

## صلح عمان تنطق بالحكم ضد مروجين لأخبار كاذبة تتعلق بزلزال مدمر الأسبوع المقبل

عمان  
عقدت الهيئة القضائية المختصة بالجرائم الإلكترونية لدى محكمة صلح جزاء عمان برئاسة القاضي الدكتور عدي الفريجات أول جلساتها في قضية قيام شخصين أحدهما يبلغ من العمر ٤٩ عاما والآخر ٢٠ عاما بنشر تسجيلات صوتية تحمل مزاعم وقوع زلزال كبير ومدمر في المنطقة.

واستمعت المحكمة خلال جلسة علنية الخميس إلى شهود النيابة كافة، والبالغ عددهم ٣ أشخاص، وتقيب المتهمان في القضية عن الحضور، وقررت المحكمة رفع الجلسة إلى الأسبوع المقبل والنطق بالحكم.

وتعد هذه أول قضية إشاعة أخبار كاذبة، وتهديد الأمن الوطني والسلم المجتمعي يتم اللجوء فيها للقضاء لتطبيق نصوص قانون الجرائم الإلكترونية بتعدياته الجديدة، والتي أصبحت سارية المفعول اعتباراً من ١٢ من شهر أيلول الماضي، والتي تصل عقوبتها وفق نصوص القانون إلى الحبس من ٣ أشهر لـ ٣ سنوات أو بغرامة مالية من ٥ آلاف إلى ٢٠ ألف دينار.

وكانت النيابة العامة حققت مع شخصين في قضية جنحوية محالة إليها من وحدة الجرائم الإلكترونية التابعة لمديرية الأمن العام، وتعلقت بنشر أخبار كاذبة أو معلومات تستهدف الأمن والسلم المجتمعي عن طريق الشبكة المعلوماتية وفقاً لأحكام المادة (١٥/١) من القانون المذكور.

وتحورت هذه الأفعال حول نشر تسجيل صوتي باستخدام أحد التطبيقات تتعلق بحدوث زلزال ذي آثار تدميرية واسعة النطاق، وبعد اختتام التحقيقات وإجراء التفتيشات القانونية تم إحالة القضية للسيرة فيها أمام محكمة صلح جزاء عمان، ولا زالت القضية قيد النظر.

وعمل المجلس القضائي وهو صدور القانون الجديد على تخصيص مجموعة من القضاة والمدعين العامين في المحاكم ودوائر الادعاء العام كافة لتولي التحقيق، والنظر في قضايا الجرائم الإلكترونية كل وفق اختصاصه، إذ بلغ مجموع المحققين منهم (٧٥) قاضياً ومدعياً عاماً.

## الأردن يشارك في اجتماع اللجنة التوجيهية لمشروع التراث الثقافي لليونسكو

عمان  
شارك الأردن الخميس في اجتماع اللجنة التوجيهية لمشروع منصة تكنولوجيا المعلومات والاتصالات المتوسطة للتراث الثقافي لليونسكو. ويمثل الأردن في الاجتماع الجمعية الأردنية للبحث العلمي والريادة والإبداع وادارة الآثار العامة بالشراكة مع الاتحاد الأوروبي. ويهدف إلى الترويج عالمياً للمواقع السياحية والأثرية في الدول الست المشاركة والأردن، خاصة البترا بتقنية رقمية تسهم في استقطاب السياح والزوار من مختلف أنحاء العالم، علاوة على أن المشروع يتبنى مشاركة الشباب والشابات، وتوفير فرص العمل ودعم التعاون بين الجامعات والشركات الناشئة.

وجرى خلال الاجتماع عرض الإنجازات الأردنية في المشروع، وأبرزها تنظيم ٣ معارض خلال شهري آب وأيلول الماضيين، وورشات جرى خلالها إطلاق الموقع الإلكتروني الرسمي الخاص بمدينة البترا، والمواقع السياحية والتراثية الأخرى، والتي تمكن الزائر من التجول فيها افتراضياً بتقنية رقمية ثلاثية الأبعاد.

وقال رئيس الجمعية الدكتور رضا الخوالدة، لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، إن إدارة المشروع استخدمت أحدث تقنيات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات لتعزيز مستوى تفسير التراث الثقافي لليونسكو في منطقة البحر الأبيض المتوسط من خلال تبني مشاركة الشباب، والمساهمة في إنشاء شركات صغيرة ومتوسطة، بالإضافة إلى تحسين الوصول للتراث الثقافي عبر التسويق للمرافق السياحية العالمية.

## الأردن يرحب بإعلان السعودية نيتها استضافة بطولة كأس العالم لكرة القدم ٢٠٣٤

عمان  
رحب الأردن بإعلان السعودية الشقيقة نيتها الترشح لاستضافة بطولة كأس العالم لكرة القدم لعام ٢٠٣٤. وأكدت وزارة الخارجية وشؤون المغتربين، أنه انطلاقاً من العلاقات الأخوية المتميزة بين البلدين؛ فإن الأردن يعرب عن دعمه للسعودية في جهدها للحصول على هذه الفرصة، وثقتة المطلقة بقدرتها على استضافة هذا الحدث الكروي العالمي الكبير بكفاءة، وعلى نحو مشرف يعود بالفائدة على العرب جميعاً.

## الخارجية تتسلم نسخة من أوراق اعتماد سفيرة جنوب إفريقيا

عمان  
تسلم أمين عام وزارة الخارجية وشؤون المغتربين للشؤون الدبلوماسية والمغتربين، السفير ماجد القطارنة، الخميس، نسخة من أوراق اعتماد سفيرة جمهورية جنوب إفريقيا الصديقة، تشيلاني موكويتا، سفيرا معتمداً ومقيماً لدى المملكة.

## مسؤولان: أميركا أسقطت طائرة مسيرة تركية في سوريا



وكالات  
قال مسؤولان أميركيان، الخميس، إن طائرة مقاتلة أميركية من طراز إف - ١٦ أسقطت طائرة تركية مسلحة كانت تعمل بالقرب من القوات الأميركية في سوريا. ونقلت رويترز عن المسؤولين الذين تحدثوا شريطة حطب هويتها، إن الولايات المتحدة أجرت عدة مكالمات مع المسؤولين الأتراك لتحذيرهم من أنهم يعملون بالقرب من القوات البرية الأميركية. وكان المرصد السوري لحقوق الإنسان قد ذكر أن القوات الأميركية أسقطت مسيرة تركية في الحسكة.

# الأمم المتحدة

الجمعة 21 ربيع الأول 1445 هـ الموافق 6 تشرين الأول 2023 م  
السنة السابعة / العدد (2758) / www.omamjo.com

## الأردن يهنئ المغرب بفوزه في استضافة بطولة كأس العالم لكرة القدم

عمان  
أعرب الأردن عن أصدق مشاعر التهنية للمغرب الشقيق، بمناسبة فوزه باستضافة بطولة كأس العالم لكرة القدم لعام ٢٠٣٠ كثناني دولة عربية تحظى بهذه الفرصة، والتي تعد إنجازاً يفتخره جميع العرب.

وأكدت وزارة الخارجية وشؤون المغتربين، ثقة الأردن المطلقة بالمغرب الشقيق بقدرته على تنظيم هذه البطولة، معربة عن تمنياتها له بالتوفيق والنجاح في تنظيم هذا الحدث الرياضي العالمي.

## الاحتلال يستبيح القدس ويحولها لثكنة عسكرية



في سادس أيام ما يسمونه بـ "عيد العرش اليهودي"، وقالت دائرة الأوقاف الإسلامية العامة بالقدس في بيان، إن الاقتحامات نفذت من جهة باب المغاربة بحماية وحراسة مشددة من شرطة الاحتلال الإسرائيلي الخاصة المدججة بالسلاح. وأعاقت شرطة الاحتلال منذ ساعات الصباح الباكر دخول المصلين إلى الأقصى، ودخول الطلبة الذين يتلقون تعليمهم في مدارس رياض الأقصى، وشددت من إجراءاتها العسكرية على الأبواب وتمعت المواطنين من الدخول.

الشيخ عكرمة صبري في بيان، إن إجراءات الاحتلال ومستوطنيه في القدس والبلدة القديمة بشكل عام وفي المسجد الأقصى المبارك بشكل خاص مدانة ومرفوضة، مؤكداً أنه لا يوجد مكان في العالم يُستباح فيه المسجد أو الكنيسة بهذه الصورة المنكرة إلا على يد الاحتلال وتحت حراسة مشددة من شرطته. اقتحم مئات المستوطنين المتطرفين، منذ ساعات صباح الخميس، باحات المسجد الأقصى المبارك - الحرم القدسي الشريف بمدينة القدس المحتلة،

والشأنهم خلال تجولهم في البلدة القديمة. وأكد أهمية الوصاية الهاشمية على المقدسات الإسلامية والمسيحية بالقدس في حماية المدينة ورعايتها والذود عنها أمام أطماع الاحتلال ومستوطنيه العنصرية الرامية إلى تهويد وتغيير معالم المساجد والكنائس سيما المسجد الأقصى لتنفيذ رواياتهم المزورة، داعياً المجتمع الدولي والعرب والمسلمين لحماية المقدسين والمقدسات في القدس أمام الهجمة الإسرائيلية المتواصلة. من جهته، قال خطيب المسجد الأقصى المبارك

القدس المحتلة  
حولت قوات الاحتلال الإسرائيلي الخميس، مدينة القدس إلى ثكنة عسكرية بالتزامن مع انطلاق مسيرات للمستوطنين احتفالاً بعيد العرش، والتي تنظمها سنوياً جماعات متطرفة في البلدة القديمة من مدينة القدس المحتلة. ودعت الجماعات المتطرفة ومنظمات الهيكل المزعوم اليمينية، والمستوطنون المترمون عبر وسائل التواصل الاجتماعي إلى المشاركة في مسيرة المستوطنين مساء اليوم حيث ستجوب البلدة القديمة ومحيط الأقصى وأحياء من المدينة المقدسة المحتلة. وأكد أمين عام الهيئة الإسلامية المسيحية لنصرة القدس والمقدسات الإسلامية والمسيحية حاتم عبد القادر، في حديث لـ (بترا)، أن الاحتلال الإسرائيلي ومستوطنيه المتطرفين يعيئون فساداً بالمدينة المقدسة ويستبيحونها ويدنسونه وينتهكون مقدساتها الإسلامية والمسيحية بذريعة الأعياد اليهودية.

ودان عبد القادر الاعتداءات المتكررة التي يقوم بها المستوطنون المتطرفون سواء بحق المصلين المسلمين والمسجد الأقصى المبارك أو ضد الحجاج المسيحيين ورجال دين ورهبان وقساوسة أثناء ممارستهم شعائرهم الدينية في مدينة القدس المحتلة، سيما تعرض مجموعة من الحجاج المسيحيين القادمين من شرق آسيا إلى البصق

## رئيس الوزراء يرحى الاحتفال بمناسبة يوم المعلم العالمي



عمان  
رعى رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة حفل التكريم السنوي للمعلمين، الذي أقامته وزارة التربية والتعليم، بمناسبة يوم المعلم العالمي.

وأكد رئيس الوزراء في كلمة له خلال الحفل المكنة العظيمة التي يحظى بها المعلمون والمعلمات إذ "لا يسمو لقب ولا تملو وظيفة على وظيفة المعلم"، مشيراً إلى المكنة الخاصة لهم في قلب ووجدان جلالة الملك عبدالله الثاني، وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد.

وأشار الخصاونة إلى أن مناسبة يوم المعلم العالمي تستحق أن تُفرد لها مساحة خاصة، لما للمعلم من مكانة عظيمة، ولما لدوره من قدسية وأهمية وقيمة في مجتمعاتنا، وفي كل المجتمعات الإنسانية على مر التاريخ، موجهاً تحية تقدير وإجلال واعتزاز إلى كل معلم ومعلمة في أرجاء وطننا الحبيب "طال عنان عطائهم الوفير، وجدهم الدؤوب، وتليق بقاماتهم ومقاماتهم بالأسفة، التي ترقى مع كل حرف يعلموه لتبليغنا".

كما أشار إلى أن هذا اليوم هو "يوم للأردن، وللابرانيين الذين آمنوا بالعلم، واتخذوا خيارهم الأهم والأثمن، وما هذا الاهتمام الكبير إلا شاهد على عمق إيمانهم بالعلم وبالعلم، وارتباطهم بالأني والمستقبلي

به، باعتباره مشروعاً وطنياً تنموياً يؤتي أكله كل حين" مؤكداً "نحن متحيزون بالفطرة إلى المعلم، لأن التحيز له هو انحياز للوطن".

وقال الخصاونة، "مما يدل على المكانة الرفيعة للمعلم لدينا، أن كل واحد منا - وأنا أولهم - يحمل في ذاكرته، وفي وجدانه وقلبه، أضرأ طيباً، ومحبة عميقة لأكثر من معلمة أو معلم تركوا بصمات لا تنسى في حياته"، مشيراً إلى الشواهد والدلائل الكثيرة على هذه المكانة، ومن أبلغها قول

## الاحتلال يستبيح القدس ويحولها لثكنة عسكرية

القدس المحتلة  
حولت قوات الاحتلال الإسرائيلي الخميس، مدينة القدس إلى ثكنة عسكرية بالتزامن مع انطلاق مسيرات للمستوطنين احتفالاً بعيد العرش، والتي تنظمها سنوياً جماعات متطرفة في البلدة القديمة من مدينة القدس المحتلة. ودعت الجماعات المتطرفة ومنظمات الهيكل المزعوم اليمينية، والمستوطنون المترمون عبر وسائل التواصل الاجتماعي إلى المشاركة في مسيرة المستوطنين مساء اليوم حيث ستجوب البلدة القديمة ومحيط الأقصى وأحياء من المدينة المقدسة المحتلة.

وأكد أمين عام الهيئة الإسلامية المسيحية لنصرة القدس والمقدسات الإسلامية والمسيحية حاتم عبد القادر، في حديث لـ (بترا)، أن الاحتلال الإسرائيلي ومستوطنيه المتطرفين يعيئون فساداً بالمدينة المقدسة ويستبيحونها ويدنسونه وينتهكون مقدساتها الإسلامية والمسيحية بذريعة الأعياد اليهودية.

ودان عبد القادر الاعتداءات المتكررة التي يقوم بها المستوطنون المتطرفون سواء بحق المصلين المسلمين والمسجد الأقصى المبارك أو ضد الحجاج المسيحيين ورجال دين ورهبان وقساوسة أثناء ممارستهم شعائرهم الدينية في مدينة القدس المحتلة، سيما تعرض مجموعة من الحجاج المسيحيين القادمين من شرق آسيا إلى البصق والشأنهم خلال تجولهم في البلدة القديمة.

وأكد أهمية الوصاية الهاشمية على المقدسات الإسلامية والمسيحية بالقدس في حماية المدينة ورعايتها والذود عنها أمام أطماع الاحتلال ومستوطنيه العنصرية الرامية إلى تهويد وتغيير معالم المساجد والكنائس سيما المسجد الأقصى لتنفيذ رواياتهم المزورة، داعياً المجتمع الدولي والعرب والمسلمين لحماية المقدسين والمقدسات في القدس أمام الهجمة الإسرائيلية المتواصلة.

## ضربات تركية مكثفة في سوريا والعراق.. والتحالف يدمر طائرة لها

وتند العراق بالضربات الجوية التركية المتكررة خلال الأيام الأخيرة. وقال الرئيس العراقي، عبد اللطيف رشيد، إن بغداد تأمل في التوصل إلى اتفاق مع أنقرة لحل هذه المشكلة.

تعود تركي  
وقال وزير الخارجية التركي هاكان فيدان إن مهاجمين الذين فجرنا قنبلة أمام مبان حكومية تركية في أنقرة دخلا البلاد عبر سوريا. وذكر فيدان أن أي بنية تحتية أو منشآت طاقة في العراق وسوريا يسبطر عليها حزب العمال الكردستاني ووحدات حماية الشعب الكردية السورية هي أهداف عسكرية مشروعة.

زيارة وزير الدفاع العراقي  
ذكرت وكالة الأنباء العراقية أن وزير الدفاع ثابت العباسي وصل إلى أنقرة، وقالت وسائل إعلام تركية إنه سيلتقي بنظيره التركي يشار جولر. ويقول مراسلنا في بغداد إن وزير الدفاع العراقي يحمل ثلاثة ملفات في جعبته إلى أنقرة.

الأول، ملف الخروق التركية المتصاعدة للسيادة العراقية من خلال القصف والطائرات المسيّرة. الثاني، التعاون الاستخباري بين بغداد وأنقرة. الثالث، التسليح.



مسيّرة تركية من طراز "بيرفردار" بعد اقترابها من أجواء قاعدة تل بيدر في محافظة الحسكة شمال شرقي سوريا.

لكن لم يصدر أي تأكيد من جانب تركيا أو التحالف بهذا الشأن حتى الآن.

قصف عشرات الأهداف بالعراق  
وفي السياق ذاته، ذكرت وزارة الدفاع التركية أنها دمرت ٥٨ هدفاً لتنظيم حزب العمال الكردستاني في غارات جديدة شمالي العراق.

إصابات، قالت الإدارة الذاتية التابعة لـ "قسد" إنهم من العمال المدنيين، والرابعة استهدفت محيط مخيم يضم فزحين من رأس العين.

أما الخامسة فقد كانت في محيط بلدة عامودة، حيث جرى تسجيل إصابات، فيما وقعت السادسة في منطقة الجوادية شرقي القامشلي، وهناك إصابات لم يتسن معرفة عددها.

إسقاط "بيرفردار"  
وذكر المرصد السوري أن التحالف الدولي أسقط

وكالات  
صدت تركيا، الخميس، من الحملة الأمنية والعسكرية التي تستهدف حزب العمال الكردستاني والداعمين له، كما تقول، في داخل البلاد، وفي سوريا والعراق، التي يزور وزير دفاعها أنقرة لبحث القصف التركي الذي ينتهك سيادة بلاده، وجاءت هذه التطورات بعد هجوم وقع في أنقرة قبل أيام.

وقال المرصد السوري لحقوق الإنسان إن عدد قتلى الضربات الجوية التركية على شمال شرق سوريا اليوم الخميس ارتفع إلى ٨ أشخاص.

ضربات مكثفة في سوريا  
أفاد مراسلنا في شمال شرقي سوريا بأن الطائرات التركية المسيّرة قصفت منذ صباح اليوم ٦ مواقع في هذه المنطقة، مما أسفر عن سقوط إصابات بين قوات سوريا الديمقراطية "قسد"، التي عمودها الفقري مقاتلون أكراد، فضلاً عن إصابات بين المدنيين.

وأضاف أن ٤ من هذه الغارات وقعت في مدينة الحسكة ومحيطها، حيث وقعت ٢ منها في منطقة المشرفة بغربي المدينة، ويعود الموقعان إلى "قسد"، وأشار إلى أنه جرى تسجيل إصابات بين قوات سوريا الديمقراطية.

وقال إن إحدى الضربات التركية استهدفت مركبة كانت تسير بريف الحسكة، مما أسفر عن وقع



## رئيس الوزراء يرعى الاحتفال بمناسبة يوم المعلم العالمي

ولفت إلى أن جلالة الملك عبدالله الثاني وجمالة الملكة رانيا العبدالله يحرصان على توفير كل الدعم للمعلم وإيلائه كل الرعاية والاهتمام، مشيراً إلى أنه وبفضل القيادة الحكيمة لجلالته أفردت المبادرات الملكية السامية للمعلم العديد من الجوائز والحوافز إيماناً بأن من حق كل من يعمل بإخلاص وجد أن يكافأ.

وأكد وزير التربية والتعليم أن التحول المنشود في نظامنا التعليمي يتطلب مما يحتاجه المعلم، ليكون قادراً على إدارة إنتاج المعرفة، والمناخسة عالمياً، سواء في التعليم الأكاديمي أو التعليم المهني، خاصة ونحن نشهد اليوم تطوراً معرفياً وتكنولوجياً متسارعاً.

وقال، نحن ماضون في العمل بكل ما في وسعنا من أجل دعم المعلم مهنياً وإعادة الهيبة والاحترام والتقدير لهذه المهنة الجليلة السامية.

