٢١ ألف طالب وطالبة انتقلوا من المدارس الخاصة إلى الحكومية

قال الأمين العام لوزارة التربية والتعليم نواف العجارمة، إن عدد الطلاب الذين انتقلوا من المدارس الخاصة إلى الحكومية بلغ ٢١ ألف طالب وطالبة، حتى الخميس.

وأضاف العجارمة، في تصريح صحفي، أن هناك ٦ آلاف طالب وطالبة انتقلوا من المدارس الحكومية إلى الخاصة.

وأشار إلى أن الوزارة حولت ٥ مدارس إلى نظام الفترتين، مؤكدا أن الوزارة ولم ولن نتخلى عن أي طالب.

وأضاف أنه تم التوجيه للمدارس باستقبال أكبر قدر ممكن من الطلاب، وإيجاد حلول لاستيعابهم فيها.



الجمعة 9 صنفر 1445 هـ الموافق 25 آب 2023 م www.omamjo.com / (2716) المعدد / العدد السيابعة / العدد

قائمة حصلوا على الجنشية الأردنية

حصل ٣٢٦ مستثمرا أجنبيا على الجنسية الأردنية بعد تقدمهم بطلب رسمي للحصول عليها بناء على استثمارات قائمة لهم في الأردن من أصل ٣٩٩ مستثمرا، وفق ما أكدت وزارة الداخلية.

٣٢٦ مستثمرا أجنبيا لديهم استثمارات

وقال مصدر مسؤول في وزارة الداخلية، إنّ ٢٣ مستثمرا حصل على الجنسية الأردنية بعد شرائهم حصصا في استثمارات داخل الأردن، و١٥ من خلال إيداع وديعة لدى البنك المركزي وشراء سندات خزينة، و١٢ مستثمرا من خلال شرائهم أسهما، و١٢ آخرين يعملون في القطاع التجاري، و١١ مستثمرا أنشأوا مشاريع استثمارية جديدة.

بتوجيهات ملكية

العيسوي يلتقي وجهاء وممثلي محافظة

ويأتي عقد اللقاء، لمتابعة المطالب والقضايا، التي تم طرحها خلال زيارة جلالة الملك عبدالله الثاني لمحافظة عجلون الثلاثاء الماضي، ولقائه عددا من وجهاء وأبناء وبنات المحافظة، وللوقوف على أية مطالب واحتياجات أخرى.

وفي مستهل اللقاء، الذي حضره مستشار جلالة الملك لشؤون العشائر الدكتور عاطف الحجايا ومحافظ عجلون قبلان الشريف، قال العيسوي، إن جلالة الملك يوجه دوما بضرورة تفعيل قنوات التواصل مع أبناء وبنات الوطن في مختلف مناطق المملكة والاستماع لمطالبهم واحتياجاتهم وتلبية المكن منها، بالتنسيق مع الجهات ذات الاختصاص، وحسب الإمكانيات المتاحة.

وأضاف، إن هذا اللقاء جاء تنفيذا للتوجيهات الملكية السامية، استكمالا لزيارة جلالة الملك للمحافظة الثلاثاء الماضي، وذلك لمتابعة القضايا التي تم طرحها خلال الزيارة الملكية ولاستكمال

وبين أن جميع الأفكار التي ستطرح خلال اللقاء ستضاف للطلبات التي قدمت خلال اللقاء الملكي، ليصار التنسيق حيالها مع جميع الجهات المختصة لدراستها ومتابعتها حسب الأولويات والإمكانيات، وبما ينسجم مع خطط الحكومة وبرامجها، خاصة مخطط عجلون الشمولي الذي يحظى باهتمام خاص ومتابعة من

وحول المبادرات الملكية، أوضح العيسوي أنه خلال السنوات

وقال، إنه بتوجيهات من جلالة الملك فإن المبادرات الملكية مستمرة، وسيتم التركيز خلال المرحلة القادمة على المشاريع الإنتاجية والتنموية التي توفر فرص العمل للشباب.

من جهتهم، ثمن الحضور زيارة جلالة الملك وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، لمحافظة عجلون، وتلمس احتياجاتها والايعاز للمعنيين بحل وتوفير الخدمات التي تحتاجها المحافظة، معتبرين أن الزيارة الملكية ستسهم في معالجة الكثيرمن القضايا والمطالب.

وأكدوا أهمية مشروع التلفريك، الذي أعطى فرصة استثمارية وتنموية للمحافظة وجعلها وجهة سياحية، مؤكدين أهمية استغلال المساحات المجاورة للتفريك لغايات الاستثمار وبما يوفر فرص عمل أمام شابات وشباب المنطقة.

وتركزت المطالب، التي تم طرحها على الأبعاد التنموية والبنى التحتية والسياحة والزراعة والصحية والتعليمية وقطاعي المرأة والشباب والمتقاعدين العسكريين.

ولفتوا إلى مشكلة شح مياه الشرب في مختلف مناطق المحافظة، مقترحين زيادة حصة المحافظة من المياه، وإنشاء سدود لتخزين المياه.

وفي الجانب الصحي، طالبوا بتعزيز مستشفى الإيمان بالكوادر الطبية والتمريضية، وفتح المجال أمام العسكريين والمتقاعدين وعائلاتهم للعلاج فيه لتخفيف أعباء التنقل عليهم، وتحويل بعض المراكز الصحية الأولية إلى مراكز شاملة.

كما ركزت المطالب على ضرورة تطوير وتحسين شبكات الطرق الداخلية بين مناطق المحافظة وتحسين مداخل المحافظة، وإنشاء طرق لربطها بالعاصمة عمان مباشرة وتنفيذ الطريق الدائري، وبما يسهم في تحسين الواقع التنموي والتسهيل على الوفود السياحية وزوار المحافظة، وإنشاء فروع للدوائر الحكومية في مناطق المحافظة البعيدة عن المركز.

ونوهوا إلى أهمية الحفاظ على الثروة الحرجية من خلال التصدي بحزم للاعتداءات على الغابات وتنظيفها وتقليمها

كما طالبوا بإنشاء مبنى لاتحاد المزارعين والمزارعات وتخصيص موازنة له وفتح الطرق الزراعية وإنشاء سوق مركزي للخضار وآخر للتعبئة ومصنع للعبوات الصديقة للبيئة، إضافة إلى إكساب المزارعين مهارات التسويق وجذب استثمارات بالصناعات الغذائية والزراعية.

ودعوا إلى إنشاء مقر وملتقى للمتقاعدين العسكريين،

وبخصوص المرأة أكد الحضور الحاجة إلى مشروع يجمع الناشطات والريفيات، ومركز لتسويق منتجاتهن ودعم الجمعيات

وتطرقوا إلى مشكلة البيوت القديمة في المحافظة وضرورة متابعتها مع الجهات المختصة.

عجلون لمتابعة مطالبهم واحتياجاتهم

تنفيذا للتوجيهات الملكية، التقى رئيس الديوان الملكي الهاشمي يوسف حسن العيسوي، رئيس لجنة متابعة تنفيذ مبادرات جلالة الملك، في الديوان الملكي الهاشمي الخميس، وجهاء وممثلي أبناء وبنات محافظة عجلون.

الحديث حول أولويات ومطالب واحتياجات المحافظة.

الماضية نفذت العديد من مشاريع المبادرات الملكية شملت مختلف مناطق المحافظة وبمختلف القطاعات التنموية والخدمية.

وطالبوا بضرورة إنهاء ملف المدارس المستأجرة، التي لا تتوفر فيها وسائل السلامة العامة وتعاني بنيتها التحتية من التهالك إضافة إلى إنشاء مدرسة للثقافة العسكرية وجامعة رسمية في عجلون تضم كليات تقنية، إلى جانب إنشاء مدينة صناعية بعيدة عن الأماكن السياحية والزراعية.

وحمايتها من الحرائق.

ومشاريع للطاقة المتجددة، وإنشاء مدينة صناعية ومدينة رياضية، ومقر لنادي عجلون، وإنشاء فندق للمساهمة في تعزيز

ولفتوا إلى أهمية وجود مدينة رياضية شاملة في المحافظة، وإنشاء مرافق رياضية في مناطق المحافظة الحتضان مواهب الشباب، وإنشاء مدرج في المجمع الرياضي، مؤكدين أهمية إنشاء مراكز للشباب والشابات ومراكز للأشخاص ذوي الإعاقة

العمل على ترميمها وصيانتها أو إزالة الخطر منها، كونها تشكل بؤرا مضرة بيئيا خاصة بالبعد الجمالي للمحافظة، وضرورة الاهتمام بالمواقع الأثرية الدينية، مطالبين بهذا الصدد بزيادة مخصصات مجلس المحافظة والبلديات وتنفيذ المخطط الشمولي للمحافظة. وفي نهاية اللقاء، قال العيسوي إنه تم رصد جميع الطلبات والأفكار والمقترحات، حيث سيتم إضافتها وضمها للطلبات التي قدمت خلال اللقاء الملكي، ليصار بعد ذلك الى

خلال استقباله وزير الداخلية العراقي

الخصاونة يؤكد تدعيم آلية التعاون الأردني والعراقي والمصري والبدء بمشروعات استراتيجية ضمنها

استقبل رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة في مكتبه بدار رئاسة الوزراء، الخميس، وزير الداخلية العراقي عبد الأميركامل الشمري.

وأكد الخصاونة خلال اللقاء الذي حضره وزير الداخلية مازن الفراية، مكانة العراق الشقيق في قلب ووجدان جلالة الملك عبدالله الثاني وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد،

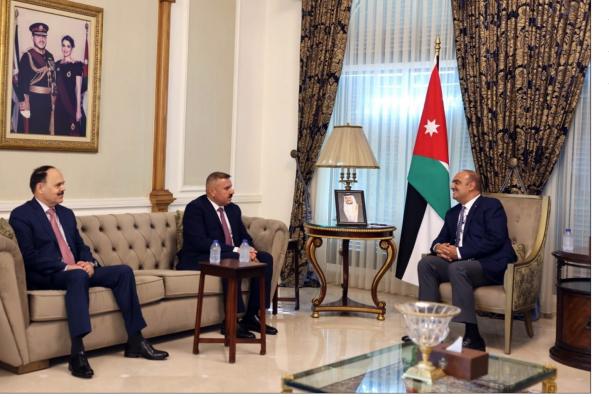
وأشاد بالعلاقات الأخوية التي تجمع البلدين الشقيقين، مؤكدا الحرص المستمر على تعزيزها في مختلف المحالات.

وطلب الخصاونة من وزير الداخلية العراقي نقل تحياته إلى نظيره العراقي محمد شياع السبوداني، وتأكيده المضي قدما في مشروعات التعاون الثنائي بين البلدين الشقيقين، وفي مقدمتها مشروع الربط الكهربائي الذي من المتوقع أن يدخل حيز النفاذ خلال أقل من شهر بعد استكمال البني التحتية الخاصة به.

وبين أهمية تدعيم آلية التعاون الثلاثي التي تجمع الأردن والعراق ومصر؛ وضرورة البدء بتنفيذ مشروعات استراتيجية ضمن هذه الألية كمشروع المدينة الاقتصادية على الحدود بين البلدين الشقيقين ومشروع أنبوب النفط بين البصرة والعقبة، مؤكدا الضرورة الاستراتيجية والعوائد والفوائد الكبيرة على الدول الثلاث، لهذه

ولفت الخصاونة إلى أهمية التعاون والتنسيق الذي يجري بين البلدين الشقيقين في مجال مكافحة تهريب المخدرات والأسلحة، منوها في الوقت ذاته بأهمية إجراء أي ترتيبات ضرورية في هذا المجال والتنسيق مع دول الجوار التي تعاني تحديات مماثلة كسوريا الشقيقة.

وأكد رئيس الوزراء في هذا الصدد أن الأردن



لن يتهاون في التعامل مع أي مخاطر من هذا النوع وسيتخذ جميع الإجراءات اللازمة لحماية حدوده وأمنه ومواطنيه.

بدوره، نقل الشمري تحيات رئيس مجلس البوزراء العراقي محمد شياع السبوداني إلى الخصاونة، مؤكدا الجدية والحرص على تعزيز التعاون بين البلدين في مختلف المجالات، سواء

على المستوى الثنائي أو في إطار آلية التعاون وأعرب وزير الداخلية العراقي عن سعادته

بالنتائج التي تمخضت عنها زيارته إلى الأردن، والتي تخللها توقيع مذكرة للتعاون الأمني، وإجراء زيارات ولقاءات مع عدد من الجهات لتعزيز سبل التعاون وتبادل الخبرات، مبديا الحرص على

الاستفادة من تجارب هذه الجهات في تطوير مجالات العمل في بعض المؤسسات العراقية، حيث أبدى الخصاونة استعداد الحكومة إلى رفد الجانب العراقي بالخبرات والتجارب والتعاون الكامل في

قائد الجيش الأميركي: الأردن أحد أقرب حلفاء الولايات المتحدة في العالم

∻عمان قال رئيس هيئة الأركان المشتركة

الأميركية الجنرال مارك ميلي، وهو يشغل المنصب الأعلى في القوات المسلحة الأميركية، الخميس، إن العلاقة الأميركية الأردنية وثيقة للغاية، مؤكدا أن الأردن من أقرب حلفاء الولايات المتحدة في العالم.

وأضياف خيلال مقابلة حصرية مع "الملكة" أن أحد أهم نقاط القوة التي تتمتع بها الولايات المتحدة بأن لديها حلفاء وشركاء حول العالم، والأردن هو من أفضل أصدقاء الولايات المتحدة في الشرق

وحول مجالات التعاون القائم حاليا بين الولايات المتحدة والأردن قال، إن هناك قوات أميركية في الأردن، وتجمع البلدين مصالح وقيم مشتركة ومنذ ١١ أيلول توثقت الشراكة بين البلدين لمكافحة الإرهاب.

وأشار إلى أنه تجمعه علاقة طويلة بجلالة الملك عبد الله الثاني حيث التقاه للمرة الأولى عندما أصبح في قيادة الأركان قبل ثماني سنوات، وبعد أن تسلم منصب رئيس هيئة الأركان المشتركة قبل أربع

ووصف العلاقة التي تجمع جلالة الملك بالجيش الأميركي ومجلس الشيوخ الأميركي

وأشسار ميلي إلى وجبود آلاف الجنود الأميركيين في المنطقة، ويعملون عن كثب مع القوات الموجودة أيضافي العراق وسوريا.

وبين أن كل القوات تخضع لإمرة الجنرال كوريلا قائد القيادة الوسطى

وشدد على أن العلاقات العسكرية الأردنية الأميركية وثيقة للغاية ومنذ وقت

ولدى سؤاله عن الدعم الذي تعرضه أو تقدمه الولايات المتحدة إلى الأردن لمواجهة التحديات على الحدود مثل تهريب المخدرات من سوريا إلى الأردن قال ميلي، إن تهريب المخدرات أمر جدي للغاية، خاصة إذا ما ارتبط بالإرهاب، لأن العديد من المنظمات الإرهابية مرتبطة بشكل أو بآخر بعصابات تهريب المخدرات، وهذا يثير مخاوف كبيرة. ولفت إلى أن الولايات المتحدة مهتمة بالاستقرار والسلام في المنطقة، من منطلق

الأمن القومي الأميركي. وقال إن الولايات المتحدة تقدم التدريب والاستشارات والمعدات العسكرية وأشياء من هذا القبيل للقوات المسلحة الأردنية.

وشدد ميلي على أن القوات المسلحة الأردنية مهنية وكضؤة جدا، ويقودهم باقتدار اللواء يوسف الحنيطي، مشيرا إلى علاقات طويلة تجمعهما.

وحضر اللقاء القائم بأعمال السفارة العراقية لدى الملكة منيف على حسين.

الأردن يصدر ٦ آلاف جواز سفر للمقدسيين منذ منتصف الشهر الماضي

قال رئيس مجلس إدارة شركة البريد الأردني سامي الداوود، إن البريد بالتعاون مع دائرة الأحوال المدنية، أصدر ٦٠٠٠ جواز سفر لأول مرة للمقدسيين، منذ إدخال الخدمة الجديدة على الاتفاقية، في الـ١٥ من تموز الماضي، في حين بلغ إجمالي الخدمات الأخرى المقدمة للمقدسيين منذ عام ٢٠١٩، أكثر من ٧٠٠٠٠ معاملة.

للهوية الرقمية، من خلال بصمة العين بالتعاون مع وزارة الاقتصاد الرقمي منذ الـ من تموز الماضي. وعن بيانات النصف الأول من العام الحالي، أوضح الداوود، أن إجمالي عدد الطرود وصل إلى ١١١٩٩٦٣ موزعة على، ٦٧٠٩٤٦

وقال الداوود، إن مكاتب البريد أنجزت ٥١٦١ حركة تفعيل

طردا خارجيا، و٤٤٩٠١٧ طردًا داخليا. أما بشأن تفعيل خدمة توصيل مخرجات الخدمات الحكومية الإلكترونية، فبلغ عدد حركات تجديد جواز السفر، ٦٠ حركة يوميا،

وبإجمالي حركات وصل إلى ٧٥٠٠ حركة. وأكد الداوود، أن البريد الأردني يعمل على التوسع في خدماته من خلال التوسع في خدمة الشمول المالي، وتوسيع التعاون مع شركات القطاعات الخاصة لزيادة الطاقة الاستيعابية وجودة الخدمات المقدمة للعملاء، والعمل بتعميم رئاسة الوزراء في حصرية توصيل البعائث التي تقل وزنها عن ٣١ كغم من قبل شركة البريد الأردني، إلى جانب توسيع التعاون مع القطاع الحكومي، والتوسع في بعائث التجارة الإلكترونية والبريد السريع والطرود.

إعلان نتائج مراجعة الاستجابة الوطنية لتفشي الحمى القلاعية

أعلن المركز الوطني لكافحة الأوبئة والأمراض السارية، نتائج الدراسة الوطنية الشاملة لمراجعة الاستجابة الوطنية لتفشي مرض الحمى القلاعية وتقييمها في الأردن.

وعرض فريق الخبراء الدولي من مركز إدارة الطوارئ في روما التابع لمنظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة (الضاو)، إيجازا لنتائج الدراسة ضمن المهمة التي قام بها عقب جولة استمرت ٥ أيام وشملت عدة محافظات في إطار التعاون بين المركز ووزارة الزراعة.

ووفق بيان صادر عن المركز اليوم الخميس، أظهرت النتائج، ضرورة استكمال تفعيل النظام الإلكتروني المتكامل لرصد الأهداف في الأردن، وأهمية السلامة والأمن الحيوي الذي يتضمن

بروتوكولات تقيد دخول الأمراض وانتشارها بين السكان، بما في ذلك إجراءات الحجر الصحي، ومناطق الوصول الخاضعة للرقابة، وأنظمة وقال رئيس المركز بالوكالة الدكتور

محمد اليحيى، إن مرض الحمى القلاعية يُشكّل تحديا خطيرا للصحة العامة للإنسان والحيوان، مشيرا إلى آثاره السلبية على الأمن الغذائي الوطني. وأضاف، إن المركز يُعدّ جهة مهمة لتنسيق

الجهود وتوجيهها، وتقديم النصائح العلمية والموجهة لاتخاذ القرارات المناسبة، خاصة فيما يتعلق بالأوبئة ذات المنشأ الحيواني مثل مرض الحمى القلاعية.

وأشار إلى أن المركز اتبع في استراتيجيته التي

الاستجابة الشاملة عبر تحليل البيانات وتقييم المخاطر وتوجيه السياسات الصحية المبنية على

الفجوات مستقبلا». من جهته، قال أمين عام وزارة الزراعة محمد

الحياري، إن الوزارة أكّدت وجود عترة جديدة من مرض الحمى القلاعية، مشيرا إلى أنها لم تخف وجود المشكلة، واتخذت جملة من الإجراءات، منها تحصين أكثر من ٧٣ ألف رأس من الأبقار

في أسبوعين، ووقف نقل المواشي والأبقار بين المحافظات، وتأمين إدخال اللقاح وإلغاء الضرائب

وأضاف، إن هدف الوزارة الأساسي كان محاصرة بؤر المرض، وحماية قطاع الأبقار والمحافظة عليه وعلى الأمن الغذائي، لافتا إلى أن محاصرة المرض تمت خلال شهرين.

وأشار الحياري إلى أن الأردن يطمح إلى الوصول للمرحلة الثالثة في تصنيف منظمة الصحة العالمية للصحة الحيوانية.

