

مجلس الأمن يدعو إلى تهيئة الظروف لوقف دائم للأعمال العدائية في غزة

نيويورك - اعتمد مجلس الأمن الدولي، الجمعة، القرار ٢٧٢٠ الذي يدعو إلى اتخاذ خطوات عاجلة للسماح بتسليم المساعدات بشكل آمن ودون عوائق إلى المدنيين المنكوبين في غزة، وتهيئة الظروف لوقف دائم للأعمال العدائية..

وصوت لصالح القرار ١٣ دولة، وامتنعت عن التصويت روسيا والولايات المتحدة الأميركية.

وقدمت روسيا تعديلاً على فقرة من فقرات مشروع القرار حصل على تأييد ١٠ دول ومعارضة الولايات المتحدة، فيما صوتت ٤ دول بالامتناع.

ويطلب القرار من الأمين العام للأمم المتحدة، تعيين شخص "كبيراً منسقي الشؤون الإنسانية، وشؤون إعادة الإعمار يكون مسؤولاً في غزة، عن تيسير وتنسيق ورصد جميع شحنات الإغاثة الإنسانية المتجهة إلى القطاع، والواردة من الدول التي ليست أطرافاً في النزاع، والتحقق من طابعها الإنساني" على أن يقوم المنسق الجديد بإنشاء "آلية للأمم المتحدة من أجل التعجيل بتوفير شحنات الإغاثة الإنسانية لغزة.."

ويطالب القرار من جميع أطراف النزاع بالامتناع للالتزاماتها بموجب القانون الدولي، فيما يخص عدداً من الأمور، منها حماية المدنيين والأعيان المدنية، وفتح المنافذ لوصول المساعدات الإنسانية.

المنطقة العسكرية الشرقية تجب طهرب كميات كبيرة من المخدرات

عمان - صرح مصدر عسكري مسؤول في القيادة العامة للقوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي، عن إحباط تهريب كميات كبيرة من المواد المخدرة، قادمة من الأراضي السورية إلى الأراضي الأردنية، في عملية نفذتها المنطقة العسكرية الشرقية، مساء الخميس.

وأضاف المصدر "أن قوات حرس الحدود وبالتنسيق مع إدارة مكافحة المخدرات والأجهزة الأمنية العسكرية، رصدت من خلال المراقبات الأمامية محاولة مجموعة من المهربين اجتياز الحدود بطريقة غير مشروعة من الأراضي السورية إلى الأراضي الأردنية، وتم تحريك دوريات رد الفعل السريع وتطبيق قواعد الاشتباك بالرماية المباشرة عليهم، مما أدى إلى إصابة عدد منهم وفرار آخرين إلى داخل العمق السوري.."

وبين المصدر، أنه تم العثور على (٢٠٠) ألف حبة من مخدر الكيتاغون، و(٢٠٩) كغ حشيش، وتم تحويل المضبوطات إلى الجهات المختصة.

وأكد المصدر، أن القوات المسلحة الأردنية ماضية في التعامل بكل قوة وحزم، مع أي تهديد على الواجهات الحدودية، وأية مساع يراد بها تقويض وزعزعة أمن الوطن وترويع مواطنيه.

مستشار أممي: الناتج المحلي الإجمالي الأردني يعطي مؤشرات إيجابية رغم الأزمات

عمان - قال مستشار الأمم المتحدة في الأردن زافريس ترانانتوس، إن الناتج المحلي الإجمالي الأردني على الرغم من الأزمات التي يمر بها، يعطي مؤشرات إيجابية مقارنة بدول أخرى.

جاء ذلك خلال اجتماع عقدهت للجنة المالية والاقتصادية في مجلس الأعيان برئاسة العين الدكتور رجائي العشر، اليوم الخميس، مع المديرية التنفيذية لمنتدى الاستراتيجيات الأردني نسرين بركات، وبمشاركة المستشار الأممي.

وقال العشر، إن اللقاء جاء لإطلاع الجانبين على تداعيات الحرب الإسرائيلية في قطاع غزة على الاقتصاد الأردني، مؤكداً أن الحرب أضررت على اقتصادات المنطقة وبتحديد الأردن.

وقال المستشار الأممي، إن قراءة الواقع تعتمد على ظروف متغيرة بشكل يومي، إذ أن السيناريوهات التي وضعت لحرب قصيرة المدى تغيرت مع امتداد مدة الحرب، مشيراً إلى أن قراءة سريعة تعطي توقعات توضح أثر الحرب على الاقتصاد الأردني واقتصادات المنطقة.

ونوه إلى أن التوقعات بشأن التأثير ستظهر نسب ارتفاع الدين العام والبطالة والفقر، ومدى تأثر العلاقات الاقتصادية الأردنية، واتعاش القطاعات الاقتصادية ومنها السياحة وغيرها في المستقبل القريب.

بدورها قالت بركات، إن المنتدى، الذي تأسس كمؤسسة غير ربحية، أعد دراسة قائمة على استبيان جرى توزيعه على عدة شركات في القطاع الخاص، حول أثر الحرب في غزة على القطاعات الاقتصادية في الطاقة والسياحة والتجارة الخارجية.

من جانبه قدم مدير الأبحاث في المنتدى الدكتور غسان أموت، قراءة تحليلية لمشروع قانون الموازنة العامة للسنة المالية (٢٠٢٤).

تابع ص٢

الأمن يدهم مهربي مخدرات تسللوا عبر الحدود ويشتبك معهم ويقتل أحدهم

عمان - قال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام إن فرق المداهمة المتخصصة وإدارة مكافحة المخدرات واصلوا منذ صباح اليوم مدهماتهم الأمنية على مهربي مخدرات وتجارها.

وأضاف أن قوة أمنية داهمت مهربي مخدرات من جنسية عربية تسللوا للمملكة عبر الحدود بطريقة غير شرعية.

وأكد أنه وبعد التنسيق وجمع المعلومات الاستخباراتية حول هؤلاء المهربين جرى تحديد مكان اختابهم في خيام في منطقة صحراوية في لواء الرويشد، وعلى الفور تم وضع الخطط المناسبة لمدهمهم.

وأضاف أنه ومنذ صباح امس بدأت فرق المداهمة المتخصصة محاصرتهم، ثم طبقت قواعد الاشتباك بعد أن قاموا بإطلاق النار باتجاه القوة الأمنية.

وأشار أنه ألقى القبض على ثلاثة أشخاص، فيما أسبب أحدهم خلال الاشتباكات، مما أدى لقتله وضبط السلاح الناري المستخدم بحوزته.

وأكدت مديرية الأمن العام، الاستمرار بضرب أوكار المجرمين ومطاردتهم بتنسيق عال مع القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي، والأجهزة الأمنية وبتعاون استخباراتي وعملياتي، لمنع عصابات المخدرات من تحقيق أهدافها الإجرامية ونشر سمومها في المنطقة، مشددة على أن الوطن كان وسيبقى عصياً على كل معتد أثيم.

الأمم

السبت 9 جمادى الآخرة 1445 هـ الموافق 23 كانون الأول 2023 م السنة التاسعة / العدد (2836) / www.omamjo.com

الخارجية تعزي بضحايا الهجوم المسلح في جامعة بالعاصمة التشيكية

عمان - أصريت وزارة الخارجية وشؤون المغتربين عن أصدق مشاعر التعزية والمواساة لحكومة وشعب جمهورية التشيك الصديقة بضحايا الهجوم المسلح في جامعة في العاصمة التشيكية براغ، مساء أمس، وأسفر عن مقتل ١٤ شخصاً وإصابة ٢٥ آخرين.

وأكدت الوزارة تضامن المملكة مع جمهورية التشيك الصديقة بهذا المصاب الأليم، معربة عن تعازيها لأسر الضحايا والتعنيات بالشفاء العاجل للمصابين.

مسيرات حاشدة تنديدا بالعدوان الاسرائيلي الفاشم على غزة



في غزة والضفة الغربية، وطالبوا بوقف الحرب الاسرائيلي على أبناء الشعب الفلسطيني في غزة والضفة الغربية، وطالبوا بوقف الحرب الاسرائيلية المدمرة فوراً على قطاع غزة.

ورفع المشاركون شعارات تندد بالعدوان الاسرائيلية التي يرتكبها الاحتلال بحق المدنيين في قطاع غزة. ورفع المشاركون شعارات تندد بالعدوان الاسرائيلي على أبناء الشعب الفلسطيني

عمان - انطلقت بعد صلاة الجمعة، مسيرات حاشدة في العاصمة عمان ومختلف المحافظات تنديدا ورفضاً للعدوان الاسرائيلي المتواصل على أبناء الشعب الفلسطيني في غزة والضفة الغربية.

وطالب المشاركون في المسيرات الذين يمثلون مختلف أطياف المجتمع الأردني، المجتمع الدولي بتحمل مسؤوليته وودع إسرائيل من ارتكاب المزيد من الجرائم ضد المدنيين العزل في غزة وضرورة احترام القانون الدولي والقانون الدولي الإنساني، منددين بازواجية المعايير الدولية تجاه القضية الفلسطينية.

وحنوا الجهود التي يبذلها ويقودها جلالة الملك، وعلى مختلف المستويات للدفاع عن القضية الفلسطينية، مشددين على وقوفهم خلف القيادة الهاشمية الحكيمة في مساندة الشعب الفلسطيني ودعم قضيتهم العادلة واستعادة حقوقه. واستنكرت الأعمال العدائية في قطاع غزة، ودعوا إلى الضغط على إسرائيل لوقف المجازر

اتحاد الجامعات العربية يعلن نتائج التصنيف العربي للجامعات ٢٠٢٣

عمان - أعلن الأمين العام لاتحاد الجامعات العربية الدكتور عمرو عزت سلامة، النسخة الأولى لنتيجة التصنيف العربي للجامعات ٢٠٢٣، والمنطلق من تصافر جهود اتحاد الجامعات العربية بالتعاون مع جامعة الدول العربية، والمنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم (الألكسو)، واتحاد مجالس البحث العلمي العربية.

وأشار سلامة إلى أن الهدف من التصنيف العربي - العالمي الجديد هو تحسين مخرجات التعليم العالي والبحث العلمي وتمكينها من قيادة التطور العربي والوصول للجامعات العربية إلى الجيل الثالث والرابع للجامعات، وأن يولد في العالم العربي تصنيف دولي بعايير حديثة تواكب متطلبات الوطن العربي جنباً إلى جنب مع تصنيفات الجامعات الدولية الأخرى. وأضاف أن التصنيف يعتمد على الدقة والموضوعية من خلال عدة مؤشرات ومعايير تقم فيها المهام الشاملة للجامعة ومن ضمنها جودة التعليم والتعلم وتميز أعضاء هيئة التدريس مما يساعد على وضع برنامج عمل للإصلاح والتطوير، والبحث العلمي، والابتكار والريادية والابتكار ليكون للتصنيف بُعد اقتصادي التطبيق وليهدف لتشجيع البحث العلمي القائم على الإبداع والتنمية والابتكار في الجامعات وتشجيع تسويق ونشر المنتجات العلمية وإدارة التكنولوجيا، ليصل إلى اقتصاد المعرفة، بالإضافة إلى مؤشر التعاون الدولي والمحلي في المنطقة العربية وخدمة المجتمع.

وأوضح سلامة أن عدد الجامعات التي تقدمت للتقييم بلغت ٢٠٨ جامعة، أدرج منها في التصنيف ١١٥ جامعة ممثلة لـ ١٦ دولة من إجمالي ٢٢ دولة من دول جامعة الدول العربية، ورتبت هذه الدول وفقاً لعدد الجامعات المتقدمة كالتالي: مصر (٢٨)، العراق (١٩)، الأردن (١٨)، اليمن (١٠)، فلسطين (٨)، ليبيا (٨)، السعودية (٧)، تونس (٤)، سوريا (٣)، الإمارات العربية المتحدة (٢)، المغرب (٢)، لبنان (٢)، البحرين (١)، الجزائر (١)، الصومال (١)، الكويت (١)، حيث خصصت النسخة الأولى من التصنيف بتصنيف عدد من الجامعات العربية، ومن المخطط أن تنطلق لتصنيف الجامعات العالمية في نسخها المقبلة.

تابع ص٢

كندا تعزم منح تأشيرات مؤقتة لسكان غزة من أقارب مواطنيها

أوتواوا - أعلن وزير الهجرة الكندي مارك ميلر أن كندا ستضع اعتباراً من كانون الثاني/يناير المقبل برنامجاً للهجرة يتيح لسكان قطاع غزة الذين لديهم أقارب كنديون أن يتقدموا بطلب للحصول على تأشيرة مؤقتة.

وقال الوزير للصحافيين إن حكومة رئيس الوزراء جاستن ترودو ستمنح تصريح إقامة مؤقتة لمدة ثلاث سنوات لكل شخص يرغب بمغادرة قطاع غزة وتريطه علاقة قرابة عائلية بمواطن كندي (زوج/ة أو ابن/ة أو حفيد/ة أو شقيق/ة أو والد/ة أو جد/ة).

وأضاف "نحن نعلم أن العديد من الكنديين قلقون بشأن سلامة أحبائهم في غزة، ولهذا السبب نعلن عن إجراءات هجرة مؤقتة"، معترفاً بأنه في الوقت الحالي "من الصعب للغاية الخروج من غزة.."

وذكر الوزير بأن "كندا لا تحدد من ومتى أو عدد الأشخاص الذين سيتمكنون من الخروج" عبر معبر رفح الحدودي مع مصر، البوابة الوحيدة التي تربط القطاع الفلسطيني ببقية العالم.

وفي الأسابيع الأخيرة، تمكن أكثر من ٦٠٠ كندي ومقيم دائم في كندا من مغادرة قطاع غزة عبر هذا المعبر.

وأعلنت إسرائيل الحرب على حماس رداً على هجوم غير مسبوق نفذته الحركة في ٧ تشرين الأول/أكتوبر على جنوب الدولة العبرية وأدى إلى مقتل نحو ١١٤٠ شخصاً، معظمهم من المدنيين، بحسب تعداد أجرته وكالة فرانس برس استناداً إلى أحدث الأرقام الرسمية الإسرائيلية.

واقادت معها حماس إبان الهجوم نحو ٢٥٠ شخصاً إلى قطاع غزة حيث احتجزتهم رهائن. ولا يزال ١٢٩ من هؤلاء محتجزين في القطاع، وفقاً للسلطات الإسرائيلية.

من جهتها، أعلنت حكومة حماس أن الرد الإسرائيلي على القطاع خلف عشرين ألف قتيل، بينهم على الأقل ثمانية آلاف طفل و٦٢٠٠ امرأة.

١٠ آلاف مصل أدوا صلاة الجمعة بالمسجد الأقصى رغم إجراءات الاحتلال



هم من خارج البلدة القديمة بالقدس من دخولها.

وقالت محافظة القدس، في بيان صدر عنها، إن الاحتلال أغلق محيط البلدة القديمة بحواجز ونشر قوات كبيرة لمنع المصلين من الوصول إلى المسجد الأقصى.

وكانت القوى الوطنية والإسلامية في القدس أطلقت دعوات لشد الرحال والرباط في المسجد الأقصى اليوم، كما حث نشطاء، المواطنين، على التوجه إلى المسجد الأقصى لأداء الصلاة فيه، في ظل الهجمة الاستعمارية والتهويدية غير المسبوقة التي يتعرض لها.

القدس المحتلة - أدى ١٠ آلاف مواطن مقدسي صلاة الجمعة في رحاب المسجد الأقصى المبارك- الحرم القدسي الشريف بالمدينة المحتلة، وذلك رغم إجراءات الاحتلال الإسرائيلي، ومنعه المواطنين من الوصول إلى المسجد الأقصى المبارك.

وقالت دائرة الأوقاف الإسلامية في القدس إن قوات الاحتلال منعت المصلين من هم دون الـ ٧٠ عاماً من الدخول إلى المسجد الأقصى، ما تسبب بانخفاض كبير في عدد المصلين الذين تمكنوا من الوصول، مشيرة إلى أن ١٠ آلاف مصل أدوا صلاة الجمعة في

البيت الأبيض يعد مقترحاً جديداً لروسيا لإطلاق سراح سجينين أميركيين

واشنطن - قرار يناسب الاتحاد الروسي.. وأضاف كيري أن الولايات المتحدة "قدمت في الأيام الأخيرة عرضاً جدياً، لكن الروس رفضوه بفرض النظر عما يقوله بوتين.."

واعتقل غيرشكوفيتش (٣٢ عاماً) في نهاية آذار/مارس في مدينة يكاترينبورغ في جبال الأورال خلال قيامه بمهمة صحافية. وهو أول صحافي غربي يُتهم بالتحسس منذ الحقبة السوفييتية، وقد نفى التهمة الموجهة إليه بشكل قاطع.

أما ويلان (٥٣ عاماً) فكان يعمل في مجال الأمن لصالح شركة أميركية مختصة بقطع غيار السيارات عندما ألقى القبض عليه في موسكو عام ٢٠١٨.

