

## القوافل الإنسانية لغزة هوجمت أو نهبت أو منع وصولها من قبل مستوطنين



عمان

قالت وكالة الأمم المتحدة لغوث وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين "أوتروا"، الجمعة، إن "القوافل الإنسانية المخصصة لسكان قطاع غزة هوجمت أو نهبت أو منع وصولها دون محاسبة أحد".

وأضاف مفوض الأونروا فيليب لازاريني، في بيان عبر حسابه على منصة "تويتر"، أن "حرب التضليل لا تزال مشتتة ضد الوكالة، وهذا يعرض لخطر حياة زملائي في غزة وأماكن أخرى.. وأردف المسؤول الأممي، أن موظفي الأمم المتحدة قتلوا في غزة بمستويات "غير مسبوقة".

وشدد لازاريني على أن "الوقت قد حان لإجراء تحقيقات مستقلة ومساءلة".

واختتم بالقول: "حان الوقت لدعم الصحفيين الفلسطينيين الأبطال من خلال السماح لزملائهم الدوليين بالدخول إلى غزة حتى تستمر التقارير الإعلامية المستقلة والواقعية والشجاعة". وفي 27 أيار الماضي، كشف تقرير لصحيفة "واشنطن بوست" الأميركية، أن المستوطنين المتطرفين كلفوا هجماتهم على شاحنات المساعدات التي تمر عبر الضفة الغربية متجهة إلى قطاع غزة. واستخدم المستوطنون شبكة من مجموعات واتساب لتتبع الشاحنات وتنسيق الهجمات عليها، ما منع وصول الغذاء لغزة. فيما تحذر المنظمات الإنسانية من أن القطاع يفرق بشكل أعمق في المجاعة.

### مندوباً عن الملك..

## العيسوي يودع بعثة حج المكرمة الملكية لذوي الشهداء والمصابين العسكريين

عمان

مندوباً عن جلالة الملك عبد الله الثاني، ودع رئيس الديوان الملكي الهاشمي يوسف حسن العيسوي، الجمعة، بعثة حج مكرمة جلالة الملك لذوي الشهداء والمصابين العسكريين.

ويأتي تسيير القافلة، التي انطلقت من الديوان الملكي الهاشمي، في إطار حرص الملك على رعاية أسر الشهداء والمصابين العسكريين، الذين يمثلون نموذجاً ملهماً في حب الوطن الأشم والذود عن حماء، بالمهج والأرواح. وتقديراً لتضحيات الشهداء التي ستبقى خالدة في ذاكرة الأردنيين ووجدانهم.

ونقل العيسوي، خلال حفل الوداع، الذي أقيم في مضارب بني هاشم، بالديوان الملكي الهاشمي، تحيات جلالة الملك إلى حجاج بيت الله الحرام، من أعضاء البعثة، وتمنيات جلالاتهم لهم برحلة ميسرة عامرة بالأيام، والعودة السالمة إلى وطنهم.

تابع ص 2

## وزارتا النقل والأشغال تبجثان مع البنك الدولي الدعم المقدم لمشاريع النقل

عمان

بجثت وزارتا النقل والأشغال العامة، سبل التعاون مع البنك الدولي في مجالات النقل والدعم المقدم لمشاريع ذات العلاقة.

جاء ذلك خلال لقاء وزير النقل المهندس سام التهموني في مقر الوزارة مسؤولين من البنك الدولي، بحضور أمين عام وزارة الأشغال والإسكان المهندس جمال قطيشات، حيث تناول اللقاء أيضاً الدعم المقدم لمشاريع وزارة الأشغال من قبل البنك الدولي.

واستعرضت الوزيرة التهموني قائمة المشاريع الحكومية الموجهة لقطاع النقل وكيفية الاستفادة من خبرات البنك الدولي في تطوير القطاع.

كما بحثت فرص التمويل لتنفيذ المشاريع الكبرى، مثل المرحلة الثانية من مشروع حافظات التردد السريع، وربط المدن المحيطة بعمان بشبكة باص عمان مع امتداد ذلك إلى مطار الملكة علياء الدولي.

وتمتد برامج التعاون القائم مع البنك الدولي وإسهامات البنك في تمويل مشاريع النقل التي تهدف لتحسين جودة حياة المواطنين بما يتوافق مع البرنامج التنموي لرؤية التحديث الاقتصادي.

وأبدت التهموني اهتمام وزارة النقل بمناقشة كافة التفاصيل الفنية والمالية للمشاريع الريادية ذات الأولوية الموجهة لخدمة النقل كمشروع تطبيق مواصلتي.

وأكدت أهمية التعاون بين وزارتي الأشغال العامة والإسكان والنقل، وأمانة عمان في المشاريع الكبرى المتعلقة بالنقل والبنية التحتية والتوسع بمنظومة النقل العام للوصول إلى مطار الملكة علياء الدولي، ومدى تنسيق السلط، وماديا كخطوة أولى.

من جهته، أشار المهندس قطيشات إلى قائمة المشاريع الموجهة لخدمة قطاع النقل والطرق وكيفية الاستفادة من دعم البنك الدولي في تطوير شبكة الطرق وصيانتها، لافتاً إلى أن برامج التعاون القائم مع البنك الدولي يسهم بتمويل إقامة وتطوير مشروعات البنية التحتية والنقل في الأردن.

وحضر اللقاء، خبيرة النقل في البنك الدولي المهندسة ميرا مراد، وعدد من المسؤولين في البنك الدولي، إضافة لعدد من المعنيين في الوزارتين.

## مذكرة تفاهم في مجال تقديم الخدمات الصحية وبناء القدرات

عمان

وقع معهد العناية بصحة الأسرة مؤسسة الملك الحسين، وشركة "نحن نرعاك" للتجارة والتسويق الإلكتروني (WeCare)، مذكرة تفاهم في مجال تحسين نوعية الخدمات الصحية المقدمة للأشخاص الأكثر ضعفاً وتهميشاً، خصوصاً الأشخاص من ذوي الإعاقة.

ووفق بيان للمعهد اليوم، تهدف المذكرة التي وقعها، مدير المعهد الدكتور إبراهيم عقل، والرئيس التنفيذي لشركة (WeCare)، الدكتور علاء حسين، إلى تقديم خدمات الرعاية العلاجية السنية، وتحسين الفئات المستهدفة إلى خدمات "الاستشفى الافتراضي"، وهو مشروع يهدف إلى النهوض بالقطاع الصحي بحلول تكنولوجية متقدمة، من خلال التركيز على تقديم الخدمات الصحية منزلياً.

# الأمم

السبت 2 ذو الحجة 1445 هـ الموافق 8 حزيران 2024 م  
السنة التاسعة / العدد (2996) / 250 فلسا / www.omamjo.com

## القوات المسلحة ترسل طائرة مساعدات طبية وإغاثية لجمهورية لبنان

عمان

استمراراً لتفنيذ التوجيهات الملكية السامية، أرسلت القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي، الخميس طائرة مساعدات طبية وإغاثية إلى جمهورية لبنان الشقيقة.

وتحمل الطائرة 18 طناً من الأدوية والمستلزمات الطبية ومواد إغاثية، لتقديم يد العون والمساعدة للأشقاء في جمهورية لبنان.

وحضر تسليم الطائرة سفير المملكة في جمهورية لبنان وليد الحديد وممثل من الجانب اللبناني الشقيق.

# الاحتفالات تعم محافظات المملكة بمناسبة اليوبيل الفضي وعيد الجلوس



محافظات

نظمت فعاليات رسمية وشعبية، في مختلف المحافظات الجمعة احتفالات بمناسبة اليوبيل الفضي لتسليم جلالة الملك عبد الله الثاني سلطاته الدستورية، وجلس جلالاته على العرش.

وانطلقت في مرفق وساحات مجمع صوبيع الرياضي في محافظة الطفيلة، مساء اليوم، فعاليات وأنشطة البرنامج الاحتفالي الوطني بمناسبة اليوبيل الفضي لتسليم جلالة الملك عبد الله الثاني سلطاته الدستورية، وجلس جلالاته على العرش.

وتضمنت الفعاليات، أنشطة لجميع الفئات العمرية بهذه المناسبة العظيمة على قلوب الأردنيين، وفعاليات للأطفال وبازارات لحرف يدوية وألعاب تارية، إضافة إلى عروض ثقافية وفلكلورية قدمتها فرق تراثية.

وبدأت الفعاليات، برعاية محافظ الطفيلة الدكتور هاني الشورة، بحضور واسعة من المواطنين، فيما افتتح المحافظ الشورة بازاراً للحرف اليدوية والأكلات الشعبية، وتضمنت الفعاليات رسم على الوجوه، وعروض فنية وموسيقية، وعرض تراشي تحت عنوان "لصيم الشمام" وعرض فلكلوري لفرقة التبراة إلى جانب مشاركة عدد من الفنانين بوسلات غنائية وطنية.

ورعى محافظ الزرقاء حسن الجبور الإحتفال الذي أقيم في مدينة الأمير محمد للشباب في الزرقاء، بمناسبة اليوبيل الفضي لتولي جلالة الملك عبد الله الثاني سلطاته الدستورية، بحضور مدير المدينة خالد العموش، والحكام الإداريين والفعاليات الرسمية والشعبية.

واشتملت الفعاليات على افتتاح بازار حرف يدوية، ومطاعم شعبية تراثية، وفعاليات مخصصة للأطفال (رسم على الوجوه، ألعاب، عروض فنية وموسيقية)، إضافة إلى عرض تراشي للشماغ الأردني.

وقدمت فرقة الروزنا للفنون الشعبية التابعة لنادي الشبيبة الأردني بالزرقاء عرضاً فنياً موسيقياً، رسمت خلاله لوحات من التراث الأردني الذي نال استحسان وإعجاب الحضور، فيما قدم الفنانان حسن سلطان ومجد أيوب فرقة فناء وطنية، وتقوا بجلالة القائد وثرى الأردن والقيم الأصيلة.

ونظم أعضاء المجلس المحلي مركز أمن الحسين بالتشارك مع الشرطة المجتمعية، نشاطاً احتفالياً، اليوم، بمناسبة احتفالات المملكة باليوبيل الفضي لتسليم جلالة الملك عبد الله الثاني سلطاته الدستورية، واستذكار إنجازات جلالاته خلال 25 عاماً لتولي سلطاته الدستورية.

وأشرف على النشاط، رئيس المركز الأمني المقدم محمد الدعجة، والرائد يزن الرياحنة، وضابط الشرطة المجتمعية الملازم إيهاب التوم، حيث اشتملت الاحتفالية على توزيع الاعلام الأردنية والعصائر والمياه المعدنية على المركبات والمواطنين.

وفي لواء الرصيفة، انطلقت الاحتفالات بمناسبة اليوبيل الفضي لتولي جلالة الملك عبد الله الثاني سلطاته الدستورية والأعياد الوطنية، التي تنظمها مديرية ثقافة الزرقاء بالتعاون مع بلدية الرصيفة ومتصرفية اللواء.

وأقيمت الاحتفالات في الحديقة البيئية في الرصيفة والتي جاءت كمكرمة ملكية سامية لأهالي اللواء وتم افتتاحها في مثل هذا الوقت من العام الماضي، وتضمنت الفعاليات الجمعة والسبت، وتشتمل على فقرات وأنشطة متنوعة تغنى بالأغبيد الوطنية.

واشتملت الفعاليات على افتتاح بازار حرف يدوية من إنتاج أهالي اللواء ومنتجات أطقمة شعبية من إنتاج الأسر المنتجة في الرصيفة، إضافة إلى فقرات ترفيهية للأطفال لعروض موسيقية وأغاني وطنية، مثلما قدمت عروضاً فنية تراثية للملابس التراثية في الأردن وتصاميم الشماغ الأردني، وعرضت فرقة اربابيل للتراث عرضاً فلكلوريا لرقصات وأغاني من التراث الشعبي الأردني المتنوع.

وحضر الحفل عدد كبير من أهالي مدينة الرصيفة، وممثلين عن الهيئات الثقافية في اللواء، وممثلين عن الأجهزة الأمنية والدوائر الرسمية.

وعبر عدد من أهالي الرصيفة عن فخرهم واعتزازهم بهذه المناسبة الوطنية العزيزة على قلوب الأردنيين وفرحتهم بتولي جلالة الملك

سلطاته الدستورية، مستذكرين مسيرة التطوير والتحديث التي شهدتها لواء الرصيفة في عهد جلالاته وما وصل إليه من مكانة على الصعيد الاقتصادي والاجتماعي.

وفي مادبا بدأت الاحتفالات بمناسبة اليوبيل الفضي ويوم الجلوس الملكي في ساحة ملعب عماد الدين زكي وسط مدينة مادبا وسط مظاهر احتفالية.

وجال محافظ مادبا نايف الهدايات على مختلف الفعاليات المقامة في الملعب والتي بدأت الساعة الرابعة مساءً من بازارات حرف يدوية والعب للأطفال وغيرها. وقال مساعد محافظ للاحتفالات والمناسبات الوطنية ركان العدوان: "أنا نحفل اليوم بمناسبة اليوبيل الفضي والجلوس الملكي، لتعبر عن سعادتنا بهذه المناسبات الوطنية التي انطلقت في جميع محافظات المملكة، داعين الله أن يحفظ قيادتنا الهاشمية ووطننا.."

واشتملت الفعاليات على بازارات حرف يدوية ومطاعم شعبية وفعاليات، خاصة بالأطفال من رسم على الوجوه وألعاب وعروض فنية وموسيقية وعروض تراثية.

وقدمت فرقة الطفيلة للثقافة عروضها، فيما أحيا الحفل الفنان سلطان العناني، وبشار المسرحان. واحتفل أبناء محافظة عجلون في مسرح الحسين للشباب بمناسبة اليوبيل الفضي ويوم الجلوس الملكي، حيث عبر عدد من المشاركين

عن مدى فخرهم واعتزازهم بهذه المناسبة التي نستذكر فيها المواقف الأردنية الثابتة تجاه القضايا الوطنية والعربية وجهود جلالة الملك الفعالة في ترسيخ الأردن كمنارة للاستقرار والأمن والقدرة على الصمود في ظل التحديات.

واشتمل الاحتفال الذي يستمر ليومين على بازار حرف يدوية وفعاليات أطفال وعروض فنية وموسيقية وتراثية وفلكلورية وشعبية ووطنية ومسابقات تفاعلية للشباب.

وفي محافظة الكرك، انطلقت الاحتفالات الوطنية بمناسبة اليوبيل الفضي لتسليم جلالة الملك عبد الله الثاني سلطاته الدستورية ويوم الجلوس الملكي.

وقال محافظ الكرك فiras أبو الغنم خلال رعايته الاحتفال لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، إن الأردنيين يحتفلون باليوبيل الفضي ويوم الجلوس الملكي، حيث شهد الأردن خلال 25 عاماً تحولات جذرية على جميع الأصعدة، وهي تحولات تقود إلى إنجازات تعكس رؤية جلالة الملك الشاملة لتتمة شاملة ومستدامة، مؤكداً أن الشعب الأردني أصبح سبيقتي حول قيادته سلاحهم الإخلاص والوفاء وغيائهم هيبه واستقرار ووحدة الوطن.

وتضمنت الفعاليات، أنشطة ترفيهية للأطفال، وعروضاً ثقافية وفلكلورية، إضافة إلى عروض من الألعاب النارية، والبازارات لدعم المنتجات المحلية والحرف اليدوية.

### الأمن العام:

## وفاة شخص أضرم النار في نفسه بالعقبة

عمان

قال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، إن شخصاً في مدينة العقبة أقدم الجمعة على إضرام النار بنفسه.

وأضاف، أنه تم إسعاف الشخص إلى المستشفى وما لبث أن فارق الحياة، وفتح تحقيق في الحادثة للوقوف على ملامحتها.

## مسيرة بوسط البلد تنديداً بجرائم الاحتلال في غزة

عمان

انطلقت بعد صلاة الجمعة من أمام المسجد الحسيني بوسط البلد، مسيرة حاشدة شاركت فيها فعاليات حزبية وشعبية للتنديد بالعدوان الإسرائيلي المتواصل وبالمجازر الإسرائيلية والانتهاكات التي ترتكبها قوات الاحتلال في غزة والافتحامات التي تستهدف المسجد الأقصى المبارك - الحرم القدسي الشريف.

