

## بيان قطري أميركي مصري بشأن اتفاق وقف إطلاق النار في غزة

عمان

أصدرت قطر والولايات المتحدة ومصر بياناً مشتركاً مساء الجمعة، عقب مفاوضات استمرت ليومين في الدوحة، من أجل التوصل إلى اتفاق لوقف الحرب الإسرائيلية المتواصلة على قطاع غزة.

وجاء في البيان الذي نقلته وكالات أنباء: "على مدى الـ ٤٨ ساعة الماضية في الدوحة، انخرط كبار المسؤولين من حكوماتنا في محادثات مكثفة كوسيط بهدف إبرام اتفاق لوقف إطلاق النار في غزة والإفراج عن الرهائن والاحتجزين. كانت هذه المحادثات جادة وبنائة وأجريت في أجواء إيجابية،

وأورد "في وقت سابق اليوم في الدوحة، قدمت الولايات المتحدة بدعم من دولة قطر وجمهورية مصر العربية لكلا الطرفين اقتراحاً يقصص الفجوات بين الطرفين ويتوافق على المبادئ التي وضعها الرئيس بايدن في ٣١ أيار ٢٠٢٤ وقرار مجلس الأمن رقم ٢٧٢٥..

وأشار البيان المشترك إلى أن "هذا الاقتراح يبني على نقاط الاتفاق التي تحققت خلال الأسبوع الماضي، ويسد الفجوات المتبقية بالطريقة التي تسمح بالتنفيذ السريع للاتفاق..

وبين أن "الفرق الفنية ستواصل العمل خلال الأيام المقبلة على تفاصيل التنفيذ، بما في ذلك الترتيبات لتنفيذ الجزئيات الإنسانية الشاملة للاتفاق، وبالإضافة إلى الجزئيات المتعلقة بالرهائن والاحتجزين..

وحسب البيان المشترك، فإن "كبار المسؤولين من حكوماتنا سيجمعون في القاهرة قبل نهاية الأسبوع المقبل أمين التوصل إلى اتفاق وفقاً للشروط المطروحة اليوم، وكما ذكر قادة الدول الثلاث الأسبوع الماضي لم يعد هناك وقتاً نصيبه ولا أعداد يمكن أن تقبل من أي طرف تبرير مزيداً من التأخير لقد حان الوقت لإطلاق سراح الرهائن والاحتجزين وبدء وقف إطلاق النار وتنفيذ هذا الاتفاق..

واختتم البيان "الآن أصبح الطريق مهذاً لتحقيق هذه النتيجة وإنقاذ الأرواح وتقديم الإغاثة لشعب غزة وتهدئة التوترات الإقليمية..

ونقل مصدر مطلع على مفاوضات الدوحة، قوله إنه "جرى التوافق بين الوسطاء وإسرائيل على اثنين من العقد الثلاثة الأساسية..

وأضاف، أن "اجتماعاً سيعقد في القاهرة يوم الأحد للاتفاق على الوجود الإسرائيلي في محور فيلادلفيا وانسحاب جيش الاحتلال شرقاً.

الوفد الأميركي المفاوض تعهد بأن يتولى بايدن حل موضوع انسحاب الاحتلال من محور نسايم مع نتنياهو..

وتابع المصدر، أن "إسرائيل خفضت عدد الأسرى الفلسطينيين الذين ترفض الإفراج عنهم من ١٢٠ إلى ٦٥، كما جرى التوافق على إدخال ٦٠٠ طن مساعدات يومية وعلى إنشاء ٣ مكاتب ارتباط لتنفيذ بروتوكول المساعدات المدنية..

وقال مسؤول في حركة حماس، إن "ما أبلغنا به عن نتائج اجتماعات الدوحة لا يتضمن الالتزام بما اتفق عليه في ٢ تموز.. وفي السياق، نقلت القناة ١٣ الإسرائيلية عن مسؤول إسرائيلي، قوله إن "الفجوات تقلصت ومن المتوقع إحراز تقدم الأسبوع المقبل بواسطة المتخصصين..

وأضاف، أن "الأميركيين طرحوا صيغة تتعلق بالبنود المتفق عليها، من دون أي تطرق إلى نسايم وفلادلفيا الذين ما زالت الفجوات تتعلق بهما".

