

نظام يمكن الجامعات من إنشاء الكليات الصحية

عمان
أقر مجلس الوزراء في جلسته التي عقدها الأحد، برئاسة رئيس الوزراء الدكتور بشر الصاونة، نظاماً معدلاً لنظام ترخيص الجامعات الأردنية الخاصة وإنشائها لسنة ٢٠٢٤. ويأتي النظام المعدل لتأمين الجامعات من إنشاء الكليات الصحية؛ كونها مكملة لعمل الجامعة، ولإعادة تنظيم إنشاء المستشفيات التعليمية الجامعية وقبول الطلبة الوافدين. كما أقر مجلس الوزراء نظاماً معدلاً لنظام النقاط المرورية لسنة ٢٠٢٤؛ وذلك انسجاماً مع صدور القانون المعدل لقانون السير رقم (١٨) لسنة ٢٠٢٣، الذي تضمن تشديداً للعقوبات الواردة على مخالفات السير التي تشكل خطورة على مستخدمي الطرق، وتحديد نقاط مرورية لتلك المخالفات، والزام مرتكبي المخالفات بالخطوة بالحصول على دورة تأهيلية في المعهد المروري الأردني. وقرر مجلس الوزراء تمديد العمل بقراره السابق المتضمن الإعفاء من الرسوم الجمركية وضريبة المبيعات العامة والخاصة، المترتبة على أجور الشحن البحري، لمدة شهر. ويأتي القرار نظراً لاستمرار ارتفاع أجور الشحن البحري عن الوضع الاعتيادي، نتيجة تداعيات أزمة الملاحة في البحر الأحمر، وبهدف تخفيف الكلفة على استيراد البضائع والحد من انعكاس أسعارها على المواطنين. على صعيد آخر، قرر مجلس الوزراء إحالة مدير عام دائرة الأحوال المدنية والجوازات فهد العموش إلى التقاعد؛ نظراً لبلوغه السن القانوني.

"الأراضي" تطلق خدمة بيان التغيير عبر موقعها الإلكتروني

عمان
أطلقت دائرة الأراضي والمساحة الأحد، على موقعها الإلكتروني خدمة بيان التغيير. وقالت دائرة الأراضي، إن بيان التغيير وثيقة مهمة ومرجعية لكل العاملين في مجال المساحة لأنه يتضمن التحديثات والتغيرات في معلومات العقار، مشيرة إلى أن إتاحته على موقع الدائرة الإلكتروني يهدف إلى رجوع مساحي الدائرة والقطاع الخاص والجهات التنظيمية إلى البيان من أجل الاستفادة منه، وبما يعكس إيجاباً خلال عمليات تثبيت الحدود واعداد معاملات الإفراز والتراخيص. وأوضحت أن آلية الاستعلام المجاني عن بيان التغيير تكون بالدخول لموقع دائرة الأراضي الإلكتروني (www.dls.gov.jo) واختيار قائمة خدماتي ثم خدمة بيان التغيير. ويوضح الرابط التالي آلية استعادة من خدمة بيان التغيير: [https://www.dls.gov.jo/EBV4.0/Root_\(Storage/AR/Change_Print_Process.pdf\)](https://www.dls.gov.jo/EBV4.0/Root_(Storage/AR/Change_Print_Process.pdf)).

الأمم

الإثنين 25 ذو الحجة 1445 هـ الموافق 1 تموز 2024 م
السنة التاسعة / العدد (3011) / 250 فلساً / www.omamjo.com

العثور على شخصين متوفيين في البادية الجنوبية

عمان
عثرت الأجهزة الأمنية على شخصين متوفيين في البادية الجنوبية. وقال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام إنه تم العثور على شخصين متوفيين في منطقة صحراوية نائية ضمن اختصاص البادية الجنوبية بعد ورود بلاغ عن تقييها. وأضاف، إنه تم إخلاء الجثتين للطب الشرعي لتحديد سبب الوفاة، وفتح تحقيق في الحادثة.

نائب الملك يرعى إطلاق مسابقة دولية للأمن السيبراني في عمان



عمان
رعى نائب جلالة الملك، سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد، الأحد، إطلاق المسابقة الدولية آرميتون ٢٠٢٤ المخصصة للجيش والأجهزة الأمنية بمجال الأمن السيبراني والتشفير بنسختها الثانية. ويشارك في المسابقة ٢٠ فريقاً من ١٣ دولة، إذ يخوض المتسابقون مجموعة من التحديات تعزز قدرات التصدي للتهديدات السيبرانية وحماية الأنظمة والبيانات الحساسة مثل التحقيقات الرقمية وفحص نفقات المواقع الإلكترونية ودمج الأمن السيبراني مع البيانات السحابية والطائرات المسيرة. وأشاد رئيس اللجنة التوجيهية العليا للمسابقة، مدير عام المركز الأردني للتصميم والتطوير "جودي" العميد المهندس أيمن البطران في كلمته إلى أن المركز يطلق مبادرات محلية وعالمية لنشر الوعي وتطوير الحلول في مجال الأمن السيبراني، تنفيذاً للرؤية الملكية ولوكالة التحول الرقمي. وأضاف البطران أن مبادرات "جودي" تهدف لجعل الأردن مركزاً إقليمياً رائداً عبر بناء شراكات محلية ودولية، والمساهمة في رفع الوعي وتبادل الخبرات، وتطوير قدرات الشباب وتوجيه طاقاتهم نحو مجالات الأمن السيبراني والابتكار التكنولوجي.

من جانبه، قال رئيس اللجنة التنظيمية إن المسابقة، التي تقام على مدار ثلاثة أيام، تشهد مشاركة فريقين من كازاخستان وأستراليا بصفة المتحدث باسم "جودي" المهندس راتب أبو الراغب

تدمير إسرائيل لقطاع غزة يعرقل أعمال الإغاثة



عمان
قال عضو اللجنة الأممية لمنظمة حقوق الإنسان في فلسطين كريس سيدوتي، إن هناك أكثر من ٣٧ مليون طن من الركام يسبب القصف الإسرائيلي للمساكن في قطاع غزة تعرقل عمل الجهات الإغاثية الدولية في ظل الحاجة الملحة لسكان غزة للمواد الغذائية والمياه والخدمات الطبية.

ويحسب الموقع الرسمي للمنظمة، أكد سيدوتي الأحد أن هناك إصراراً إسرائيلياً شديداً على فرض الكثير من القيود في ظل هذه الظروف الخطيرة ومنع دخول المساعدات والمخاطر التي تواجه فرق الدعم بشكل كبير. وأوضح أن سلطات الاحتلال الإسرائيلي تمنع إلى حد كبير منح التصاريح للفرق الطبية والمؤسسات المعنية بحقوق الإنسان والمنظمات الطبية للمستشفيات.

تخفيض أسعار البنزين بنوعيه ورفع سعر الديزل لشهر تموز



عمان
قررت لجنة تسعير المشتقات النفطية تخفيض سعر بيع البنزين أوكتان ٩٠ ليصبح (٩٠٠) فلساً بدلاً من (٩١٥) فلساً للتر، وتخفيض سعر بيع البنزين أوكتان ٩٥ ليصبح (١١٤٠) فلساً بدلاً من (١١٥٥) فلساً للتر، ورفع سعر الديزل ليصبح (٧٠٥) فلساً بدلاً من (٧٠٠) فلس للتر، للفترة من ١ إلى ٣١ تموز. كما قررت اللجنة الاستمرار في تثبيت سعر مادة الكاز لشهر تموز المقبل عند سعر ٦٢٠ فلساً للتر، والإبقاء على سعر أسطوانة الغاز المنزلي (١٢,٥) كغم عند سعر ٧ دنانير/ أسطوانة. واستعرضت اللجنة خلال اجتماعها الأحد، الأسعار العالمية للنفط الخام والمشتقات النفطية خلال شهر حزيران ومقارنتها بمثلها لشهر أيار الماضي، حيث أظهرت معدلات الأسعار العالمية انخفاضاً على أسعار البنزين بنوعيه (٩٥ و ٩٠) وارتفاع سعر الديزل خلال شهر حزيران. وبعد تطبيق المعادلة السعرية وفقاً للأسعار العالمية على كافة المشتقات النفطية، تبين للجنة انخفاض سعر البنزين ٩٠ بمقدار (١٥) فلساً للتر، وارتفاع سعر الديزل بمقدار (٥) فلسات للتر. وقرر مجلس مفوضي الهيئة، الأحد، تحديد قيمة تعرفه بند فرق أسعار الوقود في فاتورة الكهرباء لشهر تموز المقبل بقيمة صفر.