وطالب المشاركون في المسيرة المجتمع الدولي بتحمل مسؤولياته وردع قوات الاحتلال من ارتكاب المزيد من الانتهاكات والجرائم ضد المدنيين العزل في القطاع التي تجرى على مرأى العالم دون أي تحرك فاعل لوقف تمادي العدوان الإسرائيلي على القطاع، مطالبين بضرورة احترام القانون الدولي والإنساني، منددين بازواجية المعايير الدولية تجاه القضية الفلسطينية.

وثنوا الجهود التي يبذلها جلالة الملك عبد الله الثاني وعلى مختلف المستويات للدفاع عن القضية الفلسطينية، مشددين على وقوفهم خلف القيادة الهاشمية الحكيمة في مساندة الشعب الفلسطيني ودعم القضية الفلسطينية.

وعبروا عن تضامنهم مع الشعب الفلسطيني، وحيوا صمودهم أمام الاعتداءات الإسرائيلية ورفضهم للحرب على القطاع، فيما رفع المشاركون في المسيرة شعارات تؤكد رفض العدوان الغاشم على غزة.

## وزير السياحة يتفقد مواقع سياحية في ناعور وسحاب



عمان

تفقد وزير السياحة والأثار مكرم القيسي، مواقع سياحية وتاريخية في لواء ناعور وسحاب.

والتقى القيسي خلال زيارته، رئيس وأعضاء بلدية سحاب، وأعضاء المحافظ، وأبناء المجتمع المحلي للوقوف على واقع الحال في هذه الأودية.

وتأتي هذه الزيارة تنفيذاً للرؤى الملكية السامية، ومتابعة للوجلات الحكومية الميدانية في محافظات المملكة، لاسيما الزيارة الأخيرة لمحافظة العاصمة والبلقاء لوفد حكومي برئاسة نائب رئيس الوزراء وزير الإدارة المحلية توفيق كريشان.

واستهل القيسي زيارته إلى موقع تل حسان الأثري، واطلع على واقع الحال فيه، واستمع إلى إيجاز من مدير دائرة الأثار العامة الدكتور فادي بلاوي حول الموقع واحتياجاته.

وأوعز القيسي بإجراء دراسة للموقع من حيث إمكانية ترميمه وإعادة تأهيله وتطوير البنية التحتية والمرافق العامة، ليصار إلى جعله منتجاً سياحياً لخدمة للمنطقة وأبناء المجتمع المحلي. وقام القيسي بزيارة إلى موقع تل العال الأثري، وموقع السرابيط (أم الحنافش)، إضافة إلى موقع أم البرك في منطقة أم

اليساتين في لواء ناعور، ووجه بتطوير موقع أم البرك وصيانتها وتأهيله بالتعاون مع البلدية ليصبح مكاناً عاماً للزوار وخدمة للمجتمع المحلي.

وخلال جولته في لواء سحاب، زار القيسي شارع الأمير الحسن بن طلال السياحي، واطلع على الموقع الأثري القريب من الشارع.

ويختم الجولة استمع القيسي إلى إيجاز من رئيس بلدية سحاب حول إنجازات البلدية ومبادراتها، حيث أكد أهمية الشراكة بين الوزارة والبلديات.

وأوعز بتأمين رحلات منتسبي مركز ذوي الاحتياجات الخاصة، إحدى المبادرات التي تعمل عليها البلدية من خلال برنامج أردنا جنه.

# مندوباً عن الملك . العيسوي يودع بعثة حج المكرمة الملكية لذوي الشهداء والمصابين العسكريين



عمان

مندوباً عن جلالة الملك عبدالله الثاني، ودع رئيس الديوان الملكي الهاشمي يوسف حسن العيسوي، الجمعة، بعثة حج مكرمة جلالة الملك لذوي الشهداء والمصابين العسكريين. ويأتي تسيير القافلة، التي انطلقت من الديوان الملكي الهاشمي، في إطار حرص الملك على رعاية أسر الشهداء والمصابين العسكريين، الذين يمثلون نموذجاً ملهماً في حب الوطن الأشم والذود عن حماه، بالمهج والأرواح، وتقديراً لتضحيات الشهداء التي ستبقى خالدة في ذاكرة الأردنيين وجدانهم. ونقل العيسوي، خلال حفل الوداع، الذي أقيم في مضارب بني هاشم، بالديوان الملكي الهاشمي، تحيات جلالة الملك إلى حجاج بيت الله الحرام، من أعضاء البعثة، وتمنيات جلالته لهم برحلة ميسرة عامرة بالايام، والعودة السالمة إلى وطنهم.

وقال العيسوي، إن هذه المكرمة الملكية، تأتي تقديراً ووفاء للتضحيات الجسام، التي قدمها نشامى الجيش العربي والأجهزة الأمنية، للذود عن حمى الوطن، وحماية مسيرة منجزاته، والدفاع عن فلسطين والقدس ومقدساتها، وعن قيم الحق والإنسانية، فمنهم من ارتقى شهيداً، ومنهم ما يزال يحمل وسام الشرف بإصابته. وقال، إن الشهداء الذين هم نبراس الأمة، ونورها الساطع، تتابعوا على الموت، فسطروا في كل المعارك التي خاضوها بدمهم وتضحياتهم، أشرف وأروع البطولات ومعانيها السامية، دفاعاً عن وطنهم وأمتهم ورسالتها الإنسانية العظيمة، فسجلوا أروع الأمثلة وأنقأها في التضحية والفداء. وأضاف، أن المكرمة الملكية، ما هي إلا تجسيداً لما بين جلالة القائد وشبهه من محبة ولحمة، وسعياً لنيل رضا الله سبحانه وتعالى.

وبين، أن هذه المكرمة تأتي لتؤمن الاستطاعة اللازمة لأبناء وذوي الشهداء والمصابين العسكريين وتعينهم، ليؤدوا مناسك الحج، وتمكينهم من أداء الشاكر بكل يسر وسهولة، مؤكداً على ضرورة التحلي بفضائل الصبر في هذه الرحلة المقدسة، وأن كل حاج منهم يعتبر سفيراً يمثل الوطن. من جهته، ألقى إمام الحضرة الهاشمية الدكتور أحمد الخلايلة، كلمة أشار فيها إلى فضائل فريضة الحج، باعتباره تلبية لنداء الله سبحانه وتعالى، فيها الثواب والأجر العظيم، متمنياً للحجاج الحج المبرور، وأن يعينهم الله ويحفظهم في حجهم وأداء مناسكهم. وقال مخاطباً أعضاء بعثة الحج، لقد أكرمكم الله لتكونوا من حجاج بيت الله الحرام،

فكونوا خير سفراء لوطنكم الأردن، الذي يدافع باستمرار، عن رسالة الإسلام العظيمة ومبادئه وقيمه النبيلة. وأعرب مستفيدون، عن باغ شكرهم وتقديرهم لجلالة الملك عبدالله الثاني على هذه المكرمة الملكية، التي تعكس اهتمام جلالته بهذه الفئة، التي قدمت أرواحها في سبيل حماية الوطن والدفاع عنه، مشيرين إلى أن هذه المكرمة الملكية سهلت لهم سبل الاستطاعة لأداء ركن الحج العظيم. وعبروا عن فخرهم واعتزازهم بجهود جلالة الملك لتوفير الحياة الفضلى للأردنيين، واهتمام جلالته ورعايته لأسر الشهداء والمصابين العسكريين، وحرصه دوماً على متابعة احتياجاتهم، التي ساهمت في تحسين ظروفهم المعيشية، متضرعين

إلى المولى عز وجل أن يحفظ جلالته الملك، وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، وأن يديم نعمة الأمن والأمان على الأردن الغالي.

وترافق بعثة المكرمة الملكية لذوي الشهداء والمصابين العسكريين، لهذا العام، بعثة حج موظفي الديوان الملكي الهاشمي. وحضر وداع القافلة، أمين عام الديوان الملكي الهاشمي، وقاضي القضاة، ومفتي عام المملكة، وأمين عام وزارة الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية، ورئيس المحكمة الشرعية العليا، ومفتي القوات المسلحة، ومدير عام الهيئة الهاشمية للمصابين العسكريين، ومدير عام صندوق الزكاة، ومندوب مفتي الأمن العام.

## الخدمة والإدارة العامة يتابع سير عمل عدة مشاريع



عمان

تابع مجلس هيئة الخدمة والإدارة العامة عدة قضايا تتعلق بسير العمل في العديد من المشاريع والأولويات، وسلسلة فعاليات الهيئة بالمناسبات الوطنية.

واستعرض المجلس في بيان، نظام القيادات الحكومية، الذي عملت وحدة متابعة تنفيذ برنامج تحديث القطاع العام في رئاسة الوزراء على وضع الإطار العام والتفاصيل الرئيسية الخاصة به قبل تكليف الهيئة بمتابعتها.

وناقش الأولويات المتعلقة بالأدلة والتعليمات التي تستصدر بموجب نظام الموارد البشرية الجديد، ومصفوفة الأدلة الإرشادية، والتماذج بمجالات عمل الهيئة، وعدد من القضايا المطروحة لتحويل الصفة الوظيفية.

بدوره، قدم المدير التنفيذي لإدارة السياسات والمعايير الدكتور بندر أبو تايه الإطار العام للقيادات المتضمن مراكز منظومة إدارة القيادات الحكومية، واستقطاب وتعيين شاعلي وظائف القيادات الحكومية، إضافة إلى المسألة والتحفيز، وغيرها من البنود للسير بإعداد النظام وبما يتوافق مع الممارسات وخارطة تحديث القطاع العام.

من جهتها، استعرضت المهندسة شروق عبدالغني، تحضيرات المؤتمر التاسع للشرق الأوسط وشمال أفريقيا لبحوث الإدارة العامة المينا بار 2024، والذي تستضيفه المملكة خلال الفترة 29-31 تشرين الأول، والهادف إلى تسليط الضوء على التحولات الحالية، والتحديات التي تواجه الإدارة العامة في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، ودراسة آثارها، واستكشاف سبل التحسين لتكون أكثر مرونة واستجابة سريعة للتغيرات، وتحديد الأفاق المستقبلية للإدارة العامة.

## الوطني لحقوق الإنسان يتابع نشر الجداول الأولية للناخبين والناخبات

عمان

تابع فريق المركز الوطني لحقوق الإنسان منذ الثاني من حزيران نشر الجداول الأولية للناخبين والناخبات في مراكز الاقتراع الرئيسية والفرعية وعلى الموقع الإلكتروني للهيئة المستقلة للانتخاب.

وأوضح في بيان، أنه يتابع جداول الناخبين الإلكتروني وفي مقر اللجان الرئيسية، ومرحلة الاعتراضات عليها، حيث بلغ عدد الاعتراضات الشخصية التي قدمت لغاية مساء يوم الأربعاء الموافق 5 حزيران 1992 اعتراضاً، قبل منها 197 اعتراضاً بنسبة 54 بالمئة، ورفض منها 27 اعتراضاً أي ما نسبته 2 بالمئة، فيما بلغت الاعتراضات قيد الإجراء 795 اعتراضاً وبنسبة 44 بالمئة، ولم يسجل أي اعتراض على الفير حتى تاريخه.

وأشار إلى أنه خلال عملية الرصد الميداني لمقر اللجان الرئيسية في عمان بتاريخ 6 حزيران لاحظ فريق المركز سهولة الوصول إلى مقر اللجان، وأنها واضحة المعالم وفي أماكن محددة ومعروفة للجميع. ومن المركز آلية تقديم الاعتراضات الشخصية إلكترونياً، مما يوفر على الناخب الجهد والوقت، موصياً بنشر طرق الاعتراض والاستعلام عن مواقع مراكز الاقتراع من خلال وسائل الإعلام الرئية والمسومة في جميع القنوات الرسمية.

يشار إلى أن المركز الوطني لحقوق الإنسان يرصد ويتابع مجريات العملية الانتخابية لمجلس النواب بكل مراحلها منذ الإعلان عن موعد الاقتراع المزمع عقده بتاريخ 10 أيلول من العام الحالي. كما يتولى فريق المركز رصد مراكز الاقتراع وتجهيزاتها، بما فيها الترتيبات التيسيرية لتمكين ذوي وذوات الإعاقات من ممارسة الحق في الانتخاب.

## ديوان المحاسبة يشارك بندوة استقلالية الأجهزة العليا للرقابة في الرباط

عمان

شارك رئيس ديوان المحاسبة الدكتور راضي الحمادين في ندوة "استقلالية الأجهزة العليا للرقابة" التي يستضيفها المجلس الأعلى للحسابات في المملكة المغربية بتنظيم من مبادرة تنمية الانتوساي والمنظمة المغربية للأجهزة العليا للرقابة والمحاسبة "الأرابوساي". وتناول الحمادين في الجلسة النقاشية التي شارك فيها كمتحدث رئيس إلى جانب ممثلين عن الاتحاد البرلماني الدولي والبرلمان المغربي ومبادرة تنمية الانتوساي، أبرز محاور استقلالية الأجهزة العليا للرقابة، مستعرضاً تجربة الأردن في هذا المجال.

وأشار الحمادين إلى العلاقة المحورية بين البرلمان وأجهزة الرقابة والتي تتمثل في الدور الذي يضطلع به ديوان المحاسبة في ممارسة سلطاته الدستورية والقانونية على الجهات الخاضعة لرقابته

باعتباره الذراع الرقابي لمجلس الأمة يشقيه الأعيان والنواب. وأكد، أن ديوان المحاسبة يتبع مسارين لتنفيذ التوصيات الناتجة عن مهام التدقيق، حيث يقدم الديوان تقاريره إلى البرلمان لمراجعة التوصيات ومتابعتها وفقاً للنموذج البرلماني، بالإضافة إلى اعتماد الديوان منهجية خاصة لمراقبة وتتبع آلية التعامل مع الملاحظات والتوصيات الواردة في تقاريره والمنبثقة عن مهام التدقيق التي يقوم بها الديوان وفقاً للمعايير الدولية وأفضل الممارسات، وأهميتها للسلطة التشريعية

الأردن. وحول تجربة ديوان المحاسبة في إصدار التقارير، استعرض الحمادين المخرجات الرقابية التي يصدرها الديوان، التي تتمثل في التقرير السنوي، والتقارير الدورية كل أربعة أشهر بالإضافة إلى التقارير الخاصة والتي تكون حول موضوعات معينة ويطلب من البرلمان وآلية متابعتها على المستويات المختلفة من خلال اللجنة الوزارية في مجلس الوزراء والتي تقوم بدراسة الاستيضاحات بشكل شهري فضلاً عن اللجان البرلمانية المختلفة والتي بدورها تقوم بدراسة التقارير الرقابية وإصدار التوصيات حولها.

وتأتي مشاركة الحمادين في الندوة، بهدف مواصلة التباحث بشأن استقلالية الأجهزة وتبادل التجارب بخصوص تعاون الأجهزة العليا للرقابة والبرلمانات من أجل تنفيذ التوصيات للدرجة بتقارير الرقابة.

## الخرابشة: نتطلع لتوفير الغاز الطبيعي كمصدر للطاقة وبأسعار مناسبة

عمان

قال وزير الطاقة والثروة المعدنية الدكتور صالح الخرابشة، إن توفير الغاز الطبيعي كمصدر للطاقة وبأسعار مناسبة هو أحد تطوراتنا التي نوليها أهمية سعيًا لمساعدة القطاعات كافة في مواجهة تحدي الطاقة.

جاء ذلك خلال رعايته، توقيع مذكرة تفاهم بين الشركة اللوجستية الأردنية للمرافق النفطية "جوتك" وشركة تطوير عمان في مجال تزويد مرافق النفطية "جوتك" وشركة تطوير عمان في مجال تزويد مرافق النفطية "جوتك" في منطقة معان بمدينة الروضة الصناعية

ووقع المذكرة مدير عام "جوتك" المهندس حسن الحباري، ومدير عام شركة تطوير عمان أيمن الشراي.