وأضاف مخاطباً المعلمين والمعلمات "حسبكم شرفاً أيها الاخوة المعلمون والمعلمات انكم حراس المبادئ والقيم والثقافة التي تشكل هوية الأمة وجوهر حضارتها".

من جهته عرض الرئيس التنفيذي لأكاديمية الملكة رانيا لتدريب المعلمين الدكتور أسامة عبيدات إسهامات الأكاديمية في تدريب المعلمين ورفع قدراتهم ودعم جهود وزارة التربية والتعليم والتدريب والتكامل مع برامجها لإعداد المعلمين وتطوير نظامنا التعليمي الذي يشكل المعلم العنصر الأبرز فيه.

ولفت إلى أن الأكاديمية ومن خلال شركائها تقدم خدمات ذات جودة عالية مرتبطة بدور المعلم داخل الغرفة الصفية والمجتمع، مشيراً إلى أن الأكاديمية أصبحت وجهة أولى للمهتمين بالاستفادة من برامجها من 13 دولة عربية وأجنبية وأن أكاديمية الملكة رانيا لتدريب المعلمين باتت نموذجاً أردنياً للعالم. بدورها أكدت عضو المجلس الأعلى للمركز الوطني لتطوير المناهج الدكتور رويدا الحايطة سعي المركز لإعداد المناهج المستجيبة للمطالبات العالية والتكبير النقدي والإبداعي وتوفير مواد تعليمية تراعي متطلبات التقدم والتعلم المعرفي.

وأكدت حرص المركز على تطوير الكتاب المدرسي وإنتاج كتيبات جديدة تتعلق بالديمقراطية والمشاركة في الحياة العامة وتطوير خطط التحرس في مجالات اللغة العربية والرياضيات مع الحرص على أخذ التغذية الراجعة من المعلمين في الميدان.

وتحدثت المهلمة كورث الحمادية في كلمة باسم المكرمين حيث هنأت المعلمين والمعلمات بمناسبة يوم المعلم ودوره في تنشئة الأجيال وبناء الشخصية الوطنية. وقدم الشاعر مهند العظامات قصيدة شعرية عن أهمية دور المعلم في المجتمع.

وفي نهاية الحفل الذي حضره عدد من الوزراء والمسؤولين والأسرة التربوية كرم رئيس الوزراء مجموعة من المعلمين والمعلمات والمدراء ومديرات المدارس تقديراً لجهودهم في مجال التعليم.



أكد وزير التربية والتعليم ووزير التعليم العالي والبحث العلمي الدكتور عزمي محافظة إن "يوم المعلم العالمي" الذي يوافق الخامس من تشرين الأول من كل عام، مناسبة تستذكر فيها الأمم والشعوب دور المعلم وعطاءه، في مشهد تتجدد فيه الذكرى تكريماً واحتراماً له، على ما يبذله من جهد وعطاء. كما أكد وزير التربية والتعليم على المكانة الرفيعة التي يحظى بها المعلمون والمعلمات في مملكتنا الأردنية الهاشمية، واهتمام ورعاية ملكية كبيرة من لدن جلالة الملك عبدالله الثاني، جعلتهم دوماً في مكان متقدم في المسيرة التربوية والتعليمية ومحل فخر وتقدير، فهم حاضرون دوماً، ولم يغيب واقفهم يوماً عن أولويات جلالته، إيماناً من جلالته بمكانة المعلم ودوره في النهوض والبناء، فهو الركن الأساسي في معادلة الإنجاز الوطني.

وأشار الدكتور محافظة إلى أن وزارة التربية والتعليم تسعى على الدوام إلى العمل على تنفيذ رؤية جلالة الملك في (مستقبل نستعيد فيه صدارتنا في التعليم)، لذلك أولينا العلم أهمية كبيرة بصفتها قائد العملية التعليمية والتربوية، وعمادها الأساس، ومن هنا جاءت سياسة وزارة التربية والتعليم بالعمل الدؤوب على تهئية المعلمين وإعدادهم وتدريبهم قبل وأثناء الخدمة وتطوير أدائهم بصورة مستمرة، انطلاقاً من القناعة الراسخة بأن أي تطوير للعملية التربوية التعليمية، يبدأ بتدريب المعلم وتسليحه بالمهارات التي تمكنه من أداء رسالته إلى أكمل وجه.

وقال، "لنا في قيادتنا الهاشمية المهمة خير أنموذج في تقدير المعلم وتكريمه، حيث تتمتع ويحمد الله بفيض من الفرص المتاحة لدعم التعليم والمعلم، تأتي في مقدمتها المكارم الملكية السامية والمبادرات الموجهة للناية بالأسرة المجتمعية وتطوير العملية التربوية بشكل متواصل.."

كما ستستمر بتطوير برامج التأهيل والتدريب لهم، إلى جانب المضي قدماً في تطوير البيئة المدرسية، والمناهج الدراسية، لتواكب التقدم التقني والعربي الذي يشهده العالم.

وقدم رئيس الوزراء في هذا الصدد الشكر الجزيل إلى وزارة التربية والتعليم، والمركز الوطني لتطوير المناهج، وأكاديمية الملكة رانيا لتدريب المعلمين على جهودهم في رعاية المعلمين وتمكينهم، وتطوير العملية التعليمية والتربوية.

وأشار رئيس الوزراء إلى الدور المهم للمعلمين في مشروع التحديث الشامل الذي يقوده جلالة الملك عبدالله الثاني، بفضده سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد؛ بمسارته الثلاثة؛ السياسي والاقتصادي والإداري التي تمتد لعشر سنوات، من خلال "توعية أبنائنا وبناتنا الطلبة، خصوصاً في مسار التحديث السياسي، الذي يشكل الشباب فيه ركيزة أساسية؛ باعتبارهم محور التغيير

كما لفت إلى أن المسؤولية الوطنية تقتضي من المعلمين والمعلمات العمل على إحاطة الطلبة بسردية الدولة الأردنية قائلاً، "هذه الدولة العتيبة التي تجاوز عمرها مئة عام لديها قصة نجاح واضحة، وإنجازات عظيمة تقرب بحق من حدود الإعجاز، السردية يجب أن تروى بأعلى درجات الفخر والاعتزاز؛ لتعمق في أذهان أبنائنا وبناتنا وأجيالنا ووجدانهم حب الوطن وروح المسؤولية، ولتبتعد عن بعض محاولات جلد الذات التي يمارسها بعضنا على بعضنا وعلى أنفسنا.

وهنا رئيس الوزراء في ختام حديثه المعلمين والمعلمات المكرمين على عطاءهم، مجدداً التهئة الخاصة إلى كل معلم ومعلمة في أرجاء وطننا، بمناسبة يوم المعلم العالمي.

رعى رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة حفل التكريم السنوي للمعلمين، الذي أقامته وزارة التربية والتعليم، بمناسبة يوم المعلم العالمي. وأكد رئيس الوزراء في كلمة له خلال الحفل المكانة العظيمة التي يحظى بها المعلمون والمعلمات إذ "لا يسمو لقب ولا تعلق وظيفة على وظيفة المعلم"، مشيراً إلى المكانة الخاصة لهم في قلب ووجدان جلالة الملك عبدالله الثاني، وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد.

وأشار الخصاونة إلى أن مناسبة يوم المعلم العالمي تستحق أن تُفرد لها مساحة خاصة؛ لما للمعلم من مكانة عظيمة، ولما لدوره من قدسية وأهمية وقيمة في مجتمعنا، وفي كل المجتمعات الإنسانية على مر التاريخ، موجهاً تحية تقدير وإجلال واعتزاز إلى كل معلم ومعلمة في أرجاء وطننا الحبيب "تطال عنان عطاياهم الوفير، وجدهم اللذوي، وتليق بقاماتهم ومقاماتهم الباسقة، التي ترقى مع كل حرف يعلموه لطلبتنا.."

كما أشار إلى أن هذا اليوم هو "يوم لآلردن، ولآلردنيين الذين آمنوا بالمعلم، واتخذوه خيارهم الأهم والأثمن، وما هذا الاهتمام الكبير إلا شاهد على عمق إيمانهم بالمعلم وبالمعلم، ورباطتهم التي والمستقبلي به، باعتبارهم مشروعاً وطنياً تنموياً يوتي المعلم، لأن التحيز له هو تحيزاً للوطن.."

وقال الخصاونة: "مما يدل على المكانة الرفيعة للمعلم لدينا، أن كل واحد منا - وأنا أولهم - يحمل في ذاكرته، وفي وجدانه وقلبه، أثاراً طيباً، ومحبة عميقة لأكثر من معلمة أو معلم تركوا بصمات لا تنسى في حياته"، مشيراً إلى الشواهد والدلائل الكثيرة على هذه المكانة، ومن أبلغها قول الرسول - صلى الله عليه وسلم - : "إن العلماء ورثة الأنبياء.."

وأكد الخصاونة إيمان الحكومة المطلق بأهمية الدور الذي يؤديه المعلمون والمعلمات في وطننا العزيز، وقباعتها بأنهم الأداة المثلى في التأثير والتغيير الإيجابي، والتزامهم الأكيد بالقيم الوطنية الأصيلة ونقلها بموضوعية والتزام قل نظيرهم إلى الأجيال "بعيداً عن محاولات التشويه والتأثير السلبي والتجاذبات التي يحاول البعض ممارستها.."

ولفت إلى أن الحكومة تهجد في تطوير الخطط الرامية إلى تعزيز دور المعلمين ومكانتهم، ومكافأة المتميزين منهم، من خلال تطبيق نظام رتب المعلمين الذي يحقق العدالة والمساواة، ويكافئ التميز والمثابر، بالإضافة إلى تطوير برامج التأهيل والتدريب التي تسهم في تعزيز قدرات المعلمين، وتنعكس إيجاباً على أدائهم، وعلى أداء أبنائنا وبناتنا الطلبة أيضاً.

كما أكد الخصاونة أن الحكومة ستستمر بتنفيذ الخطط الكفيلة بتطوير العملية التعليمية بشئى مستوياتها، التي تشكل المعلمون محوراً الأساس،

## البيدالات: الرؤية الملكية ساهمت في تسريع تنفيذ التشاور الوطني وتوصيات الاستعراض الدوري



قال مدير وحدة حقوق الإنسان في رئاسة الوزراء الدكتور خليل العبدالات، إن الإرادة السياسية العليا في الدولة الأردنية ممثلة بجلالة الملك عبد الله الثاني تحرص على تعزيز حقوق الإنسان جنباً إلى جنب مع منظومة الإصلاح والتحديث. وجاء ذلك خلال لقائه ممثلي مؤسسات المجتمع المدني الذي نظمه مركز الحياة راسد، بالتشارك مع الجمعية الخيرية الشيشانية، الخميس، بهدف تعزيز دور مؤسسات المجتمع المدني، والمساهمة في تطوير منظومة حقوق الإنسان على الصعيد المحلي والاقليمي والدولي.

وأضاف العبدالات أنه نتج عن التوجيهات الملكية إقرار منظومة الإصلاح السياسي والاقتصادي ومنظومة الإصلاح الإداري وتحديث القطاع العام، بالإضافة إلى توجيه المركز الوطني لحقوق الإنسان بدارسة الأثر التشريعي لقانون الجرائم الإلكترونية، وتعديل قانون ضمان الحق في الحصول على المعلومات لتعزيز منظومة حقوق الإنسان في المملكة.

وأوضح العبدالات أن الحكومة أفردت حزمة من التشريعات والسياسات والممارسات تصب مباشرة في تنفيذ الالتزامات والتعهدات أمام الآليات الدولية المعنية بحقوق الإنسان، خاصة في تنفيذ توصيات الاستعراض الدوري الشامل لحقوق الإنسان، حيث تم تعديل نصوص الدستور الأردني، وقانون الأحزاب، وقانون الانتخاب، وإصدار قانون الطفل.

كما قامت الحكومة بتعديل قانون منع التجار بالبشر، وإصدار نظام التنظيم الإداري للاتصال الحكومي، وغيرها من التشريعات والاستراتيجيات الوطنية، بالإضافة إلى تطوير الممارسات بإنشاء منصة إلكترونية تعنى بمتابعة الشكاوى المتعلقة بحقوق الإنسان. وبين أنهم يسعون من خلال هذا اللقاء إلى تعزيز التشاور الوطني بين جميع الجهات الفاعلة في مجال آية الاستعراض الدوري الشامل لحقوق الإنسان، مبيناً أن مؤسسات المجتمع المدني تعد شريكاً رئيساً وبيت خبرة في تطوير منظومة الإصلاح في مجال حقوق الإنسان، ورافداً مهماً لتعزيز الديمقراطية وسيادة القانون.

وأكد العبدالات دور مؤسسات المجتمع المدني في آية الاستعراض الدوري الشامل لحقوق الإنسان، في متابعة التقرير الثالث لعام ٢٠١٨، الذي أجريت مناقشة التوصيات التي تمتهت الدولة بدراستها، وقبول ١٨ توصية أضيفت لجمال التوصيات المقبولة لتصبح ١٤٩ توصية. وأضاف أن هذه التوصيات تحظى بدعم الحكومة، وتعد مسارا مهماً للمجتمع المدني، إعمالاً لتنفيذ قرار مجلس حقوق الإنسان رقم ١/٥ باعتبار الدولة مسؤولة عن تنفيذ الالتزامات الدولية، وأن أصحاب المصلحة الآخرين بما فيهم عناصر المجتمع المدني، يؤدون دوراً في عملية التنفيذ.

وأشار العبدالات إلى مساهمة مؤسسات المجتمع المدني في التعامل مع إعداد الخطة الوطنية الشاملة لحقوق الإنسان ٢٠١٦-٢٠٢٥ والتي تعد الوثيقة الاستراتيجية الأولى للدولة الأردنية في تحسين حالة حقوق الإنسان، بالإضافة إلى تقييم مؤسسات المجتمع المدني للخطة الوطنية الشاملة لمرتين. وتمن مركز الحياة راسد بدوره، عقد الحكومة ووحدة حقوق الإنسان في رئاسة الوزراء آية التشاور مع مؤسسات المجتمع المدني والمؤسسات الوطنية من أجل تحسين حالة حقوق الإنسان في الأردن، مبيناً أهمية آية الاستعراض الدوري الشامل لحقوق الإنسان والإنجازات الحكومية.

وأشادت مديرة الجمعية الخيرية الشيشانية أمال شايغوغ، من جهتها، بدور وحدة حقوق الإنسان في تعزيز التشاور بين الجهات الوطنية في تطوير منظومة حقوق الإنسان في الأردن.

افتتحت سمو الأميرة بسمة بنت طلال الخميس، مركز الأميرة بسمة للتنمية التابع للصندوق الأردني الهاشمي للتنمية البشرية في محافظة الزرقاء، الذي يعتبر الثاني والخمسين ضمن شبكة المراكز التنموية لـ "جهد" المنتشرة في جميع مناطق المملكة.

وأكدت سموها، خلال حفل الافتتاح، الذي حضره محافظ الزرقاء حسن الجبور، والمديرة التنفيذية لجهد فرح الداغستاني ورئيس مجلس الزرقاء المهندس عماد المومني ورئيس مجلس محافظة الزرقاء ماجد الخضري وأصحاب مبادرات رياضية وشبابية، اعتزاز جهد بالشراكة مع بلدية الزرقاء للمساهمة في الجهود الوطنية لتحقيق التنمية البشرية والشاملة في المحافظة، وخدمة المجتمع المحلي والتركيز على قضايا المرأة والشباب. وقالت، إن هذه الشراكة تأتي في إطار الشراكات الهادفة لـ "جهد" مع المؤسسات الوطنية المختلفة في القطاعات العام والخاص، معتبرة أن البلديات في القطاعات الفاعلة في تحقيق التنمية الإدارية والمجتمعية والاقتصادية في المملكة، مبيئة أن "جهد" يولي أهمية كبيرة للشراكة مع قطاع الإدارة المحلية في هذا المجال.

وشددت على أهمية الاستثمار في الطاقات البشرية الأردنية الابداعية والواعدة في الزرقاء، خاصة الشبابية منها، والعمل بين المؤسسات المختلفة في المحافظة لمعالجة التحديات التي تواجه الشباب والمرأة وخاصة المرتبطة بالبطالة والفقير وتوفير البيئة الحاضنة للطاقات الابداعية الشبابية.

وأعربت سموها عن شكرها لبلدية الزرقاء لتعاونها مع "جهد" لافتتاح المركز، مشيدة بجهود البلدية في خدمة مدينة الزرقاء ومواطنيها، وما

أختتمت وزارة الشباب، فعاليات الورشة التدريبية الرابعة والأخيرة لدورة "الرخصة الدولية المقدمة لقيادة الحاسوب"، التي ينظمها مركز أعداد القيادات الشبابية، بمشاركة ٢٥ من العاملين في المديرية والمدن الرياضية. ووفق بيان للمركز اليوم الخميس، أكد أمين عام وزارة الشباب الدكتور حسين الجبور، أن الوزارة تسريء على توجيهات الحكومة نحو الأمانة العامة والعمل على تحويل جميع الخدمات والمعاملات إلكترونياً من خلال العمل على تأهيل وتدريب الموظفين وتزويد جميع المنشآت بأجهزة الحاسوب والإنترنت المناسبة.

من جهته، عرض المشارك يزن حجيبة من مديرية شباب المفرق، لأهم المشاكل والتحديات التقنية في الميدان وضرورة الاستمرار في إعداد وتأهيل العاملين في المجال التقني من قبل مركز إعداد القيادات الشبابية ومواكبة متطلبات العمل الوظيفي في هذا الجانب. ويأتي تنظيم الدورة التي استمرت أربعة مراحل ضمن خطة المركز لعام ٢٠٢٣، بهدف تأهيل المشاركين لاجتياز امتحان الرخصة الدولية المتقدمة لقيادة الحاسوب والحصول على شهادة دولية معتمدة.

وفي ختام الحفل وزع الجبور الشهادات على المشاركين والمشاركات.

**شؤون القدس: التعليم في فلسطين يتعرض للتحريف والتزوير لحو الهوية التاريخية**

جميع المدن الفلسطينية المحتلة بالتحية والإجلال لصمودهم ورباطهم في وجه الاحتلال، فهم خط النضال والدفاع الأول أمام محاولة الاحتلال أسرلة التعليم وتقييد الأجيال عن قضيتها العادلة، وتحية احترام إلى كل معلم حر يدرس عدالة القضية الفلسطينية وحق شعبنا في أرضه ومقدساته الإسلامية، وسببتي الأردن شعباً وقيادة هاشمية صاحبة الوصاية التاريخية على المقدسات الإسلامية والمسيحية في القدس السند الداعم لأهلنا في فلسطين والقدس بما في ذلك دعم الجهود التعليمية والتربوية.

## الاميرة بسمة بنت طلال تفتتح مركزاً تنموياً لـ "جهد" في الزرقاء

تمتكن الشباب والمرأة، ونشر التوعية والتنظيف بالفضايا التنموية والمجتمعية والبيئية.

ويحضر سمو الأميرة بسمة، تم توقيع مذكرة تعاون بين الصندوق الأردني الهاشمي للتنمية البشرية (جهد) وبلدية الزرقاء، وقعتها المديرية التنفيذية لـ (جهد) فرح الداغستاني ورئيس البلدية المهندس عماد المومني.

ويهدف مركز الأميرة بسمة للتنمية في الزرقاء إلى العمل بالشراكة مع البلدية على تحقيق جملة من الأهداف المشتركة من خلال تنفيذ البرامج والمبادرات التنموية التي تعود بالفائدة على المجتمع المحلي بكافة شرائحه، إلى جانب العمل على الاهتمام بقضايا المرأة وتعزيز مشاركتها الاقتصادية.

ويشكل المركز بيئة حاضنة للشباب من خلال تنفيذ تدخلات وبرامج ومبادرات ضمن منظور الحكمة المجتمعية، ومحور الفرص والابتكار لدى جهد، عبر إنشاء مكتب للتشغيل وربط الشباب بسوق العمل، والاستفادة من البيئة الاستثمارية في محافظة الزرقاء.