## جلسة حوارية بشأن مشاريع الشراكة بين القطاعين العام والخاص في الأردن

عمان

أكدت وزيرة الاستثمار خلود السقاف، أن فكرة مشروعات الشراكة بين القطاعين العام والخاص تعد نهجاً تشاركياً جديداً لتعزيز القواسم المشتركة بين القطاعين ومأسسة العلاقة بينهما، بما يخدم الطموحات التنموية التي يسعى الأردن لتحقيقها عبر رؤية التحديث الاقتصادي والخطط الاستراتيجية الرامية إلى تحقيق اقتصاد مستدام، يستند على التنافسية والخبرة، والتنوع، وبالتالي تحقيق التنمية الاقتصادية، وتنتج ومخرجات أفضل مما يستطيع أن يحققه القطاع العام بمفرده. جاء ذلك خلال جلسة حوارية عقدها منتدى الاستراتيجيات الأردني بعنوان "مشاريع الشراكة بين القطاعين العام والخاص ونطاق تطبيقاتها في الأردن"، وذلك بحضور ومشاركة عدد من ممثلي الجهات الحكومية والدولية، وممثلي القطاع الخاص من أعضاء منتدى الاستراتيجيات الأردني.

وكانت الفعالية برعاية كل من بنك الاتحاد والبنك الأهلي، وشركة "برايس وترهاوس كوبرز" الأردن، وشركة أمنية.

وأشارت السقاف إلى أنه وبموجب قانون البيئة الاستثمارية أصبحت وحدة مشروعات الشراكة بين القطاعين العام والخاص تحت مظلة وزارة الاستثمار، كون الوزارة، هي المرجعية الرئيسية للاستثمار في المملكة.

وقالت، إن وزارة الاستثمار قامت بالعديد من الإجراءات الهادفة إلى جذب المستثمر الأجنبي وتمكين الاستثمارات القائمة ومساعدتها على التوسع، إذ تم إجراء إصلاحات على الصعيد التشريعي تمثلت في إصدار قانون البيئة الاستثمارية، وإقرار السياسة العامة للاستثمار، وإصدار قانون الشراكة بين القطاعين العام والخاص.

كما أكدت، أن قانون مشروعات الشراكة بين القطاعين العام والخاص لسنة ٢٠٢٣، هو لبنة أساسية لاستكمال الإطار التشريعي الجاذب والمحفز للاستثمارات في مختلف القطاعات الاقتصادية، وجاء لتبسيط الإجراءات وتحسين سرعة اتخاذ القرارات وتقليص عدد اللجان المعنية بأي مشروع شراكة.

تتابع ص٢

# الأمم المتحدة

السبت 12 صفر 1446 هـ الموافق 17 آب 2024 م  
السنة التاسعة / العدد (3057) / 250 فلسا / www.omamjo.com

## الأردن وقطر يبحثان جهود وقف العدوان على غزة

# الخارجية تدين هجمات المستوطنين الإرهابية المتواصلة على الفلسطينيين



عمان

دانت وزارة الخارجية وشؤون المغتربين هجمات المستوطنين الإرهابية المتواصلة على الفلسطينيين وأخرها هجوم أول أمس، على قرية جيت شرق قلقيلية، مما أسفر عن ارتقاء شاب، وإصابة العشرات، وألحق أضراراً مادية بممتلكات الفلسطينيين.

وحمل الناطق الرسمي باسم الوزارة السفير الدكتور سفيان القضاة، إسرائيل مسؤولية الاعتداء على قرية جيت، والاستمرار بالسماح بهجمات المستوطنين الإرهابية، مشدداً على أن إسرائيل، القوة القائمة بالاحتلال، تتحمل المسؤولية الكاملة عن هذه الانتهاكات، والاعتداءات الناشئة عن إجراءاتها الأحادية العدوانية المتواصلة، التي تستهدف الفلسطينيين، وأراضيهم، ومسكناتهم عبر بناء المستوطنات وتوسيعها، وتهجير الفلسطينيين من منازلهم.

وأكد السفير القضاة رفض المملكة المطلق لهذه الاعتداءات، وتصاعد إرهاب المستوطنين ضد الشعب الفلسطيني، في استمرار للتصعيد الخطير الذي تشهده الأراضي الفلسطينية المحتلة من قبل المستوطنين المتطرفين منذ بداية العدوان الإسرائيلي على قطاع غزة.

