



البحر الميت

حضر جلالة الملك عبدالله الثاني وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وولي العهد، الأربعاء، الجلسة الرئيسية للجنة الإقليمية للمحيطات، التي عقدت في مركز الملك الحسين بن طلال للمؤتمرات بمنطقة البحر الميت.

ويستضيف الأردن النسخة الإقليمية للقمة، التي تعقد للمرة الأولى في منطقة الشرق الأوسط بتنظيم من مجموعة الإيكونوميست العالمية، ضمن مبادرة إيكونوميست إمباكت وبالتعاون مع مبادرة المجمع الدولي لحماية العقبة البحرية، وبدعم من الحكومة وهيئة تنشيط السياحة.

وتجمع القمة أكثر من ٢٠٠ مشارك من أنحاء العالم، من سياسيين ومسؤولين ورؤساء شركات ومستثمرين وخبراء وأكاديميين، لتبادل الخبرات حول سبل تحقيق التوازن بين جهود حماية المحيطات وتعزيز النمو الاقتصادي المستدام.

وقال رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة، في كلمة له خلال الجلسة، إن النمو الأخضر أساسي في رؤية التحديث الاقتصادي، مشيراً إلى أن المواضيع التي تتناولها جلسات القمة تعيد التأكيد على تميز الأردن كوجهة للأعمال المستقبلية، بفضل شبابه المؤهل، وموقعه الاستراتيجي، وبيئته التحتية المتينة، والتزامه بالاستدامة.

وأضاف أن مركز محمية العقبة البحرية سيكون نقطة للتعاون العلمي للحفاظ على المحيطات والحياة البحرية في العقبة والعالم، عبر توفير حلول ابتكارية للتخفيف من أثر التغير المناخي على الشعب المرجانية والتنوع الحيوي.

تابع ص ٢

الأمم

الخميس 8 ذوالقعدة 1445 هـ الموافق 16 أيار 2024 م
السنة التاسعة / العدد (2974) / 250 فلسا / www.omamjo.com

مصدر: إحباط محاولة تهريب أسلحة إلى المملكة في آذار الماضي

عمان

صرح مصدر مسؤول أن الأجهزة الأردنية الأمنية أحبطت محاولة تهريب أسلحة إلى المملكة أرسلت من قبل ميليشيات مدعومة من إحدى الدول إلى خلية في الأردن.

وأوضح المصدر أن الكمية صودرت عند اعتقال أعضاء الخلية، وهم أردنيون، في أواخر آذار الماضي، مشيراً إلى أن التحقيقات والعمليات ما زالت جارية لتكشف المزيد المتعلق بهذه العملية.

وقال المصدر إنه في الأشهر الأخيرة أحبطت الأجهزة الأمنية محاولات عديدة لتهريب أسلحة، بما في ذلك أفلام كلايمور، ومتفجرات C٤، وسمتس، وبنادق كلاشينكوف، وصواريخ كاتوشا عيار ١٠٧ ملم.

جلالته يترأس الوفد الأردني في القمة العربية ويبحث مع رئيس وزراء إيرلندا الأوضاع الخطيرة بغزة

الملك: ضرورة التوصل إلى وقف فوري ودائم لإطلاق النار في غزة

الملك يحذر من العواقب الخطيرة للعملية العسكرية الإسرائيلية في رفح



ووصل جلالته الملك عبدالله الثاني إلى مملكة البحرين، الأربعاء، لترؤس الوفد الأردني المشارك في القمة العربية بدورتها العادية الثالثة والثلاثين.

وكان في استقبال جلالته، لدى وصوله إلى قاعدة الصخير الجوية، سمو الأمير سلمان بن حمد آل خليفة، ولي العهد رئيس مجلس الوزراء في مملكة البحرين.

كما كان في الاستقبال وزير الخارجية البحريني الدكتور عبداللطيف بن راشد الزياني، والأمين العام لجامعة الدول العربية أحمد أبو الفيط، والسفير البحريني لدى الأردن الشيخ خليفة بن عبدالله آل خليفة، رئيس بعثة الشرف المرافقة لجلالته، والسفير الأردني لدى النمامة رامي وريكات، وأركان السفارة.

ويضم الوفد الأردني المشارك في القمة نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، ومدير مكتب جلالته الملك، الدكتور جعفر حسان، ومندوب الأردن الدائم لدى جامعة الدول العربية السفير أمجد العضال.

وبحث جلالته الملك عبدالله الثاني ورئيس وزراء إيرلندا سايمون هاريس خلال اتصال هاتفي، الأربعاء، الأوضاع الخطيرة في غزة.

وأكد جلالته، خلال الاتصال، ضرورة التوصل إلى وقف فوري ودائم لإطلاق النار في غزة، محذراً من العواقب الخطيرة للعملية العسكرية الإسرائيلية في رفح.

وجدد جلالته الملك التأكيد على ضرورة حماية المدنيين في القطاع، وتكثيف جهود إيصال المساعدات الإنسانية والطبية دون أية عوائق أو تأخير.

كما أكد جلالته ضرورة إيجاد أفق سياسي لتحقيق السلام العادل والشامل على أساس حل الدولتين، الذي يضمن حصول الشعب الفلسطيني على كامل حقوقه المشروعة، مثنياً دعم إيرلندا لوقف إطلاق النار في غزة، وجهود تحقيق السلام وفقاً لحل الدولتين.

وقدم جلالته الملك خلال الاتصال التهنئة لهاريس بمناسبة توليه رئاسة الوزراء في إيرلندا.

الأمن العام يجدد تحذيره من الاحتيال عبر حوادث السير المفتعلة

عمان

جدد الناطق الإعلامي في مديرية الأمن العام، تحذيره للساكنين كافة، من الوقوع ضحية للاحتيال عبر حوادث السير المفتعلة (دهس، سدم)، والتي يمكن تجنبها من خلال اتباع الإجراءات القانونية.

وأكد الناطق الإعلامي أنه ورغم تراجع تلك الظاهرة الجرمية وضبط العديد من الأشخاص واتخاذ الإجراءات القانونية بحقهم، إلا إنه ما زالت ترد بين الحين والآخر تسجيل شكاوى بخصوصها، داعياً الساكنين وتجنباً لتعرضهم لهذا النوع من الاحتيال، اتباع الإجراءات القانونية التي نص عليها القانون في حال تعرضهم لأي حادث مروري، وعدم التردد بتقديم الشكاوى اللازمة في حال الشك بافتعال الحادث ليتم التحقيق به من قبل المحققين الجنائيين والمروريين المختصين في إدارة البحث الجنائي وإدارة السير والمراكز الأمنية، الذين يملكون الكفاءة والخبرة الكافية لتحديد إن كان الحادث مفتعلاً أم لا.

تابع ص ٢

اليابان تبرع ب ١,٨ مليون دولار لدعم اللاجئين في الأردن

عمان

تلقت المفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين، أخيراً، تبرعاً من الحكومة اليابانية بقيمة ١,٨ مليون دولار لدعم اللاجئين في الأردن.

ووفق بيان صادر عن المفوضية، الأربعاء، سيتمكن هذا التبرع المفوض من مواصلة تقديم المساعدة النقدية الأساسية للاجئين الأكثر احتياجاً وتوفير الحماية المجتمعية، مثل بناء الكفالات والأنشطة الثقافية وما إلى ذلك، مع التركيز على تمكين اللاجئين. وقال ممثل المفوضية السامية لشؤون اللاجئين في الأردن، دومينيك بارتش، "مع تزايد الضغوط الاقتصادية والاجتماعية على اللاجئين، يصبح توفير المساعدة النقدية الإنسانية أمراً حاسماً، نحن ممتنون لدعم الحكومة اليابانية للمفوضية من أجل تقديم المساعدة النقدية للاجئين الأكثر احتياجاً، ففي الوقت الراهن، يُعد الدعم المستمر من المانحين إلى الأردن، كبداية مضيئة ومستقرة لمنطقة مضطربة، أمراً ضرورياً.."

تابع ص ٢

التحقيق في قضية وفاة طفلة نتيجة الإيذاء البليغ من قبل والدها

عمان

قال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، إنه بتاريخ ٣٠ نيسان الماضي، أسفقت إلى أحد المستشفيات في محافظة إربد طفلة من مواليد ٢٠٢٢، إثر تعرضها لحروق في أطرافها السفلية نتيجة انسكاب المياه الساخنة.

وأكد الناطق الإعلامي أنه جرى على الفور التحرك للمستشفى، حيث أشارت التحقيقات الأولية في الحادثة إلى أن الحرق الذي تعرضت له الطفلة كان من قبل والدها، وأنه تحت تأثير المشروبات الكحولية قام بحمل الطفلة ووضع قدميها بالمياه الساخنة وهدد والدتها بعدم إخبار أحد بذلك.