وعلى هامش الافتتاح، زارت سموها جمعية سيدات الزرقاء لتمكين المرأة والطفل الخيرية، وسلمت طروداً خيرية قدمتها حملة البر والإحسان في (جهد) لـ ٤٠ أسرة، فيما أعلنت عن دعم الحملة لمشروع المحيطة ودعم مشروع المطبخ الإنتاجي في الجمعية بأفران حديثة، كما سلمت سموها دعماً قديمته الحملة مشروع تصوير صالات الأفراح في الجمعية، بجهاز حاسوب وكاميرا تصوير احترافية، مثلما سلمت دعماً لأربع سيدات في الجمعية لإقامة مشاريع إنتاجية صغيرة، مساعدتهن في توفير الدخل لهن ولأسرهن، وسلمت كذلك الهدايا والألعاب لـ ٤٠ طفلاً من الأيتام في الجمعية.



المبادرات التنموية والقائمين عليها وتذليل كل العقبات التي تعترضها.

بدوره، أكد المهندس المومني أن التعاون بين بلدية الزرقاء و"جهد"، يعد امتداداً لمسيرة التنمية في المملكة، مشيراً إلى برامج جهد المتنوعة، التي تعالج الكثير من القضايا المجتمعية والبيئية وقضايا التنمية المستدامة ودعم المشاريع الصغيرة.

وقال، إن المركز التنموي الجديد لـ "جهد" في الزرقاء، سيشكل ضمن جهودها بالتعاون مع البلدية، مساحة جديدة للعمل التطوعي والتنمية التكاملي للمساهمة في تحقيق الأهداف والتوجهات الوطنية. وأكد أن البلدية تتطلع إلى تطوير شراكتها مع "جهد"، للبناء على الجهود التنموية المشتركة، وتنفيذ المبادرات والبرامج الهادفة والطموحة

تبدله من جهود كبيرة للارتقاء بخدمات البنية التحتية والوظيفية في المدينة، وجعلها مدينة جاذبة للاستثمار والمستثمرين.

بدوره، لفت الجبور إلى التنوع المجتمعي والثقافي، الذي تتميز به محافظة الزرقاء، التي تحتوي على ٥٢ بلاتنة من الصناعات، ٨٥ بلاتنة من مزاج الدواجن والابقار في المملكة، وتحضن كذلك أكبر وأهم مصادر الطاقة فيها، لافتاً إلى أن هذه الميزات يمكن استغلالها في عملية التنمية، رغم التحديات التي تشكلها الكثافة السكانية ومشكل الفقر والبطالة.

وقال، إن المحافظة منفتحة على جميع البرامج الهادفة وتدعم كذلك كل المبادرات الشبابية والتنموية، مؤكداً استعداد المحافظة للعمل مع جميع

المدارس والغرف الصفية التي تعاني من الاكتظاظ الشديد، ويسهم جدار الفصل العنصري وحواجز التفتيش إلى تأخير وصول الطلبة والمعلمين إلى مدارسهم وجامعاتهم.

وأضاف أن ميزانية المدارس والجامعات تعاني من ضائقة مالية كبيرة، ولا يوجد لدى الطلبة مختبرات أو مرافق تعليمية، كما أنهم محرومون من الحصول على بعثات ومساعدات مالية أو حتى تقسيط الرسوم، ما يضطر الكثير من الطلبة إلى ترك مقاعد الدراسة، والانخراط في سوق العمل لإنقاذ أسرهم من الفقر، ولسد حاجتهم المتزايدة. وأوضح

الزرقاء

الزرقاء

الزرقاء

الزرقاء

## شؤون القدس: التعليم في فلسطين يتعرض للتحريف والتزوير لحو الهوية التاريخية

كنعان، أن المواقع الإلكترونية وصفحات التواصل الاجتماعي المعنية بالتعليم والمعرفة الفلسطينية تتعرض للإغلاق والمراقبة، وليس المعلم الفلسطيني بعيداً عن هذه المعاناة؛ فالرواتب في المدارس لا تكفي لسد حاجة الأسر، كما أنهم عرضة للقتل والأسر والاعتقال. وأشار إلى أن اللجنة الملكية لشؤون القدس في يوم المعلم، تذكر العالم الحر بمعاناة العلم الفلسطيني في جميع مدن فلسطين المحتلة بما فيها القدس، وتدعو لنصرتهم والوقوف معهم.

وقال إن اللجنة تتقدم في يوم المعلم هذا اليوم الذي يحمل دلالة فكرية مقدسة من المعلم في

القدس

القدس



# «فيسبوك» تدرس تقييد خدمة البث المباشر بعد مجزرة نيوزيلندا

# ناسا تلغي مهمة نسائية إلى الفضاء وتدافع عن قرارها

محلطة من ذكور وإنثاء مهمات خارج الحطة منذ انطلاق عمل محطة الفضاء الدولية في العام 1998. وأثار هذا الأمر ردود فعل من محبي الفضاء وشاشات تسويات وأوا فيه عدم استعداد «ناسا» لتغيير ارت فضائي استمر عقود كان الرجال يهيمنون عليه، خصوصا أن الوكالة تحضر بعناية التفاصيل الدقيقة لرحلاتها، وهي تحضر رحلة جديدة إلى القمر بحلول العام 2024. وعقدت هيلاري كلينتون على «تويتر»، «اعطونا حجة أخرى». وقالت جولي كوهين مخرجة فيلم «أربي جي» «تستطيعون إرسال رجل إلى القمر. لكن لا تستطيعون جمع يزين فضائيتين ثلاثين».

وقالت الناطقة باسم «ناسا» إيرلندي دين لوكانة فرانس برس، «12 ساعة إضافية كانت ستجبرنا على تأجيل موعد الخروج إلى الفضاء، الأمر الذي كان سيكون سببا بسبب الجدول الزمني للمحطة. ومعد وصول مركبات شحن». وكتبت ماكين على «تويتر»: «هذا القرار اتخذ بطلب مني. يجب علينا ألا نقبل بالأخطار إذا كان يمكن تجنبها. سلامة الطاقم وتنفيذ المهمة هما دائما من الأولويات».

محلطة من ذكور وإنثاء مهمات خارج الحطة منذ انطلاق عمل محطة الفضاء الدولية في العام 1998. وأثار هذا الأمر ردود فعل من محبي الفضاء وشاشات تسويات وأوا فيه عدم استعداد «ناسا» لتغيير ارت فضائي استمر عقود كان الرجال يهيمنون عليه، خصوصا أن الوكالة تحضر بعناية التفاصيل الدقيقة لرحلاتها، وهي تحضر رحلة جديدة إلى القمر بحلول العام 2024. وعقدت هيلاري كلينتون على «تويتر»، «اعطونا حجة أخرى». وقالت جولي كوهين مخرجة فيلم «أربي جي» «تستطيعون إرسال رجل إلى القمر. لكن لا تستطيعون جمع يزين فضائيتين ثلاثين».

وقالت الناطقة باسم «ناسا» إيرلندي دين لوكانة فرانس برس، «12 ساعة إضافية كانت ستجبرنا على تأجيل موعد الخروج إلى الفضاء، الأمر الذي كان سيكون سببا بسبب الجدول الزمني للمحطة. ومعد وصول مركبات شحن». وكتبت ماكين على «تويتر»: «هذا القرار اتخذ بطلب مني. يجب علينا ألا نقبل بالأخطار إذا كان يمكن تجنبها. سلامة الطاقم وتنفيذ المهمة هما دائما من الأولويات».

# لوموند: عام 2019 حاسم بالنسبة للتنوع الحيوي في المحيطات

الباردة، وموت الشعاب المرجانية الثمينة. وتؤثر كل هذه التغيرات على كيمياء البحار والمحيطات. وبعد الاستقرار الذي دام ملايين السنين، بدأ ثاني أكسيد الكربون الموجود في المحيطات يؤدي إلى تحضنها بمعدل أعلى مئة مرة من أي معدل آخر سجل في تاريخ البشرية. ويهدد الكائنات وبقايا المواد البلاستيكية من قطب إلى قطب، كما أن ظاهرة الصيد الجائر تستمر في ظل غياب رقابة حقيقية، ناهيك عن أن التعدين في المياه العميقة على وشك أن يدمر البيئة البحرية.

وأورد الكاتبان أن أعداد المحلوقات البحرية التي تعيش في المحيطات، على شرف أسماك التونة والرخاء التي تعيش في المحيط الهادئ والسلاحف الجلدية الظهر، تراجعت بشكل كارثي. ومن جهةها، لم ترد الحكومات الفعل لفترة طويلة جدا على الرغم من أن حالة المحيطات باتت أكثر من أي وقت مضى محور اهتمام الحداثات. كما أن التدمير العمد لا ترقى إلى وتيرة التغييرات الهائلة التي تطرأ على الحياة البحرية. وقد حان الوقت لأن نبدى موقفا حقيقيا في تصحيح الوضع.

وأكد الكاتبان أن الوقت قد حان لكي تتخذ جميع البلدان وتخطو من أجل إبرام معاهدة قوية لحماية أعالي البحار. ضمن إطار عالمي يسعمل على إنقاذ البيئة البحرية بما يتماشى مع التدابير التي أقرتها اتفاقية باريس لسنة 2015 للمناخ. ويجب أن تكون هذه الاتفاقية ملزمة قانونا، وتقر تدابير صارمة للحفاظ على التنوع الحيوي في أعالي البحار وحمايته، وتكون جاهزة للتوقيع مع بداية سنة 2020 كما هو مخطط له.

وأورد الكاتبان بأن سنة 2019 ستكون حاسمة على مستوى دفع العمل العالمي الذي سيدعم بدوره جهود حماية التنوع الحيوي للمحيطات. وخلال هذه السنة، من المقرر أن يفتح هذا الملف على طاولة قمة العشرين التي ستعقد في اليابان، وقمة مجموعة الدول الصناعية السبع التي ستعقد في بيرلينغ بفرنسا. ولكن الكلمات الرنانة لا تكفي. وفي الختام، أورد الكاتبان أنه على امتداد عقود، كتب العلماء والتأشرون على البحث من أجل إيجاد حلول لحماية المحيط والبيئة على رأس قائمة جدول أعمال القاءات الدولية. وتعد حماية الكتلون الثمينة للتنوع الحيوي البحري أمرا ضروريا إذا أردنا مكافحة ظاهرة التغير المناخي.

وأورد الكاتبان أن أعداد المحلوقات البحرية التي تعيش في المحيطات، على شرف أسماك التونة والرخاء التي تعيش في المحيط الهادئ والسلاحف الجلدية الظهر، تراجعت بشكل كارثي. ومن جهةها، لم ترد الحكومات الفعل لفترة طويلة جدا على الرغم من أن حالة المحيطات باتت أكثر من أي وقت مضى محور اهتمام الحداثات. كما أن التدمير العمد لا ترقى إلى وتيرة التغييرات الهائلة التي تطرأ على الحياة البحرية. وقد حان الوقت لأن نبدى موقفا حقيقيا في تصحيح الوضع.

# كيف سيغير الذكاء الاصطناعي مستقبل التنبؤ بحالة الطقس؟

نشر موقع «الترستنج الجيليبرغ» الأمريكي تقريرا، تحدث فيه عن التوجه نحو استخدام تكنولوجيا الذكاء الاصطناعي للتنبؤ بحالة الطقس والتخلي عن الطرق التقليدية.

وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته «عربي21»، إن عملية التنبؤ بحالة الطقس هي علم معقد للغاية، إذ تتطلب تحليل وفك رموز مجموعة هائلة من البيانات التي تمكنت الآن أجهزة الاستشعار والأقمار الصناعية الخاصة بالطقس من جمعها. ويعد التنبؤ بحالة الطقس في المستقبل بالاعتماد على هذه البيانات مهمة شاقة للغاية. وللحصول على نتائج أدق ينبغي أن تتم العملية في الوقت الفعلي. وذكر الموقع أن التوقعات الجوية زادت دقتها بمرور الوقت، لكنها لا تزال غير دقيقة بالشكل الكافي. ونظرا لأن الجو يتغير بشكل مستمر، أثبتت التقديرات أن التنبؤ بحالة الطقس على مدى فترات طويلة لا يكون دقيقا للغاية، حيث تبلغ نسبة دقة التنبؤ بحالة الطقس حوالي 80 بالمئة، وتلخص هذه النسبة لتصل 50 بالمئة كلما زاد طول المدد. في حين ترتفع لتصل إلى 90 بالمئة كلما طالت الفترات الزمنية أقصر. وأورد الموقع أن علماء الأرصاد الجوية يستخدمون مجموعة متنوعة من أجهزة الاستشعار والأقمار الصناعية والكمبيوتر للتنبؤ بحالة الطقس. وتشمل هذه الأجهزة أدوات خاصة لتسجيل درجات الحرارة وقياس الضغط الجوي وسرعة الرياح. بالإضافة إلى ذلك، يستخدم العلماء معدات أكثر تطوراً، مثل شراط بالونات الطقس، وهي بالونات خاصة بمجهزة بأداة خاصة لقياس درجات الحرارة والضغط الجوي وسرعة الرياح واتجاهها في جميع طبقات التروبوسفير. وأضاف الموقع أن الأقمار الصناعية التي تعد من أقوى الأدوات المستخدمة للتنبؤ بحالة الطقس، ومن أبرزها تلك التي تطلقها «الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي».

تعد من أقوى الأدوات المستخدمة للتنبؤ بحالة الطقس، ومن أبرزها تلك التي تطلقها «الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي».

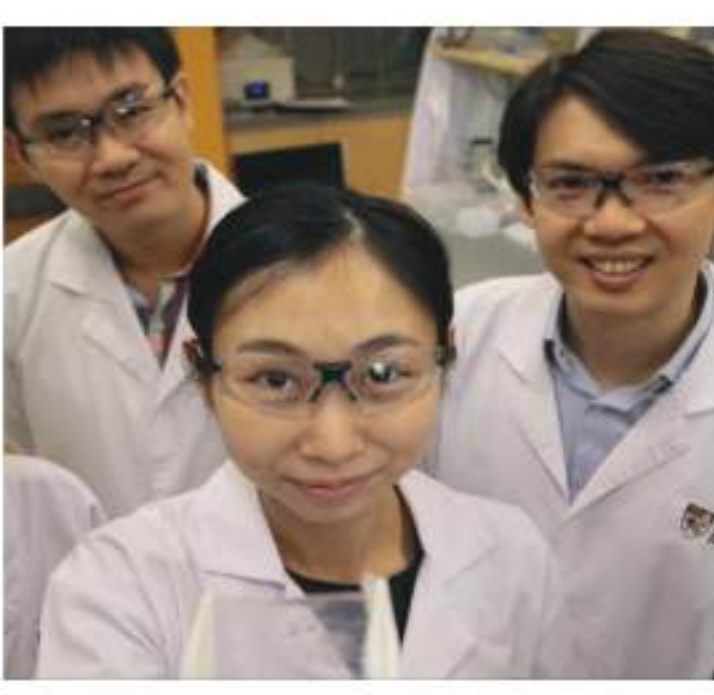
تعد من أقوى الأدوات المستخدمة للتنبؤ بحالة الطقس، ومن أبرزها تلك التي تطلقها «الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي».

تعد من أقوى الأدوات المستخدمة للتنبؤ بحالة الطقس، ومن أبرزها تلك التي تطلقها «الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي».



نشرت صحيفة «لوموند» الفرنسية مقال رأي مشترك لكل من الرئيس التنفيذي لمجموعة «فيرجن» ريتشارد برانسون، وأمير إمارة موناكو ألبير الثاني. دعا كلاهما من خلاله إلى تبني معاهدة ملزمة وملزمة قانونا لتضمن تدمير صارمة للحفاظ على التنوع الحيوي لأعالي البحار. وقال الكاتبان، في مقالهما الذي ترجمته «عربي21»، إن أعالي البحار تمتد تقريبا على نصف كوكبنا. كما تشكل جزءا هاما وأساسيا من النظام البيئي العالمي الذي لم يخضع إلى حد الآن إلى أي إجراء حقيقي لحماية. ولحسن الحظ، بدأ هذا الوضع يحظى بأهمية من أجل تغييره. فعند يوم الاثنين 25 آذار/ مارس، اجتمعت الوفود في مقر الأمم المتحدة في نيويورك لفتح مفاوضات بشأن نص المعاهدة المتعلقة بالتنوع الحيوي لأعالي البحار. وذكر الكاتبان أن هذه المعاهدة ستكون بمثابة الفرصة الوحيدة لحماية آخر النظم البيئية البحرية الشاسعة على سطح الأرض. وباعتبار أنها ستكون واحدة من أهم التفاوض القانونية لحماية البيئة على مستوى دولي منذ عقود، فإنه يمكن لهذه المعاهدة الدفع نحو تطبيق اتفاقية الأمم المتحدة لقانون البحار في القرن الحادي والعشرين. عبر حماية التنوع الحيوي البحري، وكل التطبيقات اللازمة لحماية الحياة المائية على سطح كوكبنا. ولم يخف كلا الكاتبين مخاوفهما من أن تتجمد هذه المفاوضات خصوصا مع فتح ملف انشحاب بريطانيا من الاتحاد الأوروبي، واستناد الأمل «السراة الصفراء» في فرنسا، علاوة عن الوضع المتوتر في فنزويلا وأوضاع التجارة الدولية.

# معجزة علمية: اختراع جلد إلكتروني ذاتي الشفاء



وتعد هذه العيوب من نجاعتها لاسيما عند استخدام التطبيقات الإلكترونية. على غرار الشاشات التي تعمل باللمس». وكشرت الصحيفة أن السواد التي استخدمت في اختراع هذا الجلد الإلكتروني هي أساسا البوليمير الفلوري وسائل غني بعنصر الفلوريت المشعون كهربائيا، الذي يعتبر مادة ناقلة للطاقة الكهربائية.

وتتميز الشادة التي صنع منها هذا الجلد بمرورتها، وعندما يتم قطع شريط من الجلد إلى نصفين يصلح الجلد نفسه بنفسه عند وضعه في الماء. وأشارت الصحيفة إلى أن الباحثين صنعوا كرة صغيرة لسطحها مغطى بجلد إلكتروني متصل «بمصباحي ليد» صغيرين كشاشة إلكترونية.

# «آبل» تطلق خدماتها الجديدة بحضور كوكبة من نجوم هوليوود



استأنت «آبل» كوكبة من نجوم هوليوود لإطلاق خدمتها الجديدة المنافسة لـ«نتفليكس»، وهي التغطية الأبرز ضمن سلسلة إعلانات في مجال الخدمات التي تسعى لأن يكون قوة دفع أساسية في استراتيجيتها المثقلة للتمويل. وقد اصطلت مجموعة من نجوم هوليوود المسرح اللاتيني في كورنيليو (غرب) للأعلان عن الضمان الجديدة، وهي صعب المعركة لاستقطاب المستهلكين عبر «آبل تي في» التي تقدمها الجديدة المتاحه للاستراكات مقابل بدل سادي والتي ستكون متوفرة اعتبارا من الخريف. ولم يكشف خلال حطة الإطلاق عن قيمة الاشتراك بهذه الخدمة.

ومن أبرز الوجود في الأعمال التي ستعرض عبر الخدمة جينيفر أستون وريز ويذرسون في مسلسل يحمل عنوان «ذي مورينغ شو». ومن المشاهير الذين حضروا حطة الإطلاق وستكون لهم أعمال حصرية عبر «آبل تي في» الخرج ستيفن سيبيرغ والمقدمة التلفزيونية الأمريكية أوبرا وينفري.

وقال رئيس «آبل» تيم كوك خلال الحطة، «نؤمن بشدة بقوة الإبداع. ومن المتوقع أن يكون لهذا الخدمة المنتظرة أثر لافت في سوق خدمات الفيديو والبث الرقمي التي تشهد منافسة محمومة بين عدد كبير من الشركات بينها «نتفليكس» و«أمازون» و«هولو» على أن تنضم إليها قريبا شركات كبرى أخرى مثل «ديزني» و«ورنر ميديا».

ورغم وصول «آبل» المتأخر إلى هذه المنافسة، بإمكان المجموعة العملاقة الاعتماد على مواردها المالية الهائلة وعلى قاعدتها المثقلة من 1.4 مليار جهاز لتضيقها بين أيدي مستهلكي العالم وحصلت عليها خدمات «آبل» بصورة ثلاثية.