إلى ذلك، ثمن ممثل منظمة (الضاو) طلال الفايز، دور المركز ووزارة النزراعة والمؤسسات المعنية وجهودها الرئيسية والفعالة في مواجهة تفشّي المرض والمحافظة على الصحة الحيوانية في

أطلقها بداية العام الحالي، نهج الصحة الواحدة (صحة واحد عالم واحد) إضافة إلى تعزيز نهج

> وبين اليحيى أن "وجود هذه النخبة من الخبراء يمنحنا إمكانية الاستفادة من تجاربهم وخبراتهم المتنوعة، للوصول إلى تقييم دقيق وشامل للإجراءات المتخذة، لتخطي العقبات وسد



باشرت أمانة عمان الكبرى بالتعاون مع إدارة السير بحزمة من الحلول المرورية داخل العاصمة عمان من خلال كوادر الدوائر المعنية

وتشمل الحلول المرورية شارع نور سلطان باييف المقطع الممتد من إشارات مدخل طارق لغاية دوار المشاغل، بالإضافة إلى دوار العبدلي (الشميساني) وإشارات مستشفى الملكة علياء كمرحلة أولى.

وستشمل المرحلة الثانية من الحلول المرورية تقاطع شارع المطار مع شارع الملكة زين وتقاطع المشاغل بالإضافة لشارع الاستقلال.

وأعلنت أمانة عمان، أن العمل جار لدراسة بعض الحلول المقترحة مرورياً لميدان جمال عبد الناصر (دوار الداخلية) .

وتأتي هذه الحلول والدراسات لمعالجة النقاط السوداء مروريا داخل العاصمة سندا للدراسات الإحصائية والفنية بالتعاون مع الجهات الحكومية المعنية بالدراسات المرورية.

وشركة دي إتش إل إكسبرس

الخميس، مذكرة تفاهم.

وبحسب بيان للوزارة = الخميس تهدف المذكرة إلى دعم الشركات الناشئة والصغيرة والمتوسطة في عبور الحدود والوصول إلى أسواق جديدة وتنمية نشاطها التجاري وبالأخص دعمها في زيادة صادرات التجارة الإلكترونية.

وتتضمن مذكرة التفاهم التي وقعها وزير الاقتصاد الرقمي والريادة احمد الهناندة والمدير العام لشركة "دي إتش إل إكسبرس

من جهته، قال سليم، إن المنتج المحلي أثبت قدرته التنافسية في مجال التجارة الالكترونية في ضوء وجود الأفكار الرائدة والإبداعية

إتش إل إكسبرس" عالمياً والتي تسعى إلى فتح أسواق جديدة أمام الشركات الناشئة والصغيرة والمتوسطة ودعم أي مبادرات حكومية ودولية من شأنها أن تحقق الانتشار الأوسع لهذه الشركات الأمر الذي توفره الشركة من خلال شبكتها العالمية المتواجدة في أكثر من ٢٢٠ موقع ودولة عبر العالم.

ندوة حول آثار المخدرات

نظمت المؤسسة الاقتصادية والاجتماعية للمتقاعدين

وأكد مدير عام المؤسسة اللواء الركن المتقاعد الدكتور إسماعيل

وتربوياً من خلال المحاور التثقيفية بمخاطرها، مشيراً إلى الجهود التي تبذلها إدارة مكافحة المخدرات في التصدي لها والحد من

بدورها، بينت مديرة مركز منبر الأمة الحر إنعام المفلح، أن الهدف للوصول إلى مجتمع خال من هذه الأفة.

من جانبه، شدد رئيس التحالف الوطني لمكافحة المخدرات اللواء المتقاعد طايل المجالي، على ضرورة تعزيز منظومة الحماية والتوعية والوقاية، وتكثيف الجهود التوعوية والتثقيفية بمخاطر المخدرات، وخصوصاً فئة الشباب الأكثر عرضة لهذه الآفة، وتضافر جميع الجهود الأمنية والحكومية والمدنية من إعلام ومؤسسات مجتمع مدني وخبراء بهذا الشأن.

وأوضح اللواء المتقاعد الطبيب محمد عقيل عواد، أن فئة الإدمان أو الوفاة.

شركة كهرباء محافظة اربد المساهمة العامه المحدودة

ستقوم شركة كهرباء محافظة اربد بوم الاثنين الموافق ٢٠٢٣/٨/٢٨ ياجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل لتيار الكهربائي عن إيدون جنوب مدرسة إكليل الجبل، غرب مستشفى لراهبات، إيدون مجاورين كمباوند الأمعري وذلك من الساعة التاسعة والنصف صباحًا ولغاية الساعة الرابعة مساءً في محافظة إربد.

وعن مرصع حي عذمه، المجاورين لمسجد الراشدين من الساعة الثامنة

الأمانة تباشر وبالتعاون مع إدارة السير حزمة من الحلول المرورية

مذكرة تفاهم بين الاقتصاد الرقمي

وقعت وشركة "دي إتش إل إكسبرس" المتخصصة بمجال الشحن

الأردن خالد سليم تحديد معايير اختيار الشركات الناشئة والصغيرة والمتوسطة المستفيدة من الاتفاقية وتوفير أسعار تنافسية وخصومات للشركات بالتوافق مع التشريعات ذات العلاقة سارية المفعول لتحفيزهم على اختيار (دي إتش إل) لشحناتهم عبر الحدود.

بدوره، اكد الهناندة، أن مذكرة التفاهم ستوفر الدعم والتدريب للشركات الناشئة والصغيرة والمتوسطة من قبل شركة "دي إتش إل إكسبرس" على أفضل الممارسات لتصدير المنتجات، بما في ذلك الامتثال التنظيمي ومتطلبات الجمارك والوثائق للشركات المتوافقة مع معاير الاختيار وتنفيذ مبادرات تسويقية مشتركة لتعزيز فوائد التجارة الإلكترونية عبر الحدود وتشجيع المزيد من الشركات الناشئة والصغيرة والمتوسطة على تصدير منتجاتها.

وأضاف، أن مذكرة التفاهم تأتي ضمن استراتيجية شركة "دي

على منظومة الأمن المجتمعي

العسكريين والمحاربين القدماء، بالتعاون مع مبادرة "مسار٧" المنبثقة عن منبر الأمة الحر، ندوة بعنوان سُبل مواجهة آثار المخدرات على منظومة الأمن المجتمعي والوطني-تحديات المكافحة وفرص ضمان

الشوبكي، حرص وسعى المؤسسة لعقد مثل هذه اللقاءات التي من شأنها رفع التوعية والمساهمة في تحصين المجتمع المحلي، وبمشاركة نَخب مميزة من العاملين والمتقاعدين من القوات المسلحة الأردنية والأجهزة الأمنية، ممن يمتلكون خبرات وحرفية عالية في مجالات عملهم المختلفة، وذلك ترجمة لتوجيهات جلالة الملك بالحد والتصدي لظاهرة انتشار المخدرات.

وبين أن الجميع معني بمحاربة هذه الأفة تشريعيا وقضائياً

من الندوة مناقشة آثار آفة المخدرات على الفرد والأسرة والمجتمع، وتوعية أبناء المجتمع المحلي وخصوصا الشباب، والخروج من هذه اللقاءات والنقاشات بخلاصة عملية ونقاط حل واضحة المعالم

الشباب هي أكثر الفئات عرضة لتعاطى المخدرات بسبب إهمال الأهل وسهولة ترويجها بين الشباب، الأمر الذي يسبب بأوضاع صعبة لأسرة المتعاطي، مبيناً أن العلامات الرئيسية للابن المتعاطي هي غيابه عن المنزل وعدم الاهتمام بنفسه وقلة النوم ورفاق السوء، محذراً من رفاق السوء الذين يقومون بالترويج للمخدرات بأساليب ماكرة ومخادعة، لا تحتمل التجارب التي قد تؤدي الى

إعلان فصل التيار الكهربائي

وعن مثلث الحمراء، جنوب منشية بني حسن من الساعة التاسعة صباحًا ولغاية الساعة الثالثة عصرًا في محافظة المفرق.

والنصف صباحًا ولغاية الساعة الثالثة عصرًا في محافظة جرش.

قسم العلاقات العامة

وزير البيئة يطلق إستراتيجية وزارة البيئة للأعوام ٢٠٢٣-٢٠٢٥

أعلن وزير البيئة الدكتور معاوية الردايدة، إطلاق إستراتيجية وزارة البيئة للأعوام ٢٠٢٣ - ٢٠٢٥ والتي تأتي تزامنا مع برامج التحديث الوطنية على مختلف الصعد الاقتصادية والإدارية والسياسية، واستجابة مع تسارع المتغيرات التي توجب اتخاذ الإجراءات الجادة لمواجهة التحديات البيئية وتحقيق التنمية المستدامة والنمو الأخضر. وقال الدكتور الردايدة ، إن استراتيجية وزارة البيئة الجديدة تأتي كنتاج للجهود المستمرة في سبيل حماية بيئتنا الطبيعية بالتشارك مع المؤسسات الوطنية ومنظمات المجتمع المدني

والمنظمات الدولية ذات الصلة الوثيقة بالبيئة. وأشار الردايدة إلى أن هذه الاستراتيجية

تركز على مجموعة من الأهداف الرئيسة، تشمل النمو الأخضر وحماية التنوع الحيوي وقيادة العمل المناخي، وتحسين جودة البيئة المحلية وإدارة النفايات بطرق سليمة ومستدامة، وتعزيز الوعي البيئي ورفع سوية العمل المؤسسى في الوزارة، لضمان تقديم الخدمات ذات القيمة المضافة لمتلقيها من خلال كفاءات وطنية تعمل بمنظومة متكاملة تمتاز بثقافة مؤسسية ريادية على مستوى المنطقة وقادرة على تحقيق مستهدفاتها بمرونة واقتدار.

وبين أن الكوادر المعنية، عملت على تطوير آلية متابعة وتقييم لهذه الاستراتيجية لنتمكن من مراجعة مستويات الإنجاز من هذه الاستراتيجية ولضمان السير بخطئ ثابتة وفي الاتجاه الصحيح لتعزيز مكانة الأردن عالمياً من خالال متابعة تحقيق مؤشرات الأداء البيئي العالمية، علاوة على الاستمرار بإطلاق المبادرات البيئية الريادية والتي

تلاقى استحساناً عالمياً. ودعا الردايدة كوادر وزارة البيئة إلى دعم تنفيذ هذه الاستراتيجية وبلورتها إلى واقع ملموس، الفتا أن حماية البيئة والحفاظ على التوازن البيئي يعد تحديًا لنا جميعًا، ولكن بالتعاون

الدولي(GIZ) ودعمها المتواصل لوزارة البيئة وكذلك دعم إعداد هذه الاستراتيجية. وبحسب الردايدة، فأن مضامين الإستراتيجية موضحة على موقع وزارة البيئة من خلال الرابط

والتصميم، يمكن تحقيق نتائج إيجابية والمحافظة

وشمن جهود الوكالة الألمانية للتعاون

على بيئة مستدامة للأجيال القادمة.

https://www.moenv.gov.jo/ root_storage/ar/eb_list_/ebvi/. page/final___moenv_strategy_

بدء تقديم طلبات الاستفادة من المكرمة الملكية لأبناء العشائر في مدارس البادية السبت

أعلنت اللجنة العليا للمكرمة الملكية السامية لأبناء العشائر في مدارس البادية الأردنية والمدارس ذات الظروف الخاصة في وزارة التعليم العالي والبحث العلمي عن بدء تقديم طلبات الاستفادة من المكرمة الملكية السامية للعام الجامعي ٢٠٢٣-٢٠٢١، اعتباراً من صباح السبت ، وحتى الساعة الثانية عشرة ليلاً من يوم الخميس الموافق ٣١ / ٨ /

وأوضحت الوزارة، الخميس بأن تقديم طلب الاستضادة من هذه المكرمة سيكون الكترونياً من خلال الموقع الإلكتروني لوحدة تنسيق القبول الموحد، ويتم دفع رسم طلب الاستفادة من هذه المكرمة باستخدام آلية الدفع الإلكتروني عن طريق "خدمة تسديد الفواتير من البنك المركزي الأردني" إي-فواتيركم (eFAWATEERcom)، وذلك بعد تثبيت طلب الاستفادة من هذه المكرمة.

وأشارت الوزارة إلى أن شروط الاستفادة من المكرمة الملكية السامية، تشمل، أن يكون الطالب أردني الجنسية، وأن يكون الطالب متقدماً بطلب التحاق الكتروني لوحدة تنسيق القبول الموحد، وذلك قبل أن يتقدم بطلب استفادة من المكرمة الملكية السامية، وأن يكون الطالب حاصلاً على شهادة الدراسة الثانوية العامة الأردنية للعام الحالى فقط ٢٠٢٣، وبالدراسة المنتظمة، وبمعدل لا يقل عن (٦٥)%، وأن يكون الطالب قد أمضى السنتين الدراسيتين الأخيرتين في المدرسة الثانوية المشمولة بالمكرمة الملكية السامية لهذا العام، أو أن يكون الطالب قد أمضى مدة لا تقل عن سبع سنوات في مدرسة رافدة للمدرسة الثانوية المشمولة لهذا العام، وانتقل

منها لأسباب أكاديمية أو اجتماعية أو رسمية توافق عليها اللجنة العليا، وأن يتقدم الطالب بطلب للاستفادة من المكرمة الملكية السامية من خلال الموقع الإلكتروني للوحدة (برمجية تقديم طلب الاستفادة)، ولا يستفيد من هذه المكرمة الطلبة خريجو المدارس الخاصة، وطلبة الدراسة الخاصة.

وحول المدارس المشمولة بالمكرمة الملكية السامية، أوضحت الوزارة، أنه تم تحديد هذه المدارس من قبل وزارة التربية والتعليم وفقاً لتعليمات المكرمة الملكية السامية لأبناء العشائرية مدارس البادية الأردنية والمدارس ذات الظروف الخاصة، ولمعرفة هذه المدارس حسب المحافظة يمكن للطالب الاطلاع عليها من خلال الموقع الإلكتروني لوحدة تنسيق القبول الموحد من خلال الرابط الأتي

https://www.admhec.gov.

jo/RulesRoyalitySchools.aspx وحول الوثائق الرسمية المطلوبة، ذكرت الوزارة، أنه على الطالب الذي انتقل من مدرسة مشمولة بالمكرمة الملكية السامية للعام الحالي وكان من أبناء الموظفين الحكوميين الذين اقتضت طبيعة عملهم الانتقال من محافظة إلى أخرى، ولم يكمل الطالب مدة السنتين الأخيرتين المحددة في شروط الاستفادة من المكرمة الملكية السامية، إحضار شهادة من جهة عمل ولى الأمر تبين تاريخ انتقاله وسبب النقل، وتحميلها من خلال البرمجية للنظر في طلبه من قبل اللجنة العليا، كما على الطالب الذي درس مدة لا تقل عن سبع سنوات في مدارس رافدة للمدارس الثانوية المشمولة لهذا العام، وانتقل منها الأسباب أكاديمية أو اجتماعية أو رسمية إحضار شهادة تثبت

دراسته في هذه المدارس موقعة ومصدقة من

إدارات المدارس ومديريات التربية والتعليم ذات العلاقة (وحسب النموذج الجديد الذي تم اعتماده وتعميمه على مديريات التربية والتعليم) مبيناً فيها سبب النقل وتحميلها من خلال البرمجية.

وفيما يتعلق بخطوات تقديم طلب الاستفادة من المكرمة الملكية السامية، نوهت الوزارة انه على الطلبة، الدخول إلى الموقع الإلكتروني للوحدة (www.admhec. gov.jo) قسم مرحلة البكالوريوس والضغط على رابط تقديم طلب الاستفادة من المكرمة الملكية السامية، وبعد ذلك يتم إدخال الرقم الوطني، وكلمة المرور التي قام الطالب بإنشائها عند تقديم طلب القبول الموحد

وفي حال كان الطالب مشمولا بالمكرمة الملكية السامية نتيجة دراسته للسنتين الدراسيتين الأخيرتين في المدرسة الثانوية المشمولة بالمكرمة الملكية السامية لهذا العام، فعليه القيام بتخزين الاستفادة بعد دخوله إلى الطلب، حيث سيظهر له رقم الدفع الإلكتروني، وفي حال كان الطالب مشمولا بالمكرمة الملكية السامية نتيجة دراسته في المدارس الرافدة للمدارس المشمولة، فعليه القيام بتحميل شهادة تثبت دراسته في هذه المدارس موقعة ومصدقة من إدارات المدارس ومديريات التربية والتعليم ذات العلاقة مبيناً فيها سبب النقل ثم تخزين الاستفادة بعد دخوله إلى الطلب حيث سيظهر له رقم الدفع الإلكتروني، وعلى الطالب استخدام رقم الدفع الإلكتروني لتسديد مبلغ (٥) دنانير رسوم تقديم طلب الاستفادة، وذلك من خلال خدمة (إي- فواتيركم)، وبخلاف ذلك لا يعتبر الطلب مكتملاً.

دراسة بشأن الحمى القلاعية تؤكد ضرورة استكمال تفعيل النظام الإلكتروني لرصد الأهداف في الأردن

أعلن المركز الوطني لمكافحة الأوبئة والأمراض السارية، نتائج الدراسة الوطنية الشاملة لمراجعة الاستجابة الوطنية لتفشي مرض الحمى القلاعية وتقييمها في الأردن.

وعرض فريق الخبراء الدولي من مركز إدارة الطوارئ في روما التابع لمنظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة (الفاو)، إيجازا لنتائج الدراسة ضمن المهمة التي قام بها عقب جولة استمرت ٥ أيام، وشملت عدة محافظات في إطار التعاون بين المركز ووزارة الزراعة.

ووفق بيان صادر عن المركز الخميس، أظهرت النتائج، ضرورة استكمال تفعيل النظام الإلكتروني المتكامل لرصد الأهداف في الأردن، وأهمية السلامة والأمن الحيوي الذي يتضمن بروتوكولات تقيد دخول الأمراض وانتشارها بين السكان، بما في ذلك إجراءات الحجر الصحي، ومناطق الوصول الخاضعة للرقابة، وأنظمة الرصد. وقال رئيس المركز بالوكالة محمد اليحيى، إن مرض الحمى القلاعية يُشكّل تحديا خطيرا للصحة العامة للإنسان والحيوان،

مشيرا إلى آثاره السلبية على الأمن الغذائي الوطني. وأضاف أن المركز يُعدُ جهة مهمة لتنسيق الجهود وتوجيهها، وتقديم النصائح العلمية والموجهة لاتخاذ القرارات المناسبة، خاصة فيما يتعلق بالأوبئة ذات المنشأ الحيواني مثل مرض الحمى القلاعية. وأشار إلى أن المركز اتبع في استراتيجيته التي أطلقها بداية العام الحالي، نهج الصحة الواحدة (صحة واحد عالم واحد) إضافة إلى تعزيز نهج الاستجابة الشاملة عبر تحليل البيانات وتقييم المخاطر

وتوجيه السياسات الصحية المبنية على الأدلة.

وبيّن اليحيى أن "وجود هذه النخبة من الخبراء يمنحنا إمكانية الاستفادة من تجاربهم وخبراتهم المتنوعة، للوصول إلى تقييم دقيق وشامل للإجراءات المتخذة، لتخطي العقبات وسد الفجوات مستقبلا». من جهته، قال أمين عام وزارة الزراعة محمد الحياري، إن الوزارة أكُّدت وجود عترة جديدة من مرض الحمى القلاعية، مشيرا إلى أنها لم تخف وجود المشكلة، واتخذت جملة من الإجراءات، منها تحصين أكثر من ٧٣ ألف رأس من الأبقار في أسبوعين، ووقف نقل المواشي والأبقار بين المحافظات، وتأمين إدخال اللقاح وإلغاء الضرائب عليه. وأضاف، أن هدف الوزارة الأساسي كان محاصرة بؤر المرض، وحماية قطاع الأبقار والمحافظة عليه وعلى الأمن الغذائي، لافتا إلى

أن محاصرة المرض تمت خلال شهرين. وأشار الحياري إلى أن الأردن يطمح إلى الوصول للمرحلة الثالثة في تصنيف منظمة الصحة العالمية للصحة الحيوانية.

إلى ذلك، ثمّن ممثل منظمة (الفاو) طلال الفايز، دور المركز ووزارة الزراعة والمؤسسات المعنية وجهودها الرئيسية والفعالة في مواجهة تفشِّي المرض والمحافظة على الصحة الحيوانية في الأردن.