ويقتضي ويلان حكماً بالسجن لمدة ١٦ عاماً بعد ادانته التحسس، وهي تهمة تقول الحكومة الأميركية إن لا أساس لها من الصحة.

وأعلن البيت الأبيض أنه بصدد إعداد مقترح جديد لروسيا من أجل إطلاق سراح سجينين أميركيين، بعد رفض موسكو محاولة أميركية سابقة.

وقال جون كيري المتحدث باسم مجلس الأمن القومي الأميركي للصحافيين "نعمل بجهد لنرى ما الذي باستطاعتنا فعله للتوصل إلى مقترح آخر قد يكون أكثر نجاحاً.."

وأفادت الخارجية الأميركية في وقت سابق هذا الشهر أن روسيا رفضت عرضاً "جوهرياً" لإطلاق سراح الأميركيين إيفان غيرشكوفيتش ومراسل وول ستريت جورنال ويول ويلان الجندي السابق في البحرية.

وقال الرئيس الروسي فلاديمير بوتين في وقت لاحق إنه يأمل في التوصل إلى حل لكن الولايات المتحدة بحاجة إلى "اتخاذ

الصفدي يبحث ونظيرته الهولندية التبعات الكارثية لاستمرار العدوان على غزة

مستشار أممي: الناتج المحلي الإجمالي الأردني يعطي مؤشرات إيجابية رغم الأزمات

عمان

قال مستشار الأمم المتحدة في الأردن زافريس تزاناتوس، إن الناتج المحلي الإجمالي الأردني على الرغم من الأزمات التي يمر بها، يعطي مؤشرات إيجابية مقارنة بدول أخرى. جاء ذلك خلال اجتماع عقدهته للجنة المالية والاقتصادية في مجلس الأعيان برئاسة العين الدكتور راجي العشر، اليوم الخميس، مع المديرية التنفيذية لمنتدى الاستراتيجيات الأردني تسرين بركات، وبمشاركة المستشار الأممي.

وقال العشر، إن اللقاء جاء لإطلاع الجانبين على تداعيات الحرب الإسرائيلية على قطاع غزة على الاقتصاد الأردني، مؤكداً أن الحرب أثرت على اقتصادات المنطقة وبيات تحديد الأردن. وقال المستشار الأممي، إن قراءة الواقع تعتمد على ظروف متغيرة بشكل يومي، إذ أن السيناريوهات التي وضعت لحرب قصيرة المدى تغيرت مع امتداد مدة الحرب، مشيراً إلى أن قراءة سريعة تعطي توقعات توضح أثر الحرب على الاقتصاد الأردني واقتصادات المنطقة.

ونوه إلى أن التوقعات بشأن التأثير ستظهر نسب ارتفاع الدين العام والبطالة والفقير، ومدى تأثير العلاقات الاقتصادية الأردنية، والتعاضد القطاعات الاقتصادية ومنها السياحة وغيرها في المستقبل القريب. وأكدت بركات، إن المنتدى، الذي تأسس كمؤسسة غير ربحية، أعد دراسة قائمة على استبيان جرى توزيعه على عدة شركات في القطاع الخاص، حول أثر الحرب في غزة على القطاعات الاقتصادية في الطاقة والسياحة والتجارة الخارجية.

من جانبه قدم مدير الأبحاث في المنتدى الدكتور غسان أموت، قراءة تحليلية لمشروع قانون الموازنة العامة للسنة المالية (٢٠٢٤). وبين أن الموازنة العامة تسعى لتحقيق أفضل ممارسة من خلال تحفيز النشاط الاقتصادي والحفاظ على استقرار الاقتصاد الكلي عن طريق الحفاظ على معدلات نمو إيجابية ومستقرة ومستدامة في الناتج المحلي الإجمالي الحقيقي. وأشار أموت إلى أهمية التأكيد على تحسين كفاءة تخصيص الموارد من خلال إنفاق عام كاف وفعال لتوفير السلع الأساسية وتقديم الخدمات العامة.

رئيسة الوفد البرلماني الأوروبي تؤكد أهمية الوصاية الهاشمية على المقدسات في القدس

عمان

عبرت رئيسة وفد البرلمان الأوروبي للعلاقات مع دول الشرق، إيزابيل سانتوس، عن قلقها إزاء الحرب الدائرة في غزة، وتأثيرها على المنطقة برمتها.

وقالت في مؤتمر صحفي عقدهته في ختام زيارتها للمملكة، إنها والوفد البرلماني المرافق لها، شددوا خلال الزيارة على الحاجة الملحة إلى وقف الفوري لحرب المدمرة على غزة والسماح بوصول المساعدات الإنسانية إلى سكان غزة، مؤكداً أن الغالبية العظمى من الدول الأعضاء في الاتحاد الأوروبي صوتت لصالح وقف إطلاق النار الفوري في الجمعية العامة للأمم المتحدة.

وبينت أن أعضاء الوفد أكدوا أيضاً دعمهم لجميع الجهود الدبلوماسية التي يبذلها الأردن لمنع المزيد من التصعيد، مؤكداً التزام الاتحاد الأوروبي بالحفاظ على الإجماع الدولي بشأن القدس، وحقته في الأردن باعتبارها الوصي الوحيد على الأماكن المقدسة في القدس. وعرضت الأهداف الرئيسية لزيارة الوفد وأبرزها عقد الاجتماع البرلماني الدولي الحادي عشر مع النظراء الأردنيين، وسط الوضع الحرج في المنطقة بسبب الحرب المستمرة في غزة، وكذلك تقييم أجندة التحديث السياسي والاقتصادي والاجتماعي الحالية للبلاد بمختلف جوانبها، وعقد اجتماعات مع كبار أعضاء السلطة التنفيذية الأردنية وممثلي المجتمع المدني ووزارات ميدانية.

وقالت إن الوفد والبرلمان الأردني، أكدوا من خلال حوار صادق على شراكتهم القوية، معربين عن إرادتهما السياسية مواصلة تعزيز تعاونهما وروابطهما مما يسهم ببناء جدول أعمال مشترك لحوار شامل على مدى السنوات المقبلة، وركزت المناقشات مع أعضاء لجنة الشؤون الخارجية على مختلف المسائل السياسية والمؤسسية والاجتماعية.

وأشارت إلى أن الاتحاد الأوروبي ملتزم بتحقيق السلام في المنطقة وأن حل الدولتين يظل هو السبيل الوحيد لتحقيق السلام والاستقرار الدائمين.

وأشادت بالجهود الجبارة التي يبذلها الأردن في استضافة ومساعدة اللاجئين الفلسطينيين والسوريين على أراضيها، مؤكداً دعم البرلمان المستمر للأردن في هذا الصدد، وجدول أعمال التحديث السياسي والاقتصادي والاجتماعي الطموح المستمر في الأردن، مؤكداً أن التركيز على تعزيز الحكم الرشيد واحترام حقوق الإنسان له أهمية خاصة بالنسبة للبرلمان الأوروبي.

كما عرضت لنتائج اجتماعات الوفد مع عدد من المسؤولين الأردنيين وممثلي المجتمع المدني ومراكز الفكر حول حقوق الإنسان وزيارات ميدانية لمخيمات اللاجئين، مؤكداً أن الحوار مع الأردن سيتم تعزيزه في الأعوام المقبلة، وأن الأردن شريك رئيسي للاتحاد الأوروبي في المنطقة.

وأكدت أهمية وقف إطلاق النار لمواجهة الكارثة الإنسانية في قطاع غزة المحاصر، مشيرة إلى أن هذه الحاجة تحظى "بإجماع واسع النطاق" في الوفد الأوروبي، بما يتماشى مع الموقف الذي اتخذته الدول الأعضاء في الدورة الأخيرة للجمعية العامة للأمم المتحدة الأسبوع الماضي، والتي أسفرت عن قرار غير ملزم وافقت عليه أغلبية ساحقة، يدعو إلى وقف الحرب.

وفد طلابي ألماني يزور مجلس الأعيان

عمان

زار وفد طلابي من الجامعة الألمانية الأردنية، من الذين يحملون الجنسية الألمانية، مجلس الأعيان.

واسمع الطلبة خلال اللقاء، الذي حضره مساعد أمين عام المجلس الدكتور هيثم الصرايرة، إلى نبذة تعريفية حول أبرز مفاصل الحياة السياسية والبرلمانية في المملكة.

وقال العين خالد رمضان، إن الشعوب بأكملها تجمعها مفهوم الإنسانية، وثقافة السلام والتعايش والتساوي بين أفراد الشعب بصرف النظر عن العرق والديانة، وصولاً إلى مفهوم المواطنة العالمية.

من جهته، تحدث العين الدكتور لبيب الخضرا، عن توجهات جلالة الملك عبدالله الثاني حول تمكين الشباب وإشراكهم في الحياة السياسية.

وبين الخضرا الذي كان رئيساً مؤسساً للجامعة الألمانية الأردنية، أن الجامعة تأسست انطلاقاً لتبادل الثقافات بين البلدين الصديقين، وتعد جسراً حضارياً وثقافياً بين أوروبا والأردن. وقدم الدكتور الصرايرة عرضاً حول آلية عمل المجلس وأبرز مهامه الدستورية والتشريعية والرقابية.



يتم التصويت عليه اليوم، محذراً من أن الضل في تبني القرار سيحسب معايير ازدواجية خطيرة في تطبيق القانون الدولي. كما حذر من تداعيات الإجراءات الإسرائيلية اللاشعورية واللاإنسانية في الضفة الغربية، بما في ذلك في القدس المحتلة حيث يتم محاصرة حق المسلمين والمسيحيين في حرية العبادة، وكذلك إرهاب المستوطنين، مؤكداً أن استمرار إسرائيل في عدوانها في الضفة الغربية يهدد بتفجر الوضع بشكل خطير أيضاً. وبحث الصفدي وسلوت، سبل البناء على المحادثات العميقة التي أجرتها اللجنة الوزارية العربية الإسلامية المكلفة بالتحرك الدولي لوقف

اتحاد الجامعات العربية يعلن نتائج التصنيف العربي للجامعات ٢٠٢٣

العلمي، والإبداع والريادية والابتكار، ليكون للتصنيف بُعد اقتصادي التطبيق والهدف لتشجيع البحث العلمي القائم على الإبداع والتنمية والابتكار في الجامعات وتشجيع تسويق ونشر المنتجات العلمية وإدارة التكنولوجيا، ليصل إلى اقتصاد المعرفة، بالإضافة إلى مؤشر التعاون الدولي والمحلي في المنطقة العربية وخدمة المجتمع، وأوضح سلامة أن عدد الجامعات التي تقدمت للتقييم بلغت ٢٠٨ جامعة، أدرج منها في التصنيف ١١٥ جامعة ممثلة لـ ١٦ دولة من إجمالي ٢٢ دولة من دول جامعة الدول العربية، ورتبت هذه الدول وفقاً لعدد الجامعات المقدمة كالتالي: مصر (٢٨)، العراق (١٩)، الأردن (١٨)، اليمن (١٠)، فلسطين (٨)، ليبيا (٨)، السعودية (٧)، تونس (٤)، سوريا (٣)، الإمارات العربية المتحدة (٢)، المغرب (٢)، لبنان (٢)، البحرين (١)، الجزائر (١)، الصومال (١)، الكويت (١)، حيث خصصت النسخة الأولى من التصنيف بتصنيف عدد من الجامعات العربية، ومن المخطط أن تنطلق تصنيف الجامعات العالمية في نسختها المقبلة.

وأعلنت نتائج التصنيف على الرابط: <https://aar-ranking.net>، حيث تصدرت جامعة الملك سعود قائمة الجامعات العربية، تلتها جامعة القاهرة، ثم جامعة الإمارات العربية المتحدة، ومن ثم جامعة عين شمس، تلتها جامعة المنصورة، ثم جامعة الشارقة، وجامعة الملك خالد، وجامعة صفاقس، وجامعة الإسكندرية، وجامعة الزقازيق.

ورشة حول مراجعة أولويات البرنامج التنفيذي لرؤية التحديث الاقتصادي



الحكومة في آب الماضي ضمن ملتقى عام على التحديث. وتعد رئاسة الوزراء هذه الورشات دورياً بهدف تعزيز التواصل بين وحدة متابعة الأداء الحكومي والإنجاز في رئاسة الوزراء والوحدات المرتبطة بها في الوزارات والجهات المعنية بتنفيذ البرنامج، إضافة إلى الوقوف على أي معوقات أو تحديات تواجه تنفيذ الأولويات المدرجة ضمنه، بهدف العمل على إيجاد الحلول المناسبة لها بحيث يتم تنفيذها ضمن الإطار الزمني المحدد. وحضر الورشة أكثر من ٧٠ موظفة وموظفاً من وحدات متابعة الإنجاز

الحرب على غزة في أوسلو مع دول شمال أوروبا "النوردك"، ودول اتحاد "البلوكس".

كما بحث الصفدي ونظيرته الهولندية خطر تهريب المخدرات والسلاح عبر الحدود السورية إلى الأردن، مؤكداً أن الأردن سيقوم بكل ما يلزم لإنهاء هذا الخطر وحماية مصالحه وأمنه واستقراره.

من جهتها، أصرت سلوت عن تعاضد المملكة باستشهاد جندي حرس الحدود قبل أسبوع أثناء الاشتباك مع مهربين على الحدود الأردنية السورية، مؤكداً وقوف هولندا إلى جانب الأردن في مواجهة الإرهاب وخطر تهريب المخدرات والسلاح. وأكدت دعم بلادها لحل الدولتين سبيلاً لحل الصراع وتحقيق السلام العادل والشامل.

كما أكدت دعم بلادها لوكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين (اونروا) مشيرة إلى قرار بلادها زيادة الدعم المالي المقدم لها.

ويحث الوزيران سبل تطوير علاقات الصداقة الراضية بين البلدين، وأكدا الحرس المشترك على تعزيزها في جميع المجالات، لا سيما الاقتصادية والتجارية منها.

وأكدت سلوت أهمية الدور الأردني الرئيس في المنطقة بقيادة جلالة الملك عبدالله الثاني في جهود حل الأزمات الإقليمية وتعزيز الأمن والاستقرار والسلام في المنطقة.

مديرية الأمن العام تطلق استراتيجية للأعوام ٢٠٢٤-٢٠٢٦

عمان

أطلق مدير الأمن العام اللواء الدكتور عبدالله المعاطة، الخطة الاستراتيجية لمديرية الأمن العام للأعوام (٢٠٢٤-٢٠٢٦)، ضمن عدة محاور وعبر جملة من الخطط التنفيذية والتي استكمل إعدادها أخيراً.

وتهدف الاستراتيجية من خلال تلك الأهداف إلى ترجمة وتنفيذ واجبات الأمن العام وتوجيهها وفق منهجية علمية تضمن إنفاذها بأعلى درجات المهنية والقدرة والكفاءة مع التوظيف الأمثل للإمكانات والقدرة المتاحة.

واشتملت الاستراتيجية جوانب العمل الشرطي والأمني كافة، ونظام الحماية المدنية، مراعية للمتغيرات والتحديات الأمنية وتطور الجريمة، واتساع مهام وواجبات المديرية والخدمات المقدمة للمواطن من خلال تشكيلاتها وإدارتها المختلفة.

وقال مدير الأمن العام إن اعتماد الخطة الاستراتيجية وإطلاقها اليوم جاء ترجمة للتوجهات الملكية السامية من جلالة القائد الأعلى للقوات المسلحة الملك عبدالله الثاني، ووفق رسالة التكليف السامي لمدير الأمن العام لتطوير الأداء وتوجيه الخدمات والحفاظ على الأمن والأرواح والممتلكات ليظل الأردن دوماً واحة أمن واستقرار.

وأضاف اللواء المعاطة، أن الخطة جاءت تتاح جهد وعمل جماعي منهجي ويعد دراسة مستفيضة لواقع العمل الشرطي ونظام الحماية المدنية الموكل للدفاع المدني، والوقوف على السبلات والإيجابيات وتحليلها وتحديد الاحتياجات والتطلعات المستقبلية خلال الأعوام الثلاثة المقبلة، لتحقيق هدف رئيس واحد هو الارتقاء بمستوى الأداء وتوجيه الخدمة المقدمة وفرض سيادة القانون على الجميع.

وأشار إلى أن الاستراتيجية ارتكزت على أهداف مؤسسية رئيسية هي: الحد من الجريمة، والمساهمة في الحد من أفة المخدرات، والمساهمة في تعزيز السلامة المرورية وأمن الطرقات والاستجابة الفاعلة للحالات الطارئة والكوارث، والتطوير المستمر لمنظومة الأمن العام، وفق أعلى المعايير الدولية لتشمل بذلك جوانب عمل مديرية الأمن العام بتشكيلاتها ووحداتها كافة.