كما عرفت المجموعة بلحاظها في كثير من الأحيان يركب شركات منافسة في

لجريته عبرهما دون أن يواجه أي حظر من قبلهما. وعليه، فقد سمرت تلك المنصات استجابتها للأمر بأنها لم تلحق أي بلاغ من المستخدمين، وقت وقوع الاعتداء الإرهابي، يفيد بأن المحتوى الصور للجريمة مخالف لسياسات النشر ويحمل مشاهد قتل.

وحذت «فيسبوك» 1.9 مليون فيديو للمجزرة الإرهابية التي استهدفت مسجدين في مدينة «كرايست تشيرش» النيوزيلندية. خلال الأربع والعشرين ساعة الأولى من وقوع الهجوم. يشار إلى أنه في 15 آذار/ مارس، استهدف هجوم دموي مسجدين في مدينة «كرايست تشيرش» أسفر عن مقتل 50 مسلحا وأصابة 50 آخرين، وكان منذ الهجوم الإرهابي بريتلون تارتنت، سور جريته عبر كاميرا بثتها في قبة كان يرئدها، ولكن من بث 17 دقيقة منها عبر مواقع التواصل الاجتماعي، قبل أن يتم حذفها لاحقا.

# معدن من الألمعيق والأذى الناجم عن الذئبة، مضيفا أن «صمتكم هو إهانة لجنسنا»

من الألمعيق والأذى الناجم عن الذئبة، مضيفا أن «صمتكم هو إهانة لجنسنا». مكتب الخصوصية في نيوزيلندا (مستقل) لإدارة الشركة قال، «سيكون من الصعب للغاية بالنسبة لكم التقليل من قدر الاحباط والغضب المتنامي هنا من خلال عدم قدرة فيسبوك على التحفيف بنشر مثل تلك المقامع المصورة. وفي رسالة بعثها جون ادواردز رئيس مكتب الخصوصية في نيوزيلندا (مستقل) لإدارة الشركة قال، «سيكون من الصعب للغاية بالنسبة لكم التقليل من قدر الاحباط والغضب المتنامي هنا من خلال عدم قدرة فيسبوك على التحفيف

ونقلت الصحيفة عن البروفيسور في مدرسة لوزان الاقتصادية للفنون التطبيقية، فيرونيك ميتشو، قولها إن، «لا أعرف شيئا عن هذه الأعمال، ولكنها تبدو هامة جدا كما أن مزيج المواد يحافظ على استقرارها إلى حد ما مع مرور الوقت. أما في خصوص الشفاء الذاتي، فهو جانب هام أيضا حتى لو لم يبد لتعاضل سريعا في درجة الحرارة المحيطة به». وأوردت الصحيفة أن فريق بنجامين تشي أثبت أن موادهم قابلة للطباعة بالثقلية ثلاثية الأبعاد، التي يمكن استخدامها مع الروبوتات.

وقد أوضح الفريق، «نأمل أن تكون هذه المواد لتطبيقات مختلفة في صناعة ما يسمى بالروبوتات الناعمة»، التي تحاكي الأنسجة البيولوجية في عملية التطوير. وستكون صفاتها «القاومة للماء» هائلة في صنع الروبوتات البرمائية أو الإلكترونيات المقاومة للماء.

وفي الختام، أكدت الصحيفة أن الباحثين وعدوا بأن الأبحاث في سنفاورة ستستمر في تطوير جهاز إلكتروني ضوئي يمكن استخدامه في واجهات الصالات جديدة بين الإنسان والآلة. ووفقا لفيرونيك ميتشو «لا يزال السؤال مطروحا حول سرعه هذه التقنيات وتأثيرها السمي المحتمل، وبما أن الباحثين لم يتفقدوا، لهذا الأمر، فإنه يجب عليهم أن يعملوا عليه جيدا».

وأضاف، «لا أريد معرفة الميزانية السنوية للضمان» سواء كان مليار دولار أو 10 مليارات مثل نتفليكس، فكما الحال مع الصواريخ «الطريق الوحيدة إلى السعد هي بحرق الوقود». وأعلنت «آبل» أيضا عن خدمة للاشتراكات بالصحف تحمل اسم «فيوز»، مقابل 9.99 دولارات شهريا، وقال كوك، «نظن أن آبل نيوز ستكون مثقلة للمستهلكين والمحررين الصحافيين، وتتيح الخدمة الاطلاع على عدد كبير من المجالات، غير أن الصحف اليومية المتاحة للتصفح عليها قليلة جدا وتقتصر على بعض الأسماء البارزة منها الأمريكيةان لوس أنجلوس تايمز و«وول ستريت جورنال» والكندية «ذي ستار».

وحسب الصحافة، رفقت «نيويورك تايمز» و«واشنطن بوست» المشاركة في هذه الخدمة بسبب النسبة المئوية التي طلبت «آبل» توخيها من الإبيارات ورغبتها في الإبقاء على الصال مباشر مع القراء. وتتم العلاقة بين الصحف وشركات التكنولوجيا العملاقة خصوصا «هولو» و«فيسبوك» بصعوبة لافتة، إذ إن المؤسسات الصحافية تتهم هذه الشركات بسرقة محتوياتها من دون دفع مقابل مناسب من الإيرادات الاعلانية. كذلك، أعلنت «آبل» عن اشتراك بألعاب الفيديو (آبل آر كاييد)، هذه الخدمة التي قدمت على أنها الأولى من نوعها قد تكون «هائلة استراتيجيا» كما سيؤدي دورا حيويا في نمو خدماتها في السويد الجديدة. ولتوقع أن تستقطب الخدمة الجديدة مئة مليون مشترك في غضون ثلاث إلى خمس سنوات، أما المستمر التخصص في شؤون شركات التكنولوجيا الأمريكية بنديكت إيفانز فقد بدأ غير متفتح بالخدمة الجديدة إذ كتب عبر «تويتر»، «آبل لم تجربنا الكثير (عن عروضها للفيديو) باستثناء أنها



# طرق طبيعية لتعزيز خصوبة الرجال والنساء.. تعرف إليها

السمنة لها دور كبير في تقليل الخصوبة عند الرجل.

تعزيز الخصوبة عند النساء وتقدمت اختصاصية التغذية كتهاني الجزاوي بعض النصائح للنساء لتعزيز الخصوبة لديهن، وهي كما يلي:



التخلص من السمنة بعد التخلص من السمنة من أهم العوامل التي تساعد في زيادة الخصوبة عند المرأة، وذلك لأن زيادة الوزن ترتبط بوجود متلازمة تكيس المبايض، والتي من شأنها أن تقلل من فرص حدوث الحمل عند المرأة.

تجنب الدهون المشبعة والتي تكون موجودة في الزيوت المهدرجة والأطعمة المقلية، حيث تؤدي لزيادة نسبة حدوث ضعف في البويضات بسبب تأثيرها على حساسية الأنسولين.

تناول الأطعمة الغنية بمضادات الأكسدة، خاصة فيتامين سي، وذلك لأن مضادات الأكسدة يدمر البويضات، وتعمل مضادات الأكسدة على تخفيف هذا الجهد، وبالتالي الحفاظ على سلامة البويضات.

تناول كمية كافية من فيتامين دي، تناول كمية كافية من الزنك، وهو موجود بنسبة ممتازة في لحوم الأسماك والبيض، حيث وجدت بعض الدراسات أن نقص مستوى الزنك من الجهد الطبيعي لدى الرجال يقلل من الخصوبة بسبب النقص في جودة الحيوانات المنوية.

تناول الألياف الغذائية، وهي أحد أنواع الألياف التي تحسن مستوى هرمون تستوستيرون عند الرجال، حيث تم في دراسة سابقة إعطاء مجموعة من الرجال الذين يعانون من نقص في عدد الحيوانات المنوية، تم إعطائهم ٦٧٥ ميلي غرام من هذه الألياف يوميا لمدة ثلاثة شهور، وكانت النتيجة أنها حسنت من الخصوبة لديهم، وتحدثنا عن طرق الارتباط به ومفرحه خارج الجسم.

التأكد بأن تكون مستويات الفيتامينات والعادن ضمن الطبيعي، وهذا من شأنه يحسن الصحة العامة وبالتالي يومية أفضل.

تناول الكبد بوفرة للجسم كميات هامة من الفيتامين ب١٢، الذي يعتبر مهما في تخليق خلايا الدم، والحمضات، والبروتين، وغيرها من العمليات الأيضية، واليوم لا تعد كميات فيتامين ب١٢ ضرورية إلا في حالة الحمل أو في حالة اتباع نظام غذائي نباتي. مع ذلك، يستحسن تجنب الإفراط في استهلاك أي نوع من الفيتامينات، لأن تناول حوالي ١٦٢ كيلوغراما من الكبد بالنسبة للمرأة، و١٩٥ كيلوغراما بالنسبة للرجل، من شأنه أن يرفع الضغط داخل الجمجمة إلى مستويات خطيرة بسبب التسبب في زيادة ضغط الدم، وبالتالي زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، وكذلك زيادة خطر الإصابة بأمراض الكلى، والتهاب الكبد، والتهاب البنكرياس، وغيرها من الأمراض الخطيرة.

تجنب الإفراط في تناول الكافيين، وعند استهلاك الجرعة المناسبة، يساهم هذا المركب في تعزيز صحة القلب والأوعية الدموية، لكن الإفراط في استهلاكه يؤدي إلى تمدد الشرايين وإلى تغيير معدل ضربات القلب على نحو خطير، نتيجة لذلك، يؤدي تناول ٣٢٢ لوزة من الشوكولاتة السوداء بالنسبة للمرأة وحوالي ٢٩٨ بالنسبة للرجل، إلى الموت.

وأوضحت الصحفية، رابعاً، أن البطيخ يحتوي على مادة الجلوتاثيون، أحد مضادات الأكسدة الطبيعية، إلى جانب مادة السيترولين، لكنه يحتوي أيضاً على كميات كبيرة من الماء، وبالتالي، يعتبر الحوت التسبب المائي أمراً جيداً، عندما تكون الخلايا العصبية غير قادرة

وتلقت إلى أن دراسة وجدت أن تناول ١٠٠٠ ميلي غرام من فيتامين سي مرتين في اليوم لمدة شهرين، زادت من عدد الحيوانات المنوية بنسبة ١٠٠ في المئة، وزادت من حركتها بنسبة ٩٢ في المئة، كما ساهمت أيضاً في تقليل من الحيوانات المنوية المشوهة بنسبة ٥٥ في المئة.

وأشارت إلى ضرورة استشارة اختصاصية التغذية قبل البدء بهذه الحمية، حيث وجدت بعض الدراسات أن نقص مستوى الزنك من الجهد الطبيعي لدى الرجال يقلل من الخصوبة بسبب النقص في جودة الحيوانات المنوية.

وقالت كتهاني في حديث لـ "عربي ٢١"، "يجب على الرجال والنساء اتباع هذه النصائح، وذلك حتى تزداد وتعزز الخصوبة لديهم، وعليهم أيضاً المحافظة على تناول الطعام الصحي واتباع نظام غذائي صحي وسليم".

وأشارت إلى ضرورة استشارة اختصاصية التغذية قبل الالتزام بهذه التعليمات والنصائح، حتى يقومون بها بطريقة صحيحة وسليمة.

وهذه هي النصائح: تعزيز الخصوبة عند الرجال - تناول كمية كافية من فيتامين سي، فهو مضاد للأكسدة، ويقلل من مشاكل الجهد التأكسدي، الذي من شأنه أن يقلل من الخصوبة لدى الرجال.

وتناول كمية كافية من فيتامين دي، وهو موجود بنسبة ممتازة في لحوم الأسماك والبيض، حيث وجدت بعض الدراسات أن نقص مستوى الزنك من الجهد الطبيعي لدى الرجال يقلل من الخصوبة بسبب النقص في جودة الحيوانات المنوية.

تناول الألياف الغذائية، وهي أحد أنواع الألياف التي تحسن مستوى هرمون تستوستيرون عند الرجال، حيث تم في دراسة سابقة إعطاء مجموعة من الرجال الذين يعانون من نقص في عدد الحيوانات المنوية، تم إعطائهم ٦٧٥ ميلي غرام من هذه الألياف يوميا لمدة ثلاثة شهور، وكانت النتيجة أنها حسنت من الخصوبة لديهم، وتحدثنا عن طرق الارتباط به ومفرحه خارج الجسم.

التأكد بأن تكون مستويات الفيتامينات والعادن ضمن الطبيعي، وهذا من شأنه يحسن الصحة العامة وبالتالي يومية أفضل.

تعدد المعتادات حول كيفية تعزيز الخصوبة، وقد يكون بعضها حقيقياً وبعضها وهمياً، وكثيراً ما يتبع الناس هذه الطرق دون علم أو حتى استشارة الطبيب، ما قد يسبب نتائج سلبية في حال كانت خاطئة.

وفي هذا الصدد، نشرت صحيفة "ميرور" تقريراً، أشارت فيه إلى بعض الطرق الطبيعية التي تعزز الخصوبة عند الرجال والنساء، وذلك نقلاً عن أمين جورج، استشاري الخصوبة في أكاديمية الخصوبة وأمراض النساء في لندن، وهي كما يلي:

أحد من التغيرات الجسدية التي تحدث في الجسم عند البلوغ، هي زيادة إنتاج الهرمونات، والتي تساهم في نمو العضلات وزيادة كتلة الجسم، مما قد يؤدي إلى زيادة نسبة الدهون في الجسم، والتي ترتبط بانخفاض الخصوبة.

وتنصح جورج، أن الأشخاص الذين يعانون من زيادة الوزن، يجب عليهم إجراء تغييرات في نمط الحياة، مثل ممارسة الرياضة بانتظام، وتناول الأطعمة الصحية، والتي تساعد في تقليل نسبة الدهون في الجسم، وبالتالي تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات هرمون التستوستيرون، بتناول الأطعمة الغنية بالبروتين، والتي تساعد في زيادة إنتاج هذا الهرمون، مما يحسن من الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين دي، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الأسماك الدهنية، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين سي، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الحمضيات، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين إي، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل المكسرات، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ك، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الخضروات الورقية، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١٢، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الحبوب الكاملة، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٢١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٢٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٢٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٢٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٢٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٣١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٣٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٣٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

أما فيما يتعلق بالجهد، فإن إنتاج الجسم للكثير من الكورتيزول يضعف الجهاز المناعي، ما يسبب الطغح الجلدي أو الصدفية، وتوثر بوي بأن هذا الوضع يؤثر بشكل خاص على الأفراد الذين هم أكثر عرضة للأمراض الجلدية، إذ يؤدي إلى تفاقم هذه الحالات المرضية أو الكشف عنها.

وأوضح الموقع، رابعاً، أن الاجهاد يجعل البشرة زيتية أكثر بسبب التغيرات في مستويات الهرمونات، من بينها الكورتيزول على وجه الخصوص، الذي قد يكون عاملاً مساهماً في الإصابة بحب الشباب المزجج.

وأشار الدكتور جوشوا زيشنر، مدير الأبحاث التجميلية والسريرية في الأمراض الجلدية في مستشفى جبل سيناء في مدينة نيويورك، بأن "الاجهاد يحفز الدماغ على إنتاج مجموعة محددة من الهرمونات التي تُغيّر الجسم للبيئة المجهدة، لكن الآثار الجانبية لهذه الهرمونات تتمثل في زيادة نشاط الغدد الدهنية في الجلد، وازدياد إنتاجه، وظهور حب الشباب".

وأشار الموقع، خامساً، أن التوتر يؤثر بشكل مباشر على فروة الرأس والشعر، وترى باثيل أن بعض الأشخاص يصبح شعرهم مهتماً أكثر أو جافاً أكثر من المعتاد عندما يشعرون بالتوتر، وتختلف طبيعة هذا التأثير باختلاف الطريقة التي تتفاعل بها أجسامهم مع التحول في مستويات الهرمونات.

وأضاف الموقع أن التوتر قد يتسبب في الإصابة بالتهاب الجلد الدهني، وهو مرض شبيه بالصدفية، ويؤدي إلى تقشر فروة الرأس واحمرارها بشكل ملحوظ، وفي بعض الحالات، يقود التوتر إلى تساقط الشعر، فالجسم يتوقف عن إنتاج الشعر بمجرد الإصابة بمرض شديد، ومن المحتمل ألا تستغرق آثار هذا الاجهاد بضعة أشهر حتى تكون ظاهرة للعيان، ويمكن للشعر أن يتساقط نتيجة لبعض الضغوطات الثانوية أو دفع الجسم لتقبل تغييرات مفاجئة مثل اتباع حمية غذائية قاسية.

وأشار الموقع، سادساً، بأن التوتر قادر على أن يؤثر على الأظفار ويخلق بها شراخيراً كبيراً، ويعد ما يتوقف الجسم البشري عن تغذية الأظفار وتلميتها عندما يكون عرضة لتوتر مستمر، وذلك انطلاقاً من كونها عنصرًا أساسيًا للبقاء على قيد الحياة، وعندما يعمل الجسم على توزيع الطاقة لشفاء الأعضاء الحيوية، لا تحظى الأظفار بالأولوية، ويمكن للأظفار أن تفسد وتبدأ في التقشر عند شعور الشخص بالتوتر.

بناءً على ذلك، أوضح جوشوا زيشنر أن الحفاظ على روتين العناية بالبشرة باستخدام المنتجات والمرطبات لإزالة الزيوت المتراكمة على البشرة والحفاظ على ترطيبها يعد أفضل الحلول التي يمكن اتباعها للاعتناء بها عندما نرغب تحت وطأة التوتر، وبالنسبة لمن يعانون من حب الشباب، يبدو أن الاستخدام المنتظم للريتينويد حول الوجه قد يحسن الحالة المرضية، وفي الختام، خلص الموقع إلى أن الحصول على قسط كافٍ من النوم وممارسة التمارين الرياضية يعدلان يتراوح بين ثلاث وأربع مرات في الأسبوع، فضلاً عن ممارسة التأمل والتنفس العميق، يساعد على التعامل مع الاجهاد وتلافي آثاره السلبية، وفي حين لا توجد إجابة واحدة صحيحة لكل شخص، ينبغي على كل شخص يعاني من الاجهاد والتوتر والتسرف بناءً على مسببات هذا الاجهاد في المقام الأول.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٣٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٣٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٤١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٤٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٤٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٤٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٤٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٥١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٥٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٥٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٥٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٥٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

# هافينغتون بوست: تعرف إلى ٦ طرق يؤثر بها التوتر على بشرتنا

فوكالات

تشر موقع "هافينغتون بوست" الأمريكي في نسخته البريطانية تقريراً، تحدث فيه عن الطريقة التي تتأثر بها بشرتنا بالتوتر الناتج عن تعاملنا اليومي مع الضغوط المختلفة، سواء تلك المتعلقة بوظائفنا، أو عائلاتنا، أو المدن التي نعيش فيها، أو النشاط المستمر من أجل إنجاز أعمالنا.

وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته "عربي ٢١"، إن بشرتنا هي أكبر عضو في أجسامنا، ويمكن أن تظهر علامات الاجهاد عليها بطرق مختلفة، مثل التهاب الجلد الدهني وحتى حب الشباب، وتختلف طريقة تفاعل الجسم والبشرة مع الاجهاد من شخص لآخر.

ونقل الموقع عن طبيبة الأمراض الجلدية، بيتي بوي، أن "بشرتنا لا تستطيع التعويض بين الاجهاد البدني والعاطفي والنسي والبيئي، وبالنسبة لي، يقع الاجهاد في إحدى هاتين الفئتين، إما الجهد أو الزمن، وهو الأكثر ضرراً، فكما طالت فترة شعورك بالاجهاد، زادت معاناة بشرتك".

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٧١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٧٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٧٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٧٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٧٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٨١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٨٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٨٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٨٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٨٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٩١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٩٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٩٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٩٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٩٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١٠١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

فوكالات

تشر موقع "هافينغتون بوست" الأمريكي في نسخته البريطانية تقريراً، تحدث فيه عن الطريقة التي تتأثر بها بشرتنا بالتوتر الناتج عن تعاملنا اليومي مع الضغوط المختلفة، سواء تلك المتعلقة بوظائفنا، أو عائلاتنا، أو المدن التي نعيش فيها، أو النشاط المستمر من أجل إنجاز أعمالنا.