وطالب السفير القضاة، المجتمع الدولي برفض عقوبات رادعة توقف إرهاب المستوطنين المتصربين، مجدداً الدعوة للمجتمع الدولي إلى الاضطلاع بمسؤولياته، واتخاذ موقف دولي واضح يوقف الانتهاكات الإسرائيلية المستمرة، والمتواصلة لقواعد القانون الدولي والقانون الدولي الإنساني، ويفرض على إسرائيل الالتزام بها، وتوفير الحماية اللازمة للشعب الفلسطيني، وتلبية حقه في الحرية والدولة ذات السيادة على ترابيه الوطني على خطوط الرابع من حزيران لعام ١٩٦٦ وعاصمتها القدس المحتلة.

ويبحث نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، ورئيس مجلس الوزراء وزير الخارجية في دولة قطر الشقيقة الشيخ محمد بن عبد الرحمن آل ثاني، الجهود المبذولة لوقف العدوان الإسرائيلي على غزة، ذلك من خلال إجراءات رادعة تتسجم مع القانون

الدولي الذي يحرم جرائم الحرب التي ترتكها قوات الاحتلال في غزة، وينص واضحاً على ضرورة معاقبة خروقات القانون الدولي والقانون الدولي الإنساني. وقال الصفدي، إن كل الدلائل تشير إلى أن رئيس الوزراء الإسرائيلي بنيامين نتنياهو هو الذي يقشل جهود إتمام صفقة التبادل، وأنه على كل من يريد إنجاح جهود التوصل لها ممارسة ضغوط مؤثرة ومباشرة عليه.

كما شد الصفدي على أن أول خطوة لوقف التصعيد الذي يهدد أمن واستقرار المنطقة، هو وقف العدوان الإسرائيلي على غزة وإنهاء الكارثة الإنسانية التي يسببها.

ويبحث الصفدي والشيخ محمد أيضاً التصعيد

الدولي الذي يحرم جرائم الحرب التي ترتكها قوات الاحتلال في غزة، وينص واضحاً على ضرورة معاقبة خروقات القانون الدولي والقانون الدولي الإنساني. وقال الصفدي، إن كل الدلائل تشير إلى أن رئيس الوزراء الإسرائيلي بنيامين نتنياهو هو الذي يقشل جهود إتمام صفقة التبادل، وأنه على كل من يريد إنجاح جهود التوصل لها ممارسة ضغوط مؤثرة ومباشرة عليه.

كما شد الصفدي على أن أول خطوة لوقف التصعيد الذي يهدد أمن واستقرار المنطقة، هو وقف العدوان الإسرائيلي على غزة وإنهاء الكارثة الإنسانية التي يسببها.

ويبحث الصفدي والشيخ محمد أيضاً التصعيد

الإسرائيلي الخطير في الضفة الغربية المحتلة وفي القدس في القدس، وجدداً إدانة كل الإجراءات الإسرائيلية اللاشعورية في الضفة الغربية والقدس الشرقية، وبما في ذلك اقتحام وزيرين متطرفين المسجد الأقصى المبارك / الحرم القدسي الشريف، يوم الثلاثاء الماضي، وصدوان المستوطنين على قرية جيت الفلسطينية، يوم أمس، واستمرار بناء المستوطنات وتوسعتها.

وأكد الصفدي والشيخ محمد استمرار التنسيق والتشاور في جهود وقف العدوان على غزة وإيصال المساعدات إليها، وحماية المنطقة واستقرارها من تبعات العدوان وخطر تدهور الأوضاع في المنطقة إلى حرب إقليمية.

## الخصاونة يكرم ١٠٠ شركة أردنية رائدة في التشغيل



عمان

مندوباً عن جلالة الملك عبد الله الثاني، رعى رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة، احتفالية يوم الصناعة الأردنية "رود التشغيل"، وكرم ١٠٠ شركة أردنية، حققت تميزاً في تشغيل الأيدي العاملة المحلية لديها.