وأضاف أنه جرى الفاء القبض على والد الطفلة الذي كان متوارياً عن الأنظار بالتنسيق مع البحث الجنائي وبوشر التحقيق معه، وأبلغ قسم حماية الأسرة والأحداث في محافظة إربد من قبل المستشفى الذي تتعالج به الطفلة بوفاها على إثر الإصابات التي تعرضت لها، هذا وستتم إحالة القضية للقضاء حال الانتهاء من التحقيقات كافة.

الخارجية تعزي بضحايا الفيضانات والانهارات في اندونيسيا



عمان

أعربت وزارة الخارجية وشؤون المغتربين، عن أصدق التعازي والمواساة لحكومة وشعب جمهورية اندونيسيا بضحايا الفيضانات والانهارات الأرضية التي ضربت إقليميا أعام وتاناها داتار، غرب جزيرة سومطرة، أخيراً، وأسفرت عن وقوع عدد من الضحايا والإصابات، وفقدان آخرين.

٥٩ مليون دينار قيمة إعفاءات غرامات الأبنية والأراضي والمعارف

عمان

عمان بتنفيذها حسب قانون العفو العام، هي الغرامات المترتبة على ضريبة الأبنية والأراضي والسققات والغرامات المترتبة على ضريبة المعارف، إضافة إلى الغرامات المترتبة على المهن والصحة. وأشار إلى أنه وقور صدور قرار اللجنة بشمول هذه الغرامات بقانون العفو العام، أعلنت أمانة عمان الثلاثاء عن إيقاف خدمات الدفع الإلكتروني لضريبة الأبنية والأراضي والسققات والمعارف للسير بإجراءات الإعفاءات التي تمت على هذه الغرامات.

وأوضحت أمانة عمان، أن من قام بدفع غرامة ضريبي الأبنية والأراضي والمعارف من تاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ ولغاية الأربعاء، والتي شملها قانون العفو العام، سيتم ترصيد المبلغ على العام ٢٠٢٥، وسيتم إرفاق كشف على كشف السققات بترصيد المبلغ المدفوع لحفظ حقوق المواطنين المالية من قاموا بدفع الغرامات من التاريخ المشار إليه.

"رد مصري" على تصريحات إسرائيل بشأن معبر رفح

القاهرة

ذكر مصدر مصري رفيع المستوى، أنه لا صحة لما صرح به وزير خارجية إسرائيل إسراييل كاتس عن مسؤولية مصر عن غلق معبر رفح، وأن غلق المعبر بسبب التصعيد غير المبرر الذي تقوم به إسرائيل بمدينة رفح الفلسطينية.

وأضاف المصدر، "مصر أبلغت إسرائيل بخظورة استمرارها في منع دخول المساعدات الإنسانية لقطاع غزة".

وأضاف أن "العالم يفرض على إسرائيل مسؤولية القضية الإنسانية، لكن مفتاح منع حدوث أزمة في غزة أصبح الآن في أيدي أصدقائنا المصريين".

واستطرد: "حسان لن تسيطر على المعبر، هذه ضرورة أمنية لن تنازل عنها.."

الموقف المصري

السلطات المصرية رفضت إعادة فتح حدودها مع غزة بعد أن سيطرت القوات الإسرائيلية على الجانب الفلسطيني من معبر رفح.

قال مسؤول مصري في وقت سابق: "طلما بقيت القوات الإسرائيلية في معبر رفح، فإن مصر لن ترسل شاحنة واحدة إلى رفح".

قبل أيام أعلنت مصر عزمها دعم دعوى جنوب إفريقيا أمام محكمة العدل الدولية، التي تتهم فيها إسرائيل بارتكاب جرائم إبادة جماعية في قطاع غزة.

الكويت ترحب بالزيارة التي يجريها الملك وولي العهد إلى الأردن

عمان

توقع البنك الأوروبي لإعادة الإعمار والتنمية، حدوث انتعاش طفيف في النمو الاقتصادي ليصل إلى ٢,٦ بالمئة العام المقبل بشرط تحسن الظروف الجيوسياسية، وفقاً لأحدث تقرير للاقتصاد الإقليمية للبنك الأوروبي. وأشار البنك إلى أنه بالرغم من النمو القوي في الاقتصاد الأردني، إلا أن من المتوقع أن تؤدي الآثار غير المباشرة الناجمة عن الحرب الطويلة على غزة إلى تباطؤ النمو من ٢,٦ بالمئة عام ٢٠٢٣ إلى ٢,٤ بالمئة عام ٢٠٢٤، ما يعكس انخفاض عدد السياح الوافدين، وتراجع تدفقات الاستثمار، وتأجيل الإنفاق الاستهلاكي في وقت يتسم بعدم اليقين.

تابع ص ٥

الكويت ترحب بالزيارة التي يجريها الملك وولي العهد إلى الأردن

عمان

اطلع وفد دولي خلال زيارته هيئة تنمية وتطوير المهارات المهنية والتقنية، على تجربة الأردن في مجال التعليم والتدريب المهني والتقني. جاء ذلك خلال زيارة وفد من ممثلي النقابات في الاتحاد الأوروبي، ومنظمة أصحاب العمل الأوروبيين، والشركاء الاجتماعيين البلجيكيين، الهيئة في إطار أنشطة برنامج النهوض بالحوار الاجتماعي في جنوب المتوسط.

وأكدت رئيسة الهيئة الدكتورة رغدة الفاغوري أن توجيهات جلالته الملك عبدالله الثاني، وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وولي العهد، تعكس اهتماماً كبيراً بتعزيز الحوار الاجتماعي في جنوب المتوسط.

الكويت ترحب بالزيارة التي يجريها الملك وولي العهد إلى الأردن

عمان

تلقت مديرية الاتصال الشبابي في وزارة الشباب جلسة حوارية حول إنجازات جلالته الملك عبد الله الثاني بن الحسين، في قطاع الشباب والرياضة خلال ربع قرن، بمناسبة اليوبيل الفضي لتولي جلالته سلطاته الدستورية، بمشاركة ٧٠ شاباً وشابة من طلبة جامعة البلقاء التطبيقية والجامعة الأردنية. ووفقاً لبيان الوزارة اليوم الأربعاء، استضافت الجلسة التي أقيمت في بيت شباب عمان، مدير عام مدينة الحسين للشباب سابقاً الدكتور عاطف رويضان، حيث عرض لمرحلة رعاية الشباب في الأردن وتطور الحركتين الشبابية والرياضية.

إطلاق مبادرة صحتي

أطلقت مديرية الدفاع المدني في محافظة عجلون، في منطقة اشتيفيا مبادرة صيف آمن.

وقال محافظ عجلون الدكتور قبلان الشريف إن تنفيذ مثل هذه المبادرة يعزز مدى الوعي بأهمية الحفاظ على الغابات وحمايتها من السلوكيات السلبية التي تستخدم من قبل المتزهين وزوار المنطقة، مؤكداً ضرورة التشاركية لتنفيذ أنشطة وبرامج بيئية تساهم في رفع الوعي بكيفية الحفاظ على الغابات والغطاء النباتي، واشتملت المبادرة التي تأتي بهدف نشر التوعية والتشريف وتوفير بيئة آمنة للمواطنين خلال فصل الصيف على حملة لإزالة الأعشاب الجافة للحد من ظاهرة حرائق الغابات وبالتشاركية مع مديرية شرطة عجلون والإدارة الملكية لحماية البيئة وإدارة الشرطة السياحية وجهات ذات العلاقة ومؤسسات المجتمع المحلي في المحافظة.

متى تكون مناعة الجسم ضعيفة؟



كشفت الدكتورة لودميلا لايبا المدير العام لمركز خودانوف للتصحيح المناعي العلامات التي تشير إلى ضعف منظومة المناعة.

وتشير الطبيبة في حديث لإذاعة "سبوتنيك" إلى أن الإصابة بالأمراض المعدية ليست العلامة الوحيدة التي تشير إلى ضعف منظومة المناعة، وتقول: "العلامة الأولى لضعف منظومة المناعة هي تكرار إصابة الشخص بالمرض، أما العلامات الأخرى فهي رد فعل حساسية الحساسية، والضعف، والتعب، وسيلان في الأنف، واحتقان الأنف، وحكة في العين، ونوع من الطفح الجلدي، واحمرار في العين. هذه إشارة من منظومة المناعة إلى وجود خلل ما بها".