وأكد الخرابشة، أهمية المشاريع التي تنفذها مؤسسات قطاع الطاقة في دعم الاقتصاد الوطني والمساهمة في زيادة حجم الاستثمارات وبما يعكس على الاقتصاد وتنمية المجتمع المحلي، وتخفيف الأعباء المترتبة على فاتورة الطاقة، مشيراً إلى أن مشاريع القطاع ستساعد في تحقيق مستهدفات رؤية التحديث الاقتصادي بتحقيق معدلات نمو تتجاوز 5 بالمئة خلال السنوات العشرة المقبلة. وبين الخرابشة أن الوزارة تعمل

ضمن خطة وطنية لإيصال الغاز الطبيعي للصناعات والتجمعات الصناعية تستهدف إيصال الغاز الطبيعي إلى مدن الروضة الصناعية، والموقر، والقوير، وتجمعات مثل مدينة القسطل الصناعية، والتجمع الصناعي في الهاشمية.

بدوره، بين الحباري أهمية التعاون بين "جوتك" وشركة تطوير عمان في مجال تزويد الصناعات القائمة والمستقبلية باحتياجاتها من الغاز الطبيعي، الذي بدوره سيسهم في تعزيز البيئة الاستثمارية في مدينة الروضة الصناعية لتصبح بيئة جاذبة للصناعات مستقبلاً.

وأكد استعداد "جوتك" للتعاون في تنفيذ البنية التحتية لشبكات الغاز الطبيعي في منطقتي الروضة الصناعية ومعان التنموية وبما يلي حاجات الشركة والمصانع في المنطقة، مع ضمان تحقيق أفضل عائد على الاقتصاد الوطني.

من جانبه، أشار الشراي إلى أن توفر الغاز الطبيعي للقطاع الصناعي يمثل عاملاً مؤثراً ورئيسياً في استقطاب الصناعات الثقيلة والمرتبطة بالثروات الطبيعية في المنطقة، في ظل ارتفاع كلف إنتاج الطاقة من البتائل.

## مؤسسة التمويل الدولية توقع اتفاقية للحد من فاقد المياه في الأردن

عمان

أعلنت مؤسسة التمويل الدولية، عضو مجموعة البنك الدولي، عن توقيعها اتفاقية مع الحكومة، وشركة مياه الأردن - مياها، لدعم جهود الشركة في تقليل الهدر من فاقد المياه عبر شبكة التوزيع، وزيادة إمدادات المياه، وتعزيز الاستدامة والتصدي لتحديات التغير المناخي، وأكدت وزيرة التخطيط والتعاون الدولي زينة طوفان، أن هذه الشراكة الجديدة مع مؤسسة التمويل الدولية ستساعد على زيادة إمدادات المياه للجميع وتحسين كفاءة الشبكة من خلال إشراك القطاع الخاص، لا سيما وأن المياه من الاحتياجات الإنسانية الأساسية.. وستعمل مؤسسة التمويل الدولية مع الحكومة الأردنية وشركة مياها على تطوير مشروع يمكنه جذب الاستثمارات من القطاع الخاص في مجال تقليل الفاقد المائي حيث سيتم طرح المشروع بشكل تنافسي لتحسين كفاءة إدارة المياه وتقليل فاقد المياه بشكل كبير في ثلث مساحة العاصمة عمان. الرئيس التنفيذي لشركة مياها محمد العوران، بين أن هذه الاتفاقية تعبر عن التزام الشركة بمعالجة مشكلة ندرة المياه المستمرة التي تؤثر على كل جوانب الحياة، مشيراً إلى أن تقليل فاقد المياه سيساعد بتوفير المياه لعدد أكبر من الناس في دعم الإيرادات التي تلبي على المدى الطويل لتأمين خدمات أفضل لمتلقي الخدمة. وتوفر شركة مياها حالياً مياه الشرب لأكثر من 6 ملايين نسمة من سكان منطقة عمان الكبرى ومحافظات الزرقاء

ومادبا والبلقاء المجاورة حيث يقطن نصف سكان الأردن. وقد كان للنمو السكاني وتدفق اللاجئين أثر سلبي على شبكة المياه في الأردن. وصرح نائب رئيس مؤسسة التمويل الدولية للشرق الأوسط وآسيا الوسطى وتركيا وأفغانستان وباكستان هالة شيخ وحو، "يمكن أن يؤدي خفض فاقد المياه بواقع 50 بالمئة إلى توفير المياه لنحو نصف مليون شخص في الأردن، وستعمل مؤسسة التمويل الدولية مع الحكومة الأردنية لإشراك القطاع الخاص في الحل، ليس فقط لتوفير المياه، ولكن أيضاً لزيادة قدرة الأردن على الصمود في وجه تغير المناخ."

## وفد اقتصادي أردني يلتقي وزير الاقتصاد العماني في برلين

عمان

بحث وفد اقتصادي من غرفتي تجارة الأردن وعمان المشارك بأعمال المنتدى العربي الألماني، الذي أقيم في برلين، مع وزير الاقتصاد في سلطنة عمان الدكتور سعيد بن محمد الصقري، الخطوات التي يجب اتخاذها لبناء شكل جديد للعلاقات التجارية والاستثمارية بين البلدين وبما يخدم مصالحهما المشتركة.

وبحسب بيان غرفة تجارة الأردن، أكد الوزير الصقري عمق العلاقات التاريخية بين سلطنة عمان والأردن، مشيراً إلى أهمية الزيارة الأخيرة لجلالة السلطان هيثم بن طارق إلى الأردن وقلقه بجلالة الملك عبد الله الثاني.

وأكد ضرورة البناء على النتائج لزيادة وتوطيد العلاقات الاقتصادية والتجارية بين البلدين الشقيقين، والدفع بها لمستويات أعلى وتشجيع القطاع الخاص على زيادة التشبيك وتبادل الزيارات للاستفادة من الفرص الاقتصادية المتوفرة لدى الطرفين.

وقال الصقري، إن هناك مجالات كثيرة في عمان والأردن لزيادة حجم التبادل التجاري وزيادة الاستثمارات المشتركة وتبادل الخبرات والمعرفة في عدة قطاعات اقتصادية خاصة القطاعات اللوجستي والسياحي والأدوية والأمن الغذائي. وخلال اللقاء الذي حضره السفير الأردني في برلين يوسف البطاينة، قدم



الوفد المرافق للوزير الصقري من القطاعين العام والخاص العماني، شرحة عن البيئة الاستثمارية في سلطنة عمان والرؤية الاقتصادية للبلاد 2040 ومجالات التعاون التجاري والاستثماري بين البلدين. من جانبه، قال النائب الثاني لرئيس غرفة تجارة وصناعة عمان المهندس حمود بن سالم السعدي، إن العلاقات الاقتصادية بين

لوفد العماني للأردن، وضرورة الاستفادة منها في استكشاف الفرص وزيادة حجم التعاون المشترك وكذلك الاستفادة من اتفاقيات التجارة الحرة الموقعة في كلا البلدين والاستفادة من الموقع الجغرافي لكلا البلدين.

واكد الحاج توفيق أن غرفة تجارة الأردن ستقوم بتنظيم زيارة لوفد اقتصادي أردني لسلطنة عمان خلال صيف هذا العام يضم ممثلين عن قطاعات تحظى باهتمام الجانب العماني ولها فرصة ببناء شراكات في خطوة تجاه الوصول إلى تكامل اقتصادي شامل بين البلدين الشقيقين.

من جهتهم، أوضح أعضاء الوفد الأردني ضرورة استمرار التواصل بين الجانبين من خلال تبادل الزيارات واللقاءات المتخصصة وإقامة المعارض في كلا البلدين للترويج لقطاعي الصناعة والخدمات والفرص الاستثمارية.

وعدوا إلى أن تكون علاقات التعاون بين البلدين علاقات تكاملية للاستفادة من الخبرات والموارد الموجودة في كل منهما. بهدف توطيد الصناعات في البلدين لا فيه مصلحة اقتصادهما وتعزيز التبادل التجاري بينهما.

ومثل الوفد الأردني اللقاء إلى جانب الحاج توفيق، عضو مجلس إدارة غرفة تجارة الأردن حاتم الزعبي، ونائب رئيس غرفة تجارة عمان نبيل الخطيب، وعضوا مجلسها خطاب البنا وعلاء الدين ديرانية.

# متى تكون مناعة الجسم ضعيفة؟



كشفت الدكتورة لودميلا لايبا المدير العام لمركز غودنوف 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، والتهاب، والطفح، والتهاب، 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 لهذه الالتهابات غير المعالجة ونوبات الحساسية والأنظمة الغذائية غير السليمة يمكن أن تؤثر سلباً على منظومة المناعة.

وتقول: "يزداد عدد المصابين بالحساسية وكل اتصال بحساسيات الحساسية يؤدي إلى ضعف منظومة المناعة. والسبب الثاني هو بؤر العدوى المزمنة. فمثلاً إذا أصيب الشخص بالأنفلونزا أو كوفيد، ووقيت "أثارها" الفيروسية، أي ما يسمى بـ "العدوى المستمرة" يمكن أن تستمر في أي خلية من خلايا الجسم. وهذه تعذب الجسم وترهق منظومة المناعة. كما أن نزلات البرد وانخفاض 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 2-3 مرات في السنة، فهذا سبب اللازمة سيكتشف سبب إرهاق منظومة المناعة. وأسباب الحساسية التي تضعف منظومة المناعة، أو سيبحث عن عدوى وخاصة في البنكرياس وكيس المرارة".

## دخض اضطراب شائعة حول الأمراض المناعية الذاتية



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

ووفقاً لها، يخلق التعبير الشائع "كل الأمراض تبدأ من الرأس" مفهوماً خاطئاً عن الاضطرابات المناعية. 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 جديدة مصابين بالوساوس المرضية. وتختلف الحالة النفسية والجسدية للشخص نتيجة تعرضه لتفوق مستمر بسبب الخوف من الإصابة بالمرض. وبالإضافة إلى ذلك لا تظهر لدى المصابين بالأمراض المناعية الذاتية، في كثير من الأحيان أعراض القلق أو الاكتئاب، أما الإحساس بالألم فيظهر بشكل مستقل ويكون حقيقياً، وليس مقارناً أو مفترضاً.

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

### تقارين تحسن الذاكرة

يساعد التدريب العرج المتكلم في مرحلة البلوغ لمدة 20-30 دقيقة يوميا في الحفاظ على الذاكرة وتحسينها. وتقول البروفيسورة إيرينا روشينا من قسم علم النفس العصبي وعلم النفس المرضي للنمو بكلية علم النفس السريري في جامعة موسكو في حديث لـ Gazeta.Ru "من بين هذه التدريبات تقنيات فيونا تشي، التي تتضمن أن يقول الشخص بينه وبين نفسه سلسلة رقمية، بحيث كل رقم جديد هو مجموع الأرقام السابقة. كما أن تقنيات فيتاغورس فعالة أيضا. ووفقاً لطريقة فيتاغورس من الضروري في المساء أن تتذكر جميع الأحداث التي حدثت على مدار اليوم بالتفصيل دون الإخلال بتسلسلها. والتسميرين الآخر يتضمن تذكر أكبر عدد من الكلمات التي تبدأ بكل حرف من الحروف الأبجدية".

وتشير البروفيسورة إلى أن الاحتساب الذهني وحل الكلمات المتقاطعة والألعاب أخرى مماثلة فعالة أيضا في تحسين الذاكرة. كما يساعد تذكر تفاصيل أحداث من الحياة الماضية على تحسين الذاكرة. وتقول: "الذاكرة هي وظيفة عقلية معقدة عليا. وتعتمد فعالية الحفظ على مجموعة من الأسباب، حالة الصحة الجسدية والنفسية للشخص. وتدريب الذاكرة في مرحلة الطفولة أهمية كبيرة. كما أن الروتين اليومي الصحيح والنوم والتغذية مهمان أيضا. ويجب أن يقرأ الإنسان كثيرا، ويعيد سرد ما قرأ، وكذلك الكتابة باليد. ودراسة اللغات الأجنبية، وتعلم ونذكر القصائد التي تعلمها بالمثل". وتوصي البروفيسورة بضرورة ممارسة هذه التمارين بانتظام وعدم التخلي عنها. وحيثما فقط يمكن تحقيق النتائج المطلوبة.

## بسبب خطورتها تحذير طبي من هذه المكملات الغذائية



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 ينصحك طبيبك على وجه التحديد بتناول الحديد، فإنه يمكن أن يلحق الضرر بقلبك".

الأشخاص يتناولون مكملات فيتامين إي لخصائصه المضادة للأكسدة، مبرزا "لكن الجرعات العالية منه في الواقع مرتبطة بارتفاع معدلات الإصابة بالسرطان".

## الذكور أضعف مناعة مقارنة بالإناث؟!

"عندما تصاب النساء بالعوامل بالعدوى 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 لتسميات الأمراض، لحماية النسل بأبكر قدر ممكن من العدوى". لكنه يقول إن النساء يمكن أن يدهفن في بعض الأحيان ثمنا صحيا مؤثرا لهذه القدرة على حماية أطفالهن الذين لم يولدوا بعد.

وفي الوقت نفسه، يمكن للرجال أن يدهفوا ثمنا ياهظا بسبب استجاباتهم المناعية الأضعف، كما يشيف أوبيدا دي توريس، وهذا يمكن أن يذهب إلى ما هو أبعد من "أنفلونزا 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 يمنع الفيروسات أو البكتيريا مزيدا من الوقت للتلاعب بجينات الخلايا التي تصيها. وهذا يساعد على انتشار العدوى عبر أجسام الرجال، ولكنه يزيد أيضا من خطر تكاثر الخلايا بسرعة 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:

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

ناقش العلماء، لعقود من الزمن، ما إذا كانت ظاهرة "أنفلونزا الرجال" التي تعبر عن ضعف مناعة الذكور مقارنة بالإناث، حقيقية أم لا. وفي كتاب جديد بعنوان "كيف نحافظ على صحتك"، تقول خبيرة التغذية جينا هوب إن "الأدلة تظهر أن جهاز المناعة الأنثوي أقوى من جهاز المناعة الذكري". وتشير إلى أن الأمر يرجع إلى الهرمونات، حيث تملك الهرمونات الجنسية الأنثوية، البروجسترون والإستروجين، إلى دعم جهاز المناعة. في حين أن هرمون التستوستيرون الذكري يمكن أن يثبط المناعة. وتم تسليط الضوء على دور هرمون الإستروجين في مناعة الإناث من قبل علماء المناعة في جامعة جونز هوبكنز في بالتيمور، ميريلاند، وقاموا بإصابة خلايا من بطانات أنوف الرجال والنساء بفيروس الأنفلونزا الشائع، قبل إضافة الشكل الأكثر شيوعا من هرمون الإستروجين لدى النساء، والذي يسمى "أسترايديول"، إلى جميع الخلايا. وفي الخلايا لدى النساء، أدى هرمون الإستروجين إلى انخفاض كبير في مستويات فيروس الأنفلونزا، لكن مستويات الفيروس في خلايا الرجال ظلت دون تغيير، حسبما أفادت المجلة الأمريكية لعلم فيسيولوجيا الرئة الخلوية والإنزيمية.

وينتج كلا الجنسين "أسترايديول"، حيث يوجد بكميات صغيرة في الخصيتين لدى الرجال (ربما للمساعدة في إنتاج الحيوانات المنوية). بينما تفرز النساء كميات كبيرة من البيضين وذلك بشكل أساسي ليضاء جهازهن التناسلي، وعلى النقيض من ذلك، يبدو أن هرمون التستوستيرون يبطئ الدفاعات المناعية. ربما لأنه يحرك الأنشطة، مثل بناء العضلات التي تتطلب الطاقة.

إذا تتمعن النساء

# لماذا تتشقق الشفاه في الشتاء؟



يعاني معظم الناس من جفاف وتشقق الشفاه في فصل الشتاء، ما يدفع البعض للتساؤل عن السبب الكامن وراء ذلك. ويهدأ الصدق، قال الدكتور لوك باولز، الطبيب الققيم في لندن والمدير السريري المساعد لعيادات Bupa الصحية، "إن الجلد الموجود على شفثيك يحتوي على حاجز وقائي أرق مقارنة ببقيّة الجلد على وجهك، ما يجعله أكثر عرضة للجفاف". ويبدأ من "الحدود القرمزية"، الخيط الحاد الذي يفصل بين أنسجة الشفاه وبقيّة الوجه، تكون الأنسجة مشابهة للغشاء المخاطي الذي يبطن الفم من الداخل، وتتكون من ثلاث إلى خمس طبقات فقط من الأنسجة، ولا يحتوي على أي من بصيلات الشعر أو الغدد العرقية الموجودة في أي مكان آخر بالوجه. وفقاً للمصدر الطبي StatPearls.

