكافيين، حينما يشرب الإنسان من ٣ فناجين وأكثر يوميا، أما أقل من ذلك لا يُعتبر إدمان".

من جهة، قال استشاري التغذية العلاجية محمد عبد السلام، "تبدأ أعراض انسحاب الكافيين بالظهور خلال ٣ إلى ٥ أيام بعد التوقف عن شرب القهوة، وتتفاوت هذه الأعراض من شخص لآخر".

أقرأ أيضا: تعرف على المجموعات الثلاث التي ينقسم إليها عشاق القهوة وتابع عبد السلام في حديثه "عربي ٢١"، "يتمزخ المخ مادة الكافيين، وبالتالي أي كمية تدخل إلى جسم الإنسان عبر شرب القهوة يكون لها تأثير على صحته، مبيتا أن أعراض انسحاب الكافيين تتفاوت من شخص لآخر، اعتمادا على استجابة المخ لتعويض النقص الخارجي، ودرجة تركيز الكافيين في المشروب".

وحول موعد تعرض الشخص لأعراض انسحاب الكافيين، قال عبد السلام إن "الخ يفرض مقدارا معيناً من الكافيين، والإنسان يزيد عليه حينما يشرب القهوة"، مشيراً إلى أنه "ينتج عن ذلك أمرين الأول اعتماد الجسم على المقدار المرتفع، وعند فقده يحدث تأثير سلبي".

وأورد الموقع أنه عند بلوغ سن الستين يتغير مظهر الإنسان بشكل كبير، وذلك لا يرجع إلى العامل الوراثي، وإنما إلى العادات المتبعة طوال السنوات السابقة، مثل اتباع نظام غذائي صحي، وممارسة الرياضة، وتمثل التغييرات التي تحدث بين سن الخمسين والستين في تزايد مشاكل المعدة، وتلف خلايا الدماغ والجسم، فضلا عن ضعف الذاكرة. وترتبط معظم التغييرات في هذه المرحلة بوظائف الدماغ، الأمر الذي يستدعي ضرورة الاهتمام به من خلال تعلم مهارات جديدة، وقراءة الكتب، وتناول الأطعمة والأدوية التي تعمل على تعزيز وظائف الدماغ. وأشار الموقع إلى أن التغييرات الجسدية بين سن الستين والسبعين تصعب أكثر وضوحا، لكن هناك بعض التغييرات الداخلية التي لا يستطيع الجميع فهمها. فعلى سبيل، قد لا تعمل الأعصاب ومستقبلات التذوق مثلما كانت، حيث يصبح من الصعب على الشخص التذوق أو الشم أو الشعور بدرجة الحرارة. إلى جانب ذلك، تظهر تغييرات على الصوت، وتدهور صحة القلب، فضلا عن الإصابة بهشاشة العظام. وفي هذه المرحلة، يصعب مراقبة صحة القلب، ونخفاض نسبة الكولاجين والإيلاستين. وعادة ما ينصح بالمواظبة على ممارسة التمارين الرياضية، والعناية بالبشرة، وتجنب التعرض لأشعة الشمس.

في المقابل، يعتبر التأثؤ المستمر أثناء التمارين مؤشرا على أن آليات التبريد المتدمجة في الجسم لا تعمل بشكل فعال، مما يمكن أن يؤثر سلبا على صحة القلب. وأشار الموقع إلى أن الشعور بالدوار المعروف بـ"انخفاض ضغط الدم الانتصابي" لا تتجاوز مدته في العادة للثانيتين، لكن في حال استمر الشعور بالدوار لبضع دقائق، خاصة إذا كان مرعبا أقل من الخامسة والخمسين، فإن ذلك يشير إلى وجود مشكلة رئيسية في جهاز الدوران.

وقد أظهرت دراسة حديثة أن الأشخاص الذين يعانون من الدوار لفترات طويلة أكثر عرضة بنسبة ٥٤ في المئة للإصابة بتصلب القلب في عمر متأخر، مقارنة بأولئك الذين لا يعانون من هذه المشكلة. ونوه الموقع إلى أنه عادة ما يتم ربط الأعراض التقليدية لأمراض القلب بالكوليسترول أو السكري، ولكن تشير دراسة حديثة أجريت في جامعة بنسلفانيا، إلى أن التجمع الطرقي في شحمة الأذن أو كليهما من العلامات الدالة على مشاكل محتملة في القلب. أقرأ أيضا: تعرف على الأعراض الخفية التي تشير إلى مشكلة في القلب

وذكر الموقع أن ظهور حب الشباب في سن مبكرة من شأنه أن يؤثر على الجسم في سن متقدمة، وقد أظهرت إحدى الدراسات أن خطر الإصابة بأمراض القلب التاجية ينخفض بنسبة ٣٣ في المئة عند الأشخاص الذين عانوا من حب الشباب، مع العلم أن ارتفاع مستوى هرمون التستوستيرون في الدم خلال فترة المراهقة يؤدي إلى تفاقم حب الشباب.

«فيسبوك» توضح كم استغرقت للإبلاغ عن فيديو مجرم نيوزيلندا

على موقعه، موضحاً أن الشركة أزلت ١,٥ مليون مقطع فيديو لهجوم نيوزيلندا في جميع أنحاء العالم في غضون ٢٤ ساعة بعد إطلاق النار، وتم حظر ١,٢ مليون منها عند التحميل.

اقرأ أيضاً: فيسبوك تحذف ١,٥ مليون فيديو لهجوم المسجد بنوزيلندا

ويث المسخ الذي هاجم المسجد الجمعة الماضي، الهجمات مباشرة عبر خدمة «فيسبوك لايف» لمدة ١٧ دقيقة، واستمر تداول نسخ من الفيديو على وسائل التواصل الاجتماعي لساعات بعد ذلك، وقالت رئيسة الوزراء جاسيندا أديرن إنها تريد مناقشة البث الحي مع «فيسبوك».

يشار إلى أن ٥٠ مسلماً راحوا ضحية الهجوم الذي استهدف مسجدين في نيوزيلندا، وأصيب العشرات.



الفيديو شوهد أقل من ٢٠٠ مرة خلال بثه المباشر. وأُضاف، «تمت مشاهدة الفيديو حوالي ٤٠٠٠ مرة في المجموع قبل إزالته». وأكد أن «فيسبوك يعمل على مدار الساعة لمنع ظهور فيديوهات مثل هذه

وكالات

تمت مشاهدة فيديو مجرمة نيوزيلندا حوالي ٤٠٠٠ مرة في المجموع قبل إزالته- جيتي

كشفت شركة «فيسبوك» عن الوقت الذي استغرقته للإبلاغ عن فيديو مجرم نيوزيلندا، الذي بثه وهو يقتل المسلمين في مسجدين.

ويحسب ما نشرته الشركة، فإن إبلاغاً عن فيديو البث المباشر الخاص بالهجوم الإرهابي النيوزيلندي استغرق ١٢ دقيقة بعد انتهاء البث.

وأضافت الشركة أن ذلك كان بعد ٢٩ دقيقة من بدء الفيديو، الذي بثه المستخدم الأول، وهو الجاني الأسترالي المتطرف. جاء ذلك وفق تدوينه لكريس سوندربري، نائب رئيس «فيسبوك»، ونائب المستشار العام في الشركة، موضحاً أن

إليك مجموعة من الحيل التي تعزز سرعة جهاز الكمبيوتر

التي يمكن أن تبطن من سرعة عمل النظام إلى حد كبير، من هذا المنطلق، من الممكن نقل بعض المعلومات والبيانات إلى محرك القرص الصلب القابل للإزالة، الأمر الذي يتيح لجهاز الكمبيوتر القيام بهامه بشكل أسرع، ويعمل على توفير مساحة كبيرة لتخزين الملفات. وفي حال كنت لا تحتاج إلى ميزة التشغيل التلقائي للجهاز، فمن الضروري إلغاءها، وهو ما سيضمن تشغيل الجهاز بشكل سريع، وتنفيذ المهام بشكل أسرع وكفاءة أكبر. وأشار الموقع إلى خطأ كبير يرتكبه الكثيرون منا، ويؤثر سلباً على سرعة جهاز الكمبيوتر، ويتمثل في تعطيل وضع السكون على الجهاز بدلاً من إيقاف تشغيله ليلاً. في الواقع، يمكن القيام بذلك في بعض الأحيان، إلا أن الإفراط في اللجوء إلى هذا الأمر يؤثر على سلامة الجهاز، وعلى قدرته على التعامل مع المهام. لذلك، يجب إيقاف تشغيل الجهاز؛ لضمان حصوله على القليل من الراحة، ما يعزز معدل سرعته. علاوة على ذلك، يساعد تثبيت برنامج «سي كلينر» الذي يستخدم لتحسين أداء الحاسوب وتنظيفه بشكل سريع، فضلاً عن تنظيف السجل وحذف الملفات المؤقتة والتخلص من الأخطاء في النظام، وكذلك أداء عدد من الوظائف، على تعزيز سرعة الجهاز. وفي الختام، نود الموقع بأن نظام التشغيل يقدم غالباً برامج تشغيل تلقائية، وغالباً ما تكون مناسبة فقط لأحدث الموديلات من أجهزة الكمبيوتر، لكن في حال كان عمر جهازك قد تجاوز ثلاث سنوات فتجنب التشغيل التلقائي، للمحافظة على الجهاز، وضمان قيامه بهامه بشكل سريع.



نسخة مايكروسوفت ويندوز القديمة. وفي هذه الحالة، يعمل الاختيار غير المناسب لبرنامج مكافحة الفيروسات على إبطاء جهاز الكمبيوتر، ويقلل من فرص ضمان حماية موثوقة للجهاز.

وأعاد الموقع بأن ذاكرة الحاسوب تعد بمثابة مقصورة ممتلئة بجميع أنواع القمامة التقنية والملفات وتوقيت تنزيلها وتاريخها وغير ذلك، وبعبارة الحال، يحتوي الحاسوب أو بعض الأجهزة الأخرى على ذاكرة كبيرة الحجم، لكن مع مرور الوقت يتقلص حجم هذه الذاكرة، فيلجأ إلى الصفر، لذلك، يوصى بتفريغ الذاكرة بشكل منتظم باستخدام برامج خاصة بذلك، كما يساعد شراء سرعة تخزين جديدة ذات حجم كبير على تعزيز سرعة جهاز الكمبيوتر.

وبين الموقع أن أجهزة الكمبيوتر الحديثة والقديمة، على حد سواء، لا تتحمل فتح عدد كبير من البرامج في وقت واحد، لذلك من المستحسن عدم إقحام كاهل نظام الحاسوب، وغلق جميع البرامج التي لا تحتاج إليها، وهو ما يساعد على تعزيز سرعة الكمبيوتر. على صعيد آخر، يقوم بعض الأشخاص بتنزيل العديد من البرامج على جهاز الكمبيوتر الشخصي، وربما مجموعة كاملة من البرامج التي لا يحتاجون إليها، ويتم تثبيتها بسبب الحاجة إليها أو لفرض آخر. في هذا الإطار، وفي حال كنت لا تحتاج إلى هذه البرامج، ولن تستخدمها في المستقبل القريب، فمن الضروري حذفها باستخدام تطبيقات تنظيف الكمبيوتر، واستخدام وظيفة إلغاء التثبيت، الأمر الذي سيساعد على تعزيز سرعة الجهاز. وأورد الموقع أن ذاكرة أجهزة الكمبيوتر تخزن معلومات لا تحصى ولا تعد، على غرار الصور ومقاطع الفيديو والمستندات، وغيرها من الأمور

وكالات

من الأخطاء التي تؤثر سلباً على سرعة الكمبيوتر تعطيل وضع السكون على الجهاز بدلاً من إيقاف تشغيله ليلاً

نشر موقع «آف بي. سي» الروسي تقريراً، استعرض فيه مجموعة من الحيل التي من شأنها أن تجعل جهاز الكمبيوتر يعمل بشكل أسرع.