الهاشمية تبدأ استقبال طلبة برنامج ماجستير تربية الطفولة

تستعد كلية الملكة رانيا للطفولة في الجامعة الهاشمية لقبول طلبة ماجستير تربية الطفولة المبكرة بدءا من الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ۲۰۲٤/۲۰۲۳ حيث يعد أول برنامج دراسات عليا في مجال تربية الطفولة

المبكرة على مستوى الجامعات الأردنية. وقال عميد كلية الملكة رانيا للطفولة الدكتور نجاتي بني يونس لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) : "أن هذا البرنامج يعد فريدًا من نوعه على المستوى الوطني والسدول المجاورة، إذ تعتبر الجامعة الهاشمية أول جامعة رسمية تطرح هذا

وأكد، ان برنامج ماجستير تربية الطفولة المبكرة يغطي المجالات التربوية المختلفة والمتعلقة بالطفولة المبكرة، وسد حاجات سوق العمل الأردني والإقليمي، لافتًا إلى سعي الكلية المستمر للتطوير والتحديث في برامجها وخططها بما يتماشى ومتطلبات سوق العمل.

من جانبه، أشار عميد كلية الدراسات العليا الدكتور عدنان مقطش إلى أن برنامج ماجستير تربية الطفولة المبكرة الذي تم استحداثه وتطويره في كلية الملكة رانيا للطفولة والذي سيباشر القبول فيه مطلع العام الحالي ٢٠٢٣-٢٠٢١، يتناسب مع رؤيـة الجامعة في استحداث برامج نوعية تستهدف المساهمة في التنمية الشاملة ورسم خارطة العلوم المستقبلية، مؤكدًا أهمية هذا البرنامج في دعم عجلة



الإتجاهات والمعايير العالمية المتعلقة

الدكتورعلي العليمات، بأن برنامج ماجستير تربية الطفولة المبكرة يسعى لتأهيل المتخصصين والكوادر التربوية الراغبين بالالتحاق بهذا البرنامج وإكسابهم النظريات والطرائق والاستراتيجيات الحديثة في تربية الطفولة المبكرة، وفقًا لأحدث ما توصلت إليه العلوم في هذا المجال، حيث تم بناء البرنامج وفق

بالطفولة. وبين، أن الخطة الدراسية بدوره، ذكر رئيس قسم تربية الطفل

للبرنامج صممت بعد دراسية مستفيضة لحاجات سوق العمل محليًا وإقليميًا وعالميًا

وبمضمون يتوافق مع الاهتمامات البحثية الحديثة، لافتًا إلى ان الجامعة الهاشمية تدعو الطلبة الخريجين من تخصص تربية الطفولة المبكرة ومن له الرغبة بالالتحاق بهذا البرنامج من التخصصات ذات العلاقة زيارة موقع عمادة الدراسات العليا والتعرف على الشروط اللازمة

الأشفال: إنهاء مشاريع ابنية وتعبيد طرق

أنهت وزارة الأشغال العامة والإسكان، العمل بعدد من المشاريع وجرى تسليمها إلى الجهات المعنية. وتعاملت كوادر الوزارة مع الملاحظات الواردة من الأجهزة

الرسمية والإعلام والمواطنين في مختلف مناطق المملكة، والمرتبطة

بأوضاع الطرق والمنشآت العامة، وجار العمل على متابعتها. وقالت الوزارة في بيان الخميس، إنها أنهت أعمال إنشاء مركز ثقافي عجلون البالغ مساحته نحو ٣٢٥٠ مترا مربعا، وبكلفة إجمالية بلغت ٤/٤ مليون دينار، وجرى استلام المشروع بشكل نهائي من المقاول

وتسليمه إلى مديرية ثقافة محافظة عجلون. وفي المفرق، أنهت الوزارة مشروع مبنى المحافظة الجديد البالغ مساحته ٥٢٠٠ متر تقريبا، وبكلفة إجمالية بلغت ٢٫٥ مليون دينار، ومن المنتظر تسليم المشروع لوزارة الداخلية خلال الأيام

وفي مديرية أشغال لواء الرمثا، تمت أعمال صيانة لطريق أبو البصل وهو طريق قروي يربط الرمثا بمدينة إربد كما تم تنفيذ

أعمال للسلامة المرورية على طريق جابر الرمثا.

وجرى بدء العمل في توسعة طريق خريبة السوق، والانتهاء من إنارة طريق دير علا _ معدي، وتنفيذ أعمال الدهان والتخطيط على

وعلى طريق المطار جرى تنفيذ أعمال العبارة الصندوقية لمجرى الوادي بالقرب من معصرة المناصير، وأعمال تقاطع طريق الخدمة الشرقي مع طريق خريبة السوق.

و في قرين والمريغة، جرى تنفيذ أعمال عبارات صندوقية، وإصلاح إنارة على طريق المريغة تم العبث بها سابقا. وفي الكرك، تم إزالة أنقاض وفتح طرق زراعية مغلقة نتيجة الشتاء الأخير، وإجراء ترقيعات على طريق مؤتة، وإعادة تأهيل

طرق في قصبة الكرك. كما جرى استكمال أعمال الأرصفة وأعمال الخلطات الإسفلتية على أجزاء مختلفة من طريق المفرق الصفاوي، وتركيب شواخص تحذيرية على عدة طرق في محافظة المفرق.

وفي مادبا جرى تركيب عواكس أرضية على الطريق الشرقي وعند الساحل الجنوبي بالعقبة، وتركيب وتبديل شواخص مرورية، وفي البلقاء تم التجهيز لصب الجدار الخارجي لصالة عيرا

وواصلت فرق الوزارة في مختلف مناطق المملكة العمل على تنظيف مجاري السيول والأودية والعبارات استعدادا لموسم الشتاء

طالبت لجنة مغربية لمراقبة حماية

المعطيات ذات الطابع الشخصي، شركة

'فیسبوك" إلى ضرورة تواجد مراكز

المعطيات (داتا سانتر) التي تستضيف

المعطيات الشخصية للمواطنين والمقيمين

في المغرب، في بلدان تضمن مستوى حماية

جاء ذلك في اجتماع عقده رئيس

اللجنة الوطنية لمراقبة حماية العطيات

ذات الطابع الشخصي (رسمية)، عمر

السغروشني، بمعية خبراء اللجنة

الوطنية، مؤخرا، مع ممثلين من شركة

فيسبوك، خصص لتدارس مجموعة

من الأليات القانونية والعملية لحماية

المعطيات الشخصية، بحسب ما أفادت

كما طالبت اللجنة، في بلاغ لها، أن

تضع شركة "فيسبوك" آليات للتعامل

بفعالية مع الشكايات الموجهة إلى اللجنة

وكالة المغرب العربي للأنباء.

كاف للحياة الشخصية.

هكذا تنوي غوغل بناء أسرع كابل إنترنت يعبر «الأطلسي»

نشرت مجلة "بوبيلار ساينس" الأمريكية تقريرا تحدثت فيه عن خطة غوغل التي تتمثّل في بناء أسرع وأكبر كابل إنترنت سيعبر المحيط

وبالإضافة إلى الكابلات الموجودة في قعر البحر، التي تنقل المعلومات من الولايات المتحدة إلى أوروبا عبر الألياف الزجاجية، والتي يبلغ عددها قرابة ٣٧٨ كابل، سيكون الكابل الجديد من غوغل قادرا على نقل كم هائل من البيانات عبر المحيط.

وقالت المجلة في تقريرها الذي ترجمته عربي ٢١"، إن غوغل ستُطلق على الكابل اسم دونانت"، تيمنا بمؤسس الصليب الأحمر، هنري دونانت، وسيمتد هذا الكابل من الولايات المتحدة إلى فرنسا على مسافة ٣٩٧٧ ميلا تقريبًا.

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

ق الواقع، ستكون هذه الكابلات ذات طاقة عالية، وستكون قادرة على نقل ٢٥٠ تيرابايت من البيانات في الثانية الواحدة، وذلك مقارنة بكابل آخر تحت سطح البحر، يسمى "ماريا"، والذي يستطيع نقل ١٦٠ 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 ٨ أزواج من حبال الألياف الضوئية، أي ما مجموعه ١٦ حبلا. في المقابل، سيكون كابل "دونانت" قادرا على نقل المزيد من البيانات لأنه سيتضمّن عددا أكبر من الألياف، المَتَمثَلَة فِي ١٢ زُوجًا، أي ٢٤ حبلًا.

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 ولسنوات طويلة، من شأنه أن يخلق بعض المشكلات على غرار التكلفة والصعوبة والطاقة الكهربائية. وأضافت المجلة أن إرسال البيانات عبر الكابلات

الطويلة يُفقد الإشارة قوتها. ومن هذا المنطلق، صرح مدير قسم هندسة الشبكات والهندسة البصريّة في "غوغل كلاود"، فيجاي فوسريكالا، أن إحدى المبادئ التوجيهية تفيد بأن "الإشارة تفقد ٩٩ بالمئة من قوتها" كل ٦٢ ميلًا.

وذكرت المجلة أن هذه الكابلات تهدف إلى حل هذه المشكلة، وذلك عن طريق المكررات التي يُطلق عليها اسم "المدرّع". وقد صُمم هذا المكرر ليكون مقاوما للماء ويتحمل الضغوط الهائلة في قاع

وقد ذكر فوسريكالا أن هذا "المدرع" هو عبارة عن "أنبوب أسطواني طويل، ذو طرقين مدبّبين، وهو ما يجعله يبدو كحيوان "المدرع" الذي يعيش في

وأضاف فوسريكالا أن هذه المكررات تحتاج إلى الطاقة الكهربائية. ونظرا النعدام وجود منافذ للطاقة في قاع المحيط، سيقع تحميل هذه الطاقة من مصدر موجود على سطح الأرض وينتقل عبر غمد نحاسي موجود في الكابل. وبشكل عام، يستخدم هذا الكابل مكررا واحدا كل ٥٠ ميل تقريبا.

وأوضحت المجلة أنه داخل كل "مدرّع"، توجد مكونات تسمى المضخات الضوئية، التي تعمل على تعزيز أو تضخيم الإشارة. ويقول فوسريكالا أن المضخة الضوئية تقوم بإخراج كميات ضخمة من الطاقة الضوئية، وهذه القوة تقوم بدورها بتضخيم الإشارة".

وتعمل كل مضخة ضوئية لتزويد الطاقة لكل زوج من الألياف. وفي حال توقف مكرر عن العمل، يتعين على الشركة سحبه من قاع المحيط واستبداله، وهو ما سيجعل هذه العملية مكلفة للغاية، وفقا لما أكده فوسريكالا.

ونوهت المجلة بأنه حين تكون المكونات ذات أهمية بالغة ويصعب إصلاحها، فإن أفضل طريقة للتعامل مع هذه المشكلة هي التكرار. ومن المتوقع أن يضع مصنّعو الكابل في قاع

المحيط أكثر من مضخة ضوئية لتزويد كل زوج من الألياف. وبالتالي، في حال تحطمت إحداها، ستكون هناك نسخ احتياطية منها.

ويمكن أن يحمل كل زوج من الألياف ثلاث مضخات، مما يعني أن مكررا واحدا قد يحمل، على سبيل المثال، ٢٤ مضخة في حال كان الكابل يتكون من ثمانية أزواج من الألياف.

تجدر الإشارة إلى أن الكابل الجديد الذي تعتزم غوغل بنائه سيضم ١٢ 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" حسبما أكده فوسريكالا.

وفي هذه الحالة، من المتوقع أن تستخدم غوغل مجموعات من المضخات لتضخيم الإشارة ليس لتزويد 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 ٢٠٢٠.

وبحسب "فيسبوك"، فإن زوكربيرغ أنفق ٢,٦

مليون دولار لاستخدام طائرات خاصة كجزء

من برنامج حمياته. وتأتي هذه الأرقام الفلكية

ي الوقت التي تعلن فيه "فيسبوك" أن زوكربيرغ

حصل على راتب أساسي قدره دولار واحد على مدار

وكان للدكتورة بومان دور بارز في عملية معالجة

وبينما قادت هي فريق تطوير مجموعة

خوارزمية لالتقاط صورة للثقب الأسود، وهو الجهد

الذي كان موضوع محاضرة ألقتها في منصة TED

Talk عام ٢٠١٦، قال زملاؤها إنّ هذه التقنية لم

فيه: "لم تصنع خوارزمية واحدة، ولا شخص واحدٌ

هذه الصورة. إذ تطلب ذلك المهارة الرائعة لفريق

من العلماء من أنحاء العالم"، مضيفة: "كان شرفا

لي حقا، وأنا محظوظة جدا؛ لأنه سنحت لي فرصة

إنها اضطرت إلى إغلاق هاتفها من كثرة الرسائل

نفسه من الحماسة التي نشعر بها، ويرى الناس أن

قصتنا مُلهمة. ومع ذلك، ينبغي أن يُسلط الضوء

على الفريق وليس على شخص واحد. فالتركيز

بهذا الشكل على شخص واحد لا يساعد أي أحد،

وقبل شهر، واجهت شركة "فيسبوك" تعطّلا

وأظهر موقع (داونديتكتور دوت كوم) الذي

عالميا في خدماتها استمر لأكثر من ١٠ ساعات،

بررته الشركة لاحقا بأنه يعود لـ"خلل أثناء نقل

يراقب تعطل المواقع الإلكترونية أن هناك ما يربو

على ٩٠٠٠ مستخدم يبلغون عن مشاكل واجهوها مع

فيسبوك، فيما أوضحت خريطة للتعطل الإلكتروني

على الموقع أن المشاكل ظهرت بشكل أساسي في

وفي رسالة نصية مساء الخميس، قالت بومان

وكتبت: "أنا سعيدة جدا؛ لأن الجميع على القدر

العمل معهم جميعا".

عالمياً على "تويتر" فورا.

توقف بخدمات موقع فيسبوك

وتطبيقاته في العالم

ونشرت بومات منشورا على "فيسبوك" قالت

تُستخدُم في النهاية لبناء هذه الصورة تحديدا.

الصور، التي تضمنت أيضا تقسيم الباحثين إلى

فرق لربط البيانات ومقارنة الصور التي بنوها

الأعوام الثلاثة الماضية.

تعرّف إلى المبلغ الكبير الذي تنفقه «فيسبوك» لحماية زوكربيرغ

كيتى بومان.. أيقونة مشروع

الثقب الأسود

كشفت بيانات نشرتها شركة "فيسبوك" حجم الإنضاق الكبير لحماية المدير التنفيذي مارك زوكربيرغ وعائلته، خلال العام ٢٠١٨.

وبحسب بيانات الشركة، فإن مجموع ما أنفق لحماية زوكربيرغ وعائلته بلغ ٢٢/٦ مليون دولار، في ارتفاع كبير عن العام ٢٠١٧، الذي وصل إلى ٩

خلال اليومين الماضين، انتشر بالتوازي مع

صورة الثقب الأسود صورة أخرى لفتاة في نهاية

عشرينياتها، تضع يديها على وجهها وهي في قمة

كيتي بومان، الحاصلة على زمالة أبحاث ما بعد

الدكتوراه، والتي شاركت في مشروع "الثقب الأسود"،

وأدت الخوارزمية التي كتبتها إلى الوصول إلى

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

الظلك في مركز هارفارد-سميثونيان للفيزياء

الفلكية، ثمرة عمل ما يزيد على ٢٠٠ باحث، ٤٠

منهم سيدات، حسبما ذكرت مبادرة جامعة هارفارد

وقالت سارة عيسوون، 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 تحتذي بها الفتيات الصغيرات

قالت تقارير صحفية الأحد إن عطلا أصاب

ولم يتمكن المستخدمون في مختلف أنحاء العالم

من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة،

جيث أبلغ آلاف المستخدمين عن أعطال منعتهم

من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبُوك" أو

جميعها، فيما غرّد المستخدمون حول العالم عن

الموضوع، فوصلت وسوم "#whatsappdown"

و"#FacebookDown" إلى الأكثر تداولا

موقع فيسبوك في العالم، وطال العطل تطبيقات

واتساب وإنستغرام وفيسبوك ماسنجر.

و"#instagramdown"

وكان المشروع، الذي قاده شيبرد دويلمان عالم

هوائيات الراديو.

∻وكالات

هذه الفتاة كانت العالمة الشابة ذات الـ٢٩ عاما،

أثار تقرير نشره موقع بلومبيرغ الأخباري، حول السماعات الذكية والتطبيقات الصوتية التي تنتجها شركات أمازون وأبل وغوغل، مخاوف العديد من المستخدمين حول العالم.

وقال التقرير، بحسب "بي بي سي عربي"، إن موظفي شركات أمازون هذه الشركات لها.

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

زبائن هذه الشركات لا يعلمون بأن بشرا يسترقون السمع إلى ما يقولون في دورهم. اقرا أيضا: أبرز الابتكارات

يذكر أن التسجيلات الصوتية لدى

وقال بعض المراجعين لبلومبيرغ إنهم يطلعون زملاءهم على بعض التسجيلات الظريفة من خلال غرفة دردشة خاصة

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

ما الذي قالته أمازون؟

وقالت أمازون في بيان إنها تأخذ قضيتي الأمن والخصوصية مأخذ الجد،

تسجيلات سماعات أليكسا.

من قبل الشبكات الاجتماعية لشركة

فيسبوك -وفقا للبلاغ- عن استعدادها

وعبرت اللجنة الوطنية لمثلي شركة

"فيسبوك".

وجاء في البيان: "تساعدنا هذه المعلومات في تمرين أنظمة التعرف على النطق والتعرف على اللغات التي نستخدمها، من أجل أن تكون سماعات أليكسا أكثر استجابة لرغباتكم وضمان أن الخدمة تعمل بجودة بالنسبة للجميع".

تقنية وعملياتية صارمة، ولا نتساهل مع أي محاولة للإساءة النظمتنا. الموظفون ليس لديهم أي سبيل للتوصل إلى معلومات قد تكشف لهم شخصية المشترك أو الحساب".

مثلها مثل أمازون، لشركة أبل مراجعون بشريقومون بالتأكد من أن محرك التعرف على النطق سيري يفسر الطلبات بشكل صحيح. يذكر أن سيري تسجل الطلبات الصوتية التي يطلبها المشاركون من خلال

ضرورة أن تكون التسجيلات الصوتية خالية من أي إشارات إلى مصادرها وأن تكون مرتبطة برقم عشوائي يعاد خلقه

ويتم خزن أي تسجيل لأكثر من ٦ شهور دون الرقم العشوائي.

بمقدورهم الحصول على أي معلومات

الترفيه باستخدام تطبيقات "الواقع ثم ماذا عن غوغل و"المساعد"؟ قالت غوغل إن مراجعيها يتمكنون من الاستماع إلى التسجيلات الصوتية "Assistant - الأتية من نظام "المساعد الذي يعد جزءا أساسيا في معظم الهواتف التي تعمل بنظام أندرويد وفي السماعات

المنزلية التي تنتجها.

شخصية ولا على الرقم العشوائي.

اقرأ أيضا: تعرف على مستقبل

ولكنها أضافت أن هذه التسجيلات غير مرتبطة بأي معلومات قد تدل على شخصية المتكلم، كما أن الشركة تقوم بتشويه الصوت من أجل التمويه على صوت الزبون.

لدراسية المقترحات المتعلقة بأفضل

الممارسات للشبكات الاجتماعية التي

يمكن أن تثري المحتوى التحريري للمنصة

المخصصة لحماية الحياة الخاصة

الرقمية للأطفال والمراهقين في المغرب،

والتي سيتم وضعها قريبا على الإنترنت

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

الأشيخاص بعد الوفاة...). وخلص

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

من طرف اللجنة الوطنية.

هل تسجل السماعات الذكية كل محادثاتي؟

ثمة مخاوف جدية من أن السماعات الذكية تسجل سرا كل ما يقال في المنازل. ولكن بينما تقوم هذه السماعات تقنيا على الأقل "بسماع" ما يقال، فإنها لا لتستمع إلى محادثات الناس.

تقوم كل السماعات الذكية بتسجيل مقاطع قصيرة من الأصوات داخليا من أجل الاستبيان عن كلمات توقضها من 'سباتها" مثل "أليكسا" أو "أو كي غوغل"

بعد يوم. وكمثال على هذا التطور، تمكّنت

بعض برامج الذكاء الاصطناعي من إنشاء

وجوه وبصمات مزيفة للعبث بسجلات

الشركات والمستندات الحكومية في بعض

الأحيان. وفي الوقت الحالي، تقترف هذه

الخوارزميات أخطاء كفيلة بتمكيننا من

التفطن إليها فور التمعن فيها، حيث سبق

لبرمجية "باخ" لدمج الموسيقي اقتراف

بعض الأخطاء التي يمكن لأي خبير

وعلى سبيل المثال، تسمح هذه

البرمجية بإدخال فواصل موسيقية كان

باخ نفسه يتجنبها، مما يدحض وجه

الشبه بين المقطوعة الجديدة ومقطوعات

المؤلف الألماني. وأضافت روتشمان أن

برمجية غوغل خرقت القواعد الموسيقية

على مستوى تنسيق الألحان، ناهيك

عن كتابة برنامج "أوبن آي إي" لتوليد

النصوص عبارة "الحرائق التي تنشب

تحت الماء"، والتي لا يمكن تبين معنى

واضح لها. وخلال عمل المطورين على

إبداعاتهم، ستصبح الأخطاء أكثر ندرة

ما دامت خوارزميات الذكاء الاصطناعي

التعلم الآلي ستكون ذات فائدة كبرى، بما

في ذلك توفير رعاية صحية أفضل وجعل

وأفادت الكاتبة أن تحسن تقنيات

في المقابل، لا يمكن لنا نكران حقيقة

أن منح الباحثين حرية تطوير هذه

الخوارزميات يعني الانفتاح على مخاطر

تطوير طرق أكثر تقدمًا لخلق الخداع

وخلصت الكاتبة إلى أن الحد من

أبحاث الذكاء الاصطناعي قادر على

كبح هذا التقدم نحو مستقبل مجهول،

حيث أن السماح للتكنولوجيات الذكية

بالنمو والتطور دون رقابة ينطوي على

حدوث حالات سوء استخدام تتجاوز

مجرد مقطوعة موسيقية سيئة، حيث

يمكن لمداها أن يشمل خداع الملايين من

آخذة في التطور والتعلم باستمرار.