وقال الموقع، في تقريره الذي ترجمته "عربي ٢١"، إن بشرتنا هي أكبر عضو في أجسامنا، ويمكن أن تظهر علامات الاجهاد عليها بطرق مختلفة، مثل التهاب الجلد الدهني وحتى حب الشباب، وتختلف طريقة تفاعل الجسم والبشرة مع الاجهاد من شخص لآخر.

ونقل الموقع عن طبيبة الأمراض الجلدية، بيتي بوي، أن "بشرتنا لا تستطيع التعويض بين الاجهاد البدني والعاطفي والنسي والبيئي، وبالنسبة لي، يقع الاجهاد في إحدى هاتين الفئتين، إما الجهد أو الزمن، وهو الأكثر ضرراً، فكما طالت فترة شعورك بالاجهاد، زادت معاناة بشرتك".

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٦٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٧١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٧٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٧٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٧٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٧٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٨١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٨٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٨٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٨٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٨٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٩١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٩٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٩٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٩٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب٩٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١٠١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

# باحثون مغاربة وإسبان يكتشفون علاجاً لسرطان البروستات

فوكالات

قال فريق بحثي مغربي وإسباني، إنه تمكن من الوصول إلى علاج فعال لسرطان البروستات (الثالث) في مراحله المتقدمة، انطلاقاً من قشور وبخاخا الجوامض، معنيين أن الكرة في ملعب شركات الأدوية، وأعلنت مجموعة مكونة من باحثين مغاربة، من كلية العلوم بجامعة عبد الملك السعدي بططوان (شمال)، ونظرائهم من جامعة التلالا هيبرافيس ببطواني مدريد من إسبانيا، عن اكتشاف علاج فعال لسرطان البروستات في مراحله المتقدمة انطلاقاً من قشور وبخاخا الجوامض.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١٠٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١٠٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١٠٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١٠٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١١١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١١٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١١٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١١٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١١٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

فوكالات

قال فريق بحثي مغربي وإسباني، إنه تمكن من الوصول إلى علاج فعال لسرطان البروستات (الثالث) في مراحله المتقدمة، انطلاقاً من قشور وبخاخا الجوامض، معنيين أن الكرة في ملعب شركات الأدوية، وأعلنت مجموعة مكونة من باحثين مغاربة، من كلية العلوم بجامعة عبد الملك السعدي بططوان (شمال)، ونظرائهم من جامعة التلالا هيبرافيس ببطواني مدريد من إسبانيا، عن اكتشاف علاج فعال لسرطان البروستات في مراحله المتقدمة انطلاقاً من قشور وبخاخا الجوامض.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١٠٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١٠٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١٠٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١٠٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١١١، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١١٣، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١١٥، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١١٧، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

وتنصح جورج، أيضاً، الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١١٩، بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين، مثل الكبد، والتي تساعد في تحسين الخصوبة.

# هكذا تضرر شباب بريطاني يشرب ٦ عبوات مشروب طاقة (صورة)

فوكالات

تشر شاب بريطاني بشكل كبير، بعد أن كان روتينه اليومي لشباب البريطاني شرب ٦ عبوات مشروب الطاقة.

وقالت صحيفة "ميرور" البريطانية، إن دان رويالز الذي أدمن مشروبات الطاقة، أصابته لسانه حالة شبيهة حيث بدأ في التآكل والتقرح، ونشر رويالز منشورًا على صفحته في "فيسبوك"، وقال إن طبيبه أخبره بأن الكميات الكبيرة من السكر في هذه المشروبات، التي يصل إلى نحو ١٣ ملعقة في العبوة الواحدة، بالإضافة إلى الكربوهيدرات المختلفة، هي المسؤولة عما أصابه من تقرحات وتآكل في لسانه.

وأوضح الشاب البريطاني، "هذا ما فعلته مشروبات الطاقة في لساني، تحل كيف هو الحال في أعصابك الداخلية حتى وقت قريب عندما بدأ حدوث ذلك، كنت أدرم ما لا يقل عن ٦-٥ عبوة يوميا، كقوة على حذري يا شباب".

أشار أيضاً، طرق طبيعية لتعزيز خصوبة الرجال والنساء.. تعرف إليها

فوكالات

تشر شاب بريطاني بشكل كبير، بعد أن كان روتينه اليومي لشباب البريطاني شرب ٦ عبوات مشروب الطاقة.

وقالت صحيفة "ميرور" البريطانية، إن دان رويالز الذي أدمن مشروبات الطاقة، أصابته لسانه حالة شبيهة حيث بدأ في التآكل والت



# ليس شربها فقط.. رائحة القهوة والتفكير بها أيضا يجعلك يقظا



تحسين أدائهم". وأضافت: "باختصار لا تزال الرائحة الشبيهة بالقهوة، التي لا تحتوي على الكافيين لها تأثير وهمي مماثل لشرب القهوة". وأوضحت "أديانا" بأنها وفريقها "أرادوا أن يروا إذا ما كان الناس يتوقعون أن تؤدي رائحة القهوة إلى تحسين الأداء، لأنهم يعتقدون أنه ستؤدي إلى مستويات أعلى من الانتباه واليقظة، وهو تأثير مرتبط تقليديا بالانتعاش العقلي للكافيين". وأضافت: "سأولنا أيضا بعد هذه التجربة، هل من الممكن أن يكون تعزيز المجموعة الأولى في التفكير السريع مرتبطا بطريقة ما بملاحظة وشم رائحة تشبه القهوة على مستوى ما، واعتقاد هذه المجموعة بأنها ستؤدي بشكل أفضل. في مثل كلاسيكي تأثير الدواء الوهمي". وأكدت: "لهذا صمم فريقنا دراسة استقصائية للمتابعة، أجريت بين مجموعة تضم 200 شخص غير الذين شاركوا في الدراسة الأولى، وسألنا المشاركين عن أيهم يروا تحسنا، وعن تأثيرها للموسم على الأداء البشري". فأجاب المشاركون عن الأسئلة بالقول، "اعتقد بأننا نشعر بتحسين فيسويولوجي في الغرف المعطرة من القهوة، مقارنة بالبيئات غير المعطرة أو المعطرة بالآزهار". وأشارت "أديانا" إلى أنه يمكن الآن توسيع هذا العمل ليشمل مهام أخرى، مثل مهام اللغوية على سبيل المثال، لمعرفة ما إذا كان تأثير الرائحة الشبيهة برائحة القهوة يبدو وكأنه يحسن أنواعا أخرى من التفكير. وختمت حديثها بالقول، "هذا الاستنتاج له أيضا آثار عملية متعددة مفيدة في الأعمال التجارية للمهنيين في مكان العمل، وللمهنيين المعماريين ومطوري البناء ومدبري متاجر البيع بالتجزئة وغيرها".

من طلاب إدارة الأعمال بالجامعة، كانوا مقسمين إلى مجموعتين. وأجرت المجموعة الاختبار في قاعة تملؤها رائحة القهوة منزوعة الكافيين. في حين أجرت المجموعة الأخرى والمتماثلة من الناحية الديموغرافية مع الأولى الاختبار في قاعة دون رائحة. ووفقا للدراسة كانت النتائج لافتة للنظر، حيث أحرزت المجموعة الأولى نتائج أعلى بكثير في الاختبار، وفازت "أديانا مادهاوروف" رئيسة فريق البحث، ليس فقط لأن رائحة تشبه القهوة ساعدت أفراد المجموعة الأولى على أداء مهام تحليلية بشكل أفضل، بل أيضا امتدوا وتوقعوا أيضا أنهم سيحصلون ويقدّمون ما هو أفضل، وأثبتنا أن توقعهم هذا كان مسؤولا جزئيا على

في هذه الحالة كنتيجة للتعود أو التلميح للقهوة ولكن عدم شربها نفسها، يرون العالم بشكل أكثر تحديدا وتفصيلا. وتابع: "هذا له عدد من الآثار على كيفية معالجة الأشخاص للمعلومات واتخاذ القرارات وإصدار الأحكام". ورائحة القهوة تنشط خلايا المخ وفي السياق ذاته، كشفت دراسة أجراها "معهد ستيفنز للتكنولوجيا" الأمريكي، بأن تأثير القهوة على المخ لا يقتصر فقط على الشرب، بل يمتد أيضا ليصل لرائحتها، حيث يمكنها أن تحفز بعض وظائف الدماغ، ويشعر من يشمها بأنه يمكنه أن يتجزأ أكثر. وبحسب الخبر الذي نشره المعهد، قام فريق البحث بإجراء اختبارات في مادة الجبر مؤلفة من عشرة أسئلة، لتحوّل 100

# التقدم العلمي يزيد فرص نجاة الأطفال الخدج

وكالات

أكدت دراسات حديثة تناولت الولايات المتحدة والسويد بشكل خاص، أن الطب حقق خطوات كبيرة من أجل زيادة فرص الأطفال الخدج في البقاء. ولطفت من أنه "حتى الثمانينيات كان الطب يؤكد ألا إمكانية لبقاء الأطفال الخدج -المتولد قبل الأسبوع السابع والثلاثين من الحمل- على قيد الحياة، سوى للمولودين في الأسبوع الثامن والعشرين من الحمل كحد أدنى، فيما العمل الطبي يجب أن يمتد حتى ٤٠ أسبوعا. وفي الأسبوع الثامن والعشرين من الحمل، لا يتعدى وزن الجنين الكيلوغرام الواحد، هير أن هذا الحد لا يزال ينخفض بشكل مطرد منذ ذلك الحين، وتسجل حالات كثيرة لأطفال يبقون أحياء رغم أنهم ولدوا في الأسبوع ٢٤ أو ٢٣ أو ٢٢ من الحمل، بأوزان تصل إلى نصف كيلوغرام أو أقل. وفي شباط/ فبراير، تصدرت مجلة "بيداتري" عناوين الصحف فقد بلغ وزنه ٢٦٨ غراما عند الولادة في الأسبوع الرابع والعشرين للحمل، وخرج من المستشفى بسحة جيدة بعد خمسة أشهر من تلقيه العلاج. يقول إدوارد بيل طبيب حديثي الولادة والأستاذ في طب الأطفال في جامعة أيوا الأمريكية، "أزول هذه المهنة منذ ٤٠ عاما، وقد رأيت هذا الحد ينخفض أسبوعا خلال السنوات العشر التي عملت فيها في المستشفى". وتعمل السويد بلا شك الرقم القياسي العالمي لنجاة الأطفال الخدج، فقد نجا ٧٧ بالمئة من الأطفال المولودين في الأسابيع ٢٢ إلى ٢٦ من الحمل بين العامين ٢٠١٤ و٢٠١٦، وفق دراسة نشرتها الثلاثاء مجلة الجمعية الطبية الأمريكية (جاما). حتى أن البلاد شهدت تحسنا، فقد كانت تلك النسبة ٧٠ بالمئة بين العامين ٢٠٠٤ و٢٠٠٧، ونظمت جمعية إنعاش الأطفال العديليتي الولادة لتتبع عملية، والأول ٨٨ بالمئة من الولادات المبكرة تجري في مستشفيات تتبع تلك التدابير. ويقول الأستاذ في طب الأطفال والمشارك في هذه الأبحاث مايكل تورمان وكاتالينا هيرانس برس:

# ساينس ديلي: هل يغذي السكر السرطان؟

وكالات

نشر موقع "ساينس ديلي" تقريرا، حول دراسة أجريت في كلية الطب التابعة لجامعة ييلور في تكساس، وكية ويل كورنيل ميديسن في نيويورك، وتم نشر هذه الدراسة في دورية "ساينس". ويشير التقرير، الذي ترجمته "عربي 21"، إلى أن الباحثين توصلوا إلى أن استهلاك كمية متواضعة من شراب الذرة الفضي بالسكر النباتي "فركتوز" (وهو شبيه بالسكر الذي يستخدم لتجلية الكعكة والقطائف)، ما يعادل لتناول ٣٥٥ مل من مشروب محلي يومية، أدى إلى تسريع نمو أورام في أمعاء الفئران، بمعدل من السمنة المفرطة. ويذكر الموقع أن فريق البحث اكتشف كيف تغذي المشروبات المحلاة نمو السرطان، ما يشير إلى بعض الاستراتيجيات الممكنة للعلاج. وينقل التقرير عن المؤلفة المشاركة الدكتورة جيني يون، أستاذة علم الجزيئات والبيئات البشرية في جامعة ييلور، قولها: "هناك عدد متزايد من الدراسات التي تبين على المشاهدة أدت إلى الوصي بوجود علاقة بين استهلاك المشروبات المحلاة والسمنة وخطورة الإصابة بسرطان القولون والمستقيم، وما هو معروف الآن هو أن السكر ضار بصحتنا بشكل رئيسي، لأن استهلاك السكر منه يؤدي إلى السمنة المفرطة، ونعلم أن السمنة المفرطة تزيد من خطر الإصابة بعدد من أنواع السرطان، بما في ذلك سرطان القولون والمستقيم، لكن ما لم تكن غير متأكد من أنه هو أن هناك رابط مباشر بين استهلاك السكر والسرطان، ففقرت أن أبحث في هذا السؤال المهم عندما أجري أبحاثا في مرحلة ما بعد الدكتوراه في مختبر الدكتور لويس كاتليني (كلية طب) ويل كورنيل، وبلغت الموقع إلى أن يون وزملاؤها قاموا ابتداء بتوليد نسحة فأر في بدايات سرطان القولون، حيث تم حذف جين (APC)، وقالت يون، "جين APC يعد حارسا ضد سرطان القولون والمستقيم، وحذف هذا البروتين يشبه إزالة كوابح السيارة، فبدون لا تتوقف خلايا الأمعاء عن النمو ولا تموت، وتولد المراحل الأولى من الأورام التي تسمى البوليبيد (polyp) وهو (نمو غير طبيعي يشبه الضرع في المناطق المعوية على أغشية مخاطية)، وأكثر من ٩٠٪ من المصابين بسرطان القولون والمستقيم لديهم هذا النوع من التحول في جين APC". وتضيف التقرير بأنه من خلال استخدام هذا النموذج من المرض لدى الفأر فإن الفريق فحص أثر استهلاك الماء المحلى على تطور الورم، وكان الماء المحلى يحتوي على ٢٠٪ من شراب الذرة عالي السكر المؤلف من جلوكوز وفركتوز بنسبة ٤٥ إلى ٥٥. ويذكر الموقع أنه عندما قام الباحثون بتوفير الماء المحلى للفئران (نموذج APC) في زجاجات يمكن أن تشرب منها في أي وقت، زاد وزن الفئران خلال شهر واحد، وكثف الفئران من أن تصبح مفرطة في السمنة وتحاكي تناول إنسان لعلى واحدة من المشروبات الغازية يوميا، فإن الباحثين أعطوا كميات معتدلة من الماء المحلى عن طريق الحقن، مرة في اليوم، وبعد شهرين لم يزد وزن الفئران (نموذج APC) التي كانت تعطي ماء محلى، لكنها تفوزت أوراما أكبر ويبدية أكبر من الفئران التي أعطيت ماء عاديا. ويورد التقرير عن الدكتورة يون، قولها: "إن النتائج تشير إلى أنه عندما تكون لدى الحيوانات أورام في الأمعاء في مراحلها الأولى، وهو ما قد يحصل مع الشرب صنفعة ودون ابتداء فإن استهلاك كميات صغيرة من شراب الذرة عالي الفركتوز على شكل سائل يمكنه أن يزيد من نمو الورم وتقدم مرحلته بمعدل من السمنة الزائدة.. هناك حاجة للمزيد من البحث لترجمة هذه النتائج بالنسبة للبشر، لكن ما استنتجناه من النماذج الحيوانية يشير إلى أن استهلاك المشروبات المحلاة الدائم يقصر من الوقت الذي يحتاجه السرطان للنمو، هلدى البشر عادة يأخذ الأمر ما بين ٢٠ عاما إلى ٣٠ عاما لنمو سرطان القولون والمستقيم من المراحل الأولى من أورام حميدة إلى

# ابتكارات طبية متقدمة في معرض لندن.. تعرف عليها

لذلك قام البيوترون بتطوير هذا النوع من الجطاريات. وأوضح الموقع أن الوحدة هي مشكلة خطيرة في جميع أنحاء العالم، وهي مشكلة ضمن العوامل المؤدية للإصابة بالعديد من الأمراض الخطيرة على غرار أمراض القلب والأوعية الدموية. لذلك، ابتكر العلماء طريقة جديدة للتلصق على هذه المشكلة الصحية من خلال صنع رويوت سفير وودود يسمى "جيني كوناكت". وقد صمم هذا الروبوت بطريقة تجعل استخدامه سهلا خاصة بالنسبة لكبار في السن، ويمكن لهذا الروبوت الصغير تنفيذ مهام المساعدة، والتحدث اليك والردشة معك، وحتى مع الأطباء أو أفراد الأسرة. وقد طور المصممون هذا الروبوت الذكي ليتمكن من تذكير المستخدم بمواعيد الأدوية وحضور الاجتماعات والمسائبات المختلفة. وأورد الموقع أن "سوماك" قد يكون أحد أفضل الابتكارات سنة ٢٠١٩ في مجال الرعاية الصحية المستقبلية، ووفقا لـ"بيتكري سوماك"، فإنه جهاز قادر على إرفاز الأوكسجين، وإمكان الحركة التحويل على هذا الجهاز تعديل طريقة التنفس أثناء النوم، وأداء الموقع بأن "سوماك" هو عبارة عن جهاز صغير مستطيل الشكل يقوم المستخدم بتفخيله قبل النوم، وحسب مبتكري هذا الجهاز، فهو يساعد على التنفس بشكل أسهل والنوم بشكل أفضل، كما يزيد من قدرة الجسم على التخلص من السموم أثناء النوم، واستعادة حيويته، ويأمن بشكل هذا الجهاز في تطويره أكثر حتى يتمكن من مساعدة الأشخاص المسنين بأمراض الجهاز التنفسي.



بالرئيس، التي تحفظ بطريقة شفافة وأمنة بفضل هذه التقنية الجديدة التي تعتمد على التشعير. ونظرا لتزايد شعبية الاستشارات عبر الإنترنت، ستساعد هذه التقنيات الجديدة في التغلب على المخاوف المتعلقة بالخصوصية والأمن، وتساعد شركة ميديكال شاين أن تسبح خدماتها في المستقبل القريب متاحة لعامة الناس. وأكد الموقع أن الفحص المبكر لسرطان عنق الرحم قد ساهم في التقليل من عدد الوفيات بشكل كبير، وقد ابتكرت شركة موبيل أوي تي منظار مهبل يدوي بالطبيرة أطلقت عليه تسمية نظام إيفا. والمثير بشأن هذا المنظار أنه قادر على تصوير عنق الرحم بوجود عملاق، ويمكن من إجراء تشخيص دقيق في أقصر وقت ممكن. وتتمثل إحدى مزايا هذا الابتكار الطبي الرئيسية في أنه نظام محمول سهل

الاستعمال، وإمكان الأخصائي مهما كانت خبرته أن يستخدمه. كما أن هذا الجهاز سهل الاستخدام لأنه يعتمد على تقنيات التعرف الذكية، ويوفر هذا النظام خاصية الاستشارة عن بعد، التي تتيح للمرء استشارة الخبراء في وقت قياسي، ومن شأن هذا النظام الكشف عن الأمراض السابقة للسرطان. علما وأنه لا حاجة للتخاطر الطبية أو المستشفيات، وإنما يمكن الحصول على نتائج فورية دون الانتظار لأسابيع. وذكر الموقع أن بلو شينك قامت بابتكار طريقة لجعل الطيارات العادية التي نستعملها بشكل يومي أكثر أمنا واقتصادا. وذلك من خلال إنتاج بطاريات بلو شينك سفيرة ومدمجة ومصممة بشكل بسيط ومرن. وقد أصبحت الأجهزة الطبية أكثر ذكاء في أي وقت مضى، وبطبيعة الحال تحتاج هذه الأجهزة مصدر طاقة،

# هل يساهم الشاي الأخضر والأحمر، في خسارة الوزن؟

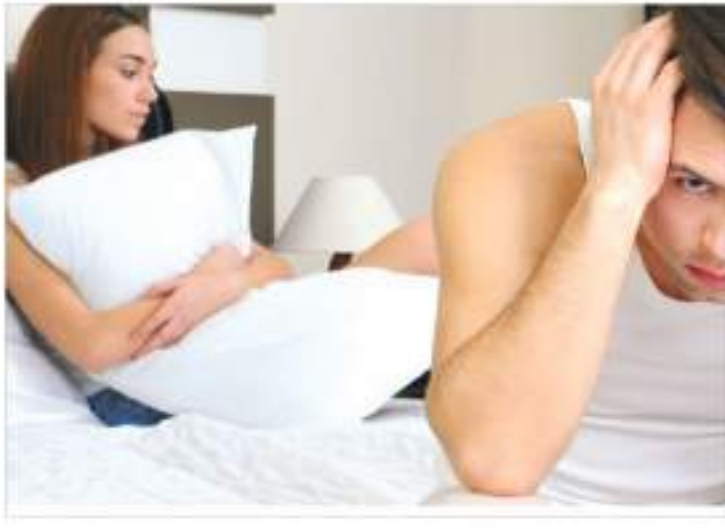
أضافت: "يحتوي الشاي الأخضر أيضا على الحمض الأميني الثرونيون، الذي يحلّل النشا المعصي للديوبامين والسيروتونين وهما هرمونا السعادة". الشاي الأحمر من جهة، قال استشاري التغذية العلاجية، محمد عبد السلام، حول علاقة الشاي الأحمر بخسارة الوزن، "هناك علاقة بين الكافيين الموجود في الشاي الأحمر وبين رفع مستوى حرق الدهون في الجسم، إضافة لفسادات الأكسدة التي تساهم بدورها في رفع مستوى حرق الدهون، وهذه هي العلاقة بين الشاي وبين خسارة الوزن".