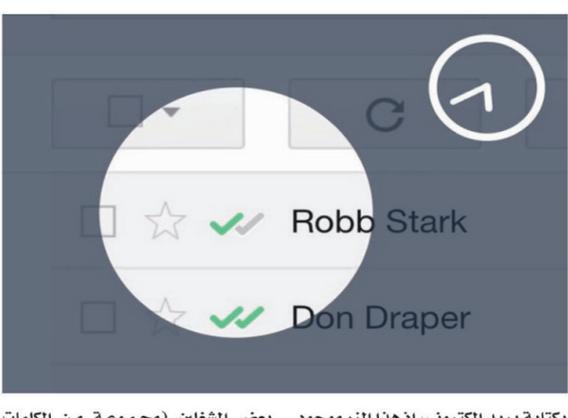
وقال الموقع في تقريره الذي ترجمته «عربي ٢١»، إنه مع مرور الوقت، يفقد الكمبيوتر أو أي جهاز آخر ميزاته الأصلية، ويتجلى ذلك غالباً في بطء عمل الجهاز، وعدم قدرته على القيام ببعض المهام المعقدة.

وأضاف الموقع أنه يبدو أن العديد من هذه التطبيقات قد تم تطويرها من قبل المبرمج نفسه، وتعتمد على استخدام ذاقتها، حيث أنهم العديد منهم يعرض الإعلانات بدلاً من امتلاك ماسح ضوئي يلتقط البرمجيات الخبيثة. ولا تشكل نتائج الدراسة التي قامت بها «إيه في كومبارتيفز» خلال الأشهر القليلة الماضية مفاجأة بالنسبة لأي شخص مطلع على عالم الأمن السيبراني وعلى طريقة عمل نظام أندرويد لمكافحة الفيروسات.

وعند الموقع بعض نتائج الدراسة التي أجرتها «إيه في كومبارتيفز»، فعلى سبيل المثال، ٢٣ فقط من التطبيقات التي تم اختبارها نجحت في الكشف عن نسبة ١٠٠ بالمئة من عينات البرمجيات الخبيثة. فضلاً عن ذلك، تقلصت قدرة ١٦ تطبيقاً على مقاومة الفيروسات ضمن النسخ الحديثة لنظام أندرويد، باعتبار أنها لم تنقل كما يجب إلى نظام أندرويد أوريو.

١٠ وظائف تخفيها Gmail وتساعدنا في بعض المهام اليومية

جمعينا نكتب رسائل بريد إلكتروني تحتوي على نص أو فقرات قد تكرر أحياناً في العديد من الرسائل التي نرسلها عادة، لذلك يوجد على الجي ميل قسم يمكن للمستخدم من إنشاء كتل نصية بشكل افتراضي، بإمكانه فيما بعد إضافتها إلى مجال كتابة البريد الإلكتروني باستخدام قائمة فرعية، حيث تظهر قائمة بجميع النصوص المحفوظة، مما يمكن في الوقت نفسه من توفير الوقت وتبسيط المهام الإدارية. وأوضحت الصحيفة، ثامناً، أنه بإمكان المستخدمين العمل على Gmail دون إنترنت، ويعد هذا الخيار في غاية الأهمية إذا كنت تتنقل خارج مكان العمل كثيراً وتضطر أحياناً إلى الوصول إلى مكان لا يوجد فيه اتصال بالإنترنت في الوقت الذي تحرر فيه بريدك إلكترونيًا، بفضل هذه الخاصية، بإمكانك كتابة بريد إلكتروني وإرساله فيما بعد عند الاتصال ثانية بشبكة الإنترنت.



بكتابة بريد إلكتروني، إذ هذا الزموجود في أسفل اليمين.

وأبرزت الصحيفة، رابعاً، أن خدمة Gmail تمكن من تصنيف وتصنيف رسائل البريد الإلكتروني، فمن المؤكد أنك قد تضطر في بعض الأحيان إلى البحث عن بعض رسائل البريد الإلكتروني المهمة، التي قد تجدتها في مجلدات السخام الإلكتروني، لحل هذه المشكلة، يجب أن تخصص بعض الوقت لإنشاء ملصقات جديدة وتظلم رسائل البريد الإلكتروني باستخدام المجلدات، وبهذه الطريقة، إذا تلقيت مثلاً رسائل إعلانية لأحد المنتجات سيقع تنظيمها جميعاً في مجلدك، مما يجعل بعض الرسائل المهمة التي لا تتفطن إليها مرئية بشكل أكثر وضوحاً.

وأشارت الصحيفة، خامساً، إلى أن Gmail يمكن من إجراء عمليات بحث مهنية للعثور على بريد إلكتروني، ومن الشائع جداً أن تبحث عن بريد إلكتروني معين أو ملف مرفق لا تتذكر على أي بريد وقع إرساله أو أي بيانات مهمة بخصوصه، كما لا تعرف وقت إرساله أو حتى تلقية، لهذا السبب، بإمكانك استخدام

وكالات

أشارت الصحيفة إلى أن Gmail يتيح إمكانية إنشاء حساب بريد إلكتروني جديد موجود بالفعل- تويتر

نشرت صحيفة «لافانغورديا» الإسبانية تقريراً تحدثت فيه عن الوظائف والخيارات الامتثانية التي تخفيها خدمة Gmail، والتي من شأنها أن تساعدنا في بعض المهام اليومية.

وقالت الصحيفة، في تقريرها الذي ترجمته «عربي ٢١»، إن خدمة البريد الإلكتروني Gmail تقدم لمستخدميها تحسينات مستمرة والعديد من الوظائف التكميلية، كما يتمتع «الجي ميل» بالعديد من الميزات المفيدة للغاية التي يجعلها الكثيرون.

وذكرت الصحيفة، أولاً، أن خدمة Gmail تمكن من تأخير إرسال بريد إلكتروني في حال حدوث خطأ ما، ففي بعض الأحيان، عندما تنتهي من كتابة البريد والنقر لإرساله، تتفطن إلى أنك ارتكبت خطأ، في هذه الحالة هناك خيار لإلغاء الإعدادات التي يمكن من تأخير إرسال البريد إلى ما يقارب ٣٠ ثانية لتدليله أو إذا لزم الأمر حذفه، ومن المهم أن يتحلى المستخدم بالسرعة للنقر على خيار التراجع في الخانة التي تظهر في أسفل اليسار من نافذة الإرسال.

وأوردت الصحيفة، ثانياً، أن خدمة Gmail تمكن من إضافة توقيع إلى البريد الإلكتروني، وعلى الرغم من أنها ميزة معروفة، إلا أنه يجب تذكر مدى أهمية إضافة بيانات مثل الاسم ورقم الهاتف وحتى إرفاق صورة مثل الشعار.

وأضافت الصحيفة، ثالثاً، أن Gmail تمكن من حظر الوصول إلى محتوى رسالة البريد الإلكتروني المرسل، وفي هذه الحالة، يتم تعطيل الخيارات التي تسمح للمستخدم بإعادة إرسال أو نسخ أو طباعة أو تنزيل محتوى هذه الرسالة، ويوجد هذا التعديل في النافذة التي تظهر عندما تقوم

ثلاث تطبيقات أندرويد المضادة للفيروسات خدعة

وكالات

ثلاث تطبيقات الأندرويد المضادة للفيروسات تقريباً هي مجرد خدعة- جيتي

نشر موقع «زي دي تي» الأمريكي تقريراً، تحدث فيه عن دراسة كشفت أن ثلاث تطبيقات الأندرويد المضادة للفيروسات تقريباً هي مجرد خدعة.

وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته «عربي ٢١»، إن منظمة نسائية متخصصة في تقييم البرامج المضادة للفيروسات أجرت دراسة على ما يزيد على ٢٠٠ برنامج خلال شهر كانون الثاني/يناير من هذه السنة، وقد كشف التقرير الذي نشر هذا الأسبوع أن ثلاث تطبيقات الأندرويد المضادة للفيروسات مزيفة، ولا تعمل بالشكل الذي وقع الترويج له.

وأعاد الموقع بأن هذا التقرير، الذي نشرته منظمة «إيه في كومبارتيفز» المتخصصة في اختبار البرامج المضادة للفيروسات في النمسا، كان نتيجة لعمليات اختبار طويلة شملت ٢٥٠ تطبيقاً من تطبيقات الأندرويد المصممة لمكافحة الفيروسات، والمتوفرة في متجر غوغل بلاي الرسمي.

وذكر الموقع أنه من بين ٢٥٠ تطبيقاً وقع اختبارها، تبين أن ٨٠ منها فحسب كانت قادرة على اكتشاف أكثر من ٣٠ بالمئة من البرمجيات الخبيثة التي وضعت في كل تطبيق خلال الاختبارات الفردية. ولم تكن الاختبارات معقدة، حيث قام الباحثون بتثبيت كل تطبيق مضاد للفيروسات على جهاز متصل (لا يتضمن أي نظام محلي) وأتمتة الجهاز لفتح متصفح وتنزيل برنامج خبيث ثم تثبيته، وأوضح الموقع أن الباحثين قاموا بهذه العملية ٢٠٠ مرة بالنسبة لكل تطبيق، حيث قام جهاز الاختبار بتنزيل ٢٠٠ برنامج خبيث الأكثر شيوعاً في نظام الأندرويد، والتي تم العثور عليها السنة الماضية، ما يعني أن جميع التطبيقات المضادة للفيروسات كان من المفترض أن تقوم بتصفية هذه البرامج منذ وقت طويل.

وأضاف الموقع أن النتائج التي تم التوصل إليها لا تعكس هذا الافتراض الأساسي، حيث قال موظف شركة «إيه في كومبارتيفز» إن العديد من التطبيقات المضادة للفيروسات لم تفحص بالفعل التطبيقات التي كان المستخدم يقوم بتنزيلها أو تثبيتها، ولكنها صنفها فحسب وفق نهج القائمة البيضاء / القائمة السوداء، واقتصرت على البحث في أسماء الحزمة (بدلاً من الشيفرة الخاصة بها).

وأشار الموقع إلى أن بعض التطبيقات المضادة للفيروسات تقوم بوضع علامة على أي تطبيق مثبت على هاتف المستخدم لتشير إلى أنه خبيث، بشكل افتراضي، إذا لم يكن اسم حزمة التطبيق مدرجا

في القائمة البيضاء. وعلى هذا النحو، اكتشفت بعض التطبيقات المضادة للفيروسات أنها برمجيات خبيثة عندما نسي مبرمجها التطبيقات إضافة أسماء حزمهم الخاصة إلى القائمة البيضاء.

في حالات أخرى، استخدمت بعض التطبيقات المضادة للفيروسات أحرف البديل في القائمة البيضاء، مع إدخال مثل «كوم.أدوبي». وكان يتعين على جميع البرمجيات الخبيثة استخدام حزمة اسم «كوم.أدوبي» نص عشوائي " لتجاوز عمليات مسح عشرات منتجات أندرويد المضادة للفيروسات.

ونود الموقع بأن المنظمة قد أكدت أنها اعتبرت ٣٠ بالمئة من علامة الكشف كخدعة أدنى بين تطبيقات مكافحة الفيروسات المرخصة، وتلك التي تعتبرها غير فعالة أو غير آمنة. ويعكس هذا الأمر هذه الشركات من نظام التشغيل أندرويد في إجراء اختبارات الكشف الأساسية للمنظمة، وبالتالي تعد هذه التطبيقات من الناحية العملية مزيفة.

ووفقاً لطاغم موظفي منظمة «إيه في كومبارتيفز»، يبدو أن معظم التطبيقات المذكورة أعلاه والتطبيقات المحفوظة بالمخاطر التي سبق ذكرها، قد طورت إما من قبل مبرمجين هواة أو من طرف شركات مصنعة للبرمجيات لا تهتم بالأعمال الأمنية. وأشار الباحثون إلى أنه «غالباً ما تعمل هذه الشركات التي تصنع جميع أنواع التطبيقات في مجال الإعلانات أو في تسهيل الأموال، أو أنها ترغّب في التمتع بتطبيق لحماية نظام الأندرويد خاصتها لأسباب دعائية».