وقال باولز، "إن الطبقات الخلفية من الجلد على وجهك هي أكثر سماكة بست مرات من تلك الموجودة على شفثيك. وتحتوي شفثيك أيضاً على عدد أقل من الغدد الدهنية مقارنة بأجزاء أخرى من الجسم". ويحدث جفاف الشفاه خلال فصل الشتاء، عندما يصبح الهواء الخارجي أكثر برودة وأقل رطوبة، مع تشغيل الناس للتدفئة في منازلهم وشركاتهم.

وقال باولز إن التعرض المستمر للهواء الجاف يؤدي إلى جفاف جلد الشفاه الحساس، ما يؤدي إلى تشققها وتشيرها وترفيها. وهي حالة تعرف علمياً باسم التهاب الشفة الشائع. ولا حين أنه من القوي محاولة تخفيف ذلك عن طريق ترطيب الشفتين بلعاب الفم، إلا أن هذا قد يؤدي في الواقع إلى تفاقم المشكلة، لأن اللعاب يحتوي على الإنزيمات هضمية، مثل الأميليز، الذي يحول النشويات إلى سكريات. واللباز، الذي يساعد على هضم الدهون. وقال باولز، "عندما تلعق شفثيك، فإن اللعاب يزيل الطبقة الواقية الزيتية الطبيعية التي تساعد في الحفاظ على صحة شفثيك". ومع مرور الوقت، يمكن لهذه الإنزيمات أن تلحق الضرر بجلد الشفاه نفسه وتساهم في الجفاف. ويمكن أن يؤدي السداد الأنفي، وهو السمة المميزة لشم البرد والإنفلونزا في الشتاء، إلى تعريض الشفاه للعب زائد عن طريق إجبار الشخص على التنفس من خلال فمه، وفقاً لمراجعة عام 2020 في المجلة الدولية للأمراض الجلدية النسائية. ويمكن تخفيف الجفاف باستخدام مرطب الشفاه أو المرهم أو جهاز ترطيب الشفاه.

## حامل مشاوي يزيك من خطر الإصابة بالتهتك الكدم



بعد تجلط الدم أو تخثر الدم وسيلة لمنع النزيف في حالات الجروح، وعلى الرغم من أن هذه الاستجابة مفيدة لمسئنا، إلا أنه في بعض الحالات قد تكون الجلطات مهددة للحياة. وعندما تظهر كتل تشبه الهلام في الأوردة والشرايين دون مبرر، فإنها يمكن أن تزيد من خطر الإصابة بالتهتك القلبية والسكتات الدماغية. وما يشير التلق أن درجة الحرارة الخارجية يمكن أن تلعب دوراً في هذه العملية، وفقاً لأحد الخبراء. والتغيرات المفاجئة في درجة الحرارة، كما هو الحال عندما يدخل الناس إلى مبنى دافئ بعدما كان خارجاً في البرد، يمكن أن تسبب الإجهاد الحراري للجسم. وهذا يمكن أن يجعل جسمك يعمل بجهد أكبر للحفاظ على درجة حرارة ثابتة. ويمكن أن تتأثر لزوجة الدم أيضاً، فيصبح أكثر لزوجة وأكثر عرضة للتجلط، وفقاً للبروفيسور مارك وايتلي، استشاري جراحة الأوردة ومؤسس عيادة "وايتلي". وأوضح البروفيسور وايتلي أن خطر الإصابة بالتهتك القلبية يمكن أن يزيد في الطقس البارد، قائلاً، "قد يكون هذا بسبب زيادة التخثر في الشرايين التاجية، ولكن يمكن أن يكون أيضاً بسبب زيادة مقاومة ضخ الدم حول الجسم في الطقس البارد عندما تضيق جميع الشرايين لتقليل فقدان الحرارة من الجلد، ما يجعل القلب يعمل بجهد أكبر. لذلك، لم يثبت أن هذا يرجع بالتأكيد إلى تخثر الدم. ومن التأثير اللاهتام أنه لا يبدو أن هناك فرقاً كبيراً بين المصابين بأمراض القلب التاجية الذين يمارسون الرياضة في الطقس العادي أو الطقس البارد، ما يشير إلى أن التمارين المعتدلة في الطقس البارد ليست خطيرة على الأقل وقد تكون مفيدة".

وأضاف الخبير أن الطقس البارد يرتبط أيضاً بزيادة خطر الإصابة بنوع مختلف من جلطات الدم، وهو الانسداد الرئوي. ويحدث الانسداد الرئوي عندما تسد جلطة دموية تدفق الدم إلى شرايين الرئة وتوقفه. ومع ذلك، أضاف البروفيسور وايتلي أن تجلط الأوردة العميقة، وهو جلطات الدم في الأوردة العميقة، من المرجح أن يحدث مع انخفاض درجات الحرارة. كما تخثر الأبحاث المنشورة في مجلة International Angiology من أن درجات الحرارة المنخفضة تبدو مرتبطة بشكل كبير بجلطات الأوردة العميقة. ونظرت الدراسة إلى المرضى الذين تم إدخالهم إلى المستشفى بسبب الإصابة بتجلط الأوردة العميقة في شتايغ، الصين، خلال فترة عشر سنوات. وأظهرت النتائج أن درجات الحرارة المحيطة المنخفضة كانت مرتبطة بأعراض الإصابة بتجلط الأوردة العميقة، مع تأخير تأثيرات البرد في بعض الأحيان لمدة تصل إلى أسبوع واحد. ولحسن الحظ، أوضح البروفيسور وايتلي كيفية تقليل خطر التجلط في الأشهر الباردة إلى الحد الأدنى، قائلاً، "من الواضح أنه من المعقول البقاء دافئاً إن أمكن. يجب تجنب التدخين لأن النيكوتين يسبب تشقق الشرايين ويزيد من البروتينات التي يمكن أن تزيد من خطر تخثر الدم، وعلى المدى الطويل، يؤدي التدخين أيضاً إلى إتلاف جدران الأوعية الدموية عن طريق التسبب في الالتهاب، والتمرين مفيد دائماً لأن التدفق الجيد للدم عبر الأوعية الدموية يحافظ على صحة جدار الأوعية الدموية ويقلل من خطر أي تجلط دم داخل الوعاء".

## دراسة:

# صدمة مالية مفاجئة قد تزيد خطر الخرف!

### خبيرة تكشف عواقب التسمم الكحولي

أوضحت البروفيسورة تاتيانا كليمنكو مديرة المركز العلمي الوطني لعم المخدرات، أن التسمم الكحولي يسبب مجموعة كبيرة من الاضطرابات العصبية والنفسية والجسدية. وتشول البروفيسورة في حديث لصحيفة "إيفستيا"، أظهرت دراسات علمية أنه حتى تناول الحد الأدنى من الكحول له آثار صحية سلبية على المدى الطويل، لأن الكحول يصل عبر مجرى الدم إلى جميع الأعضاء الداخلية، والكبد والبنكرياس والجهاز البولي والدماغ والقلب - كل شيء يعاني، أي يزداد خطر الإصابة كثيراً باحتشاء عضلة القلب أو الجلطة الدماغية. وتضيف، "إن الاستهلاك المتكرر للكحول وخاصة خلال أيام العطش والأعياد، يمكن أن يؤدي إلى عواقب وخيمة ليس فقط على الصحة، بل وأيضاً على العلاقات مع الأحباء".



قد تؤدي الصدمة المالية المفاجئة في منتصف العمر، مثل فقدان وظيفة أو معظم مدخراتك، إلى زيادة خطر الإصابة بالخرف. ويبدو أن الضغط الناتج عن خسارة مبلغ كبير من المال يؤدي إلى تسريع التدهور المعرفي. على الأقل لدى الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 50 إلى 65 عاماً. وحللت دراسة شملت 8,000 شخص، حالات الأفراد الذين فقدوا نحو 27% من إجمالي ثروتهم على مدى عامين. وبالمقارنة بالأشخاص الذين ظل وضعهم المالي مستقراً، فإن أولئك الذين يعانون من صدمة مالية كانوا أكثر عرضة بنسبة 27% للإصابة بالخرف. وتابعت الدراسة الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 50 عاماً في الولايات المتحدة، لمدة تصل إلى 11 عاماً في المتوسط لمعرفة ما إذا كانوا مصابين بالخرف. وأظهرت الاختبارات أن التدهور المعرفي لدى الأشخاص يتسارع إذا فقدوا مبلغاً كبيراً من المال. لكن العلاقة بين الصدمة المالية المفاجئة والتدهور المعرفي والخرف شوهدت فقط لدى الأشخاص حتى سن 65 عاماً. وليس في الأشخاص الأكبر سناً. ويقول معدو الدراسة، بقيادة كلية الطب بجامعة تشيغاج في السن، إن الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 65 عاماً قد يتعاملون بشكل أفضل مع أحداث الحياة الجهدية. وقال الدكتور جينغ جو، كبير معدي الدراسة، "بعد تجربة صدمة الثروة السلبية، قد يضطر الناس إلى التحلي عن العادات الغذائية الصحية بسبب الترولة الحدودية، وانخفاض مستويات ممارسة الرياضة البدنية بسبب الاكتئاب. فضلاً عن عدد أقل من الأنشطة الاجتماعية بسبب محدودية الوقت الترفيهي". وتبين سابقاً أن كارثة مالية مفاجئة ترفع ضغط الدم لدى الأشخاص وتزيد

التهتك القلبية يمكن أن يزيد في الطقس البارد، قائلاً، "قد يكون هذا بسبب زيادة التخثر في الشرايين التاجية، ولكن يمكن أن يكون أيضاً بسبب زيادة مقاومة ضخ الدم حول الجسم في الطقس البارد عندما تضيق جميع الشرايين لتقليل فقدان الحرارة من الجلد، ما يجعل القلب يعمل بجهد أكبر. لذلك، لم يثبت أن هذا يرجع بالتأكيد إلى تخثر الدم. ومن التأثير اللاهتام أنه لا يبدو أن هناك فرقاً كبيراً بين المصابين بأمراض القلب التاجية الذين يمارسون الرياضة في الطقس العادي أو الطقس البارد، ما يشير إلى أن التمارين المعتدلة في الطقس البارد ليست خطيرة على الأقل وقد تكون مفيدة". وأضاف الخبير أن الطقس البارد يرتبط أيضاً بزيادة خطر الإصابة بنوع مختلف من جلطات الدم، وهو الانسداد الرئوي. ويحدث الانسداد الرئوي عندما تسد جلطة دموية تدفق الدم إلى شرايين الرئة وتوقفه. ومع ذلك، أضاف البروفيسور وايتلي أن تجلط الأوردة العميقة، وهو جلطات الدم في الأوردة العميقة، من المرجح أن يحدث مع انخفاض درجات الحرارة. كما تخثر الأبحاث المنشورة في مجلة International Angiology من أن درجات الحرارة المنخفضة تبدو مرتبطة بشكل كبير بجلطات الأوردة العميقة. ونظرت الدراسة إلى المرضى الذين تم إدخالهم إلى المستشفى بسبب الإصابة بتجلط الأوردة العميقة في شتايغ، الصين، خلال فترة عشر سنوات. وأظهرت النتائج أن درجات الحرارة المحيطة المنخفضة كانت مرتبطة بأعراض الإصابة بتجلط الأوردة العميقة، مع تأخير تأثيرات البرد في بعض الأحيان لمدة تصل إلى أسبوع واحد. ولحسن الحظ، أوضح البروفيسور وايتلي كيفية تقليل خطر التجلط في الأشهر الباردة إلى الحد الأدنى، قائلاً، "من الواضح أنه من المعقول البقاء دافئاً إن أمكن. يجب تجنب التدخين لأن النيكوتين يسبب تشقق الشرايين ويزيد من البروتينات التي يمكن أن تزيد من خطر تخثر الدم، وعلى المدى الطويل، يؤدي التدخين أيضاً إلى إتلاف جدران الأوعية الدموية عن طريق التسبب في الالتهاب، والتمرين مفيد دائماً لأن التدفق الجيد للدم عبر الأوعية الدموية يحافظ على صحة جدار الأوعية الدموية ويقلل من خطر أي تجلط دم داخل الوعاء".

# كيف يؤثر امتلاك حيوان أليف على حالة مرتبطة بالشيخوخة؟



ارتبط امتلاك الحيوانات الأليفة بعدلات أبطأ من التدهور المعرفي بين كبار السن الذين يعيشون بمفردهم، وفقاً لدراسة نشرت في JAMA Network Open. ووجدت بعض الدراسات أن هناك علاقة بين العيش وحيداً وزيادة خطر الإصابة بالخرف، لكن الدراسة الجديدة التي أجريت على ما يقارب 8,000 مشارك تشير إلى أن امتلاك حيوان أليف يمكن أن يقلل من هذا الخطر، من خلال جعل الناس أقل وحدة. ونظر الباحثون في بيانات المشاركين الذين يعيشون في إنجلترا والذين تزيد أعمارهم عن 50 عاماً، وسئلوا عما إذا كانوا يعيشون مع حيوان أليف، وأجروا اختبارات على ذاكرتهم في ما يتعلق بالكمات والعلاقة العقلية. ومن الطبيعي أن تسوء الذاكرة اللفظية مع تقدمنا في السن، لكن هذا الانخفاض كان أبطأ لدى الأشخاص الذين يعيشون بمفردهم والذين لديهم حيوانات أليفة. وقال الدكتور يازي تي، الذي قاد الدراسة من جامعة "سن يات سن" في السن، "إن الرفقة التي توفرها الحيوانات الأليفة قد تقلل من الشعور بالوحدة وتزيد من الرفاهية، في حين أن أخذ الكلاب للتزفة قد يساعد على مقابلة أشخاص آخرين، من خلال وجود موضوع مشترك للمحادثة. وأظهرت نتائجنا أن أصحاب الحيوانات الأليفة كانوا أقل عرضة للعزلة الاجتماعية، وهو أمر جيد للتعامل ويقلل من معدل التدهور المعرفي". وتابع، "قد يحصل أصحاب الكلاب أيضاً على مزيد من التمارين الرياضية من خلال المشي والتروم بشكل أفضل بعد التعب من هذا المشي ما قد يساعد في تحسين الوظيفة الإدراكية". وأضاف، "أي نوع من الحيوانات الأليفة يبعث على الهدوء والاسترخاء ويمكن أن يخفف من التوتر والقلق، في حين أن الاعتناء بها وإطعامها يمكن أن يوفر إحساساً بالوجود لأصحابها، وهو أمر مهم جداً لصحة الدماغ".

ارتبط امتلاك الحيوانات الأليفة بعدلات أبطأ من التدهور المعرفي بين كبار السن الذين يعيشون بمفردهم، وفقاً لدراسة نشرت في JAMA Network Open. ووجدت بعض الدراسات أن هناك علاقة بين العيش وحيداً وزيادة خطر الإصابة بالخرف، لكن الدراسة الجديدة التي أجريت على ما يقارب 8,000 مشارك تشير إلى أن امتلاك حيوان أليف يمكن أن يقلل من هذا الخطر، من خلال جعل الناس أقل وحدة. ونظر الباحثون في بيانات المشاركين الذين يعيشون في إنجلترا والذين تزيد أعمارهم عن 50 عاماً، وسئلوا عما إذا كانوا يعيشون مع حيوان أليف، وأجروا اختبارات على ذاكرتهم في ما يتعلق بالكمات والعلاقة العقلية. ومن الطبيعي أن تسوء الذاكرة اللفظية مع تقدمنا في السن، لكن هذا الانخفاض كان أبطأ لدى الأشخاص الذين يعيشون بمفردهم والذين لديهم حيوانات أليفة. وقال الدكتور يازي تي، الذي قاد الدراسة من جامعة "سن يات سن" في السن، "إن الرفقة التي توفرها الحيوانات الأليفة قد تقلل من الشعور بالوحدة وتزيد من الرفاهية، في حين أن أخذ الكلاب للتزفة قد يساعد على مقابلة أشخاص آخرين، من خلال وجود موضوع مشترك للمحادثة. وأظهرت نتائجنا أن أصحاب الحيوانات الأليفة كانوا أقل عرضة للعزلة الاجتماعية، وهو أمر جيد للتعامل ويقلل من معدل التدهور المعرفي". وتابع، "قد يحصل أصحاب الكلاب أيضاً على مزيد من التمارين الرياضية من خلال المشي والتروم بشكل أفضل بعد التعب من هذا المشي ما قد يساعد في تحسين الوظيفة الإدراكية". وأضاف، "أي نوع من الحيوانات الأليفة يبعث على الهدوء والاسترخاء ويمكن أن يخفف من التوتر والقلق، في حين أن الاعتناء بها وإطعامها يمكن أن يوفر إحساساً بالوجود لأصحابها، وهو أمر مهم جداً لصحة الدماغ".