عمان
أعلن وزير الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية الدكتور محمد الخلايلة الأحد، إطلاق فعاليات المراكز الصيفية لتحفيظ القرآن الكريم لهذا العام تحت عنوان "وقولوا للناس حسناً". وأكد الخلايلة بحضور أمين عام الوزارة الدكتور عبدالله العقيل، ومساعد الأمين العام لشؤون المديرية، مدير التعليم الشرعي الدكتور حاتم السحيمات، حرص الوزارة على تعليم وتحفيظ كتاب الله على مدار العام. تابع ص ٢

عروض متنوعة لاحتراف اللاعبين الأردنيين



عمان
تشهد ساحة كرة القدم المحلية، الكثير من عروض الاحتراف المتنوعة للاعبين الأردنيين الذين ارتفعت أسهمهم في الفترة الأخيرة والتي أعقبت إنجاز كأس آسيا. ويتلقى اللاعبون حالياً عدداً كبيراً من عروض الاحتراف أغلبها من أندية عربية وآسيوية. ويبرز عدد كبير من النجوم أمثال موسى العمري ويزن نعيمات وعلي علوان وإبراهيم سعادة ويزيد أبو ليلى ويزن العرب وعبدالله نصيب وغيرهم من النجوم الذين يتلقون يومياً عروضاً احترافية. ولم يحسم عدد كبير من اللاعبين الأردنيين حتى الآن وجهتهم المقبلة، بانتظار دراسة هذه العروض بتروي قبل حسم الأمور. تابع ص ٨

عمان
تطلعت وزارة الاستثمار لضاء بين رجال أعمال سغافوريين متخصصين في قطاعات البنى التحتية والمياه والطاقة والاستشارات الهندسية والتصميم المتكامل وإدارة المشاريع والإنشاءات، وبين ممثلي الجهات الحكومية المعنية والشركات المتخصصة من القطاع الخاص الأردني. ويأتي اللقاء، بحسب بيان للوزارة الأحد، في إطار متابعة اللقاءات التي أجراها سمو ولي العهد الأمير الحسين بن عبدالله الثاني في سغافورة بداية هذا العام. تابع ص ٢

هجوم بقوس وسهم على سفارة إسرائيلية.. إصابة ضابط ومقتل المنفذ

عمان
وقال وزير الداخلية إيفيكا داسيتش في بيان، إن المهاجم أطلق سهماً قصيراً على الشرطي فإصابه في رقبته. وأضاف أن الشرطي "استخدم السلاح دفاعاً عن النفس لإطلاق النار على المهاجم الذي تولى متأثراً بجراحه.. وأشار وزير الداخلية إلى

أن الشرطي كان واعياً عندما تم نقله إلى مستشفى الطوارئ الرئيسي في بلغراد، حيث ستجرى له عملية جراحية لإزالة السهم من رقبته. وأوضح داسيتش، "يتم التحقيق في جميع ملابس المهاجم ودوافعه المحتملة..

عمان
أعلنت وزارة الداخلية في صربيا أن شخصاً مسلحاً بقوس وسهم أصاب شرطياً كان يحرس السفارة الإسرائيلية في بلغراد، السبت، ورد الشرطي بإطلاق النار مما أدى لقتل المهاجم.

عمان
أعلنت وزارة الداخلية في صربيا أن شخصاً مسلحاً بقوس وسهم أصاب شرطياً كان يحرس السفارة الإسرائيلية في بلغراد، السبت، ورد الشرطي بإطلاق النار مما أدى لقتل المهاجم.

الإدارة العامة للأمن السيبراني

عمان - خالد حكمت الزعبي
عقدت دائرة الأراضي والمساحة في إقليم الشمال ورشة عمل لمناقشة ورشة عمل لمناقشة خططها الاستراتيجية للفترة المقبلة (٢٠٢٤-٢٠٢٨) بالتعاون مع مشروع الإدارة المالية والحامة والإدارة و بمشاركة مديري إقليم الشمال وعدد من مديري المركز الرئيسي في الدائرة. وجرى أثناء الورشة عرض المحاور الرئيسية التي تضمنتها الخطة الاستراتيجية للأعوام (٢٠٢٤-٢٠٢٨) والتي تمثلت برحلة إعداد الخطة وتحليل البيئة الداخلية والخارجية وتحديد الرؤية والرسالة والقيم والأهداف الاستراتيجية، وتحليل النشآت والمراجعات للخروج بتوصيات ومقترحات تتلاءم مع محاور الخطة الاستراتيجية. تابع ص ٣

الإدارة العامة للأمن السيبراني

عمان
أعلن وزير الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية الدكتور محمد الخلايلة الأحد، إطلاق فعاليات المراكز الصيفية لتحفيظ القرآن الكريم لهذا العام تحت عنوان "وقولوا للناس حسناً". وأكد الخلايلة بحضور أمين عام الوزارة الدكتور عبدالله العقيل، ومساعد الأمين العام لشؤون المديرية، مدير التعليم الشرعي الدكتور حاتم السحيمات، حرص الوزارة على تعليم وتحفيظ كتاب الله على مدار العام. تابع ص ٢

الإدارة العامة للأمن السيبراني

عمان
أطلقت أمانة عمان الكبرى الأحد، مخرجات التقرير النهائي للمشروع الألماني الأردني بحصر وتجميع مياه الأمطار الغزيرة في الأردن، الذي يهدف إلى إيجاد حلول مبتكرة لجمع مياه الأمطار أثناء الهطولات الغزيرة واجتذاب أي كوارث محتملة بسببها. ويسعى المشروع الذي يشمل مدينة عمان والبيتر، إلى المساعدة في تحسين الأساليب والأدوات الحالية للتعويض بالفيضانات والوقاية منها في الأردن وإيجاد حلول هندسية لجمع المياه وتصريفها. من خلال تحليل العوامل الدافعة للفيضانات الواسعة لوديان الأردن ودراسة العلاقات بين التغيرات المناخية وتغيرات استخدام الأراضي والتدابير الهندسية الهيدروليكية. تابع ص ٢

إدارة شؤون المديرية

عمان
تطلعت وزارة الاستثمار لضاء بين رجال أعمال سغافوريين متخصصين في قطاعات البنى التحتية والمياه والطاقة والاستشارات الهندسية والتصميم المتكامل وإدارة المشاريع والإنشاءات، وبين ممثلي الجهات الحكومية المعنية والشركات المتخصصة من القطاع الخاص الأردني. ويأتي اللقاء، بحسب بيان للوزارة الأحد، في إطار متابعة اللقاءات التي أجراها سمو ولي العهد الأمير الحسين بن عبدالله الثاني في سغافورة بداية هذا العام. تابع ص ٢

نائب الملك يرعى إطلاق مسابقة دولية للأمن السيبراني في عمان

إطلاق البرنامج التأهيلي للمسار السريع "المواهب القيادية الشابة"

عمان

وقالت مديرة عام المعهد الهندسة سهام الخوالدة، إن هذا البرنامج يأتي استجابة للمبادرات التنفيذية خطة خارطة طريق تحديث القطاع العام في محور الموارد البشرية والذي يشكل النواة الأولى لمشاركي برنامج المسار السريع، ويعتبر جزءاً من منظومة متكاملة تهدف إلى إعداد قيادات حكومية مستقبلية شابة قادرة على إحداث التغيير المطلوب.