وأضاف الموقع أنه يبدو أن العديد من هذه التطبيقات قد تم تطويرها من قبل المبرمج نفسه، وتعتمد على استخدام ذاقتها، حيث أنهم العديد منهم يعرض الإعلانات بدلاً من امتلاك ماسح ضوئي يلتقط البرمجيات الخبيثة. ولا تشكل نتائج الدراسة التي قامت بها «إيه في كومبارتيفز» خلال الأشهر القليلة الماضية مفاجأة بالنسبة لأي شخص مطلع على عالم الأمن السيبراني وعلى طريقة عمل نظام أندرويد لمكافحة الفيروسات.

وعند الموقع بعض نتائج الدراسة التي أجرتها «إيه في كومبارتيفز»، فعلى سبيل المثال، ٢٣ فقط من التطبيقات التي تم اختبارها نجحت في الكشف عن نسبة ١٠٠ بالمئة من عينات البرمجيات الخبيثة. فضلاً عن ذلك، تقلصت قدرة ١٦ تطبيقاً على مقاومة الفيروسات ضمن النسخ الحديثة لنظام أندرويد، باعتبار أنها لم تنقل كما يجب إلى نظام أندرويد أوريو.

غوغل تواجه الإعلانات «السيئة» وتزيل المليارات منها

وكالات

تتصدى الشركة للإعلانات والمعلنين على حد سواء- أفب

في ظل فقدان الثقة المتزايد بعملاقة التكنولوجيا، كشفت «غوغل» عن سحبها ٢,٣ مليار إعلان مخالف لقواعدها سنة ٢٠١٨، أي ما يوازي ٦ ملايين «إعلان سيئ» في اليوم، مركزة خصوصاً على الدعايات السياسية المضمون.

وقال مارك هو المسؤول عن المجموعة عن قسم الإعلانات الإلكترونية في أوروبا إن «الثقة أساسية لإرساء نظام سليم، ولا يخفى علينا أن الثقة إزاء الإعلانات هي في الأرحح في أدنى مستوياتها حالياً». وفي العام ٢٠١٧، سحب العلامك الأمريكية ٣,٢ مليار إعلان مخالف لمبادئه ينطوي على تزييف أو محتويات غير لائقة أو خطيرة، أي أكثر بـ ٢٨٪ من المجموع المسجل سنة ٢٠١٨.

وأوضح سكوت سينسر المسؤول عن قسم الترويج المستدام في «غوغل» في بيان نشر على الإنترنت، «بدلنا جهوداً متنسقة العام الماضي للتصدي لروحي

التي يمكن أن تبطن من سرعة عمل النظام إلى حد كبير، من هذا المنطلق، من الممكن نقل بعض المعلومات والبيانات إلى محرك القرص الصلب القابل للإزالة، الأمر الذي يتيح لجهاز الكمبيوتر القيام بهامه بشكل أسرع، ويعمل على توفير مساحة كبيرة لتخزين الملفات. وفي حال كنت لا تحتاج إلى ميزة التشغيل التلقائي للجهاز، فمن الضروري إلغاءها، وهو ما سيضمن تشغيل الجهاز بشكل سريع، وتنفيذ المهام بشكل أسرع وكفاءة أكبر. وأشار الموقع إلى خطأ كبير يرتكبه الكثيرون منا، ويؤثر سلباً على سرعة جهاز الكمبيوتر، ويتمثل في تعطيل وضع السكون على الجهاز بدلاً من إيقاف تشغيله ليلاً. في الواقع، يمكن القيام بذلك في بعض الأحيان، إلا أن الإفراط في اللجوء إلى هذا الأمر يؤثر على سلامة الجهاز، وعلى قدرته على التعامل مع المهام. لذلك، يجب إيقاف تشغيل الجهاز؛ لضمان حصوله على القليل من الراحة، ما يعزز معدل سرعته. علاوة على ذلك، يساعد تثبيت برنامج «سي كلينر» الذي يستخدم لتحسين أداء الحاسوب وتنظيفه بشكل سريع، فضلاً عن تنظيف السجل وحذف الملفات المؤقتة والتخلص من الأخطاء في النظام، وكذلك أداء عدد من الوظائف، على تعزيز سرعة الجهاز. وفي الختام، نود الموقع بأن نظام التشغيل يقدم غالباً برامج تشغيل تلقائية، وغالباً ما تكون مناسبة فقط لأحدث الموديلات من أجهزة الكمبيوتر، لكن في حال كان عمر جهازك قد تجاوز ثلاث سنوات فتجنب التشغيل التلقائي، للمحافظة على الجهاز، وضمان قيامه بهامه بشكل سريع.

غوغل تواجه الإعلانات «السيئة» وتزيل المليارات منها

وكالات

تتصدى الشركة للإعلانات والمعلنين على حد سواء- أفب

في ظل فقدان الثقة المتزايد بعملاقة التكنولوجيا، كشفت «غوغل» عن سحبها ٢,٣ مليار إعلان مخالف لقواعدها سنة ٢٠١٨، أي ما يوازي ٦ ملايين «إعلان سيئ» في اليوم، مركزة خصوصاً على الدعايات السياسية المضمون.

وقال مارك هو المسؤول عن المجموعة عن قسم الإعلانات الإلكترونية في أوروبا إن «الثقة أساسية لإرساء نظام سليم، ولا يخفى علينا أن الثقة إزاء الإعلانات هي في الأرحح في أدنى مستوياتها حالياً». وفي العام ٢٠١٧، سحب العلامك الأمريكية ٣,٢ مليار إعلان مخالف لمبادئه ينطوي على تزييف أو محتويات غير لائقة أو خطيرة، أي أكثر بـ ٢٨٪ من المجموع المسجل سنة ٢٠١٨.

وأوضح سكوت سينسر المسؤول عن قسم الترويج المستدام في «غوغل» في بيان نشر على الإنترنت، «بدلنا جهوداً متنسقة العام الماضي للتصدي لروحي

التي يمكن أن تبطن من سرعة عمل النظام إلى حد كبير، من هذا المنطلق، من الممكن نقل بعض المعلومات والبيانات إلى محرك القرص الصلب القابل للإزالة، الأمر الذي يتيح لجهاز الكمبيوتر القيام بهامه بشكل أسرع، ويعمل على توفير مساحة كبيرة لتخزين الملفات. وفي حال كنت لا تحتاج إلى ميزة التشغيل التلقائي للجهاز، فمن الضروري إلغاءها، وهو ما سيضمن تشغيل الجهاز بشكل سريع، وتنفيذ المهام بشكل أسرع وكفاءة أكبر. وأشار الموقع إلى خطأ كبير يرتكبه الكثيرون منا، ويؤثر سلباً على سرعة جهاز الكمبيوتر، ويتمثل في تعطيل وضع السكون على الجهاز بدلاً من إيقاف تشغيله ليلاً. في الواقع، يمكن القيام بذلك في بعض الأحيان، إلا أن الإفراط في اللجوء إلى هذا الأمر يؤثر على سلامة الجهاز، وعلى قدرته على التعامل مع المهام. لذلك، يجب إيقاف تشغيل الجهاز؛ لضمان حصوله على القليل من الراحة، ما يعزز معدل سرعته. علاوة على ذلك، يساعد تثبيت برنامج «سي كلينر» الذي يستخدم لتحسين أداء الحاسوب وتنظيفه بشكل سريع، فضلاً عن تنظيف السجل وحذف الملفات المؤقتة والتخلص من الأخطاء في النظام، وكذلك أداء عدد من الوظائف، على تعزيز سرعة الجهاز. وفي الختام، نود الموقع بأن نظام التشغيل يقدم غالباً برامج تشغيل تلقائية، وغالباً ما تكون مناسبة فقط لأحدث الموديلات من أجهزة الكمبيوتر، لكن في حال كان عمر جهازك قد تجاوز ثلاث سنوات فتجنب التشغيل التلقائي، للمحافظة على الجهاز، وضمان قيامه بهامه بشكل سريع.

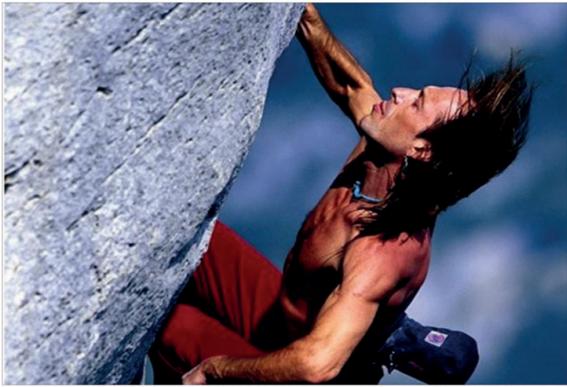
تعرف على أفضل ٥ متصفحات ويب للبحث باستثناء غوغل

وكالات

رغم أن «غوغل» هو متصفح الويب الأكثر شعبية واستخداماً إلا أن هناك محركات بحث أخرى مريحة- جيتي نشرت صحيفة «الاسبانول» الإسبانية تقريراً استعرضت فيه أفضل محركات البحث التي يمكن أن تحل محل «غوغل». وقالت الصحيفة، في تقريرها الذي ترجمته «عربي ٢١»، إنه على الرغم من أن «غوغل» هو متصفح الويب الأكثر شعبية واستخداماً، إلا أن هناك بعض محركات البحث الأخرى التي تمكن من البحث عما نتجته بشكل مريح، وتمنح المستخدم العديد من الخيارات، ولكن نادراً ما يلجأ المستخدمون إلى صفحات الويب التي يرغبون في التلوج إليها عبر محركات بحث أخرى. وذكرت الصحيفة، أولاً، أن متصفح التشغيل مناسب لجميع الأجهزة التي تعمل بنظام أندرويد، وهو ليس مناسباً للبحث فحسب، وإنما يعد أيضاً واحداً من أفضل محركات البحث التي يمكن استخدامها، وإلى جانب سرعته، يضمن متصفح سامسونج العديد من الوظائف الإضافية، حيث يقوم بحظر الإعلانات وملفات تعريف الارتباط. كما يسمح متصفح سامسونج باختيار محرك البحث الذي ستستخدمه افتراضياً. وبالإضافة إلى محرك البحث غوغل، يقدم متصفح سامسونج محركات بحث أخرى، على غرار أسك دوت كوم، بينغ، ياهو، وداك داك غو، وهي خيارات أكثر من كافية للبحث فيها دون ترك أثر على حساسك على غوغل. وأوردت الصحيفة، ثانياً، أن متصفح الويب برف براوزر من بين المتصفحات المفضلة لدى الكثير من المستخدمين، وهو من أكثر المتصفحات التي حظيت بشعبية كبيرة مؤخراً، سواء على الحاسوب أو الهواتف الذكية. ويتميز هذا المتصفح المتاح على نظام أندرويد كروميوم بسرعة استخدام، وهو أقل استهلاكاً للبيانات ويركز بشكل خاص على الأمن والخصوصية. ويوفر برف براوزر محركات بحث مثل بينغ، وداك داك غو، وكوانت، وستارت باج، وياندكس إلى جانب غوغل بطبيعة الحال.