مهنة الطب أكثر ديمقراطية.

والمشاكل الاجتماعية الأخرى.

موسيقي اكتشافها وتحديدها.

يقال في السماعات الذكية، مؤكدا أن هذه الشركات عينت موظفين مهمتهم التنصت

وغوغل وآبل يسترقون السمع إلى ما على ما يقوله المستخدمون للسماعات الذكية والتطبيقات الصوتية التي تروج

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 التكنولوجية الشورية بمعرض

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

الوطنية والمتعلقة بالمساس بالحياة

الخاصة وبالسمعة أو الأخلاقيات

بانتحال الصفة، وبالحق في النسيان،

وبتحديد الموقع الجغرافي، وبالتنميط

أمازون مرتبطة برقم حساب وإسم المشترك الأول ورقم سماعة الإيكو

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.

وإنها لا تعلق إلا على عدد صغير جدا من

لهذا السبب.. كن حذرا عند

استخدام السماعات الخكية

المغرب يدعو فيسبوك لحماية

المعطيات الشخصية لمواطنيه

facebook

ولكن ماذا عن أبل وسيري؟ هواتف آيفون وسماعات هوم بود.

وتنص الضوابط الأمنية لأبل على كلما يطفئ جهاز سيري.

ومضت الشركة للقول: "نطبق معايير

وتقول آبل إن مراجعيها ليس

أثار مخاوف.. الذكاء الاصطناعي بات يحاكي السلوكيات البشرية

نشر موقع "ساينس آلرت" الأمريكي مقال رأي للأستاذة المساعدة في قانون القطاع الصحى في جامعة سانت لويس الأمريكية، آنا سانتوس روتشمان، تطرقت من خلاله إلى تنامى قدرات خوارزميات الذكاء الاصطناعي بشكل لا يصدق في العقود الأخيرة، لتصبح قادرة على تأليف المقطوعات الموسيقية والقيام بأمور إبداعية لطالما كانت حكرا على بني البشر. ويبدو أن تطور هذه الخوارزميات بات منذرا بقدرتها على القيام بما يتجاوز مجرد قراءة النوتات.

وقالت روتشهمان، في مقالها الذي ترجمته "عربي٢١"، إن دراسة أجرتها أثبتت المخاطر الأخلاقية للذكاء الاصطناعي. ويمكن القول إن قدرة الخوارزميات المتطورة لأحد برامج غوغل على دمج الدرجات الموسيقية مع موسيقي يوهان سيباستيان 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 أمرًا مُربكا ومثيرا للريبة

الجدير بالذكر أن غوغل أنشأت برنامجها الموسيقي من خلال تحليل ٣٠٦ مقاطع للمؤلف الموسيقي الألماني سيباستيان باخ وتتبع النمط الذي سار عليه وجعله متناغمًا مع الملاحظات والادخالات الخاصة بالمستخدمين.

يعتبر جديدًا، لكن التكنولوجيا التي قادت إلى التوصل إليه موجودة منذ فترة طويلة، وهي تتمثل في الخوارزميات المدربة على التعرف على الأنماط واتخاذ القرارات بعد النظرية مجموعة من الاحتمالات.

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



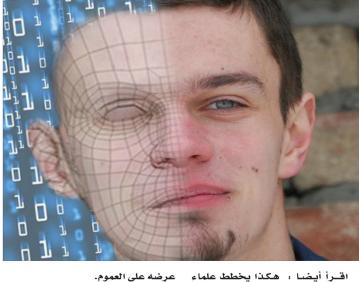
ليعيش الإنسان ألف سنة في المقابل، لا يمكننا القول إن

خوارزميات الذكاء الاصطناعي دقيقة، حيث يعتمد الكثيرمنها على بيانات لا تمثل جميع فئات المجتمع، ما يجعلها خاضعة للتحيزات البشرية. وليس من الواضيح من قد يتحمل

المستؤولية عندما يرتكب الذكاء الاصطناعي خطأ ما أو يتسبب في مشكلة معينة. ولا يزال هناك شوط كبيرلتقطعه هذه التقنيات حتى تمسي قادرة على الكتابة بأسلوب بشري بارع أو التحدث مثل الإنسان أو تقليد تعابيروجهه.

وعلى سبيل المثال، أصدر مطورو برنامج "لاير بيرد" لمحاكاة الصوت محادثة وهمية بين باراك أوباما ودونالد ترامب وهيلاري كلينتون، والتي بدت حقيقية

ومن جهتها، طورت شركة "أوبن آي إي" برنامجًا قادرا على الكتابة بطريقة شبيهة بالبشر بعض الشيء. ونظرا لكون النص واقعيا للغاية، اختارت الشركة عدم



عرضه على العموم.

وفي مطلع سنة ٢٠١٩، انتشرت العديد

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

يسمح بإنشاء مقاطع فيديو وصور احترافية للغاية، حيث سبق للممثل والمخرج السينمائي، جوردان بيل، إنشاء مقطع فيديويظهر خلاله الرئيس الأمريكي السابق باراك أوباما وهو بصدد قول أشياء لم يقلها أبدًا، وهو ما يطرح العديد من التساؤلات حول المخاطر التي تشكلها هذه التقنيات.

من الصور التي تظهر السياسية الأمريكية ألكساندريا أوكاسيوكورتيز وهي عارية، ليظهر بعد ذلك أنها مزيضة وتهدف إلى بدأت وكالات الأنباء العالمية مثل رويترز بتدريب صحافييها على رصد وتمييز هذه

المعلومات المزيضة والخاطئة.

وأفادت الكاتبة أن الذكاء الاصطناعي

الإطاحة بها في الانتخابات. من جهتها،

نشرت مجلة "ميخور كون سالود"

الإسبانية تقريرا، أشارت من خلاله إلى أن هناك الكثير من الأساطير والأفكار

الشائعة حول أسباب ظهور بثور الوجه،

لكن المؤكد هو أن بعض العادات التي تمثل

جزءا من روتيننا اليومي تساهم في ظهور

وقالت المجلة، في تقريرها الذي

ترجمته "عربي٢١"، إنه من خلال

الالتزام ببعض القواعد، يمكن التخلص

من البثور. وخلافا لما هو شائع، لا تعد

البثور في الوجه نتيجة الأوساخ أو عدم

وأوضحت المجلة أن بصيلات الشعر

في كل واحد من مسام الجلد تنتج نوعا

من الدهون لترطيب الشعر والبشرة.

وعند حدوث تغييرات هرمونية في الغدد

أسباب هذا الاضطراب في إنتاج الدهون

في الجلد هو التغيرات الهرمونية التي

تؤدي بشكل مباشر إلى ظهور حب الشباب،

خاصة في مرحلة المراهقة ولدى النساء

وترتبط هذه المشكلة بالرحلة

العمرية، حيث تظهر البثور في الوجه

بأعداد أكبر أثناء فترة البلوغ، نظرا

لأنه في هذه المرحلة، يسزداد إنتاج

الأندروجينات، وهي هرمونات جنسية

ذكرية، وهو ما يزيد من إنتاج الخلايا

والدهون. ويشمل الأمر النساء أيضا، إذ

تحدث اضطرابات هرمونية في فترة الحمل

وعند تناول حبوب منع الحمل.

أو اختفاء هذا المشكل.

الطريقة المناسبة لعلاجها.

تعرضها المباشر للهواء.

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 كسرفي العظام، الذي غالبا ما يحدث في الورك والرسغ والعمود الفقري. أسباب هشاشة العظام

وبحسب أخصائي جراحة العظام والمفاصل عبد اللَّه سلام، يُعدّ مرض هشاشة العظام مرضا صامتا، ويُكتشف عادة إذا حصلت كسور أو تقوس في الظهر. وتابع سلام في حديث لـ"عربي٢١" بأن مرض

هشاشة العظام ينقسم لنوعين "أولي وثانوي" الثانوي يأتي نتيجة الأمراض معينة مثل الكلى والكبد أو الروماتيزم أو مرض التصلب اللويحي أو نقص فيتامين "سي" أو أمراض الغدة الدرقية، أو التعرض للكرتيزون أو الكحول أو التدخين أو سوء الامتصاص من الأمعاء.

أما النوع الأولي، فيحدث عند النساء بعد انقطاع الطمث، وتحديدا 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

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

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

أما النساء، فيتم تشخيص المرض عندهن عبر معرفة متى بدأت دورتهن الشهرية وهن صغيرات، ومتى انقطعت، 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 تُعدَ 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.

وحول طرق الوقاية، قال سلام: "نقوم أولا بإعطاء الرجال والنساء بعد سن ٤٠-٥٠، الذين لديهم ما يسمى لين عظام أو هشاشة مبكرة، نعطيهم 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

عن حلويات العيد وعلى رأسها المعمول والكعك.

هذه المغريات التي نقف أمامها بشهية، تجعلنا نعيش

صراعاً داخلياً بين الرغبة في الغش والاستمتاع

من سعرات حرارية عالية. لكن لا داعى للقلق،

يمكننا ان نوازي بين ما نرغب به وبين المحافظة

على الوزن بطريقة ذكية من خلال تحضير حلويات

لـ"النهار" عن كيفية التحكم بالمكونات واستبدالها

بأخرى صحية وقليلة الدسم لتحضير وصفة ذكية

وقليلة السعرات الحرارية. من المهم ان نعرف ان

السكر والزيت هما أكثر مكونين يحتويان على

سعرات حرارية مرتفعة، لذلك تكمن الخطوة

الأولى في استبدالهما بمكونات "لايت" وأقل سعرات

تشرح اختصاصية التغذية نغم طنوس

العيد بطريقة صحية.

أهم النصائح:

× تخفيف كمية الزيت

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

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".

حيث تعمل على بناء الكلس وكتلة العظم بشكل

يتوقف فيه نمو العظام، بأخذ مكملات الكالسيوم وفيتامين د، وأيضا التركيز على ممارسة الرياضة، والمشي، وعدم ممارسة الرياضات العنيفة.

من جهتها، أشارت اختصاصية التغذية نجوى حمد إلى "ضرورة اتباع نظام صحي ومتوازن، ويحتوي على عنصرين مهمين لنمو وبناء العظام،

وتابعت نجوى في حديث لـ"عربي٢١":

وأكدت على ضبرورة استشارة اختصاصي التغذية؛ لمعرفة الكمية الأنسب من هذه الأطعمة التي يحتاجها الإنسان يوميا، مضيضة: "لو لم يتم أخذ الاحتياجات اليومية سيؤدي ذلك لنقص في مستويات كالسيوم الدم، وبالتالي سيقل 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. وأردفت: "يجب أن يأخذ الإنسان الكمية

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

جدا لعملية بنائها"، بحسب قولها.

العظام بشكل أساسي". وأكد أن أهم عامل وقاية ضد هذا المرض هو

وأكمل: "تساعد الرياضة ببناء كتلة العظم،

جيد، فتجدها أقوى وأكثر عند الشخص الرياضي من الشخص غير الرياضي". ونصح سلام المرأة حينما تصل لسن ٤٠-٥٥، الذي

نظام غذائي متوازن

وهما الكالسيوم وفيتامين د"، بحسب قولها.

"الحصول على قدر كاف من الكالسيوم يساعد على بناء العظام، ويحافظ على قوتها، وهو موجود في الحليب ومشتقات الألبان وأسماك السردين والسلمون والبروكلي والخضار والورقية، والأطعمة المدعمة بالكالسيوم كعصير البرتقال والخبز وحبوب الإفطار المدعمة، والبذور مثل السمسم وبذور الشيا".

المناسبة من فيتامين د، فهو مستؤول عن ربط الكالسيوم والفسفور في العظم، ونقصه قد يؤدي لهشاشة العظام".

والشوفان المدعم بفيتامين د".

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 المطروح في البول، بالتالي يتسبب بخسارة العظام لعنصر مهم

الاهتمام بالنظافة، بل تكمن وراءها أسباب أخرى لا بد من معرفتها لاختيار

الغدد الدهنية، ما يؤدي إلى ظهور البثور. وأوضحت المجلة أن حبوب منع الحمل وباقي أنواع العقاقير التي تؤثر على

الدهنية، يرتفع إنتاج هذه الدهون، وهو ما يؤدي إلى انسداد مسام الجلد وحبس الخلايا الميتة والبكتيريا. وعند حدوث هذا الانسداد في الجلد، لا تصبح النقاط الدهنية سعوداء، بل تظهر بقع بيضاء تكون أقل عرضة للتعفن؛ بسبب عدم بحسب المواد التي تحتويها. وبينت الصحيفة، أولا، أن أحد أهم

أو الدورة الشهرية، وتُخلف تأثيرات في

9 عادات تتسبب في ظهور بثور الوجه

الهرمونات، تـؤدي إلى ظهور البثور. في الواقع، هناك دراسات متضاربة حول هذا الأمر؛ لأن البعض يعتقدون أن حبوب منع الحمل تخفض من إمكانية ظهور حب الشباب. ومن المؤكد أن هناك فرقا في التأثير بين مختلف أنواع الحبوب، وذلك

وذكرت المجلة، ثانيا، أن مساحيق التجميل تؤدي هي الأخرى إلى انسداد المسام، وتسهل 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 ترسيه فوق الجلد يودي إلى ظهور نوع من الخميرة تسمى بيتيروسبوروم فوليكوليتيس، التي تؤدي لتهيج البشرة وغلق المسام. ويكثر حب الشباب الذي يظهر نتيجة التعرق، بشكل خاص في الظهر والذراعين والصدر، ولكنه قد يمتد أيضا إلى الوجه.

وحنذرت المجلة، رابعا، من لمس بثور الوجه باليدين أو محاولة تقشيرها، وهو ما يخلق بيئة ملائمة لتكاثر البكتيريا ويؤدى لالتهابات. فعند تمرير اليدين فوق البشرة، ينتقل الغبار والبكتيريا والدهون إليها، وهوما يساهم في غلق المسام واضطراب الترطيب الطبيعي للجلد. أما عند محاولة فقع هذه البثور أو الضغط

عليها أو إزالتها باليدين، فنحن نترك بعض الدهون والبكتيريا على الجلد، ونتسبّب في تهيّجه 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 والأستروجين 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 لملامسة

وجوههم بأيديهم أكثر، والقيام بالحك

بأظافرهم، وهو ما يساهم في التهاب الجلد

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 سابعا، فلا بد من توخي الحذر من التدخين؛ نظرا لتسببه في اضطرابات في إنتاج الدهون والحاقه الضرر بطبقات الجلد، وهو ما يساعد على ظهور حب

وأشارت المجلة، ثامنا، إلى أن ارتداء القبعات يـؤدي لظهور البثور. ورغم أن القبعة في حد ذاتها لا تسبب هذا المشكل، إلا أنها تؤدي لتعرّق الرأس ونزول حبات العرق على الجبين والوجه، وهو ما يؤدي لغلق المسام.

أما تاسعا، فيؤدي استخدام الهاتف الجوال بشكل مستمر والصاقه بالخد إلى التعرق وغلق المسام، بالإضافة إلى أن هذا الجهازينقل الكثيرمن الغبار والبكتيريا من الأماكن التي يُوضع 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 بشكل جيد قبل ملامسة الوجه.

وتُوصى المجلة أيضا بالحفاظ على نظافة الشعر، واستخدام مساحيق تجميل خالية من الزيوت وإزالتها قبل النوم، مع الانتباه إلى الحمية الغذائية والابتعاد عن التدخين، واستخدام قبعات تضمن تهوية الرأس، وعدم الصاق الهاتف

المضادات الحيوية في الطفولة ترتبط بخطر الإصابة بأمراض عقلية

∻وكالات

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

واعتمدت نتائج الدراسة على بيانات الدراسية التي تدعم النظريات المستجدة حول التفاعل الوظيفي بين العدوى والميكروبيوم المعياري والأمراض العقلية، هي واحدة من ما يقارب خمسين

بحثا تم نشرها في النصف الأخير من عام

ويتتبع السجل الأول مرة البيانات

السريرية 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.

بكتيري شديد التنوع يعيش في أمعائنا، بين الميكروبيوم وحالة الصحة العقلية، ويرسل إشارات إلى الدماغ، ويقوم بتعديل

عقلية. وقد وثقت الدراسات في النماذج الحيوانية بالفعل العلاقة بين البكتيريا والاكتئاب. أظهرت إحدى المجموعات البحثية أن الفئران التي عولجت بالمضادات الحيوية أظهرت تغيرات في تنوع ميكروبيوم الأمعاء وأداء أسوأ في

اختبارات الذاكرة.

الحالة المزاجية، وربما يعرضنا لأمراض

وفي دراسة أجراها فيليب ستراندويتز وزملاؤه في جامعة نورثيسترن في بوسطن على نوع نادر من بكتيريا الأمعاء، وجدوا أن هذه البكتيريا تأكل حمض غاما

الرئيسية مع انخفاض مستويات جابا.

إليكم كيفية تحضير المعمول وبفضيل هنذا السيجل، يستطيع كما أظهرت الحيوانات التي استخدمت الدنماركيون فعل الكثير لتوضيح الصلة من الشياب في الدنمارك حتى سن ١٧ عاما. المضادات الحيوية واسعة الطيف تغييرات والكعك بطريقة صحية! في اضطرابات مختلفة، بما في ذلك طيف بين الأمعاء والصحة العقلية. التوحد والاضطرابات التنكسية العصبية ولقد تمت الإشسارة من قبل بأن مثل مرض الزهايمر والاكتئاب. الميكربيوم الهضمي هو عبارة عن مجتمع جميع هذه الدراسات تشير إلى العلاقة لا يمكننا التفكير بعيد الفصح من دون الحديث

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

التمر: يحتوي بطبيعته على السكر، لذلك يفضل عدم اضافة الزبدة او السكر اليه، ونكتفي بوضع البهارات والمنكهات.

الجوز والفتسق: زيوت مفيدة تحتوي على وحدات حرارية مرتفعة نتيجة الدهون الصحية الموجودة فيها. لذلك يمكننا خلط الجوز والفتسق مع سكر بديل او سكر الفاكهة (محلُّ جداً لذلك يجب وضع نصف الكمية مقارنة بالسكر العادي).

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

× في حال كنا نستخدم السمنة او الزبدة يفضل استبدالهما بزيت نباتي لأنه صحي أكثر شرط تخفيف كمية الزيت (مثلاً استخدام نصف كوب من

كذلك استبدال السكر العادي بسكر بديل. تجنب وضع السمسم عليها لأنه يحتوي ايضاً 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 ۲۲۰ وحدة حرارية.

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

وفي الحالة الجديدة، ولد الطفل الذكر بوزن

٢،٩٦ كيلوغرامين الثلثاء من أم يونانية تبلغ ٣٢

عاما، وخضعت لمحاولات إخصاب مختبري عدة

مواضيع ذات صلة عيد الفصح : المعمول والكعك والسعرات الزيت بدل الكوب الكامل). كيف نستمتع بضيافة العيد دون اكتساب

> كيف تتصرفون خلال غداء العيد؟ × استبدال الزبدة بأخرى "لايت"

× استبدال السكر بسكر بديل يعتمد على سكرالوز (sucralose) الذي يتميز بأنه يتحمل الحرارة العالية ومُحلِّ، ولا يحتوي على مواد مضرة.