## دراسة تشجع مشاوي من خطر الخرف

أول مرة توصل علماء إلى عامل مهم يقلل من خطر الإصابة بالخرف بشكل مبكر ولقادي الإصابة به وتدارك أعراضه بل خفصها. فقد اكتشف علماء بريطانيون لأول مرة أن خطر الإصابة بمرض الخرف، الذي تبدأ أعراضه قبل سن 65 عاماً، يمكن أن يقل أو ينخفض بتناول جرعة يومية من فيتامين "د". حسب تقرير نشره موقع "ديلي تلغراف". وكان يعتقد في السابق أن المرض ناجم عن الجينات فقط، ولم يكن هناك ما يمكن أن يفعله الناس لتقليل مخاطر الإصابة به.

عوامل عديدة للإصابة بالخرف مع ذلك، وفقاً لأحد التحليلات، يمكن أن يؤدي نقص فيتامين د والاكتئاب وتاريخ الإصابة بالسكتة الدماغية إلى زيادة خطر الإصابة بالخرف المبكر، في حين أن تعاضد الكحول والعزلة الاجتماعية وضعف السمع وأمراض القلب يزيد أيضاً من المخاطر. ووجد باحثون من جامعة إكستر 15 عاملاً مرتبطاً بصحة الحياة والصحة يمكن أن تقلل من خطر الإصابة بهذه الحالة. كذلك قال العلماء إن معظمها قابلة للتعديل، وهي نفس الأشياء التي تزيد أيضاً من خطر الإصابة بالخرف الطبيعي. وحللت الدراسة، التي نشرت في مجلة JAMA Neurology، بيانات من أكثر من 350 ألف شخص مسجلين في مشروع البنك الحيوي في المملكة المتحدة، ووجدت ما مجموعه 180 حالة من الخرف المبكر. 10 ميكروغرامات يومي وتوصي هيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS) في بريطانيا كل شخص فوق سن الرابعة بتناول مكملات فيتامين د اليومية بمقدار 10 ميكروغرامات إذا كانوا غالباً في الداخل أو لا يتعرضون لأشعة الشمس. ويصنع الجسم فيتامين د بعد التعرض لأشعة الشمس، وقد يواجه الأشخاص ذوو البشرة الداكنة صعوبة في إنتاجه مثل الأشخاص ذوي البشرة الفاتحة، ويتم تصنيع الخرف قبل سن 65 عاماً على أنه "خرف بداية الشباب"، وهو حالة تؤثر على أكثر من 70 ألف شخص في المملكة المتحدة.

الأمم المتحدة  
الجمعية العامة  
الجمعية العامة للأمم المتحدة

أعلنت منظمة الصحة العالمية أن الفيروس التاجي المستجد تكيف مع الإنسان، ومع ذلك هو مستمر في التحور. وتقول ميليتا فونوفيتش منسقة منظمة الصحة العالمية في روسيا في حديث لوكالة نوفوستي الروسية للأنباء، "اكتشف الفيروس التاجي المستجد قبل 4 سنوات وما زال مستمرًا في الانتشار. ومن الواضح أن الفيروس تكيف مع البشر من أجل الاستمرار في الوجود. وبدأت مسببات أمراض الجهاز التنفسي الأخرى في الانتشار إلى جانب "كوفيد-19" مع حلول فصل الشتاء في أوروبا وآسيا الوسطى. مع العلم، لا يزال الفيروس التاجي المستجد منتشرًا على نطاق واسع وبمستويات إصابات شديدة ووفيات".

ووفقًا لها، إن ما يقرب من نصف البلدان التي تقدم بيانات عن العلاج في المستشفيات لمنظمة الصحة العالمية تشهد زيادة في الإصابات وخاصة في فنلندا وسلوفاكيا وإيطاليا. وتقول، "كما نلاحظ لا يزال هذا الفيروس يتحور ويقصد حياتنا".

ويذكر أن وزير الصحة الروسي ميخائيل موراخو، كان قد أعلن في وقت سابق أن الفيروس التاجي المستجد مستمر في التحور، بيد أن متغيراته الجديدة لا تتميز بالعدوانية. بل هناك بعض التغيير في سرعة انتشاره ولكنها ليست عميقة.

موقع ريسيس العسكري  
موقع التتبع الإلكتروني

اكتشف فريق من العلماء الية جديدة لكيفية انتشار مرض السكري من النوع الثاني. وفي تجارب على فئران بالمتحور، أظهر الباحثون أن حجب انزيم معين يمكن أن يفتح طريقًا جديدًا لعلاج المرض. وفق ما نقل موقع New Atlas عن دورية The Cell.

يبدأ مرض السكري من النوع الثاني عندما يتوقف الجسم عن الاستجابة للأنسولين. ويقصد في نهاية المطاف القدرة على إنتاج ما يكفي من الهرمون. وبالتالي تظل مستويات الجلوكوز في الدم مرتفعة وقد تسبب مجموعة من المشاكل الصحية الخطيرة.

غير أن العلماء ما زالوا لا يفهمون تمامًا سبب توقف نظام الأنسولين عن العمل في المقام الأول.

انزيم "سكان"

في الدراسة الجديدة، حدد فريق الباحثين من جامعة كيس ويسترن ريزيرف، انزيمًا يلعب دورًا مهمًا، والانزيم المعروف باسم SCAN، هو حامل يربط أكسيد النيتريك بالبروتينات، بما يشمل الانزيم الذي يعمل كمستقبل لعمل الأنسولين. إن أكسيد النيتريك هو ناقل كيميائي رئيسي في الجسم، يساعد الدورة الدموية وينظم الهرمونات، بما يشمل الأنسولين. لكن الفريق اكتشف نشاطًا متزايدًا لانزيم "سكان" في كل من الفئران والبشر المصابين بداء السكري. وعلى العكس من ذلك، بدأ أن الفئران المعدلة وراثيًا التي تقتصر على انزيم "سكان" محمية من تأثيرات مرض السكري.

في السياق قال جوناثان ستامغر، الباحث الرئيسي في الدراسة، "لقد أظهرنا أن حجب هذا الانزيم يحسن من مرض السكري. إلا أن الآثار تمتد لتعدد من الأمراض التي يحتمل أن تكون ناجمة عن انزيمات جديدة تضيف أكسيد النيتريك، مشيرًا أن "حجب هذا الانزيم قد يقدم علاجًا جديدًا".

مراحل مبكرة للغاية

وقد ربطت المستويات العالية من أكسيد النيتريك بالعديد من الحالات الصحية، مثل مرض الشريان التاجي، لكن كونه جزيء تفاعلي يجعل من الصعب استهدافه بشكل مباشر. غير أن نتائج الدراسة الجديدة تظهر أن البحث عن انزيم ذي صلة يمكن أن يفتح طريقة جديدة تمامًا لعلاج السكري والأمراض الأخرى، بيد أنه لا يزال البحث مبكرًا للغاية ويلزم القيام بالكثير من العمل للتحقيق في كيفية استهداف انزيم "سكان".

دراسة كندية تكشف كيف لا علاج  
تتبع المرض عن طريق الهاتف

نشر خبراء في الأكاديمية الأمريكية لطب الأعصاب، مؤخرًا، بحثًا يشير إلى أن الاستيقاظ باستمرار طوال الليل قد يكون مرتبطًا بتطور الخرف لاحقًا. وعزلت الورقة البحثية، التي نُشرت في مجلة علم الأعصاب على الإنترنت، "العلاقة بين النظام النوم والخرف الناتج عن الحوادث وحجم الدماغ". وجاء في مقدمة البحث، "كان الهدف من هذه الدراسة هو تقييم العلاقة بين النظام النوم، أي الاتساق اليومي في أنماط النوم والاستيقاظ وخطر الإصابة بالخرف والأمراض الدماغية المرتبطة بالنوم والرئتين الفذهائس للدماغ". وتابعت الدراسة أكثر من 88 ألف مشارك في المملكة المتحدة لمدة 7 سنوات. وكان متوسط عمر المشاركين 62 عامًا. ووجدت النتائج أن الأشخاص الذين يعانون من عدم النظام نومهم كانوا أكثر عرضة بنسبة 53% بزيادة للإصابة بالخرف، مقارنة مع أصحاب النوم المنتظم.

وقال مؤلف الدراسة ماثيو بول بيس، من جامعة موناش في ملبورن الأسترالية، إن الأشخاص الذين يعانون من عدم النظام النوم قد يحتاجون إلى تحسين نظام نومهم لوقاية من الخرف. وأضاف أن هناك "حاجة لأبحاث مستقبلية لتأكيد النتائج التي توصلنا إليها". من جهتها، ذكرت الأكاديمية الأمريكية لطب الأعصاب، "الدراسة لا تثبت أن عدم النظام النوم يسبب الخرف، إنما تظهر فقط العلاقة".



علماء يوضحون تأثير النوم  
الزائد أيام العطل في الصحة



اتضح للعلماء أن النوم الإضافي، في عطلة نهاية الأسبوع، يمكن أن يخفف من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. وتشير صحيفة Daily Mail إلى أن باحثين من جامعة نانجينغ الطبية الصينية، تابعوا حالة 3100 شخص لتحديد كيفية تأثير فترات النوم في الصحة.

وفقًا لنتائج هذه الدراسة، إن الأشخاص الذين لم يحصلوا بالنظام على قسط كافٍ من النوم خلال أيام العمل في الأسبوع ثم ناموا بضع ساعات إضافية في أيام عطلة نهاية الأسبوع، انخفض لديهم خطر الإصابة بالنوبات القلبية بنسبة 63% بالمتانة. أما الأشخاص الذين لم يعضوا قلة النوم في أيام العطل، ازداد لديهم

ما علاقة "التصفح السلبي"  
لوسائل التواصل الاجتماعي بالصحة العقلية؟



كشفت دراسة جديدة أن تصفح وسائل التواصل الاجتماعي دون الإحباط أو التعليق على المنشورات قد يرتبط بوجود حالة صحية عقلية أفضل. ووجد باحثون من جامعة الصين المركزية للمعلمين أن الذين يستخدمون المنصات الاجتماعية "بشكل سلبي" هم الأكثر ميلًا للمعاناة من القلق الاجتماعي مقارنة بالذين يستخدمونها بنشاط، مثل تحميل المنشورات ومشاركة أحداث الحياة. وأجرى الفريق استطلاعًا للرأي شمل أكثر من 500 طالب جامعي حول صحتهم العقلية واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي. ووجد أن "المتصفحين" كانوا أكثر خوفًا من المواقف غير المألوفة في حياتهم الواقعية. ومن ناحية أخرى، وجد الفريق أن أولئك الذين استخدموا وسائل التواصل الاجتماعي بنشاط كان لديهم المزيد من الدعم الاجتماعي وتحسين نوعية الصداقة. وشملت الدراسة، التي نُشرت في مجلة BMC Psychology، نحو 571 طالبًا من مقاطعة شانشي ومقاطعة هوبي في الصين في الفترة من ماي إلى يوليو 2022. واكملت المجموعة استبيانات تقيس الانفتاح والاستخدام النشط والسلي لوسائل التواصل الاجتماعي والتقييم الذاتي والقلق الاجتماعي. وقياس الانفتاح، طلب من المشاركين ترتيب سلسلة من العبارات، واحدة تشير إلى عدم الموافقة بشدة وأخرى تشير

وكتب الفريق، "يميل الناس إلى تصوير أنفسهم بطرق مفرطة في الإطراء على منصات التواصل الاجتماعي، الأمر الذي قد يؤدي بالمستخدمين السلبين إلى الوقوع دون وعي في مضطربة القارئات الاجتماعية التصاعدي عندما يرون تحديشات أسدقائهم. لقد وجدت الدراسات السابقة أيضًا أن الأفراد الذين يستخدمون خدمات الشبكات الاجتماعية بشكل سلبي لديهم نظرة أعلى وانخفاض احترام الذات، على وجه الخصوص، يمكن أن يؤدي الاستخدام السلبي لخدمات ومواقع التواصل الاجتماعي إلى تفكير اجتراري (أفكار تكرارية تولد من خلال محاولات لمواجهة التناقض الذاتي) يتعلق بالعلاقات الشخصية، ما يؤدي بسهولة إلى تفاقم أعراض القلق الاجتماعي".

ووجد الفريق أنه عندما يستخدم المستخدمون المنصات بنشاط، فإنهم يشعرون بالراحة في تصوير أنفسهم للأخرين وتلقي التعليقات. وأضافت الدراسة، "بالإضافة إلى ذلك، أصبح الأفراد أكثر ثقة في قدرتهم على الحفاظ على عدد كبير من الروابط الشخصية. ونتيجة لذلك، يمكن للأفراد تجميع رأس المال الاجتماعي بشكل أكثر فعالية، وتلبية احتياجات الارتباط، وتطوير تصور إيجابي للذات".

ومع ذلك، يفكر المستخدمون السلبيون إلى الإفصاح عن الذات والتواصل التفاعلي، ما يعيق إنشاء وتطوير علاقات عالية الجودة مع الآخرين.

طالبا في جامعة  
مع اكتشافه في السريرية

تلخص أسناننا، مثل أجسادنا، للتغيرات المرتبطة بالعمر. فعندما يحدث لها فعلًا مع مرور الوقت، وكيف يمكن الحفاظ على صحتها بشكل جيد؟

كشفت الخبراء أن تاج السن يغطى بطبقة من المينا الصلبة التي تحميها بالعاج البني اللامع، الذي يحمي القلب في المركز. وتتكون المينا من خيوط هشة متجمعة على شكل قرص تتفاعل مع الضوء لتجعل الأسنان تبدو بياقة.

ويشكل العاج الموجود تحت المينا معظم تاج الأسنان وجذرها. ويتكون من الكولاجين والمعادن والماء والبروتينات. كما يحتوي القلب على أوعية دموية وأعصاب تتواصل مع باقي أجزاء الجسم.

ويوجد في معدن العاج والكولاجين أنابيب صغيرة مترابطة تتشكل بواسطة خلايا متخصصة تسمى الخلايا السلية، التي تستقر حول القلب بمجرد أن تتشكل أسناننا بالكامل.

كيف تتغير أسناننا مع تقدمنا في السن؟ بسبب عدم قدرتها على التجدد، تصبح أسناننا هشة وعرضة للكسر، خاصة تلك التي تحتوي على خطوط متشققة أو حشوات كبيرة.

ومع مرور الوقت، يرق السطح الخارجي للمينا ليكتشف عن العاج العظم نسيبًا، الذي يصبح داكنًا مع تقدمنا في العمر. ويصبح العاج داكنًا لأن نسيج الكولاجين يتصلب وينكمش. ويمتلئ السائل الموجود في الأنابيب بالمعادن.

وتتأثر جزئيات الطعام والشراب الفجوات الدقيقة وخطوط الشقوق الدقيقة المرتبطة بالعمر، والتي تمتد إلى أعلى وأسفل المينا لتغير لونها وتصيغها.

وفيما يلي سبع نصائح لتجنب تراجع الأسنان، «تجنب الألبان المصنوعة من العيون أو طحين الألبان المصنوعة من العيون» - المشمش يستساوي بسن الأسنان - إذا كنت تتقند الأضراس أو الضواحك، فنبغي وضع الطعام بدقة شديدة بحيث يمكن استخدام الأسنان المقتببة. ويمكن دعم عملية الضغ من خلال استبدال الأسنان المفقودة باليسور أو الغرسات أو أنظم الأسنان.