كما يوفر خياراً في غاية الأهمية، إذ يمكن من اختيار محرك البحث حسب نوع علامات التبويب، لذلك هناك خيار يمكن من تمييز التصفح العادي عن التصفح الخاص أو المتخفي. وأضافت الصحيفة، ثالثاً، أن متصفح الويب منومنت براوزر هو واحد من أحدث متصفحات الويب التي وقع اختيارها على الأندرويد، وهو المفضل لدى الكثير من المستخدمين. وإلى جانب كونه متصفحاً يسمح بإزالة الإعلانات، فإنه يشمل أيضاً الوضع الليلي، والتشغيل متعدد النوافذ، ومحركات البحث المختلفة. كما يحتوي متصفح الويب منومنت براوزر على محركات بحث من قبيل غوغل، وبينغ، وداك داك غو، واكوسيا، وكوانت وستارت باج، وداك داك غو، بعد هذا المتصفح، فقد حان الوقت لتنزيله. وذكرت الصحيفة، رابعاً، أن أوبرا هو أحد متصفحات الويب الكلاسيكية الموجودة في ملايين الحواسيب والهواتف الذكية، ويضمن إصدارات مختلفة بما في ذلك أوبرا تاتش، المتصفح الأحدث والأكثر تجديدًا. ويختار أغلب المستخدمين الإصدار العادي لهذا المتصفح، نظراً لأنه يوفر ما يحتاج إليه، بما في ذلك محركات بحث مختلفة، يمكن اختيارها حتى لا تضطر فقط إلى استخدام غوغل. ومن بين محركات البحث التي اختارتها أوبرا، غوغل، وياهو، وبينغ، وداك داك غو، وأمازون، وإيباي، وقاعدة بيانات الأفلام على الإنترنت، ويكيبيديا. وأشارت الصحيفة، خامساً، إلى أن متصفح الويب فايرفوكس يعد من بين أكثر المتصفحات المألوفة، الذي بلغ عصره الذهبي قبل ظهور غوغل كروم، وهو يحتوي على كل ما يمكننا البحث عنه في أي متصفح. ويمكن لهذا المتصفح أن يحل محل غوغل عند اختيار محرك بحث افتراضي، وإلى جانب محركات البحث المثبتة مسبقاً، مثل غوغل أو داك داك غو أو تويتر ويكيبيديا، يمكن إضافة محركات جديدة بمجرد الضغط باستمرار على شريط البحث، وهو ما يجعل من فايرفوكس المتصفح الأكثر مرونة.

«سبايدر مان» الفرنسي يتسلق ناطحة سحاب.. تم اعتقاله



وأعتقل بعد فترة وجيزة من هبوطه بعد أن أنهى التسلق. وقال لرويترز قبل تسلق ناطحة السحاب، "بسبب عدم وجود أموال في خزائن الحكومة، الكاتدرائية تعاني الإهمال". وأضاف أن رعاه حرروا شيكا بقيمة ٥٠٠٠ يورو (٥٦٥٠ دولارا)، للمساعدة في تمويل عملية الترميم. وتسلق روبري أكثر من ١٠٠ مبنى، بما في ذلك جسر البوابة الذهبية في سان فرانسيسكو، ويرج خليفة في دبي، وكذلك البرج نفسه في باريس في عام ٢٠١٦. ويقوم رئيس أساقفة باريس بحملة لجمع أكثر من ١٠٠ مليون يورو؛ لإنقاذ التماثيل المتداعية والأقواس القوطية بكاتدرائية نوتردام.

وأظهرت لقطات تلفزيونية الرجل وهو يستخدم الدعامات الأقفية الموجودة بالواجهة المنحنية لمقر شركة -صحته الرسمية تسلق الآن روبري، الذي أطلق عليه اسم "سبايدرمان الفرنسي"، ناطحة سحاب في باريس، الاثنين، دون حبال؛ لجمع الأموال لتجديد كاتدرائية نوتردام. وأظهرت لقطات تلفزيونية الرجل (البالغ من العمر ٥٦ عاما) وهو يستخدم الدعامات الأقفية الموجودة بالواجهة المنحنية لمقر شركة إنجي وهيكلا، يمتد بطول المبنى ذي الواجهة الزجاجية، الذي يبلغ ارتفاعه ١٨٥ مترا في منطقة لا ديفونس التجارية.

على طريقة مقتل خاشقجي.. جريمة صادمة بالمغرب



إلى طنجة، وبعد تتبع الضحية التقيا بالقرب من محطة "تي جي في" طريق العوامة، وتحول النزاع الشفوي بينهما إلى ضرب وجرح وتكسير لزجاج سيارة الضحية، الأمر الذي أدى إلى وفاته فورا. وتابع ذات المصدر، بأنه تم نقل الجثة إلى مرآب أحد المنازل بالمغوة الكبيرة، حيث تم قطعها بمشمار فولادي وتعبئتها في أكياس بلاستيكية، قبل نقلها إلى منطقة الأحد الغربية-بريشيش بصوحي طنجة. وللخصل من الجثة، أعادت مفوضية الأمن بطنجة، تمثيل الجريمة، بحسب ما أفاد به موقع "اليوم ٢٤" المغربي، ونقل الموقع المغربي عن مصدر أممي قوله، إنه بعد قضاء المصري لعقوبته السجن، ومباشرة بعد خروجه من السجن، تفاجأ باستيلاء شريكه على منتهه وزيايته، وازداد الأمر سوءا عندما علم أن شريكه المغربي يتحرش بزوجه، ما دفعه للتفكير في الانتقام. وأضاف المصدر ذاته، أن المصري قام بالتنسيق مع شخص آخر لاستدراج شريكه من الدار البيضاء

إلى طنجة، وبعد تتبع الضحية التقيا بالقرب من محطة "تي جي في" طريق العوامة، وتحول النزاع الشفوي بينهما إلى ضرب وجرح وتكسير لزجاج سيارة الضحية، الأمر الذي أدى إلى وفاته فورا. وتابع ذات المصدر، بأنه تم نقل الجثة إلى مرآب أحد المنازل بالمغوة الكبيرة، حيث تم قطعها بمشمار فولادي وتعبئتها في أكياس بلاستيكية، قبل نقلها إلى منطقة الأحد الغربية-بريشيش بصوحي طنجة. وللخصل من الجثة، أعادت مفوضية الأمن بطنجة، تمثيل الجريمة، بحسب ما أفاد به موقع "اليوم ٢٤" المغربي، ونقل الموقع المغربي عن مصدر أممي قوله، إنه بعد قضاء المصري لعقوبته السجن، ومباشرة بعد خروجه من السجن، تفاجأ باستيلاء شريكه على منتهه وزيايته، وازداد الأمر سوءا عندما علم أن شريكه المغربي يتحرش بزوجه، ما دفعه للتفكير في الانتقام. وأضاف المصدر ذاته، أن المصري قام بالتنسيق مع شخص آخر لاستدراج شريكه من الدار البيضاء

السيول تقتل ١٩ شخصا وتصيب ٧٠ آخرين بمناطق عدة بإيران



السيول سببت خسائر كبيرة في قرى عدة في غرب البلاد - وكالة فارس الإيرانية لقي ١٩ شخصا على الأقل حتفهم وأصيب أكثر من ٧٠ بجروح إثر سيول عارمة اجتاحت معظم المحافظات الإيرانية جراء الأمطار الغزيرة، بحسب ما أفادت أجهزة الطوارئ. واجتاحت سيول في إيران، قرى عدة غرب البلاد، في حين أعلن الرئيس الإيراني اجتماعا طارئا الاثنين للحكومة من أجل مواجهتها. وأحدثت السيول في محافظة لرستان دمارا في المناطق الخاصة القروية، وألحقت خسائر كبيرة، لا سيما جنوب المحافظة. من جانبه، أعلن الرئيس الإيراني قطع اجازة الحكومة، ودعا إلى اجتماع طارئ الأربعاء المقبل، لمواجهة كارثة السيول. اقرأ أيضا، مخطط نفوذ إيراني بإنشاء "طريق حرير" عبر العراق وسوريا ووقعت الخسائر معظمها جراء السيول التي تشكلت بسبب الأمطار الغزيرة التي هطلت خلال اليومين الماضيين، في مدينة بل دختر وقرى ناصروند وداراي وديناوند. وحاصرت السيول الجارفة الكثير من القرى في المحافظة، وغمرت المياه الكثير من المناطق. ومنذ مساء الأحد، تم توجيه التحذيرات عبر الإذاعة والتلفزيون والرسائل النصية وصفارات الإنذار لسكان المناطق المعرضة للسيول.

هكذا بدا ركاب سفينة «فايكنغ سكاي» أثناء إنقاذهم

زورقا قطر في جر السفينة إلى ميناء مولده. وقالت خدمة الإنقاذ البحري ان الزورقين يسحبان السفينة بسرعة ١٣ كيلومترا في الساعة. والسفينة حاليا على بعد نحو ٨٠ كيلومترا من مولده على الساحل الغربي للنرويج. وأضافت أن طائرات الهليكوبتر التي كانت تقل الركاب من على سطح السفينة واحدا تلو الآخر، ما زالت في حالة استعداد في حال قرر رباب السفينة استئناف عملية النقل الجوي. وبحسب المسؤول في مركز الإسعاف في جنوب النرويج، بير فييلد، فإن ركاب السفينة يتوزعون على ١٦ جنسية وعدد كبير منهم أمريكيون وبريطانيون.

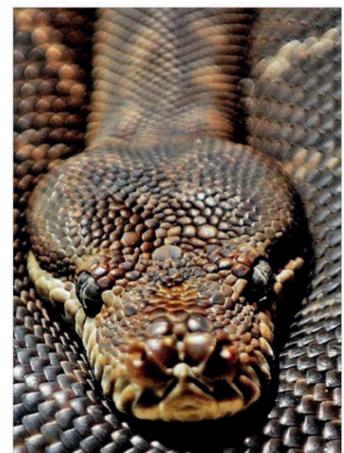
يتوزع الركاب على ١٦ جنسية مختلفة - موقع الشركة على الإنترنت (موقع نجت فرق الإنقاذ في نقل ٣٩٧ شخصا جوا من سفينة سياحية فاخرة تحطت محركاتها قبالة الساحل النرويجي بحلول صباح الأحد، وبدأت بقطر السفينة إلى ميناء قريب. وأطلقت السفينة "فايكنغ سكاي" نداء استغاثة السبت لدى تحرفها نحو اليابسة في بحر النرويج وعلى متنها ١٢٧٣ شخصا من الركاب وأفراد الطاقم، وتم تعليق نقل الركاب جوا من السفينة بواسطة طائرات هليكوبتر صباح اليوم بعد أن بدأ

إرهابي نيوزيلندا كان يعترم استهداف حضانة يملكها عرب

النيوزيلندي، مايكل بوش، أن منفذ الهجوم كان في طريقه لارتكاب مجزرة ثالثة، دون مزيد من التفاصيل. وخلف الهجوم الإرهابي على المسجدين صدمة كبيرة لدى الشعب النيوزيلندي خاصة والرأي العام العالمي، خاصة بعد الحصيلة الثقيلة للضحايا والتي بلغت ٥٠ قتيلًا وأكثر من ٢٠ جرحيا. ونقل مرتكب المجزرة إلى سجن شديد الحراسة، وفق ما ذكرته وسائل إعلام نيوزيلندية، الأحد. وأكدت أنه تم نقل الإرهابي من سجن مدينة كرايست تشيرش، إلى سجن شديد الحراسة في شمالي البلاد.