وقال وزير الصناعة والتجارة والتموين، يوسف الشمالي، إن السمة الأبرز التي تميز الصناعة الوطنية، خاصة خلال السنوات الخمس الأخيرة، هي المرونة والقدرة على استيعاب الصدمات والتعالي. وأضاف خلال الاحتفالية التي نظمتها غرفة صناعة عمان، إن مرونة القطاع الصناعي ظهرت جلية في قدرته على تجاوز الأثر الاقتصادي لجانحة كورونا، والحرب الروسية الأوكرانية، وما رافقتها من اضطراب في سلاسل التوريد، وارتفاع تكاليف النقل، وتجاوز تبعات الاقتصادية لعدم الاستقرار الإقليمي، بسبب العدوان

الإسرائيلي القاسم على قطاع غزة. وأشار إلى أن القطاع الصناعي، حقق نسبة نمو وصلت لنحو ٤ بالمئة خلال الربع الأول من العام الحالي، رغم العوامل المعاكسة وتبعاتها على سلاسل التوريد

تتابع ص٢

## وزير الشباب يزور مركزها الثقافي بالزرقاء

عمان

اطلع وزير الشباب والرياضة محمد النابلسي، خلال زيارته مركز زها الثقافي في لواء الهاشمية بمحافظة الزرقاء على دورات النادي الصيفي التي يقدها المركز.

وأشاد النابلسي بمركز زها الثقافي، معتبراً إياه نموذجاً حقيقياً في العمل التطوعي، مشيراً إلى إنجازاته الميمية، ومنها تحقيق المركز الثاني (مكرر) في جائزة الحسين بن عبد الله الثاني للعمل التطوعي على مستوى مؤسسات المملكة.

واستمع وزير الشباب خلال الزيارة (امس) إلى شرح مفصل من المشرفين على المركز حول مبادرات العمل التطوعي التي ينفذها شباب المجتمع المحلي بدعم جمعية الشلل الدماغي، مشيداً بمشاركات فريق الشطرنج في البطولات المحلية وتحقيق المزيد من الإنجازات على مستوى المملكة.

كما اطلع النابلسي على تجارب فريق الروبوت والأردوينو، واستمع إلى أفكارهم وتطلعاتهم لتطوير مبادراتهم الريادية، مؤكداً دعم الوزارة المستمر لإبداعات الشباب.

ودعا إلى الاستمرار في تعزيز الأنشطة والمبادرات التي تخدم المجتمع المحلي وتسهم في تنمية المهارات والإبداع لدى الشباب.

## اختتام معسكر مسارات سياحية في مركز شباب وشابات الرصيفة

عمان

اختتمت فعاليات معسكر "مسارات سياحية"، والذي نفذته مركز شباب وشابات الرصيفة بمشاركة ٢٥ شاباً وشابة من أعضاء المركز ضمن فعاليات معسكرات الحسين للعمل والبناء ٢٠٢٤ "البيوبيل الفضي ٢٥ عاماً من العطاء والإنجاز".

وقالت رئيس مركز شباب وشابات الرصيفة غفران استيتية، إن المعسكر يهدف إلى ترسيخ المفهوم الشامل للثقافة الوطنية لدى الشباب، وتعزيز الهوية الوطنية، وبناء قدرات الشباب، وتعزيز انتمائهم وحرصهم على مقدرات الوطن، وتعريفهم بالمواقع السياحية في الأردن، وتعزيز الثقافة السياحية لديهم.

وبينت، أن فعاليات المعسكر تضمنت زيارة إلى موقع قصير عمر، تعرف المشاركون خلالها على مرافقه وأهميته التاريخية والسياحية، والجهود الوطنية في المحافظة على المواقع السياحية التي تشكل محطات مهمة في تاريخ الأردن، وأهمية دور الشباب في المحافظة على المواقع السياحية والترويج لها، كما نفذ الشباب مسيراً ميدانياً بهدف التعرف على المنطقة وأهميتها التاريخية والبيئية.

## الفيصلي يواصل تزييف النقاط



واصل الفيصلي، نتائج السلبية وتعادل (١-١) أمام السلط الجمعة على ملعب السلط، ضمن الجولة الثانية من دوري المحترفين الأردني لكرة القدم. ووقع الفيصلي، رصيده إلى نقطتين مقابل ٤ نقاط للسلط. وسبق للفيصلي أن تعادل في الجولة الماضية أمام معان، فيما حقق السلط فوزاً مهماً على شباب الأردن (٢-١). افتتح الفيصلي، التسجيل منذ الدقيقة الأولى عبر عمر هاني في الدقيقة الأولى، فيما أدرك السلط التعادل عبر محمد عبد المطلب بوعنبا في

الدقيقة (٦٤). وشهدت المباراة إضاعة ركلة جزاء عند الدقيقة (٢٢) للفيصلي عن طريق محترفه الفلسطيني تامر صيام. بدأ الفيصلي بكل قوة وافتتح التسجيل، وهو ما أزيك حسابات السلط الذي دخل أجواء اللقاء متأخراً. أفسدت إضاعة ركلة الجزاء على الفيصلي الكثير ومنحت السلط دفعة معنوية هائلة استطاع معها أن ينظم صفوفه ويدرك التعادل في الفترة الثانية.