الحفاظ على المينا

قلل من فقدان المزيد من المينا وعاج الأسنان عن طريق اختيار فرشاة أسنان ذات شعيرات ناعمة ومعاين أسنان جيدة.

ويمكن لبعض معاجين الأسنان المبيضة أن تكون كاشطة، ما قد يؤدي إلى خشونة وتآكل أسطح الأسنان.

كما ينبغي الحد من التعرض للأحماس الموجودة في الطعام (مثل التيمون أو خل التفاح) أو المرض (الارتجاع أو القيء)، حيثما أمكن ذلك للحفاظ على المينا ومنع تآكلها.

تعزيز اللعاب

بعد اللعاب مهما لتعزيز عملية الضغ والبلع والتحدث. لكن نوعية وكمية اللعاب لدينا تنخفض بسبب التغيرات المرتبطة بالعمر في الغدد اللعابية، وكذلك بعض الأدوية الموسوفة لعلاج الأمراض المزمنة، مثل الاكتئاب وارتفاع ضغط الدم.

تحدث إلى طبيبك حول خيارات الأدوية المتاحة لتحسين اللعاب أو إدارة مرض الارتجاع فتح التآكل.

علاج أمراض اللثة

من الناحية الجمالية، يؤدي علاج أمراض اللثة إلى تقليل انكماش اللثة (الحسارها) الذي يكشف عادة جذور الأسنان الداكنة نسيبًا.

دراسة تربط بين  
والتهنئة السريرية

ربطت دراسة جديدة بين جانحة الطاعون الثانية، المعروفة باسم الموت الأسود، والتغيرات في الميكروبات الحيوية الفموية البشرية.

وكشفت نتائج الدراسة أن الموت الأسود ربما ساهم في حثا للوجبات السريعة اليوم.

وأدت جانحة الطاعون الثانية في منتصف القرن الرابع عشر إلى مقتل ما يصل إلى 60% من سكان أوروبا، وتسببت في الجوع والتعب والقيء بالإضافة إلى تورمات كبيرة ومؤلمة تسمى الدبل في الضلخين والرقبة والإبط والضلخ.

وقد توحيق تداعيات حدث الوفيات الجماعية هذا جيدًا، لكن دراسة حديثة من ولاية بنسلفانيا وجامعة أديلايد تلقي ضوءًا جديدًا على إرث الموت الأسود وأشارت إلى أنه قد يكون مرتبطًا بحثا للوجبات السريعة اليوم، بسبب التغيرات الحاصلة في النظام الغذائي والنظافة خلال تلك الفترة.

وكشفت تحليل لويحات الأسنان المتكسفة من الهياكل العظمية التي تعود لآلاف السنين أن البكتيريا السائدة الموجودة في أفواهنا اليوم ترتبط بالأنظمة الغذائية منخفضة الألياف وعالية الكربوهيدرات، وكذلك استهلاك الألبان. وقالوا إن كل هذه العوامل تميز الأنظمة الغذائية الحديثة. مثل الوجبات السريعة. وربما تكون الأحداث العالمية، مثل الموت الأسود، قد أدت إلى هيمنة هذه البكتيريا.

ويعتقد أن التغيرات في النظام الغذائي والنظافة في جميع أنحاء المناطق التي شهدت الطاعون قد أثرت على الميكروبيوم الفموي لدينا، وهو مجتمع الكائنات الحية الدقيقة، ومعظمها من البكتيريا. وتوجد في أفواهنا.

ومن المعروف أن هذا الخليط من البكتيريا داخل الجسم مرتبط بصحة المناعة والقلب والدماغ، ولكن يمكن أن يرتبط أيضًا بأمراض معينة. وقالت البروفيسورة لورا ويريش، من ولاية بنسلفانيا، "ترتبط الميكروبيومات الحديثة بمجموعة واسعة من الأمراض المزمنة، بما في ذلك السمنة وأمراض القلب والأوعية الدموية وضغط الصحة العقلية. إن الكشف عن أصول هذه المجتمعات الميكروبية قد يساعد على فهم هذه الأمراض وإدارتها". وقامت لورا ورفيقها بجمع مواد من أسنان 225 شخصًا دفنوا في 27 موقعًا أثرية في إنجلترا، واسكتلندا من نحو 200 قبل الميلاد إلى 1875 بعد الميلاد.

ويعد فحص العينات، حدودًا 954 نوعًا ميكروبيًا في مجتمعين مختلفين من البكتيريا، وسيطر على أحدهما جنس "الكورة العظيمة" (Streptococcus)، وهي شائعة في أفواه الأشخاص المعاصرين، والآخر سيطر عليه جنس Methanobrevibacter، الذي يعتبر الآن منقرضًا إلى حد كبير لدى الأشخاص الأصحاء.

### دراسة جديدة عن الأضرار الصحية للإصابة بـ COVID-19

وجدت دراسة جديدة أن 74 مشكلة صحية ترتبط بعدم الإجابة في وقت لاحق من الحياة، عند تشخيص إصابتك بها في وقت مبكر.

وحدد الباحثون في جامعتي هارفارد وكينغز كوليدج مشاكل الصحة السلوكية، مثل إدمان الكحول والقضاء، كان لها التأثير الأكبر على عدم الإجابة بين الرجال الذين تم تشخيصهم في العشرينات من العمر.

ولن يكون أن النساء لا ينجبن أطفالا على الأرجح بسبب أمراض المناعة الذاتية والالتهابات مثل التسبب المتعدد واضطرابات القلب والأوعية الدموية ومرض السكري من النوع 2. عند تشخيصهم في أوائل العشرينات من عمرهم.

وتتكون القائمة الطويلة من 74 حالة مختلفة تزيد من احتمالات عقم الرجل أو المرأة في وقت لاحق من الحياة، بما في ذلك اضطرابات سلوكية وإعاقات مثل القضاء والشلل الدماغي وإدمان الكحول والمخدرات واضطراب الشخصية المعادية للمجتمع.

وتشمل الحالات الأخرى غير العقلية التي ارتبطت أيضا بزيادة معدلات عدم الإجابة، ارتفاع ضغط الدم واضطرابات تخثر الدم والعدوى التهابية وعدم التزام فترات الحبس. وشملت أقوى العوامل المؤثرة على القدرة على الإجابة في المستقبل، العيوب الخلقية والاضطرابات الأخرى منذ الولادة، ومشكلات الصحة العقلية والاضطرابات التي تؤثر على الجهاز العصبي، مثل مرض التسبب العصبي المتعدد والتهاب الجفاس عند الأطفال.

وفي الدراسة، حلل الباحثون بيانات 1.4 مليون امرأة - ولدن بين عامي 1996 و1997 - و1.1 مليون رجل - ولدوا بين عامي 1996 و1997.

وكانت النساء اللاتي تراوحت أعمارهن بين 16 و20 عاما عندما تم تشخيص إصابتهن بالمرض، أكثر عرضة لعدم مقارنة بالنساء اللاتي تم تشخيصهن في مرحلة البلوغ المبكر.

وقال الباحثون إن المشاكل العقلية كانت الأكثر تأثيرا بين الرجال، بينما شكلت المشاكل الأيضية والقصد الصماء مثل مرض السكري، التأثير الأكبر على معدلات عدم الإجابة لدى النساء.

وقامت الدكتورة أندريا جانا، مديرة معهد الطب الجزيئي بفيلندا (FIMM)، من خلال تقييم دور العديد من أمراض الحياة المبكرة في عدم الإجابة لدى 2.5 مليون شخص في جميع أنحاء فنلندا والسويد، تمهد هذه الدراسة الطريق لفهم أفضل لحالة العقم.

وقال الدكتور أوكستغ ليو، المعد الرئيسي للدراسة والباحث في جامعة هلسنكي، "تؤدي عوامل مختلفة إلى زيادة معدلات عدم الإجابة في جميع أنحاء العالم، حيث يكون تأجيل الإجابة مساهما كبيرا قد يزيد من خطر العقم".

### كورونا 1: التطعيم حتمي وكافح

في نهاية غشت 2023، تم اكتشاف متحور جديد لفيروس كورونا في الولايات المتحدة، يحمل اسم JN.1. وتشهد العديد من البلدان ارتفاعا كبيرا في عدد الإصابات بهذا المتحور.

والطبيب والباحث في السياسات والنظم الصحية، الطبيب حمضي يقدم تحليلا شاملا حول هذا المتحور وتأثيره على المجتمع والاقتصاد.

وسلط حمضي الضوء، في تصريح لـ "أس إن إن تي نيوز"، على متحور JN.1، وبين حجم انتشاره السريع في بعض البلدان، مما يشير إلى أن هذا المتحور قد يكون له تأثير على الصحة العامة.

وأوضح الطبيب حمضي أن متحور JN.1 هو فرغ من سلالة أوميكرون، ويصنف على أنه متحور مشر للارتفاع، يشرح أيضا التطورات التي أدت إلى تصنيفه باعتباره متحورا كاملا و قدرته على التهرب من الاستجابة المناعية.

تشير المعلومات الواردة إلى أن أعراض متحور JN.1 تشبه سلالات أوميكرون الأخرى، ولكن لا يوجد دليل على زيادة في خطورته، وتناول الطبيب أيضا تأثيراته المحتملة وما إذا كانت اللقاحات الحالية قادرة على التصدي له.

وأكد حمضي أن التلقيح ما زال يقي من الأمراض الشديدة والوفيات، وشدد على أهمية التلقيح لجميع الفئات العمرية. ومع ذلك، يشير حمضي إلى أنه قد يزيد انتشار المتحور JN.1 من إمكانية إصابة الأفراد حتى وإن كانوا تلقوا اللقاح.

وسلط الضوء على التحديات المتوقعة في الأسابيع المقبلة في المغرب وأماكن أخرى مشيرا إلى احتمال انضمام متحور JN.1 إلى أمراض الشتاء الأخرى، وأوضح الإجراءات الوقائية الممكنة، حيث قدم حمضي نصائح للكثافة للعرض للخطر، مشددا على أهمية حماية الأفراد الأكثر ضعفا، كما شدد على ضرورة اتخاذ الشباب إجراءات وقائية للحفاظ على سلامتهم وحماية الأشخاص حولهم.

وكشف حمضي الآثار المحتملة على الحياة الاجتماعية والاقتصادية نتيجة لتزايد الإصابات بمتحور JN.1، وسلط الضوء على أهمية احترام الإجراءات الوقائية لتقليل تأثيرها، ودعا إلى تحسين الإجراءات الوقائية، وشدد على ضرورة التلقيح والتزام الجميع بالإرشادات الصحية للحفاظ على سلامة المجتمع في مواجهة تحديات متحور JN.1.

### التعاون مع الإقنونة

طويلة الأمد

وجدت دراسة جديدة أن الإنفلونزا يمكن أن تسبب أعراضا طويلة الأمد مماثلة لأعراض "كوفيد".

وكان المرضى الذين دخلوا المستشفى بسبب الإنفلونزا الموسمية أو "كوفيد"، أكثر عرضة لخطر الوفاة خلال الأشهر الـ 18 التالية. وكانت مشاكل الجهاز التنفسي هي الأكثر شيوعا، مع احتمال دخول المرضى إلى المستشفى مرة أخرى إذا عانوا من أي من الحالتين. وقال الخبراء إن ذلك يظهر أهمية التطعيمات السنوية، خاصة لدى كبار السن والأكثر ضعفا.

ويقول أحد البروفيسور الرئيسية المستخدمة من "كوفيد"، إن العدوى التي كان يُعتقد في البداية أنها تسبب مرضا قصيرا فقط، يمكن أن تؤدي أيضا إلى مرض مزمن. ما دفع الباحثين من كلية الطب بجامعة واشنطن، إلى النظر في النتائج طويلة المدى لمرض "كوفيد" إلى جانب الإنفلونزا.

وحلوا أحد أكبر أسئلة البروفيسور، من خلال فحص 90 ألف سجل لمرضى عدة تصل إلى 18 شهرا بعد الإصابة بأي من الفيروسين، مع مقارنة مخاطر الوفاة ودخول المستشفى، و49 نتيجة صحية شارة تتعلق بالنظام الأعضاء الرئيسية في الجسم.

## صدمة الطفولة تزيد من خطر الإصابة بأحد الأسباب الرئيسية للإعاقة في العالم



أظهر باحثون أن الإيذاء الجسدي أو الجنسي أو العاطفي أو الإهمال، سواء كل منها على حدة أو مع حالات أخرى من صدمات الطفولة، يزيد من خطر الألام المزمنة والإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتؤكد هذه النتائج الجديدة على الحاجة الملحة لمعالجة تجارب الطفولة السلبية (ACE)، وهي الأحداث المؤلمة المحتملة التي تحدث قبل سن 18 عاما، واتخاذ خطوات للتخفيف من تأثيرها طويل الأمد على الصحة.

وتستعرض الدراسة الأبحاث التي تم إجراؤها على مدار 75 عاما، والتي شملت 872692 شخصا بالغًا، وتكشف أن الذين تعرضوا لأشكال مختلفة من الأحداث الضارة في مرحلة الطفولة هم أكثر عرضة لخطر الإصابة بالألم المزمن والإعاقة المرتبطة بالألم في مرحلة البلوغ، وخاصة أولئك الذين تعرضوا للإيذاء الجسدي.

ويؤدي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويقول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسبير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، "هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة. وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى

وتقول المؤلف الرئيسي البروفيسور جان هارتفيغسون، من جامعة جنوب الدنمارك، "تؤكد هذه النتائج الحاجة الملحة لمعالجة تجارب الطفولة السلبية، خاصة في ضوء انتشارها وتدابيرها الصحية".

وتابع، "إن الفهم الأكثر دقة للعلاقة الدقيقة بين تجارب الطفولة السلبية والألم المزمن سيمكن المتخصصين في الرعاية الصحية وواضعي السياسات من وضع استراتيجيات طويلة الأمد للشدائد في تقابل التأثير طويل الأمد للشدائد في الحياة المبكرة على صحة البالغين".

ويشرح الباحثون أن الأبحاث المستقبلية يجب أن تتعمق في الآليات البيولوجية التي تؤثر من خلالها الاضطرابات المحولة للأنيبيوتكسين على الصحة طوال العمر، بهدف تعميق الفهم وتطوير طرق للتخفيف من تأثيرها.

### تطوير لقاح لخفض الكولسترول!

وقال الدكتور برايس تشاكريان، الباحث الرئيسي والأستاذ في قسم الوراثة الجزيئية والأحياء الدقيقة في جامعة يوكسبيكو، "نعتقد أن يكون لهذا اللقاح تأثير عالمي، ونأمل أن يكون متاحا للبشر في السنوات العشر المقبلة".

ويجسد ارتفاع نسبة الكوليسترول عندما يكون هناك الكثير من الرواسب الدهنية في الدم، ما يعيق تدفق الدم عبر الشرايين ليصل إلى الأعضاء الحيوية مثل القلب والدماغ.

ويتمثل أحد الحلول في تناول الأدوية الدهنية والتدخين وعدم ممارسة التمارين الرياضية إلى رفع نسبة الكوليسترول الضار، على الرغم من أن بعض الأشخاص قد يكون لديهم استعداد وراثي لذلك.

ويجسد ارتفاع نسبة الكوليسترول عندما يكون هناك الكثير من الرواسب الدهنية في الدم، ما يعيق تدفق الدم عبر الشرايين ليصل إلى الأعضاء الحيوية مثل القلب والدماغ.

ويتمثل أحد الحلول في تناول الأدوية الدهنية والتدخين وعدم ممارسة التمارين الرياضية إلى رفع نسبة الكوليسترول الضار، على الرغم من أن بعض الأشخاص قد يكون لديهم استعداد وراثي لذلك.

ويتمثل أحد الحلول في تناول الأدوية الدهنية والتدخين وعدم ممارسة التمارين الرياضية إلى رفع نسبة الكوليسترول الضار، على الرغم من أن بعض الأشخاص قد يكون لديهم استعداد وراثي لذلك.