بارتكاب مجزرة ثالثة في حضانة أطفال. ووفق ما نقلت مصادر إعلامية محلية، فإن حضانة "النور" الواقعة بمنطقة لينود شرق المدينة، هي في ملكية زوجة أحد المصاين من جنسية أردنية، وتم إغلاقها يوم تنفيذ الهجوم على المسجدين. وقبل ٤ أيام، صرح مفوض الشرطة

تعرف إلى الأماكن التي لا تتواجد فيها الثعابين مطلقا



فضلا عن شمال كندا الذي لا تسكنه الثعابين حتى اللحظة الراهنة. لكن ارتفاع درجات الحرارة العالمية سيجعل مساحات شاسعة من الأرض مسكنا للثعابين. وأشارت المجلة إلى أن جزيرة غوام الأمريكية التي تقع على المحيط الهادئ، لم تكن تضم أصنافا محلية من الثعابين إلى غاية الحرب العالمية الثانية. وخلال هذه الحرب، جلبت سفن الشحن عن طريق الخطأ أفاعي الشجرة البنية إلى الجزيرة. وفي الوقت الحالي، يعيش ما يقرب من مليوني ثعبان في غابات هذه الجزيرة، الذين ساهموا في انقراض ١٠ من أصل ١٢ نوعا من الطيور الأصلية بحلول الثمانينيات، كما أنهم يتغذون نمو الأشجار الجديدة، ذلك أنهم يلتهمون الطيور التي تنشر البذور عادة عن طريق فضلاتها. الجدير بالذكر أنه يُحظر جلب أي نوع من الثعابين على الإطلاق إلى هاواي، حيث تعتبر السلطات الأمريكية عملية امتلاك أو نقل ثعبان إلى الولاية جريمة وتفرض غرامة قدرها ٢٠٠ ألف دولار، فضلا عن أنها تسلب عقوبة سجن تصل إلى ثلاث سنوات على كل يخالف هذه القوانين. من جانبها، تطبق نيوزيلندا الإجراءات الصارمة ذاتها فيما يتعلق الثعابين، فضلا عن أنها تخصص حوالي ٢٠ من مناولي الثعابين المحترفين المتمركزين في جميع أنحاء البلاد الذين تتمثل مهمتهم في العثور على أي ثعابين تحاول الدخول إلى البلاد. وأفادت المجلة بأن مدينة فانواتيا ليس بها ثعابين، لأنها لا تملك حياة برية حقيقية. كما تعد العديد من الجزر صغيرة، بدءا من جزيرة جونستون المرجانية وصولا إلى جزر بينكين، خالية من الثعابين، ومن البشر إلى حد كبير نظرا لأنها تعد شبه معزولة. وفي الختام، أشارت المجلة إلى أنه باستثناء تلك الجزيرة البرازيلية المرعبة، ليست هناك أسباب كثيرة تمنع زيارة مكان ما بسبب الثعابين، فعلى الرغم من أنها تعد من المخالقات المرعبة، غير أن الثعابين تلعب دورا مهما في النظام البيئي كله.

لا تعيش الثعابين في المناطق شديدة البرودة، نظرا لأنها من نوع الزواحف خارجية الحرارة- جيتي نشرت مجلة "بوبيولار ساينس" الأمريكية تقريرا، تحدثت فيه عن بعض الأماكن التي لا تتواجد فيها الثعابين مطلقا على كوكب الأرض. وقالت المجلة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي ٢١"، إنه خلال ١٥٠ سنة من وجود الثعابين على هذا الكوكب، تمكن هذا الحيوان الزاحف من إيجاد طريقه إلى أعرب الزوايا والجزر في بلدان العالم. مع ذلك، لا تعيش الثعابين في المناطق شديدة البرودة، نظرا لأنها من نوع الزواحف خارجية الحرارة، أي أنها تعتمد على بيئتها للتحكم في درجة حرارة جسمها. وذكرت المجلة أن الثعبان المعروف باسم "غرطر ماثوف" يمكن أن يصل إلى الحدود الجنوبية للكتليرا في أمريكا الشمالية، على الرغم من أن سواحل جسمه تبدأ بالتجمد، في حين أن كلال من القطبين الشمالي والجنوبي خال تماما من الثعابين. كما لا يوجد في أجزاء من الشمال الأقصى لروسيا، والنرويج، والسويد، وفنلندا، وكندا، والولايات المتحدة ثعابين أصلية، ناهيك عن الجنوب الأقصى لأمريكا الجنوبية. وأكدت المجلة أن ألاسكا تعد من الدول الخالية تماما من الثعابين، نظرا لانخفاض الشديد لدرجات الحرارة فيها، فضلا عن هاواي التي تعد من المناطق العزولة جغرافيا، لكن لا يعني ذلك أن كل الجزر خالية من الثعابين، حيث أن بولينزيا مليئة بشتى أنواع الثعابين، فضلا عن مدغشقر، وجزر الكاريبي التي تعد موطنًا للكثير منها. وأضافت المجلة أن جزيرة "إيلا دي كيمادا غراندي" التي تشتهر باسم "جزيرة الأفاعي"، والتي تقع قبالة سواحل البرازيل، تضم ما معدله ثعبان واحد في كل متر مربع، وذلك وفقا لبعض التقديرات، كما أنها تعد موطنًا أصليا لأحد أكثر الثعابين دمية في العالم، وهو أفعى رأس الرمح الذهبية. لذلك يُحظر زيارة هذه الجزيرة تماما. تجدر الإشارة إلى أن الكثير من الجزر كانت إما مرتبطة بكتل أرضية أكبر أو قريبة من أجزاء أخرى من الأراضي البرية، وهذا ما سمح باحتياج ثعابين البحر لها. كما تعد معظم مناطق المحيط الهادئ والمحيط الهندي داخنة بدرجة كافية لتواجد الثعابين البحرية فيها التي استعمرت العديد من الجزر في تلك المناطق بالفعل. وبينت المجلة أن بعض جزر المحيط الهادئ، على غرار توفالو، واورو، وكيريباتي، ليس بها ثعابين برية ولكن فيها ثعابين بحرية محلية. في الأثناء، هناك الكثير من الدول الجزرية الأخرى، على غرار نيوزيلندا، وجرينلاند، والرأس الأخضر وأيسلندا، التي تكون بعيدة جدا لدرجة أن الثعابين لم تصل إليها، والأمر ذاته ينطبق على هاواي، التي تعد أربحيليا بركانيا بعيدا. وأردفت المجلة بأن أيرلندا تعد من الجزر التي لا تحتوي على ثعابين، نظرا لأن البحر الأيرلندي المتجمد حد أصان طريق هذه الكائنات السامة،

المنتحرون الشباب.. ظاهرة تزداد بالدول النامية أم الغنية؟

مراعاة مجموعة متنوعة من الخلفيات الثقافية والاجتماعية والاقتصادية للبلدان، وبما أن الفتيات أكثر عرضة للإصابة بالانتحار غالبا ما تبقى مخفية ومتستررة أن يكون هناك تركيز خاص عليهن، وفق قوله. وأشار في ختام حديثه إلى "الحاجة لمزيد من العمل لفهم الأفكار الانتحارية والسلوكيات ذات الصلة في البلدان النامية، بالنظر إلى التباين الكبير بين البلدان والمناطق". وعلمتها علقت اختصاصية الطب النفسي جينا علي زعلابوي على الدراسة بالقول، "لا استطيع الجزم بأن النتائج صحيحة فلها من يقمها، ولكنها على الأقل، إن لم تكن صحيحة فهي منطقية، فالوضع معقد وهناك دراسات كثيرة حوله، وكل بلد له دراسته المختلفة عن البلدان الأخرى، ولكن النتائج تكون تقريبا متشابهة". وتابعت جينا حديثها "عربي ٢١"، "الدراسات في موضوع الانتحار كثيرة جدا، ولكن من المعروف أن أصحاب المكافحة الاجتماعية والاقتصادية المرتفعة هم أكثر اقداما على الانتحار، وأيضا الأشخاص الذين حصل عندهم تدهور في الحالة الاقتصادية والاجتماعية". وأضافت أن "البطالة والفقر يزيدان من نسبة الانتحار، خصوصا إذا تراكمت مع عدم وجود دعم نفسي واجتماعي من البيئة المحيطة"، مشيرة إلى أن "نسبة انتحار المراهقين في ازدياد في الأونة الأخيرة، وقد يكون المسبب الثاني للوفاة لدى المراهقين". بدوره اتفق المحاضر في علم الاجتماع بالجامعة الأردنية، راكان أبو عرابي مع نتائج الدراسة، وقال إن "الفقر يعتبر من المشاكل الاجتماعية ذات الدرجة الأولى، والتي يفرز عنها عدة مشاكل، والحرمان باعث لإنشاء العنف والإيذاء نحو الذات والأخر".

المحدودة والتوترات السياسية، التي قد تعرض صحتهم رفاهتهم للخطر". وتابع قائلا، "السلوكيات المتعلقة بالانتحار غالبا ما تبقى مخفية ومتستررة في الدول النامية، وذلك لعدة أسباب أبرزها الوصمة الاجتماعية والمحرمات الاجتماعية والدينية والثقافية، إلى جانب الانتحار إلى نظم الإبلاغ المناسب عن هذه السلوكيات". وأشارت الدراسة إلى أنه بالنسبة لعظم البلدان منخفضة ومتوسطة الدخل، كان مستوى محاولات الانتحار في فترة المراهقة أعلى بين الفتيات بنسبة ١٧,٤ بالمئة من الأولاد الذين بلغت نسبتهم ١٦,٣ بالمئة". وأيضا وفقا للدراسة كان التخطيط للانتحار أكثر شيوعا في إفريقيا، حيث أبلغ عنه واحد من كل أربعة مراهقين، وكان أعلى مستوى في زامبيا، حيث أفاد حوالي اثنين من بين كل خمسة مراهقين أنهم قاموا بوضع خطة انتحارية. وأيضا أفاد حوالي واحد من بين كل خمس مراهقين من دول غرب المحيط الهادئ بإجراء محاولة انتحار واحدة على الأقل. التعليم مهم وأكد خان على أن "نتائج الدراسة كانت مهمة لتطوير سياسات وإجراءات لمنع الانتحار"، مضيفا، "تبلغ حالات الإصابة بالانتحار ذروتها خلال فترة المراهقة، وهي عامل خطر ومسبب رئيسي للانتحار". واستكمل قائلا، "التعليم أمر بالغ الأهمية بسبب محدودية الوعي بالانتحار في البلدان النامية، وبالتالي تصبح احتمالية سمي أولئك الذين تصحون إلى الدعم المهني أو الاجتماعي لهذا الدعم أقل"، مشددا على أهمية المبادرات المخصصة لمنع الانتحار في البلدان منخفضة ومتوسطة الدخل، "مع

أشارت نتائج الدراسة إلى أن نسبة محاولات الانتحار بين الإناث أعلى من الذكور- أرسيفية تناولت دراسة أجرتها جامعة كوينزلاند الأسترالية، قضية محاولات الانتحار التي يقوم بها الشباب وتحديدا المراهقين. وأظهرت نتائج الدراسة التي ترجمتها "عربي ٢١" أن "المراهقين في البلدان النامية من المرجح أن يقوموا بمحاولات انتحارية، أو لديهم أفكار انتحارية، أكثر من نظرائهم الذين يعيشون في بلدان مرتفعة الدخل"، مشيرة إلى أنها "تضمنت بيانات من ٢٢٩١٢٩ مراهقا تتراوح أعمارهم بين ١٣ و١٧ عاما، في ٥٩ دولة منخفضة ومتوسطة الدخل". وقال أستاذ العلوم الصحية والتأهيل في الجامعة والمشارك في الدراسة أسد خان، "أصبحت القضايا المرتبطة بالانتحار تحديا رئيسيا للصحة العامة في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل، ولا سيما في أفريقيا وغرب المحيط الهادئ". البلدان المتقدمة وضرب مثلا على ذلك في دولة اسما جنوب المحيط الهادئ، موضحا أن "ثلاثة من كل خمسة مراهقين قاموا بمحاولة انتحار، ما يدل على الحاجة الماسة للعمل، مشيرا إلى أنه "في الدول ذات الدخل المنخفض والمتوسط كان لدى ١٧ بالمئة من المراهقين أفكار انتحارية أو خطط ومحاولات انتحار خلال ١٢ شهرا". وبين أن "هذه النسبة كانت أعلى بكثير من المستويات في البلدان المتقدمة مثل أستراليا، حيث كان لدى ٥,٢ بالمئة من المراهقين خطط انتحارية وقام ٢,٤ بالمئة منهم بمحاولات انتحارية"، مضيفا أن "المراهقين في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل معرضون لظروف سيئة كثيرة مثل الفقر والمرض وموارد الرعاية الصحية

تعادل جديد في الدوري الأردني

وكالات

وقع فريقا شباب العقبة وسحاب في فخ التعادل الإيجابي (٢-٢) في المواجهة المثيرة التي جمعتهم مساء الجمعة على ملعب الأمير محمد بالزرقاء، في الجولة الأولى لدوري المحترفين الأردني لكرة القدم.