وأضافت، أن ذلك يأتي وفقاً لما تضمنته مخرجات خارطة تحديث القطاع العام، والخطة الاستراتيجية للموارد البشرية (٢٠٢٣-٢٠٢٧) في الخدمة المدنية، التي أقرها مجلس الوزراء في آب الماضي، لتلبية الاحتياجات من القادة ودعم مرتكزات وقيم تحديث القطاع العام.

وأوضحت الخوالدة، أن البرنامج يهدف إلى استقطاب المواهب والقيادات الشابة في القطاع العام ممن يمتلكون السمات القيادية لتأهيلهم وصقل مهاراتهم، والاكتشاف المبكر للمواهب الحكومية المحتملة لتشكيل النواة الأولى لمشاركي برنامج المسار السريع.

وأشارت إلى أن البرنامج استهدف ٤٥ دائرة حكومية تندرج تحت القطاعات التي شملتها مكونات خطة خارطة طريق تحديث القطاع العام ورؤية التحديث الاقتصادي، ضمن شروط ترشح معينة. وأكدت أنه ولضمان حوكمة البرنامج، تم تشكيل لجنة توجيهية تتولى الإشراف عليه، كما تم تشكيل لجنة فنية لإجراء المقابلات الشخصية، وتقييم المشاريع المقدمة من المشاركين.

وبيّنت الخوالدة أن المتقدمين للمشاركة بالبرنامج خضعوا لآلية تقييم تتضمن عدداً من المعايير، حيث تم استقبال ٢٣٣ طلباً إلكترونياً وبناءً على نتائج الفرز خضع لاختبار الذكاء ١٠١ متقدماً، وخضع لاختبار المهارات القيادية ٧٤ متقدماً، ووفقاً لنتائج الاختبارات خضع ٣٤ شخصاً للمقابلة الشخصية، وتم اختيار ٢٦ مشاركاً من ١٧ دائرة حكومية، منهم ١٤ من الإناث و١٢ من الذكور.

يذكر أن البرنامج التدريبي التفصيلي تم تصميمه ليشمل العديد من المواضيع الهامة لتحقيق الغاية من البرنامج، من أهمها تعريف المشاركين بخخطط ورؤى التحديث الوطنية، بالإضافة إلى المواضيع الإدارية مثل التخطيط الاستراتيجي واستشراف المستقبل والثقافة المؤسسية والتحول الرقمي.

سلطة وادي الأردن تعيد تأهيل الجزء الشمالي من قناة الملك عبد الله

عمان

أكد أمين عام سلطة وادي الأردن المهندس هشام الحبيشة، حرص السلطة على تنفيذ الخطة الاستراتيجية لقطاع المياه خاصة ما يتعلق بفاقد المياه وخفض الفاقد المائي.

وأشار إلى أنه يجري حالياً العمل على إعادة تأهيل الجزء الشمالي من قناة الملك عبد الله بالتعاون مع الشركاء بما يطور ويرفع من كفاءة تزويد مياه الري وكذلك مياه الشرب لمنظومة مياه قناة الملك عبد الله التي تعد من أهم المصادر المائية في المملكة.

وزاد، أن لدى سلطة وادي الأردن خطة للنهوض بالواقع الزراعي والخدمي في مناطق وادي الأردن من خلال تنويع الزراعة في الوادي الذي يتم تنفيذه على عدة مراحل على مدار العام، منها مشروع البصرة الزراعية وهي العلاقة بين الأصناف الزراعية وكميات المياه لهذه الأصناف بما يعكس على واقع المزارع الأردني وتمكينه من المنافسة وتحقيق مردود جيد.

وبين خلال ورشة عمل الخطة التنفيذية لتقليل الفاقد المائي في وادي الأردن بالتعاون مع مشروع حوكمة قطاع المياه WGA الممول من الوكالة الأميركية للتنمية الدولية USAID، التي عقدت اليوم الأحد، أن سلطة وادي الأردن وبالتعاون مع الوكالة الأميركية للتنمية الدولية (USAID) تنفذ عدداً من البرامج والمشاريع التي من شأنها تقليل الفاقد في قناة الملك عبد الله، حيث تقوم الآن بعمل دراسات تحويل جزء من قناة الملك عبد الله جنوباً بطول ٤٥ كم، إلى أنابيب مغلقة للحد من التبخر والتسرب والاعتداءات والمحافظة على نوعية المياه وتقليل فاقد المياه، إضافة إلى حماية أرواح المواطنين القاطنين في المناطق القريبة والحد من حالات الغرق.

كما بين الحبيشة أن سلطة وادي الأردن تعمل للنهوض بالواقع الخدمي للمزارعين وتأمين احتياجاتهم ورفع كفاءة التزويد المائي وخفض الفاقد.

وشدد على أن السلطة تعزز جهودها بالتعاون مع المزارعين لتطوير وتعزيز المصادر المائية وخفض فاقد المياه وضمان المحافظة عليها بما يضمن توفيرها لغايات الشرب للمواطنين والري للمزارعين، خاصة في وادي الأردن ودعم الزراعة والمزارعين وخلق كل الظروف المناسبة وتقديم كافة الإمكانيات للمزارعين.

واستعرض الحبيشة بحسب بيان صادر عن وزارة المياه والري، التحديات التي يواجهها الأردن خاصة التغير المناخي وما نتج عنه من فيضانات خلال موسم، وكذلك الارتفاع الملحوظ على درجات الحرارة خلال فصل الصيف، مثنياً الدعم المتميز من الوكالة الأميركية للتنمية الدولية وجهودها المتواصلة في دعم السلطة ومشاريعها.

الأردن يحصد عدداً من الجوائز بمسابقات الدورة ٢٤ للمهرجان العربي للإذاعة والتلفزيون

تونس

فاز تلفزيون المملكة ومؤسسة الإذاعة الأردنية بالجائزة الأولى في مسابقات الدورة الـ ٢٤ للمهرجان العربي للإذاعة والتلفزيون، التي أعلنت نتائجها، في العاصمة تونس.

ونال تلفزيون المملكة الجائزة الأولى في المسابقات التلفزيونية الموازية / صنف الأخبار والتقرير الإخباري برنامج "قصص نجاح حققها ذوو الإعاقة في الأردن"، وذهبت الجائزة الثانية إلى برنامج فتيات على خط النار / عندما تكون النساء في الصدارة (شركة جنى- فلسطين)، وكذلك فاز تلفزيون المملكة بالجائزة الثانية في المسابقات التلفزيونية الرئيسية / صنف برامج المنوعات والسهرات الفنية عن برنامج "الموعظ"، مناصفة مع التلفزيون التونسي في حين ذهبت الجائزة الأولى إلى منصة حفلة نغم يعني في باريس مؤسسة الإذاعة والتلفزيون اليمني.

كما حصدت مؤسسة الإذاعة الأردنية الجائزة الأولى في المسابقات الإذاعية الرئيسية عن برنامج "عنترة" في صنف الدراما للمحلية، ونالت إذاعة سلطة عمان الجائزة الثانية وكذلك حصل برنامج حواضر إسلامية من إنتاج مؤسسة فضاء الأردن للإعلام على الجائزة الثانية في صنف الأعلام والبرامج الوثائقية العامة. وفي المسابقات التلفزيونية الرئيسية/ صنف التقرير الإخباري، ذهبت الجائزة للمراسل الشهيد محمد ابو حطب عن تقرير الاحتلال فيغتل الحقيقة (تلفزيون فلسطين).