ووفقاً لها، الالتهابات غير المعالجة ونوبات الحساسية والأنظمة الغذائية غير السليمة يمكن أن تؤثر سلباً على منظومة المناعة.

وتقول: "يزداد عدد المصابين بالحساسية وكل اتصال بمسببات الحساسية يؤدي إلى ضعف منظومة المناعة، والسبب الثاني هو بؤر العدوى المزمنة. فمثلاً إذا أصيب الشخص بالانفلونزا أو كوفيد، ويقت "أثارها" الفيروسية، أي ما يسمى بـ "العدوى المستمرة" يمكن أن تستقر في أي خلية من خلايا الجسم، وهذه تعب الجسم وترهق منظومة المناعة، كما أن نزلات البرد والخفاض حرارة الجسم والتسمم والصيام والأنظمة الغذائية غير السليمة - كلها تضعف منظومة المناعة".

ووفقاً لها، يمكن استعادة مستوى منظومة المناعة فقط تحت إشراف طبيب مختص، وتقول: "إذا مرض الشخص

أكثر من 3-4 مرات في السنة، فهذا سبب اللازمة سيكتشف سبب إرهاق منظومة المناعة، وأسباب الحساسية التي تضعف منظومة المناعة، أو سيبحث عن عدوى

اللازمة سيكتشف سبب إرهاق منظومة المناعة، وأسباب الحساسية التي تضعف منظومة المناعة، أو سيبحث عن عدوى

أكثر من 3-4 مرات في السنة، فهذا سبب اللازمة سيكتشف سبب إرهاق منظومة المناعة، وأسباب الحساسية التي تضعف منظومة المناعة، أو سيبحث عن عدوى

دخض أسطورة شائعة حول الأمراض المناعية الجسدية



أعلنت طبيبة الأعصاب الأيرلندية سوزان أوسوليفان، أن الأمراض المناعية الجسدية ليست نتيجة للوسواس المرضي - وهو الشعور المؤلم بالقلق بشأن احتمال الإصابة بمرض خطير أو أكثر، وتشير في حديث لـ Live Science إلى أن الأمراض المناعية الجسدية هي فرع من فروع الطب وعلم النفس، تدرس كيف تؤثر الأحاسيس والانفعالات في الصحة الجسدية للشخص، وتتميز الأمراض المناعية الجسدية بوجود خلل في عمل الأعضاء والأنظمة الداخلية تسببه الاضطرابات النفسية.

ووفقاً لها، يخلق التعبير الشائع "كل الأمراض تبدأ من الرأس" مفهوماً خاطئاً عن الاضطرابات النفسية الجسدية. لأنه في كثير من الأحيان، لا ينجم الألم عن تدهور الصحة النفسية، بل عن مشكلات صحية حقيقية. وبالإضافة إلى ذلك، ليس الأشخاص الذين يعانون من أمراض نفسية جسدية مصابين بالوسواس المرضي، وتتفاقم الحالة النفسية والجسدية للشخص نتيجة لعرشه لضعف مستمره بسبب الإصابة بالمرض. وبالإضافة إلى ذلك لا تظهر لدى المصابين بالأمراض المناعية الجسدية، في كثير من الأحيان أعراض القلق أو الاكتئاب، أما الإحساس بالألم فيظهر بشكل مستقل، ويكون حقيقياً، وليس مقارناً أو مفترساً.

أعلنت طبيبة الأعصاب الأيرلندية سوزان أوسوليفان، أن الأمراض المناعية الجسدية ليست نتيجة للوسواس المرضي - وهو الشعور المؤلم بالقلق بشأن احتمال الإصابة بمرض خطير أو أكثر، وتشير في حديث لـ Live Science إلى أن الأمراض المناعية الجسدية هي فرع من فروع الطب وعلم النفس، تدرس كيف تؤثر الأحاسيس والانفعالات في الصحة الجسدية للشخص، وتتميز الأمراض المناعية الجسدية بوجود خلل في عمل الأعضاء والأنظمة الداخلية تسببه الاضطرابات النفسية.

ووفقاً لها، يخلق التعبير الشائع "كل الأمراض تبدأ من الرأس" مفهوماً خاطئاً عن الاضطرابات النفسية الجسدية. لأنه في كثير من الأحيان، لا ينجم الألم عن تدهور الصحة النفسية، بل عن مشكلات صحية حقيقية. وبالإضافة إلى ذلك، ليس الأشخاص الذين يعانون من أمراض نفسية جسدية مصابين بالوسواس المرضي، وتتفاقم الحالة النفسية والجسدية للشخص نتيجة لعرشه لضعف مستمره بسبب الإصابة بالمرض. وبالإضافة إلى ذلك لا تظهر لدى المصابين بالأمراض المناعية الجسدية، في كثير من الأحيان أعراض القلق أو الاكتئاب، أما الإحساس بالألم فيظهر بشكل مستقل، ويكون حقيقياً، وليس مقارناً أو مفترساً.

كيف تسبب الأقدام المبللة مشكلات في القلب؟



يمكن أن تنخفض درجة حرارة الجسم بسبب الأقدام المبللة، ما يؤدي إلى ضعف منظومة المناعة وبالتالي إلى أمراض القلب والأوعية الدموية المختلفة، وتقول الدكتورة أناتاسيا فوميتشيفا أخصائية أمراض القلب والأوعية الدموية في حديث لـ Gazeta.RU، "بالطبع، الأقدام المبللة وحدها لا يمكن أن تؤدي إلى مشكلات في القلب، لأن السبب الرئيس للمرض هو عدوى فيروسية أو بكتيرية. ولكن عند انخفاض حرارة الجسم، قد يؤدي إلى إضعاف منظومة المناعة، ما يسمح بدخول مسببات المرض إلى الجسم، ونتيجة لذلك، مثلاً، يمكن أن يتطور التهاب الشغاف العدوي. هذه أمراض التهابية في الشغاف (البطانة الداخلية للقلب) مع ترسب الكائنات الحية الدقيقة على صمامات القلب، ووفقاً للطبيبة، يمكن أن يحدث أيضاً التهاب عضلة القلب الفيروسي أو اعتلال عضلة القلب الالتهابي، ويتسبب العامل الفيروسي، الذي يخترق الجسم، في تلف خلايا عضلة القلب ويحدث تفاعل التهابي موضعي وإطلاق عمليات المناعة الذاتية، وتقول: "الأقدام المبللة والتشققات في الجلد هي نقاط دخول للعدوى الفطرية، والتي يمكن أن تكون سبباً في التهاب عضلة القلب، كما يمكن أن يؤدي تبريد الساقين وتسلخ الأوعية الدموية إلى تفاقم مسار التسوس الشرياني أو الوريدي الزمن في الساقين والتهابة متزامنة الودمة، وتجنب مثل هذه المضاعفات في الجسم، يجب الحفاظ على دفء القدمين".

بسبب خطورتها

تحذير طبي من هذه المكملات الغذائية



لواصل صناعة المكملات الغذائية التوسع في مختلف أنحاء العالم، حيث بات بإمكانك العثور على حبوب وأقراص لأي شيء تقريباً، رغم أن الأطباء والخبراء يحذرون من مخاطر بعضها. يدعى موقع "شي فايلدس" عن طبيب يدعى "تشارلز" وينشر فيديو توعوي باستمرار على حسابه في إنستغرام وتيك توك، قوله إن هناك 4 مكملات غذائية يجب على الناس تجنبها لأنها "خطيرة بالفعل".

وحسب تشارلز، فإن "فيتامين أ" و"فيتامين إي" و"الحديد" و"البيوتين" تفيد الجسم أكثر حين تأتي مباشرة من الأطعمة التي تتناولها، وليس من المكملات الغذائية.

فيتامين إي

يقول تشارلز إن هذا الفيتامين يعد عنصرًا غذائيًا مهمًا للحفاظ على صحة الجلد والرؤية، لكن الإفراط في تناول المكملات الخاصة به يسبب مشرماً، مضيفاً "يمكن أن يتراكم في جسمك ويسبب تلف الكبد".

فيتامين إي

يوضح تشارلز أن الحديد من

مكملات البيوتين بهدف الحصول على شعر وأظافر أكثر صحة، ويقول تشارلز، "البيوتين" وهو فيتامين ب، معروف بدوره في تعزيز خلاصات الشعر والأظافر الجميلة، لكن الإفراط في تناوله يؤدي إلى تحريف نتائج الاختبارات المعملية، مما يؤدي إلى التشخيص الخاطئ".

الدكتور من تناول مكملات الحديد دون التوجيه المناسب، وشدد على أنه "ما لم يوصف طبيبك على وجه التحديد بتناول الحديد، فإنه يمكن أن يلحق الضرر بقلبك".