سجل لفريق سحاب نجمة محمد الرازم في الدقيقتين (٣٠، ٥٩)، فيما أحرز لشباب العقبة، عمر سريوة (١٥)، وغيث المداحه (٧).

وحصد فريقا شباب العقبة، وسحاب، أول نقطة في رصيدهما النقطة.

ويعتبر هذا التعادل الثاني في البطولة التي افتتحت أمس الخميس، حيث تعادل الجليل ومعان (١-١).

البيستين يفاوض "برج المراقبة"

وكالات

دخل البيستين في مفاوضات مع المدافع الدولي السابق، محمد السيد عدنان، الشهير بـ"برج المراقبة"، لتمثيل الفريق في الموسم الجديد.

وغادر عدنان صفوف الحد، بعد أكثر من ٨ سنوات قضاها مع الفريق، وذلك بانتهاء عقده مع نهاية الموسم الماضي.

وذكر مصدر خاص لـ"كوورا"، اليوم الجمعة، أن البيستين يسعى لحجم الصفقة خلال اليومين المقبلين، قبل دخول أندية أخرى على خط المفاوضات الرسمية مع اللاعب، الذي تلقى عروضاً شفوية من جهات أخرى، خصوصاً ناديه الأم المالكية.

ويُنظر أن يحسم عدنان وجهته قريباً، خصوصاً أن غالبية الأندية بدأت التحضيرات للموسم الجديد، الذي سينطلق يوم ٢٠ سبتمبر/أيلول المقبل.

وسيدأ البيستين مشواره في الدرجة الممتازة بقاء الحالة، في إطار الجولة الأولى من دوري ناصر بن حمد.

الرفاع الشرقي يودع ١١ لاعبا

وكالات

ودع الرفاع الشرقي ١١ لاعباً في صفوف فريقه، بعد أن فضل الجهاز الفني عدم تجديد عقودهم للموسم الجديد.

ومن المقرر أن يترك الرفاع الشرقي كل من البرازيليين فلافيو ويوري ميسياس، والنيجيريين مونيدي وبرنس، والسوري مؤيد عجان والأردني صالح راتب إضافة إلى ٥ لاعبين بحرينيين هم حسن علي وعبدالله مبارك وعمر دعيح وراشد الدوسري وليث هاشم.

وحسم اللاعب عمر دعيح وجهته الجديدة بانتقاله الرسمي إلى النمامة، فيما لم يحسم اللاعبين الآخرين وجهتهم الجديدة حيث بدأت الأندية البحرينية التحدث رسمياً مع بعضهم خصوصاً ليث هاشم الذي اقترب من التوقيع للأهلي.

ويبدأ الرفاع الشرقي تحضيراته للموسم الجديد بقيادة مديره الأردني إبراهيم حلمي الذي سيقدّم الفريق للموسم الثاني على التوالي بعد أن ظل الفريق في الدرجة الممتازة.

وسيدأ الرفاع الشرقي مشواره في دوري ناصر بن حمد بقاء صعب أمام الأهلي يوم ٢٠ سبتمبر/أيلول المقبل.

الرجاء المغربي يحسم معركة الصدارة أمام الوحدة الإماراتي

وكالات

حسم الرجاء المغربي، معركة الصدارة أمام نظيره الوحدة الإماراتي، بالفوز عليه ١-٠ الخميس، في ختام دور المجموعات لكأس الملك سلمان للأندية العربية الأبطال.

هدف الرجاء البيضاءي حمل توقيع اللاعب زكريا الورد في الدقيقة ٢٤.

وتصدر الرجاء، جدول ترتيب مجموعته بالعلامة الكاملة (٩ نقاط)، بفارق ٣ نقاط عن الوحدة صاحب الوصافة، علماً بأن الثاني حسم التأهل لدور الثمانية من الجولة الماضية.

الفريق المغربي بدأ اللقاء بشكل هجومي، وهز الشباك في الدقيقة ٢٤ من خلال تسديدة لزكريا الورد.

وحاول الوحدة، تعديل النتيجة من خلال محاولات إسماعيل مطر.

ولم يستغل اللاعب نوفل الزهروني، بعض المرتدات الهجومية الخطيرة للرجاء البيضاءي.

وفي الشوط الثاني، أجرى بيتسو موسيماني مدرب الوحدة، بعض التعديلات لرفع جودة الفريق الإماراتي.

وأشرك موسيماني، الثاني بيدرو جونا، لكن ظلت النتيجة على حالها حتى صافرة النهاية النهائية بتقدم الرجاء بهدف دون رد.

الأحبابي يغادر معسكر الإمارات في النمسا

وكالات

عاد إلى الإمارات، بندر الأحبابي لاعب العين، بعد تأكد إصابته بشد عضلي في الفخذ الأيمن، وحاجته للعلاج والراحة.

ويواصل المنتخب الإماراتي الأول، تدريباته اليومية في معسكره الخارجي المقام حالياً في النمسا، تحضيراً للتصفيات المشتركة المؤهلة لوندبالي ٢٠٢٦ وكأس آسيا ٢٠٢٧.

ويحرص الجهاز الفني للمنتخب الإماراتي بقيادة باولو بينتو، على الاستفادة من المعسكر، في تجهيز اللاعبين من النواحي الفنية والبدنية والنفسية.

وقام الجهاز الفني للأبيض، بتحديد ملامح الفترة المقبلة، والتي ستشهد تجمعين خلال أيام الفيضا في سبتمبر/أيلول وأكتوبر/تشرين أول المقبلين، وكذلك في نوفمبر/تشرين ثان، قبل خوض أول مباراة في التصفيات المقررة يوم ١٦ من الشهر نفسه.

جاء ذلك خلال الاجتماع التنسيقي الذي عقد بحضور أعضاء الجهاز الفني والإداري ومستوطني الإدارة الفنية بالاتحاد المحلي.

وتم خلاله مناقشة كافة الأمور الإدارية والفنية واللوجستية والمباريات الدولية الودية، والتي سيخوضها المنتخب قبل بداية التصفيات، وسيتم الإعلان عنها لاحقاً.

الوحدات يفتح مشواره بدوري كرة القدم بالفوز على الأهلي



مباراتين تجمع الأولى الحسين اربيد وشباب الأردن فيما يلتقي الفيصلي والسلط في المباراة الثانية.

أقيم ضمن اليوم الثاني للجولة الأولى من ذهاب الدوري بهدف دون رد سجله اللاعب بوغبا.

افتتح فريق الوحدات مشواره في دوري المحترفين لكرة القدم بالفوز على الأهلي، وفاز الوحدات الجمعة في اللقاء الذي وتختتم الجولة السبت بإقامة

المغرب ضمن أرقام موندبالي السيدات القياسية

أي أكثر بنسبة ٢٩٪ من المشجعين الذي تواجدوا في فرنسا عام ٢٠١٩، كما وصل عدد التذاكر المباعة حتى نهاية مباريات دور المجموعات مليون و٧١٥ ألف تذكرة الأولى للمنتخب نسبة مشاهدة تتفوق ٣ وتابع فيفا في بيانه، "في أوتياروا وبنوزيلندا، تحطم الرقم القياسي لعدد المشجعين في مباراة لكرة القدم، سواء عند الرجال أو النساء، مرتين في ١٢ يوماً، الأولى خلال المباراة الافتتاحية والثانية في المباراة التي جمعت البرتغال بمواجهة أمريكا عندما سجل رقم قياسي جديد بحضور ٤٢,٩٥٨ مشجعاً. وفي أستراليا، شهدت البطولة رقماً قياسياً جديداً لعدد الحضور في مباراة واحدة لكرة القدم للسيدات، إذ حضر ٧٥,٧٨٤ مشجعاً المباراة الافتتاحية بين البلد المضيف وجمهورية إيرلندا.

سجلت بطولة كأس العالم للسيدات ٢٠٢٣ أرقاماً قياسية، خصوصاً في عدد الحضور الجماهيري أو نسب المشاهدة عبر القنوات الفضائية والمنصات الرقمية. وقال الاتحاد الدولي لكرة القدم، عبر موقعه الرسمي اليوم الجمعة، إن البطولة جذبت جميع عشاق الساحرة المستديرة في كل أنحاء العالم مع ختام دور المجموعات. وأضاف "فيفا"، "نجم منتخب نيجيريا في أن يكون أول بلد إفريقي يتأهل إلى دور ١٦ من دون أي هزيمة، بينما نجح منتخب المغرب في تحقيق انتصارين متتاليين، والحفاظ على نظافة شبكه في مباراتين متتاليتين.

وأوضح: "حظيت البطولة في دور المجموعات بحضور جماهيري طاق جعلها النسخة الأفضل والأعظم على الإطلاق، حيث كان الحضور الجماهيري بنسبة ٢٤,٤٧٦ متفرجاً في المباراة الواحدة،

مدرب الشرطة: السد «مختلف».. وكنت أتمنى أمراً من اللجنة المنظمة



على طريقة لعب خاصة، لا تحتاج واجهتها في دور المجموعات.. وأضاف: "السد يلعب بأسلوب منتخب قطر، أنهم يعتمدون استراتيجية خاصة مثل أندية ريال مدريد وبرشلونة.. وزاد، "كنت أتمنى من اللجنة المنظمة إتاحة اللاعب الرئيسي لمدة ٤٥ دقيقة لحوض التدريبات، كون ملعب التدريب بعيد عن مقر إقامتنا.. وأتم: "نعمت

يرى العراقي أحمد صلاح، المدير الفني للشرطة، أن فريقه نجح في تجاوز أصعب المجموعات بالبطولة العربية. ويلتقي الشرطة وصيف المجموعة الأولى مع السد متصدر الثانية، مساء غد السبت بملعب مدينة أمها، في ربع نهائي كأس الملك سلمان.

وقال صلاح، في مؤتمر صحفي، "تأهلنا من مجموعة صعبة، لكن السد

رئيس الوحدات: لم نحسم قرار المشاركة في دوري أبطال آسيا



وكالات

أكد الدكتور بشار حوامدة، رئيس نادي الوحدات، أن مجلس الإدارة لم يحسم بعد قراره بشأن المشاركة في ملحق دوري أبطال آسيا أو عدمها.

وقال حوامدة في تصريحات لقناة "رؤيا" الجمعة، إن الوحدات سيعد اجتماعاً بعد غد الأحد، وسيحضره عدد من النواب ورموز النادي لمناقشة موضوع المشاركة في ملحق دوري أبطال آسيا من عدمها. ويأتي تردد الوحدات في المشاركة كونه سبباً في تراجع فريق أهلي دبي الإماراتي الذي يلعب بصفوه محترفاً فلسطينياً، سبق له تمثيل منتخب الكيان الصهيوني، بحسب حوامدة.

ولفت حوامدة إلى أن ثمة من يرفض مشاركة الوحدات في ملحق دوري أبطال آسيا، لأسباب انتخابية، وخشية أن يحقق الفريق إنجازاً آسيوياً يسجل لمجلس الإدارة الحالي.

وأكد رئيس الوحدات، أن ناديه خسر الموسم الماضي فرصة الظفر بلقب دوري المحترفين، نتيجة التراخي والتعثر في بعض المباريات، مشيراً إلى أن الفريق يجب أن يدخل بطولة الدوري بقوة بحثاً عن اللقب.

وأوضح حوامدة أن الوحدات قد أحضر المحترف الأنجولي إيتو ليشغل مركز لاعب وسط الارتكاز وهو أفضل من الكاميروني بيتانج، الذي انتقل لأحد الفرق المنافسة ولم يلعب لها في النهاية، حيث انتقل مباشرة لهجر السعودي.

وأردف حوامدة: "فإننا مؤخرًا لقلب السور وقد طويونا الضفحة، وتركيزنا ينصب حالياً على بطولة الدوري.."

وختم حديثه: "المدير الفني اليوسني داركو ما يزال يحتاج للوقت حتى تظم عقلية اللاعب الأردني، لكنه مدرب لديه الشغف بتحقيق الألقاب مع الفريق.."