بال تعاون بين "جودبي" وجامعة الأميرة سمية للتكنولوجيا، التي أسست شركة ديفيسك الناشئة للطلبة الخريجين المتخصصة بتقديم خدمات الأمن السيبراني، وتشمل فحص الاختراق والتحقق بالجرائم الإلكترونية وإقامة مسابقات الأمن

بال تعاون بين "جودبي" وجامعة الأميرة سمية للتكنولوجيا، التي أسست شركة ديفيسك الناشئة للطلبة الخريجين المتخصصة بتقديم خدمات الأمن السيبراني، وتشمل فحص الاختراق والتحقق بالجرائم الإلكترونية وإقامة مسابقات الأمن

بال تعاون بين "جودبي" وجامعة الأميرة سمية للتكنولوجيا، التي أسست شركة ديفيسك الناشئة للطلبة الخريجين المتخصصة بتقديم خدمات الأمن السيبراني، وتشمل فحص الاختراق والتحقق بالجرائم الإلكترونية وإقامة مسابقات الأمن

بدء تقديم خدمات الدفع الإلكتروني لأصحاب الآبار الخاصة

عمان

أعلنت وزارة المياه والري / سلطة المياه، عن بدء تقديم خدمات الدفع الإلكتروني لأصحاب الآبار الخاصة، تماشياً مع التوجهات الحكومية الرامية إلى التحول الإلكتروني وحوكمة جميع المعاملات والإجراءات.

وقالت الوزارة في بيان الأحد، إن البدء في هذه الخدمة يهدف إلى تبسيط إجراءات خدمات المياه ضمن خطة سلطة المياه في أتمتة وحوسبة جميع خدماتها المقدمة وبما يوفر سهولة المرونة في تيسير المعاملات وتخفيف الأعباء عن المواطنين. وأضافت، إلى التحول في الخدمات الإلكترونية حقق إنجازات عديدة وسهل على المواطنين إنجاز معاملاتهم، ووفر جدهم ووقتهم إلى جانب استمرار تقديم معظم الخدمات في جميع مناطق المملكة على مدار الساعة.

وتشمل خدمات الدفع المقدمة، "أي فواتيركم"، و"فيزا، كليك" مع الاستمرار بتقديم الخدمة لدى مكاتب السلطة. وأشارت الوزارة إلى أن قطاع المياه يسرع الخطى للتوسع في الخدمات الإلكترونية التي يمكن إدارتها عن بعد في الظروف والأوقات كافة وبما يسهل على المواطن ويرفع مستوى الأتانة وتبسيط الإجراءات وخفض النفقات وتحقيق الرقابة الفاعلة على سير إنجاز المعاملات مع إلغاء المعاملات الورقية وخفض كلفها وكلف نقل البريد مع سرعة الوصول لأي معاملة في أي وقت في ظل توفير أعلى درجات الأمان الإلكتروني وضمان السرية والخصوصية وتعزيز الشراكة الفاعلة مع المواطن التي تعطي أعلى درجات المصداقية والوقوف على الواقع أولاً بأول.

بعثة منظمة الصحة العالمية تزور مؤسسة الغذاء والدواء

عمان

أكد مدير عام المؤسسة العامة للغذاء والدواء الدكتور نزار مهيدات، أن المؤسسة ماضية للوصول إلى مستوى متقدم في تنظيم الأدوية واعتمادها النهائي كجهاز رقابي معتمد دولياً، عن طريق برنامج منظمة الصحة العالمية لاعتمادية وتقوية الأنظمة التنظيمية الوطنية.

وأشار مهيدات خلال استضافة بعثة خبراء منظمة الصحة العالمية في زيارة متابعة ضمن إطار البرنامج، بحضور ممثل منظمة الصحة العالمية في الأردن الدكتورة جميلة الراعي، إلى أهمية الزيارة في متابعة التقدم المحرز في تنفيذ التوصيات المتأتية بناء على الزيارات السابقة للمنظمة، للبناء على نقاط القوة وتعزيز مجالات التطوير والتحسين حسب جدول زمني محدد، انسجاماً مع استراتيجية المؤسسة في تطبيق أعلى المعايير الدولية في ضمان جودة ومأمونية الأدوية وفعاليتها وحرصها على دعم قطاع الصناعات الدوائية وتعزيز تنافسيتها تماشياً مع مخرجات رؤية التحديث الاقتصادي التي جاءت بتوجيهات ملكية سامية. بدوره، أشادت الراعي بجهود المؤسسة في التطوير المستمر وتنفيذ توصيات منظمة الصحة العالمية والعمل سوياً من أجل تجويد وتطوير أداء المنظومة بأكملها، والذي بدوره سينعكس إيجابياً على الدور الرقابي والتنظيمي للمؤسسة، وبالتالي تأهلها لبلوغ مستوى النضج الثالث أو الرابع لتنظيم الأدوية المنتجة محلياً والمستوردة. واستعرضت مساعد المدير العام للشؤون الإدارية الدكتورة مها الجفيري خلال الزيارة، المنظمة الوطنية للأدوية والتقدم المحرز منذ تشرين الأول ٢٠٢٢ في الوظائف الرقابية والتنظيمية التي تؤديها المؤسسة والتي تعتبر أساس تحديد مستوى نضج السلطة التنظيمية وتشمل عملية تسجيل الأدوية وإجازتها والكشف عن الأثار الجانبية والرقابة والتفتيش والتحليل المخبري والدراسات السريرية، وآخر المستجدات والتحديات ذات العلاقة. كما استعرضت الدكتورة رازية أستاذة من المقر الرئيسي لمنظمة الصحة العالمية في جنيف، نتائج البرنامج وأهدافه الرامية إلى تقوية الأنظمة التنظيمية والرقابية للأدوية والدعم الفني وبناء القدرات ودعم خطط التطوير المؤسسي.

الأوقاف تطلق فعاليات تحفيظ القرآن بالمراكز الصيفية

عمان



ونشرت وزارة الأوقاف على موقعها الإلكتروني وصفحاتها على وسائل التواصل الاجتماعي أسماء المراكز وواقعها للتسهيل على الأهالي والطلبة معرفة المراكز القريبة، والتي سيستمر عملها حتى منتصف آب المقبل. وتشهد المراكز الصيفية تحفيظ القرآن الكريم إقبالاً كبيراً من قبل الطلاب، حيث بلغ المشاركين العام الماضي نحو ١٧٠ ألف طالب وطالبة.

ودعا وزير الأوقاف الطلبة، ذكورا وإناثا إلى الالتحاق بهذه المراكز البالغ عددها ٣ آلاف مركز في مختلف محافظات المملكة، مشيراً إلى أن المراكز ستستمر مبادرة جلالة الملك عبد الله الثاني لخدمة القرآن ضمن برنامج معد لذلك تم توزيعه على مديريات الأوقاف، إضافة إلى مسابقات ثقافية ودينية وأنشطة رياضية، فضلاً عن حفل تخريج توزيع جوائز وهدايا وشهادات على المتفوقين.