تتابع ص٨

# الخصاونة يكرم ١٠٠ شركة أردنية رائدة في التشغيل

## الشمال يترأس اجتماع الهيئة العليا لمهنة المحاسبة القانونية

عمان

ترأس وزير الصناعة والتجارة والتموين يوسف الشمالي، رئيس الهيئة العليا لمهنة المحاسبة القانونية، اجتماع الهيئة الذي بحث عددا من الموضوعات التي تخص مهنة المحاسبة القانونية وأمورا قانونية وإجرائية.

وأكد الشمالي، دور الهيئة العليا لمهنة المحاسبة القانونية في تنظيم وتنمية مهنة المحاسبة القانونية في الأردن، من حيث اعتماد معايير المحاسبة ومعايير تدقيق الحسابات الواجبة التطبيق والتي تتماشى مع التغييرات الاقتصادية والتكنولوجية، والتي تمارس صلاحيات المصادقة على منح إجازة المزاولة بناء على ترسيب لجنة الترخيص، بالإضافة إلى النظر في الاعتراضات المقدمة على قرارات المجلس، وإصدار التشريعات اللازمة المتعلقة بالهيئة والأمور الخاصة بها.

كما أكد ضرورة تنظيم الحوكمة والشفافية في الإجراءات الخاصة بالانتخابات القادمة لمجلس إدارة جمعية المحاسبين القانونيين الأردنيين وتشكيل مجلس إدارة من أفراد ذوي خبرة ومهارات متنوعة في مجال المحاسبة القانونية لضمان اتخاذ قرارات مستتيرة ومبنية على أساس معرّفي قوي وضمان فعالية واستدامة الجمعية والقيام بدورها بشكل فعال وبمهنية.

وشدد على أهمية وضع سياسات واضحة للحوكمة تغطي جوانب عمل الجمعية كافة، بما في ذلك عمليات اتخاذ القرار، والإشراف، والتقييم، وتطبيق هذه المبادئ، بما يعزز من فعالية عمل الجمعية ويعزز ثقة الأعضاء والمجتمع في مهنتها ونزاهتها، مما يسهم بالارتقاء في مهنة المحاسبة القانونية وتحقيق الأهداف المرجوة.

وصادقت الهيئة على منح إجازة مزاولة مهنة المحاسبة القانونية للأشخاص الذين استكملوا المتطلبات والشروط اللازمة للحصول على ترخيص المهنة وعددهم (٦) والذين سبق وأن قاموا بحلف اليمين وفقا لأحكام الفقرة (١) من المادة (٢٤) من القانون.

ونظرت الهيئة العليا أصوليا باعتراضات المقدمة لها باعتبارها الجهة صاحبة الصلاحية للنظر في تلك الاعتراضات، وفقا لأحكام الفقرة (د) من المادة (٥) من قانون تنظيم مهنة المحاسبة القانونية. وتضم الهيئة، محافظ البنك المركزي، ورئيس ديوان المحاسبة، ورئيس هيئة الأوراق المالية، ومراقب عام الشركات، ورئيس جمعية المحاسبين القانونيين، وعددا من المختصين.

عمان

مندوبا عن جلالة الملك عبدالله الثاني، رعى رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة، احتفالية يوم الصناعة الأردنية "رواد التشغيل"، وكرم ١٠٠ شركة أردنية، حققت تميزا في تشغيل الأيدي العاملة المحلية لديها.

وقال وزير الصناعة والتجارة والتموين، يوسف الشمالي، إن السمة الأبرز التي تميز الصناعة الوطنية، خاصة خلال السنوات الخمس الأخيرة، هي المرونة والقدرة على استيعاب الصدمات والتعالي.