وأكد اللواء المعاطة "السمي الدائم للنهوض بتشكيلات ووحدات الأمن العام كافة، وتوفير كل ما يحتاجونه بما يمكنهم من القيام بمهامهم ومختلف الواجبات الموكولة إليهم بكفاءة واقتدار وهو ما نصبوا إليه من خلال الخطة الاستراتيجية للمديرية".

وشدد على ضرورة ترجمة الأهداف الاستراتيجية وفق الخطط التنفيذية والتشغيلية الموسوعة، ومتابعة إنفاذها وترجمتها على أرض الواقع وفق نظام رقابي وتحليلي محدد، وقياس مؤشرات الأداء لضمان نجاحها.

ونبه اللواء المعاطة، أن مديرية الأمن العام وصلت إلى مستويات متقدمة في مختلف المجالات الشرطية والأمنية وأنظمة الحماية المدنية، وأن الحفاظ على هذا الإنجاز والإضافة عليه يتطلب استمرار السعي للتطوير والتحديث وفق منهجية واستراتيجية واضحة المعالم ومحددة الأهداف وهو ما نطمح إليه من خلال خطتنا للأعوام ٢٠٢٤-٢٠٢٦.

واستمع مدير الأمن العام إلى إيجاز قدمه مدير إدارة التخطيط والتعاون الدولي بين خلاله منهجية إعداد الخطة الاستراتيجية ومراحل إعدادها وآلية متابعتها وتقييمها.

أمين عام "العدل" يلتقي وفداً قضائياً إماراتياً

عمان

التقى أمين عام وزارة العدل للشؤون القضائية القاضي، الدكتور سعد اللوزي، وفداً قضائياً من دولة الإمارات العربية المتحدة الشقيقة، برئاسة رئيس محكمة التمييز القاضي عبد القادر محمد، وبحضور أمين عام وزارة العدل للشؤون الإدارية والمالية خلود العبادي، وعدد من مدراء المديرية في الوزارة. وأشار اللوزي إلى عمق العلاقات التي تربط البلدين الشقيقين ومتانتها في شتى المجالات لاسيما من حيث تبادل الخبرات القانونية. وتم خلال اللقاء استعراض أبرز المحاور المتعلقة بنظام الخبرة أمام المحاكم النظامية من خلال عرض نظام الخبرة أمام المحاكم النظامية رقم (٣٥) لسنة (٢٠١٨) وتعديلاته وأبرز محاوره المتمثلة بتشكيل مجلس شؤون الخبرة الذي يترأسه وزير العدل، ويضم عدداً من المختصين، إضافة إلى الأطر التنظيمية الخاصة بتحديد أنواع الخبرات وأسس اختيار الخبراء وتقييمهم ومدونة السلوك للخبراء، إضافة إلى النظام المحوسب الذي يتم من خلاله تسمية الخبراء في المحاكم النظامية. وأشاد الجانب الإماراتي بالخبرات الأردنية في قطاع العدالة، والتطور المتميز لاستراتيجية قطاع العدالة الأردنية، والدور الفعال على صعيد التعاون الدولي، وأهمية التعاون وتبادل الخبرات بين البلدين الشقيقين.

هكذا تنوي غوغل بناء أسرع كابل إنترنت يعبر «الأطلسي»

وقد ذكر فوسريكالا أن هذا "المدرج" هو عبارة عن "أنبوب أسطواني طويل، ذو طرفين مدببين، وهو ما يجعله يبدو كحيوان "المدرج" الذي يعيش في أمريكا الجنوبية".

وأضاف فوسريكالا أن هذه المكبرات تحتاج إلى الطاقة الكهربائية، ونظرا لاعتدال وجود منافذ للطاقة في قاع المحيط، سيقتحم هذه الطاقة من مصدر موجود على سطح الأرض وينتقل عبر شدة نحاسي موجود في الكابل، وبشكل عام، يستخدم هذا الكابل مكررا واحدا كل 50 ميل تقريبا. وأوضحت مجلة أنه داخل كل "مدرج"، توجد مكونات تسمى المشغلات الضوئية، التي تعمل على تعزيز أو تضخيم الإشارة، ويقول فوسريكالا أن "المضخة الضوئية تقوم بإخراج كميات ضخمة من الطاقة الضوئية، وهذه القوة تقوم بدورها بتضخيم الإشارة". وتعمل كل مضخة ضوئية لتزويد الطاقة لكل زوج من الألياف، وفي حال توقف مكرر عن العمل يتعين على الشركة سحبها من قاع المحيط واستبداله، وهو ما يجعل هذه العملية مكلفة للغاية، وفقا لما أكده فوسريكالا.

وتوعدت مجلة بأنه حين تكون المكونات ذات أهمية بالغة ويصعب إصلاحها، فإن أفضل طريقة للتعامل مع هذه المشكلة هي التكرار. ومن المتوقع أن يضع مهنو الكابل في قاع المحيط أكثر من مضخة ضوئية لتزويد كل زوج من الألياف، وبالتالي، في حال تحطمت إحداها، ستكون هناك نسخ احتياطية منها.

ويمنع أن يحمل كل زوج من الألياف ثلاث مضخات، مما يعني أن مكررا واحدا قد يحمل، على سبيل المثال، 24 مضخة في حال كان الكابل يتكون من ثمانية أزواج من الألياف. تجدر الإشارة إلى أن الكابل الجديد الذي اعتمد غوغل يتألف من 12 زوجا من الألياف، وفي حال تبعت غوغل هذه الاستراتيجية، فستحتاج إلى قدر كبير من المضخات في كل مكرر، وهذا ما يجعلها عملية مكلفة ومعقدة للغاية. والأوقات الجيدة بأن العمل لهذه المشكلة يتمثل في إجراء يسمى "مشاركة المضخة" أو "غرس المضخة" في قاع البحر، حسبما أكده فوسريكالا. وفي هذه الحالة، من المتوقع أن تستخدم غوغل مجموعات من المضخات لتضخيم الإشارة ليس لتزويد زوج واحد من الألياف بحسب، وإنما زوجين أو أربعة أزواج من الألياف. وباستخدام طريقة غرس المضخات، ستتمكن شركة غوغل من بناء كابل ذو قدرة هائلة دون زيادة التكلفة وتعقيد النظام. ومن المقرر أن يدخل كابل "دونات" قيد العمل في سنة 2024.

تعرف إلى المبلغ الكبير الذي تنفقه «فيسبوك» لحماية زوكربيرغ

ملارين دولار، وبحسب "فيسبوك"، فإن زوكربيرغ أنفق 2.6 مليون دولار لاستخدام طائرات خاصة كجزء من برنامج حمايته. وتأتي هذه الأرقام الفلكية في الوقت الذي أعلن فيه "فيسبوك" أن زوكربيرغ حصل على راتب أساسي قدره دولار واحد على مدار الأعوام الثلاثة الماضية.

كيتي بومان.. أيقونة مشروع الثقب الأسود

والصبيان، وكان للذكورة بومان دور بارز في عملية معالجة الصور التي تضمنت أيضا تقسيم الباحثين إلى فرق لربط البيانات ومقارنة الصور التي بنوها واختبارها.

وبينما قادته فريق تطوير مجموعة خوارزمية لا تقاطع صورة للثقب الأسود، وهو الجهد الذي كان موضوع محاضرة ألقاها في منصة TED Talk عام 2016، قال زملاؤها إن هذه التقنية لم تستخدم في النهاية لبناء هذه الصورة تحديدًا.

وتشرحت بومات منشورها على "فيسبوك" قائلة، "لم تصنع خوارزمية واحدة. ولا شخص واحد هذه الصورة. إذ تتطلب ذلك المهارة الرائعة لفريق من العلماء من أنحاء العالم عملوا جنبا إلى جنب، وسوا إلى هذه الصورة من خلال شبكة من هواتف الراديو.

وكان المشروع الذي قادته شيريد دوويلمان عالم الفلك في مركز هارفارد-سميثونيان للفيزياء الفلكية، ثمرة عمل ما يزيد على 200 باحث. 10 منهم سيدات، حسبما ذكرت مبادرة جامعة هارفرد للثقب الأسود.

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

توقف بخدمات موقع فيسبوك وتطبيقاته في العالم

عالميا على "تويتر" فوراً، وقبل شهر، واجهت شركة "فيسبوك" تعطلا عالميا في خدماتها استمر لأكثر من 10 ساعات، برهته الشركة لاحقا بأنه يعود لخلل أثناء نقل الخوادم. وأظهر موقع (داونديكتور دوت كوم) الذي يراقب تعطل المواقع الإلكترونية أن هناك ما يربو على 9000 مستخدم يبلغون عن مشاكل واجهوها مع فيسبوك، فيما أوضحت خريطة للتعطل الإلكتروني على الموقع أن المشاكل ظهرت بشكل أساسي في أوروبا.

المغرب يدعو فيسبوك لحماية المعطيات الشخصية لمواطنيه

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

وأشار البلاغ إلى أن اللجنة أكدت، أيضا، على تزايد الوعي مع الشركة، حول التطورات الحالية والمستقبلية في العالم واستخدامات التكنولوجيا الرقمية (الاستخدامات الجديدة، تصنيف الخوارزميات الغامضة للتفسير الذكاء الاصطناعي المسؤول، مسير حسابات الأشخاص بعد الوفاة...)، وخلص المصدر ذاته إلى أن اللجنة الوطنية طلبت من ممثلي شركة فيسبوك أن تتم دراسة مختلف طلباتها، وأن تقترح خطة عمل فعالة قادرة على الاستجابة لختلف هذه الواضخ.



من قبل الشبكات الاجتماعية لشركة "فيسبوك". وعبرت اللجنة الوطنية ممثلي شركة فيسبوك -وهذا البلاغ- عن استعدادها

مواكبات

طلبت لجنة مراقبة حماية المعطيات ذات الطابع الشخصي، شركة "فيسبوك" إلى ضرورة تواجد مراكز المعطيات (داتا سنتر) التي تستضيف المعطيات الشخصية للمواطنين والقيمين في المغرب، في بلدان تضمن مستوى حماية كاف للحياة الشخصية. جاء ذلك في اجتماع عقده رئيس اللجنة الوطنية لمراقبة حماية المعطيات ذات الطابع الشخصي (رسمية)، عمر المسروشني، بمعية خبراء اللجنة الوطنية، مؤخرا، مع ممثلين من شركة فيسبوك، خصص للندرس مجموعة من الآليات القانونية والعملية لحماية المعطيات الشخصية، بحسب ما اقتادت وكالة المغرب العربي للأنباء.

كما طالبت اللجنة، في بلاغ لها، أن تضع شركة "فيسبوك" آليات للتعامل بفعالية مع الشكايات الموجهة إلى اللجنة

مواكبات

أشار تقرير نشره موقع بلومبيرغ الأخباري، حول السماعات الذكية والتطبيقات الصوتية التي تنتجها شركات أمازون وأبل وغوغل، مخاوف العديد من المستخدمين حول العالم. وقال التقرير، بحسب "بي بي سي عربي"، إن موظفي شركات أمازون وغوغل وأبل يسترقون السمع إلى ما يقال في السماعات الذكية، مؤكدا أن هذه الشركات عينت موظفين مهمتهم التنصت على ما يقوله المستخدمون للسماعات الذكية والتطبيقات الصوتية التي تروج هذه الشركات لها.

وكشفت موقع بلومبيرغ الأخباري المشنوع بعد أن تحدث مع موظفين في شركة أمازون وأجهتهم "مراجعة" تسجيلات سماعات "أليكسا" التي تنتجها وتسوقها الشركة. وتقول الشركات الثلاث إن التسجيلات تراجع بين الفينة والأخرى من أجل تحسين قدرة هذه الأجهزة على التعرف على الأصوات.

ولكن زود الفعل على الفثال الذي نشره بلومبيرغ تشير إلى أن الكثيرين من زبائن هذه الشركات لا يعلمون بأن بشرًا يسترقون السمع إلى ما يقولون في دوائرهم، ألسرا أيضا، أبرز الاستكارات التكنولوجية الشورية بمررض

لهذا السبب.. كن حذرا عند استخدام السماعات الذكية

الالكترونيات 2019. وقال موقع بلومبيرغ إنه تحدث مع سبعة أشخاص راجعوا تسجيلات من أجهزة أمازون أيكو وخدمة أليكسا التابعة للشركة ذاتها. وقال الموقع إن المراجعين يدعون ما يردد في محادثات المستهلكتين ويعلقون عليها بغرض تحسين أداء أنظمة أمازون للتعرف على النطق.

ويذكر أن التسجيلات الصوتية لدى أمازون مرتبطة برقم حساب واسم المشترك الأول ورقم سماعة الأيكو المستخدمة. وقال بعض المراجعين لبلومبيرغ أنهم يطمنون زملائهم على بعض التسجيلات القريبة من خلال شرفة دروشة خاصة بأمازون.

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

ما الذي قالته أمازون؟ تتنص شروط استخدام أمازون على أن التسجيلات الصوتية تستخدم "من أجل الأجابة على استلكتك وتنفيذ طلباتكم وتحسين تجربتكم وخدماتنا". ولا تتطرق الشروط إلى وجود مراجعين بشر. وقالت أمازون في بيان إنها تأخذ قضايا الأمن والخصوصية مأخذ الجد.

وأنها لا تعلق إلا على عدد صغير جدا من تسجيلات سماعات أليكسا، وجاء في البيان، "تساعدنا هذه المعلومات في تحسين أنظمة التعرف على النطق والتعرف على اللغات التي نستخدمها، من أجل أن تكون سماعات أليكسا أكثر استجابة لرغباتكم وضمان أن الخدمة تعمل بجودة بالنسبة للجميع".

ومضت الشركة القول، "لنطبق معايير تقنية وعملية صارمة، ولا نتساهل مع أي محاولة للإساءة لأمنيتنا، الموظفين ليس لديهم أي سبيل للتوصل إلى معلومات قد تكشف لهم شخصية المشترك أو الحساب". ولكن ماذا عن أبل وسيري؟

مثلما مثل أمازون، لشركة أبل مراجعون بشر يقومون بالتأكد من أن محرك التعرف على النطق سيري يفسر الطلبات بشكل صحيح، يذكر أن سيري تسجل الطلبات الصوتية التي يطلبها المشاركون من خلال هواتف أيفون وسماعات هوم بود.

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

ويتم تخزين أي تسجيل لأكثر من 6 شهور دون الرقم العشوائي، وتقوم أبل من مراجعيتها ليس

أوهاي سيري".

أثار مخاوف.. الذكاء الاصطناعي بات يحاكي السلوكيات البشرية

بعد يوم، وكمثل على هذا التطور، تمكنت بعض برامج الذكاء الاصطناعي من إنشاء وجوه وبصمات مزيفة لعبت بسجلات الشركات والمستندات الحكومية في بعض الأحيان. وفي الوقت الحالي، تتلذذ هذه الخوارزميات أخطاء كئيبة يتمكننا من التفتن إليها فور التمعن فيها، حيث سبق لبرمجية "باخ" لدمج الموسيقى اقترااف بعض الأخطاء التي يمكن لأي خبير موسيقي اكتشافها وتحديددها.

وعلى سبيل المثال، تسمح هذه البرمجية بإدخال فواصل موسيقية كان باخ نفسه يتجنبها، مما يبدخ وجه الشبه بين القطوعة الجديدة ومقطوعات المؤلف الألماني. وأخافت روتشمان أن برمجية فوشل خرفت القواعد الموسيقية برمجية مستوى تنسيق الألسان، ناهيك عن كتابة برنامج "أوبن إي إي" لتوليد التصوص عبارة "البرائق التي تمشي تحت الماء"، والتي لا يمكن لربن معنى واضح لها، وخلال عمل المطورين على إبداعاتهم، تصبح الأخطاء أكثر ندرة ما دامت الخوارزميات الذكاء الاصطناعي أخذت في التطور والتعلم باستمرار.

وأشارت الكاتبة أن تحسين تقنيات التعلم الآلي ستكون ذات فائدة كبرى، بما في ذلك توفير رعاية أفضل وجعل مهنة الطب أكثر ديمقراطية. في المقابل، لا يمكن لنا تكان حقيقة أن منح الباحثين حرية تطوير هذه الخوارزميات يعني الانفتاح على مخاطر تطوير طرق أكثر تقدما لخلق البذاع والشاكل الاجتماعية الأخرى.



عرضه على العموم. وأفادت الكاتبة أن الذكاء الاصطناعي يسمح بإنشاء مقاطع فيديو وسور احتراافية للغاية، حيث سبق للممثل والخرج السينمائي جوردان بيل إنشاء مقطع فيديو يظهر خلاله الرئيس الأمريكي السابق باراك أوباما وهو يسدد قولا شيئا لم يقنها أبدا، وهو ما يطرح العديد من التساؤلات حول المخاطر التي تشككها هذه التقنيات.