الأمانة تطلق تقرير مشروع حصر وتجميع الأمطار الغزيرة في الأردن



تتأثر بظاهرة التغير المناخي والظواهر الجوية القاسية، خاصة فيما يتعلق بالهطولات المطرية الغزيرة والفيضانات المفاجئة وما يرافقها من أضرار. وأشار إلى أنه وبفضل التعاون المتميز مع الحكومة الألمانية والشركاء من المؤسسات المحلية والدولية، من خلال مشروع "حصر وتجميع الأمطار الغزيرة"، فإننا أصبحنا أكثر قدرة على فهم ظاهرة التغير المناخي والتعامل بكفاءة وفعالية ومرونة مع الآثار السلبية الناجمة عنها للحد من أضرارها على المدينة وسكانها، وصولاً إلى مدينة أكثر أمناً ومنعة. من جهته، أكد ممثل وزارة التعليم والبحث الاتحادية الألمانية رولاند كيل، أن المشروع هو ثمرة التعاون المشترك بين الحكومة الأردنية والألمانية التي من شأنها أن تعود بنتائج إيجابية على مدينة عمان فيما يتعلق بمجال التغير المناخي

أطلقت أمانة عمان الكبرى الأحد، مخرجات التقرير النهائي للمشروع الألماني الأردني بحصر وتجميع مياه الأمطار الغزيرة في الأردن، الذي يهدف إلى إيجاد حلول مبتكرة لجمع مياه الأمطار أثناء الهطولات الغزيرة واجتباب أي كوارث محتملة بسببها. ويسعى المشروع الذي يشمل مدينة عمان والبتراء، إلى المساعدة في تحسين الأساليب والأدوات الحالية للتنبؤ بالفيضانات والوقاية منها في الأردن وإيجاد حلول هندسية لجمع المياه وتصريفها، من خلال تحليل العوامل الدافعة للفيضانات اليومية لوديان الأردن ودراسة العلاقات بين التغيرات المناخية وتغيرات استخدام الأراضي والتدابير الهندسية الهيدروليكية. وقال مدير مدينة عمان أحمد المكاوي خلال إطلاق التقرير، إن عمان أصبحت

العساف: الأردن أصبح من أقوى المدارس العالمية في التايكواندو



نجحت رياضة التايكواندو الأردنية في تحقيق إنجاز تاريخي بتأهيل 4 رياضيين دفعة واحدة، وللمرة الأولى إلى دورة الألعاب الأولمبية، والتي تنطلق يوم 26 يوليو/تموز المقبل في العاصمة الفرنسية باريس.

وتمكن كل من جوليانا الصادق (تحت 67 كجم) وزيد مصطفى (تحت 68 كجم) وصالح الشرباتي (تحت 80 كجم) في التأهل عبر التصنيف العالمي، فيما حجزت اللاعبة راما أبو الرب (فوق 68 كجم) بطاقة التأهل الرابعة من خلال التصنيف الآسيوي والتي جرت في الصين.

ويتطلع المنتخب الأردني بقيادة المدير الفني، فارس العساف، إلى مواصلة التألق في مختلف المحافل العالمية وتقديم أفضل أداء ونتائج في أولمبياد باريس تؤكد ما وصلت إليه رياضة التايكواندو الأردنية والسمة الكبيرة التي تحظى بها.

وجاءت أولى ميداليات الأردن الرسمية في الألعاب الأولمبية عبر رياضة التايكواندو، من خلال اللاعب أحمد أبو غوش الذي نال ذهبية (تحت 68 كجم) في أولمبياد ريو عام 2016، أتبعها بعد ذلك ميدالية فضية نالها اللاعب صالح الشرباتي في دورة طوكيو، والتي أقيمت في عام 2021.

ويعتبره المدرب الأردني الوحيد

والأولمبياد إحدى أهم أولوياتنا، الهدف الأول تحقق بتأهيل 4 لاعبين والأن تتطلع للمنافسة في أولمبياد باريس.

وأشار إلى أن المنتخب الأردني للتايكواندو وصل إلى مرحلة جاهزية كبيرة بفضل العمل المستمر والتدريبات المتواصلة وما يشمله من معسكرات وبطولات عدة أكسبت اللاعبين خبرة كبيرة ومهارة مميزة ستساعد على التفوق.

وستقام منافسات التايكواندو في أولمبياد باريس خلال الفترة من 7 إلى 10 أغسطس/ آب المقبل في قاعة القصر الكبير الموجود في شارع الشانلزييه بالعاصمة

الفرنسية باريس. ويفتح اللاعب زيد مصطفى مشاركة المنتخب الأردني للتايكواندو في أولمبياد باريس يوم 8 أغسطس/ آب المقبل، وفي اليوم التالي سيظهر كل من جوليانا الصادق وصالح الشرباتي على أن تختتم راما أبو الرب مشاركة التايكواندو الأردنية يوم 10 من ذات الشهر.

ويشارك في منافسات التايكواندو بالألعاب الأولمبية المقبلة 120 لاعبة ولاعب سيمثلون 57 دولة من بينهم 16 رياضي عربي يتطلعون من أجل الوصول للمجد الأولمبي وتحقيق ميدالية في الحدث الرياضي الكبير.

عروض متنوعة لإحتراف اللاعبين الأردنيين



تشهد ساحة كرة القدم المحلية، الكثير من عروض الاحتراف المتنوعة للاعبين الأردنيين الذين ارتفعت أسهمهم في الفترة الأخيرة والتي أعقبت إنجاز كأس آسيا.

ويلقى اللاعبين حالياً عددا كبيرا من عروض الاحتراف أغلبها من أندية عربية وآسيوية.

ويبرز عدد كبير من النجوم أمثال موسى التعمري ويزن نعيمات ويلي علوان وإبراهيم سعادة ويزيد أبو ليلي ويزن العرب وعبدالله نصيب وغيرهم من النجوم الذين يتلقون يوميا عروضاً احترافية.

ولم يحسم عدد كبير من اللاعبين الأردنيين حتى الآن وجهتهم المقبلة، بانتظار دراسة هذه العروض بتروفي قبل حسم الأمور.

وقال مسؤول مكتب السلطان للتعاقدات حمزة سلطان، إن اللاعب الأردني بات يحظى برغبة الأندية الخارجية في استقطابه بعد العروض المميزة التي قدمها المنتخب الوطني في كأس آسيا الأخيرة، التي جرت في قطر وحل فيها منتخبنا بالمركز الثاني.

وأضاف وكالة الأنباء الأردنية (بترا)، أن الفترة الحالية تشهد عروضاً احترافية كثيرة للاعبين الأردنيين خاصة من قبل أندية سعودية، مشيراً إلى أن الأيام القليلة المقبلة ستشهد صفقات الاحتراف للاعبين.

الفضل للأجانب... برود الإنجليز يكشف ستر البريميرليج



يملك منتخب إنجلترا، واحدة من أفضل التشكيلات في العالم، نظراً لكثرة اللاعبين اللامعين في الملاعب الأوروبية بسبب جودتهم العالية.

ولا يعد هذا الأمر بجديد على إنجلترا، بل إنها اعتادت على امتلاك مجموعة هائلة من النجوم على مدار السنوات الماضية، لا سيما منذ بداية القرن 21.

ورغم ذلك، لم يستطع الأسود الثلاثة تحقيق أي إنجاز كروي بمختلف البطولات، حيث كان الوصول إلى نهائي يورو 2020 أفضل النتائج التي حققت في آخر 24 سنة، فضلاً عن الوصول لنصف نهائي كأس العالم 2018.

برود وملل

المشكلة لا تكمن في عدم تحقيق الإنجليز، النتائج التي تتناسب مع اللاعبين المتاحين دائماً في السنوات الماضية، بل إن ذلك يصاحبه مستويات مخيبة للأمل.

ويتسم أداء المنتخب الإنجليزي بالبرود وعدم تقديم كرة جذابة ممتعة للمجمل، رغم كثرة اللاعبين الموهوبين في الأجيال المتعاقبة.

الغريب أن هذا الأمر يناقض تماماً، المتعة الموجودة في الدوري الإنجليزي الممتاز، والذي يصنف كأفضل دوري في العالم، سواء للمستوى الفني المرتفع أو للتنافسية الشديدة بين كافة الفرق.

كما أن اللاعبين الإنجليز يقدمون أفضل مستوياتهم ويعبرون عن قدراتهم بوضوح مع أنديةهم في البريميرليج، أو حتى حال احترافهم في الخارج، مثل هاري كين وجود بيلينجهام.

أما عند الاجتماع معاً في المنتخب الإنجليزي، يتحول الأمر إلى النقيض

المعروفة، مما ينعكس على الأداء العام للفريق.