البيوتين

يلجأ العديد من الأشخاص إلى

الحديد

الحديد معدن أساسي وضروري لنقل الأكسجين في الدم، ومع ذلك، يحذر

الذكور أضعف مناعة مقارنة بالإناث؟!

"عندما تصاب النساء بالعوامل العدوى من الأشخاص المحيطين بهن، فيمكنهن نقلها إلى ذريتهن في الرحم عبر المشيمة، الضغوط التطورية تعني أن النساء وأطفالهن يبقون على قيد الحياة بشكل أفضل إذا قامت أجسام الأمهات باستجابة مناعية قوية لمسببات الأمراض، لحماية النسل بأكثر قدر ممكن من المفاجئة".

لكنه يقول إن النساء يمكن أن يدهفن في بعض الأحيان ثمناً صحياً مؤلماً لهذه القدرة على حماية أطفالهن الذين لم يولدوا بعد.

وفي الوقت نفسه، يمكن للرجال أن يدهفوا ثمناً يهاظا بسبب استجاباتهم المناعية الأضعف، كما يضيف أوبيدا دي توريس، وهذا يمكن أن يدهب إلى ما هو أبعد من "انفلونزا الرجال".

ويقول، "ينتج الرجال استجابة أضعف ويكونون أكثر عرضة لخطر الإصابة بالعديد من أنواع السرطان مقارنة بالنساء، وهذا لأن الاستجابة المناعية الأضعف تعني أن مسببات الأمراض قادرة على إصابة الرجال لفترة أطول، ما يمنح الفيروسات أو البكتيريا مزيداً من الوقت للتلاعب بجينات الخلايا التي تصيها، وهذا يساعد على انتشار العدوى عبر أجسام الرجال، ولكنه يزيد أيضاً من خطر تكاثر الخلايا بسرمة خارج نطاق السيطرة والتحول إلى سرطان".



يجهز مناعة أقوى من الرجال؟

من منظور تطوري، فإن وجود جهاز مناعة قوي، يمكن المرأة من حماية الجنين بشكل أفضل من العدوى التي تنتقل منها إلى الطفل في الرحم، كما يقول فرانسيسكو أوبيدا دي توريس، أستاذ علم الأحياء الرياضي الذي يدرس التطور والصحة في Royal Holloway جامعة لندن، ويقول،

الحيوانات المنوية)، بينما تفرز النساء كميات كبيرة من البيضين، وذلك بشكل أساسي لبناء جهازهن التناسلي، وعلى النقيض من ذلك، يبدو أن هرمون التستوستيرون يبطئ اللطاعات المناعية، ربما لأنه يحرك الأنشطة، مثل بناء العضلات التي تتطلب الطاقة.

لماذا تتمتع النساء

تقارين

تحسن الذاكرة

يساعد التدريب العرعي المنتظم في مرحلة البلوغ لمدة 20-30 دقيقة يومياً في الحفاظ على الذاكرة وتحسينها.

وتقول البروفيسورة إيرينا روتينا من قسم علم النفس العصبي وعلم النفس المرضي للمؤكلمية علم النفس السريري في جامعة موسكو في حديث لـ Gazeta.RU، "من بين هذه التدريبات تقوية فيزيولوجي، التي تتضمن أن يقول الشخص بينه وبين نفسه سلسلة رقمية، بحيث كل رقم جديد هو مجموع الأرقام السابقة، كما أن تقوية فيناغورس فعالة أيضاً، ووفقاً لطريقة فيناغورس من الضروري في المساء أن تتذكر جميع الأحداث التي حدثت على مدار اليوم بالتفصيل دون الإخلال بتسلسلها، والتعمرين الآخر يتضمن تذكر أكبر عدد من الكلمات التي تبدأ بكل حرف من الحروف الأبجدية".

وتشير البروفيسورة إلى أن الاحتساب الذهني وحل الكلمات المتقاطعة وألعاب أخرى مماثلة فعالة أيضاً في تحسين الذاكرة، كما يساعد تذكر تفاصيل أحداث من الحياة الماضية على تحسين الذاكرة.

وتقول: "الذاكرة هي وظيفة عقلية معقدة عابدا، وتعتمد فعالية الحفاظ على مجموعة من الأسباب، حالة الصحة الجسدية والنفسية للشخص، ولتدريب الذاكرة في مرحلة الطفولة أهمية كبيرة، كما أن الروتين اليومي الصحي والنوم والتغذية مهمان أيضاً، ويجب أن يقرأ الإنسان كثيراً، ويعيد سرد ما قرأ، وكذلك الكتابة باليد، ودراسة اللغات الأجنبية، وتعلم ولذا القصاصات التي تعلمها بالفعل".

وتوصي البروفيسورة بضرورة ممارسة هذه التمارين بانتظام وعدم التخلي عنها، وحينها فقط يمكن تحقيق النتائج المطلوبة.

"مسروقة" ورثة مارادونا يريدون وقف مزاد على كرتة الذهبية



سيرفع ورثة أسطورة كرة القدم الأرجنتيني دييغو مارادونا دعوى قضائية، لمحاولة وقف مزاد على جائزة "الكرة الذهبية" لأفضل لاعب" التي حصل عليها مارادونا بعد فوز الأرجنتين بكأس العالم ١٩٨٦، حسبما قال محاميهم لوكالة أسوشيتد برس الثلاثاء. وكانت جائزة الكرة الذهبية التي تمنح لأفضل لاعب في المونديال، مفقودة منذ عقود، بعد اختفائها في ظروف غير واضحة ولم تظهر إلا مؤخرا. وقالت دار مزادات "أغوتيه" الأسبوع الماضي إنه من المقرر أن يتم بيعها بالمزاد العلني في باريس الشهر المقبل.

يذكر أن الكرة الذهبية لأفضل لاعب في المونديال، تختلف عن الكرة الذهبية التي تمنح لأفضل لاعب في العام من مجلة فرانس فوتبول، فهي أصغر حجما وأقل قيمة. وكان مارادونا، الذي توفي عام ٢٠٢٠ عن عمر يناهز ٦٠ عاما، قائدا للأرجنتين خلال المونديال التاريخي عام ١٩٨٦ في المكسيك، حيث جسد "أفضل أداء للاعب في تاريخ المونديال"، وفقا لخبراء كرة القدم. ويقول ورثة مارادونا إن الجائزة سُرقَت، ويزعمون أن المالك الحالي لا يحق له بيعها. وقال جيل مورو، المحامي الذي يعمل لورثة مارادونا، إنه سيقدّم طلبا عاجلا إلى رئيس المحكمة القضائية في نانتيير بالقرب من باريس لسحب الكرة الذهبية من المزاد. وقال لوكالة أسوشيتد برس إنه سيطلب أيضا مصادرة قضائية للكأس وتقديم شكوى بتهمته السرقة.

قبل أن يبلغ ١٧ عاما لامين يامال يحطم رقما قياسيا في الليغا



أصبح النجم الشاب فريق برشلونة الإسباني، لامين يامال، أول لاعب في تاريخ الدوري الإسباني يسجل خمسة أهداف قبل أن يبلغ ١٧ عاما. وساهم يامال في فوز فريقه على ريال سوسيداد ٢-٠، حيث سجل الهدف الأول في الدقيقة ٤٠. وقالت صحيفة "ماركا" الإسبانية إن لامين لم يتجاوز بعد ١٧ عاما، حيث يبلغ حاليا ١٦ عاما و٣٠٦ أيام، مضيفة أنه نجح مبكرا في دخول تاريخ الليغا. وسجل يامال ثلاثة أهداف في شبك غرناطة هذا الموسم، وهدفا آخر ضد مايوركا، قبل أن يضيف الهدف الخامس في

رئيس الدوري الإسباني يؤكد: مباني مدريد وهذه مدة العقد

أكد رئيس رابطة الدوري الإسباني لكرة القدم خافيير تيباس لصحيفة أرجنطينية، الثلاثاء، أن المهاجم الفرنسي كيليان مبابي سينضم هذا الصيف إلى ريال مدريد لمدة ٥ مواسم. والجمعة أعلن قائد منتخب فرنسا ونجم باريس سان جرمان رسميا رحيله عن نادي العاصمة والدوري الفرنسي بعد انتهاء الموسم الجاري، من دون الكشف عن وجهته. وقال تيباس في مقابلة نشرتها يومية "أولي" الأرجنتينية: "سيأتي العام المقبل إلى مدريد. الموسم المقبل، نعم، نعم.. وأوضح تيباس أن الفريق الملكي والمهاجم الفاتك البالغ ٢٥ عاما توصلوا لاتفاق ينضم فيه هداف موندiales ٢٠٢٢ لمدة ٥ سنوات. وأضاف أن مبابي "أحد أفضل اللاعبين في العالم. لكن حسنا، هناك (البرازيلي) فينيسيوس و(الإنجليزي) بيلينغهام، سيكونان لمديرتي تشكيلة قوية.. وبعد ضمانه استعادة لقب الدوري المحلي من غريمه برشلونة للمرة ٣٦١ في تاريخه، يخوض ريال نهائي دوري أبطال أوروبا مطلع الشهر المقبل ضد بوروسيا دورتموند الألماني على ملعب ويمبلي في لندن، باحثا عن تعزيز رقمه القياسي الحالي (١٤ لقباً).