وفي مطلع سنة 2019، انتشرت العديد من الصور التي تظهر المستخدمين على مواقع التواصل الاجتماعي، في شكلها الاصطناعي خطأ ما أو يتسبب في مشكلة معينة، ولا يزال هناك شوط كبير لتقلعه هذه التقنيات حتى نسي قادرة على الكتابة بأسلوب بشري بارح أو التحدث مثل الإنسان أو تقليد تعابير وجهه.

وعلى سبيل المثال، أصدر مطورو برنامج "الابر بيرد" محاكاة الصوت محاكاة وهمية بين باراك أوباما ودونالد ترامب وجيلاري كليلتون، والتي بدت حقيقية للغاية.

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

مواكبات

نشر موقع "ساينس الرت" الأمريكي مقال رأي للأستاذة المساعدة في قانون القطاع الصحي في جامعة سانت لويس الأمريكية، أنا سائستون ووتشمان، تطرقت من خلاله إلى تنامي قدرات خوارزميات الذكاء الاصطناعي بشكل لا يصدق في العقود الأخيرة، لتصبح قادرة على تأليف القطوعات الموسيقية والقيام بأمور إبداعية لمثلما كانت حكرا على بني البشر. ويبدو أن تطور هذه الخوارزميات بات مندرا يقدرتها على القيام بما يتجاوز مجرد قراءات النوتات.

وقالت ووتشمان، في مقالها الذي ترجمته "مربني 21"، إن دراسة أجرتها أليست الخفاطر الإبداعية للذكاء الاصطناعي، ويمكن القول إن قدرة الخوارزميات المتطورة لأحد برامج غوغل على معج الدرجات الموسيقية مع موسيقى بوهان سياستيان باخ لانتفاء مقطوعات موسيقية تبعث على الشعور بالخوف إزاء ما يمكنها فعله في المستقبل.

وأشارت الكاتبة إلى تمكن الحاسوب من محاكاة بعض القدرات الإبداعية لبشر حقيقيين تعتبر أمرا مريكا ومثيرا للريبة بشكل خاص. المدير بالذكر أن غوغل أنشأت برنامجها الموسيقي من خلال تحليل 306 مقطع المؤلف الموسيقي الألماني سيباستيان باخ وتنتج القطع الذي سار عليه وجهه تشاغا مع الملاحظات والأدخالات الخاصة بالمستخدمين. وذكرت روتشمان أن تطبيق "باخ" يعتبر جديدا، لكن التكنولوجيا التي قادته إلى التوصل إليه موجودة منذ فترة طويلة، وهي تتمثل في الخوارزميات التدريية على التعرف على الأنماط والنمذج الضمات بعد النظر في مجموعة من الاحتمالات.

ويكون بعض هذه الخوارزميات مقفدا بشكل يجعل معظم الناس عاجزين عن تبين سبب الخللها في قرار معين.

تعرف إلى أسباب مرض هشاشة العظام وطرق الوقاية منه

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

أسباب هشاشة العظام

ويحسب أخصائي جراحة العظام والمفاصل عبد الله سلام، يُعد مرض هشاشة العظام مرضاً سامناً، ويُكتشف عادةً إذا حصلت كسور أو تقوس في الظهر.

وتابع سلام في حديث لـ "عربي 21" بأن مرض هشاشة العظام ينقسم لنوعين "أولي وثانوي"، الثانوي يأتي نتيجة لأمراض معينة مثل الكلى والكبد أو الروماتيزم أو مرض التصلب اللويحي أو نقص فيتامين "سي" أو أمراض الغدة الدرقية، أو التعرض للكورتيزون أو الكحول أو التدخين أو سوء الامتناس من الأمعاء.

أما النوع الأولي فيحدث عند النساء بعد انقطاع الطمث، وتحديدًا من سن 50-55 سنة، حيث تبدأ كثافة العظام تقل نتيجة للاختلال الهرموني الذي يحدث عندهن. أما عند الرجال فيبدأ من سن 70، حيث يبدأ الرجل بخسارة العظم بدلاً من بقاءه.

وأشار سلام إلى أن النساء أكثر عرضة للإصابة بهشاشة العظام من الرجال بنسبة 4 إلى 1، والسبب هو انقطاع الدورة الشهرية والاختلاف الهرموني الذي يحدث هجأة بعد انقطاع الطمث فيؤدي لحدوث هشاشة عظام تدريجية، حيث يتوقف بناء العظام عندهن.

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

أما النساء، فيتم تشخيص المرض عندهن عن طريق معرفة متى بدأت دورتهن الشهرية وعن سفرياتهن ومتى انقطعت، فهذه الأمور تساعد في تشخيص المرض، إضافة لتشخيص السريري، حيث يمكن أن يكون عند المريض تقوس بالظهر أو كسور معينة، مثلاً كسر عنق الظهر أو كسر أسفل عظمة الكعبرة أو كسر فقرات الظهر.

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

الوقاية

وحول طرق الوقاية، قال سلام، "تقوم أولاً بإعطاء الرجال والنساء بعد سن 50-55، الذين لديهم ما يسمى بـ "عظام هشاشة مبكرة"، لعقدهم كالكالسيوم وفيتامين د، مع الحفاظ على نظام غذائي صحي ومتوازن، هذا يمكن أن يثبتهن من هذا المرض".

وأضاف، "أيضا يجب الحفاظ على كثافة العظام قبل سن 30، وبناء ذلك من الطفولة، وكلما بدأنا ببناء العظام في مرحلة الطفولة والشباب، ساعد ذلك في منع هشاشة العظم".

وأوضح سلام أن "المحافظة على كثافة العظم يتم



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

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

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

وتصح سلام المرأة حينما تصل لسن 40-45، الذي يتوقف فيه نمو العظام، بأخذ كميات الكالسيوم وفيتامين د، وأيضا التركيز على ممارسة الرياضة، والمشي وعدم ممارسة الرياضات العنيفة.

نظام غذائي متوازن

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

وتابعت نجوی في حديث لـ "عربي 21"، "الحرص على قدر كاف من الكالسيوم يساعد على بناء العظام، ويحافظ على قوتها، وهو موجود في الحليب ومشتقات الألبان وأسماك السردين والسلمون والبروكلي والخضار الورقية، والأطعمة المدعمة بالكالسيوم كعصير البرتقال والخبز وحبوب الإفطار المدعمة، والبنوز مثل المسمم وينوزو شيا".

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

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

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

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

9 عادات تتسبب في ظهور بثور الوجه

نشرت مجلة "ميجر كون سالدو" الإسبانية تقريرا، أشارت من خلاله إلى أن هناك الكثير من الأساطير والأفكار الشائعة حول أسباب ظهور بثور الوجه، لكن المؤكد هو أن بعض العادات التي تمثل جزءا من روتيننا اليومي تساهم في ظهور أو اختفاء هذا المشكل.

وقالت المجلة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي 21"، إنه من خلال الالتزام ببعض القواعد، يمكن التخلص من البثور. وخلافا لما هو شائع، لا تعد البثور في الوجه نتيجة الأوساخ أو عدم الاهتمام بالنظافة، بل تكمن وراءها أسباب أخرى لا يد من معرفتها لاختيار الطريقة المناسبة لعلاجها.

وأوضحت المجلة أن عيالات الشعر في كل واحد من مسام الجلد تنتج نوعا من الدهون لترطيب الشعر والبشرة. وعند حدوث تغييرات هرمونية في الغدد الدهنية، يرتفع إنتاج هذه الدهون، وهو ما يؤدي إلى انسداد مسام الجلد وحبس الخلايا الميتة والبكتيريا، وعند حدوث هذا الأمر، لأن البعض يعتقدون أن حبوب هذا العمل تخفف من إمكانية ظهور حب الشباب، ومن المؤكد أن هناك فرقا في التأثير بين مختلف أنواع الحبوب، وذلك بحسب المواد التي تحتويها.

وتكررت المجلة، ثانيا، أن مساحيق التجميل تؤدي هي الأخرى إلى انسداد المسام، وتسبب لكثير البكتيريا والخلايا الميتة، وهو ما يؤدي بالضرورة لتكاثر البثور، خاصة في مرحلة الرضاة ولدى النساء وعند تناول حبوب منع الحمل.

وترتبط هذه المشكلة بالمرحلة العمرية، حيث تظهر البثور في الوجه بأعداد أكبر أثناء فترة البلوغ، نظرا لأنه في هذه المرحلة، يزداد إنتاج الأندروجينات، وهي هرمونات جنسية ذكورية، وهو ما يزيد من إنتاج الخلايا والدهون، ويشمل الأمر النساء أيضا، إذ تحدث اضطرابات هرمونية في فترة الحمل.

المضادات الحيوية في الطفولة ترتبط بخطر الإصابة بأمراض عقلية

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

الوقاية

وحول طرق الوقاية، قال سلام، "تقوم أولاً بإعطاء الرجال والنساء بعد سن 50-55، الذين لديهم ما يسمى بـ "عظام هشاشة مبكرة"، لعقدهم كالكالسيوم وفيتامين د، مع الحفاظ على نظام غذائي صحي ومتوازن، هذا يمكن أن يثبتهن من هذا المرض".

وأضاف، "أيضا يجب الحفاظ على كثافة العظام قبل سن 30، وبناء ذلك من الطفولة، وكلما بدأنا ببناء العظام في مرحلة الطفولة والشباب، ساعد ذلك في منع هشاشة العظم".

وأوضح سلام أن "المحافظة على كثافة العظم يتم

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

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

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

وتصح سلام المرأة حينما تصل لسن 40-45، الذي يتوقف فيه نمو العظام، بأخذ كميات الكالسيوم وفيتامين د، وأيضا التركيز على ممارسة الرياضة، والمشي وعدم ممارسة الرياضات العنيفة.

نظام غذائي متوازن

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

وتابعت نجوی في حديث لـ "عربي 21"، "الحرص على قدر كاف من الكالسيوم يساعد على بناء العظام، ويحافظ على قوتها، وهو موجود في الحليب ومشتقات الألبان وأسماك السردين والسلمون والبروكلي والخضار الورقية، والأطعمة المدعمة بالكالسيوم كعصير البرتقال والخبز وحبوب الإفطار المدعمة، والبنوز مثل المسمم وينوزو شيا".

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

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

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

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

المضادات الحيوية في الطفولة ترتبط بخطر الإصابة بأمراض عقلية

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

واعتمدت نتائج الدراسة على بيانات من الشباب في الدنمارك حتى سن 17 عاما، والدراسة التي تدعم المخدرات المستجدة حول التفاعل الوظيفي بين المعوي والميكروبيوم المعوي والأمراض العقلية، هي واحدة من ما يقارب خمسين بحثا تم نشرها في النصف الأخير من عام 2018 في الدنمارك.

ويتتبع السجل لأول مرة البيانات السريوية لأكثر من مليون شخص من عام 1996 فصاعدا، على الدنماركيين الذين عولجوا من مرض عقلي على مدى 17 سنة من حياتهم، إما في المستشفى أو كمرضى خارجيين، تم توثيق كل حالة بما في ذلك الوصفات الطبية وتاريخ الأسرة.

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

منتجع يستخدم النفط الخام لعلاج الأمراض وسط جدل طبي

في الثمانينات، كانت نفلان تستقبل أكثر من 70 ألف شخص في السنة، وهو مستوى قياسي. وازدهرت هذه العلاجات حتى اندلاع الحرب في 1988 في منطقة ناغورني فرده باخ، التي تتنازع عليها كل من أذربيجان وأرمينيا. وحولت كل منتجعات المدينة حينها إلى مساكن لاستقبال مئات آلاف النازحين جراء النزاع.

وأعلن جيب ناغورني فرده باخ، الذي تسكنه غالبية أرمنية وضمته السلطات السوفياتية إلى أذربيجان العام 1921، استقلاله من جانب واحد في العام 1991، بدعم من أرمينيا. ورغم الحناق وقف حصلت 30 ألف قتيل، تقع مواجهات من حين إلى آخر في شهاب اتفاقية سلام، وحلت الجبهة في هذا النزاع التوقف يقع على بعد كيلومترات قليلة من نفلان.

في مطلع الألفية، عززت أذربيجان جهودها لتحسين سعة نفلان كوجهة سحية. وقد نقل اللاجئون القيمون في المنتجعات إلى مساكن أخرى فيما خدمت غالبية هذه المنشآت، وأقيمت مكاتب فنادق حديثة.

وتضم المدينة اليوم خليطاً من الفنادق الضخمة، تتجاوز كلفة الإقامة والعلاج فيها ألف دولار أسبوعياً، ومنتجعات بسيطة تهتم عليها أجواء سوفيادية تكلف مئات الدولارات في الأسبوع.

وأحيانا، تطل الحرب برأسها، مذكرة بوجودها الزوار، وغالبيةهم من أذربيجان ومن الدول المثبثة عن الاتحاد السوفياتي، أو تركيا، وأحيانا من أوروبا.

وخلال مواجهات قوية تعرف باسم "حرب الأيام الأربعة" في نيسان/أبريل 2016، "كانت نسمة انطلاق النار"، على ما يقول موظف في منتجع "هاراباغ" الضخم، قبل أن يضيف بسرعة، "بقي الجميع منسجدا على سلامة المنشآت".



زيت النفلان مؤلف من حوالي 50 من النباتات، وهي مادة حاضرة في دخان السجائر والكراكات الكافحة للعت.

إلا أن الأطباء والمرضى المحليين يشيرون بهذه المادة، في المدينة متحف صغير يضم الكثير من العكاازات التي تركها مرضى عاظوا من أمراضهم.

70 ألفاً في السنة

قائيل عزيزوفا، إحدى الطبيبات في المنتجع، توضح أن النفط الحلي يستخدم لعلاج أوجاع وأمراض العضلات والعظام والجلد، فضلا عن اضطرابات عصبية وأخرى تتعلق بالطب البطني.

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

وقد أنت لها تعاني من التهاب مفاصل منذ 12 عاما، وتقول إنها خفضت من كمية الأدوية التي تتناولها بعد عشرة أيام من العلاج، وتشعر بالراحة في هذه المحطة العلاجية الخارجة عن المألوف في القوقاز التي بعد كيلومترات قليلة من منطقة النزاع في ناغورني فرده باخ.

راقت (58 عاما)، وهو صحايل وعضو في حزب معارض في باكو، لا يظهر سوى رأسه أيضا، فيما هو مسترخ في حوض في القسم المكس للرجال في منتجع "سحرني" (ساحر باللغة الأذرية)، ويقول، "هذه هبة من السماء".

وتسدر أذربيجان نفلانها إلى العالم بأسره، وهو يلعب دورا أساسيا في اقتصاد هذا البلد الواقع في منطقة القوقاز. إلا أن النفط المستخرج من باطن الأرض في نفلان، البالغ عدد سكانها عشرة آلاف نسمة والواقع على بعد حوالي 200 كيلومتر من العاصمة، لا ينفذ ليحول إلى محروقات، لأنه سيكلف جدا.

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

إليك كيفية تحضير المعمول والكعك بطريقة صحية!

فرامات من السكر البديل).

أما بالنسبة إلى الزبدة فتستبدلها بزبدة قليلة الدسم أو "لايت"، وكذلك الأمر بالنسبة إلى الحليب، وبهذه الطريقة تصبح لدينا وصفة صحية "لايت" بسعرات حرارية أقل.

حشوة المعمول

التمر، يحتوي طبيعته على السكر، لذلك يفضل عدم إضافة الزبدة أو السكر إليه، وتكتفي بوضع البهارات والتكحبات.

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

الكعك

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

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

كذلك استبدال السكر العادي بسكر بديل، تجنب وضع السعسم عليها لأنه يحتوي أيضا على سعرات حرارية.

من المهم أن نعرف أنه حتى لو كانت المكونات "لايت"، يجب تناول المعمول والكعك باعتدال، عادة حبة المعمول العادي تحتوي على 180 وحدة حرارية، أما الحبة الكبيرة فتساوي نحو 200 وحدة حرارية أو ما يعادل وجبة.

أما بالنسبة إلى الكعك، تحتوي الكعكة الصغيرة على 120 وحدة حرارية في حين تصل الكبيرة إلى 220 وحدة حرارية.

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

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

ولد طفل يحمل الجمنس النووي لثلاثة أشخاص في اليونان، إثر استخدام تقنية متيرة لتجديد، للمرة الأولى في حالات العقم، على ما أفاد اليوم فريق طبي يوناني، إسباني أجرى هذه العملية.

وكانت استخدمت هذه الطريقة في المكسيك

أخبار طبية

في العيادة الجديدة، ولد الطفل الذكر بوزن 2.96 كيلوغرامين والثلاثة من أم يونانية تبلغ 32 عاما، وخضعت لمحاولات إخصاب مخبرية عدة باء بالفشل، على ما أوضح مركز "إنستيتوت أوف لايف" (إي.إف.إل) اليوناني في بيان.