ويتمثل أحد الحلول في تناول الأدوية الدهنية والتدخين وعدم ممارسة التمارين الرياضية إلى رفع نسبة الكوليسترول الضار، على الرغم من أن بعض الأشخاص قد يكون لديهم استعداد وراثي لذلك.

ويتمثل أحد الحلول في تناول الأدوية الدهنية والتدخين وعدم ممارسة التمارين الرياضية إلى رفع نسبة الكوليسترول الضار، على الرغم من أن بعض الأشخاص قد يكون لديهم استعداد وراثي لذلك.

ويتمثل أحد الحلول في تناول الأدوية الدهنية والتدخين وعدم ممارسة التمارين الرياضية إلى رفع نسبة الكوليسترول الضار، على الرغم من أن بعض الأشخاص قد يكون لديهم استعداد وراثي لذلك.

ويتمثل أحد الحلول في تناول الأدوية الدهنية والتدخين وعدم ممارسة التمارين الرياضية إلى رفع نسبة الكوليسترول الضار، على الرغم من أن بعض الأشخاص قد يكون لديهم استعداد وراثي لذلك.

ويتمثل أحد الحلول في تناول الأدوية الدهنية والتدخين وعدم ممارسة التمارين الرياضية إلى رفع نسبة الكوليسترول الضار، على الرغم من أن بعض الأشخاص قد يكون لديهم استعداد وراثي لذلك.

ويتمثل أحد الحلول في تناول الأدوية الدهنية والتدخين وعدم ممارسة التمارين الرياضية إلى رفع نسبة الكوليسترول الضار، على الرغم من أن بعض الأشخاص قد يكون لديهم استعداد وراثي لذلك.

### تأثير شعاع الأشعة السينية على الجهاز الهضمي

تظهر الودعة نتيجة احتباس السوائل في الجسم لأسباب مختلفة، بدءا من السباح ضغط حيازة غير صحي وانتهاء باضطرابات خطيرة في عمل أعضاء وأجهزة الجسم.

ووفقا للدكتورة كاميليا تابينغا أخصائية الغدد الصماء والطب الوقائي ومكافحة الشيخوخة، يمكن أن تظهر الودعة بسبب اضطراب عمل القلب والأوعية الدموية والجهاز البولي والغدد الليمفاوية والصماء والجهاز الهضمي.

وتقول في مقابلة مع Gazeta.Ru، "تظهر الودعة غالبا بسبب قصور الوريد وأمراض القلب -تفادح الأوردة (الدوالي)، وأمراض القلب التي تسبب عدم التوازن عضلة القلب بالدرجة المطلوبة. ويحول المساء، يزداد تورم الساقين بسبب قصور القلب، وقد يكون مصحوبا بضعف أو عدم التزام ضربات القلب أو شيق في التنفس حتى أثناء الراحة أو عند بذل نشاط بدني بسيط".

ووفقا لها، يمكن أن تظهر الودعة بسبب أمراض الكلى في الصباح وتختفي في المساء، ولكن في حالة وجود اضطرابات حادة في عمل الكلى يمكن أن تبقى طوال اليوم، وتكون مصحوبة عادة بشحوب الجلد وجفافه.

وتقول، "أما في حالة أمراض الجهاز الهضمي، فتظهر الودعة بسبب اضطراب تدفق اللعاب، وغالبا ما تظهر على الأطراف، ويزداد التورم في المساء ويختفي عمليا في الصباح بعد الراحة".

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد احتباس السوائل في الجسم. بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" المسؤول عن الاحتفاظ بالياتما في مجرى الدم، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والفخذين واليدين بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات الغدد الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادة أعراض مميزة، النعاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد احتباس السوائل في الجسم. بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" المسؤول عن الاحتفاظ بالياتما في مجرى الدم، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والفخذين واليدين بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات الغدد الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادة أعراض مميزة، النعاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

### كيف تتقي شذائذ العظام في الكبر

قالت عبادة العظام في جونديفينجن بالهنا إنه يمكن مواجهة شذائذ العظام في الكبر من خلال التوثيق على ممارسة الرياضة والتغذية السليمة.

وأوضحت العبادة أن ممارسة الرياضة تعمل على تحفيز عملية أيض العظام والعضلات، وبالتالي تتمتع العظام والعضلات بالثبات والاستقرار، ويزداد أمان المشي ويقل خطر السقوط والإصابة بكسور، فضلا عن إبطاء عملية ترقق العظام وفقدان كثافتها.

ولاستفادة من الرياضة ينبغي الجمع بين رياضات قوة التحمل مثل المشي، ولا سيما باستخدام العصا وركوب الدراجة الهوائية والسباحة وتمرارين العضلات، مع مراعاة ممارسة الرياضة بمعدل لا يقل عن مرتين أسبوعيا لمدة ساعة إلى ساعة ونصف في المرة الواحدة.

### أهمية الكالسيوم

وأكدت عبادة العظام أن التغذية السليمة تلعب دورا كبيرا في إبطاء عملية ترقق العظام وفقدان كثافتها، مشيرة إلى أنه ينبغي لهذا الغرض اعداد الجسم بالكالسيوم المهم لسمعة العظام، والذي تتمثل مصادره الغذائية في اللبن ومشتقاته الألبان والبيض والخضراوات مثل السبانخ والبروكلي.

كما ينبغي اعداد الجسم بفيتامين "دي 3" نظرا لأنه يساعد الجسم على امتصاص الكالسيوم، ولهذا الغرض ينبغي التعرض لأشعة الشمس على نحو كاف، حيث تحفز أشعة الشمس الجسم على إنتاج هذا الفيتامين كما يمكن أيضا اللجوء إلى المكملات الغذائية المحتوية على فيتامين "دي 3" تحت إشراف الطبيب.

### حماية العظام والعضلات

يؤثر العقم على نحو 1.8 مليون من الأزواج في جميع أنحاء العالم ويمكن أن يكون له أسباب مختلفة. وفي نحو 1 إلى 2٪ من الحالات، تكون المشكلة ناجمة عن فشل التبويض في إطلاق البويضات.

وتسلط دراسة جديدة أجراها علماء في جامعة تسينغهوا بالصين الضوء على سبب أساسي جديد قد يشرح حالة العقم هذه عند النساء.

وتم تحديد التغيرات في جين معين يسمى Eiftenif كمدحرك لشبكة في التبويض تجعل العمل شبه مستحيل. واكتشف العلماء أن التغير الجيني الذي يسبب مشكلة في خلايا البويضات يمنع التبويض من إطلاق البويضات بانتظام.

ومن دون إطلاق البويضات (عملية الإباضة) لا يمكن أن يحدث الإخصاب، وعلى وجه التحديد، يؤثر النمط الضار للحمض النووي على عمل الميتوكوندريا (عضية خلوية مزدوجة الغشاء تتواجد لدى معظم الكائنات حقيقية النوى) داخل خلايا البويضة - "القوة" التي تحول الوقود إلى طاقة.

وفي حديثه عن النتائج، قال البروفيسور كيهوكي كي، من جامعة تسينغهوا في الصين، والذي ساعد في قيادة الدراسة، إن العلاقة بين Eiftenif والميتوكوندريا لم يتم تحديدها من قبل. ومن الناحية الطبية، تُعرف مشاكل إنتاج وإطلاق البويضات باسم قصور المبيض الأولي وقصور المبيض المبكر.

وتشير هذه المسلمات إلى حقيقة أن المشكلة تحدث قبل انقطاع الطمث الذي تتوقف فيه الإباضة بشكل طبيعي. وفي عام 2019، صادف علماء صينيون عائلة تعاني من قصور المبيض المبكر، وكان لديها جميعا تغيرات في الجين Eiftenif. وقام الفريق بإعادة إنتاج هذا التغيير الجيني في الفئران لعرض مدى تأثيره على خصوبة الأنثى.

وسمحو للفئران بالنمو وقارنوا خصوبتها بالفئران التي لم يتم تعديل حمضها النووي. ووجدوا نمطا مميزا من التغيرات في الميتوكوندريا في البيض، وانخفاض متوسط عدد الجريبات الكلية، وهي الأكياس الصغيرة الموجودة على سطح المبيض والتي تحتوي على البويضات النامية، بنسبة 80٪ تقريبا في الفئران الأكبر سنا والعدلة وراثيا. كما انخفض متوسط عدد الجريبات في كل فصول بتعدادا 53٪. حيث أنه عندما تنمو في طبق المختبر فإن نحو نصف البويضات المحبسة لا تبقى على قيد الحياة بعد المراحل الأولى من التطور.



## الحنيفات يتفقد عددا من المشاريع الزراعية في عجلون

عجلون

تفقد وزير الزراعة المهندس خالد الحنيفات، في محافظة عجلون عددا من المشاريع الزراعية الريادية ذات الأثر الاقتصادي المباشر على المجتمع المحلي.

وزار الحنيفات، بحضور نائب محافظ عجلون هاشم العبدالات، مشروع التعبئة والتبريد في جمعية قرى شمال عجلون، والذي تدعمه وزارة الزراعة ضمن خطة دعم التحالفات والجمعيات الزراعية المتخصصة، بمبلغ ٩٠ ألف دينار لتجهيز خط إنتاج وتعبئة وتبريد.

كما تفقد الوزير أيضا، مصنع درة عمون لمنتجات مركزات البندورة الصحية، الذي يشغل أبناء المنطقة ويساهم في استيعاب جزء من فائض الإنتاج.

وبين الحنيفات أن الوزارة مستمرة في دعم الجمعيات والتحالفات الزراعية المتخصصة وتوسعى إلى تطوير الدور التعاوني من خلال التمويل والتوجيه والمتابعة، وخلال الجولة وجه مجموعة من المهندسين الزراعيين العاطلين عن العمل في عجلون بتأسيس جمعية وإعداد مشروع ضمن جدوى اقتصادية ودراسة واضحة، مؤكدا دعم الوزارة للمشروع.

وأكد أن الوزارة ستعمل على دعم مشاريع التصنيع الغذائي، حيث تم تقديم الدعم للقائمين على مشروع مركزات البندورة من خلال دفع تكلفة إيجار مبني مصنع المركزات لمدة ٥ سنوات بالتعاون مع البلدية، إضافة إلى قرض يسبق نصف مليون دينار بفائدة ٢ بالمئة، بهدف استيعاب فائض إنتاج البندورة وتشغيل الشباب في المجتمع المحلي تخفيف من البطالة.

من جهته، ثمن رئيس محافظة عجلون عمر المومني، دعم الوزارة ومتابعيتها للمشاريع، مضيفا أن نسبة تنفيذ المشاريع الزراعية ضمن الامركزية وصلت إلى ١٠٠ بالمئة.

بدورها، أشارت رئيسة جمعية قرى شمال عجلون زينب المومني وجميع العضوات، دعم الوزارة الذي يسهم في تطوير التصنيع الغذائي وتخزين المحاصيل الزراعية، ما يضمن توفرها على مدار العام لتلبية حاجة التصنيع الغذائي واستيعاب الفائض أثناء الإنتاج الوافر.

## يوم وظيفي لكلية الهندسة في جامعة العلوم والتكنولوجيا

الرمثا

نظمت كلية الهندسة في جامعة العلوم والتكنولوجيا، يوما وظيفيا بمشاركة مجموعة من المؤسسات والشركات الهندسية الرائدة في الأردن التي تهتم بتدريب وتوظيف خريجي كلية الهندسة.

ويهدف تنظيم هذا اليوم إلى توفير فرص عمل لخريجي البرامج المختلفة في الكلية.

وتضمنت الفعالية التي افتتحها نائبة الرئيس الدكتورة منى أبو دلو، سلسلة من ورش العمل والمحاضرات التفاعلية قدمها خبراء من الشركات والمؤسسات الهندسية المشاركة، حيث تناولت مواضيع مهمة مثل التطورات التكنولوجية في الهندسة وابتكارات الصناعة واستراتيجيات البحث عن وظيفة وتطوير المهارات الشخصية والمهنية.

وتحرص الجامعة باستمرار على تعزيز التعاون بين الجامعة وقطاع الأعمال من أجل توفير فرص تدريبية وتوظيفية متميزة لطلاب وخريجي الكلية، بالإضافة إلى تضييق الفجوة بين التعليم الأكاديمي واحتياجات سوق العمل، مما يعزز من جاهزية الطلبة لمتطلبات الوظائف المختلفة.

## فريق وزاري يناقش تحديات القطاع الصناعي في مدينة الحسن



الرمثا

عقد وفد وزاري برئاسة نائب رئيس الوزراء وزير التنمية المحلية توفيق كريشان لقاء مفتوحا مع مجلس إدارة شركة المدن الصناعية والمستثمرين في مدينة الحسن الصناعية بالرمثا، للاطلاع على التحديات التي تواجه المستثمرين الصناعيين.

وضم الوفد وزراء الاستثمار خالد السقايف، البيئة خالد الرديادة، العمل نادية الروابدة، ومدير عام ضريبة الدخل والمبيعات حسام ابو علي، ومدير عام دائرة الغذاء والدواء الدكتور نزار مهيديت، ومدير عام دائرة الجمارك العامة اللواء جلال القضاة، ورئيس مجلس فوضي هيئة تنظيم قطاع الطاقة زياد السعيدة، ورئيس مجلس إدارة شركة المدن الصناعية الدكتور لؤي سحويل، ومدير عام المدن الصناعية الأردنية عمر جويعد، ورئيس جمعية مستثمري مدينة الحسن الصناعية عماد النداف.

وأكد كريشان حرص الحكومة على ترجمة التوجهات الملكية السامية، الداعية إلى تعزيز بيئة جاذبة للاستثمار في الأردن، باعتبارها عنصرا مهما في النمو الاقتصادي، وتوفير فرص العمل، مشيرا إلى حرص جلالتهم على ضرورة مواصلة العمل على تطوير الإجراءات وتسهيلها، وتعزيز التكامل بين القطاعين العام والخاص في مجال الاستثمار.

وقال، إن الأردن حقق إنجازات كثيرة خلال ٢٥ عاما الماضية، منذ أن تولى جلالة الملك سلطاته الدستورية، حيث يسعى جلالتهم على الدوام إلى تحقيق نمو المستدام لجميع القطاعات

الاقتصادية بهدف الوصول إلى حياة أفضل للمواطنين، وإدماج الأردن في الاقتصاد العالمي، وبناء شراكة حقيقية بين القطاعين العام والخاص.

وبين كريشان أن الحكومة، اتخذت العديد من القرارات والإجراءات بناء على مخرجات الزيارات واللقاء الذي عقده الفريق الوزاري الذي تشكل في حزيران ٢٠٢١ بهدف الاطلاع على واقع الحال في المناطق التنموية والصناعية والجزرة، لافتا إلى إنشاء صندوق دعم وتطوير الصناعة وتخصيص ٩٠ مليون دينار في الموازنة العامة للصندوق، وتقديم منحة من الحكومة لشركة المدن الصناعية بقيمة ٧ ملايين دينار، بهدف تخفيض أسعار الأراضي والتأجير للمباني في المدن الصناعية.

وأشار إلى دعم التعرفة الكهربائية على الصناعات المتوسطة والصغيرة، بإلغاء فروق أسعار الوقود بقيمة ١٠ ملايين دينار سنويا، والحد من التبعات والإجراءات الجمركية، وحوسبة ٥٠ خدمة إلكترونية في منصة رقمية موحدة متكاملة، وتخفيض رسوم تصاريح العمل لكل عامل في جميع القطاعات والأشغال الاقتصادية، وإطلاق البرنامج الوطني للتشغيل، وتعديل التشريعات المختلفة بما يخدم الاستثمار والقطاع الاقتصادي.

ولفت إلى التأكيدات الملكية بضرورة منح القطاع الصناعي الدافعية والزمية لمواصلة قاطرة الإنتاج والتصدير والتحديث، وتوسيع خطوط الإنتاج وتنوع الأعمال والاستثمار وبما يساهم في رفعة الاقتصاد الوطني وجعل شعار "الاعتماد على الذات" حقيقة ملموسة

من جانبه، ثمن سحويل الجهود الحكومية الرامية إلى دعم بيئة الاستثمار الصناعي في المدن الصناعية، مشيرا إلى أن هذا اللقاء استكمال لقاء سابق عقد في مدينة الملك عبدالله الثاني الصناعية ضمن الجهد الشاركي بين القطاعين العام والخاص للتغلب على التحديات التي تواجه المستثمرين الصناعيين.