لقطة مبابي ووالدة حكيمي تخطف الأضواء في "يوم الوداع"



خلال احتفالات باريس سان جرمان بلقب الدوري الفرنسي، قبل أيام، خطفت لقطة واحدة الأضواء، جمعت بين والدة النجم المغربي أشرف حكيمي، ونجم الفريق الفرنسي كيليان مبابي. وتجمع مبابي والمغربي حكيمي صداقة من نوع خاص، وهو ما تجلّى في لقطات عديدة خلال تمثيلهما نادي باريس سان جرمان، وهذا الأمر صنع نوع من التقارب بين عائلتي النجمين. وخلال الاحتفالات، أحضر حكيمي والدة سعيدة موح، وشقيقه، إلى الاحتفالات، وعند رؤية سعيدة للنجم مبابي بدأت باحتضانه والحديث معه بشكل عفوي. من جهته، رحب مبابي كثيرا بوالدة حكيمي وقام بالتحديث معها، وتحيتها، في لقطة لطيفة انتشرت على وسائل التواصل الاجتماعي ولاققت استحسان الجماهير. يذكر أن مبابي ودع جماهير باريس سان جرمان، الأحد، في مباراته الأخيرة على استاد حديقة الأمراء، حيث يستعد للانتقال بشكل مجاني إلى ريال مدريد الإسباني.

حسام حسن: الكرة المصرية تعاني والدوري لا يقدم أي شيء

هاجم المدير الفني لمنتخب مصر، حسام حسن، مسابقة الدوري المحلي، في جلسة ودية مفاجئة عقدها مع مجموعة من الصحفيين، وتحدث خلالها حول رؤيته لما يجري على الساحة الكروية المصرية، واستعدادات الضراعة لفترة التوقف الدولية المقبلة. وقال حسن خلال الجلسة التي دعا إليها مجموعة من الصحفيين: "لا أرغب في تصدير الإحباط لكن ما هو الأمر الجيد الذي يقدمه الدوري المصري؟ كلهم تعرفون تقييمه جيدا. أجلس لأتابع المباريات وأنا أدعو أن أجد لاعبا واحدا يستحق الانضمام إلى المنتخب.. وتابع: "إذا سألت عن أفضل لاعب في مصر سيتحدث البعض عن أحمد سيد زيزو (لاعب الزمالك) والآخر عن إمام عاشور (لاعب الأهلي) ثم لن نجد أسماء أخرى.. وأضاف هداف المنتخب المصري السابق، "بعض المحللين صوروا إلى الجماهير أن التأهل لكأس العالم ٢٠٢٦ مهمة سهلة وهذا أمر غير صحيح. نتأجنا في البطولات الأخيرة تؤكد أننا نعاني كرويا وأتحدث على تهيئة الأمر للرأي العام وكأننا تأهلنا بالفعل إلى كأس العالم.. وتابع: "لا نملك سوى ٨ لاعبين محترفين مقارنة بمنتخب بوركينا فاسو الذي سنقابله في يونيو ويملك ٢٨ محترفا. الكرة المصرية تمر بمرحلة صعبة للغاية، وتوقع الأهلي والزمالك في البطولات القارية ليس مقبولا لأنهم يواجهون لاعبين محليين.. ونشبت أزمة بين الاتحاد المصري للعبة وبعض الأندية بسبب مطالبة حسن ببدائية مسكر المنتخب المقبل يوم ٢٨ مايو بدلا من الموعد المحدد لبداية الأجنحة الدولية في الثالث من يونيو. ورفضت أندية الأهلي والزمالك وبييراميدز خوض مبارياتها في مسابقة كأس مصر المقررة في هذه الفترة بدون اللاعبين الدوليين.

ويخوض الأهلي إياب نهائي دوري أبطال إفريقيا أمام الترجي التونسي في ٢٥ مايو الحالي، وأبدي مديرة السويسري مارسيل كولر اعتراضه على انضمام لاعبيه مباشرة إلى معسكر المنتخب عقب المباراة وخوض كأس مصر بدون اللاعبين. وأضاف مدرب الضراعة: "إذا بدأنا المعسكر يوم ٣ يونيو سنعاني. الأندية تطالب بتأجيل مبارياتها المحلية لأنها ترى أنها في مهمة حرجية، وأنا أرى أن المنتخب في مهمة قومية أيضا.. وكشف حسن عن رغبته في وضع رؤية جديدة للكرة المصرية، وقال "جلست مع البرازيلي روجيريو ميكالي مدرب المنتخب الأولمبي لنضع رؤية غير موجودة للكرة المصرية. يجب تغيير نظام الدوري في المستقبل القريب.. ويتصدر منتخب مصر مجموعته الأولى في تصفيات كأس العالم ٢٠٢٦ المقررة نهائياتها في الولايات المتحدة الأمريكية والمكسيك وكندا، برصيد ست نقاط من فوزين على ضيفته جيبوتي (٠-٦) ومضيفه سيراليون (٠-٢). وبلتني في التوقف الدولي المقبل مع بوركينا فاسو (٤ نقاط) بالفاهرة في ٦ يونيو في الجولة الثالثة ثم خارج أرضه مع غينيا بيساو (٤ نقاط) بعدها بأربعة أيام ضمن الجولة الرابعة.