دليل واضح بالنظر إلى الأندية النخبية في البريميرليج، نجد أن أغلبها تعتمد على الأجانب بشكل واضح، فيما لا يمثل الإنجليز الغالبية في التشكيلات الأساسية، إلا عند النزول لأندية الوسطى ومؤخرة الجداول.

الأمر يتضح عند النظر لتشكيلة مانشستر سيتي بطل البريميرليج في آخر 4 سنوات، والذي يعتمد على 4 لاعبين إنجليز بصفة أساسية، وهم كاييل ووكر، جون ستونز، جاك جريليش وفيل فودين، فيما يبقى الآخرون من خارج البلاد.

الأمر ذاته ينطبق على منافسه آرسنال، الذي يعول على 3 لاعبين فقط من إنجلترا في تشكيلته الأساسية، وهم بن وايت، ديكلان رايس وبوكايو ساكا.

فضل الأجانب

هذا الأمر يفتح الباب لتفسير البعض، تألق الإنجليز في ملاعب البريميرليج، بسبب دور الأجانب في إعلاء قيمة ومستوى المسابقات المحلية في البلاد.

وربما يتأثر اللاعبون الإنجليز شخصياً وفنياً بحماس وجودة اللاعبين القادمين من مختلف أنحاء العالم، ليتخلوا عن سمات الشخصية الإنجليزية الباردة، عبر التحول إلى شخصيات بطابع مختلفة تماماً داخل المستطيل الأخضر.

ويمجرد خروجهم من أنديةهم واجتماعهم من جديد في معسكر المنتخب الوطني، تعود الشخصية الإنجليزية للتجلي أمام العالم بسماحتها الطبيعية

انطلاق منافسات البطولة الدولية الثالثة للمنتخبات النسوية للشابات في عمان

انطلقت على ملعب البترا بمدينة الحسين للشباب، منافسات البطولة الدولية الثالثة للمنتخبات النسوية للشابات تحت سن 17 لكرة القدم.

ويشارك في هذه البطولة منتخبات الأردن ولبنان والسعودية.

وخسر المنتخب الوطني النسوي تحت سن 17 أمام نظيره اللبناني 1-0، في أولى مباريات البطولة التي انطلقت مساء الجمعة.

وتمت تشكيلات المنتخب باللقاء: ريناتا البدائية، جيداً كمال، إيمان طميري (سدين الضامن)، ريتال سلامة، ليان ضمور، سيلين غزال (عليا حماد)، ملك سلامة، نادين أبو صالح (لين أبو حلوة)، تاليا الكردي (جنى المصري)، هيا أبو علي، ودانا أبو هزيم.

والتقى الأحد، المنتخب السعودي مع نظيره اللبناني على ملعب البترا، فيما تنام المواجهة الأخيرة يوم الخميس المقبل بين المنتخب الوطني والسعودية، بذات التوقيت وعلى نفس الملعب.

ويتطلع الاتحاد الأردني من خلال توفير المعسكرات التدريبية والمباريات الودية للمنتخب الوطني النسوي 17، إلى تحقيق أعلى مستويات التحضير والدعم للمنتخب، للمضي قدماً في الاستحقاقات المقبلة.

لبنان تلغي بطولة الأرز الدولية الودية للسيدات

قرر الاتحاد اللبناني لكرة القدم، إلغاء بطولة الأرز الدولية الودية للسيدات 2024، التي كانت ستقام ما بين 10 و16 يوليو/تموز المقبل بمدينة طرابلس اللبنانية، ضمن أيام الفيفا الدولية للمنتخبات النسائية.

ونشر اتحاد الكرة، عبر حسابه الرسمي على "إكس" القرار قائلاً: "إلغاء بطولة الأرز الدولية الودية للسيدات 2024، والتي كانت مقررة خلال الفترة من 10 إلى 16 يوليو/تموز، بسبب الأوضاع الأمنية في لبنان والمنطقة".

كانت 4 منتخبات؛ ستشارك في البطولة، وهي: لبنان، والأردن، وبنغلاديش، وفيليب.

وبدأت الانسحابات من منتخب بنغلاديش، عندما أعلن اتحادهم الخميس الماضي عن عدم موافقة حكومتهم على السفر إلى لبنان بسبب الظروف الحالية بمنطقة الشرق الأوسط.

وفي صباح اليوم السبت، نشر الاتحاد اللبناني بيان انسحاب منتخبه النسائي من البطولة لذات الظروف.

بشار عبد الله: دعم المشاركين في الأولمبياد لن يتأخر

أكد بشار عبد الله مدير عام الهيئة العامة للرياضة في الكويت، أن الهيئة تسخر جميع إمكانياتها لدعم المنتخب الوطني، خصوصاً الأزرق خلال رحلته المقبلة ضمن التصنيفات النهائية المؤهلة لنهايات كأس العالم 2026.

وتنتظر الأزرق التصنيفات الموندالية اعتباراً من سبتمبر/أيلول المقبل، بعدما وضعت القرعة الأزرق ضمن المجموعة الثانية، بجانب كوريا الجنوبية والعراق والأردن وعمان وفلسطين.

وأشار بشار، في بيان صحفي، إلى أنه عقب نهاية مراسم القرعة تواصل مباشرة مع مسؤولي الاتحاد الكويتي لكرة القدم، لتأكيد الدعم الكامل خلال المرحلة المهمة والحاسمة، مضيفاً أنه أبدى الاستعداد لتوفير ما يلزم للمنتخب خلال الفترة المقبلة.

وشدد على ثقته الكاملة في لاعبي الأزرق لإسهام الجماهير المتعطشة للإنجازات، خصوصاً أن هذه المرحلة تتطلب تكاتف الجميع خلف المنتخب في سبيل الوصول إلى الهدف المنشود.

وفي نفس السياق، بين المدير العام حرص الهيئة على توفير جميع الإمكانيات أمام الرياضيين الكويتيين المشاركين في دورة الألعاب الأولمبية باريس 2024 باعتبارها أكبر محفل رياضي عالمي.

وأكد أن باب الهيئة مفتوح أمام جميع الرياضيين بشكل عام في الفترة المقبلة، والأندية والاتحادات التي حققت نجاحات استحققت على إثرها الدعم.

ريال مدريد يعرض لاعبه للبيع

قرر نادي ريال مدريد، عرض أحد لاعبيه في خط الدفاع للبيع، خلال الميركاتو الصيفي. وقالت صحيفة "سبورت" الإسبانية، إن ريال مدريد قرر عرض فران جارسيا للبيع هذا الصيف، في حالة اكتمال التعاقد مع ألفونسو ديفيز من بايرن ميونخ. وأشارت إلى أن الرئيس فلورنتينو بيريز كان يفضل استمرار جارسيا، لكن المدرب كارلو أنشيلوتي تمسك ببقاء فيرلاندي ميندي، رغم أن الأخير ينتهي عقده في صيف 2025. وأوضحت أن ريال مدريد سيوافق على رحيل جارسيا، إذا حصل على عرض هذا الصيف يبلغ 12 مليون يورو، رغم أن قيمته السوقية تبلغ 15 مليوناً، ويرتبط بعقد حتى صيف 2027. ولا يثق أنشيلوتي في قدرات جارسيا؛ حيث إنه كان يفضل وضع لاعب الوسط إدواردو كامافينجا في مركز الظهير الأيسر، إذا لم يكن ميندي قادراً على اللعب. ورغم أن جارسيا قدم 5 تمريرات حاسمة مع ريال مدريد في الموسم المنصرم، لكن أنشيلوتي ظل يشكك في مستواه الدفاعي.