وحضر اللقاء عدد كبير من المستثمرين، وممثلو غرفة صناعة اربد والجمعيات الصناعية.

## إقليم البترا والبلقاء التطبيقية تعززان سبل التعاون الأكاديمي والثقافي بينهما

البترا

أبرمت سلطة إقليم البترا التنموي السياحي، مع جامعة البلقاء التطبيقية مذكرة تفاهم لتعزيز سبل التعاون المشترك من خلال التعاون الأكاديمي والثقافي بين السلطة والجامعة.

ووقع المذكرة في الجامعة، عن السلطة رئيس مجلس المفوضين الدكتور فارس البريزات، وعن الجامعة رئيسها الدكتور أحمد العجلوني، بحضور مفوض البنية التحتية والاستثمار المهندس حمزة العلياني وعدد من المهندسين في السلطة، وأصحاب الاختصاص في الجامعة.

وتهدف المذكرة إلى تقديم دراسات معمارية وتخطيطية مستدامة تهدف إلى تطوير المخطط الهيكلي لمنطقة إقليم البترا، وتقديم وتخصيص دراسات معمارية وعمرانية تهدف إلى تطوير المناطق السياحية المتواجدة ضمن إقليم البترا والمناطق الجاذبة للسياحة المحلية والعالمية.

وقال البريزات، إن توقيع الاتفاقية مع جامعة البلقاء التطبيقية سيعمل على وفد السلطة بالدراسات والتصاميم الإضافية للوهج بواقع البنية التحتية في المنطقة وتوفير دراسات لمنتجات وخدمات سياحية جديدة.

وأضاف البريزات، أنه سيتم بموجب الاتفاقية العمل على توثيق الموروث التراثي لإقليم البترا من خلال البحث العلمي بشكل مشترك بين السلطة والجامعة، بالإضافة إلى تصميم وصياغة المنشورات السياحية والتراثية للمنطقة.

من جانبه تحدث العجلوني عن أهمية توقيع المذكرة للجامعة من خلال المشاريع المتنوعة التي يطرحها قسم الهندسة المعمارية في الجامعة وربط مشاريع التخرج في القسم باحتياجات سلطة إقليم البترا. وستسهم الجامعة بحسب العجلوني، بعقد ورشات عمل تدريبية لمهندسي السلطة لتعزيز إمكانياتهم ومواكبة التطورات العلمية في مجال عملهم، بالإضافة إلى تبادل الخبرات العلمية والمهنية بين الجانبين. وأشار العلياني إلى أنه سيتم إعداد دراسات تفصيلية لتخصيص وزيادة نسبة المناطق الخضراء في الإقليم وتحسينها من النواحي البيئية المستدامة وتطوير نظام من الحدائق في كافة تجمعات لواء البترا، وإعداد تصميم الطرق الرئيسية وتحسينها وتأثيرها بشكل حضاري يعكس المكانة والأهمية السياحية والتراثية للبترا. وأضاف العلياني، أن الفترة المقبلة ستشهد مزيداً من التعاون في مجالات متعددة، خاصة في مجال تعزيز البحوث والابتكار التكنولوجي وإعداد البحوث التطبيقية، وتنظيم المؤتمرات العلمية وورش العمل المتخصصة.

وعلى هامش توقيع الاتفاقية، نظم قسم الهندسة المعمارية معرضا لعدد من المشاريع التي قام الطلبة بتصميمها، وخطة كاملة تساهم في النهوض بواقع البنية التحتية في المنطقة.

## منح العلم الأزرق المرموق لرسي تالابي بالعقبة

العقبة

منحت لجنة العلم الأزرق الدولية "مرسي منتج تالابي" بالعقبة العلم الأزرق المرموق لعام ٢٠٢٤ وهو علامة بيئية معترف بها عالميا للشواطئ والمرافق السياحية والمشغلين السياحيين البحريين المستدامين الذين يستوفون معايير بيئية وتعليمية بمعايير الدول الصارمة. وبحسب بيان صحفي فإن رفح العلم الأزرق المرموق يمثل إنجازا هاما لمرسي منتج تالابي ورمزا لالتزامه بأعلى معايير الإدارة البيئية والسلامة العامة. وأكد البيان أن الاعتراف من قبل لجنة العلم الأزرق الدولية على التزام مرسي منتج تالابي بتوفير بيئة آمنة ونظيفة ومستدامة للزوار والمجتمع المحلي يعزز الموقع كوجهة رائدة، ويبرز الجهود المستمرة لحماية الجمال الطبيعي للبحر الأحمر والحفاظ عليه.

وتضمنت الفعالية التي افتتحها نائبة الرئيس الدكتورة منى أبو دلو، سلسلة من ورش العمل والمحاضرات التفاعلية قدمها خبراء من الشركات والمؤسسات الهندسية المشاركة، حيث تناولت مواضيع مهمة مثل التطورات التكنولوجية في الهندسة وابتكارات الصناعة واستراتيجيات البحث عن وظيفة وتطوير المهارات الشخصية والمهنية.

وتحرص الجامعة باستمرار على تعزيز التعاون بين الجامعة وقطاع الأعمال من أجل توفير فرص تدريبية وتوظيفية متميزة لطلاب وخريجي الكلية، بالإضافة إلى تضييق الفجوة بين التعليم الأكاديمي واحتياجات سوق العمل، مما يعزز من جاهزية الطلبة لمتطلبات الوظائف المختلفة.

## بني مصطفى: الدولة الأردنية حريصة على تعزيز وجود النساء في مواقع صنع القرار

عجلون

دعت وزيرة التنمية الاجتماعية ورئيسة اللجنة الوزارية لتمكين المرأة، وفاء بني مصطفى، النساء والشابات الأردنيات الاستثمار في الفرص التي أتاحتها مخرجات منظومة التحديث السياسي، وتحديد قانوني الانتخابات والأحزاب، والمشاركة بفعالية في الانتخابات البرلمانية ٢٠٢٤، ترشحا وانتخابا، لتعزيز حضورهن تحت قبة البرلمان.

وأكدت بني مصطفى، أن مخرجات التحديث السياسي التي عززت من حضور المرأة سياسياً وزادت من نسبة تمثيلها سواء في مسار كوتا المرأة ومساواة التمثيل ومسار القائمة العامة (القائمة الوطنية) تدلل على حرص وجدية الدولة الأردنية في أن تكون النساء جزءاً من مواقع صنع القرار، لأن تمثيل النساء مسألة مهمة في المجالس البرلمانية ومختلف المجالس التمثيلية، خدمة للقضايا الوطنية والتنمية والدفع بها قدماً نحو الأمام.

جاء ذلك، في كلمة لبني مصطفى، في الجلسة الحوارية التي نظمتها اللجنة الوطنية الأردنية لشؤون المرأة في ختام الورشة التدريبية الثانية بمحافظة عجلون، اليوم الخميس، ضمن برنامج "تعزيز مشاركة المرأة في الانتخابات البرلمانية ٢٠٢٤"، الذي تنفذه اللجنة بجميع محافظات المملكة.

وخطبت بني مصطفى، المشاركات بالورشة، قائلة: إن تمكين المرأة هو تمكين لأفراد أسرتها ومجتمعها ووطنها بأسره، وبناء على ذلك على النساء مغادرة المساحات الآمنة من خلال الاشتراك الإيجابي مع الشؤون العام والسياسي، والمشاركة بفعالية في الانتخابات البرلمانية المقبلة ٢٠٢٤. خاصة النساء الرابات في خوض الحركة الانتخابية؛ لأن مشاركة النساء مهمة في خلق أثر إيجابي على الحالة الوطنية العامة والمجتمعية، مؤكدا

القوة الكامنة في النساء وإصرارهن على مواجهة التحديات. وتابعت بني مصطفى، أن هناك تحديات عديدة تواجه النساء على صعيد المشاركة السياسية سواء على الصعيد الاقتصادي (تمويل الحملات الانتخابية) أو الثقافية المجتمعية والأدوار الاجتماعية المتعددة التي تقع على عاتق النساء وغيرها، إلا أن النساء الأردنيات لديهن القوة والقدرة على تجاوزها؛ نظراً لأن مشاركة المرأة في الحياة العامة والسياسية تعود بالنفع على نفسها وتجعل منها فرداً مكملاً بمواصفات أعلى في إطار عائلتها ومجتمعها.

وأكدت بني مصطفى، أن الانتخابات البرلمانية تشهد عادة منافسة شديدة؛ لذلك فإن خوض هذه الحركة يتطلب من المرأة المترشحة أن تعد نفسها من خلال بناء خطة جيدة للحملة الانتخابية، بحيث تستهدف أصوات كل من الرجال والنساء، فضلاً عن استهداف أصوات الناخبين ديموغرافياً وجغرافياً، مستعرضة عدداً من النصائح الانتخابية بناء على تجربتها في الانتخابات البرلمانية لدورات سابقة.

وشاركت في الجلسة الحوارية الأمينة العامة للجنة الوطنية الأردنية لشؤون المرأة، الهندسة مها علي، وممثل هيئة الأمم المتحدة في الأردن، نيكولاس بورنيات، والعين السابق رابحة الدباس، والنائب في مجلس النواب، دينا البشير، والزميلات الصحفية رنا الحسيني.

وأشارت الهندسة مها علي، إلى أن برنامج تعزيز مشاركة المرأة في الانتخابات الاستراتيجية لعام ٢٠٢٤، يأتي في إطار تنفيذ الاستراتيجية الوطنية للمرأة لأعوام ٢٠٢٠ - ٢٠٢٥، ودور اللجنة في المساهمة في الجهود الوطنية في دعم مشاركة النساء في الانتخابات البرلمانية كمرحلة وتشجيع المواطنة الفاعلة للنساء من

خلال ممارسة الحق في التصويت كناخبة. وأضافت علي، أن اللجنة كانت قد نفذت ورشة على مستوى الملكة ضمن هذا البرنامج، مشيرة إلى أن اللجنة كانت قد نفذت ورشات تدريبية بإقليم الجنوب في كل من الطفيلة ومعمان والعقبة، وبقية ورشة واحدة سيتم تنفيذها في الكرك خلال الفترة المقبلة ليستكمل البرنامج بذلك ورشاته التدريبية، التي استهدفت متدربات من فتيات متنوعة شملت عضوات مجالس إدارة محلية وعضوات أحزاب، وسيدات خضن تجربة الترشح مسبقاً وناشطات مجتمعية.

بدورها، أكد نيكولاس بورنيات، أن مشاركة النساء في العملية الانتخابية مسألة مهمة، مبيّناً أن المشاركات في الورشات التدريبية ضمن هذا البرنامج التدريبي، لديهن الخبرة اللازمة التي تراكمت من خلال العمل في الشأن العام والمحلي، سواء كعضوات في المجالس المحلية والبلدية وغيرها، والتي ستساعدهن في حال التفكير في الترشح للانتخابات البرلمانية المقبلة؛ فالترشيح لمواقع صنع القرار التشريعية والرقابية يحتاج بشكل أساسي لأن تكون النساء على معرفة جيدة في احتياجات ومشاكل مجتمعاتهن المحلية.

ودعا النساء الراغبات بالترشح إلى عدم الخوف من الفشل في الفوز بالانتخابات، موضحاً أن العديد من النساء من اللواتي سعين للفوز في الانتخابات البرلمانية أو المجالس التمثيلية، خضن التجربة أكثر من مرة قبل أن ينجحن في الوصول للبرلمان.

بدورها، استعرضت العين السابق، رابحة الدباس، تجربتها كأول محافظ على مستوى الملكة، حيث تم تعيينها محافظاً لحافظة جرش في العام ٢٠١٠، مستعرضة التحديات التي واجهتها للوصول لهذا المنصب، مؤكدا

أن الثقة بالنفس والمثابرة بالعمل هي أساس النجاح للوصول للمنصب العام.

ودعت الدباس النساء اللواتي يرغبن بالترشح للانتخابات، إلى أنه في حال فوزهن السعي والمثابرة لمعرفة كل التفاصيل المتعلقة بمهام منصب النائب التشريعية والرقابية.

وأكدت النائب دينا البشير أهمية وجود نساء برلمانيات مؤثرات في العملية التشريعية والرقابية؛ للدفع قدماً بالتشريعات التي تحقق العدالة للنساء، مشيرة إلى أن قانوني الانتخاب والأحزاب يمنحان فرصاً أقوى للنساء للوصول لقبة البرلمان، مضيفة أنه وبناء على هذه الفرص قد تصل نسبة تمثيل النساء في البرلمان القادم إلى ٢٢ بالمئة.

بدورها، استعرضت الزميلات الصحفية رنا الحسيني، عدداً من النصائح المتعلقة بكيفية التعامل مع الإعلام من قبل النساء المترشحات أو المتوقع فوزهن في الانتخابات، مشيرة لضرورة التعامل مع الإعلام بطريقة ذكية، وبناء علاقات مع الإعلام مبنية على الثقة والعدالة، فضلاً عن معرفة كيفية التعامل مع وسائل التواصل الاجتماعي، وكيفية التصدي للتمتع الإلكتروني، حيث دعت النساء أن يكن قويات وواضحات بأنفسهن ولديهن المعرفة الكافية حول الموضوع الذي سيتم تناوله عند التعامل مع الإعلام.

يذكر، أن هذه الورشة التدريبية، تأتي ضمن سلسلة من الورشات في برنامج "تعزيز مشاركة المرأة في الانتخابات البرلمانية ٢٠٢٤"، والذي شرعت "شؤون المرأة" بتنفيذه منذ أواخر شهر نيسان الماضي في كل محافظات المملكة بالتعاون مع وزارة الشؤون السياسية والبرلمانية وهيئة المستقلة للانتخاب، وبدعم من مكتب هيئة الأمم المتحدة للمرأة في الأردن.

## منتدى كفيوبا يطلق سلسلة محاضرات ثقافية



اريد

قال مدير مديرية ثقافة محافظة اربد الدكتور سلطان الزغول حين تحدث عن تطوير الجسد لخدمة الأهداف السامية والسلام النفسي، مشيراً إلى أن هذا من صلب الاحتفال ومظهر حضاري مختلف نشجحه ونثني عليه خاصة ونحن نلتمس تعاون المجتمع المحلي ممثلاً بفاعلي المنتدى من أبناء كفيوبا وأعضاء المنتدى وهذه الثقة الطيبة التي ملأت المكان تستثير عقولها.

وأضاف الزغول خلال رعايته سلسلة محاضرات ثقافية ينظمها منتدى كفيوبا الثقافي للباحث زكريا بطاينة، بحضور رئيس المنتدى سمير الرديادة وأعضاء المنتدى والرئيس الفخري صبحي القواسمة وحشد من المواطنين، "عبر تاريخ الفكر الإنساني ظهر خيطان تتعامل الإنسان مع تحقيق أهدافه في الحياة، هما الخط العقلي الذي تجلّى في منهج أرسطو العقلي، والخط المثالي الذي تبناه أفلاطون، ثم طوره الفيلسوف المصري افلوطون في العهد اليوناني، والذي قدم للإنسانية نظرية الفيض التي نهل منها الفلاسفة والمتصوفة العرب وقدموا لنا نماذج في الارتقاء الفكري والنفسي.

استحضرت الزغول في حديثه قصيدة ابن سينا "العينية في النفس"، والتي لخص عبرها فيلسوف الأمة الخالد فلسفته الإشراقية.

من جهته قال الرديادة إن "القيادة الهاشمية تبت في القلوب الأمل بأن الوطن سيبقى بإذن الله ملاذاً آمناً واستقرار المنطقة، واستمرار مسيرة التقدم والإنجاز التي يقودها جلالتهم بحضرة هاشمية ثابتة.

وقدم الباحث زكريا بطاينة خلال الأمسية محاضرته حول "ميزان الاستحقاق"، والتي طعمها بالتحاور مع الحضور حول أسس الارتقاء النفسي والطاقة الفكرية الهظيمة التي يمنحها للإنسان التدبر في كتاب الله عز وجل.

يذكر أن هذه الأمسيات الثقافية ستستمر تباعاً بعناوين مختلفة حتى أوائل شهر تموز المقبل.