تايسون بعد القرار "الغريب": أشعر بالألم وجسدي في حالة سيئة

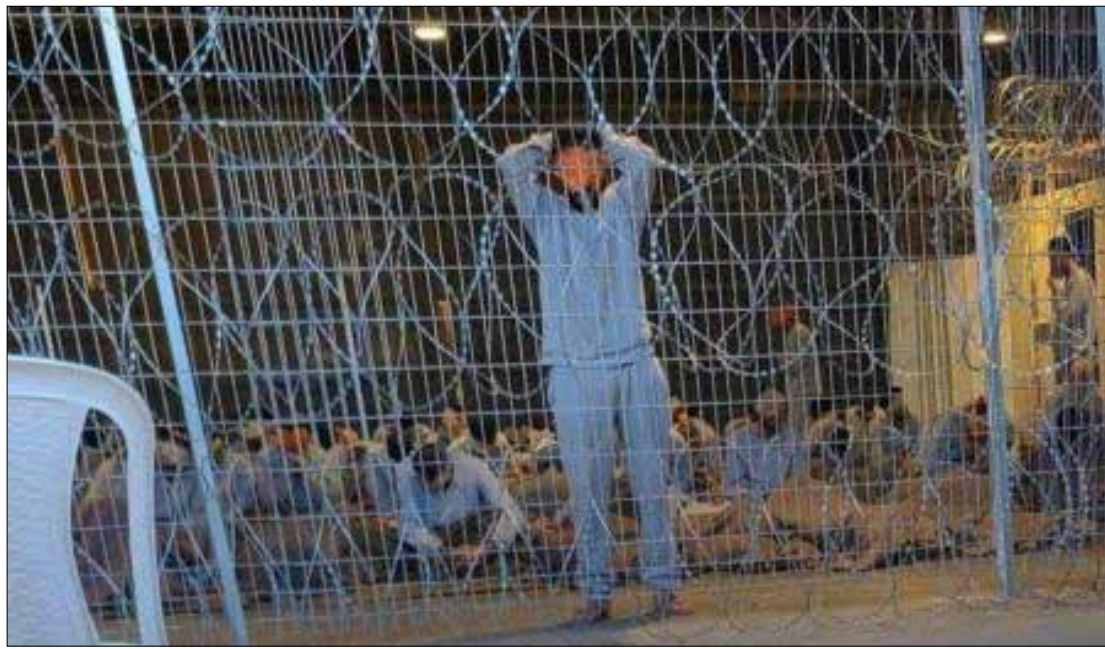


ومع ذلك، أصعب العديد من أعضاء مجتمع الملاكمة، منهم بطل الوزن الثقيل السابق ديونتاي وايلدر، عن تحفظاتهم بشأن النزال، معربين عن قلقهم من احتمال تعرض تايسون لإصابة بالغة. ورد تايسون على المشككين قائلا، "أنا رائع، هذا كل ما يمكنني قوله. الأشخاص الذين قالوا ذلك يتمنون لو كانوا هنا. لا أحد يستطيع أن يفعل هذا.. من ناحيته، قال بول إنه مستعد للتعامل مع خبرة تايسون وقوة لكماته مضيفا: "الكثير من الناس يشككون بي. أرى التعليقات التي تقول، إذا فاز جيك بهذا المعركة، فهي مزورة.. وأردف مثنيا على تايسون "إنه قاتل. إنه محارب. لقد كان يفعل هذا طوال حياته، لذا فهذه طبيعة ثانية بالنسبة له. أنا أقوم بذلك منذ ٤ سنوات فقط وعلى مستوى عال.. وأضاف "في ٢٠ يوليو، سأظهر للعالم أنني أستطيع التصوق على مايك تايسون وإثبات خطأ الجميع". وأكد تايسون إنه لا يحمل أي عداة تجاه منافسه الأصغر منه بكثير، وقال مازحا، "أنا حقا أحب جايك كثيرا. لكن بمجرد أن يكون في تلك الجلبة، عليه أن يقاتل وكان حياته تعتمد على ذلك، لأنه سيكون كذلك.. ورفض أيقونة الوزن الثقيل السابق استبعاد فكرة عدم خوض المزيد من النزالات في المستقبل، وختم قائلا، "ربما سنفعل ذلك مرة أخرى. لكن هل يمكنني الاعتناء بجيك أولا؟"

أنا أشعر بألم، أشعر بألم شديد". وأصر الملاكم الذي أربح منافسيه في فئة الوزن الثقيل في حقبة الثمانينات والتسعينات باعتباره "أسوأ رجل في العالم"، على أنه ليس لديه أي تحفظات بشأن ارتداء قفازاته مرة أخرى، بعد قرابة عقدين من آخر نزال احترافي له عام ٢٠٠٥. وأضاف متحدثا عن منافسه، "هو شخص جديد صاعد على الساحة. وأنا أحب هز عالم الرياضة في جوهره وأنا أقوم بذلك الآن. هو مجرد شيء أريد القيام به.. وسيواجه تايسون، الذي سيبلغ ٥٨ عاما في يونيو المقبل، بول الذي يصغره بـ ٣١ عاما، في نزال احترافي من ٨ جولات مدة كل منها دقيقتين وافقت عليها سلطات الملاكمة في تكساس.

تجاهل بطل الملاكمة الأمريكي مايك تايسون الانتقادات الموجهة إليه بشأن عودته إلى ممارسة رياضته مرة أخرى، رغم تقدمه في السن. وقال أسطورة الملاكمة في الوزن الثقيل، إن قراره بالعودة إلى الحلقات وهو في سن ٥٧ عاما جاء "من دون تفكير.. وفي مؤتمر صحفي عقده في نيويورك الإثنين، للترويج لنزاله المقبل في مواجهة صانع المحتوى على "يوتيوب" المقاتل جيك بول، أقر تايسون أن التدريب من أجل عودته كان له أثره السلبي عليه. وقال بطل العالم السابق في الوزن الثقيل الذي سيواجه بول في ٢٠ يوليو في تكساس، "أنا في حالة رائعة، لكن جسدي في حالة سيئة الآن.."

واشنطن تبدي "قلقها" إزاء تقرير عن انتهاكات إسرائيلية بحق معتقلين فلسطينيين



واشنطن

أعربت الولايات المتحدة مساء الإثنين عن قلقها إزاء تقرير لشبكة "سي إن إن" أفاد بأن مجموعة فلسطينيين يتم احتجازهم معصوبي العينين في معتقل بالقبض حيث يتعرضون للضرب ويتم تعذيبهم بواسطة قس ارتشاف السوائل. داعية إسرائيل إلى فتح تحقيق بهذا الشأن، بحسب واشنطن تايمز.

وأفادت الشبكة الأميركية بأنها تحدثت إلى ثلاثة مبلغيين إسرائيليين في قاعدة "سدية تيمان" في صحراء النقب حيث يحتجز فلسطينيون تم اعتقالهم أو أصيبوا خلال العملية العسكرية في غزة.

وقال مبلغ عرض صوراً، إن سجناء معصوبي العينين تعطى أوامر لهم بالجلوس مستقيمي الظهر ويعدم التكلم ويأمرهم الحراس بالعربية بكلمات نابية.

ولدى سؤاله بشأن المعلومات الواردة

في التقرير، قال المتحدث باسم وزارة الخارجية الأميركية فيدانت باتيل في تصريح لصحافيين "نحن قلقون بشأننا وننظر في هذه وغيرها من مزارع الانتهاكات ضد فلسطينيين قيد الاحتجاز.

ولفت إلى أن الولايات المتحدة أبلغت إسرائيل بأن "من واجبها إجراء تحقيق شامل" في مزاعم ذات صديقية بشأن انتهاكات للقانون الإنساني الدولي.

ووشد باتيل على أن موقف الولايات المتحدة "واضح" بوجود أن تعامل أي دولة "بما في ذلك إسرائيل، جميع المعتقلين بإنسانية وكرامة ووفقاً للقانون الدولي وأن تحترم الحقوق الإنسانية للمعتقلين، وأغلقت قوات الاحتلال الإسرائيلي، المدخل الغربي لقريّة الغير شرق مدينة رام الله وسط الضفة الغربية.

وأفاد رئيس مجلس محلي الغير أمين أبو عليا في بيان، بأن جيش الاحتلال

لماذا تخلى بوتين عن وزير الدفاع سيرغي شويغو؟

موسكو

خلال عطلة نهاية الأسبوع، فاجأ الرئيس الروسي فلاديمير بوتين المراقبين، بتعيينه وزير الدفاع الذي خدم لفترة طويلة، سيرغي شويغو، فما هي أبرز أسباب التغيير؟

تغيير مفاجئ

في تغيير غير متوقع، استبدل الرئيس الروسي فلاديمير بوتين وزير الدفاع الذي خدم لفترة طويلة بمستشار اقتصادي محنت، مما يشير إلى التركيز على تطوير اقتصاد الحرب الروسي أكثر من عامين بعد الحرب في أوكرانيا.

قدم بوتين مساعدته الاقتصادي السابق ونائب رئيس الوزراء الأول أندريه بيلوسوف، البالغ من العمر ٦٥ عاماً، ليتولى منصب وزير الدفاع خلفاً لسيرغي شويغو، البالغ من العمر ٦٨ عاماً، الذي تم تخفيض منصبه بلطف وتوليّه رئاسة المجلس الأمني.

معظم أسلاف شويغو تحت حكم بوتين لم يكونوا لديهم خلفية عسكرية، ولكن هذه هي المرة الأولى التي يختار فيها بوتين اقتصادياً محترفاً ليكون وزيراً للدفاع.

أسباب تتعلق بشويغو

منذ بداية حرب أوكرانيا انتشرت شائعات عن "عدم كفاءة وزير الدفاع الروسي المقاتل سيرغي شويغو"، وعن بذخه وتبذيره، في ميزانية الدفاع الضخمة، وفقاً لصحيفة "التايمز".

ومنذ أن أطلق بوتين حربيه على أوكرانيا في عام ٢٠٢٢، تقول التايمز، "شاع في أوساط الجيش بقيادة شويغو (٦٨ عاماً) الركود إلى الدعة وعدم الكفاءة".

من جهته، قد يكون وزير الدفاع البريطاني غرانت شايس، قد وضع يده على أحد الأسباب، حين قال إن نظيره الروسي سيرغي شويغو، مسؤول عن "أكثر

شكري لإسرائيل: مصر ترفض سياسة تزييف الحقائق

القاهرة

أكد وزير الخارجية المصري سامح شكري، رفض مصر المقاطع لسياسة تزييف الحقائق والتصلل من المسؤولية التي يتبناها الجانب الإسرائيلي، مشدداً على أن إسرائيل هي المسؤولة الوحيدة عن الكارثة الإنسانية التي يواجهها الفلسطينيون في قطاع غزة حالياً.

وجاء تعليق شكري رداً على تصريحات وزير خارجية إسرائيل إسرايل كاتس المطالبة بإعادة فتح معبر رفح وتحميل مصر مسؤولية منع وقوع أزمة إنسانية في قطاع غزة.