أيات في حديثها لـ"عربي 21"، من فوائده أنه مضاد للأكسدة، ويعمل على محاربة الجذور الحرة، وأيضا يحسن من عملية حرق الدهون، ومفيد لصحة القلب والشرايين". وأشارت إلى أن الدراسات وجدت أن الشاي الأخضر يحسن القدرة العقلية، ويساهم في علاج مرض الزهايمر، ودراسات أخرى وجدت أنه يساعد في علاج أمراض القلب. وتابعت مستدركة، "بالإضافة إلى ذلك، لا يكفي لخسارة الوزن، بل يجب أن يتوافق مع نظام غذائي صحي، بمعنى لا يمكن للشخص أن يأكل كثيرا دون حساب، فقط شربه كونه سهل هوية أن يخسر وزنه بالتأكيد هذا الأمر من يحدث". فوائده الشاي الأخضر وحول فوائد الشاي الأخضر قالت

شظارة عن هذا التساؤل بالقول، "لا يساهم الشاي الأخضر في خفض الوزن بشكل مباشر، لكنه عامل مساعد على ذلك، فكونه مضاد للأكسدة، وأيضا يحسن من عملية الحرق، ويخفض من مستوى الكوليسترول، وجيد لصحة القلب والشرايين فهو بالنتيجة يساعد مع الحمية الغذائية في خفض الوزن". وتابعت مستدركة، "بالإضافة إلى ذلك، لا يكفي لخسارة الوزن، بل يجب أن يتوافق مع نظام غذائي صحي، بمعنى لا يمكن للشخص أن يأكل كثيرا دون حساب، فقط شربه كونه سهل هوية أن يخسر وزنه بالتأكيد هذا الأمر من يحدث". فوائده الشاي الأخضر وحول فوائد الشاي الأخضر قالت



# قاص بريطاني يثير جدلا بتصريحات حول حقوق الرجل الجنسية



الملكة المتحدة الإصرار على ممارسة الجنس، وإن عليهم التحكم بأنفسهم. وقالت النابية، جيس فيليبس، "هذا ليس حقا من حقوق الإنسان".

# «ثورة في نقل البضائع».. طائرات بدون طيار لتوصيل القهوة للبيت

العديد من المسائل الأمنية المتعلقة بهذا النوع من الطائرات التي ينبغي حلها قبل الاعتماد عليها كوسيلة جديدة في خدمة توصيل السلع. علاوة على ذلك، تظهر بعض العقبات فيما يتعلق بجبال القاذورات، حيث حطرت مكتب التحقيقات الفيدرالي وعدد من الوكالات الأخرى التوافق التنظيمية التي سبق وأن اقترحتها إدارة الطيران الفيدرالية بسبب المخاوف من استخدام الطائرات دون طيار لتسليم هجمات إرهابية. وبينت الصحيفة أنه ليلوغ هذا الهدف وينبغي للطائرات بدون طيار أن تتطور على نحو يجعلها تتجاوز مجرد إدراك العقبات التي تعترض طريقها. ومن المتوقع أن يقوم نظام جديد يسمى «إدارة حركة الطائرات دون طيار» الذي طوّرته وكالة ناسا بالتعاون مع إدارة الطيران الفيدرالية والعديد من الشركات الخاصة على غرار «وينغ» بتخليق رحلات يمكن من ألق ملز في أيسلندا بحلول حزيران/يونيو، نظرا لكون الفواخ التنظيمية الجديدة ستسمح لها بزيادة نطاق خدماتها. وأوضحته الصحيفة أن المسائل القانونية تشكل في الوقت الحالي العقبات الأساسية التي تحول دون الاعتماد على هذه التكنولوجيا لتوصيل الطلقات، وفي هذا الصدد، قال المتحدث باسم إدارة الطيران الفيدرالية الأمريكية أن استخدام الطائرات بدون طيار يتطلب وضع الكثير من القواعد والقيام بالعديد من الاختبارات والتوصل إلى اتفاقيات بشأن المعايير. وأضاف المتحدث أن هناك مقاعد خلال تحليقها من فرنسا إلى بلدة إغليزياف جنوب فرانكفورت، في أحد الحقول نحو الساعة ١٣:٣٠، وقت في الشرطة. وقتل في الحادث راكب آخر يعتقد أنه روسي إضافة إلى الطيار. ويعتبر زوج فيليفا رئيس شركة «أس ٧» فلافيلاف فيليب، رابع أشرى شخص في روسيا بحسب تصنيف فوريس لعام ٢٠١٨ بـ ٦٠٠ مليون دولار.

الملك المتحدة الإصرار على ممارسة الجنس، وإن عليهم التحكم بأنفسهم. وقالت النابية، جيس فيليبس، "هذا ليس حقا من حقوق الإنسان".

تم تلقي روجا كبيرا آنذاك، وإلى حد الآن، لم توضع أمزون أي تفاصيل عن برنامجها التعلق بهذه التكنولوجيا الجديدة في مجال توصيل الطلقات. وذكرت الصحيفة أنه على مدى خمس سنوات، تطورت هذه الطائرات لتصبح أكبر وأسرع وأكثر قوة، كما أنها أقل عرضة للتحطم. فضلا عن ذلك، أضحت هذه الطائرات تتمتع بقدرات مميزة تتمثل في رصد الأشياء والتجاوب في تفادي الاصطدام بها. وأضاف المتحدث بأن الشركة الألمانية تعتمد على نظام التوصيل على مسارات محددة مسبقا وتكون خالية من العوائق كالأشجار وأسلاك الكهرباء وغيرها، حيث حصلت شركة «أها» على رخصة للاستخدام التجاري لهذا النوع من الطائرات نظرا للبيئة الجغرافية لفيلا، إذ أن هناك الكثير من المناطق غير المأهولة بالسكان. وحيال هذا الشأن أوضح المؤسس المشارك والرئيس التنفيذي لشركة، مارون كريستوفورسون، أن "كل شيء تواجهه الطائرة بدون طيار خلال تحليقها، على غرار الطرق والمباني وما شابه ذلك، قد وضع ضمن نموذج جغرافي رقمي المخاطر التي من المحتمل أن يتعرض لها الأشخاص في حال تحطمت طائرة دون طيار ويبلغ وزنها ٣١ رطلا". في المسابق ذاتها، اكتسبت شركة "فلايتركس" أن طائراتها قادرة على حمل طردوي يبلغ وزنها ٥,٥ رطلات والتحليق على مستوى منخفض يتراوح بين ٦٥ و١٠٠ قدم دون الحاجة إلى الهبوط أو وسقطت الطائرة المكتوبة ذات السنة

وقالت شركة الطيران الروسية الخاصة "أس ٧" في بيان، إن ناتاليا فيليفا التي تشارك في ملكية الشركة، قتلت في الحادث، كما أذى اصطدام سيارة شرطة كانت متوجهة بسرعة إلى مكان الحادث بسيارة أخرى، إلى مقتل شخصين وإصابة ثلاثة رجال شرطة بجروح خطيرة، وفق وكالة الأنباء الألمانية.

# الأمير هاري وزوجته ميغان يدشنان حسابا مشتركا عبر "إنستغرام"

وأعلن الشهر الماضي انتقال سكن الزوجين من لندن إلى فروغمو كوتيدج في وندسور غرب العاصمة. ومع أول صورة نشرها على الحساب الجديد، كتب الزوجان هذا التحليق، "مرحبا بكم في حسابنا الرسمي على إنستغرام، نتطلع لأن نشارككم الأنشطة التي نحفزنا والقضايا التي ندعمها والإعلانات المهمة وفرصة تسليط الضوء على موضوعات رئيسية".

# أثرياء في نيجيريا يطلبون بيتزا ديلفري من لندن

موقع التواصل الاجتماعي "تويتر" حيث غرد أحد مستخدمي الموقع قائلا، "عزيزتي شركة بريتيش إيرويرز، لماذا لم تجربينا عن خدمة إيصال البيتزا في نيجيريا؟ هل هناك تطبيق لهذه الخدمة؟". وتأتي هذه التصريحات في محاولة من الحكومة النيجيرية لتوقف اعتمادها على الاستيراد من الخارج، والذي يراه الوزير مكالفا جدا للمزارعين المحليين. وعبر الوزير عن التقادة لبعض المواطنين الذين يتجهون للاستيراد، قائلا، "بعض المواطنين يستوردون احتياجاتهم اليومية مثل الأرز والطماطم، لأنهم يعتقدون أن هذا يظهر الوجهة والطيقة، وأنهم يأكلون الأشياء المستوردة".

أنشأ الأمير البريطاني هاري وزوجته ميغان، اللذان ينتظران قدوم أول مولود لهما هذا الربيع، حسابهما الرسمي على "إنستغرام" يوم الثلاثاء باسم (ساكسون رويال).

وقال وزير الزراعة النيجيري، أودو أوغبا، إن نيجيريين يستخدمون هوايتهم النقالة لطلب البيتزا من لندن على متن الخطوط الجوية البريطانية "بريتش إيرويرز". وأضاف، "هناك نيجيريون يستخدمون هوايتهم لطلب بيتزا من لندن، إنهم يشترونها من لندن ويحضرونها على رحلات "بريتش إيرويرز في الصباح ليأخذوها من المطار". وأضاف، "الوضع ممل حقا، وينبغي علينا أن نتحرك بسرعة في وقت مثل هذه الأشياء". وأشارت تصريحات أوغبا موجة سخوية على

# شرطة بريطانيا تحقق في خامس حادثة طعن شمال لندن خلال أيام

وقال الشرطي توك ماركس، "أدرك أن الأحداث في مطلع الأسبوع سببت قلقا كبيرا ومخاوف بين الناس وأن هذا الحادث سيثبت المزيد من القلق".

أعلنت الشرطة البريطانية، أنها تحقق في خامس واقعة طعن خلال أربعة أيام، في إحدى المناطق في شمال لندن.

# تمثال «بودا» على طريق أبو ظبي-دبي يفجر جدلا



الحائط الأراء الفقهية الإسلامية المختلفة حول نصب التماثيل، ولا تعبأ بـ"استقرار" مواطنيها، وكان متحف "الوهر" قال إن تمثال "بودا" يعود إلى القرن الحادي والثاني عشر، وتم جلبه من الصين.

كان متحف "الوهر" قال إن تمثال "بودا" يعود إلى القرن الحادي والثاني عشر وتم جلبه من الصين - فليكر هجرت مواطنون ومقيمون في الإمارات ينصب تمثال "بودا" على الطريق السريع الواصل بين العاصمة أبو ظبي ودبي.

# مقتل أشرى نساء روسيا يتحطم طائرة في ألمانيا

مقاعد خلال تحليقها من فرنسا إلى بلدة إغليزياف جنوب فرانكفورت، في أحد الحقول نحو الساعة ١٣:٣٠، وقت في الشرطة. وقتل في الحادث راكب آخر يعتقد أنه روسي إضافة إلى الطيار. ويعتبر زوج فيليفا رئيس شركة "أس ٧" فلافيلاف فيليب، رابع أشرى شخص في روسيا بحسب تصنيف فوريس لعام ٢٠١٨ بـ ٦٠٠ مليون دولار.

وقالت شركة الطيران الروسية الخاصة "أس ٧" في بيان، إن ناتاليا فيليفا التي تشارك في ملكية الشركة، قتلت في الحادث، كما أذى اصطدام سيارة شرطة كانت متوجهة بسرعة إلى مكان الحادث بسيارة أخرى، إلى مقتل شخصين وإصابة ثلاثة رجال شرطة بجروح خطيرة، وفق وكالة الأنباء الألمانية.

وقالت شركة الطيران الروسية الخاصة "أس ٧" في بيان، إن ناتاليا فيليفا التي تشارك في ملكية الشركة، قتلت في الحادث، كما أذى اصطدام سيارة شرطة كانت متوجهة بسرعة إلى مكان الحادث بسيارة أخرى، إلى مقتل شخصين وإصابة ثلاثة رجال شرطة بجروح خطيرة، وفق وكالة الأنباء الألمانية.

وقالت شركة الطيران الروسية الخاصة "أس ٧" في بيان، إن ناتاليا فيليفا التي تشارك في ملكية الشركة، قتلت في الحادث، كما أذى اصطدام سيارة شرطة كانت متوجهة بسرعة إلى مكان الحادث بسيارة أخرى، إلى مقتل شخصين وإصابة ثلاثة رجال شرطة بجروح خطيرة، وفق وكالة الأنباء الألمانية.

# هكذا يخطط علماء ليعيش الإنسان ألف سنة

والباعتماد على الخلايا الجذعية، وأمل إسبري في إعطاء عملية الشيخوخة وإطالة حياته، علاوة على ذلك، يستهلك إسبري حوالي ١٠٠ نوع من الكائنات الفنادية يوميا، كما أن منزله الواقع في كولومبيا مجهز بمراقب خاصة مثل غرفة لكسجين عالي الضغط، وجهاز تنقيح العضلات، وأفاد الموقع بأن لاري إيلسون، المدير التنفيذي لشركة أوراكل، يعتبر أن ١٨٠ سنة رقم متواضع جدا، ويريد العيش لفترة أطول. وفي هذا الإطار، يسعى بعض العلماء لتطوير عمليات زرع الشرايين الإلكترونية في الدماغ. ويعتقد رجل الأعمال الأمريكي إيلسون أنه إذا لم يصبح الناس الذين، فإن الذكاء الاصطناعي سيهزم البشرية، وبمساعدة التكنولوجيا الحديثة، سيتمكن الناس من العيش أطول وقت ممكن. وأوضح الموقع أن العديد من العلماء يشككون في فكرة الشباب الأبدية، بل يعارض البعض منه أي جهود قد تؤدي إلى عكس عملية الشيخوخة. وفي مقال له، أكد ريتشارد ميلر، الأستاذ في جامعة ميشيغان، أنه "من غير المحتمل تحقيق هذه الأفعال، حتى أنها لا تستحق الذكر في المجتمع العلمي". فعلى مر التاريخ، عاش العديد من الأشخاص عمرا طويلا لم يتجاوز ١٢٠ سنة.

خطة عمل ملموسة لتحقيق ذلك، ولكن يعلم الباحثون في مجال الطب في جامعة هارفرد من أين عليهم البدء. وتجدر الإشارة إلى أن عمر الإنسان ينحطض بالخفاض عدد الأوعية الدموية في العضلات، ما يؤدي إلى التهرؤ التدريجي للأعضاء الحيوية.

وأوضح الموقع أن باحثين في جامعة هارفرد قاموا في سنة ٢٠١٨ بتجربة الفئران بمادة كيميائية تؤثر على نمو الأوعية الدموية، ونتيجة لذلك، تبن أن القوة البدنية للقوارض تتقدم في السن زادت بنسبة ٤٦ بالمئة حتى الآن. ويعمل العلماء على تطوير أدوية قادرة على إعطاء عملية الشيخوخة، علما أن على إعطاء شيخوخة الدماغ، كما أن هذه الأدوية تؤثر على الأوعية الدموية.

تشر موقع "أف بي سي" ربي الروسي تقريراً، تحدث فيه عن اعتقاد العلماء بأنه يمكن للعالم أن يصبح قادراً على كسر الخصائص الوراثية للإنسان، من أجل تمديد حياته لمدة قرن على الأقل.



سيرجيو غوستا، استمراه لكويت مياه البحار بالمود البلاستيكية. وتساءل في ندوية عبر "فيسبوك"، هل ما يزال هناك أشخاص يتولون إن هذه ليست مشاكل مهمة؟ إنها كذلك، وهي أولوية بالنسبة لي". وأضاف الوزير، "لقد أخطأنا في استخدام المواد القابلة للاستخدام مرة واحدة، خلال السنوات الأخيرة، والأمر يدعو للقلق، وفي الحقيقة الحيوانات هي التي تدهم". وأشار غوستا إلى موافقة البرلمان الأوروبي مؤخرا على قانون يحظر استخدام مجموعة واسعة من المواد البلاستيكية التي تستخدم مرة واحدة بحلول ٢٠٢١.

اكتشفت السلطات الإيطالية ٢٢ كغم من مخلفات البلاستيك في معدة أنثى حوت عثر عليها نائفة بأحد شواطئ البلاد الأسبوع الماضي، وقال لوكا بيتا، رئيس منظمة "سيمي" الإيطالية المعنية بالحياة البحرية (غير حكومية)، إن جلثة أنثى الحوت تم العثور عليها ملقاة على شواطئ مدينة سردينيا، وتبين أنها من نوع حوت العنبر مهدد بالانقراض.



## ٢٩٦ مرشحا لجائزة فاطمة بنت مبارك

أعلنت اللجنة المنظمة لجائزة فاطمة بنت مبارك لرياضة المرأة، انتهاء لجنة التحكيم من فرز طلبات الترشيح للنسخة السابعة من الجائزة.

وتقام الجائزة تحت رعاية الشبيخة فاطمة بنت مبارك، رئيسة الاتحاد النسائي العام، رئيسة المجلس الأعلى للأمومة والطفولة، الرئيس الأعلى لمؤسسة التنمية الأسرية (أم الإمارات).

وتدعم الجائزة وتتابعها الشبيخة فاطمة بنت هزاع آل نهيان، رئيسة مجلس إدارة أكاديمية فاطمة بنت مبارك للرياضة النسائية، رئيسة نادي أبوظبي والعين للسيدات.

ويبلغ إجمالي عدد المسجلين في النسخة السابعة للجائزة، ٢٩٦ طلبا، في فئات الجائزة المختلفة البالغة ١١ فئة، من ١٤ دولة عربية. واستقبلت اللجنة المنظمة، ٩١ طلبا من الإمارات، ومن مصر (٤٦)، والبحرين (١٤)، والأردن (٩)، وسوريا (٦)، ولبنان (٥)، والمغرب (٤)، وكل من عمان والسعودية وتونس والسودان (٣)، وفلسطين (٢)، والكويت وليبيا (١).

واستمرت عملية التسجيل لمدة شهرين ونصف، منذ فتح باب الترشيح للجائزة في أواخر يونيو/حزيران الماضي، وحتى موعد إغلاق التقديم في ١٠ سبتمبر/أيلول ٢٠٢٣.

وتشمل فئات الجائزة، والتي يبلغ إجمالي قيمتها المالية، ١,٨ مليون درهم، ١١ فئة للمستويات الفردي والجماعي (مستوى الاتحادات والمؤسسات الرياضية).

وتضم فئات المستوى الفردي، أفضل رياضية عربية، أفضل رياضية إماراتية، أفضل رياضية ناشئة، أفضل رياضية بارالمبية، أفضل مدرب/مدرية، أفضل لاعبة رياضية، أفضل أم رياضية.