الزعبى: الأردن حقق إنجازاً تاريخياً في البطولة العربية للتنس

وكالات

وصف طارق الزعبى، رئيس الاتحادين الأردني وغرب آسيا للتنس الطاولة، أن فوز رجال الشامى بذهبية منافسات البطولة العربية رقم ١٧ للمنتخبات القادمة في العراق، بالتاريخية.

وقال الزعبى، في تصريحات لوكالة الأنباء الألمانية (د.ب.أ)، "واجهنا الكثير من الصعوبات، وخلال هذه البطولة بدأنا المنافسات بالخسارة أمام العراق، وكنا قاب قوسين أو أدنى من احتلال مركز متأخر، خصوصاً مع إصابة قائد الفريق زيد أبووين.."

وفاز الأردن على البحرين في المباراة النهائية (٣-٠) بعد لقاء قوي ليبنج بالمركز الأول، ويعتلي الشامى قمة كرة الطاولة العربية للمرة الثانية على التوالي بعد نسخة ٢٠٢١، فيما حل العراق في المركز الثاني والبحرين بالمركز الثالث.

وأوضح الزعبى أن الإرادة والعزيمة التي خاض بها اللاعبون المباريات خاصة في المباراة الختامية ضد البحرين حسمت اللقب، مشدداً على أن الفريق كان يحتاج من أجل التنويع باللعب ألا يخسر أي شوط، ورغم صعوبة المهمة إلا أن نجوم الفريق حققوا المستحيل.

وتابع الزعبى قائلاً: "نحرص على الاهتمام بالفئات السنوية، ليكون هناك رافداً للمنتخب الأول. لدينا قاعدة عريضة من المواهب التي نعمل على رفع مستوايتها وصقل موهبتها عبر المشاركة في العديد من البطولات الدولية، والمعسكرات الخارجية.."

وأشار الزعبى إلى أن الاتحاد الأردني حريص كذلك على استضافة كبرى البطولات سواء على الصعيد العربي أو غرب آسيا، كما حظي الاتحاد بثقة الاتحاد الدولي للعبة باسناد اجتماع الجمعية العمومية في العام الماضي بمشاركة أكثر من ٢٠٠ دولة، وهذا دليل واضح على الثقة الكبيرة في كرة الطاولة الأردنية.

قرعة الدوري البحريني تضع حامل اللقب باقتحاحية صعبة

وكالات

أسفرت قرعة دوري ناصر بن حمد الممتاز للموسم الجديد ٢٠٢٣/٢٠٢٤ عن مواجهات قوية في الجولة الأولى التي ستقام يوم ٢٠ سبتمبر/أيلول المقبل، أبرزها لقاء الرفاع الشرقي ضد الأهلي.

وسيدأ حامل اللقب الخالدية مشواره بقاء قوي مع ستره، بينما سيلعب الحد ضد المحرق، والرفاع أمام الصاعد الجديد النجمة.

كما سيلعب وصيف الدوري الماضي النمامة مع فريق الشباب، في حين سيواجه الحالة فريق البيستين.

ووضعت القرعة لقاء المحرق والخالدية في الجولة الثانية التي ستشهد أيضاً مواجهة قوية أخرى بين الأهلي وستره، والحد أمام الرفاع.

كلاسيكو الكرة البحرينية بين المحرق والأهلي سيقام في الجولة الرابعة، فيما سيقام لقاء القمة بين الرفاع والمحرق بالجولة الثالثة التي ستشهد مواجهة الخالدية والأهلي، وأيضاً الرفاع الشرقي أمام النمامة.

وبشأن لقاء الرفاع والخالدية فإن القرعة وضعتها في الجولة الثامنة، بينما سيلعب الديربي بين الأهلي والرفاع في الجولة التاسعة.

وفي الجولة الأخيرة للدور الأول من المسابقة سيواجه النمامة فريق الرفاع، كما سيقاتل النجمة فريق الحد، والبيستين مع الشباب، والأهلي ضد الحالة، والخالدية في مواجهة الرفاع الشرقي، وستره مع المحرق.

شهداء في قرية برقة وطريركهم

رام الله
استشهد مواطن فلسطيني برصاص قوات الاحتلال الإسرائيلي، مساء الجمعة، خلال هجوم للمستوطنين المتطرفين على قرية برقة شرق مدينة رام الله. وذكرت وزارة الصحة الفلسطينية، أن الشاب قصي جمال معطان (١٩ عاماً) استشهد برصاص قوات الاحتلال خلال هجوم للمستوطنين على القرية. وأوضحت وزارة الصحة الفلسطينية في بيان لها، أن المستوطنين اقتحموا مناطق في النواحي الغربية والشمالية الغربية من برقة، بحماية قوات الاحتلال، هب أهالي القرية للدفاع عن أرضهم ما أدى لاندلاع مواجهات، أصيب خلالها الشاب معطان بجروح خطيرة، إلى جانب اثنين آخرين أصيبا بالجراحة. وأضافت الوزارة، أن المستوطنين أحرقوا، خلال الهجوم سيارتين. واستشهد فجر الجمعة، شاب فلسطيني برصاص قوات الاحتلال الإسرائيلي، خلال اقتحامها مدينة طولكرم ومحيطها. وأفادت وكالة الأنباء الفلسطينية (وفا)، نقلاً عن شهود عيان، أن الشاب محمود أبو سعن (١٨ عاماً)، أصيب برصاصة في رأسه أطلقها جنود الاحتلال عليه من مسافة صفر، وتم نقله إلى مستشفى الشهيد ثابت ثابت الحكومي، وأعلن الأطباء هناك استشهاده متأثراً بجراحه. وكانت مواجهات عنيفة اندلعت بين الشبان وقوات الاحتلال التي اقتحمت مخيم طولكرم، وسط إطلاق كثيف للأعيرة النارية وقنابل الصوت والغاز السام.

بازوم يحث على مساندة فرنسا والائتلاف الإفريقي
بمبادرة بالمرح على "أبي حلو"

توقع رئيس النيجر محمد بازوم المنتخب ديمقراطياً حصول "عواقب وخيمة على بلدنا ومنطقتنا والعالم بأسره" في حال نجاح المحاولة الانقلابية لإطاحته من السلطة داعياً الأسرة الدولية إلى تقديم المساعدة فيما توعد الانقلابيون كل من يشن "عدواناً" على البلاد "بإرهاب". وارتفع منسوب التوتر في النيجر فيما المهلة التي وضعتها الجماعة الاقتصادية لدول غرب إفريقيا (إكواس) لعودة الانتظام الدستوري، تشارف على نهايتها. وفي وقت متأخر من مساء الخميس أعلن الانقلابيون في بيان تلي عبر التلفزيون إلغاء اتفاقيات عسكرية عدة مبرمة مع فرنسا تتعلق خصوصاً بـ "مركز" الكتيبة الفرنسية و "وضع" الجنود الموجودين في إطار الحركة ضد الجهاديين، وجاء في البيان في "مواجهة موقف فرنسا اللامبالي" ورد فعلها تجاه الوضع في النيجر "قرّر المجلس الوطني لحماية الوطن إبطال الاتفاقيات التعاون مع هذه الدولة في مجال الأمن والدفاع".

وأعلن مُنفذو الانقلاب أنهم سيردّون "قورا" على أي "عدوان أو محاولة عدوان" ضد بلادهم من جانب المجموعة الاقتصادية لدول غرب إفريقيا (إكواس)، قبل ثلاثة أيام من نهاية مهلة أطعتها المنظمة من أجل عودة النظام الدستوري في النيجر.

وقال المجلس العسكري الانقلابي إن "أي عدوان أو محاولة عدوان ضد دولة النيجر ستشهد رداً فورياً ودون إنذار من جانب قوات الدفاع والأمن النيجرية على أي عضو (من أعضاء المنظمة) باستثناء الدول الصديقة المعلقة عضويتها" في إشارة إلى بوركينا فاسو ومالي.

وأتى ذلك بعيد وصول وفد من إكواس إلى نيامي في محاولة لإيجاد مخرج للأزمة بعد ثمانية أيام على الانقلاب الذي أطاح الرئيس بازوم في ٢٦ تموز/يوليو. وأتى كلام بازوم في مقال رأي نشرته صحيفة "واشنطن بوست" الأميركية حذر فيه من "العواقب المدمرة" للانقلاب على العالم ومنطقة الساحل التي قد تنتقل برأيه إلى "نفوذ" روسي عبر مجموعة فاغنر المسلحة.

ودعا بازوم في أول تصريح علني طويل منذ أطاحته "الحكومة الأميركية والجمعية الدولية بأسره إلى مساعدتنا في استعادة النظام الدستوري". وقال بازوم، المحتجز منذ إطاحة حكومته، "أكتب هذا بصفتي رهينة"، مشدداً على أن "هذا الانقلاب (...) ليس له أي مبرر".

وكانت الجماعة الاقتصادية لدول غرب إفريقيا التي فرضت عقوبات شديدة على نيامي، أمهلت الانقلابيين حتى الأحد لإعادة بازوم إلى منصبه تحت طائلة استخدام "القوة". لكن رئيس نيجيريا بولا تينوبو الذي يتولى أيضاً رئاسة إكواس الدورية، طلب من وفد للجماعة بقيادة رئيس الدولة النيجيري السابق عبد السلام أبو بكر، بذل كل الجهود الممكنة "لإيجاد حل ودي".

بيد أن عضواً في الوفد أكد الجمعة أن وفد دول غرب إفريقيا غادر النيجر من دون لقاء قائد الانقلابيين. وأوضح المصدر الجمعة أن "مبعوثي إكواس غادروا" ليل الخميس الجمعة ولم يلتقوا ل قائد العسكريين الذين تولوا السلطة الأسبوع الماضي الجنرال عبد الرحمن تياتي ولا الرئيس المخلع محمد بازوم.

وفي وقت سابق الخميس قالت الجماعة التي علقت تعاملاتها المالية مع النيجر بين عقوبات أخرى، إنها تستعد لمعية عسكرية، لكنها أكدت أنها ستكون "الخيار الأخير".

ويعدّ رؤساء أركان جيوش دول إكواس اجتماعاً في أوجا حتى الجمعة. وأعلنت جيوش دول عدة في غرب إفريقيا من بينها السنغال استعدادها للتدخل في حال عدم احترام مهلة الأحد. وتشهد العلاقات بين نيامي وإكواس توتراً، وكذلك مع فرنسا قوة الاستعمار السابقة في البلاد. وأقال الانقلابيون سفيراً النيجر في فرنسا والولايات المتحدة وتوغو ونيجيريا.

وأوقف الخميس بث برامج "إذاعة فرنسا الدولية" (RFI) ومحطة "فرانس ٢٤" التلفزيونية في النيجر في قرار اتخذ خلافاً للاطر القانونية على ما أفادت شركة "فرانس ميديا موند" التي تشرف على الواسيلتين هاتين. وقال مسؤول رفيع المستوى في النيجر لوكالة فرانس برس إن بث الواسيلتين قطع "بتعليمات من السلطات العسكرية الجديدة".

الأمم المتحدة: ٥٩١ هجوماً نفذه مستوطنون ضد الفلسطينيين في الضفة الغربية منذ بداية العام



نيويورك
قال مكتب تنسيق الشؤون الإنسانية إنه سجل ٥٩١ حادثاً ذات صلة بالمستوطنين في الأشهر الستة الأولى من هذا العام أسفرت عن سقوط ضحايا فلسطينيين أو أضرار في الممتلكات أو كليهما. ونقل نائب الناطق الإعلامي، فرحان حق عن المكتب أن ٩٩ حادثاً وقعت في

تقريباً كل شهر بزيادة بنسبة ٣٩ بالمائة مقارنة بالمتوسط ٧١ الشهري في عام ٢٠٢٢ مضيافاً أن "مجتمعات الرعي الفلسطينية معرضة بشكل خاص لأنشطة الاستيطان". وفي العام الماضي وهذا العام، يقول مكتب تنسيق الشؤون الإنسانية إن حوالي ٤٠٠ شخص قد نزحوا بسبب

عنف المستوطنين في سبع مجتمعات رعاة فلسطينية مشيراً إلى أن الأمم المتحدة والمنظمات العاملة في المجال الإنساني أطلقت تقييماً للاحتياجات الإنسانية لـ ٦٠ مجتمع رعي فلسطيني تأثر بالأنشطة الاستيطانية، الأمر الذي سيساعد في "تحديد أفضل طريقة لدعم الرعاة وأسره".