انطلاق أكبر برنامج شعبي للتحديات في الوطن العربي

أطلق كووورة، الموقع الرياضي العربي الأول، "سوبر كووورة" أكبر برنامج تحديات شعبي وجماهيري في الوطن العربي، عبر صفحته على موقع "يوتيوب". وتقوم فكرة البرنامج الأساسية على مشاركة الجمهور العربي والسعودي المتواجد في مدينة جدة، سواء جمهور الأندية السعودية أو المنتخبات العالمية، في تحديات ومسابقات كرويّة مثيرة، مع إتاحة الفرصة للفوز بجوائز كبيرة وقيمة. للمشاركة في الحلقات القادمة من "سوبر كووورة" سيكون الباب مفتوحاً أمام الجماهير عن طريق مراسلة الموقع، عبر صفحاته على مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة. أو من خلال الرسائل على موقع "يوتيوب"، أو التعليقات على الحلقات المذاعة.

باريس يرفع عرضه إلى 250 مليوناً من أجل نجم برشلونة

تجهز إدارة نادي باريس سان جيرمان عرضاً يبلغ 250 مليون يورو من أجل التعاقد مع أحد اللاعبين البارزين في صفوف برشلونة.

ووفقاً لصحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، يخطط باريس سان جيرمان لعرض 250 مليون يورو من أجل التوقيع مع لامين يامال هذا الصيف.

وأشارت الصحيفة إلى أنه حتى الآن لا توجد بين برشلونة وباريس، حيث إن البارسا لا يخطط لبيع يامال تحت أي ظرف.

وأوضحت أن هذه المحاولة الثانية من باريس لضم يامال، بعد أن قدم عرضاً يبلغ 200 مليون يورو في شهر مارس/ آذار الماضي.

وكان خوان لابورتا، رئيس برشلونة، قد صرح بأن يامال حصل على عرض بـ 200 مليون يورو، وكشفت "موندو ديبورتيفو" من مصادر خاصة أن باريس صاحب هذا العرض. وذكرت أن باريس رفع عرضه 50 مليوناً الآن، لأنه ما يزال يرى في يامال الخليفة المثالي لكيليان مبابي الذي انتقل إلى صفوف ريال مدريد.

ويرتبط يامال بعقد مع برشلونة حتى عام 2026، كما أن لديه اتفاقاً بالتوقيع على عقد آخر بعد أن يبلغ 18 عاماً حتى عام 2031.



أخطر مما تتصور...

أضرار مضغ العلكة لأكثر من ٣ دقائق !



كشفت طبيبة الأسنان الروسية الدكتورة يلينا مارتينوفا، أن مضغ العلكة لأكثر من ثلاث دقائق بشكل منتظم قد يسبب مشكلات صحية مختلفة بما فيها التهاب المعدة وتآكلها وانحراف الأسنان وسوء الإطباق. مشيرة إلى أن أساس العلكة مادة مطاطية غير صالحة للأكل يضاف لها منكهات ومحليات، مثل سكر القصب وسكر البنجر وشراب الذرة ومواد عطرية. وأنه أثناء المضغ عملياً لا يتغير حجمها، لكن جميع المواد المضافة تذوب تدريجياً وفي النهاية تبقى المادة المطاطية فقط. وذلك وفق ما نقلت شبكة أخبار روسيا اليوم، عن «غازيتا.رو. المحلي».

وأوضحت الطبيبة الروسية، أن أكثر أنواع العلكة خطورة هي المحتوية على السكر. لأنها تساعد على تكاثر البكتيريا المسببة لتسوس الأسنان وتسبب اختلال التوازن البكتيري في تجويف الفم. لذلك يفضل اختيار أنواع العلكة الخالية من السكر. مبيدة، عند مضغ العلكة، يزداد إفراز اللعاب كثيراً لأن اللعاب يعتبرها طعاماً. وإذا استمر المضغ أكثر من ثلاث دقائق، تفرز المعدة كمية كبيرة من حمض الهيدروكلوريك والعصارة العديدة. وإذا أصبحت هذه العادة منتظمة ويضغ الشخص العلكة عدة مرات في اليوم، فقد يؤدي ذلك إلى زيادة الحموضة والتهاب المعدة وتآكلها..

ويجوز هذا الاضرار، تمنح الطبيبة بعدم مضغ العلكة على معدة فارغة، كما أن مضغ كمية كبيرة من العلكة الخالية من السكر يمكن أن يسبب اضطراباً في الجهاز الهضمي. إضافة لذلك، يمكن أن يسبب مضغ العلكة بانتظام والتهات طويلة الصداد لدى الأشخاص المعرضين لنوبات الصداد التشنجي، وغالباً ما يتطور رد فعل تحسسي تجاه النكهات والاصباغ الموجودة في تركيبها..

ولخصت مارتينوفا إلى القول، إذا كان الشخص يحب مضغ العلكة، فمن الأفضل إعطاء الأفضلية لمضغ العلكة مع الزيليتول (سكر كحول). ولكن فقط للاستخدام على المدى القصير، ويجب أن نتذكر أيضاً أن المثلث يملحنا شعوراً مؤقتاً بالثقل المتشنج، كما أن مضغ العلكة في حد ذاته لا يساعد على منع تسوس الأسنان وأمراض اللثة. ولا يحل محل تنظيف الفم بصورة منتظمة..

حادات يومية تشير إلى التوتر المزمن

يؤدي التوتر المستمر فترة زمنية طويلة إلى سوء الحالة الصحية. مع أن الشخص في معظم الحالات لا يلاحظ أنه في حالة التوتر المستمر.

وتشير الدكتورة أولغا أولانكيينا في حديث لـ Gazeta.Ru إلى أن العادات والسلوك قد يشيران إلى الإجهاد المزمن.

١ - العادة الأولى - إجراءات الهوس. وفقاً للطبيبة "يلاحظ الكثيرون أنهم يبتلعون أو يحركون أرجلهم، أو يتعاطون من جانب إلى آخر، أو يحركون فكهم، أو يبتلعون مفاسلهم أثناء الترقب العصبي أو التفكير المكثف. هذه الطريقة، يحاول الجسم "التخلص" من الطاقة الزائدة والتغلب على التوتر. لأن الجهاز العصبي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالجهاز العضلي. وقد تشير هذه الحركات التي يقوم بها الشخص لا إرادياً في كثير من الأحيان إلى التوتر. وأحياناً حتى إلى اضطرابات عصبية. وتتمتع التركيز، وترجع الآخرين وتظهر ارتفاع مستوى القلق، ويمكن أن تؤدي لاحقاً إلى اضطرابات الوسواس القهري، مشيرة إلى أن سرير الأسنان ومظلمة الأصابع يمكن أن يتسبب في تلف المفاصل والأسنان".

٢ - العادة الثانية - إيذاء النفس. تشير الطبيبة إلى أن عادة قضم الأظفار، أو الضغط على البثور، أو عض الشفتين، غالباً ما تشير إلى الإجهاد المزمن، أو اضطراب عقلي أو قلق. غالباً ما يفعل الشخص هذه العمليات تحت تأثير التوتر العصبي دون وعي بالنداء، ما يمكن أن يؤدي إلى عواقب وخيمة، التهاب هذه الأماكن، ما يتطلب علاجها وقتاً طويلاً مع بقاء ندبات في مكانها. وهذا السلوك هو أحد علامات العدوان الذاتي، حيث يحاول الشخص من خلالها، التعبير عن المشاعر السلبية التي يحاول الشخص اظهار المشاعر السلبية التي لا يعرف كيف أو يحس العيش بطرق أخرى أكثر صداقة للبيئة".