عادةً الإعداد المعمول نحتاج الى هذه المكونات: طحين السميد وطحين الفرخة بالإضافة الى المحلب وماء زهر وماء ورد وخميرة. المكونان اللذان يُسببان زيادة في الوزن هما السكر والزبدة. لذلك للحصول على وصفة صحية أكثر يمكننا استبدال السكر الطبيعي بسكر بديل، اما بالنسبة الى المقادير فيمكن قراءتها على غلاف السكر البديل (مثلاً كل ۱۰۰ غرام من السكر العادي يوازي ۱۰

سابقة عالميّة في علاجات العقم: ولادة طفل يحمل الحمض النووي لثلاثة أشخاص عام ٢٠١٦ لتفادي انتقال مرض وراثي من الأم الى

ولد #طفل يحمل الحمض النووي لثلاثة

أشخاص في #اليونان، إثر استخدام #تقنية مثيرة للجدل، للمرة الأولى في حالات العقم، على ما أفاد اليوم فريق طبي يوناني- إسباني أجرى هذه

باءت بالفشل، على ما أوضح مركز "إنستيتيوت أوف لايف" (أي في أف) اليوناني في بيان. وكانت استخدمت هذه الطريقة في المكسيك

يغمر سائل قاتم اللون ولزج سولفية حتى مستوى العنق، لكنها تبتسم قائلة رغم الرائحة القريبة من زيت المحركات: 'هذا شعور جميل"... وقد أتت هذه المواطنة الروسية إلى مدينة نفطلان في شمال غرب أذربيجان، المعروفة بعلاجاتها بالنفط الخام، لتخفف من آلام داء التهاب

وبعد عشر دقائق، تقوم موظفة بقحط النفط البني الداكن عن جلد المرأة الستينية قبل أن تستحم.

وتروي سولفية التي أتت من تترستان الروسية مع مجموعة من الصديقات: "لقد حلمنا لفترة طويلة بالمجيء إلى

وقد أتت لأنها تعاني من التهاب مفاصل منذ ١٢ عاما، وتقول إنها خفضت من كمية الأدوية التي تتناولها بعد عشرة أيام من العلاج، وتشعر بالراحة في هذه المحطة العلاجية الخارجة عن المألوف في القوقاز على بعد كيلومترات قليلة من منطقة النزاع في ناغورني قره باخ.

رأفت (٤٨ عاما)، وهو صحافي وعضوفي حزب معارض في باكو، لا يظهر سوى رأسه أيضا، فيما هو مسترخ في حوض في القسم المكرس للرجال في منتجع "سحرلي (ساحر باللغة الأذرية). ويقول: "هذه هبة من السماء".

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

ويعود اكتشاف النفط في أذربيجان إلى منتصف القرن التاسع عشر. وقد اكتشفت المدينة نفطها بالمزايا الخاصة بعد عقود



وتفيد الرواية المحلية أن موظفي

الفنادق في المدينة يكررون دونما ملل أن

مزايا "هذا النفط العجائبي" اكتشفت

صدفة عندما ترك جمل ينازع قرب بقعة

الغوص عراة لمدة عشر دقائق في حوض

استحمام ملىء بهذا السائل السميك

وذي الرائحة القوية. وهو يسخن على

٣٨ درجة مئوية. وتقول مريم اوميدي

في مؤلف مكرس لراكز الاستجمام

السوفياتية وعلاجاتها الخارجة عن

المألوف أحيانا: "استخدام النفط الخام

لأغراض طبية ندد به أطباء غربيون،

معتبرين أنه قد يصيب بالسرطان".

واليوم يقوم العلاج التقليدي على

الحقبة السوفياتية.

من هذا السائل، فشفي.



منتجع يستخدم النفط الخام

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

إلا أن الأطباء والمرضى المحليين يشيدون بهذه المادة. وفي المدينة متحف

المنتجع، توضح أن النفط المحلي يستخدم لمعالجة أوجاع وأمراض العضلات والعظام والجلد، فضلا عن اضطرابات عصبية

وزيت النفطلان مؤلف من حوالي ٥٠٪ من النفتالين، وهي مادة حاضرة في دخان السجائر والكرات المكافحة للعث.

صغيريضم الكثيرمن العكازات التي تركها مرضى تعافوا من أمراضهم. ٧٠ ألفا في السنة فابيل عزيزوفا، إحدى الطبيبات في

وأخرى تتعلق بالطب النسائي.

وتوضح الطبيبة، التي بدأت تمارس مهنتها في آخر سنوات الاتحاد السوفياتي: "هِ الماضىي، لم يكن هناك فنادق أو منتجعات، كان الناس يأتون ويقيمون لدى السكان المحليين". وتروي من مكتبها: "على مر السنين، بدأت المنتجعات بالظهور، وتم تطوير وسائل علاجية".

أمينوبريك، والمعروف باسم جابا، وهو مهم بالنسبة لنا؛ لأنه مركب عصبى مطلوب لوظيفة طبيعية للجهاز العصبي المركزي لدينا. وترتبط الاضطرابات الاكتئابية

إلا أن الأساس الجزيئي لهذا الارتباط لا

تسعى العديد من الدراسات إلى تحديد

الروابط بين الميكروبيوم والدماغ البشري،

وتركز على المركبات العصبية الفعالة التي

تنتجها أو تستهلكها البكتيريا في الأمعاء.

لعلاج الأمراض وسط جدل طبى في الثمانينات، كانت نفطلان 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 الستقبال مئات آلاف النازحين جراء النزاع. وأعلن جيب ناغورني قره باخ، الذي تسكنه غالبية أرمنية وضمته السلطات السوفياتية إلى أذربيجان العام ١٩٢١، استقلاله من جانب واحد في العام ١٩٩١، بدعم من أرمينيا. ورغم اتفاق وقف إطلاق الناريخ العام ١٩٩٤ بعد حرب حصدت 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 نفطلان. في مطلع الألفية، عززت أذربيجان جهودها لتحسين سمعة نفطلان كوجهة صحية. وقد نقل اللاجئون المقيمون في المنتجعات إلى مساكن أخرى، فيما هدمت غالبية هذه المنشآت، وأقيمت مكانها فنادق

وتضم المدينة اليوم خليطا من الفنادق الفخمة، تتجاوز كلفة الإقامة والعلاج فيها ألف دولار أسبوعيا، ومنتجعات بسيطة تهيمن عليها أجواء سوفياتية تكلف مئات الدولارات في الأسبوع.

وأحيانا، تطل الحرب برأسها، مذكرة بوجودها الزوار، وغالبيتهم من أذربيجان ومن الدول المنبثة عن الاتحاد السوفياتي، أو تركيا، وأحيانا من أوروبا. وخلال مواجهات قوية تعرف باسم

حرب الأيام الأربعة في نيسان/ أبريل ٢٠١٦": "كنا نسمع إطلاق النار"، على ما يقول موظف في منتجع "غاراباغ" الفخم، قبل أن يضيف بسرعة: "بقي الجميع" مشددا على سلامة المنشآت.

لماذا عروض السوبرماركت قد تكون سيئة لصحتنا ولأموالنا؟

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

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

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

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 غيرصحي 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 بالسمنة والأمراض الخطيرة المرتبطة بها، مثل السرطان وأمراض القلب والسكري، أكثر من الأشخاص الذين لا يكترثون لهذه العروض

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

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

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

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

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

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

الاصابة بالسرطان إلى ارتفاع لدى النساء

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٪ ولدى الرجال ٥،٥ ٪. 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 المودية إلى ارتضاع نسبة الإصابة بالسرطان للتدخين وشرب الكحول، بما أنَّ النساء صرن أكثر

إقبالاً على التدخين والكحول من السابق، ولذلك آثار ستظهر حالياً وفي السنوات المقبلة.

وقال المركز إنَّ "هذه الأرقام تظهر التحدي الهائل الذي نواجهه في بريطانيا وفي كل العالم"، إذ يقضى ثمانية ملايين شخص بهذا المرض في العالم سنوياً، آملاً في تحقيق تقدم كبيرفي السنوات العشرين المقبلة لناحية التشخيص المبكر للمرض وتحسين العلاجات بحيث يتعافى ثلاثة أرباع المصابين به مع حلول العام ٢٠٣٤". وأكَّد المسؤول في السلطات الصحية في انكلترا كيفن فنتون إلى أنُّ "أهم وسائل الوقاية من السرطان هي عدم التدخين، والحفاظ على وزن طبيعي، والنشاط

الجسدي، والاختبارات الطبية عند اللزوم".

نيويورك: تدابير جديدة لاحتواء انتشار الحصبة وغرامة مالية على المخالفين

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.

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

وقال المُستؤول المحلي إد داي خلال مؤتمر صحافي: "لن نستسلم في معركتنا هذه"، مضيفاً لن نوفر أي سبيل لبلوغ 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 باتريسيا شنتبل روبرت.

وبانتظار مآل النزاء القضائي الذي قد يستغرق سنة ٢٠٠٠.

وقتاً طويلاً، أعلنت روبرت عن تدبيرين جديدين بمقتضى التشريعات المعمول بها.

ماهي التدابير الجديدة؟ ويحظر الإجراء الأول على الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بالحصبة ارتياد الأماكن العامة، في حين يلزم التدبير الثاني إدارات المدارس التحقّق من أن التلاميذ محصّنون واستبعاد التلاميذ غيرالملقحين وغيرالحائزين على إعفاء رسمي طبي الطابع أو ديني.

وفي حال عدم الامتثال للتدبيرين الجديدين، تفرض على المخالفين غرامة قد تصل إلى ألفي دولار في اليوم، بحسب روبرت. هذا وقد تبلغ النفقات المترتبة عن انتشار الحصبة في المنطقة حوالي مليوني دولار، وفق داي.

وتشكّل منطقة روكلاند مع مدينة نيويورك البؤرتين الأساسيتين لانتشار مرض الحصبة في الولايات المتحدة، بحيث تشتد وطأة هذا المرض في أوساط اليهود المتطرّفين.

أنَّه كان قد قضي رسمياً على هذا المرض في البلد

يساعد تناول اللوز الأخضر في خفض نسبة

يعدَ اللوز الأخضر من الفواكه الغنية بفيتامين

الذي يمنع جفاف البشرة ويساعد في الحد من E

ظهور علامات التقدم في السن.٦- يحسن القدرات

المعرفية إنَّ الفيتامنيات المتنوعة والمعادن الغذائية

الإصابة بأنواع متعددة من السرطان، وذلك لأن

قشرة اللوز تحتوي على ٢٠ نوعاً من المركبات

وتشهد الولايات المتحدة، كما بلدان أخرى في

في تقويتها. ٤ - يحمي من السرطان

٥- يرطب البشرة

حفنة من اللوز الأخضر تحارب التجاعيد والكولسترول!

إنّ شجر اللوز من أشهر الشجر الموجود في بلدان حوض البحر الأبيض المتوسط، إذ يحتوي اللوز الأخضر على الكثير من العناصر الغذائية المهمة لصحة الإنسيان. ويتميز عن غيره من الفواكه الموسمية بغناه بالأملاح والمعادن الغذائية كالبوتاسيوم والمغنسيوم إضافة إلى إحتوائه على كمية مهمة من المواد الكربوهيدراتية، والألياف الغذائية. في هذا الصدد، أشارت اختصاصية التغذية مايا غاريوس إلى الفوائد الصحية للوز الأخضر على جسم الإنسان.

١ - يحارب الكولسترول السيئ

إنّ الزيت الموجود في اللوز الأخضر يعدّ 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

الموجودة في اللوز الأخضر تعزز وظائف الدماغ بشكل فعال. وبالتالي، تنشط عملية الذاكرة إضافة إلى حمايته من مرض الألزهايمر. ٧- ينظف الجهاز الهضمي

على غرار الفواكه الأخرى، يعتبر اللوز الأخضر من الفواكه الغنية بالألياف مما يساعد الجهاز الهضمي على تنظيف نفسه ويعالج مشكلة الإمساك. ٨- غني بالسعرات الحرارية

بالرغم من دور اللوز الأخضر في الحفاظ على الوزن الطبيعي إلا أنّ حصة مؤلفة من ١٤ حبة

من اللوز الاخضر تحتوي تقريباً على ١٠٠ وحدة حرارية. لذا، ينصح بتناوله بكميات معتدلة.

وجاء في بيان صادر عن منظمة الصحة العالمية

أن "العطيات الأولية على الصعيد العالمي أظهرت

ارتفاعا في الحالات المعلنة بنسبة ٣٠٠٪ خلال

الأشهر الثلاثة الأولى من العام ٢٠١٩، مقارنة

بالفترة عينها من العام ٢٠١٨. وكانت الحالات

آخذة في الازدياد خلال السنتين الأخيرتين".

وأهم العلاجات. ما هي كهرباء القلب؟ يشهد الاختصاصي في أمراض القلب

وبدأت بالصراخ، فركض نحوها الجيران هناك ونقلوه إلى المستشفى. محاولات

وقالت المجلة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي٢١"، إن الزهايمر لا

نشرت مجلة "فاميلي سيركل"

الأمريكية تقريرا تطرقت فيه إلى

الأعراض الدالة على الإصابة بالزهايمر،

التي من شأنها أن تساعد على التشخيص

المبكر لهذا النوع من اضطرابات الدماغ.

يصيب كبار السن فقط ممن تجاوزوا عقدهم السابع. وعلى الرغم من حقيقة أن ٥,٥ مليون شخص من المصابين 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 يقلن إن الأطباء المباشرين لحالة أزواجهن، ظنوا في البداية أنهم يمرون 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 لأخر، 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 جلبه من غرفة المعيشة، أو نسيان اسم أحد أبنائك أو اسم القطة أمر طبيعي يواجهه أغلبنا، بيد أن تكرر ذلك يمثل مشكلة حقيقية.

فإذا لاحظت أنك تواجه يوميا مشكلة في تذكر أسماء أبنائك فإنه لابد 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 ب ١٢، وقصور الدرقية، أو الإصبابة بالتهاب حياد، أو حتى الاكتئاب. وأوردت المجلة، ثانيا، أن الارتباك بين الزمان والمكان يدل على الإصابة بالزهايمر. وحسب فوجيل، فإنه إذا قدت يوما سيارتك نحو متجر البقالة لكنك وجدت نفسك أمام المكتب

فتلك ليست نهائة العالم، فأحيانا نقع في

الأنماط لكن ذلك لا يعرقل سيروظائفنا

اليومية. ولكن، إذا لاحظت أنك يوميا أو

في بعض الأحيان لا تتذكر أين أنت وكيف

وصلت إلى ذلك المكان، فذلك أمر مختلف.

٦ علامات تدل على إمكانية

الإصابة بمرض الزهايمر

تستطع والدتك اتخاذ قرار بشأن المكان

ونوهت المجلة، ثالثا، إلى أن مواجهة صعوبة في القيام بالمهام الاعتيادية من بين الأعراض الأولى لمرض الزهايمر. وفي العادة، لا يفكر الشخص لثانية واحدة عندما يتعلق الأمر بالقيام بالأنشطة الروتينية اليومية مثل ارتداء الملابس وإعداد الفطور، أو محاولة القيام بهما في الوقت نفسه. ولكن بالنسبة للشخص المصاب بالخرف، فإن فقدان الذاكرة يشمل حتى هذه الأنشطة اليومية ويؤثر في قدرتهم على ممارستها.

وبينت المجلة، رابعا، أن تدني القدرة على اتخاذ القرارات من العلامات التي تدل على الإصابة بالزهايمر. فإذا لم

المشكلة التي يواجهها، وقد يصل الأمر إلى درجة نسيان كيفية تعميرشيك أو صعوبة متابعة وصفة طبخ. وذكرت المجلة، سادسا، أن تغير مزاج وشخصية الفرد دليل على الإصابة بالزهايمر. وحيال هذا الشأن، قالت فوجيل إن والدتها كانت مرحة ومحبة للحفلات، لكنها أصبحت الأن نادرة الذهاب إليها. وهذا نوع من التغيرات

الذي ستنظم فيه عشاء عيد ميلادها،

أو إذا تجاهل والدك حقيقة أنه انعطف

في طريق ذي اتجاه واحد، فيجب عليك

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

وأشارت المجلة، خامسا، إلى أن إيجاد

صعوبة في التفكير المجرد 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 عملها. ولكن مع

ذلك، قد يرفض الشخص الاعتراف بهذه

القرارات التي تخص العائلة.

الانتباه لهذا النوع من العلامات.

التي تطرأ على شخصية الفرد المصاب بالزهايمر التي لابد من الانتباه لها. كما أن تغير المزاج بسرعة من الأعراض التي تكون واضحة عند المصابين بالخرف، وهذا الأمر مختلف عن تقلّب 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.

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

أن تكتب عن فتى صغير خذله قلبه باكراً، 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 يتسنّ له الوصول إلى المدرسة، عاجله الموت وترك عائلته مضجوعة على غيابه

نظرا للقصص العديدة التي تشبه قصة محمد، يبدو أننا بحاجة إلى المزيد من التوعية على حالة توقّف القلب والتعرّف إلى كهرباء القلب. قد لا يعرف الكثيرون ما تعنيه هذه الحالة الطبية، لكننا بتنا بحاجة الى رفع الصوت أكثر والحديث عن هذا الموضوع علّنا ننقذ باقي الشباب من هذا الموت المفاجئ.

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

وممدداً على الأرض". يتابع وهبي: "خافت شقيقته كثيراً 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 كهرباء القلب، اذا كان هناك زيادة في ضربة البطين الأيمن خلال انبساط القلب، تؤدي إلى رجفة في القلب، وتتسبّب بتوقفه. أصبحنا نسمع كثيراً عن هذه الحالة الشبيهة بحالة محمد، لذلك من المهم التوعية حول هذا الموضوع وإجراء فحوصات للقلب عند الأطفال



الطبية الأخرى". إن حالة توقف القلب عند الشباب لا تُشبه حالة الوفاة بأزمة قلبية عند الكبار. لذلك سنُعيد التذكير وشرح هذه الحالة وكيفية التشخيص والوقاية منها

والشباب كما هي الحال مع الفحوصات

والأوعية الدموية وكهرباء القلب في المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت ورئيس شعبة كهرباء القلب في جمعية القلب اللبنانية الدكتور مروان رفعت، حالات كثيرة من حالات الخلل في كهرباء القلب من دون علم الأشخاص الذين يتعرضون لها، وأنقذوا من الموت المفاجئ. ويتحدث عن الأسباب المسؤولة وعن كيفية علاجها وتفادي هذه المأساة. يستهل الدكتور رفعت حديثه بشرح

أسباب توقف القلب الفجائي عند الشباب × اعتلال عضيلة القلب

Hypertrophic

هل الكافيين يُحسّن الأداء الرياضي؟

Cardiomyopathy وهـو مرض

ي × خلل تنسُّج البطين الأيمن المحدث لاضطراب النظم × متلازمة فترة QT الطويلة

× متلازمة بروغادا × متلازمة وولف باركسون وايت × تسرع البطين عديد الأشكال

× عيوب خلقية للشرايين التاجية

× العامل الوراثي

× العيوب الخلقيه للقلب تُصيب هذه المشكلة فئة الشباب الذين تراوح أعمارهم بين ١٢ - ٣٥ عاماً ويكون

سبب الوفاة ناجماً عن خلل في كهرباء القلب وعدم انتظام دقاته. أعراض تحذيرية

يُميّز الدكتور مروان رفعت بين الجلطة، وهي كناية عن انسداد في شرايين القلب، وبين خلل كهرباء القلب. لذلك من الأهمية بمكان تشخيص الحالة وعدم إهمال أي عارض، لا سيما أن العارض الأول قد يكون

- الدوخة - تسارع في دقات القلب - ألم في الصدر "رسائتنا اليوم" وفق رفعت "ليس فقط

الأخير. ومن أهم هذه الأعراض:

- الإغماء

زيادة التوعية حول مشكلة كهرباء القلب، وإنما الحض على أهمية توفير جهاز مزيل الرجفان 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

الجهازي حال جرى تدريبه عليه". كيف يمكن علاج كهرباء القلب؟ كما يشدد الدكتور رفعت على "أهمية الكشف المبكر والتأكد من التاريخ العائلي للشخص وإجراء الفحص السريري وفحص القلب وتخطيطه كهربائياً، وعلى أساسها تشخص حالة المريض وبالتالي

يحدد نوع العلاج". أما بالنسبة الى العلاجات فيمكن تقسيمها وفق الأتي:

× أدوية دقات تنظيم القلب × زرع جهاز لتفادي خطر الوفاة

× الكيّ: وهنا يتمّ ادخال 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 إيطاليا التي أجرت دراسة وتشخيصاً على مدى أكثر من ٢٥ عاماً، وتمكنت من تفادي الموت المفاجئ بنسبة ٨٨٪. لذلك من المهم إجراء تخطيط كهرباء القلب للرياضيين وللأشخاص الذين لديهم تاريخ عائلي (وفاة مبكرة في العائلة بسبب القلب - دون سن الـ ٥٠).