انقلابيو النيجر يوقفون التعاون مع باريس ووفد إكواس يغادر من دون حل الأزمة



نيامى
غادر وفد الجماعة الاقتصادية لدول غرب إفريقيا (إكواس) النيجر بعد عرض مقترحات للخروج من الأزمة على الانقلابيين الذين أعلنوا وقف التعاون العسكري مع فرنسا.

وفي وقت متأخر من مساء الخميس أعلن المجلس العسكري في بيان تلي عبر التلفزيون إلغاء اتفاقيات عسكرية عدة مبرمة مع فرنسا تتعلق خصوصاً بـ "مركز" الكتيبة الفرنسية التي تشارك في محاربة الإرهاب والجماعات المتطرفة.

علقت فرنسا النيجر على هذا القرار مشددة على أن "وحدها سلطة النيجر الشرعية" مخولة فسحها. وقالت وزارة الخارجية الفرنسية "تذكر فرنسا بأن الأطار القانوني لتعاونها مع النيجر في مجال الدفاع يستند إلى اتفاقيات أبرمت مع السلطات النيجرية الشرعية" مضيفاً أن فرنسا "تتصرف شأنها في ذلك شأن كامل الأسرة الدولية، فقط، بهذه السلطات.

وخلال الليل، غادر وفد الجماعة الاقتصادية لدول غرب إفريقيا برئاسة رئيس نيجيريا السابق عبد السلام أبو بكر نيامي من دون أن يلتقي رئيس المجلس الوطني لحماية البلاد الجنرال عبد الرحمن تياتي ولا الرئيس المخلع محمد بازوم.

لكنه التقى في المطار عدداً من المسؤولين الانقلابيين الذين بحث معهم "آخر مقترحات الخروج من الأزمة" التي عرضتها إكواس، وفق صحيفة الساحل. فرضت إكواس عقوبات شديدة على نيامي وأمهلت الانقلابيين حتى الأحد لإعادة بازوم إلى منصبه تحت طائلة استخدام "القوة".

ويعدّ رؤساء أركان جيوش دول إكواس اجتماعاً يفترض أن يختتم بعد ظهر الجمعة في أوجا فيما أعلنت جيوش عدد من دول الجماعة بما في ذلك جيش السنغال أنها مستعدة لإرسال جنود إذا تقرر التدخل العسكري. مُنفذو الانقلاب الذين قالوا إنهم سيردّون "على الفور" على أي "عدوان أو محاولة عدوان" ضد بلادهم من جانب الجماعة الاقتصادية لدول غرب إفريقيا أعلنوا الجمعة رفع حظر التجول الذي فرضوه لدى توليهم السلطة في ٢٦ تموز/يوليو.

ورأت موسكو الجمعة أن التدخل الأجنبي لن يسهل بحل الأزمة، وقال الناطق باسم الكرملين ديمتري بيسكوف "من غير المرجح أن يسمح تدخل قوات من خارج المنطقة بتحسين الوضع" داعياً في الوقت ذاته إلى "العودة سريعاً إلى

ترامب يدين بير أوتشه مع تهم التآمر لتفكيك التكتلات ٢٠٢٠

واشنطن
دفع الرئيس الأميركي السابق دونالد ترامب الخيمس ببراءته من تهم التآمر على المؤسسات الأميركية، بعد يومين على اتهامه بمحاولة قلب نتائج الانتخابات الرئاسية عام ٢٠٢٠.

خلال مثوله أمام محكمة فدرالية في واشنطن، أعجاب الملياردير الجمهوري بأنه غير مذنب عندما قرأت القاضية موسيلا أوباداييا التهم وأحكام السجن القصوى المرتبطة بها. وتحدث ترامب إلى صحافيين في مطار ريغان الوطني قبل مغادرته واشنطن على متن طائرته الخاصة، وندد بـ "يوم حزين جداً" للولايات المتحدة، معتبراً أنه يتعرض للاضطهاد باعتباره "خصماً سياسياً".

وأضاف "هذا اضطهاد للشخص الذي يتقدم بنسب عالية جداً في الانتخابات التمهيدية للحزب الجمهوري ويتقدم (على الرئيس جو بايدن كثيراً). وتابع "إذا لم تتمكن من هزمه، فاضطهده أو قاضه"، مردفاً "لا يمكننا أن ندع هذا يحدث في أميركا".

وتشير لائحة الاتهام الواقعة في ٤٥ صفحة والتي نُشرت الثلاثاء، خصوصاً إلى وجود "مشروع إجرامي" وتهمته بتقويض أسس الديمقراطية الأميركية من خلال محاولة تغيير عملية فرز نتائج تصويت أكثر من ١٥٠ مليون أميركي. في المقابل، فإن الدعوى الجنائية السابقتين المرفوعتين ضد هذا العام، بتهمته الاحتيال المرتبط بشراء صمت ممثلة أفلام إباحية، وتعرض الأمن القومي للخطر من خلال سوء تعامله مع وثائق سرية، تتعلقان على التوالي بالفترة السابقة لولايته وما بعدها.

والمحكمة التي وجهت فيها التهم لترامب تقع قرب الكابيتول، مقر الكونغرس الأميركي الذي اقتحمه مئات من أنصاره لمنع التصديق على فوز منافسه الديمقراطي جو بايدن في السادس من كانون الثاني/يناير ٢٠٢١.

وقالت القاضية موسيلا أوباداييا "يمكنني أن أؤكد للجميع أنه سيكون هناك مسار ومحكمة عادلة.. في وقت سابق الخميس، اتهم ترامب مجدداً خلفه ومنافسه الديمقراطي جو بايدن بالوقوف وراء الدعاوى القضائية الجديدة لإبقائه خارج سياق الانتخابات الرئاسية عام ٢٠٢٤. وكتب على منمنمة "تروث سوشال" إنه ملاحق على خلفية "الطعن في انتخابات فاسدة ومزورة ومسروقة".

وكتب على لافتة حملها متظاهر خارج قاعة المحكمة "الرؤساء ليسوا ملوكاً"، في إشارة إلى جملة قائلتها القاضية تانيا شوكتان في تشرين الثاني/نوفمبر ٢٠٢١ عندما رفضت طلب ترامب منع كشف معلومات عن تصرفاته أثناء اقتحام مبنى الكابيتول.

وكتب ترامب في وقت سابق "الديموقراطيون لا يريدونني مرشحاً ضدهم، والآن لا استخدموا القضاء سلاحاً على هذا النحو غير المسبوق". من جهته، يقضي بايدن إجازة في منتجج بولاية ديلاوير على الساحل الشرقي، وقد أكد لشبكة "سي إن إن" أنه لن يتابع التقارير عن مثل خصمه المحتمل في انتخابات عام ٢٠٢٤.

وقبل أكثر من أربع وعشرين ساعة من بداية جلسة المحكمة، انتشرت كاميرات وشاحنات الأقمار الصناعية التابعة لوسائل الإعلام المحلية والدولية في الساحة أمام المحكمة، تحت نظار المارة والسياح.

ومنذ فجر، اصطف نحو مئة صحافي لدخول المحكمة بينما أقيمت حواجز أمنية في محيط المبنى، ونصبت مثلها حول مبنى الكابيتول القريب. وقالت قوات الأمن في محيط المبنى، ونصبت مثلها حول أكثر من ست من أجهزة شرطة ووحدات أمن شاركت في تأمين الجلسة.

ودعا المحقق الخاص جاك سميث الذي أشرف على التحقيق الثلاثاء إلى تنظيم "المحاكمة بلا تأخير"، قائلاً إنه يمكن إجراؤها في خضم الحملة الرئاسية. ما زال ترامب (٧٧ عاماً) المرشح الأوفر حظاً في الانتخابات التمهيدية للحزب الجمهوري، ولم تتضح بعد تداعيات توجيه هذا الاتهام على ترشيحه.

قرار اتخذ خلافاً للاطر القانونية" على ما أفادت شركة "فرانس ميديا موند" التي تشرف على الواسيلتين الإعلاميتين. ونددت فرنسا "بشدة" بهذا لقرار. وسبق أن علق بث هاتين الواسيلتين في بوركينا فاسو ومالي المجاورتين إلى حيث أرسل الانقلابيون وفدين الأربعة.

وأكدت مالي وبوركينا فاسو أن أي تدخل مسلح في النيجر سيعتبر "إعلان حرب" على بلديهما. أجلت فرنسا ٥٧٧ من مواطنيها من النيجر يومي الثلاثاء والأربعاء بعد حوادث جرت الأحد خلال تظاهرة أمام سفارتها في نيامي.

وهبطت صباح الجمعة طائرة عسكرية تابعة للقوات الجوية الإسبانية في نيامي لإجلاء الرعايا الإسبان الراغبين في مغادرة النيجر ويقدر عددهم بنحو ٧٠ شخصاً، بحسب مدريد. وخصصت الولايات المتحدة طائرة لإجلاء موظفيها غير الأساسيين في البلاد فيما دعا الرئيس جو بايدن إلى "الإفراج فوراً عن الرئيس بازوم".

وتظاهر آلاف الأشخاص الداعمين للانقلاب بهدوء الخميس في شوارع مدن عدة في النيجر بدعوة من حركة "٦٢م" وهي ائتلاف يضم منظمات مجتمع مدني "سيادية". وردد الكثير منهم شعارات تنتقد فرنسا ورفضوا أعلام روسيا التي تقربت منها مالي وبوركينا فاسو.

تنشر باريس ١٥٠٠ جندي وواشنطن ١١٠٠ عسكري في النيجر، ولم يعلن بعد عن خطة لإجلائهم.

وقالت منظمة أطباء بلا حدود إن فرنسا ترحل بشكل منهجي المهاجرين على الحدود مع إيطاليا وتستخدم معهم "العنف والمعاملة المهينة وغير الإنسانية". وتحدث أشخاص جمع شهاداتهم فريق أطباء بلا حدود بين شباط/فبراير وحزيران/يونيو في مدينة فينتيميليا الإيطالية على الحدود من تعرضهم لانتهاكات إجرائية متكررة من قبل المسؤولين الفرنسيين في حين عاملمهم الإيطاليون بلامبالاة. وقالت المنظمة في تقرير عن الوضع "إن إعادة المنهجية للأفراد على الحدود الفرنسية الإيطالية غالباً ما تكون مصحوبة بأعمال عنف ومعاملة مهينة أو غير إنسانية، فضلاً عن الاحتجاز التعسفي".

وأضافت أن الوضع كان صعباً أيضاً على الجانب الإيطالي من الحدود. وقالت منظمة أطباء بلا حدود إن وبسبب إغلاق إيطاليا مركز استقبال الطوارئ الوحيد في المنطقة فإن "الوصول إلى الخدمات الأساسية محدود للغاية بالنسبة لأولئك الذين أعيدها من الحدود الفرنسية والذين يمرون عبر فينتيميليا، وأضافت أن المهاجرين "يجبرون على النوم في الشوارع أو في المباني المهجورة أو تحت الجسر، ومن ثم يتعرضون للخطر والمخاطر الصحية وأنواء الطقس من دون أن تتاح لهم إمكانية استخدام المرافق الصحية أو المياه النظيفة أو المأوى المناسب". وقالت المنظمة الخيرية إن غالبية المهاجرين كانوا "في أوضاع شديدة الضعف"، وأن العديد منهم مروا بتجارب "مؤلمة للغاية" في طريقهم من إفريقيا إلى أوروبا.