أما فئات الجائزة على مستوى الاتحادات والمؤسسات الرياضية، فتشمل أفضل برنامج لتنمية الناشئات، أفضل فريق، أفضل مبادرة إبداعية.

وتُمنح جائزة خاصة من قبل لجنة التحكيم، لتكريم شخصية العام الرياضية العربية على أدائها المتميز، وإسهاماتها في الارتقاء بالرياضة النسائية في الوطن العربي.

وقالت الدكتورة نجوى محمد الجوسني، رئيسة لجنة التحكيم لجائزة فاطمة بنت مبارك لرياضة المرأة "سعداء بالإقبال الكبير على الترشيح للجائزة، وأعداد الملفات التي استقبلتها اللجنة من مختلف الدول العربية".

وأضافت "هذا يؤكد على أهمية الجائزة، التي تعد الأكبر على مستوى الوطن العربي، وتعنى بتكريم وتقدير المتميزات في مجال الرياضة النسائية ممن حققن إنجازات وبطولات على مدار العام".

وأتمت قائمة "سيتم الانتهاء من عملية التحكيم يوم ١٤ أكتوبر/تشرين الأول الجاري، أما الإعلان عن القائمة القصيرة، وتضم ٣ مرشحين ومرشحات في كل فئة من فئات الجائزة، فسيكون يوم ٢٩ من الشهر نفسه".

## هدوء الكويت يرجح كفة الأبيض على الوحدات المتوتر



لم تكن مهمة الكويت سهلة لتجاوز الوحدات الأردني ٢/١، ضمن منافسات الجولة الثانية للمجموعة الثانية بكأس الاتحاد الآسيوي.

ونجح الكويت بتسجيل هدف الفوز في الدقيقة ٧٥، إلا أن الوحدات ابتعد عن شراسته المعتادة عند التأخر في النتيجة. كووورة يرصد في التقرير التالي، الأسباب التي منحت الكويت التفوق على الأخضر.

### نهج خططي متشابه

احترم مدرب الكويت، الصربي بوريس بونياك، قدرات الفريق الأردني كثيرا، من خلال تأمين دفاعاته، والاعتماد على عناصر تجيد الارتداد الهجومي السريع، أمثال ياسين الخنيسي وأحمد الزكي ومحمد دحام ورضا هاني وطلال الفاضل وسامي الصانع وعلي حسين.

وانتهج العماني رشيد جابر والكتيبة الخضراء، نهجا مشابها، بتواجد سيردك هنري، كراس حربية صريح، يعاونه أنس العوضات ومهند أبو طه.

وكان من الواضح قدرة الأخضر على سد كل الطرق المؤدية لمرمى الحارس أحمد عبد الستار، باستثناء لحظة غاب فيها التركيز، استغلها ياسين الخنيسي لتسجيل هدف السبق.

ولم يتأخر رد الوحدات، بعد أن تخلى الأخضر عن حذره الدفاعي ليدرر التعادل عبر تمريرة سحرية من أنس العوضات، ترجمها مهند أبو طه في شباك سعود الجوشان.

وبعد أن نجح الوحدات في تسجيل هدف التعديل، ارتبك الأبيض الكويتي، ما منح الأخضر فرصة لتسجيل التقدم، خصوصا أن الفرص لاحت في أكثر من مناسبة للأيقوني سيردك هنري، إلا أن التسرع الذي وصل لحد التوتر، أضع على الفريق فرصا ثمينة.

بعدها استعاد الكويت الهدوء، خصوصا بعد دخول أحمد الظفيري وياسين عامري، وكلاهما حرك المياه الراكدة في وسط الملعب، ليحصل العامري على ركلة جزاء، ترجمها ياسين الخنيسي بنجاح.

### تراجع بلدي

لم يكن المردود البلدي للوحدات كافيا في الربع ساعة الأخيرة لتسجيل هدف التعادل، وحظقت نقطة ثمينة، كانت ستكون مرضية في مواجهة أصحاب الأرض. في المقابل كان الكويت واقفيا في العودة للدفاع، للحفاظ على مكتسباته التي حققها، وكان له ما أراد.

# الأمير علي: اتحاد غرب آسيا يدعم الملف السعودي لاستضافة مونديال ٢٠٣٤



وجه التحديد.. وأكد سموه أن اتحاد غرب آسيا يسخر جميع إمكاناته لدعم ذلك أن السعودية قادرة وبكل ثقة على تنظيم نسخة مونديالية استثنائية.

## برشلونة ينتزع انتصارا بشق الأنفس من ملعب بورتو

الدقيقة ٢٣. وأهدر جواو فيليكس فرصة تسجيل هدف التقدم في الدقيقة ٣٠، حيث سدده برعونة من داخل المنطقة.

وتلقى مهدي طارمي كرة عرضية من الطرف الأيمن، وسدد كرة رأسية مرت بمحاذاة القائم الأيمن في الدقيقة ٦٣.

وتألق تيرشيتجن في التصدي لتسديدة من وينديل في الدقيقة ٦٥، وواصل تألقه بالتصدي لمقوسمة من جالينو في الدقيقة ٧١.

وطالب لاعبو بورتو بالحصول على ركلة جزاء في الدقيقة ٨٠، إثر وجود لسة يد على كانسيلو، لكن بعد الرجوع لتقنية الفيديو تراجع الحكم عن قراره محتسبا خطأ على مدافع بورتو الذي لمس الكرة باليد أولا.

وسجل مهدي طارمي هدف التعادل لبورتو في الدقيقة ٨٣، بركلة أكروياتية مزدوجة، لكن حكم المباراة قرر إلغاءه بداعي التسلسل. وشهدت المباراة طرد جاي في الدقيقة (٩٠+٣) لحصوله على البطاقة الصفراء الثانية.

وأرسل مهدي طارمي تسديدة من داخل المنطقة، وصلت بسهولة بين أحضان تيرشيتجن في الدقيقة ٤٣.

واستغل جوندوجان خطأ قاتلا من بارو لاعب بورتو في التمير، وانطلق ومرر كرة بينية نحو فيران تورييس، الذي سددها في شباك الفريق البرتغالي بالدقيقة ٤٦.

وأطلق حكم المباراة صافرة نهاية الشوط الأول، بتقدم برشلونة بهدف دون رد.

### الشوط الثاني

ومع بداية الشوط الثاني، انطلق

أكد رئيس اتحاد غرب آسيا لكرة القدم، سمو الأمير علي بن الحسين دعم الاتحاد المطلق للسعودية في ملف ترشيحها لاستضافة بطولة كأس العالم ٢٠٣٤.

وأشار الأمير علي إلى أن تقدم الاتحاد السعودي لاستضافة المونديال، أمر يدعو للفخر والاعتزاز، ويتطلب في الوقت ذاته توفير أذوار داعمة ومساعدة للمساهمة في إسناد تنظيم بطولة كأس العالم إلى السعودية.

وقال سموه وفق بيان صادر عن اتحاد غرب آسيا الخميس "إن اتحاد غرب آسيا ومنذ تأسيسه يرتكز في مهامه ومسؤولياته على وحدة الصف، وتوحيد الجهود الرامية لدعم كرة القدم في الأقليم والمنطقة العربية على حد سواء، واستنادا على هذه الرسالة تؤكد الدعم المطلق والصريح من اللجنة التنفيذية لاتحاد غرب آسيا للسعودية، ذلك أن نجاحها يعد نجاحا للجميع، وخطوة كبيرة نحو آفاق أوسع من التآق ومستقبل مبشر بالمزيد من الأذهار.."

وأضاف سموه "يؤمن اتحاد غرب آسيا بقدرة السعودية على تقديم ملف يتضمن أعلى المستويات، وذلك قياسا بما تملكه السعودية الشقيقة من حضور دائم على الخريطة الرياضية العالمية، ونظرا لإسهاماتها الإيجابية الواضحة على مختلف الأصعدة، و دورها الرائد دوما في دعم الشباب والرياضة وكرة القدم على

حقوق برشلونة انتصارا بشق الأنفس (١-٠)، خلال مواجهة بورتو، ضمن منافسات الجولة الثانية من المجموعة الثامنة بدوري أبطال أوروبا.

وسجل هدف المباراة الوحيد فيران تورييس لبرشلونة في الدقيقة (٤٥+١).

وبهذا الانتصار يعتلي برشلونة صدارة المجموعة الثامنة برصيد ٦ نقاط، بينما تجدد رصيد بورتو عند ٣ نقاط في الوصافة.

بدأت المباراة بضغط من برشلونة، وأرسل جواو كانسيلو تصويبة أرضية مرت بعيدا عن المرمى في الدقيقة الثالثة.

وجاء الرد من ستيفن أنتونيس في الدقيقة ١٧، بتصويبة قوية تصدى لها الحارس تيرشيتجن على مرتين.

وحاول جواو فيليكس إرسال تصويبة مباغتة على حدود منطقة الجزاء، مرت أعلى العارضة الأفقية لرمي بورتو في

افتتح المنتخب الوطني للجوجيتسو، الخميس، مشاركته في النسخة ١٩٨ من دورة الألعاب الآسيوية والتي تستضيفها مدينة هانغتشو الصينية، وتستمر حتى ٨ تشرين الأول الحالي.

ويشارك في منافسات اليوم، اللاعبون، خليل الأرنؤوط، وعبدالله جابوش، ضمن منافسات وزن تحت ٦٢ كغم، وعبدالكريم الرشيد ضمن منافسات وزن تحت ٦٩ كغم.

وتمكن الأرنؤوط من تحقيق الفوز في ٣ نزالات، وخسر نزال الميدالية البرونزية أمام اللاعب السعودي محمد عبدالمك، بعد تقديمه مستوى مميز خلال النزالات.

وافتح مشاركته في دور ٣٢١ بالفوز على اللاعب القطري علي الجلامه، ومن ثم فاز في دور ١٦٦ على اللاعب التركمانستاني رحمانوف شيبيري، قبل أن يخسر في الدور ربع النهائي أمام اللاعب الإماراتي خليل الشحي.

وانتقل الأرنؤوط، بعد ذلك للعب على الميدالية البرونزية، حيث فاز في النزال الأول على اللاعب الكوري الجنوبي، سيوك هيون، قبل أن يخسر النزال الثاني أمام اللاعب السعودي محمد عبد الملك.

وضمن منافسات ذات الوزن، فاز اللاعب عبدالله جابوش في نزاله الأول على اللاعب الفيرغيزستاني نور سلطان أريزما توف في دور ٣٢١ قبل أن يخسر في دور ١٦٦ أمام اللاعب الكازاخستاني نورتييف درخان.

كما فاز اللاعب عبدالكريم الرشيد في نزاله الأول أمام اللاعب الأوزبكي ناييف كاساجون قبل أن يخسر في دور ١٦٦ أمام اللاعب الكوري الجنوبي سيونغ هيون.

ويستكمل المنتخب الوطني مشاركته في منافسات الجوجيتسو بأسبأد هانغتشو غدا الجمعة، إذ سيخوض ياسمين العلمي (وزن تحت ٥٢ كغم)، ومحمود جبر (وزن تحت ٧٧ كغم) منافسات وزنيهما.

حسم نادي برشلونة الإسباني، الجدل المثار، حول نجمة البولندي، روبرت ليفاندوفسكي، مهاجم الفريق.

وأشار برشلونة في بيان رسمي، إلى أن الفحوصات التي أجراها ليفاندوفسكي، اليوم الخميس، أظهرت أنه يعاني من التواء في كاحل القدم اليسرى.

وأكد النادي الكتالوني عبر حسابيه على موقع "كس"، أن الإصابة تبدو طفيفة، وتعافيه تدريجيا سيحدد موعد جاهزيته للتدريبات والمباريات.

وكان روبرت ليفاندوفسكي (٣٥ عاما) أصيب في الشوط الأول للقاء برشلونة ضد بورتو، أمس الأربعاء، والذي انتهى بفوز فريقه بهدف نظيف في دوري الأبطال.

من جانبه، ذكرت صحيفة "سبورت" الكتالونية، أن ليفاندوفسكي سيغيب عن الملاعب لمدة شهر على الأقل.

وتابعت، "ليفاندوفسكي لن يلحق بمباراة الكلاسيكو بين برشلونة وريال مدريد، إلا إذا حدثت معجزة.. ويستضيف برشلونة نظيره ريال مدريد، يوم ٢٨ أكتوبر/تشرين الأول الجاري، في الجولة ١١ للبيجا.

وسجل ليفاندوفسكي ٥ أهداف للفريق الكتالوني في البيجا إضافة إلى هدف في دوري أبطال أوروبا وبشباك أنتويرب البلجيكي.

## ميسي ونيمار يفضحان معاناة مباني



### من اللعب الإبداعي.

وختمت الصحيفة الفرنسية تقريرها بأن مباني سجل ٨ أهداف في أول ١١ مباراة، لكن انطلاقا سان جيرمان في الدوري لم تكن مقنعة، حيث حصل على ١٢ نقطة من أصل ٢١ ممكنة، ولديه اختبار صعب، يوم الأحد المقبل أمام رين الذي فشل في تحقيق الفوز عليه خلال آخر ٣ زيارات.

كما أظهرت كاميرات شبكة RMC، سبوت الفرنسية، حالة الذهول الشديدة على وجه مباني بعد المباراة، وكان نيوكاسل يونايتد قطار، دمر كل شيء أمامه.

وأوضحت أن كيليان (٢٤ عاما) اضطر أيضا للتراجع للخلف كثيرا ليساهم في بناء الهجمات واللب بين الخطوط، ولكنه لم ينجح أيضا في هذه المهمة.

وتابعت بأن الهدف التاريخي لسان جيرمان، اقتقد كثيرا ليونيل ميسي ونيمار جونيور، اللذين كانا يمدانه بالكثير من التميررات المتقنة، لاستغلال سرعته في المساحات الواسعة.

وأوضحت "ليكيب" أيضا أن كيليان مباني، عليه الآن الانسجام مع نوعية مختلفة في الخط الهجومي، مثل كولو مواني وجونزالو راموس، حيث يميلان أكثر لتسديد مباشرة على المرمى أكثر

أثار كيليان مباني، نجم باريس سان جيرمان، العديد من التساؤلات حول مستواه الفني والبدني بعد الخسارة الثقيلة أمام نيوكاسل يونايتد (٤-١)، في دوري أبطال أوروبا.

ومنحت صحيفة "ليكيب" الفرنسية، مباني، تقييما ضعيفا للغاية (٢ من ١٠)، وأشارت إلى أن النجم الباريسي كان بلا دور أو بصمة على مدار الشوطين في ملعب سان جيمس بارك.

وذكرت أن مباني قدم واحدة من أسوأ مبارياته، واختفى كثيرا طوال اللقاء، ولم يظهر سوى ٤ مرات فقط بتمريرات أو محاولات غير مؤثرة.

## المنتخب الوطني لكرة السلة يلتقي الفلبين بحثا عن ذهبية الألعاب الآسيوية



يلتقي المنتخب الوطني لكرة السلة نظيره الفلبيني عند الساعة الثالثة من مساء الجمعة، في مباراة نهائي دورة الألعاب الآسيوية المقامة حاليا في الصين.

ويبحث المنتخب الوطني لتحقيق الفوز للظفر بالميدالية الذهبية في إنجاز غير مسبوق للسلة الأردنية.

ويعد منتخب السلة أول منتخب أردني في لعبة جماعية يحصل على ميدالية في تاريخ دورات الألعاب الآسيوية.

## لاعب منتخب الكراتيه مصاروة يحرز فضية دورة الألعاب الآسيوية



أحرز لاعب المنتخب الوطني للكراتيه حسن مصاروة، الميدالية الفضية، في منافسات وزن تحت ٧٥ كغم، بدورة الألعاب الآسيوية المقامة حاليا في الصين.

ونجح مصاروة في تحقيق نتائج جيدة بعد عروض متميزة، قادته لتحقيق انتصارات متعددة، قبل أن يخسر المباراة النهائية ويحزر الميدالية الفضية.

ويواصل منتخب الكراتيه مشاركته في الألعاب الآسيوية بحثا عن ميداليات جديدة.

## منتخب الجوجيتسو يفتتح مشاركته في الألعاب الآسيوية

افتتح المنتخب الوطني للجوجيتسو، الخميس، مشاركته في النسخة ١٩٨ من دورة الألعاب الآسيوية والتي تستضيفها مدينة هانغتشو الصينية، وتستمر حتى ٨ تشرين الأول الحالي.

ويشارك في منافسات اليوم، اللاعبون، خليل الأرنؤوط، وعبدالله جابوش، ضمن منافسات وزن تحت ٦٢ كغم، وعبدالكريم الرشيد ضمن منافسات وزن تحت ٦٩ كغم.

وتمكن الأرنؤوط من تحقيق الفوز في ٣ نزالات، وخسر نزال الميدالية البرونزية أمام اللاعب السعودي محمد عبدالمك، بعد تقديمه مستوى مميز خلال النزالات.

وافتح مشاركته في دور ٣٢١ بالفوز على اللاعب القطري علي الجلامه، ومن ثم فاز في دور ١٦٦ على اللاعب التركمانستاني رحمانوف شيبيري، قبل أن يخسر في الدور ربع النهائي أمام اللاعب الإماراتي خليل الشحي.

وانتقل الأرنؤوط، بعد ذلك للعب على الميدالية البرونزية، حيث فاز في النزال الأول على اللاعب الكوري الجنوبي، سيوك هيون، قبل أن يخسر النزال الثاني أمام اللاعب السعودي محمد عبد الملك.

وضمن منافسات ذات الوزن، فاز اللاعب عبدالله جابوش في نزاله الأول على اللاعب الفيرغيزستاني نور سلطان أريزما توف في دور ٣٢١ قبل أن يخسر في دور ١٦٦ أمام اللاعب الكازاخستاني نورتييف درخان.

كما فاز اللاعب عبدالكريم الرشيد في نزاله الأول أمام اللاعب الأوزبكي ناييف كاساجون قبل أن يخسر في دور ١٦٦ أمام اللاعب الكوري الجنوبي سيونغ هيون.

ويستكمل المنتخب الوطني مشاركته في منافسات الجوجيتسو بأسبأد هانغتشو غدا الجمعة، إذ سيخوض ياسمين العلمي (وزن تحت ٥٢ كغم)، ومحمود جبر (وزن تحت ٧٧ كغم) منافسات وزنيهما.

## ليفاندوفسكي ينتظر معجزة للحاق بالكلاسيكو

حسم نادي برشلونة الإسباني، الجدل المثار، حول نجمة البولندي، روبرت ليفاندوفسكي، مهاجم الفريق.

وأشار برشلونة في بيان رسمي، إلى أن الفحوصات التي أجراها ليفاندوفسكي، اليوم الخميس، أظهرت أنه يعاني من التواء في كاحل القدم اليسرى.

وأكد النادي الكتالوني عبر حسابيه على موقع "كس"، أن الإصابة تبدو طفيفة، وتعافيه تدريجيا سيحدد موعد جاهزيته للتدريبات والمباريات.

وكان روبرت ليفاندوفسكي (٣٥ عاما) أصيب في الشوط الأول للقاء برشلونة ضد بورتو، أمس الأربعاء، والذي انتهى بفوز فريقه بهدف نظيف في دوري الأبطال.

من جانبه، ذكرت صحيفة "سبورت" الكتالونية، أن ليفاندوفسكي سيغيب عن الملاعب لمدة شهر على الأقل.

وتابعت، "ليفاندوفسكي لن يلحق بمباراة الكلاسيكو بين برشلونة وريال مدريد، إلا إذا حدثت معجزة.. ويستضيف برشلونة نظيره ريال مدريد، يوم ٢٨ أكتوبر/تشرين الأول الجاري، في الجولة ١١ للبيجا.

وسجل ليفاندوفسكي ٥ أهداف للفريق الكتالوني في البيجا إضافة إلى هدف في دوري أبطال أوروبا وبشباك أنتويرب البلجيكي.



الإحتلال يستبج القتل ويحرق الكنائس مسكونة

القدس المحتلة

حولت قوات الاحتلال الإسرائيلي الخميس، مدينة القدس إلى كثة عسكرية بالتزامن مع انطلاق مسيرات للمستوطنين احتفالاً بعيد العرش، والتي تنظمها سنوياً جماعات متطرفة في البلدة القديمة من مدينة القدس المحتلة.