أخبار طبية

في العيادة الجديدة، ولد الطفل الذكر بوزن 2.96 كيلوغرامين والثلاثة من أم يونانية تبلغ 32 عاما، وخضعت لمحاولات إخصاب مخبرية عدة باء بالفشل، على ما أوضح مركز "إنستيتوت أوف لايف" (إي.إف.إل) اليوناني في بيان.

لماذا عروض السوبرماركت قد تكون سيئة لصحتنا ولأموالنا؟

وكالات

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

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

حيث وجد أن السمنة كانت أعلى نسبة 30% تقريبا بين أفراد الأسر التي اشترت أكبر قدر من المأكولات والمشروبات الموجودة في العروض الترويجية.

بالإضافة إلى أن الأشخاص الذين كانت أكثر مشترياتهم من العروض 52% منها تحتوي على نسب عالية من الدهون أو الملح أو السكريات، وهو ما يعادل 11 سنتسا إضافية غير صحيحة في الشهر. وحذرت الدراسة، التي شملت 16 ألف مستهلك، من الاستمرار في هذا النمط من الشراء، موضحة أن المستهلكين الذين يتقبلون على شراء المواد الغذائية التي عليها خصومات، عُرضة لنسبة 54% للإصابة بالسمنة والأمراض الخطيرة المرتبطة بها، مثل السرطان وأمراض القلب والكلى، أكثر من الأشخاص الذين لا يتكثرون لهذه العروض.

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

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

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

كما أن العروض التي تقول لك اشترى اثنين بـ 1.50 بدلاً من 2.00، على الرغم من حقيقة أن 5.5 مليون شخص من الصائين بهذا المرض الذي يسبب فقدان الذاكرة وتراجع القدرات الإدراكية تتجاوز سن 65، إلا أن 5 بالمئة منهم يصابون به في سن الثلاثين والأربعين والخمسين.

ولقد التفتت مجلة "فاميلي سيركل" الأمريكية تشويرا تطرقت فيه إلى الأمراض الدالة على الإصابة بالزهايمر، التي من شأنها أن تساعد على التشخيص المبكر لهذا النوع من اضطرابات الدماغ. وقالت المجلة، في تشويرها الذي ترجمته "عربي24"، إن الزهايمر لا يصيب كبار السن فقط ممن تجاوزوا عتدهم السابعة، وعلى الرغم من حقيقة أن 5.5 مليون شخص من الصائين بهذا المرض الذي يسبب فقدان الذاكرة وتراجع القدرات الإدراكية تتجاوز سن 65، إلا أن 5 بالمئة منهم يصابون به في سن الثلاثين والأربعين والخمسين.

الإصابة بالسرطان إلى ارتفاع لدى النساء

وكالات

توقع المركز البريطاني للأبحاث حول مرض السرطان أن تزداد الإصابات بهذا المرض في السنوات العشرين المقبلة ستة أضعاف في صفوف النساء عما ستكون عليه الزيادة لدى الرجال، وبحسب التوقعات، سترتفع الإصابة بالسرطان لدى النساء بنسبة 53% لدى الرجال 0-9%، وأرجع المركز هذه الزيادة إلى أنماط الحياة المضرة بالصحة.

وتوقع المركز مع حلول العام 2035 أن تبلغ نسبة الصائين بهذا المرض أربعة ملايين و500 ألف امرأة وأربعة ملايين و800 ألف رجل، وأرجعت الأسباب المؤدية إلى ارتفاع نسبة الإصابة بالسرطان للتدخين وشرب الكحول، بما أن النساء سرن أكثر

اقبالاً على التدخين والكحول من السابق، ولذلك آثار استتير حياتي وفي السنوات المقبلة. وقال المركز إن "هذه الأرقام تظهر التحدي الهائل الذي نواجهه في بريطانيا وفي كل العالم". إلا يقضي ثمانية ملايين شخص بهذا المرض في العالم سنوياً، أملاً في تحقيق تقدم كبير في السنوات العشرين المقبلة لتخفيف العبء عن المرضى وتحسين العلاجات بحيث يتعافى ثلاثة أرباع الصائين به مع حلول العام 2035. وأكد المسؤول في السلطات الصحية في الكنترا كيفن فنتون إلى أن "أهم وسائل الوقاية من السرطان هي عدم التدخين، والحفاظ على وزن طبيعي، والنشاط البدني، والاختيارات الطبية عند التزم".

نيويورك: تدابير جديدة لاحتواء انتشار الحصبة وغرامة مالية على المخالفين

وكالات

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

الزيادة في حالات انتشار الحصبة وكانت سلطات هذه المنطقة التي تضم 300 ألف نسمة أعلنت في شهر آذار عن تدبير يقضي بمنع أي قاصر غير ملحق ضد المرض من ارتداء الأماكن العامة، غير أن القضاء علق مؤقتاً العمل بهذا التدبير إثر شكوى تقدمت به أهال.

وقال المسؤول المحلي إد داي خلال مؤتمر صحافي، "إن نستمن في معركةنا هذه"، مضيفاً "إن نوفر أي سبيل بلوغ هدفنا مهما كانت المعارضة قوية". وخلال الأيام الأخيرة، ارتفعت الإصابات الجديدة للشخصية في المنطقة لتبلغ 186 حالة، بالإضافة إلى "حالات كثيرة لم يصرح عنها" على حد قول المسؤول عن شؤون الصحة في المنطقة، باتريشيا شنتيل روبرت.

وبالتزامن مأل النزاع القضائي الذي قد يستمرق

وقتها طويلاً. أعلنت روبرت عن تدبيرين جديدين بعتقش التشريعات المعمول بها. ما هي التدابير الجديدة ويحظر الإجراء الأول على الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بالحصبة ارتداء الأماكن العامة، في حين يلزم التدبير الثاني إدارات المدارس التحقق من أن التلاميذ محضون واستبعاد التلاميذ غير الملقحين وغير المعائزين على إعطاء رسمي طبي الطابع أو ديني.

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

حفنة من اللوز الأخضر تحارب النجاسات والكولسترول!

وكالات

إن شجر اللوز من أشجر الشجر الموجود في بلدان حوض البحر الأبيض المتوسط، إذ يحتوي اللوز الأخضر على الكثير من العناصر الغذائية الهامة لصحة الإنسان، ويتميز عن غيره من الفواكه الموسمية ببقاء بالأصناف والمعادن الغذائية كالبيتاسيوم والمنغنيز إضافة إلى احتوائه على كمية مهمة من المواد الكربوهيدراتية، والألياف الغذائية، في هذا الصدد، أشارت اختصاصية التغذية مايا شاروس إلى الفوائد الصحية للوز الأخضر على جسم الإنسان.

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

2- يحافظ على الأسنان
يحتوي اللوز الأخضر على كمية مهمة من مادة الفوسفور التي تحافظ على بنية الأسنان وتحميها من مشاكل التسوس والتهت.

3- يقوي العظام
يتألف اللوز الأخضر من نسبة جيدة من الكالسيوم الذي يحسن من هشاشة العظام ويساعد

في تقويتها. 4- يحسن من المعرفان
يساعد تناول اللوز الأخضر في خفض نسبة الإصابة بأنواع متعددة من السرطان، وذلك لأن حفنة اللوز تحتوي على 20 نوعاً من المركبات الشائعة للأوكسدة.

5- يربط البشرة
يعد اللوز الأخضر من الفواكه الغنية ببيتامين E الذي يمنع جفاف البشرة ويساعد في الحد من ظهور علامات التقدم في السن.

6- يحمي القدرات العقلية
العرقية إن الفيتامينات المتوفرة والمعادن الغذائية الموجودة في اللوز الأخضر تعزز وظائف الدماغ بشكل فعال، وبالتالي تنشيط عملية الذاكرة إضافة إلى حمايته من مرض ألزهايمر.

7- ينظف الجهاز الهضمي
على غرار الفواكه الأخرى يعتبر اللوز الأخضر من الفواكه الغنية بالألياف مما يساعد الجهاز الهضمي على تنظيف نفسه ويعالج مشكلة الإمساك.

8- غني بالسرعات الحرارية
بالرغم من دور اللوز الأخضر في الحفاظ على الوزن الطبيعي إلا أن حصة مؤلفة من 14 حبة من اللوز الأخضر تحتوي تقريبا على 100 وحدة حرارية، لذا، يتبع تناوله بكميات معتدلة.

منظمة الصحة العالمية: ازدياد حالات الحصبة في العالم أربع مرات في الربع الأول من 2019

وكالات

ازدادت حالات الحصبة في العالم بواقع أربع مرات في الربع الأول من العام 2019 مقارنة بالفترة عينها من العام الماضي، بحسب ما كشفت منظمة الصحة العالمية.

وتشتت وطأة هذا الازدياد خصوصاً في أفريقيا وأوروبا، علماً أن المرض كان قيد الانحسار حتى

العام 2016. وجاء في بيان صادر عن منظمة الصحة العالمية أن "توقعات الألفية على الصعيد العالمي أظهرت ارتفاعاً في الحالات المقلبة بنسبة 300% خلال الأشهر الثلاثة الأولى من العام 2019، مقارنة بالفترة عينها من العام 2018، وكانت الحالات أخذت في الازدياد خلال السنتين الأخيرتين".



علامات تدل على إمكانية الإصابة بمرض الزهايمر

وكالات

تشتت مجلة "فاميلي سيركل" الأمريكية تشويرا تطرقت فيه إلى الأمراض الدالة على الإصابة بالزهايمر، التي من شأنها أن تساعد على التشخيص المبكر لهذا النوع من اضطرابات الدماغ. وقالت المجلة، في تشويرها الذي ترجمته "عربي24"، إن الزهايمر لا يصيب كبار السن فقط ممن تجاوزوا عتدهم السابعة، وعلى الرغم من حقيقة أن 5.5 مليون شخص من الصائين بهذا المرض الذي يسبب فقدان الذاكرة وتراجع القدرات الإدراكية تتجاوز سن 65، إلا أن 5 بالمئة منهم يصابون به في سن الثلاثين والأربعين والخمسين.

ولقد التفتت مجلة "فاميلي سيركل" الأمريكية تشويرا تطرقت فيه إلى الأمراض الدالة على الإصابة بالزهايمر، التي من شأنها أن تساعد على التشخيص المبكر لهذا النوع من اضطرابات الدماغ. وقالت المجلة، في تشويرها الذي ترجمته "عربي24"، إن الزهايمر لا يصيب كبار السن فقط ممن تجاوزوا عتدهم السابعة، وعلى الرغم من حقيقة أن 5.5 مليون شخص من الصائين بهذا المرض الذي يسبب فقدان الذاكرة وتراجع القدرات الإدراكية تتجاوز سن 65، إلا أن 5 بالمئة منهم يصابون به في سن الثلاثين والأربعين والخمسين.

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

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

وذكرت المجلة، أولاً، أن فقدان الذاكرة من العلامات الدالة على الإصابة بمرض الزهايمر، وأوضحت فوجيل أن صعوبة تذكر الغرض الذي كنت تصدق عليه من متجر خروفه العيشية، أو نسيان اسم أحد أبنائك أو اسم القطعة أمر طبيعي يواجهه أغلبنا، بيد أن تكرار ذلك يمثل مشكلة حقيقية. فإذا لاحظت أنك تواجه يوماً مشكلة في تذكر أسماء أبنائك فإنه لا بد من استشارة الطبيب، فقد توجد معرفة ما إذا

كان ذلك نتيجة مرض آخر، نظراً لأن فقدان الذاكرة مرتبط أيضاً بمشاكل صحية أخرى، مثل الجلطة الدماغية ونقص الفيتامين ب 12، وقصور الدرقية، أو الإصابة بالتهاب حاد، أو حتى الاكتئاب. وأوردت المجلة، ثانياً، أن الارتباك بين الزمان والمكان يدل على الإصابة بالزهايمر. وحسب فوجيل، فإنه إذا قدت يوماً سيارتك نحو متجر البقالة لكنك وجدت نفسك أمام المكتب فتلك ليست نهاية العالم، فأحياناً تقع في الأخطاء لكن ذلك لا يعرقل سير وظائفنا اليومية، ولكن إذا لاحظت أنك يوماً أو في بعض الأحيان لا تتذكر أين أنت وكيف وصلت إلى ذلك المكان، فهذا أمر مختلف.

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

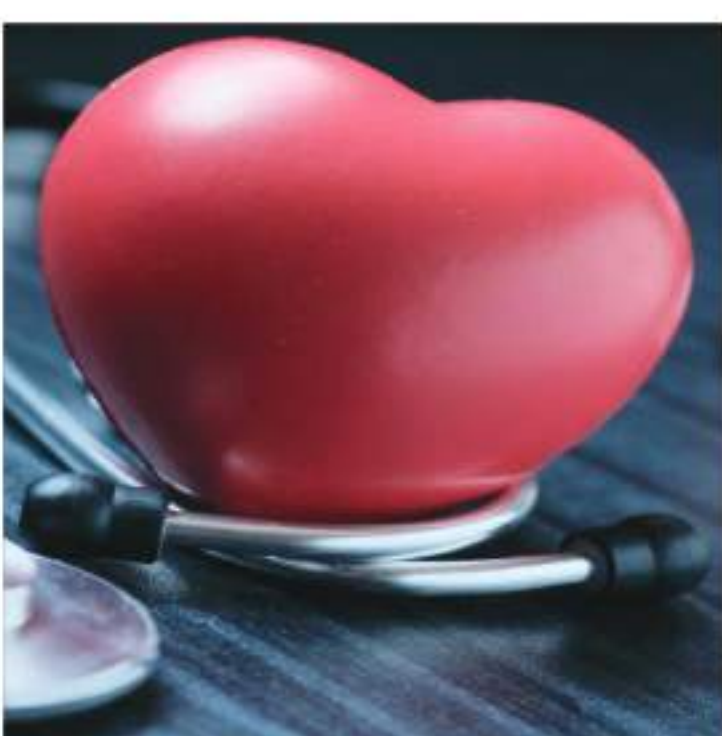
وحسب موني فوجيل، فإن "نسيان ارتداء العتطف في يوم شتاء بارد من شهر كانون الأول / ديسمبر مريب بقدر القيادة في الاتجاه العاكس في طريق ذي الشبابة واحد، أو شرب حليب منتهى الصلاحية دون إدراك ذلك، وإذا حدث ذلك معك، فقد تتحاشى اتخاذ أي قرار". وقد يلاحظ الشرك أو أحد أفراد العائلة أن من يحبونهم أصبحوا يتجنبون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

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

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

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

الأخير، ومن أهم هذه الأعراض،
- الإسهام
- الدوخة
- تسارع في دقات القلب
- غثيان
- ألم في الصدر
«رسانتا اليوم» وفق رفعت ليس فقط زيادة التوعية حول مشكلة كهريا القلب، وإنما الحرس على أهمية توفير جهاز مزيل الرجضان القلبي AED في الأماكن العامة والجامعات والنوادي الرياضية لانتشاد أرواح الشباب الذين يواجهون توقف القلب المفاجئ. ومن المهم الإشارة إلى أنه يمكن لأي شخص استخدام هذا الجهاز في حال جرى تدريبه عليه.
كيف يمكن علاج كهريا القلب؟
كما يشدد الدكتور رفعت على أهمية الكشف المبكر والتأكد من التاريخ العائلي للشخص وإجراء الفحص المبكر وعلى فحص القلب وتحفظه كهربائياً، وعلى أساسها تشخيص حالة المريض وبالتالي تحديد نوع العلاج.
أما بالنسبة إلى العلاجات فيمكن تقسيمها وفق الآتي:



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

أن تكتب عن فتى صغير خذله قلبه باكراً، ليس بالأمر السهل، وأن يتحدث قلبك فجأة، فهذا صدمة، ولكن كيف إذا كان فتى في عمر صغير هو الذي توقف قلبه؟ محمد وهبي، ابن الـ11 سنة توقف قلبه أثناء ذهابه إلى المدرسة. لم يتسن له الوصول إلى المدرسة، عاجله الموت وتركت عائلته منجوعة على غيبابه المفاجئ.

نظراً لتفحص العديدة التي تشبه قصة محمد يبدو أننا بحاجة إلى المزيد من التوعية على حالة توقف القلب والكثيرون إلى كهريا القلب، قد لا يعرف الكثيرون ما تعنيه هذه الحالة الطبية، لكننا نلتنا بحاجة إلى رفع الصوت أكثر والحديث عن هذا الموضوع علناً لتلذذ باقي الشباب من هذا الموت المفاجئ.

إن لم يدلة النبي عثمان البقاعية محمد وهبي رجل باكراً، خير رحيله كان سعيًا على كل من عرفه. صحیح انه يدرس في بيروت، إلا أن وفاته هزت الجميع، يتحدث أحد اقرباء العائلة الاختصاصي في الأمراض القلبية الدكتور علي وهبي لـ"النهار" قائلاً، "إنه لم يزل علي منذ سنوات، لكن موته صدمة يسبب لصديقي الأخرى".