واعتبر وزير الخارجية السيطرة الإسرائيلية على الجانب الفلسطيني من معبر رفح، والعمليات العسكرية الإسرائيلية في محيط المعبر، وما تؤدي إليه من تعريض حياة العاملين في مجال الإغاثة وسائقي الشاحنات لحاطر محدقة، هي السبب الرئيسي في عدم القدرة على إدخال المساعدات من المعبر.

واستنكر وزير الخارجية بشدة محاولات الجانب الإسرائيلي اليانسة تحميل مصر المسؤولية عن الأزمة الإنسانية غير المسبوقة التي يواجهها قطاع غزة، والتي هي نتاج مباشر للاعتداءات الإسرائيلية العشوائية ضد الفلسطينيين لأكثر من ٧ أشهر، وراح ضحية أكثر من ٣٥ ألف مواطن، أغلبهم من النساء والأطفال.



وطالب وزير خارجية إسرائيل بالاضطلاح بمسؤوليتها القانونية باعتبارها القوة القائمة بالاحتلال، من خلال السماح بدخول المساعدات عبر المنافذ البرية التي تقع تحت سيطرتها تصريحات إسرائيل كاتس

قال وزير الخارجية إنه تحدث مع نظيره في بريطانيا وألمانيا ديفيد كاميرون وأنانا باربوك بشأن اقتناع مصر بإعادة فتح معبر رفح، من أجل السماح باستمرار نقل المساعدات الإنسانية إلى غزة.

أضاف أن "العالم يفرض على إسرائيل مسؤولية القضية الإنسانية، لكن مفتاح منع حدوث أزمة في غزة أصبح الآن في أيدي أصدقائنا المصريين.. استطرد، "حساس لن تسيطر على المعبر، هذه ضرورة أمنية لن نتنازل عنها.. الموقف المصري

السلطات المصرية رفضت إعادة فتح حدودها مع غزة بعد أن سيطرت القوات الإسرائيلية على الجانب الفلسطيني من معبر رفح. قال مسؤول مصري في وقت سابق، "طلما بقيت القوات الإسرائيلية في معبر رفح، فإن مصر لن ترسل شاحنة واحدة إلى رفح..

قبل أيام أعلنت مصر عزمها دعم دعوى جنوب إفريقيا أمام محكمة العدل الدولية، التي تتهم فيها إسرائيل بانتهاك جرائم إبادة جماعية في قطاع غزة.

الرئيس الأميركي يعلن عن تطبيع العلاقات مع إسرائيل

رام الله

حذر الناطق الرسمي باسم الرئاسة الفلسطينية نبيل أبو ردينة، من التداعيات الخطيرة للعدوان الإسرائيلي على الشعب الفلسطيني في قطاع غزة، مؤكداً أن الإصرار على اجتياح رفح سيكون خطأ كبيراً، ستتحمل الإدارة الأميركية المسؤولية عنه، لأنها الوحيدة القادرة على وقفه.

وقال أبو ردينة في بيان له: نعمل الإدارة الأميركية مسؤولة هذه التداعيات الخطيرة والتي سيكون لها تأثير على المنطقة والعالم أجمع، وذلك لتفاسها عن التدخل بالشكل المطلوب لإلزام حكومة الاحتلال على وقف اجتياح مدينة رفح، وتهجير المواطنين منها.

وأضاف: لولا قيام الإدارة الأميركية بتوفير الدعم المالي والعسكري للاحتلال، ومنع إدانته في المحافل الدولية، لما تجرأ على الاستمرار في الإبادة الجماعية ضد الشعب الفلسطيني.

وأشار إلى أن استمرار سلطات الاحتلال بالسيطرة على المعابر، خاصة معبر رفح البري، ومنع تدفق المساعدات وخرج المرضى والمصابين للعلاج، هي جرائم حرب يعاقب عليها القانون الدولي وانتهاك خطير لقرارات الشرعية الدولية.

وأكد ضرورة تحرك الإدارة الأميركية، وعدم الاكتفاء بالبيانات والإدانات، والعمل على وقف العدوان فوراً، والسماح بدخول المساعدات الإنسانية، ووقف تهجير أبناء الشعب الفلسطيني، خاصة من مدينة رفح. ووجد أبو ردينة التأكيد على أن السلام والأمن في المنطقة بأسرها لن يتما دون حل عادل للقضية الفلسطينية وقيام دولة فلسطينية مستقلة وعاصمتها القدس بمقدساتها الإسلامية والمسيحية.

البحر الأبيض المتوسط تنادي بالانسحاب الإسرائيلي من غزة

عمان

دعت منظمة العفو الدولية الولايات المتحدة وبريطانيا ودولا أخرى إلى وقف تزويد "إسرائيل بالأسلحة"، محذرة من أن هذه الدول تخاطر بأن تصبح شريكة في جرائم الحرب التي ترتكبها.

وقالت المنظمة في بيان عبر موقعها الرسمي، إنه "يجب على حلفاء إسرائيل بمن فيهم الولايات المتحدة وبريطانيا التوقف عن تقديم المساعدات العسكرية وبيع الأسلحة لها والتي تنتهك قواتها بشكل ممنهج حقوق المدنيين الفلسطينيين..

وأضافت، إن "الحكومات التي تواصل تزويد الحكومة الإسرائيلية بالأسلحة تخاطر بأن تصبح شريكة في جرائم الحرب التي ترتكبها إسرائيل..

وفي وقت سابق، قال الرئيس الأميركي جو بايدن، إنه يمكن أن يتوقف عن تزويد "إسرائيل" بالقنابل الجوية وقذائف المدفعية، إذا قامت بتوسيع عملياتها العسكرية في قطاع غزة إلى رفح، كما علقت واشنطن نقل دفعة من ٣٥ ألف قنبلة لـ "إسرائيل..

الجامعة العربية و ما يحدث في فلسطين

القاهرة

قالت الجامعة العربية، إن ما يحدث من تطورات في فلسطين أمور تستحق مواقف وقرارات عربية قوية.

وأوضح الأمين العام المساعد للجامعة العربية السفير حسام زكي في تصريحات على هامش اجتماعات القمة العربية المنعقدة في العاصمة البحرينية المنامة، أن القضية الفلسطينية تعد إحدى القضايا المحورية الرئيسية على جدول أعمال القمة وقمة البحرين ستتناول القضية الفلسطينية من جوانبها كافة خاصة في ظل المستجدات الحالية المرتبطة باستمرار الحرب الإسرائيلية على قطاع غزة.

وأشار السفير زكي إلى أن قمة البحرين ستصدر عنها مواقف عربية قوية تؤيد الحقوق الفلسطينية وتدعو المجتمع الدولي لعدم التخلي عن مسؤولياته إزاء هذه الحقوق التي من الضروري استعادتها لصحة الشعب الفلسطيني.

وأضاف أن قمة البحرين سيصدر عنها قرارات قوية بشأن ما يمارس بحق شعب أعزل بغزة فاق أي تصور وأن تظهر مخرجات القمة التي تعقد في ظروف استثنائية بشكل توافقي يلبي تطالعات الرأي العام العربي.

التقرير يكشف عن خطة "التصعيد" التي يخطط لها حزب الله

وكالات

أفادت صحيفة "معاريف" الإسرائيلية، بأن "الجيش الإسرائيلي رصد مؤخرا محاولات من جانب حزب الله لتعمية قدرات المراقبة لديه..

وأضافت: "بدأ الأمر بضرب طائرات بدون طيار تابعة للجيش الإسرائيلي في العتلة والسيطرة عليها من بعيد، ثم قام حزب الله في عدة مناسبات بإطلاق عدد كبير من الصواريخ على جبل ميرون..

وتابعت: "من بين أمور أخرى، استهدف حزب الله هوائيات الرادار الخاصة بوحدة المراقبة الجوية التابعة للقوات الجوية، في الوقت نفسه، عمل حزب الله على تدمير أنظمة المراقبة في عدد كبير من المواقع على طول الخط الحدودي..

وحسب الصحيفة، "إن الضرر الذي لحق بإلوان المراقبة التابع للجيش الإسرائيلي اليوم هو استمرار لجهود حزب الله لتدمير أصول المراقبة التابعة للجيش الإسرائيلي، ولكنه أيضا استمرار لاتجاه حزب الله التصعيدي في الأيام الأخيرة..

وفي الأيام الأخيرة، تم تسجيل مثل هذه الهجمات في منطقة كريات شمونة، راموت نفتالي، عيمك حولا، وكذلك في مناطق في الجليل الغربي..

وأعلن حزب الله اللبناني، الثلاثاء، استهداف قاعدة إطلاق وتحكم بمنطاد تجسس إسرائيلي فوق منطقة أدميت شمالي إسرائيل، مما أدى إلى تعطل المنطاد.