ودعت الجماعات المتطرفة ومنظمات الهيكل المزعوم اليمينية، والمستوطنون المتمتمون عبر وسائل التواصل الاجتماعي إلى المشاركة في مسيرة المستوطنين مساء اليوم حيث ستجوب البلدة القديمة ومحيط الأقصى وأحياء من المدينة المقدسة المحتلة.

وأكد أمين عام الهيئة الإسلامية المسيحية لنصرة القدس والمقدسات الإسلامية والمسيحية حاتم عبد القادر، في حديث لـ (بترا)، أن الاحتلال الإسرائيلي ومستوطنيه المتطرفين يعيثون فساداً بالمدينة المقدسة ويستبيحونها ويهدسون وينتفكون مقدساتها الإسلامية والمسيحية بذريعة الأعياد اليهودية.

ودان عبد القادر الاعتداءات المتكررة التي يقوم بها المستوطنون المتطرفون سواء بحق المصلين المسلمين والمسجد الأقصى المبارك أو ضد الحجاج المسيحيين ورجال دين ورجال وقساوسة أثناء ممارستهم شعائرهم الدينية في مدينة القدس المحتلة، سيما تعرض مجموعة من الحجاج المسيحيين القادمين من شرق آسيا إلى البصق والفتائم خلال توجههم في البلدة القديمة.

وأكد أهمية الوصاية الهاشمية على المقدسات الإسلامية والمسيحية بالقدس في حماية المدينة ورعايتها والدود عنها أمام أطماع الاحتلال ومستوطنيه العنصرية الرامية إلى تهويد وتغيير معالم المساجد والكنائس سيما المسجد الأقصى لتنفيذ رواياتهم المزورة، داعياً المجتمع الدولي والعرب والمسلمين لحماية المقدسين والمقدسات في القدس أمام الهجمة الإسرائيلية المتواصلة.

من جهته، قال خطيب المسجد الأقصى المبارك الشيخ عكرمة صبري في بيان، إن إجراءات الاحتلال ومستوطنيه في القدس والبلدة القديمة بشكل عام وفي المسجد الأقصى المبارك بشكل خاص مدانة ومرفوضة، مؤكداً أنه لا يوجد مكان في العالم يُستباح فيه المسجد أو الكنيسة بهذه الصورة المنكرة إلا على يد الاحتلال وتحت حراسة مشددة من شرطته.

وأضاف، إن الاحتلال حدد يوم أول أمس أعمار المصلين في المسجد الأقصى وسمح لمن يزيد أعمارهم على 70 عاماً فقط، لافتاً إلى أن هذا الإجراء غير منطقي ولا مبرر له وغير عادل وظالم ويتعارض مع حرية العبادة والقوانين الدولية.

ويواصل المقدسيون دعواتهم للحشد والرباط في الأقصى، لإفشال مخططات المستوطنين في عيد "العرش"، مؤكداً أهمية التوجه والوصول للأقصى سواء من القدس أو الداخل أو الضفة الغربية، وتحدي إجراءات الاحتلال وقبوده المستمرة حول المدينة المقدسة خصوصاً الجمعة.

بالدفع يهدى لإتهام الكنائس المسيحية في الأحياء المحتلة

واشنطن

دعا الرئيس الأميركي جو بايدن، إلى إنهاء الخلافات السياسية في الولايات المتحدة، لمنع تكرار سلسلة الأحداث السياسية العنيفة، التي أدت إلى عزل رئيس مجلس النواب كيفن مكارني.

وبحسب واشنطن بوست، قال بايدن، للصالحين في البيت الأبيض "علينا تغيير الأجواء السامة في واشنطن، لدينا خلافات قوية لكن علينا أن نتوقف عن النظر إلى بعضنا كأعداء.."

من جهة أخرى، أعلن الرئيس الأميركي أنه سيلقي قريبا خطاباً هاماً بشأن دعم أوكرانيا وسبب أهميته بالنسبة للولايات المتحدة، وحلفائها، في المحافظة على الالتزام المشتركة.

قتل ١٠٥ قتيلاً في هجوم مسيرات على كنيست مسكونة بحمص

حمص

قتل أكثر من 100 شخص الخميس، في هجوم بمسيرات استهدف الكلية الحربية في حمص وسط سوريا، بعد اختتام حفل تخريج ضباط، وفق المرصد السوري لحقوق الإنسان.

ونقلت رويترز عن المرصد السوري ومسؤول حكومي أن الهجوم أسفر عن مقتل نحو 100 من العسكريين والمدنيين في هجوم الطائرات المسيرة على الكلية العسكرية في حمص.

وقال بيان صادر عن وزارة الدفاع السورية إنه "إمعاناً في نهجها الإجرامي واستمرارها في سفك الدم السوري قامت التنظيمات الإرهابية المسلحة المدعومة من أطراف دولية معروفة ظهر اليوم باستهداف حفل تخريج طلاب ضباط الكلية الحربية في حمص عبر مسيرات تحمل ذخائر متفجرة وذلك بعد انتهاء الحفل مباشرة، وأوضحت أن الهجوم أسفر عن مقتل عدد من المدنيين والعسكريين ووقوع عشرات الجرحى بينهم إصابات حرجة في صفوف الأهالي المدعومين من نساء وأطفال، إضافة إلى عدد من طلاب الكلية المشاركين في التخرج.

وأوضحت الدفاع السورية، "القيادة العامة للجيش والقوات المسلحة تعتبر هذا العمل الإرهابي الجبان عملاً إجرامياً غير مسبوق، وتؤكد أنها سترد بكل قوة وحزم على تلك التنظيمات الإرهابية أينما وجدت، وتشدد على محاسبة المخططين والمنفذين لهذا العمل الإجرامي الذي سيفدون ثمنه غالياً.."

ولم يذكر البيان هوية الضباط الذين قتلوا في الهجوم

وكانت مصادر محلية قد قالت في وقت سابق أن سيارات الإسعاف قامت بنقل المصابين من الكلية الحربية في حمص إلى المشفى العسكري بعد استهدافها بمسيرة أثناء مراسم تخريج الطلاب الضباط.

مئات المستوطنين المتطرفين يقتحمون باحات الأقصى



القدس المحتلة

اقتحم مئات المستوطنين المتطرفين، منذ ساعات صباح الخميس، باحات المسجد الأقصى المبارك - الحرم القدسي الشريف بمدينة القدس المحتلة، في سادس أيام ما يسمى بـ "عيد العرش اليهودي".

وقالت دائرة الأوقاف الإسلامية العامة بالقدس في بيان، إن

الاعتداءات نفذت من جهة باب المغاربة بحماية وحراسة مشددة من شرطة الاحتلال الإسرائيلي الخاصة المدججة بالسلاح.

وأعاقت شرطة الاحتلال منذ ساعات الصباح الباكر دخول المصلين إلى الأقصى، ودخول الطلبة الذين يتلقون تعليمهم في مدارس رياض الأقصى، وشددت من

إجراءاتها العسكرية على الأبواب ومنعت المواطنين من الدخول.

وأقدم عشرات المستوطنين منذ الصباح على أداء طقوس تلمودية في سوق القطانين، حيث أجبرت قوات الاحتلال عدداً من أصحاب المحلات التجارية على إغلاقها، ومنعتهم من العمل، لتسهيل اقتحامات المستوطنين.

شهود عيان: مشهد الموت والدمار يطوق الخرطوم من كل مكان

وكالات

نجا محمود حسن من الموت بأصعوبة عندما حاول الوصول إلى بيت أسرته في حي الصحافة بجنوب العاصمة السودانية الخرطوم لجلب بعض المستندات والشهادات المهمة التي تخص أبنائه.

ويعد رحلة استغرقت أكثر من 10 ساعات من إحدى المدن الواقعة على بعد أقل من 30 كيلومتر إلى الشمال من الخرطوم؛ استطاع حسن الوصول إلى منطقة متاخمة للحلح لكن غارة جوية عنيفة استهدفت المنطقة أدت إلى مقتل 3 أشخاص أمام أعينه جعلته يقرر الفرار من العاصمة مجدداً قبل تحقيق ما آتى من أجله.

ويقول حسن لوقع سكاى نيوز عربية "كنت كلما تقدمت بصعوبة شديدة إلى داخل العاصمة أشاهد تزايداً مخيفاً في مشهد الموت والدمار الذي أصبح يحيط بالعاصمة من كل اتجاه.."

ويضيف حسن "هناك توتر شديد في وجوه السكان الذين قابلتهم في الشوارع والذين لا يتخطى عددهم العشرة أشخاص رغم أنني سرت في مساحة جغرافية كانت تآوى في الأوضاع الطبيعية أكثر من 200 ألف شخص.."

السودان.. مخاطر الأوبئة

ومنذ اندلاع القتال بين الجيش وقوات الدعم السريع في العاصمة الخرطوم قبل نحو 6 أشهر؛ فر أكثر من 80 في المئة من السكان إلى مناطق داخلية وبلدان خارجية مختلفة تاركين وراءهم كل شيء.

ويعيش العدد القليل المتبقي من السكان في وضع إنساني كارثي عالقين وسط الاشتباكات العنيفة المستمرة بين طرفي القتال والتي يروح ضحيتها يوماً بعد من المدنيين؛ حيث وصل عدد القتلى بحسب تقديرات متحفظة إلى نحو 7 آلاف حتى الآن. ويجد مئات المرضى والجرحى الذين

يستقلون يومياً صعوبة كبيرة في الحصول على الخدمات الطبية؛ بعد أن أدى الصراع بالفعل إلى شل القطاع الصحي في السودان حيث خرجت 70 في المئة من المستشفيات عن الخدمة تماماً.

وبيئنا يدور جدل كبير في وسائل التواصل الاجتماعي حول إمكانية العودة إلى الخرطوم في الوقت الحالي من عدمها؛ يقول أحد العالقين في أحد الأحياء "يدرك السكان العالقين في مناطق القتال أن الخرطوم تحولت بالكامل إلى مسرح عمليات عسكرية مفتوح ولم تعد صالحة للعيش في الوقت الحالي إطلاقاً.."

ويشير إلى أنه وغيره من العالقين يتجنبون الفرصة المناسبة لإيجاد طريقة آمنة للفرار، لكنهم يواجهون صعوبة كبيرة في ظل القصف الأرضي والجوي المستمر وانتشار مصابيات النهب، وتزايد حملة الاعتقالات التي تقوم بها عناصر تابعة لطرفي القتال.

أوقاف القدس: البلدة القديمة تواجه عدواناً غير مسبوق وإغلاقها بشكل كامل

إرام الله

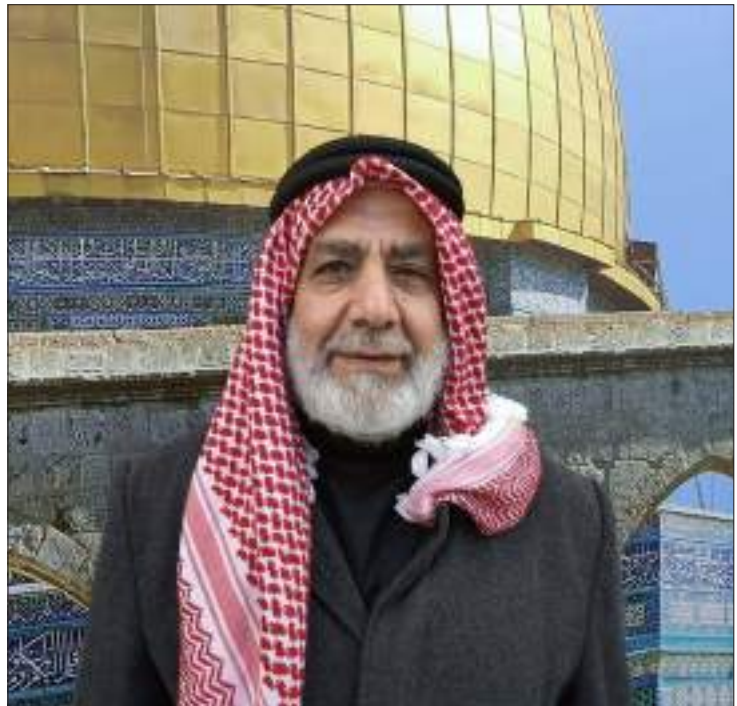
دعا نائب مدير عام دائرة الأوقاف الإسلامية بالقدس، ناجح بكيرات في تصريح صحفي الخميس، إلى مساندة أهل القدس والبلدة القديمة التي تواجه عدواناً غير مسبوق عبر إغلاقها بشكل شبه كامل، وإغلاقها بالألاف المستوطنين، تحت ذريعة الاحتفال بما يسمى بـ "عيد العرش" اليهودي.

وقال إن "الاحتلال بدأ يعمل بشكل حقيقي لتغيير واقع المدينة ديموغرافياً وجغرافياً، وبدأ يدين مسامير تغيير الواقع في المسجد الأقصى المبارك، ما يستدعي التنبيه إلى خطورة هذا الجريمة، ولا يتروك الأقصى لوحده.

وقال إن القدس تتعرض اليوم لأخطر اختبار أمام التوغل الإجرامي من عصابات الاحتلال، مطالباً بالحيولة دون الاستفراء بالأقصى المبارك وأبوابه وبياحاته.

وحذر من أن الاجتياح الذي شهده الأقصى خلال الأيام الماضية، وما يخطط له اليوم وغداً، يجب أن يواجه بوقفه جادة لهمايته من اعتداءات الاحتلال الإسرائيلي ومستوطنيه.

وقال المناطق باسم الرئاسة الفلسطينية نبيل أبو ردينة، إن اقتحام المستعمرين للبلدة القديمة من القدس المحتلة، تزامناً مع عمليات القتل اليومية،



لن يعطي الشرعية للاحتلال الإسرائيلي. وأضاف أبو ردينة في بيان اليوم أن الحرب اليومية التي تشنها سلطات الاحتلال الإسرائيلي على أبناء الشعب الفلسطيني والمدن والقرى والخيמת، وكان آخرها في طوكرم حيث أسفرت عن

استشهاد شابين وإصابة آخرين، ستدفع المنطقة نحو الانفجار.

وبين أن العدوان الإسرائيلي المتواصل لن يثني شعب فلسطين عن مواصلة نضاله المشروع وتمسكه بثوابته وحقوقه، حتى إقامة دولته المستقلة وعاصمتها القدس.

إسرائيل تهاجم غزة وتقتحم باحات الأقصى

إرام الله

استشهد فلسطينيان برصاص قوات الاحتلال الإسرائيلي، صباح الخميس، خلال اقتحام قرية شوفة جنوب مدينة طولكرم شمالي الضفة الغربية المحتلة.

وأبلغت الهيئة العامة للشؤون المدنية وزارة الصحة الفلسطينية باستشهاد المواطنين الفلسطينيين.

وكان جنود الاحتلال، أطلقوا النار على شابين قرب قرية شوفة قضاء طولكرم خلال تواجدهما داخل مركبة كانا يستقلانها.

واقترحت قوات الاحتلال، فجر اليوم، مخيم طولكرم واندلعت مواجهات عنيفة.

وأفادت مصادر عبرية بإصابة عدد من جنود الاحتلال بعد وقوعهم في كمين عند محور البلاونة..

وقال موقع يديعوت أحرونوت العبري، إن جيش الاحتلال اعتقل فلسطينياً في مدينة طولكرم.

وزعمت إذاعة جيش الاحتلال العثور على سلاح M-16 في المركبة التي استشهد فيها الفلسطينيون في قرية شوفة.

إصابات خلال اقتحام الأقصى

إرام الله

أصيب فلسطيني بقتيلة غاز مباشرة في رأسه، والعشرات بحالات اختناق بالغاز السام المسيل للدموع، فجر الخميس، خلال مواجهات عنيفة اندلعت مع قوات الاحتلال الإسرائيلي عقب اقتحامها المنطقة الشرقية من مدينة نابلس شمال الضفة الغربية.

وقالت جمعية الهلال الأحمر الفلسطيني في بيان، إن قوات كبيرة من جيش الاحتلال اقتحمت مدينة نابلس من شارع روجيب، وحاجز بيت فوريك العسكري، ترافقت جرافة عسكرية، وذلك لتأمين اقتحام المستوطنين لمقام يوسف شرق المدينة.

وقال مدير الإسعاف والطوارئ في الهلال الأحمر بنابلس، أحمد جبريل، إن شاباً أصيب بقتيلة غاز مباشرة في رأسه وتم نقله إلى المستشفى، إضافة إلى 70 حالة اختناق، وإصابة ناجمة عن سقوط.

وأضاف أن طواقم الهلال الأحمر تمكنت من إخلاء 3 عمال في حسيبة نابلس، بعد تعرضهم للاختناق بسبب حريق اندلع في مكان عملهم بسبب قنابل الغاز.

أوكرانيا تهاجم غزة وتقتحم باحات الأقصى

موسكو

أعلنت الحكومة الأوكرانية، الخميس، أن حوالي 26 ألف أوكراني، من بينهم 15 ألف عسكري فقدوا منذ بدء الحرب مع روسيا في شباط من العام الماضي.

وقال وزارة الداخلية الأوكرانية في بيان صحفي اليوم الخميس "هناك أكثر من 26 ألف مواطن أوكراني مفقودون منذ بدء الحرب مع روسيا، من بينهم 11 ألف مدني، وحوالي 15 ألف عسكري.."

وأضاف "التقديرات الأولية تربط فقط بأوكرانيين يمكن التحقق رسمياً من بياناتهم، هذا الرقم يمكن أن يرتفع أكثر.."

مصر تهاجم غزة وتقتحم باحات الأقصى

القاهرة

تعرضت محافظة مطروح، إحدى المحافظات الحدودية لمصر الواقعة بالقرب من ليبيا، لأمطار غزيرة، أسفرت عن تجمع كميات كبيرة من المياه في المناطق المنخفضة، وتدفق كميات كبيرة على الوديان، وتحولت الأمطار إلى سيول اجتاحت عدد من الطرق.

وتقول الدكتورة دار السلام حسين وكيل وزارة التضامن الاجتماعي في محافظة مطروح إن الأمطار الغزيرة التي سقطت خلال الساعات الماضية تم التعامل معها بقوة من قبل سيارات شفط المياه، وأن كميات المياه المتواجدة في الشوارع حالياً كميتها بالمتى تقريبا وتعمل على سحبها.

فتح عدد من مراكز الإغاثة وأكدت حسين في حديثها مع موقع "سكاى نيوز عربية" أن تم فتح عدد من مراكز الإغاثة في الكيلو 7 لاستقبال أي حالات متضررة، بجانب وجود فرق متنقلة تابعة للتعامل الاجتماعي في المناطق المتضررة بالكيلو 4 وسوق ليبيا.

وتابعت وكيل وزارة التضامن الاجتماعي في محافظة مطروح أنه تم عقد غرفة عمليات لتلقي أي بلاغات وتقديم جميع المساعدات، وإقامة عدد من الجواز لتحويل مسارات المياه إلى اتجاه البحر، للحفاظ على الأرواح والممتلكات.

وأثنت حسين على جهود العاملين خلال الساعات الماضية الذين قاموا برفع المياه من الشوارع قائلته، "منذ فجر اليوم والجميع في الشوارع يقومون بجهود كبيرة، المحافظة والتضامن والهلال الأحمر المصري، والأهالي الذين قدموا مساعدات كبيرة، ونحن على أتم الاستعداد لمواجهة أي طارئ يحدث في المحافظة.."

ماذا حدث؟

وترى الدكتورة منار غانم عضو المركز الإعلامي للهيئة العامة للأرصاد الجوية أن كميات المياه الكبيرة التي تساقطت على المحافظة الواقعة شمال غربي مصر كانت كبيرة للغاية، وجاءت بسبب تكاثر السحب الرعدية والركامية خلال الساعات الأخيرة. وتابعت غانم في حديثها مع موقع "سكاى نيوز عربية" أن "مطروح تأثرت بامتداد منخفض جوي في طبقات الجو العليا، وكتل هوائية رطبة، بجانب أن فرق درجات الحرارة بين طبقات الجو العليا، وسطح الأرض، أدى إلى تطور السحب بشكل كبير، وتحويلها إلى سحب رعدية.."