يُشكُل الوقت محطة مفصلية في حالات توقّف القلب المفاجئ. وبرأي رفعت فإن "كل دقيقة مهمة في هذه الحالة، وكلما تأخرنا دقيقة تقلّ نسبة النجاة ١٠٪. تبدأ الخطوة الأولى في عملية الإنقاذ بإجراء إنعاش القلب الرئوي CPR إلى حين توافر AED أو وصول فريق الإنقاذ

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

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

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

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

الضبخامي

وقال قائد فريق البحث من جامعة فيكتوريا في ملبورن بأوستراليا جوزو جرجيك إن "المكمّلات 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

قائمة الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات كمادة محظور تناولها خلال المنافسات. وأشسار جرجيك لرويترز إلى أن

والأداء الرياضي. واكتشفوا أن الكافيين عزز قدرة العضلات على التحمّل وقوتها وأداء القفز وسرعة أداء التمارين. مضيفاً: "قد يكون لتناول كوبين من القهوة قبل نحو ٦٠ دقيقة من بدء التمرين تأثير قوي لدى معظم الأفراد".

مراجعة شاملة لنتائج مراجعات سابقة على مستويات مرتضعة من الكافيين". وفي العام ٢٠٠٤ رُفع الكافيين من حللت عدة دراسات تتعلق بالكافيين منذ ذلك الحين، زاد تناول الكافيين بين الرياضيين، ولا توجد مؤشرات على انحسار ذلك". وأجرى جرجيك وزملاؤه سيطر فريق إطفائية المسجد الأقصى

المبارك، مساء الاثنين، على حريق شبّ 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

نشر موقع "ذا كونفرسايشن

الأسترالي تقريرا تحدث فيه عن مدينة

لوس أنجلوس التي تمكن سكانها بسبب

انقطاع كبيرفي الطاقة 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

وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته

عربي ٢١"، إن التلوث الضوئي ينتج عن

مصادر الضوء الاصطناعيّة، لا سيما

مصابيح الشوارع واللوحات الإعلانية

والمصابيح الأمامية للسيارات. وهناك

نوعان رئيسيان من تلوث الضوء؛ المصدر

النقطى، وهو الضوء المنبعث مباشرة من

المصدر، والوهج السماوي الذي يتمثّل في

وبين الموقع أن التلوّث الضوئي يغطى

السماء فوق ربع مساحة الأرض العالمية

اليوم، حيث يعيش ٨٠ بالمئة من سكان

العالم، ومن ثمّ لم يعد بإمكان ثلث مجموع

البشر رؤية مجرة درب التبانة. ولطالما

كان هذا الكون شديد الظلمة في السابق،

ومن ثم أصبح البشر يعتمدون الضوء

الاصطناعي في الليل. وبغض النظر عن

دعا "المرصد المغربي لمناهضة

التطبيع"، أمس السبت، السلطات المغربية

إلى التدخل لمنع مشاركة راقصات

اسرائيليات بينهن متحولون جنسيا في

وأعرب "المرصد المغربي لمناهضة

التطبيع"، عبر صفحته الرسمية على

'فيسبوك"، عن تنديده بهذه الخطوة

التي وصفها ب"النشاط التخريبي"، داعيا

إلى محاسبة الواقفين خلف هذا الحفل

محليا بالمغرب وحاضنيه العملاء"، وفق

حفل بمدينة مراكش (جنوب المغرب).

انعكاس الضوء على السماء.

خلال الليل.

«تويتر» يوقف ١٠٠ ألف حساب على منصته

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، لاحقنا

كاف". وأضافت: "لذا فإننا في وقت سابق من هذا إساءة يمكن نشرها عن طريق تويتر، بالإضافة إلى الاعتماد على بلاغات الأشخاص".

«أخطر الطيور في العالم» يقتل مالکه فی منزّل بفلوریدا

∻وكالات

قتل رجل يبلغ من العمر ٥٧ عاما بسبب طائر كبير، لا يستطيع الطيران احتفظ به في منزله في فلوريدا، وفق ما أكدته وسائل إعلام مختلفة. وعثرت الشرطة على الرجل مصابا بجروح بالغة من طائر كاسواري، الذي يعد أخطر طائر في العالم، بسبب مخالبه التي

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 ما تزال تحقق في الحادث، لكنها تقول إن المعلومات الأولية تشير إلى أنه كان "حادثا مأساويا".

ضحايا مجزرة نيوزيلندا

♦و كالات

تجمع آلاف الماكستانيين الذين ارتدوا الأبيض في إرهابي يميني عشرات الأشخاص في آذار/ مارس.

ووضع علمان ضخمان لباكستان ونيوزيلندا على

وعلى الفتة طويلة كتب "تضامن من باكستان مع شهداء كرايست تشيرتش". وقال شهيب زاده سلطان أحمد علي رئيس المعهد الإسلامي، وهو المنظمة غير

اليوم رسالة إلى العالم بأسره بأن الإسلام هو دين

وقد وجهت إلى برينتون تارنت، وهو أسترالي في الثامنة والعشرين ينادي بتفوق البيض، تهمة قتل ٥٠ شخصا ومحاولة قتل ٣٩ آخرين في هجومين نفذهما على مسجدين في نيوزيلندا في ١٥ آذار / مارس

تسعة منهم من أصل باكستاني.

مسلمون ينظمون فعالية ضد الأحكام المسبقة تجاههم بالنمسا

عرفت العديد من المدن النمساوية، السبت، 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.

مفادها، أنهم المجتمع النمساوي بحد ذاته، أكثر من كونهم جزءا منه. ولفت إلى أن زوار منصات الفعالية أعربوا عن حزنهم من هجوم نيوزيلندا الإرهابي، مبينا أن مثل هذه الفعاليات مهمة للحد من خطابات الكراهية وتعزيز العيش المشترك.

كرايست تشيرتش النيوزيلندية، هجوما إرهابيا بالأسلحة النارية والمتفجرات، استهدف مسجدى 'النور" و"لينوود"، في اعتداء دام خلف ٥٠ قتيلا.

طبيب استخدم سائله المنوى لإنجاب ٤٩ طفلا دون علم الأمهات

أثبتت نتائج اختبار أجرتها الحكومة الهولندية،

وبحسب ما أوردتــه صحيفة "إندبندنت" عمليات التلقيح.

استمرت عامين، وحصلت السلطات على عينات

٢٠١٧ بعد وفاته عن عمريناهز ٨٩ سنة. وقال أحد هؤلاء الأطفال: "أخيرا انتهى هذا الفصل، والأن أعرف أن كربات هو أبي".

الحمض المنوي من منزل الطبيب في إبريل/ نيسان

وأضاف لهيئة الإذاعة الهولندية: "بعد ١١ سنة من البحث، أستطيع أن أواصل حياتي. وأشعر بسعادة لأن كل شيء اتضح أخيرا".

وأضاف أنه وإخوته غير الأشقاء، أصبحوا أصدقاء من خلال معركتهم القانونية وسيبقون على

وأغلقت عيادة الطبيب الهولندي في ٢٠٠٩ بسبب مزاعم تزويره بيانات، وتحاليل، وأوصاف متبرعين، وأنه تجاوز العدد المسموح به للتخصيب

مستشفى أمريكي يقاضي أميرا سعوديا تخلف عن الدفّع

∻وكالات

رفع مستشفى أمريكي دعوى قضائية على أمير تعاني من ضمور العضلات في العمود الفقري.

وقالت مواقع أمريكي، نقلا عن شبكة "سي أن

الصحية كاملة. ولم تذكر المستشفى التفاصيل حول الطفلة

المريضة، التي ترقد في مستشفى بوسطن للأطفال، وهو مؤسسة غيرربحية.

الجامعية، والالتحاق بعمل في مؤسسة حكومية،

إلا أن العمل لم يثنه عن صقل موهبته وتطوير هذه

وفي حديث للأناضول، قال أر أوغلو، إن فكرة

النقش على البيض، راودته عندما كان يستخدم

محرك آلة تجفيف الشعر، لثقب شرائح دارات

الهواية، حيث أخذ يمارس أنواع الرسم المختلفة.

الدجاج باحترافية

ودفعته ظروفه آنناك، إلى قطع دراسته

فقط تغريدات محتمل أنها حملت إساءة بعدما تم إبلاغنا عنها. نحن نعلم أن هذا غير مقبول، وغير العام، جعلنا أولويتنا اتخاذ نهج استباقي تجاه أي

تشبه خنجر أربع بوصات. وعثرت الشرطة على

هكذا تضامن آلاف الباكستانيين مع

جانغ، وسط باكستان، لتشكيل صورة عملاقة لمسجد النور في كرايست تشيرتش في نيوزيلندا حيث قتل

وتظهر مشاهد صورت بطائرة مسيرة رجالا يلبسون الرداء التقليدي ويقفون في حقل أخضر فيما كتبت مجموعة أخرى بأجسادها عبارة "الإسلام

العشب على مسافة أمتار قليلة من المشاركين.

الحكومية وراء المبادرة: "يحمل المشاركون في التجمع

وأوضحت هذه المنظمة أن ٢٠ ألف شخص شاركوا

وقضى غالبية الضحايا في مسجد النور وكان

وقال نور حسن أحد المشاركين في الحدث لوكالة فرانس برس: "لقد عملنا بجهد كبير لتحقيق هذا المجسم. كان الأمر ممتعا وكنا مستعدين لأن نبقى

تنظيم فعالية "تفضل أنا مسلم"، بهدف تقديم معلومات حقيقية عن المسلمين، والوقوف ضد

وقال رئيس قسم الاتصالات في الاتحاد، معمر أق قايا، للأناضول، إنهم يهدفون من خلال الفعالية بنسختها الرابعة هذا العام، إلى وقف معاداة المسلمين المتصاعدة في أوروبا، وتخفيف الضغوط عنهم، وتغيير وجهات النظر المبنية على الحكم المسبق تجاههم.

وأضاف أنهم لاقوا ردود فعل إيجابية، وأن العديد ممن التقوهم أعربوا عن حزنهم من معاداة المسلمين المتزايدة في النمسا وعموم أوروبا خلال السنوات الأخيرة.

وأشار "أق قايا" إلى أنهم أرادوا إيصال رسالة

وفي ٢٩ آذار/ مارس الماضي، شهدت مدينة

أن طبيبا متخصصا بعمليات التخصيب، استخدم سائله المنوي في تلقيح أمهات ٤٩ طفلا، دون علمهن. و كشفت نتائج التحليل، أن الطبيب الهولندي يان كربات، والذي توفي قبل عامين، خصب أمهات هؤلاء الأطفال في عيادته الخاصة بالقرب من مدينة

البريطانية، فإن أي من النساء لم تكن على علم بأن الطبيب كان يستخدم سائله المنوي الخاص به خلال

وجاء الإعلان عن النتائج، بعد معركة قانونية

من متبرع واحد وهو ستة أطفال.

سعودي، بعد أن امتنع عن دفع فواتير علاج طفلة

أن"، إن المستشفى يطالب الأمير بدفع ٣،٥ مليون دولار من الفواتير المستحقة، التي تعهد الأميرسابقا

وتابع 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 التكفل بالرعاية

فنان تركي ينقش على بيض

∻وكالات

فضل الفنان التركي ناجي أر أوغلو، التفنن على بيض الدجاج الهش، بعد تفريغه، ليحيله إلى عمل فني أخاذ، في الوقت الذي يتطلب فن النقش أجساما صلبة في العادة. ويقيم أر أوغلو (٦٠ عاما) في ولاية أضنة جنوبي تركيا، حيث برزت موهبته في الرسم، في مرحلة الدراسة الثانوية.

الكترونية، أثناء مساعدة أحد أبنائه للقيام بوظيفة مدرسية، في التسعينيات.

∻وكالات

نشر موقع "بوب شوغر" الأمريكي تقريرا تطرق فيه إلى العلامات الدالة على أن الوالدين يفرطان في رعاية الطفل والاهتمام به.

وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته عربي ٢١"، إن العديد من الأباء والأمهات يحرصون على أن يقدموا الأفضل لأبنائهم ويكونوا مثاليين قدر الإمكان من خلال مساعدة أطفالهم على إنجاز واجباتهم المدرسية كل ليلة، وقراءة القصص لهم، أو اصطحابهم إلى المتنزهات خلال كل عطلة نهاية أسبوع.

ولكن بعضهم يتساءلون عما إذا كان ذلك يصنع فرقا، خاصة أن الأطفال الذين يتلقون اهتماما أقل من قبل آبائهم يكونون أكثر تعويلا على أنفسهم وأكثر ثقة بذواتهم.

وفيما يلي، العلامات السبع التي تدل على أن الوالدين يبالغان في الاهتمام بالطفل ويتدخلان كثيرا في حياته. ذكر الموقع، أولا، أن الثناء كثيرا

على الطفل يعتبر من بين المؤشرات التي تدل على أنك تفرط في رعايته. ففي حين أن الأطفال يحتاجون دعم أوليائهم وتشجيعهم، يميل بعض الأولياء إلى المبالغة في الثناء على كل ما يفعله أطفالهم ومكافأتهم عليه. ومن الطبيعي أن يحاول الأباء الثناء على أطفالهم عندما يكونون رضعا أو صغارا لتعلمهم مهارة جديدة مثل دخول الحمام لوحدهم أو لتصرفهم بطريقة لبقة، بيد أن هذا الأمر يصبح مبالغا فيه عندما تستمر في الثناء عليه حتى على فعل شيء أتقنه وكرره للمرة الألف.

وأورد الموقع، ثانيا، أن إعطاء الطفل الكثيرمن المكافآت المادية دليل على أن الأب أو الأم يدللان طفلهما كثيرا.

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 "توقيف شبكة لتجنيس الإسرائيليين

ويأتي الحفل في إطار مهرجان "بيلي"

يشار إلى أن السلطات المغربية، أعلنت في وقت سابق من الشهر الجاري، توقيف

الكثير من الطفل من شائه أن يجعله

مدللا. فبعض الأولياء يترددون في تحميل

أطفالهم الكثير من المسؤوليات في ظل كثرة

الأنشطة بعد المدرسة والواجبات المنزلية،

فتجدهم يأخذون فعل كل شيء على

عاتقهم. ولكن توقع القليل من أطفالك

مقابل إعطائهم الكثيرمن المكافآت لا يمكن

وأفاد الموقع، رابعا، بأن تحميل الطفل

القليل من المسؤوليات علامة تدل على أنك

أن يعتمد سوى في المدرسة.

إدارية وجوازات سفر. وأوقفت السلطات المغربية، في آذار/ الراقص المقرر انعقاده بمدينة مراكش في

جنسية المغرب.

دعوات لمنع مشاركة راقصات

إسرائيليات في حفل بمراكش

حريق في المصلى المرواني

داخل باحات المسجد الأقصى

التلوث الضوئى.. الجانب المظلم للإنارة

في عرقل عملية الإفراز الطبيعية لهذا

الهرمون الحيوي، ويرتبط هذا التغيير

بالإصابة بالسمنة وانخفاض جودة النوم

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

المصابيح 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 الإضباءة حول العالم، التي لن

تحد بالضرورة من فوائدها. ومن بين هذه

الاستراتيجيات تجنب استعمال الضوء

في المناطق التي لطالما كانت مظلمة سابقا،

والحرص على أن تكون شدة الإضاءة في

إلى جانب ذلك، يجب أن تسلّط

الإضاءة مباشرة على المنطقة التي نحتاج

لإنارتها فقط ونتجنبها حيثما أمكن ذلك،

أدنى درجة يمكن استخدامها.

ونظرا لأن الميلاتونين مضاد للأكسدة

وضعف الذاكرة.

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 ساحات المسجد الأقصى

الجنوبية الشرقية، ويتحد حائطاه

الجنوبي والشرقي مع حائطي المسجد

الأقصى، وهما كذلك حائطا سور البلدة

المهم أن نتذكر أن نصف الكرة الأرضية كان

دائما، وفي أي لحظة من الزمن، في ظلام

دامس. وهذا يعنى أن الكائنات الحية

والبشر قد تكيفوا سابقا مع دورات الليل

والنهار على مدار فترات التطور الزمنية.

الحيّة استخدمت الدورات الشمسية

والسدورات القمرية لتوقيت سلوكها

ونشاطها وأنماط نومها وكذلك أوقات

التزاوج والتغذية. لكن اليوم، توسّع نطاق

التلوث الضوئي وازدادت كثافته، وهناك

أدلة كثيرة تفيد بأن زيادة الإضاءة قد

وأكد الموقع أن الإضاءة تؤثر سلبا

على البيئة؛ لأنها تـؤدي إلى تعطيل

دورات الضوء الطبيعي التي اعتادت عليها

الكائنات الحيّة. وتؤثر هذه التغيرات على

عملية تقسيم الوقت بين نشاط الحيوانات

وبحثها عن الغذاء، وكذلك تؤثر على

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

وأورد الموقع أن هناك أدلة متزايدة

الصحة الفردية.

تخلُّف مجموعة من الأثار السلبية.

وأشار الموقع إلى أن العديد من الكائنات

القديمة في مدينة القدس المحتلة.

القضائية تمكنت من توقيف ١٠ أشخاص مشتبه بارتباطهم بشبكة إجرامية تنشط في مجال تزوير وثائق رسمية،

سرائليين اثنين بشبهة تزوير وثائق

مارس الماضي، عشرة أشخاص يشتبه في تورطهم بتزوير وثائق رسمية لصالح إسىرائيليين، يهدفون للحصول على

وقال بيان صادر عن المديرية العامة للأمن المغربي إن "عناصر فرقة للشرطة

بغرض الحصول على جنسية المملكة ووثائق هويتها".

وأضياف البيان إلى أن "الشبكة الإجرامية يتزعمها مواطن مغربي يهودي الديانة، وتضم ثلاثة موظفين بالشرطة، وموظفين حكوميين اثنين، ومسؤولة تجارية بوكالة للأسفار، علاوة على ثلاثة أشخاص آخرين يشتبه في مشاركتهم في تسهيل ارتكاب هذه الأفعال الإجرامية".

وأوضح أن "الشبكة تقوم بتزوير عقود

وينبغي أن تكون الإضاءة "أكثر دفئا"، من

خلال اعتماد المزيد من الألوان البرتقالية

وأوضح الموقع أنه بالنظر إلى حجم

وخطورة العواقب، فإن بعض أبحاث

التلوث الضوئي النادرة في أفريقيا، تكشف

أن هذه القارة هي إحدى أقل القارات

تلوثا بالضوء. لكن هذا الوضع يشهد تغيّرا

سريعا مع توسع البنية التحتية للأضاءة،

التي ترتبط ارتباطا وثيقا بالتنمية

الاقتصادية. وينطبق هذا الأمر بشكل

خاص على المناطق الريفية التي انتشرت

وفي الختام، ذكر الموقع أن التلوث

الضوئي هو محرك التغيير العالمي الخطير،

وقد أصبح جميع الناس على دراية بما

يعنيه هذا الأمر. وعلى الرغم من أن

العديد من الأفارقة ما زالوا قادرين على

مشاهدة درب التبانة، إلا أن التوسع في

البنية التحتية للإضاءة بات وشيكا.

وكما هو الحال مع الدوافع الأخرى للتغيير

العالمي، فإن هذه القارة تمر بمرحلة

مهمّة من أجل ضمان عدم تأثير تطورها

الاقتصادي على صحة الإنسان والبيئة،

لكن أنجع طريقة لمنع التلوث الضوئي لا

فيها شبكات الكهرباء ومصابيح "ليد"

بدلا من استخدام طيف الضوء الأبيض.

6

الميلاد، لفائدة مواطنين يحملون الجنسية الإسرائيلية من أصول غير مغربية".

يتركا له المجال للقيام بما يتوجب عليه

فعله دون توجيه الأوامر له في كل مرة،

حتى يتعلم كيفية التصرف عندما لا يكون

المساعدة لطفلك دون أن يطلب منك ذلك

يجعلك تتدخل أكثر من اللازم في حياته،

مثل حمل محفظته عنه واصطحابه إلى

الحضانة والبقاء معه حتى يرن الجرس.

ولكن مثل هذه الممارسات تجعل الأباء

مستقبلا يتدخلون في أدق تفاصيل حياة

أبنائهم مثل اتخاذ القرارات عوضا عنهم،

وقد يصل الأمر إلى درجة الحط من

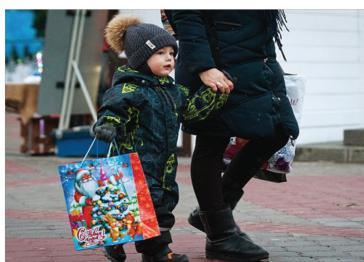
مجهودات الطفل بشأن نشاط ما فقط

لأنه لم يستشر والديه أو ينل موافقتها

وذكر الموقع، سادسا، أن تقديم

والداه معه في المنزل.