وأشار إلى أن القطاع الصناعي، حقق نسبة نمو وصلت لنحو ٤ بالمئة خلال الربع الأول من العام الحالي، رغم العوامل المعاكسة وتبعاتها على سلاسل التوريد وتباينات الأسعار، ووصلت صادراته إلى لجانحة كورونا، والحرب الروسية الأوكرانية، وما رافقتها من اضطراب في سلاسل التوريد، وارتفاع تكاليف النقل، وتجاوز التبعات الاقتصادية لعدم الاستقرار الإقليمي، بسبب العدوان الإسرائيلي الفاشم على قطاع غزة.

وأشار إلى أن القطاع الصناعي، حقق نسبة نمو وصلت لنحو ٤ بالمئة خلال الربع الأول من العام الحالي، رغم العوامل المعاكسة وتبعاتها على سلاسل التوريد وتباينات الأسعار، ووصلت صادراته إلى لجانحة كورونا، والحرب الروسية الأوكرانية، وما رافقتها من اضطراب في سلاسل التوريد، وارتفاع تكاليف النقل، وتجاوز التبعات الاقتصادية لعدم الاستقرار الإقليمي، بسبب العدوان الإسرائيلي الفاشم على قطاع غزة.



الوطنية للتجارة الإلكترونية، اللتين تعززان تنافسية المنتج المحلي. وأكد، أن كل تلك الأدوات، تنسجم وطبيعة التحديات التي تواجه القطاع الصناعي والفرص المستقبلية له، بما يدعم مبادرات رؤية التحديث الاقتصادي، بالشراكة مع دول الجوار والعالم لاستقطاب مزيد من الاستثمارات.

بدوره، قال رئيس غرفتي صناعة الأردن وعمان المهندس فتحي الجفير إن الاحتفالية تهدف لتكريم مجموعة من الشركات الوطنية، التي أظهرت التزاما استثنائيا من خلال توفير فرص عمل لأبناء وبنات الوطن، تقديرا لجهودها المستمرة في دعم الاقتصاد

وأكد، أن للشراكة بين القطاعين العام والخاص، ثمار واضحة، منها إطلاق السياسة الصناعية للأعوام ٢٠٢٤-٢٠٢٨، تمكن الصناعة المحلية، وتشجع المصنعين على الابتكار والإبداع، في إطار زمني محدد لتحقيق الأهداف. ولفت الشمالي إلى إطلاق صندوق دعم وتطوير الصناعة، الذي يسهم في تخفيف عبء تكاليف الإنتاج، على نحو ٣٩٥ منشأة صناعية في الجولة الأولى منه، مما يعزز تنافسيتها لدخول أسواق جديدة، مشيرا إلى تقييم أكثر من ٩٠٠ طلب جديد للجولة الثانية من برامج الصندوق، بالإضافة إلى الاستراتيجية الوطنية للتصدير، والاستراتيجية

## الأردن والإمارات يبحثان التداعيات الخطيرة لاعتقالات المُنظرين الإسرائيليين المسجد الأقصى

عمان

بحث نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، مع سمو الشيخ عبدالله بن زايد آل نهيان نائب رئيس مجلس الوزراء وزير الخارجية في دولة الإمارات العربية المتحدة الشقيقة، التداعيات الخطيرة للاعتقالات والانتهاكات التي أقدم عليها المتطرفون الإسرائيليون في المسجد الأقصى المبارك/ الحرم القدسي الشريف، يوم الثلاثاء الماضي.

وأدان الوزيران، خلال اتصال هاتفي، هذه الاعتقالات، وخصوصا اقتحام الوزير العنصري المتطرف إيتامر بن غير للمسجد الأقصى المبارك/ الحرم القدسي الشريف باعتباره تصعيدا خطيرا يرفع التوتر ويؤجج الصراع في الوقت الذي تشهد فيه المنطقة تصعيدا خطيرا.

ويحث الوزيران الخطوات المشتركة لمواجهة هذه الانتهاكات وحشد موقف دولي يرفض احترام الوضع التاريخي والقانوني القائم في القدس ومقدساتها.