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

ما هي كهريا القلب؟
يشهد الاختصاصي في أمراض القلب والأوعية الدموية وكهريا القلب في المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت ورئيس شعبة كهريا القلب في جمعية القلب اللبنانية الدكتور مروان رفعت، حالات كثيرة من حالات الخلل في كهريا القلب من دون علم الأشخاص الذين يتعرضون لها، وأنتقلوا من الموت المفاجئ، ويتحدث عن الأسباب المسؤولة وعن كيفية علاجها ولغادي هذه المسألة، يستهل الدكتور رفعت حديثه بترج أسباب توقف القلب المفاجئ عند الشباب ومنها،

« استئصال عضلة القلب الضخامي Hypertrophic Cardiomyopathy وهو مرض وراثي، خلل تنسج البطين الأيمن المحدث لاضطراب النظم
- متلازمة فترة QT الطويلة
- متلازمة بروغادا
- متلازمة وولف باركنسون وايت
- تسرع البطين عديد الأشكال CPVT.
- عيوب خلقية للشرايين التاجية
- العامل الوراثي
- العيوب الخلقية للقلب
تصيب هذه المشكلة فئة الشباب الذين تراوح أعمارهم بين 12 - 35 عاماً ويكون سبب الوفاة ناجماً عن خلل في كهريا القلب وعدم التقاط دقاته، أعراض تحذيرية

على مستويات مرتفعة من الكافيين".
وفي العام 2004 زرع الكافيين من قائمة الوكالة العالمية تكافحة المنشطات كمادة محظورة تناولها خلال المنافسات، وأشار جريجيك لثناؤها إلى أن "مثل ذلك الحين، زاد تناول الكافيين بين الرياضيين، ولا توجد مؤشرات على انحسار ذلك"، وأجرى جريجيك وزملاؤه بحثت مراجعة لبحوث سابقة أن تناول الكافيين قبل ممارسة التمارين الرياضية قد يحسن أداء مجموعة واسعة من التدريبات، وكتب الباحثون في دورية (الطب الرياضي) البريطانية أن الكافيين يمكنه على وجه الخصوص تعزيز السرعة والحفاظة والقوة

هل الكافيين يُحسن الأداء الرياضي؟

مراجعة شاملة لتتائج مراجعات سابقة حولت عدة دراسات تتعلق بالكافيين والآداء الرياضي، واكتشفوا أن الكافيين عزز قدرة العضلات على التحمل ووقتها وأداء القفز وسرعة أداء التمارين، مضيفاً، "قد يكون لتناول كوبين من القهوة قبل نحو 60 دقيقة من بدء التمرين تأثير قوي لدى معظم الأفراد".

والتحمل.
وقال قائد فريق البحث من جامعة فيكتوريا في ملبورن بأستراليا جوزو جريجيك إن "الكتلات التي تحتوي على الكافيين شائعة جداً بين الرياضيين، وكشفت دراسة تعود إلى عام 2011 أن نحو 75 بالمئة من ميثاق بول الرياضيين الذين شاركوا في الألعاب الأولمبية تحتوي

على مستويات مرتفعة من الكافيين".
وفي العام 2004 زرع الكافيين من قائمة الوكالة العالمية تكافحة المنشطات كمادة محظورة تناولها خلال المنافسات، وأشار جريجيك لثناؤها إلى أن "مثل ذلك الحين، زاد تناول الكافيين بين الرياضيين، ولا توجد مؤشرات على انحسار ذلك"، وأجرى جريجيك وزملاؤه بحثت مراجعة لبحوث سابقة أن تناول الكافيين قبل ممارسة التمارين الرياضية قد يحسن أداء مجموعة واسعة من التدريبات، وكتب الباحثون في دورية (الطب الرياضي) البريطانية أن الكافيين يمكنه على وجه الخصوص تعزيز السرعة والحفاظة والقوة

حريق في المصلى المرواني داخل باحات المسجد الأقصى



يدور عن حريق اندلع في شرفة الحراس الخارجية لتسحق المصلى المرواني، وقد تعامل فريق الإطفاء التابع للأوقاف الإسلامية مع الأمر بتجاذق، ويبلغ المصلى المرواني تحت سحات المسجد الأقصى الجنوبية الشرقية، ويتحد حائطها الجنوبي والشرقي مع حائطي المسجد الأقصى، وهما كذلك حائط سور البلدة القديمة في مدينة القدس المحتلة.

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

«تويتز» يوقف 100 ألف حساب على منصته

فكرالات
قالت شركة «تويتز» الثلاثاء، إنها أوقفت 100 ألف حساب من أجل إنشاء حسابات جديدة، بعدما كانت قد علقت خلال الفترة من كانون الثاني/يناير إلى آذار/مارس، بزيادة 15 في المئة عن العام الماضي. وأوردت في بيان، «في السابق، لاحظنا

«أخطر الطيور في العالم» يقتل مالكة في منزل بفلوريدا

فكرالات
قتل رجل يبلغ من العمر 75 عاما بسبب طائر كبير، لا يستطيع الطيران احتفظ به في منزله في فلوريدا، وفق ما أكدته وسائل اعلام مختلفة. وعثرت الشرطة على الرجل مصابا بجروح بالغة في طائر كاسوري، الذي يعد أخطر طائر في العالم، بسبب مخالبه التي تشبه خنجر أربع بوصات، وعثرت الشرطة على

هكذا تضامن آلاف الباكستانيين مع ضحايا مجزرة نيوزيلندا

فكرالات
تجمع آلاف الباكستانيين الذين ارتدوا الأبيض في جاينغ، وسط باكستان، لتشكيل صورة عملاقة لمسجد انور في كرايست تشيرتس في نيوزيلندا، حيث قتل إرهابي يميني عشرات الأشخاص في آذار/مارس. ولتظهر مشهد سموت بطائرة مسيرة رجالا يلبسون الرداء التقليدي ويقفون في حقل أخضر فيما كتبت مجموعة أخرى بأجسادها عبارة «الإسلام سلام». ووضعت عمان ضخمان لباكستان ونيوزيلندا على العشب على مسافة أمتار قليلة من المشاركين. وعلى لافتة طويلة كتب «تضامن من باكستان مع شهداء كرايست تشيرتس». وقال شبيب زاده سلطان أحمد علي رئيس معهد الإسلامي - باكستان في الحكومة وراء المبادرة، «يحمل المشاركون في التجمع

مسلمون ينظمون فعالية ضد الأحكام المسبقة تجاههم بالنمسا

فكرالات
عرفت العديد من المدن النمساوية، السبت، لتتبرع هداية «فضل أنا مسلم». بهدف تقديم معلومات حقيقية عن المسلمين، والوقوف ضد الأحكام المسبقة تجاههم. ونظمت الفعالية من قبل الاتحاد الإسلامي في النمسا، وجرى في 11 منصة تم نصبها في العاصمة فيينا، وعدد من المدن القريبة منها. وأق قايا، للأناضول، أنهم يهدفون من خلال الفعالية بنسخها الناجمة هذا العام، إلى وقف معاداة المسلمين المتصاعدة في أوروبا، وتخفيف الضغوط عنهم، وتغيير وجهات النظر البينية على الحكم المسبق تجاههم.

طبيب استخدم سائله المنوي لإنجاب 49 طفلا دون علم الأمهات

فكرالات
أثبتت نتائج اختبار أجرتها الحكومة الهولندية، أن طبيبا متخصصا بعمليات الخصيب، استخدم سائله المنوي في تلقيح أمهات 49 طفلا، دون علمهن، وكشفت نتائج التحليل أن الطبيب الهولندي يان كريات، والذي تزوج قبل عامين، حسب أمهات هؤلاء الأطفال في عيادته الخاصة بالقرب من مدينة روتردام. وبحسب ما أوردته صحيفة «الديليندنت» البريطانية، فإن أي من النساء لم تكن على علم بأن الطبيب كان يستخدم سائله المنوي الخاص به خلال عمليات التلقيح. وجاء الإعلان عن النتائج، بعد معركة قانونية استمرت عامين، وحصلت السلطات على عينات

مستشفى أمريكي يقاضي أميرا سعودي تخلف عن الدفع

فكرالات
وتابع المستشفى بأن الأمير عبد الإله بن عبد العزيز بن عبد الرحمن الفيصل آل سعود، دفع فقط 750 ألف دولار من تكاليف العلاج التي تستمر مدى الحياة، رغم موافقته على التكاليف بالرعاية الصحية كاملة. ولم تذكر المستشفى التفاصيل حول الطفلة المريضة، التي لقرده في مستشفى بوسطن للأطفال، وهو مؤسسة غير ربحية.

فنان تركي ينقش على بيض الدجاج باحترافية

فكرالات
فضل الفنان التركي ناجي آر أوغلو، التفتن هذه بيض الدجاج العشق، بعد تعريفه، ليحييه إلى عمل فني أخاذ. في الوقت الذي يتطلب فن النقش أجساما سليمة في العادة، ويقيم آر أوغلو (60 عاما) في ولاية أشنه جنوبي تركيا، حيث برزت موهبته في الرسم، في مرحلة الدراسة الثانوية. ودهشته ظروفه آنذاك، إلى قطع دراسته

التلوث الضوئي.. الجانب المظلم للإنارة

مع استخدام الإضاءة عند الحاجة فقط، ويتبين أن تكون الإضاءة «أكثر دقة» من خلال اعتماد المزيد من الألوان البرتقالية بدلاً من استخدام صلب الضوء الأبيض. وأوضح الموقع أنه بالنظر إلى حجم وخطورة العواقب، فإن بعض أبحاث التلوث الضوئي النادرة في أفريقيا، تكشف أن هذه القارة هي إحدى أقل القارات تلوثا بالضوء. لكن هذا الوضع يشهد تغيرا سريعا مع توسع البنية التحتية للإضاءة، التي ترتبط ارتباطا وثيقا بالتنمية الاقتصادية. وينطبق هذا الأمر بشكل خاص على المناطق الريفية التي انتشرت فيها شبكات الكهرباء ومصابيح «إيد» في الضواحي. ذكر الموقع أن التلوث الضوئي هو محرك التغيير العالمي الضوئي، وقد أصبح جميع الناس على دراية بما يعنيه هذا الأمر. وعلى الرغم من أن العديد من الأبحاث حول العالم، التي لن تحدث خمس استراتيجيات رئيسية لتقليل الإضاءة حول العالم، التي لن تحد بالضرورة من فوائدها، ومن بين هذه الاستراتيجيات تجنب استعمال الضوء في المناطق التي لطلما كانت مظلمة سابقا، والحرس على أن تكون شدة الإضاءة في أعلى درجة يمكن استخدامها. إلى جانب ذلك، يجب أن تسلط الإضاءة مباشرة على المنطقة التي تحتاج لإنارتها فقط وتجنبها حيثما أمكن ذلك.

التوجه الطيفي للضوء المأوى، فإنه من المهم أن نتذكر أن نصف الكرة الأرضية كان دائما، وفي أي لحظة من الزمن، في نظام دافس، وهذا يعني أن الكائنات الحية والبشر قد تكيفوا سابقا مع دورات الليل والنهار على مدار فترات التطور الزمنية. وأشار الموقع إلى أن العديد من الكائنات الحية استخدمت الدورات الشمسية والدورات القمرية لتوقيت سلوكها ونشاطها وأنماط نومها وكذلك أوقات التزاوج والتغذية. لكن اليوم، توسع نطاق التلوث الضوئي وازدادت كثافته، وهناك أدلة كثيرة تليد بأن زيادة الإضاءة قد تخلط مجموعة من الآثار السلبية. وأكد الموقع أن الإضاءة تؤثر سلبا على البيئة، لأنها تؤدي إلى تعطيل دورات الضوء الطبيعي التي اعتادت عليها الكائنات الحية، وتؤثر هذه التغيرات على عملية تقسيم الوقت بين نشاط الحيوانات وحياتها عن الغذاء، وكذلك تؤثر على الصحة الفردية. وأورد الموقع أن هناك أدلة متزايدة على أن الإضاءة لها آثار سلبية على صحة الإنسان، فإليلا توتون على سبيل المثال، هو الهرمون الذي ينظم أنماط النوم عند الإنسان ويقع إفرازه تحت تأثير الضوء، ولكن التغييرات في الأنظمة الضوئية

دعوات لمنع مشاركة راقصات إسرائيليات في حفل بمراكش

إسرائيليين الذين بشبهة تزوير وثائق إدارية وجوازات سفر. وأوقفت السلطات المغربية، في آذار/مارس الماضي، عشرة أشخاص يشتبه في تورطهم بتزوير وثائق رسمية لصالح إسرائيليين يهدفون للحصول على جنسية المغرب. وقال بيان صادر عن المديرية العامة للأمن المغربي إن «عناصر فرقة للشرطة القضائية تمكنت من توقيف 10 أشخاص مشتبه بارتباطهم بشبكة إجرامية تنشط في مجال تزوير وثائق رسمية،

تعبيره. ويأتي الحفل في إطار مهرجان «بيبي» الراقص المقرر عقده بمدينة مراكش في العاشر من حزيران/يونيو المقبل. وحمل المرصد الدولية بكل مؤسساتها المسؤولية الكاملة إزاء هذا النشاط بحق سيادة الوطنية ومشاعر الشعب المغربي. ولفت إلى أن هذه الخطوة تأتي بعد «توقيف شبكة لتجنيس الإسرائيليين بإبلاذ». وأشار إلى أن السلطات المغربية، أعلنت في وقت سابق من الشهر الجاري، توقيف

كيف تعرف ما إذا كنت ترعى أطفالك بشكل مفرط؟

يتركه له المجال للقيام بما يتوجب عليه فقله دون توجيه الأوامر له في كل مرة، حتى يتعلم كيفية التصرف عندما لا يكون والداه معه في المنزل. وذكر الموقع، سادسا، أن تقديم المساعدة لطفلك دون أن يطلب منك ذلك يجعلك تتدخل أكثر من اللازم في حياته، مثل حمل محفظته عنه واسطحابه إلى الحضرة والبقاء معه حتى يرن الجرس، ولكن مثل هذه الممارسات تجعل الآباء مستقبلا يتدخلون في أدق تفاصيل حياة أبنائهم مثل اتخاذ القرارات عوضا عنهم، وقد يصل الأمر إلى درجة الحد من مجهودات الطفل بشأن نشاط ما فقط لأنه لم يستشر والديه أو يبل موافقتها على القيام به. ونود الموقع، سابعا، بأن حرس الآباء على جعل أبنائهم يتجنبون ارتكاب الأخطاء يؤثر سلبا على سلوكهم،



فمرط في الاعتناء به. في المقابل، لا بد من منح الطفل بعض المسؤوليات التي تتوافق مع سنه، مثل وضع الصحن في الغسلة بعد الانتهاء من الأكل، واعداد الطاولة، وإخراج كيس القمامة، والمساعدة في الطبخ، وبتمهاتهم مسؤوليات أكبر في كل مرة، سيتعود الطفل على التعويل على نفسه ويصبح شخصا مستقلا ويعلم كيفية اتخاذ القرارات الصحيحة، ولكن يجب أن تضمن لطفلك أن تحمل بعض المسؤوليات «ليس طاعة لا قولته» وإنما تتعلم مشاركة المسؤوليات والحظات التمتع مع العائلة. وأشار الموقع، خامسا، إلى أن توجيه نفس المهام مترازا وتكرارا للطفل يجعل منك والدا أو أمنا متفلسفا. ويجب أن يأخذ الوالدان بعين الاعتبار أنهما يربيان كائنات بشرية وليس روبوتات تنفذ كل ما تؤمر به بحدائقه. في المقابل، حتى يصبح الطفل مسؤولا ينبغي على الوالدان أن

في الواقع، إن شراء لعبة للطفل حتى يتصرف بشكل لائق في متجر البقالة أو شراء حقيبة ظهر له دون مناسبة قد يجعله متعلبا وسعب الإرضاء. والتقليل من استهلاك الحلوى وعصير الفواكه والألعاب التي تشتتبه لطفلك دون داع من شأنه أن يجعله يقدّر حصوله عليها في مناسبات معينة، مثل عيد الميلاد وعيد الهالوين. وأشار الموقع، ثالثا، إلى أن عدم انتقاد الكثير من الطفل من شأنه أن يجعله مدلا. فبعض الأولياء يترددون في تحميل أطفالهم الكثير من المسؤوليات في كل مرة الأنشطة بعد المدرسة والواجبات المنزلية، فتجدهم يأخذون فعل كل شيء على عاتقهم، ولكن توقع الكثير من أطفالك مقابل إعطائهم الكثير من المكافآت لا يمكن أن يعتمد سوى في المدرسة. وأفاد الموقع، رابعا، بأن تحميل الطفل الكثير من المسؤوليات علامة تدل على أنك

جامعة جدارا تحقق تصنيفاً متقدماً بـمقياس التعليم والتعلم

إيريد

حصلت جامعة جدارا على المركز الخامس محلياً والثاني بين الجامعات الخاصة في مقياس التعليم والتعلم، في نتائج التصنيف العربي للجامعات لعام ٢٠٢٣، وفقاً لرئيس الجامعة الدكتور حابس الزبون. وأكد الدكتور الزبون، إن نتائج هذا التصنيف القائم على المهنية والموضوعية، جاءت نتاجاً للعمل الدؤوب والمتواصل لإحاطة الجامعة وهيئة مديريها، والتي لا تدرج جهداً لتطوير العملية التعليمية في شتى التخصصات في برامج البكالوريوس والدبلوم العالي والمجستير. يشار إلى أن التصنيف العربي للجامعات، يعتمد على مؤشرات رئيسية، تشمل على التعليم والتعلم، البحث العلمي، الإبداع والريادة والابتكار، التعاون الدولي والمحلي وخدمة المجتمع، ويتم قياس كل مؤشر باستخدام تسعة معايير يوزان تم اختيارها بعناية فائقة.