كيف تعرف ما إذا كنت ترعى أطفالك بشكل مفرط؟



وق الواقع، إن شراء لعبة للطفل حتى تفرط في الاعتناء به. في المقابل، لابد من يتصرف بشكل لائق في متجر البقالة أو شراء حقيبة ظهر له دون مناسبة قد يجعله متطلبا وصعب الإرضاء. والتقليل من استهلاك الحلوى وعدد الأغراض والألعاب التي تشتريها لطفلك دون داع من شأنه أن يجعله يقدر حصوله عليها في مناسبات معينة، مثل عيد الميلاد وعيد وأشار الموقع، ثالثا، إلى أن عدم انتظار

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. وبتحميلهم مسؤوليات أكبر في كل مرة، سيتعود الطفل على التعويل على نفسه ويصبح شخصا مستقلا ويتعلم كيفية اتخاذ القرارات الصحيحة. ولكن يجب أن تفسر للطفل أن تحمل بعض المسؤوليات "ليس طاعة لما تقوله" وإنما لتعلم مشاركة المسؤوليات ولحظات المتعة وأشار الموقع، خامسا، إلى أن توجيه

مع العائلة. نفس المهام مرارا وتكرارا للطفل يجعل منك والدا أو أمّا متغطرسة. ويجب أن يأخذ الوالدان بعين الاعتبار أنهما يربيان كائنات بشرية وليس روبوتات تنفذ كل ما تؤمر به بحذافيره. في المقابل، حتى يصبح

على القيام به. ونوه الموقع، سابعا، بأن حرص الآباء على جعل أبنائهم يتجنبون ارتكاب الأخطاء يؤثر سلبا على سلوكهم. وخلافا لما يتوقعه بعض الأباء، فإن ترك الطفل يرتكب بعض الأخطاء ويجربها بنفسه سيجعله أكثر حذرا وإدراكا لنتائج أفعالهم، مثل تجنب حرق أيديهم عند لمس شيء ساخن أو جرح أصابعهم. ومن خلال الوقوع سيتعلم الطفل كيف ينهض مجددا بمضرده، وماذا يشعر عند لمس شراب ساخن، وماذا يحدث له عند وضع ألعاب متسخة في فمه.

الطفل مسؤولا ينبغي على الوالدين أن

وفي الختام، أشار الموقع إلى أنه يجب على الأباء تجنب المبالغة في رعاية أطفالهم والتدخل في حياتهم، والحرص على تشجيعهم. ومن خلال الحفاظ على التوازن في كيفية تعاملك مع طفلك سواء عند الثناء عليه أو إظهار مدى حبك له أو التدخل في بعض الشؤون ستضمن التمتع بعلاقة صحية معه. ولابد أن لا يبالغ الوالدان في حماية الطفل حتى يكون مستعدا للعالم الحقيقي وتحدياته

ميسى يقترب من إحراز ثاني لقب بقميص إنتر ميامي

بات النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي على بعد فوز من إحراز لقبه الثاني بألوان فريقه الجديد إنتر ميامي، وذلك بعد التأهل معه إلى نهائي كأس الولايات المتحدة المفتوحة لكرة القدم بالفوز على سينسيناتي بركلات الترجيح ٥-٤ بعد التعادل ٣-٣ في الوقتين الأصلي والإضافي، الأربعاء.

وسبق لميسي أن قاد إنتر ميامي، السبت، إلى لقب كأس الرابطتين بالفوزي النهائي على ناشفيل بركلات الترجيح ١٠-٩ بعد تعادلهما ١-١، ليصبح نجم برشلونة الإسباني وباريس سان جرمان الفرنسي سابقا على بعد فوز من لقب ثان بألوان فريقه الجديد. وتعتبر كأس الولايات المُتحدة المفتوحة من أقدم المسابقات

الكروية في أميركا، إذ انطلقت عام ١٩١٤ وهي مشابهة لكأس إنجلترا ويلتقي إنتر ميامي في النهائي المقرر في ٢٧ سبتمبر مع هيوستن

دينامو، الذي تغلب الأربعاء على ريال سولت لايك ٣-١ بعد التمديد (١-١ في الوقت الأصلى). وقبل شهر فِقط، كان التأهل إلى نهائي المسابقة في متناول

سينسيناتي تماماً بما أنه متصدر لترتيب الدوري المحلي "أم أل أس"، فيما يقبع إنتر ميامي في المركز الأخير، لكن قدوم ميسي غُير وجه الفريق الذي خاض ١١ مباراة متتالية في الدوري من دون انتصار.

وفي أجواء مناخية حارة جداً في أوهايو، بدا إنتر ميامي في طريقه لهزيمته الأولى منذ قدوم بطل العالم وزميليه السابقين في برشلونة سيرجيو بوسكيتس وجوردي ألبا، إذ عانى لجاراة سينسيناتي ووجد نفسه متخلفا بهدفين نظيفين الأرجنتيني الآخر لوسيانو أكوستا (١٨) وبراندون فاسكيس (٥٣)، وذلك حتى الدقائق الـ٢٦ الأخيرة

لكن ميسى قلب الطاولة حين مرر كرتين حاسمتين رائعتين للإكوادوري ليوناردو كامبانا الذي قلص الفارق في الدقيقة ٦٨ ثم خطف التعادل في الدقيقة السابعة من الوقت بدل الضائع، فارضاً بذلك شوطين إضافيين.

وبدأ ميامي الشوط الإضافي الأول بشكل مثالي بعدما وضعه الفنزويلي جوزيف مارتينيس في المقدمة (٩٣)، لكن سينسيناتي لم يستسلم وأدرك التعادل عبر الياباني يويا كوبو (١١٤).

ولجأ الفريقان بعد ذلك الى ركلات الترجيح التي ابتسمت لميسي ورفاقه بعدما صد الحارس درايك كالندر محاولة نيك هاغلوند، قبل أن يسجل بنجامين كريماشي محاولته، مانحاً إنتر ميامي الفوز ٥-٤.

الكشف عن حكام مباريات الجولة لرابعة من دوري المحترفين

انطلقت الخميس منافسات الجولة الرابعة من بطولة دوري المحترفين لكرة القدم حيث يستقبل الرمثا نظيره شباب الأردن في المباراة الافتتاحية للجولة والتي يستضيفها ستاد الحسن في إربد. فيما يلي الطواقم التحكيمية لمباريات الأسبوع الرابع: مباراة الرمثا وشباب الأردن:

الحكام: مراد الزواهرة للساحة، الحكام المساعدين حمزة أبو عبيد، هادي أدهم، ومحمود السوالمة رابعا.

مباراة معان والحسين:

الحكام: أسامة حسن للساحة، الحكام المساعدين أحمد سمارة، محمد محرم، وإبراهيم سمارة رابعا.

مباراة شباب العقبة ومغير السرحان، الحكام: أدهم مخادمة للساحة، الحكام المساعدين قيس خميس،

محمد حمادة، وأحمد راضي رابعا. مباراة الوحدات والفيصلي:

الحكام: محمد عرفة للساحة، الحكام المساعدين محمد البكار،

عمرو عجاج، ومحمود ظاهر حكم مساعد احتياط، ومحمد مفيد

مباراة الأهلي والجليل:

الحكام: أحمد يعقوب للساحة، الحكام المساعدين أحمد مؤنس، أيمن عبيدات، وعبد الرحمن اشتيوي رابعا. مباراة سحاب والسلط:

الحكام: عمر المعانى للساحة، الحكام المساعدين حمزة سعادة،

مراد الذيبة، ومحمود صبيح رابعا.

تشلسى يتعاقد مع ديفيد واشنطن



رفع تشلسي قيمة إنفاقه في نافذة الانتقالات هذه إلى نحو ٤٠٠ مليون دولار من خلال التعاقد مع المهاجم البرازيلي البالغ من العمر ١٨ عاما، ديفيد واشنطن، من نادي سانتوس مقابل رسوم يقال إنها تىلغ ۲۲ مليون دولار.

وقال تشلسي إن البرازيلي الشاب يستطيع اللعب في أي مكان عبر خط الهجوم، لكنه يعمل في الغالب كمهاجم صريح.

ووقع ديفيد اشنطن على عقد مدته سبع سنوات مع خيار التمديد لسنة إضافية مع "البلوز".

وتعاقد تشلسي مع برازيلي خر، هو أنجيلو غابرييل البالغ من العمر ١٨ عاما، من سانتوس في نافذة الانتقالات هذه أيضا.

الوحدات بالمجموعة الثانية بكأس الاتحاد الآسيوي



سُحبت قرعة كأس الاتحاد الأسيوي لكرة القدم الخميس، في مقر الاتحاد الأسيوي في العاصمة الماليزية كوالالمبور.

اليوم الخميس في كوالالمبور.

وإضافة إلى رونالدو، أفضل لاعب

في العالم ٥ مرات، القادم في يناير/

كانون الثاني الماضي بصفقة ضخمة،

تعاقد "العالمي" مع المهاجم السنغالي

ساديو ماني، ولاعبي الوسط الكرواتي

مارسيلو بروزوفيتش والعاجي سيكو

فوفانا، والظهير البرازيلي أليكس تيليس

ولاعب الوسط البرتغالي أوتافيو، وأخيرا

المدافع الإسباني إيمريك لابورت قادما من

لكن النصر أفلت من الغياب عن

البطولة القاربة، بعد فوزه المتأخر على

شباب الأهلي الإماراتي ٤-٢، بعد أن

كان متأخرا ١-٢ قبل دقيقتين من نهاية

الوقت الأصلي ضمن الملحق المؤهل الثلاثاء

حيث توج بلقب بطولة الأندية العربية

على أرضه، لكنه قدّم بداية سيئة جدا

في الدوري المحلي حيث خسر أول مبارتين.

عام ١٩٩٥ عندما حل وصيفا، وعامي

وكانت أبرز مشاركة للنصري البطولة

مانشستر سيتي.

وجاء الوحدات في المجموعة الثانية إلى جانب الكويت الكويتي

والكهرباء العراقي واتحاد أهلي حلب

قرعة دوري أبطال آسيا . . النصر والدحيل

وسبق للوحدات أن تأهل إلى الدور نصف النهائي من البطولة في ٣ مناسبات سابقة، ويطمح للتتويج باللقب للمرة

ويشارك الوحدات في كأس الاتحاد الأسيوي بعد خسارته أمام شباب أهلي دبي الإماراتي بثلاثية نظيفة في الدور التمهيدي لدوري أبطال آسيا.

المغرب أم إسبانيا؟.. لامين جمال يختار منتخبه الوطني

راموس إلى غلطة سراي

كشفت صحيفة آس الإسبانية عن أن سيرجيو راموس استقر على

ذكرت الصحيفة أن النادي التركي في طريقه لحل المشكلة التي

وأضافت: "يتبقى تفاصيل صغيرة للتوصل إلى اتفاق نهائي بين

يذكر أن أسطورة ريال مدريد السابق رحل عن باريس سان جيرمان عقب نهاية الموسم الماضي، وارتبط اسمه بالانتقال إلى

الدوري الأمريكي أو الدوري السعودي، بينما تعثرت مفاوضاته مع

غلطة سراي في وقت سابق، قبل أن يعود النادي التركي ويقترب من

ضم الدولي الإسباني في صفقة انتقال حر.

نشبت مع المدافع الإسباني حول المقابل المادي الذي سيحصل عليه

الطرفين عقب الوصول إلى صيغة نهائية بشأن الأمور المادية ".

الانتقال إلى غلطة سراي.



كشفت تقارير إعلامية إسبانية، أن نجم برشلونة الصاعد، لامين جمال الذي يحمل الجنسية الإسبانية، يقترب من تمثيل المنتخب الإسباني الأول بدلا من المغرب موطن والده وأجداده.

وقالت صحيفة "ماركا"، إن الاتحاد الإسباني لكرة القدم، يسعى لاستباق التحركات المحتملة من المغرب، وإقناع اللاعب البالغ عمره ١٦ عاما، والمولود لأب مغربي وأم قادمة من غينيا الاستوائية، باللعب مع منتخب إسبانيا.

وأشارت إلى أن مسؤولي الاتحاد الإسباني عقدوا اجتماعا مع جمال وعائلته في برشلونة لشرح خطط الاتحاد للاعب الشاب الذي اختار في وقت سابق تمثيل منتخبات إسبانيا على صعيد الناشئين والشباب، ولكن لا يزال بوسعه الانضمام لمنتخب المغرب إذا قرر تغيير هويته الرياضية، كونه لم يحمل بعد قميص منتخب إسبانيا الأول.

ومن جانبها، أوردت صحيفة "سبورت" الكتالونية، أن جمال اقترب من إكمال فصل تاريخي جديد في بداية مسيرته كلاعب كرة قدم محترف بالانضمام لمنتخب إسبانيا الأول. وأكدت الصحيفة أن المدير الفني لمنتخب إسبانيا، لويس ديلا

فوينتي، أدرج بالفعل اسم اللاعب الشاب في القائمة الأولية لـ ٌلاروخا ٌ استعدادا لمواجهتي جورجيا وقبرص في ٨ و١٢ سبتمبر المقبل ضمن التصفيات المؤهلة لكأس أمم أوروبا ٢٠٢٤.

وأصبح جمال في أبريل الماضي، وبعمر ١٥ عاما و٢٩٠ يوما، أصغر لاعب يشارك في تاريخ نادي برشلونة بالدوري الإسباني "لا ليغا"، كما بات خامس أصغر لاعب يشارك في تاريخ الدوري الإسباني.

ويلقب جمال في نادي برشلونة بـ "Mini Messi" (ميسي الصغير)، تيمنا بالنجم الأرجنتيني الشهير، لأنه أثبت نفسه كأفضل المهاجمين في الفئة العمرية لنادي برشلونة.

ويتمتع اللاعب الشاب، بقدرات رائعة في المراوغة والتمرير والتسجيل، وهو قادر على اللعب في مركز قلب الهجوم أو لاعب خط وسط مهاجم أو كجناح في الغالب على الجهة اليمني.

بمجموعة قوية والهلال في مهمة سهلة الفرنسي كريم بنزيمة، سيباهان الإيراني ٢٠٢٠ و٢٠٢١ عندما بلغ نصف النهائي.

وقَع النصر السعودي، الساعي إلى إحراز اللقب الأول في تاريخه بقيادة وسيواجه فريق العاصمة منافسة قوية في المجموعة الخامسة من نجمه البرتغالي كريستيانو رونالدو، بيرسيبوليس وصيف ٢٠١٨ و٢٠٢٠ في مجموعة قوية ضمن دوري أبطال والدحيل المشارك للمرة الدا افي البطولة آسيا لكرة القدم، مع الدحيل القطري، والباحث عن تخطي ربع النهائي لأول مرة وبيرسيبوليس الإيسراني والاستقلال الطاجيكستاني، وفق القرعة التي سُحبت

أما الهلال السعودي، أنجح فريق ونافباخور الأوزبكستاني.

والى نيمار، ضم "الزعيم" أمثال

نيمار بقميص الهلال المصدر: حساب وبدأ النصر موسمه بصورة مثالية،

نيمار خلال مراسم تقديمه لجمهور الهلال (نادي الهلال السعودي) وسيواجه الاتحاد بطل السعودية

مجموعة سهلة للهلال

آسيوي بتتويجه ٤ مرات آخرها ف ٢٠١٩ و٢٠٢١ والذي تعاقد مع النجم البرازيلي نيمار، فوقع في مجموعة رابعة سهلة على السورق، إلى جانب نساجي مازندران الإيسراني المشارك للمرة الأولى، ومومباي سيتي الهندي

لاعبي الوسط البرتغالي روبن نيفيش والصربي سيرغي ميلينكوفيتش سافيتش ومواطنه ألكسندر ميتروفيتش والحارس المغربي الدولي ياسين بونو والجناح البرازيلي مالكوم.

تويتر الخاص بنادي الهلال السعودي @ Alhilal_FC

وحامل لقب البطولة القارية مرتين (۲۰۰٤ و۲۰۰۹)، بقيادة هدافه الجديد

وعـزز "العميد" صفوفه بالفرنسي الأخسر لاعب الوسيط الدفاعي نغولو كانتي، ولاعبي الوسط البرازيلي فابينيو والبرتغالي جوتا.

العربي لكرة القدم @UAFAAC على بنزيمة يحتفل بأحد أهدافه بقميص

المشارك للمرة الأولى، فسيلاقي في المجموعة الأولى باختاكور بطل أوزبكستان الذي بلغ نصف النهائى مرتين السابق لدينامو كييف الأوكراني ماكسيم شاتسكيخ، وآهال التركمانستاني المشارك

وفي المجموعة الثانية، وقع السد

وصيف ٢٠٠٧، القوة الجوية العراقي بطل كأس الانتحاد الأسيوي ٣ مرات و"إيه جي إم كاي" الأوزبكستاني في المجموعة

احتفال بنزيمة من حساب الاتحاد

فريق الاتحاد السعودي (الاتحاد العربي أما رابع الأندية السعودية، الفيحاء

في ٢٠٠٣ و٢٠٠٤ والذي يدرّبه الهداف للمرة الثانية تواليا، والعين الإماراتي بطل النسخة الأولى بنظامها الحديث

القطري بطل ١٩٨٩ و٢٠١١، مع ناساف الأوزيكستاني المشارك للمرة الخامسة، والفيصلي الأردني بطل كأس الاتحاد الأسيوي مرتين والشارقة الإماراتي.

اختفاء لاعب عراقي بعد ساعات من توقيعه لفريقه الجديد (

صدم نادي إتش إن كي غوريتسا الكرواتي لكرة القدم الجميع بإعلانه عن اختفاء لاعبه الجديد العراقي عبد الله طلال حميد.

وأكد النادي اختفاء اللاعب حميد البالغ ٢٧ عاما، في ظروف غامضة أثناء محاولته السفر من هنغاريا إلى

وذكرت صحيفة "ماركا" الإسبانية أن غوريتسا تعاقد مع حميد في صفقة انتقال حر يوم ١٠ أغسطس الجاري، بعد انتهاء عقد اللاعب مع فريقه السابق زالاغيرزيغ الهنغاري.

ووصل حميد، الذي يحمل الجنسية السويدية أيضا، إلى كرواتيا بالفعل حيث قدمه ناديه الجديد للجماهير ثم عاد إلى هنغاريا مجددا، لإنهاء كل أموره العالقة والحصول على كافة الأوراق والمستندات لإتمام تسجيله في

لكن حميد بقي في هنغاريا ولم يعد، وشوهد لآخر مرة صباح الاثنين الفائت ۲۱ أغسطس.

ونشر نادي غوريسا بيانا رسميا على حسابه بموقع التواصل الاجتماعي "X" (تويتر سابقا)، أعلن فيه وبشكل علني، اختفاء اللاعب، مؤكدا أنه أبلغ الشرطة بالحادثة.

وقال النادي في بيانه الذي بدأه

الله طلال حميد بودابست إلى فيليكا جوريكا أمسى، وهو مفقود منذ ذلك

مركز شرطة أو التواصل معنا". وبعد يوم من اختفاء اللاعب، أكد

أن الشرطة الهنغارية عثرت على سيارة اللاعب في الأراضى الهنغارية، لكنها لم تفصح عن مزيد من المعلومات سواء لعائلته أو لوسائل الإعلام، حرصا

بكلمة "اختفى!": "غادر لاعبنا عبد

وختم: "تم إبسلاغ الشرطة

الهنغارية بحادثة الاختفاء، نحن وعائلة اللاعب نطلب من أي شخص لديه أي معلومات، الاتصال بأقرب

موقع sportske.jutarnji السويدي

وذكر الموقع ذاته بعض المعلومات

يذكر أن اللاعب العراقي وقع عقدا مع الفريق الكرواتي لمدة موسم واحد فقط، أي ينتهي في صيف عام ٢٠٢٥، ومن المنتظر أن يرتدي القميص رقم

عن حميد، موضحا أنه غير متزوج،

كما أن أفراد عائلته موجودون في عدة بلدان مثل النمسا وسويسرا والسويد وأمريكا، والأهم أن عمه رجل أعمال ناجحا للغاية وتتخذ شركته من فيينا مقرا لها، وعليه اعتقد كثيرون أن ما جرى يمكن أن يكون عملية اختطاف.

تقرير: رئيس الاتحاد الإسباني سيتنحى بسبب "قبلة المونديال"



أبلغ رئيس الاتحاد الإسباني لكرة القدم لويس روبياليس موظفيه بأن سيستقيل يوم الجمعة، بسبب الأزمة التي خلفتها القبلة خلال احتفالات التتويج بكأس العام، على ما أفادت اذاعة كادينا سير. وقال اتحاد لاعبات كرة القدم المحترفات في إسبانيا إن

جيني هيرموسو لاعبة المنتخب الإسباني طالبت بإجراءات "رادعة" بحق روبياليس بعدما طبع قبلة على شفتيها خلال مراسم توزيع الميداليات الذهبية على المنتخب الإسباني عقب تغلبه على إنجلترا ١-صفر في النهائي يوم الأحد الماضي، مما أثار غضبا واسعا داخل إسبانيا وخارجها، وطالب الكثيرون بينهم وزراء باستقالته.