٣ - التمليل ومحاولة تنفيذ عدة أعمال في نفس الوقت يشيران إلى التوتر المزمن. تقول الدكتورة، "إن محاولة القيام بعدة أشياء في نفس الوقت، والحركات المضجعة والسريعة، وعدم القدرة على التركيز على عمل واحد قد تكون أولى علامات العصب أو اضطراب القلق وغالباً ما تشير إلى الإجهاد المزمن. يشعر الشخص في هذه الحالة بالقلق من أنه قد لا يتمكن من تنفيذ المطلوب منه، ما يجعله يفكر في أنه سيعاقب ويذم. لذلك يحاول القيام بأشياء كثيرة في نفس الوقت ويثير الضجة. وفي أغلب الأحيان، لا يؤدي هذا النمط من السلوك إلى زيادة الكفاءة، بل إلى الأخطاء والشلل، الذي يؤدي بدوره إلى زيادة التوتر".

٤ - عادة قضم الأقلام. تقول الدكتورة "عادة ما تتطور عادة قضم الأقلام خلال سنوات الدراسة، وبعض البالغين يفعلونها في المواقف التي يشعرون فيها بالقلق أو الحاجة إلى التركيز. وهذه العادة يمكن أن تؤدي إلى تكوين سوء انطباق الأسنان، وتطور الالتهابات المعوية، وجروح دقيقة في الفم المخاطي للفم، التي يمكن أن تتطور إلى التهاب".

اكتشاف...

التعرض للمواد الكيميائية المنزلية يصعب الحمل !



ربطت دراسة جديدة بين التعرض للفثالات، مجموعة من المواد الكيميائية، قبل الحمل وبين الصحة الإنجابية للمرأة. تشيخ نتائج الدراسة إلى مجموعة متزايدة من الأدلة حول الآثار السلبية لهذه المواد الكيميائية بتحديد كيف تقلل الفثالات من احتمالات الحمل، وتعبت بالهرمونات الإنجابية المهمة، بالإضافة إلى ما سبق اكتشافه من تسببها في الالتهاب والإجهاد التأكسدي، بحسب ما نشره موقع New Atlas نقلاً عن Environmental Health Perspectives.

صابون وغسول الجسم

إن الفثالات هي مجموعة من المواد الكيميائية التي يسهلها الإنسان والتي تستخدم عادة كمذيبات وعلقات ومبيبات في منتجات العناية الشخصية مثل الصابون وغسول الجسم والعلطور وطلاء الأظفار والشامبو وهلام الشعر ومبيبات الشعر. كما توجد الفثالات في منتجات أخرى تنتشر في جميع أنحاء المنزل، مثل أرضيات الفينيل والتغليف البلاستيكي وخرطوم الحدائق والألعاب.

أكل وشرب واستنشاق

وفقاً للمراكز الأميركية لمكافحة الأمراض والوقاية منها CDC، يتعرض الأشخاص للفثالات عن طريق تناول وشرب الأطعمة التي كانت على اتصال بالمواد الكيميائية، مع حدوث بعض التعرض من خلال استنشاق الجزيئات المحمولة بالهواء. أظهرت الدراسات أن التعرض لبعض أنواع الفثالات يعطل نظام الغدد الصماء ويزيد الالتهاب والإجهاد التأكسدي.

بحسب دراسة جديدة، أجراها علماء في جامعة ماساتشوستس، العلاقة بين التعرض للفثالات قبل الحمل وهرس المرأة في الحمل والحفاظ على الحمل، وتأثيرها على الالتهاب والإجهاد التأكسدي.

الغدد الصماء وتحليل بول

وقالت كاري نوبلز، الباحثة الرئيسية للدراسة، "تؤدي الفثالات المنتشرة في كل مكان والتي يتم التعرض لها كل يوم إلى اختلالات الغدد الصماء". وقام الباحثون بتحليل البيانات، التي تم الحصول عليها كجزء من دراسة حول تأثيرات الأسبرين في الحمل والإنجاب، والتي تابعت 1٢٨٨ امرأة خلال ست دورات

شهريه أثناء محاولتهن الحمل وتابعت النساء اللاتي حملن طوال فترة الحمل. كان متوسط عمر المشاركات ٢٨ عاماً. وتم تعديل البيانات وفقاً للعمر ومؤشر كتلة الجسم والعرق/اللاتنية وتدخين السجائر والتكاثر، أو عدد المرات التي أنجبت فيها المرأة جنيناً يبلغ عمر الحمل ٢٤ أسبوعاً أو أكثر.

هرمونات تناسلية

وقالت نوبلز، "لقد تمكنا من النظر إلى بعض التعرضات البيئية مثل الفثالات وكيفية ارتباط ذلك بالمدد التي يستغرقها الحمل". وعندما يقوم الجسم بتكسير الفثالات، تفرز المستقلبات في البول، وقام الباحثون بتحليل ٢٠ مستقبلاً من الفثالات

والهرمونات التناسلية في عينات بول المشاركات وقياس مستويات مصل البروتين التفاعلي CRP، وهو مؤشر حيوي للالتهاب.

مستقلبات الفثالات

بشكل عام، ارتبطت التركيزات البولية لما قبل الحمل للعديد من مستقلبات الفثالات بانخفاض احتمالات الحمل خلال دورة شهرية واحدة (القدرة على الخصوبة). بما يشمل مستقلبات ثنائي إيثيلهيكسيل-٢ وثنائي-إن-بوتيل والبنزويل بوتيل. لكن لم تكن هناك ارتباطات واضحة بين مستقلبات الفثالات وخطر فقدان الحمل.

وتبين، بحسب نوبلز، أن هناك ثلاث مركبات أصلية من الفثالات "تبدو مرتبطة بقوة باستفراق وقت أطول للحمل،

وهي DEHP الذي يتوافر في المنتجات البلاستيكية من كلوريد البولي فينيل مثل الألعاب والفرشاة المصنوعة من الفينيل وستائر الدش، والمواد اللاصقة، وبعض عيوات المواد الغذائية. بالإضافة إلى المبيدات الحشرية ومستحضرات التجميل. كما يوجد مركب DBP في مبيبات الشعر وطلاء الأظفار وبعض العطور، من بين الأدوات المنزلية الأخرى. أما مركب BzBP فيوجد في بعض حقائب اليد والأحزمة والأحذية، ويدرجة أقل في بعض منتجات العناية الشخصية.

انخفاض هرمون الاستراديول ارتبطت المستويات الأعلى من بعض مستقلبات الفثالات بانخفاض هرمون

الاستراديول، وهو هرمون الشهري. خلال الدورة الشهرية، وارتبطت باستمرار بارتفاع مستويات هرمون FSH والهرمون اللوتيني، اللذان يعملان جنباً إلى جنب لتنظيم الإباضة، والتي تلعب جميعها دوراً مهماً في بداية الحمل المبكرة.

وقالت نوبلز إن تلك المؤشرات "تظهر في الواقع، عند النساء اللاتي يعانين من قصور المبيض، والذي يمكن أن يحدث مع التقدم في السن وكذلك بسبب بعض العوامل الأخرى".

التهاب وإجهاد تأكسدي

ووجد الباحثون أيضاً أن النساء اللاتي لديهن مستويات أعلى من التعرض للفثالات لديهن أيضاً مستويات أعلى من الالتهاب

والإجهاد التأكسدي، مما قد يؤدي إلى تلف الخلايا والجهاز المناعي ويؤدي إلى المرض. ويقول الباحثون إن طبيعة الفثالات المنتشرة في كل مكان تجعل من الصعب على النساء التحكم في تعرضهن لها على الرغم من اتخاذ الاحتياطات اللازمة مثل التحقق من ملصقات المنتجات الاستهلاكية واختيار الخيارات الخالية من الفثالات، لأنهن يتعرضن لها من خلال طرق متعددة، بما يشمل الغبار من الأرضيات وغيرها من الأدوات المنزلية، وامتصاص البشرة لمنتجات العناية الشخصية بالإضافة إلى طلاء الأظفار والعطور، والتعرض الغذائي بسبب تغليف المواد الغذائية، علاوة على تناول مصادر الغذاء ومياه الشرب الملوثة.