وقال حزب الله في بيان إنه استهدف بالصواريخ "٣ أهداف عائدة للمنطاد بشكل متتال، هي قاعدة إطلاقه التي دمرت وأفلت منها المنطاد، وآلية التحكم به وتم تدميرها بالكامل، وطاقم إدارته الذي أصيب بشكل مباشر ووقع أفراده بين قتيل وجريح.. وأظهر مقطع فيديو متداول المنطاد، بعد تعطله وانفصاله عن قاعدة التحكم.

الدراسة تكشف عن تراجع النشر الأدبي في الأردن

الدوحة

أشاد زوار معرض الدوحة الدولي للكتاب ٢٠٢٤ الذي يقام حالياً تحت شعار "المعرفة تبني الحضارات"، بالمشاركة الأردنية في المعرض، مؤكداً أن المستوى الرفيع الذي بلغته دور النشر الأردنية اليوم في تعزيز صناعة النشر والتأليف على مستوى الوطن العربي، لم تبلغه أي دور نشر عربية أخرى.

وشدد هؤلاء في تصريحات لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) على الدور الكبير الذي تقوم به دور النشر الأردنية في الارتقاء بمستوى صناعة النشر والتأليف والطباعة للكتاب العربي، موضحين أن دور النشر الأردنية باتت اليوم من أصحاب البصمات الملموسة وذات الأثر الكبير الذي اكتسبته المؤلفات والمنشورات العربية في جميع المجالات وبالأخص الاقتصاد والسياسة، فضلا عن مجالات النشر الأخرى المتعلقة بالكتب الأكاديمية وكتب الأطفال والكتب العلمية والأدبية والدينية والتعليمية والترجمات، وكتب التاريخ والروايات والترتات والثقافة، واللغة العربية وآدابها، والقانون والمحاسبة والإدارة والفلسفة، والدراسات الأدبية والإبداعية وغيرها من الكتب والإصدارات الموجهة للنشء والباحثين.

وقال خائر سلطان وهو أحد زوار معرض الدوحة الدولي للكتاب، إنه يحرص على متابعة كل ما يصدر عن دور النشر الأردنية، ليس ما يتم عرضه في معارض الكتب التي تقام في قطر والدول العربية الأخرى، لكن بشكل عام، لافتاً إلى أن دور النشر الأخرى تتميز بمواكبتها لجميع المتغيرات والتغيرات والتطورات التي تشهدها صناعة النشر على مستوى العالم، من حيث مستوى ومواصفات ومعايير الطباعة والتصميم والعرض الذي يلعب دوراً كبيراً في استقطاب وجذب القارئ والباحث والمتقن مهما كان هدفه من شراء الكتاب، أو من حيث مضمون ومجال محتوى الكتب والمؤلفات التي تصدرها دور النشر الأردنية.

من جانبه، قال أحمد الكبيسي الذي يزور معرض الدوحة للكتاب بشكل شبه يومي، إنه سعد كثيراً بالعناوين التي يعرضها الجناح الأردني في معرض الدوحة للكتاب، لافتاً إلى قيامه بشراء عشرات الكتب والمؤلفات التي تغطي المجالات كافة من دور النشر الأردنية، وقال: هناك آلاف العناوين في معرض الدوحة للكتاب، لكن لا يمكن أن تجد ضالتك إلى في إحدى دور النشر الأردنية سواء كنت تبحث عن الكتاب الأكاديمي أو العلمي أو مقررات دراسية جامعية معينة، أو كتاب ما تعتقد أنه سفيديك في إعداد بحث معين أو مشروع تخرج من الجامعة.

وأضاف الكبيسي "أنا بالرغم مما وصلنا إليه اليوم من كتب إلكترونية متاحة في جميع المجالات عبر الإنترنت ومن أي مكان في العالم، إلا أن منشورات ومطبوعات دور النشر الأردنية تبقى لها رونق خاص، وأهمية خاصة، لأن ما تتيحه تلك الدور لا يمكن ببساطة أن تجده في أي مكان آخر..

وقال سليم الغافري وهو طالب جامعي كان يتجول في معرض الدوحة للكتاب، إنه ومن واقع خبرته كطالب وباحث أكاديمي، فإن دور النشر الأردنية تعد من أكثر دور النشر العربية التي يمكن أن توفر للطالب والباحث والمتقن بالقرأة، كل ما يبحثون عنه من كتب وفي أي مجال كانت.

وأضاف الغافري أن أجنحة دور النشر الأردنية في معرض الدوحة الدولي للكتاب تعتبر من أكبر وأغنى دور النشر المشاركة في المعرض والتي يتجاوز إجمالي عددها ٥٠٠ دار نشر وتوزيع تمثل ٤٢ دولة عربية وأجنبية وتعرض ١٨٠ ألف عنوان في المجالات كافة.

وأشار إلى أن هذا الحضور القوي لدور النشر الأردنية، يعكس بشكل واضح قوة دور النشر والتوزيع الأردنية، والمستوى الذي بلغته اليوم في محتوى وجود إصداراتها على مستوى المنطقة.

من جانبه، أكد عزيز القويبي بينما كان يمشي بشراء عدد من الكتب والمؤلفات من دار نشر أردنية، أن دور النشر الأردنية بمشاركة في المعارض العربية للكتاب، فإن تفرغ هذه المعارض وترسخ دورها وقدرتها على استقطاب المثقفين والباحثين، بل وتضيف كثيراً من الأهمية التي تكتسبها تلك المعارض.

وقال القويبي إنه متابع دائم لما يصدر عن دور النشر الأردنية، مؤكداً أنها تشهد تطوراً متنامياً وكبيراً كل عام، ما يغري كثيراً المثقفين والقراء، والطلاب والأكاديميين بشكل خاص، حيث معروف عن دور النشر الأردنية اهتمامها الكبير بالكتاب الأكاديمي وكتب طلاب العلم من مدارس وجامعات والكتب الموجهة للأطفال.

وعبر القويبي عن أمله في أن تحقق مشاركة دور النشر الأردنية النجاح المأمول الذي اعتدنا عليه من مشاركتها في معرض الدوحة الدولي للكتاب، وأن تتمكن من تسويق وبيع معظم معروضاتها من الكتب والمطبوعات، مؤكداً أن الكتب الأردنية تجذب زوار المعرض بشكل كبير.

٢٠٢٥

تقرير مع الجمعية الأردنية (جمع ليبيا)

وكالات

أعلن المدعي العام للمحكمة الجنائية الدولية كريم خان، عزمه إنهاء تحقيقه في الجرائم ضد الإنسانية وجرائم الحرب المرتكبة في ليبيا منذ مطلع عام ٢٠١١ بحلول نهاية ٢٠٢٥.

وفي معرض عرضه لتقريره الدوري إلى مجلس الأمن الدولي رأى المدعي العام أنه تم إحراز "تقدم كبير" خلال الأشهر الـ ١٨ الماضية لا سيما بفضل التعاون الأفضل من جانب السلطات الليبية، وأكد أن "عملنا يسير بوتيرة أسرع بهدف تلبية التوقعات المشروعة لمجلس ليبيا وشعبها..

وذكر أنه في الأشهر الستة الماضية تمكنت فرقة من تنفيذ ١٨ مهمة في ٣ مناطق من ليبيا وجمع ٨٠٠ دليل منها وثائق مرئية وصوتية.

وأعلن، "وصلنا إلى لحظة حاسمة" تسمح بالإعلان عن خارطة طريق نحو إنهاء مرحلة التحقيق في المحكمة، وتنص خارطة الطريق على إغلاق مرحلة التحقيق بحلول نهاية ٢٠٢٥.

وقال، "بالطبع لن يكون الأمر سهلاً، لكن "أمل أن تسمح هذه الفترة بتقديم طلبات جديدة لإصدار مذكرات توقيف". وأضاف، "الهدف هو تنفيذ مذكرات التوقيف وتطبيق إجراء أولي أمام المحكمة فيما يتعلق بواحدة على الأقل من مذكرات التوقيف بحلول نهاية ٢٠٢٥..

ورفع مجلس الأمن نداءً للوضع في ليبيا إلى المحكمة الجنائية الدولية في فبراير ٢٠١١، بعد بدء احتجاجات غير مسبقة قعمت بعنف ضد نظام معمر القذافي.

وأدى التحقيق الذي فتحته المحكمة في مارس ٢٠١١ حتى الآن إلى ثلاث قضايا مرتبطة بجرائم ضد الإنسانية وجرائم حرب.