يوم علمي لكلية الهندسة في جامعة آل البيت

المفرق

نظمت كلية الهندسة في جامعة آل البيت يوماً علمياً الرابع بحضور نواب رئيس الجامعة. وأكد نائب رئيس الجامعة للشؤون الأكاديمية والهندسية الدكتور احمد العلاونة، أن الجامعة تبنت منذ تأسيسها سياسة الانفتاح على الصناعة لإكساب خريجيها المهارات اللازمة لدخول سوق العمل وبناء جيل من الخريجين ينهض بالمجتمع. بدوره، أكد عميد كلية الهندسة الدكتور مؤيد شواقفة، أن كلية الهندسة دأبت على عقد الأيام العلمية والفعاليات المتنوعة لإبراز إنجازاتها المتمثلة في مواكبة التطورات العلمية والعملية وخدمة المجتمع بما يحقق رؤية رسالة الجامعة، مضيفاً أن هذا اليوم العلمي يعكس تنوع الأفكار والتحديات التي نواجهها كمجتمع علمي. وأشار رئيس مجلس هيئة المكاتب والشركات الهندسية المهندس عبد الله غوشة إلى أهمية اعتماد توجهات حديثة لمواكبة التطور التكنولوجي السريع بما يتلائم مع سوق العمل ما يتطلب أن تكون شركاء فاعلين في مسيرة التنمية المستدامة عن طريق تحسين مخرجات التعليم وتأمين بيئة جامعية مشجعة على الإبداع والتميز. وتحدث الدكتور ربحي دعاسمة من جامعة البلقاء التطبيقية عن تطبيقات الطاقة الشمسية الحرارية في تحلية المياه، فيما تناولت الهندسة فاطمة خميسة من شركة Info graf دور العلوم الجغرافية في تطوير ذكاء الأعمال، واستعرض مدير عام مصنع أركان للحديد والصلب المهندس عماد عيسى الخدمات التي تقدمها مجموعة المعاصر. كما وعرض المهندس محمود أبو خميس والهندسة آية حمد الله الخدمات التي يقدمها مكتب الحرية للدراسات الساحية والقارية، وتناول الدكتور صقر الصقور من قسم هندسة العمارة البعد الفكري للعمارة الإسلامية وقدرته على مراعاة مقدرات الإنسان واحتياجاته. وأقيم على هامش اليوم العلمي الذي قدمته الهندسة مرال الشريدة، معرض هندسي ضم مشاريع التخرج لطلبة كلية الهندسة.

أمين عام "الشباب" يتفقد مركز شبابية في الكرك



الكرك

تفقد أمين عام وزارة الشباب الدكتور حسين الجبور، عدداً من المراكز الشبابية والمرافق الرياضية بمديرية شباب محافظة الكرك. وبحث الجبور مع محافظ الكرك فراس ابو الفهم، سبل النهوض بالواقع الشبابي في المحافظة، وأبرز التحديات التي تواجه الشباب والعمل على إيجاد حلول لها. وفي مركز شباب وشابات الكرك، اطلع الجبور، بحضور مساعد الأمين العام للشؤون الفنية والاستراتيجية الدكتور ياسين الهليل، ومدير شباب محافظة الكرك الدكتور ثامر الجوالي، على سير العمل في المركز، واستمع لرئيس المركز حول الإنجازات التي حققها مركز الشباب ومركز الشابات خلال العام. واستمع الجبور خلال زيارته مركز شابات المزار إلى شرح مفصل حول أهم البرامج التدريبية والأنشطة التي ينفذها المركز وأعداد المستفيدين من البرامج، حيث جال في معسكر الحسين للشباب واطلع على واقع مرافق المعسكر للوقوف على أبرز احتياجاته اللوجستية، موعزاً بعمل الصيانة اللازمة للصالة الرياضية. وأكد خلال اجتماع مع العاملين في المراكز الشبابية بالمحافظة، ووقوف جميع الأردنيين خلف جلالة الملك عبدالله الثاني في نصره اخواننا في فلسطين، واحتياجاتها.

حيث ناقش والحضور آليات تطوير العمل الشبابي في المحافظة، مشيراً إلى خطة تفعيل المراكز الشبابية وما تضمنته من تمكين العاملين مع الشباب وتطوير البرامج الشبابية وتهيئة البنية التحتية. وأشار إلى أهمية استقطاب الشباب للمراكز الشبابية وزيادة مشاركتهم بالأنشطة والفعاليات التي من شأنها استثمار أوقات الشباب وتمكينهم وتنمية مهاراتهم. كما تفقد الجبور مراكز شابات الفوير وشباب شيحان والملاعب الخراسي في الشبورة، واطلع على واقع البنى التحتية للمرافق وأبرز متطلباتها واحتياجاتها.

بحث التعاون بين العقبة الخاصة والسفارة التركية

العقبة

بحث رئيس سلطة منطقة العقبة الاقتصادية الخاصة نايف الفايز، مع السفير التركي لدى المملكة "أردم أوزان"، خلال زيارته لسلطة العقبة، الفرص الاستثمارية الواعدة والممكنة لتعزيز التبادل الاقتصادي والتجاري والاستثماري والسياحي بين البلدين الصديقين.

أكد الفايز أهمية تعزيز التعاون بين البلدين نظراً للعلاقات التاريخية المتجددة والقيم المشتركة بين الجانبين، مبيناً أن البيئة والخطط الاستثمارية والتنمية التي تضعها السلطة على رأس أولوياتها في منطقة العقبة الخاصة تشكل أرضية للتعاون مع الجانب التركي.

واستعرض الجواهر والمزايا الاستثمارية التي تقدمها السلطة لتشجيع المستثمرين ورجال الأعمال للاستثمار في المنطقة الخاصة، والتي تتمتع ببيئة استثمارية آمنة ومستقرة ومشجعة، قادرة على جذب وتوطين الاستثمار التركي المتمثلة في المدن الصناعية، وتوفير المواد الأولية والبشرية المؤهلة، إضافة إلى موقعها الجغرافي الاستراتيجي بين قارات العالم وارتباط الأردن باتفاقيات التجارة الحرة مع العديد من دول العالم ما يؤهلها لأن يكون بوابة تصديرية مهمة والطريق الأمثل للتجارة في المنطقة.

من جانبه، أكد السفير أوزان عمق العلاقات التاريخية والقيم المشتركة التي تربط البلدين الصديقين، حيث تعد أرضية صلبة وقوية لتطويرها مستقبلاً في المجالات كافة، لا سيما الاستثمارية والسياحية بين البلدين.

وأضاف أن الزيارة تأتي لأهمية منطقة العقبة الاقتصادية، والاطلاع على الفرص المتاحة لتحقيق رؤية البلدين الشقيقين في النهوض بالعلاقات الاقتصادية إلى أعلى المستويات.

البلقاء التطبيقية بالمرتبة الثانية محلياً في تصنيف الجامعات العربية

السلط

حلت جامعة البلقاء التطبيقية في المرتبة الثانية محلياً، ٢٦ عربياً في النسخة الأولى من التصنيف العربي للجامعات العربية للعام ٢٠٢٣، الصادر عن اتحاد الجامعات العربية والذي تم إعلان نتائجه مساء الخميس.

وأشار رئيس الجامعة الدكتور احمد العجلوني إلى أن المرتبة التي حصلت عليها الجامعة، جاءت نتيجة للجهود والإسهامات التي تقوم بها الجامعة في بيئتها المحلية والعربية، وترجمة لنتائج خططها الاستراتيجية والجهود التي تبذلها لتحقيق رؤيتها ورسالتها.

وقال إن التصنيف راعى خصوصية الجامعات العربية، بتركيزه المباشر على تحسين جودة مخرجات العملية الإدارية والتعليمية وبمؤشرات واضحة ودقيقة.

وبين نائب رئيس الجامعة لشؤون الاعتماد وضمان الجودة الدكتور هيثم الشبلي، أن عدد الجامعات العربية التي شاركت في التصنيف بلغ ٢٠٨ جامعات، تأهل منها ١١٥ جامعة من ١٦ دولة عربية، منها ١٨ جامعة أردنية.

وأشار الشبلي إلى أن التصنيف يرتكز على ٤ معايير رئيسية، تتضمن جودة التعلم والتعليم، البحث العلمي، الإبداع والريادة والابتكار، والتعاون الدولي.

العقبة: 88 مشروعاً بنسبة إنجاز 75%



العقبة

بلغت موازنة ٨٨ مشروعاً كانت على أجندة مجلس محافظة العقبة للسنة المالية ٢٠٢٣ حوالي ٨,٥ مليون دينار استهدفت (٢٣) قطاعاً، انجز منها (١٥) مشروعاً، فيما بلغ عدد المشاريع المنعقدة (٢٣) ونسبة إنجاز المشاريع ٧٥ بالمئة. وأكد رئيس سلطة منطقة العقبة الاقتصادية الخاصة نايف حميدي الفايز خلال اجتماع بحضور محافظ العقبة خالد الحجاج ورئيس مجلس محافظة العقبة عماد عمرو وعدد من مدراء المؤسسات الرسمية والخاصة والمعنيين تم خلاله مناقشة أبرز المشاريع المنجزة في مدينة العقبة السياحية، أهمية العلاقة التشاركية بين السلطة ومجلس المحافظة لتطوير وتحسين الخدمات المقدمة في محافظة العقبة.

وأشار إلى أهمية التنسيق المشترك في وضع الأولويات للمشاريع المنفذة من قبل المجلس وإنجاز المشاريع التنموية وبما يسهم في تحقيق التكاملية في العمل وخدمة مصلحة المواطنين في محافظة العقبة، مثلما أشار إلى الدور الذي يقوم به المجلس في خدمة أبناء المحافظة من خلال المشاريع النوعية التي تستهدف كافة القطاعات في العقبة. بدوره أشاد محافظ العقبة

بالتعاون والتنسيق مع الجهات المعنية لضمان انعكاسها إيجابياً على المواطنين، مشيراً إلى أن الموازنة غطت أكثر من (٢٣) قطاعاً، مع التركيز على قطاعات الأشغال والسياحة والصحة والتربية واحتياجات جميع المناطق خصوصاً التنموية منها، والنهوض بالعقبة سياحياً وتجارياً ولوجستياً عالمياً. وأكد الحجاج استعداد المجلس التنفيذي ليكون داعماً لمجلس المحافظة بهدف تحقيق المصلحة العامة، لافتاً إلى أن المحافظة تشهد نهضة تنموية أدت إلى تطور في الخدمات والمشاريع التنموية والخدمية المقدمة للمواطنين بما يتوافق مع رؤية جلالة الملك عبدالله الثاني في جعل العقبة منطقة اقتصادية واستثمارية تحقق التنمية المستدامة.

جامعة جدارا: تسجيل براءة اختراع حول مركبات جديدة لعلاج فيروس كورونا



إيريد

سجل فريق بحثي يضم أكاديميين أردنيين، بينهم نائب رئيس جامعة جدارا الدكتورة إيمان أمين البشيتي براءة اختراع بعنوان "مركبات وتركيبات صيدلانية لعلاج مرض فيروس كورونا وطرق تحضيرها"، وذلك لدى المنظمة العالمية للملكية الفكرية.

ويأتي تسجيل براءة الاختراع للبشيتي ضمن فريق بحثي يضم، الدكتور لؤي سعادة من جامعة العلوم التطبيقية الخاصة، والدكتورة غيناء أبو دياب من جامعة اليرموك، والدكتور قصي بلس من جامعة العلوم والتكنولوجيا.

وأكدت البشيتي أهمية تسجيل هذه البراءة المتخصصة الذي طال جميع دول العالم، مشيرة إلى أن تسجيل براءة الاختراع للباحثين في الجامعات الأردنية له أهمية كبيرة كمعيار معتمد في تصنيفات الجامعات على المستوى المحلي والدولي.

وأشارت إلى أن تسجيل براءات الاختراع يمنح مؤشرات علمية في حقول الابتكار والريادة والتشاركية بين الجامعات محلياً.

يشار إلى أن البشيتي، هي أستاذة دكتور في الصيدلة السريرية ومصنفة من ضمن أفضل ٢٪ من العلماء المؤثرين على مستوى العالم للعام الرابع، على التوالي، وهي أستاذة فخري في جامعة سدني والمنسفة رقم ١٩ عالمياً.

مجلس محافظة الكرك يناقش مشاريع المحافظة

الكرك

عقد مجلس محافظة الكرك اجتماعاً ناقش خلاله مشاريع المحافظة وكيفية صرف المبالغ المالية المستحقة للقطاعات التي أنجزت في المحافظة. وقال رئيس المجلس الدكتور عبدالله العبادلة، أنه تم مناقشة مشروع الصرف الصحي لمحافظة الكرك مع أمين عام وزارة المياه وأسباب تعثر المشروع منذ سنوات والذي وعد باتمام المشروع وبنفس المخصصات المرصودة من المنحة السابقة، إضافة إلى إيصال المياه لمنطقة السمار في الأغوار الجنوبية.

وأضاف، أنه تم زيارة المركز الجغرافي الأردني لعمل خريطة سياحية للمحافظة وخريطة تبين الحدود بين مناطق محافظة الكرك، داعياً الأعضاء بتزويد المجلس بأولويات المشاريع الاستثمارية المقترحة في المحافظة لمخاطبة وزارة التخطيط بهذه المشاريع.

بدوره تحدث مدير أشغال الكرك المهندس خالد العمرو عن دور المديرية في إنجاز عدد كبير من العطاءات خلال الأربع شهور الأخيرة بعد تسلمه منصبه الحالي في محافظة الكرك.

وناقش عدد من أعضاء المجلس المحافظه مع مدير الأشغال العطاءات في مناطقهم ونسب الإنجاز وتاريخ التسليم، مؤكداً أن أهمية المراقبة على أعمال المقاولين من قبل مديرية أشغال الكرك.

وأعربت نائبة رئيس الجامعة الدكتورة إيمان البشيتي، عن الفخر بفوز الطالبة الرشدان على مستوى الجامعات الأردنية كافة، وأشادت بإحاطة الجامعة على دعمهم الطلبة والطالبات في مجال الأنشطة الرياضية، وضمنت جهود الاتحاد الرياضي للجامعات الأردنية، ممثلاً برئيسه الدكتور نذير عبيدات.

وحضر حفل التتويج، عميد شؤون الطلبة الدكتور محمد الجاديا، ومدير الأنشطة منصور عثمانة والمرشدة الرياضية براءة بني حمد وآياس حداد من عمادة شؤون الطلبة.

إخمد حريق بمستودع عبوات بلاستيكية في إربد

إربد

تمكنت فرق الإطفاء بمديرية دفاع مدني غرب إربد، من السيطرة على حريق شب بمستودع لعبوات الظلين والبلاستيك، بجانب السوق المركزي للخضار والفواكه. وقال مصدر أمني إن فرق الدفاع المدني سيطرت على الحريق الذي أتى على كامل محتويات المستودع البالغ مساحته ٤٠٠ متر مربع بزمن قياسي، ومنع انتشاره لمستودعات مجاورة دون وقوع إصابات بشرية في حين اقتصرت الأضرار على الخسائر المادية.

مقررة أممية تحذر من أن إسرائيل تعمل على طرد السكان المدنيين من غزة

التهديدات التي تواجهها غزة أكثر من ٢٠ دولة تتخمس تحذيرها
تتضمن تهديدات لجمالية الملاحاة والبحر الأحمر

واشنطن

أعلن البنتاغون، أن أكثر من ٢٠ دولة انضمت إلى التحالف الذي تقوده الولايات المتحدة لحماية الملاحة في البحر الأحمر من هجمات الحوثيين في اليمن، بحسب واشنطن بوست. وكان وزير الدفاع الأميركي لويد أوستن، أعلن الاثنين عن تشكيل تحالف دولي للتصدي للهجمات التي يشنها الحوثيون على سفن "مرتبطة" بإسرائيل في البحر الأحمر.

وقال المتحدث باسم البنتاغون الجنرال بات رايدر للصحافيين، "لدينا أكثر من ٢٠ دولة موقعة للمشاركة" في التحالف.