ودعت رابطة دوري السيدات في إسبانيا الإقالة روبياليس، وقالت إنها قدمت شكوى إلى رئيس المجلس الوطني للرياضة بشأن "تصرفاته وسلوكياته الخطيرة للغاية".

وكان روبياليس وصف في البداية الأسئلة المثارة عن الواقعة بأنها "حمقاء" قبل أن يعتذر في مقطع فيديو يوم الاثنين الماضي لكنه لم يوقف سيل الانتقادات. "FJUJE TVS" STATURIN SKRIPTA

قالت القائمة بأعمال القنصل البريطاني العام في القدس، أليسون ماكوين، الخميس، إن الاستيطان الإسرائيلي في الضفة الغربية "غير قانوني"، وأعلنت تضامنها مع

جاء ذلك خلال زيارة ماكوين لقرية برقة، ومنطقة

عين سامية شرق مدينة رام الله، للاطلاع على تطورات

الأوضياع وتداعيات العنف الذي يمارسه المستوطنون

وأعلنت ماكوين لوسائل الإعلام أن هدف الزيارة هو

وأضافت: "هذه المستوطنات غير قانونية، وتقوض

وأشارت إلى أن "عدد كبير من الفلسطينيين يتعرضون للمضايقة والترهيب بشكل يومي من قبل المستوطنين، وهو أمر

وطالبت ماكوين السلطات الإسرائيلية ب"محاسبة"

وفي ٤ آب الجاري قتل فلسطيني برصاص مستوطن في قرية

واستنادا إلى معطيات حركة "السلام الأن" الإسرائيلية

ولا تشمل هذه المعطيات نحو ٢٣٠ ألف مستوطن في ١٤

مستوطنة إسرائيلية، مقامة على أراضي القدس الشرقية.

طيري طين حرائي محروص

CAPANO ZOMO O NASAN EN

المناهضة للاستيطان، فإن نحو نصف مليون مستوطن يعيشون في

برقة، فيما هدم الجيش الإسرائيلي، خلال الشهر ذاته، مدرسة

المستوطنين المسؤولين عن هذه الممارسات، ولفتت إلى ضرورة

ضمان حق الشعب الفلسطيني في العيش بسلام وأمان.

١٣٢ مستوطنة، و١٤٦ بؤرة استيطانية في الضفة.

خيار حل الدولتين (فلسطينية وإسرائيلية) والوصول

"التضامن مع الفلسطينيين في ظل تزايد عنف المستوطنين

والتوسع الاستيطاني والبؤرفي المناطق المصنفة (ج)».





شرطة الاحتلال الإسرائيلي الخاصة المدججة بالسلاح.

وقالت دائرة الأوقاف الإسلامية بالقدس في بيان، إن عشرات المستوطنين المتطرفين اقتحموا الأقصى على شكل مجموعات متتالية، ونظموا جولات مشبوهة في باحاته، وتلقوا شروحات عن "الهيكل" المزعوم، وأدوا طقوسا تلمودية استفزازية في منطقة باب الرحمة وقبالة قبة الصخرة المشرفة، قبل أن يغادروا من جهة باب السلسلة وسط منع شرطة الاحتلال دخول المصلين الى الأقصى عبر بواباته الخارجية المختلفة، لتأمين اقتحامات المستوطنين المتزمتين.

وتواصل قوات الاحتلال الإسرائيلي فرض إجراءات مشددة والتضييق على دخول المصلين المسجد الأقصى والتنقل بحرية في باحاته.

المهالها وبالم جبابة التسريف

وذكرت أن عملية التصريف الكاملة قد تستغرق ٣٠ عامًا على الأقل حتى تكتمل.

288 SURE EMD (B) 181) LED

توغلت قوات الاحتلال الإسرائيلي، الخميس، عشرات الأمتار في أراضي المواطنين شرق مخيم المغازي وسط قطاع غزة. وقالت مصادر فلسطينية إن قوات الاحتلال المعززة بالجرافات والأليات العسكرية توغلت عشرات الأمتارية أراضي المواطنين شرق مخيم المغازي وقامت بعمليات تجريف

حلی ره الله الله الاهر

قدم الرئيس الروسي فلاديمير بوتين التعازي لعائلات قائلا إنه كان "رجلا موهوبا لكنه ارتكب أخطاء»

التمرد الذي دشنه بريغوجين ضد بوتين.

وصفها ب"النازية الجديدة لن تنسى».

وأوضح أنه من المهم الانتظار حتى انتهاء لجنة التحقيق في تحطم الطائرة من عملها، متعهدا بالمضي قدما في استجلاء الحقائق "حتى النهاية».

وقالت تلك المصادر قولها إنه تم كذلك التعرف على جثة دميتري أوتكين مؤسس المجموعة العسكرية الخاصة ومساعد

وأشارت المصادر إلى صعوبة التعرف البصري على جثث

استنادا إلى العلامات "غير المباشرة"، أكد خبراء بأن بريغوجين من بين الضحايا على أن يتم تحديد الأمر بدقة عبر فحص الحمض النووي.

للفحص الطبي الشرعي.

وستواري والمريج والتقويم والماق المراجع



اقتحم عشرات المستوطنين المتطرفين، الخميس، باحات المسجد الأقصى المبارك - الحرم القدسي الشريف بمدينة القدس المحتلة، من جهة باب المغاربة، بحراسة مشددة من

249000 Kings 20 20000 Oly

بدأت اليابان، الخميس، تصريف المياه المعالجة والمخففة من محطة "فوكوشيما دايتشي" للطاقة النووية في المحيط. وأوضحت شركة طوكيو للطاقة الكهربائية، في بيان، نقلته هيئة الإذاعة اليابانية (إن إتش كيه)، أن المرحلة الأولى من التصريف ستتم على مدار ١٧ يوما، وستشمل تصريف ٧٨٠٠ طن من المياه المعالجة المخففة بمياه البحر، فيما تخطط الشركة لتصريف أكثر من ٣١ ألف طن من المياه خلال العام الحالي، أي حوالي ٣٠ خزانا.

وكانت الوكالة الدولية للطاقة الذرية، أعطت الموافقة النهائية على تفريغ المياه المعالجة الشهر الماضي، مؤكدة أن خطة الإطلاق اليابانية تفي بالمعايير الدولية.

Mand wash for

♦وكالات

ضحايا حادث الطائرة التي كان على متنها مؤسس مجموعة فاغنر العسكرية يفغيني بريغوجين، متحدثا عنه بشكل خاص. وقال بوتين في تصريح تليفزيوني خلال لقاء مع الزعيم الذي نصبته روسيا لمنطقة دونيتسك المحتلة جزئيا في أوكرانيا، دينيس بوشيلين، إنه يعرف بريغوجين منذ بداية التسعينيات،

واعتبر الحادث على نطاق واسع بمثابة اغتيال للانتقام من

وأضاف بوتين إن مساهمة مقاتلي فاغنر في الحرب ضد ما

وكشفت مصادر روسية أنه تم التعرف على جثة زعيم مجموعة فاغنر العسكرية الروسية الخاصة في مشرحة، وذلك بعد ساعات من تأكيد تحطم طائرة خاصة كان على متنها ١٠ أشخاص، بينهم قائد فاغنر ومؤسسها.

بريغوجين من خلال علامات الطول ورسوم الوشم.

ضحايا حادث تحطم طائرة بريغوجين وذلك "لتشوهاتها الشديدة" الناجمة عن النيران والتفجير.

وكانت قناة "نوفوستي موسكفي" أكدت في حسابها على "تلغرام"، نقلا عن مصادرها في هيئة الجنازات في مدينة تفير، شمالي العاصمة الروسية موسكو، حيث سقطت الطائرة، أن جثة بريغوجين موجودة بالفعل في مكتب تفير الإقليمي

ترامب: بايدن هو "أسوأ رئيس" وحرب أوكرانيا يجب أن تنتهي فورا

الأمتما

أجرى الرئيس الأميركي السابق دونالد ترامب، مقابلته الانتخابية الأولى، وذلك مع المذيع اليميني الشهير تاكر كارلسون، في الوقت الذي كانت تقام فيه أولى مناظرات الانتخابات الرئاسية الأميركية لعام ٢٠٢٤ بين ٨ مرشحين

وبدأت المناظرة في ميلووكي بولاية ويسكونسن الأميركية، بعد دقائق على بث مقابلة مسجلة مع ترامب عبر منصة إكس (تويترسابقا).

وفيما يلي أبرز ما جاء على لسان ترامب، خلال المقابلة:

أنا أتقدم بفارق ٥٠ و٢٠ نقطة عن المرشحين الأخرين، كما أن القناة التي استضافت المناظرة ليست ودودة معي بشكل خاص، لذلك قررت عدم المشاركة. سنجري هذه المقابلة على هذه المنصة المجنونة وسنحصل على مشاهدات أكثر من

هؤلاء الناس (الديمقراطيون) أناس يكرهون بلدنا.. أصبح لدينا بلد هش للغاية في الوقت الحالي.

∻وكالات

قائد فاغنر ومؤسسها.

ورسوم الوشم.

الحمض النووي.

قمنا بعمل أفضل في الانتخابات السابقة، وحصلنا على أصوات أكثر، لكن الانتخابات كانت مزورة.

العسكرية الروسية الخاصة في مشرحة،

وذلك بعد ساعات من تأكيد تحطم طائرة

خاصة كان على متنها ١٠ أشخاص، بينهم

وقالت المصادر الروسية، إنه تم

التعرف على جثة يفغيني بريغوجين في

المشرحة من قبل أحد قادة فاغنر، عبر

وبحسب تلك المصادر، فقد تم كذلك

التعرف على جثة دميتري أوتكين مؤسس المجموعة العسكرية الخاصة ومساعد

بريغوجين من خلال علامات الطول

وأشارت المصادر إلى صعوبة التعرف

البصري على جثث ضحايا حادث تحطم

طائرة بريغوجين وذلك "لتشوهاتها

الشديدة" الناجمة عن النيران والتفجير.

أكد خبراء بأن بريغوجين من بين الضحايا

على أن يتم تحديد الأمر بدقة عبر فحص

وكانت قناة "نوفوستي موسكفي

أكدت في حسابها على "تلغرام"، نقلا

عن مصادرها في هيئة الجنازات في مدينة

تفير، شمالي العاصمة الروسية موسكو، حيث سقطت الطائرة، أن جثة بريغوجين

موجودة بالفعل في مكتب تفير الإقليمي

واستنادا إلى العلامات "غيرالمباشرة"،

علامة افتقاده لأحد الأصابع.

ومع فيروسى كورونا، استخدموا الفيروس للخداع في أشياء كثيرة، ولدينا

جو بايدن هو أسوأ رئيس في تاريخ بلادنا. أعتقد أن صحته العقلية أسوأ من صحته البدنية.

> حرب أوكرانيا يجب أن تنتهي على الضور.. ليس بسبب طرف أو آخر، لكن بسبب مقتل مئات الآلاف من الناس. ما كنت لأبدأ الحرب أبدا لو كنت الرئيس.

> تعرفت على الرئيس كيم جونغ أون في كوريا الشمالية، لقد قمت بعمل رائع معه أبعدنا عن حرب نووية.. وإلا لكان لدينا

٤٠ ألف جندي ميت.

لقد تمت إدانتي ٤ مرات.. كلها تهم تافهة، كلام فارغ.. ما نراه الآن مروع. طالما لديك تصويت بالبريد، سيكون

هناك تزوير هائل.. في أي انتخابات. طويل، خاب أملي فيه.

سيحاول الديمقراطيون سرقة الانتخابات القادمة، ليس معي فقط، لكن حتى لو ترشح شخص آخر غيري، سوف

لم أتحدث مع مايك بنس منذ وقت

يهاجمونه بنفس الشراسة.

في تصريحات تعكس فداحة الأزمات التي يعانيها مئات آلاف الأطفال في العراق، في ظل تزايد وتيرة العنف الأسري والمجتمعي بحقهم، وفي بلد تربو نسبة الفقر فيه على ٢٠ بالمئة

أكد المتحدث باسم وزارة التخطيط عبد الزهرة الهنداوي، الخميس، أن الأطفال يمثلون شريحة مجتمعية تقارب ٤٠ ٨، وهي شريحة هشة متأثرة بظروف البلاد الصعبة خلال السنوات الأخيرة المتمثلة، بالإرهاب والأوبئة والأزمات الاقتصادية، ما أنعكس سلبا عليها.

حرمان وفقر وعمالة في تصريحات للصحيفة الرسمية العراقية، جاء فيها أن مليون طفل يعانون الحرمان من الغذاء والصحة والتعليم، بالإضافة إلى زج ٥ ٪ منهم في العمل، وهذا يفسر أيضا العنف الذي يتعرض له الأطفال في المجتمع"، معتبرا أن "الفقر هو السبب الرئيس في دفع العائلات الأطفالها إلى العمل».

دور البرلمان

من جانبها، قالت رئيسة لجنة المرأة والأسرة والطفولة النيابية دنيا الشمري، إننا "نركز على القوانين التي تصب في مصلحة الطفل وكل ما يؤثر إيجابا في تعليمه، وما يمنع زجه في العمل بسبب العامل الاقتصادي لبعض الأسر».

وأضافت الشمري، للصحيفة الرسمية أن "المادة ٥٢ من الموازنة أقرت منح الطفل ضمن الأسر المشمولة بالرعاية الاجتماعية مبلغ ٣٠ ألف دينار عن ارتياده المدرسة"، عادة إياه "عاملا مشجعا للأسر على إلزام أطفالهم بالتعليم».

مستقبل مجهول

ويحذر خبراء من أن تزايد وتيرة تشغيل الأطفال وممارسة العنف ضدهم في البيئات الأسرية والمجتمعية، سيترتب عليه جملة أزمات أمنية وتنموية واجتماعية بفعل ضياع مستقبل مئات آلاف الأطفال، ممن يحرمون من الحق في الدراسة والرعاية الأسرية والصحية القويمة، ويتركون عرضة لمختلف أشكال الاستغلال والامتهان والحرمان.

وهو ما يوقع كثيرين منهم في شراك عصابات ومافيات الجريمة المنظمة والإرهاب والدعارة، وتجارة الأعضاء

البشرية والسرقة والتسول. مطالبين بسن قوانين وتشريعات رادعة، لتحريم عمالة الأطفال وتجريم ارتكاب العنف بمختلف أشكاله

تقول الباحثة الاجتماعية العراقية نوال الإبراهيم، في حديث مع موقع سكاي نيوز عربية ،

هذه التصريحات الحكومية والبرلمانية، تشخص عمق المشكلات التي تعصف بواقع الطفولة العراقية وخاصة تفشي الفقر وسوء التغذية وعمالة الأطفال والعنف ضدهم، لكن المطلوب ليس فقط الاكتفاء بوصف الحال المتخلف، بل وضع حلول وفرض عقوبات صارمة لمنع استغلالهم وضربهم وقتلهم

فنحن نتحدث مثلا عن وجود أكثر من مليون طفل في سوق العمل، وهو رقم مهول وربما يكون العدد أكبر وبكثير، بالنظر لانتشار هذه الظاهرة مع الأسف والتستر عليها من قبل مشغلي

حيث يمكن تنظيم جولات تفتيش ميدانية لرصد أماكن عمل الأطفال، ومحاسبة مشغليهم بعقوبات رادعة كالحبس والغرامة والإغلاق، ويجب كذلك محاسبة أولياء الأمور على تشغيلهم لأطفالهم، بدلا من توفير بيئة صحية ومناسبة ليعيشوا طفولتهم ويكملوا تعليمهم.

والأخطر من ذلك هو انتشار ظاهرة العنف ضد الأطفال الأسري منه والمدرسي والمجتمعي، وحتى في بيئات العمل، حيث يتم استغلالهم وتكليفهم بأعمال شاقة وخطرة لا تتناسب مع قدراتهم الجسدية ومع أعمارهم الصغيرة، وهو ما يستوجب التعجيل في سن قوانين وتشريعات زاجرة وواضحة، تنصف الأطفال وتجرم تشغيلهم وانتهاك حقوقهم والاعتداء عليهم.

مصادر: تم التعرف على جثة بريغوجين في المشرحة كشفت مصادر روسىية، أنه تم التعرف على جثة زعيم مجموعة فاغنر



وأشارت قناة "نوفوستي موسكفي" أن

تقل قائد فاغنى. وأضاف المصادر أن "الطائرة، التي تحطمت أمس الأربعاء، خضعت لعمليات صیانة علی مدی ۱۰ أیام سبقت رحلتها

وطوقت الأجهزة الخاصة موقف

أحياء جنوب الخرطوم تنزف وسط "كماشة" القتال

الجثث ستخضع لفحوص الحمض النووي DNA للتأكد من هويات ضحايا الطائرة. من جهة ثانية، أكدت مصادر روسية أنه "يجري التحقق من فرضية وجود عبوة ناسفة على متن الطائرة التي كانت

بموسكو، من حيث أقلعت أمس. وتم استجواب كل من كان على مقربة من طائرة رجل الأعمال وكل من تمكن من الوصول إلى موقع إجراء عمليات الصيانة لها، وسحب جميع التسجيلات من كاميرات المراقبة التي كانت عدساتها موجهة صوب

طار مساعد ربان الطائرة رستم كريموف من سان بطرسبرغ لاستقلال الطائرة بعد الصيانة والعودة بها إلى سان بطرسبورغ،

وذلك مع مجموعة من الركاب من بينهم طائرة بريغوجين في مطار شيريميتيفو يفغيني بريغوجين ودميتري أوتكين.

للفحص الطبي الشرعي.

فشل محمود علي للمرة الثالثة على التوالي في إيجاد طريق آمن يخرج به أسرته من منطقة "العزوزاب" القريبة من منطقة القتال المحتدم بين الجيش وقسوات الدعم السيريع حول سيلاح المدرعات بجنوب الخرطوم؛ التي يعاني العالقون في الأحياء السكنية المحيطة بها من حصار عنيف أدى إلى مقتل العشرات وسط أوضاع إنسانية خطيرة تهدد المئات من المصابين بالأمراض المزمنة.

ومنذ اندلاع الاشتباكات السبت، قتل حتى الأن قتل أكثر من ٤٠ شخصا في الأحياء المحيطة بالمنطقة منهم ١٣ شخصا في حي "العزوزاب" وحده، بحسب بيان صادر عن لجنة الحي.

وقال علي لموقع سكاي نيوز عربية "نحن نعيش في كماشة ولم يعد لدينا مخرج آمن لمغادرة المنطقة التي يفوح منها رائحة الرصاص والموت من كل صوب».

عمليات تشهد أعنف أعمال القصف الجوي والأرضي. وحملت مجموعة محاميي الطوارئ

ومنذ أكثر من ٥ أيام تحولت الأحياء

القريبة من سلاح المدرعات إلى منطقة

المدنيين؛ واتهمتهما بانتهاك القانون الدولي الإنساني عبر القصف المدفعي العشوائي للمناطق المأهولة بالسكان "دون مراعاة لحياة المواطنين وتعريضهم للخطر بعدم الالتزام بتوفير الحماية للمدنيين العزل وعدم التقيد بقواعد الاشتباك». وترى المحامية والناشطة الحقوقية

رنا عبد الغفار أن القصف العشوائي وعدم مراعاة طرفي القتال لأسس وقواعد القانون الدولي هي أبرز الأسباب التي أدت إلى تفاقم الأزمة الانسانية.

طرفي النزاع مسؤولية سقوط الضحايا

وقالت رنا عبدالغفار لموقع سكاي نيوز عربية "الاستجابة للأوضاع الإنسانية ظلت غائبة رغم المآسي الكبيرة الناجمة

وأشارت المصادر إلى أنه عشية الحادث،

القتال؛ اتسعت رقعة المناطق الخطرة في العاصمة السودانية بشكل كبير؛ وتزايدت أعداد القتلى والجرحى المدنيين ليرتفع إجمالي أعداد القتلى إلى اكثر من ٤٥٠٠ شخص بحسب بيانات الأمم المتحدة.

عن الحرب التي خلفت أعداد كبيرة من القتلى في أوساط المدنيين وما صاحبها من عمليات نهب ممنهجة لمتلكاتهم ومنازلهم». وبعد مرور أكثر من ١٣٠ يوما من اندلاع

هاتـف:۱۰،۱۵۱ فاکس:۱۰،۱۲۱۵