وأشار رايدر إلى أن قوات التحالف "ستقوم بدوريات في البحر الأحمر وخليج عدن للاستجابة وتأمين المساعدة عند الضرورة للسفن التجارية التي تعبر هذا الممر المائي الدولي الحيوي"، داعياً الحوثيين لوقف هجماتهم.

وأشار رايدر إلى أن قوات التحالف "ستقوم بدوريات في البحر الأحمر وخليج عدن للاستجابة وتأمين المساعدة عند الضرورة للسفن التجارية التي تعبر هذا الممر المائي الدولي الحيوي"، داعياً الحوثيين لوقف هجماتهم.

تتضمن تهديدات لجمالية الملاحاة والبحر الأحمر
تتضمن تهديدات لجمالية الملاحاة والبحر الأحمر

الدوحة

أعلنت مؤسسة "التعليم فوق الجميع" القطرية، من خلال برنامجها "الفاخرة" عن تنفيذ مشاريع رائدة تهدف إلى دعم أكثر من ٢٣٣ ألف طفل وشاب متضرر من الحرب في غزة، بقيمة إجمالية تبلغ ٢٣ مليون ريال (٩ ملايين دولار).

وأوضحت المؤسسة في بيان عبر موقعها الجمعة، أن هذا الدعم، يأتي بمبادرة من الشبيخة موزا بنت ناصر المسند رئيس مجلس إدارة مؤسسة التعليم فوق الجميع، ويهدف إلى إيجاد حلول فورية وعملية لتقديم الدعم الإنساني للأشخاص الفلسطينيين ومعالجة الأزمة الإنسانية الأليمة في قطاع غزة. وقال الرئيس التنفيذي لمؤسسة "التعليم فوق الجميع"، فهد السليطي، إن المؤسسة ثابتة في تقاضها بتقديم الدعم الثابت للمتضررين من الحرب على قطاع غزة، من خلال برنامج "الفاخرة"، ومن خلال الجهود التعاونية وتدخلاتها المبتكرة، تعمل المؤسسة جاهدة على إعادة بناء الحياة وغرس الأمل في قلوب الأشخاص الأكثر احتياجاً.

وقال الرئيس التنفيذي لبرنامج "الفاخرة" طلال الهذال، إن هذه المبادرة تأتي بشراكة استراتيجية مع عدد من الجهات منها صندوق قطر للتنمية والهلال الأحمر القطري، وقطر الخيرية والإدارة العامة للأوقاف ومنظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسيف) وصندوق الأمم المتحدة للسكان ومؤسسة إنقاذ الطفل وجامعة العلوم والتكنولوجيا بالدوحة. ولفت إلى أن قطر لم تتردد في تقديم العون في برنامج "الفاخرة" الذي وجد قبل نحو ١٥ عاماً، والوقوف مع الشعب الفلسطيني، ودعم مسيرة التعليم لأكثر من ألف طالب وطالبة في قطاع غزة إلى جانب إعادة إعمار المدارس والجامعات، حيث إن الحق في الحصول على التعليم عالي الجودة هو الطريق الأمثل لتعزيز السلم والأمن الدوليين.

وأضاف أن المبادرة تشمل ٥ مشروعات أساسية، وهي تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للأطفال واليافعين غير المتحقين بالمدارس والمتأثرين بالأزمة ولأولئك الذين يدعمونهم، وذلك بالتعاون مع (اليونيسيف)، لخدمة ٥١ ألف مستفيد.

إصابة مبنى سكني
بإطلاق نار من طائرة مسيرة

كيف

أصيب مبنى سكني في كيبف بطائرة مسيرة مضخة روسية ليل الخميس، بحسب ما أعلنت الرئاسة الأوكرانية، من دون أن تتضح في الحال حصيلة الهجوم.

وقال مدير الرئاسة أندري بيرماك عبر تطبيق تلغرام إن "مبنى سكنياً في كيبف أصيب بطائرة شاهد" وهو طراز من المسيرات الإيرانية الصنع التي تستخدمها روسيا بانتظام في ضرب أهداف في أوكرانيا.

وهذه أول مسيرة مضخة تصيب هدفاً مدنياً في العاصمة الأوكرانية منذ أشهر.

وعلى الرغم من أن كيبف تتعرض باستمرار لهجمات بطائرات مسيرة وضربات صاروخية، إلا أن غالبية هذه المسيرات والصواريخ يتم إسقاطها عبر الدفاعات الجوية الأوكرانية.

وليل الخميس دوت في كيبف صفارات الإنذار تحذير سكانها من هجوم جوي وشيك. وما هي إلا دقائق حتى دوت في العاصمة الأوكرانية أصوات انفجارات.

وفي بادئ الأمر أعلنت بلدية كيبف أن الدفاعات الجوية تتعامل مع أهداف في سماء العاصمة، داعية السكان إلى البقاء في الملاجئ. وقال رئيس البلدية فيتالي كليتشكو على تلغرام إن المبنى السكني الذي أصابته الطائرة المسيرة الإيرانية الصنع يقع في منطقة سولوميانسكي في جنوب غرب العاصمة. وأضاف أن الهجوم أدى إلى "اندلاع النيران في الطوابق العليا" من المبنى.

وأوضح رئيس البلدية أن رجلاً من سكان الحي نُقل إلى المستشفى، دون مزيد من التفاصيل.

ونشرت الإدارة العسكرية للمدينة صوراً على تلغرام لتشقق تحطمت نوافذها، مؤكدة أن هذه الشقوق لم تصب مباشرة بمسيرة بل بشظايا مسيرة تم إسقاطها أثناء تحليقها.

وبعيد دقائق، قال كليتشكو أن حطام طائرة مسيرة أخرى أسقطتها الدفاعات الجوية سقط على منزل في منطقة دارنيتسكي شرق المدينة.

وأفادت القوات الجوية الأوكرانية أن أسراباً عدة من الطائرات المسيرة المضخة تحلق في جميع أنحاء أوكرانيا متجهة إلى مناطق مختلفة في وسط وغرب وجنوب البلاد.



نيويورك

حذرت مقررة من الأمم المتحدة الجمعة، من أن إسرائيل تسعى إلى تغيير تركيبة سكان غزة بشكل دائم من خلال أوامر الإخلاء المتزايدة باستمرار والهجمات واسعة النطاق والمنهجية على المدنيين والبنية التحتية في المناطق الجنوبية من القطاع المحاصر. وقالت المقررة الخاصة المعنية بحقوق الإنسان للنازحين، باولا غافيريا بيناتكور، في بيان وصل وكالة الأنباء

الأردنية (بتر)، نسخة منه "إن إسرائيل تراجمت عن وعدها بالسلامة لأولئك الذين امتثلوا لأوامرها بإخلاء شمال غزة قبل شهرين"، مضيفة "لقد تم تهجيرهم قسراً مرة أخرى، إلى جانب سكان جنوب غزة". وأضافت أنه مع استمرار اتساع نطاق أضرار الإخلاء والعمليات العسكرية وتعرض المدنيين لهجمات لا هوادة فيها بشكل يومي، فإن الاستنتاج المنطقي الوحيد، هو أن العملية العسكرية

تحذير أممي من خطر مجاعة وشيك في قطاع غزة



عمان

واصلت وكالات الأمم المتحدة، التحذير من خطر مجاعة على وشك الحدوث نتيجة تفاقم الأزمة الإنسانية العميقة في قطاع غزة.

وقال مسؤول العمليات الإنسانية في الأمم المتحدة مارتن غريفيث على منصة "إكس" الجمعة، "نحن نحذر منذ أسابيع من أنه مع هذا الحرمان من الطعام والدمار الهائل سيزداد الجوع والمرض واليأس على شعب غزة".

وأضاف "يجب أن تنتهي الحرب، ووصفت المفوضية الأوروبية التقرير الأممي الذي حذر من خطر حدوث مجاعة بقطاع غزة خلال الأشهر الستة المقبلة، بـ "تطور خطير ينبغي أن يكون بمثابة دعوة للاستيقاظ للعالم أجمع للعمل لمنع وقوع كارثة إنسانية مهلكة" في القطاع.

وشدد بيان مشترك للممثل الأعلى للشؤون الخارجية والسياسة جوزيب بوريل ومفوض إدارة الأزمات يانيز ليناريسيتش صدر الجمعة، على "الحاجة الماسة إلى وصول المساعدات الإنسانية بشكل مستمر وسريع وآمن ودون عوائق لتجنب المزيد من تفاقم الوضع الكارثي بالفعل"، وفق ما نقلته وكالة أكي الإيطالية للأخبار.

وأضاف البيان "تكرر النداء العاجل لاحترام القانون الإنساني الدولي"، محذراً من أن "عدم القدرة على الوصول إلى المواد الغذائية الأساسية يؤدي إلى

خلق حالة مجاعة.. وأضاف المسؤولان بالجهاز التنفيذي الأوروبي أنه "يتعين أن تصل المساعدات إلى المحتاجين عبر جميع الوسائل الضرورية، بما في ذلك الممرات الإنسانية وفتحات التوقف لتلبية الاحتياجات الإنسانية".

وأشار البيان إلى أن الاتحاد الأوروبي خصص للعام المقبل مبلغ ١٢٥ مليون يورو للدعم الإنساني لضمان استمرار الدعم للأشخاص في فلسطين الذين هم في أمس الحاجة إليه.

وقالت المتحدثة باسم وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين (الأونروا)، جوليت توما، الجمعة، إن "الوضع الحالي في غزة تقشعر له الأبدان.."

وقال البيان إن "انحدار غزة إلى المجاعة كان متوقفاً لدرجة أنه كان متعمداً، وهو جريمة حرب مستمرة من قبل إسرائيل.."

وأضاف "هذا دليل دامغ على أن الهجمات الإسرائيلية قد دمرت النظام الغذائي الهش بالفعل في غزة بشكل كارثي لدرجة أن معظم الناس لم يعودوا قادرين على إعطائهم أنفسهم وأسرهم، وأن الناس يتضورون جوعاً في غزة.."

وأكد البيان أنه "ما لم يتم التوصل إلى وقف فوري لإطلاق النار وزيادة كبيرة في المساعدات الإنسانية، فإن غزة معرضة لخطر الانزلاق إلى المجاعة.."

مساعدة الاتحاد الأوروبي بقيمة ١٣٠ مليون
دولار لدعم السلطة الفلسطينية

لندن

أعلنت المفوضية الأوروبية عن تخصيص حزمة مساعدات بقيمة ١١٨ مليون يورو (١٣٠ مليون دولار) لدعم السلطة الوطنية الفلسطينية.

ونقلت هيئة الـ (بي بي سي) الجمعة، عن المفوضية الأوروبية، أن المساعدات ستساعد في دفع رواتب ومعاشات التقاعد لموظفي الخدمة المدنية في الضفة الغربية، والعلاوات الاجتماعية للعائلات الضعيفة ودفع تكاليف الإحالات الطبية إلى مستشفيات القدس الشرقية.

التوتر بين إسرائيل وبين الجيش الإسرائيلي
والإمارات العربية المتحدة

بورتسودان

يتصاعد التوتر بين الجيش السوداني بقيادة الفريق أول عبد الفتاح البرهان وبين الإمارات العربية المتحدة التي يتهمها بدعم خصمه الفريق محمد حمدان دقلو الذي يحاربه منذ ثمانية أشهر، مع طرد دبلوماسيين واتهامات موجهة لأبوظبي بأنها "دولة-مافيا"...

بدأ التصعيد بتصريحات نارية للفريق ياسر العطا مساعد القائد العام للقوات المسلحة السودانية، اتهم فيها الإمارات بأنها "دولة-مافيا" سكت "طريق الشر" بدعمها قوات الدعم السريع التي يقودها الفريق دقلو.

وفي خطاب حماسي أمام جنوده في الثامن والعشرين من تشرين الثاني/نوفمبر، اتهم الفريق العطا كذلك الإمارات بأنها ترسل منذ اندلاع الحرب أسلحة إلى قوات الدعم السريع عبر أوغندا وأفريقيا الوسطى "بمساعدة فاغنر"، مجموعة المرتزقة الروس التي كانت في وقت من الأوقات تنتشر بقوة في باقي.

وأضاف "بعدما ضعفت فاغنر، صارت طائراتهم تمر من تشاد، ومنذ أسبوع تعيد تلك الطائرات في مطار نجامين"، مشيراً بأصابع الاتهام كذلك إلى المشير خليفة حفتر الرجل القوي في شرق ليبيا.

منذ اندلاع الحرب، تحدث خبراء عن مثل هذه الفتوات. ولم ترد السلطات الإماراتية على طلب وكالة فرانس برس التعليق على هذه الاتهامات.

في آب/أغسطس، نقلت صحيفة وول ستريت جورنال الأمريكية عن مسؤولين أوغنديين قولهم إنهم عثروا على أسلحة في طائرة شحن كان يفترض أن تنقل مساعدات إنسانية إماراتية إلى لاجئين سودانيين في تشاد.

يقول جلال حرشاي الخبير في مركز أبحاث رويال يونيتيد سرفيسز إنستيتيوت فور ديفنس اند سكيوريتي ستاديز، "حتى وقت قريب، كان الفريق أول البرهان حذراً ودبلوماسياً وتجنب أي مواجهة كلامية مباشرة مع فاعلين رئيسيين مثل حفتر وروسيا وأبوظبي.."

لكن تصريحات الفريق العطا كانت نقطة تحول. يؤكد أليكس دي فال أحد أكبر الخبراء المتخصصين في الشأن السوداني، أن رئيس الإمارات الشيخ محمد بن زايد آل نهيان كان يدعم الفريق دقلو لأنه "رسل له جنوداً من قواته للمشاركة في الحرب الإماراتية-السعودية في اليمن.."

ويتابع "كما أن دقلو يستفيد من تجارة الذهب التي تقيد كذلك الإمارات". وأتاحت هذه التجارة، بحسب واشنطن، تمويل جزء من عمليات فاغنر.

أما المحلل اندرياس كريغ فيقول إن "تاريخ الإمارات والسودان هو تاريخ شبكات نسجتها أبوظبي لتحقيق أهداف استراتيجية ولكنها احتفظت بتلك الشبكات طي الكتمان وحرصت على أن تكون قادرة على نفي أي صلات بها.

لذلك، يوضح حرشاي لوكالة فرانس برس، ظلت الاتهامات القليلة التي وجهت للإمارات بالتدخل في السودان "فاترة" على الرغم من "الدعم الكبير من شرق ليبيا ومن روسيا والإمارات" لقوات الدعم السريع.

في آب/أغسطس، نفت الإمارات بحزم المعلومات التي نشرتها وول ستريت جورنال.

غير أن متظاهرين سودانيين عادوا وهاجموا الإمارات في تشرين الثاني/نوفمبر.

في أعقاب ذلك، قامت الإمارات بطرد دبلوماسيين سودانيين بحسب وزير الخارجية السوداني علي صديق الموالي للجيش. وقال في تصريحات للتلفزيون الرسمي السوداني "لم نطلب توضيحات من الإمارات على الرغم من توافر معلومات لدينا حول تورطهم في الحرب". وتابع "لكنهم بادروا بطرد دبلوماسييننا فاضطررنا للرد.."

في العاشر من كانون الأول/ديسمبر، طلبت وزارة الخارجية السودانية من ١٥ دبلوماسياً إماراتياً مغادرة البلاد خلال "٤٨ ساعة" بعدما اعتبرتهم أشخاصاً غير مرغوب فيهم.

وأوضح وزير الخارجية أن تصريحات الفريق العطا جاءت بسبب وصول الأمور مع الإمارات إلى الطريق المسدود. ويعتقد حرشاي أن سلوك الجيش السوداني هو "تصرف يائس" من قوة "تضييق الخيارات أمامها" خصوصاً على الصعيد العسكري أمام قوات الدعم السريع التي تسيطر على الخرطوم وغالبية إقليم دارفور إضافة إلى مناطق أخرى يمتد نفوذها فيها تدريجياً.

ويرى أن الجيش يسعى إلى "الحصول على إمدادات السلاح الإماراتية غير الشرعية لقوات الدعم السريع.."

أكثر من ٢٠ دولة تتخمس تحذيرها
تتضمن تهديدات لجمالية الملاحاة والبحر الأحمر

واشنطن

أعلن البنتاغون الخميس أن أكثر من ٢٠ دولة انضمت إلى التحالف الذي تقوده الولايات المتحدة لحماية الملاحة في البحر الأحمر من هجمات الحوثيين في اليمن.

وقال وزير الدفاع الأميركي لويد أوستن أعلن الاثنين عن تشكيل تحالف دولي للتصدي للهجمات التي يشنها الحوثيون على سفن "مرتبطة" بإسرائيل في البحر الأحمر.

وقال المتحدث باسم البنتاغون الجنرال بات رايدر للصحافيين، "لدينا أكثر من ٢٠ دولة موقعة للمشاركة" في التحالف.