وأكد سمو الشيخ عبدالله بن زايد آل نهيان، أهمية احترام الوصاية الهاشمية التاريخية ودورها في رعاية وحماية المقدسات الإسلامية والمسيحية في القدس. وشدد على ضرورة عدم المساس بصلاحيات إدارة أوقاف القدس وشؤون المسجد الأقصى المبارك التابعة لوزارة الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية الأردنية صاحبة الصلاحية الحصرية في إدارة جميع شؤون المسجد الأقصى المبارك/ الحرم القدسي الشريف.

كما أكد سموه تضامن دولة الإمارات الكامل ووقوفها إلى جانب الأردن ومع الإجراءات كافة التي يتخذها في الحفاظ على الأماكن المقدسة. كما شدد الوزيران على ضرورة التوصل إلى وقف فوري لإطلاق النار وإنهاء الكارثة الإنسانية في غزة، والالتزام بالقانون الدولي ووقف الإجراءات اللاشرعية في كل الأرض الفلسطينية المحتلة. وأكد دعمهما للجهود التي تقوم بها مصر وقطر والولايات المتحدة للتوصل لصفقة تبادل.

## أجيال السلام تختتم النوادي الرياضية الصيفية

عمان

اختتمت هيئة أجيال السلام الأندية الرياضية الصيفية التي أطلقتها بالشراكة مع وزارة التربية والتعليم والاتحاد الأردني للرياضة المدرسية. وكانت "أجيال السلام" أطلقت هذه الأندية بمشاركة طلبة المدارس الحكومية من مختلف محافظات المملكة للعام الثالث على التوالي.

وبحسب بيان للهيئة تعد هذه الأندية جزءا من برنامج "رياضتي" المدعوم من مؤسسة الأجيال الأولي، لتعزيز الشراكة التي تجمع بين "أجيال السلام" والمؤسسة ويتم في إطار هذا البرنامج استخدام الرياضة لتعزيز الصحة النفسية وتقديم الدعم النفسي الاجتماعي للشباب والياهن من الذكور والإناث المتأثرين بالنزوح في الأردن. وبيّنت أن الأندية، البالغ عددها ٢٨ ناديا، انطلقت هذا العام في شهر تموز واختتمت اليوم الخميس موفرة مساحة آمنة وممتعة لـ ٢٨٠٠ طالب وطالبة من مختلف الجنسيات لتعلم والتفاعل ونشر مفاهيم الثقة، والدمج، والانتماء من خلال ممارسة كرة السلة والطائرة وغيرها من الأنشطة الرياضية. وأدار نشاطات هذه الأندية ٥٦ معلم ومعلمة تربية رياضية كانوا شاركوا في جلسات تدريبية مكثفة نفذتها هيئة أجيال السلام لبناء مهاراتهم حول استخدام الرياضة من أجل الحماية، وأداروا ثمانية جلسات بمشاركة ١٠٠ طالب وطالبة.

وقالت الرئيسة التنفيذية لهيئة أجيال السلام ليا الخطاب، إن "أجيال السلام" فحورة باختتام الأندية الرياضية الصيفية للعام الثالث على

التوالي بدعم من مؤسسة الأجيال الأولي وبالتعاون مع وزارة التربية والتعليم والاتحاد الأردني للرياضة المدرسية، مشيرة إلى أن النوادي ثالث ذقة المجتمع المحلي وأثرت بشكل ملموس على الممارسات والمعلمين الذين سيطبقون ما اكتسبوه من مهارات ومعلومات ليس فقط على مستوى الأندية الصيفية، بل أيضا سيحملونها معهم خلال حصصهم الصيفية في المدارس. وأضافت، "بدأنا بـ ١٢٠٠ طالب وطالبة، ليرتفع العدد في العام الثاني إلى ٢٠٠٠، وفي العام الحالي ٢٨٠٠ طالب وطالبة، مشيرة إلى أن شراكتنا مع مؤسسة الأجيال الأولي تركت بصمة إيجابية في حياة الطلبة، وتتطلع لمزيد من الأثر والنجاحات مستقبلا. من جانبه قال أمين سر الاتحاد الأردني للرياضة المدرسية ومدير الرياضة المدرسية بوزارة التربية والتعليم الدكتور صلح البطوش، "تؤدي النوادي الرياضية الصيفية التي تنفذها هيئة أجيال السلام دورا محوريا في تطوير مهارات الطلبة ولياقتهم البدنية وصحتهم النفسية. وأشار إلى أن الأنشطة التي تقام في هذه الأندية تعمل على دمج الطلبة من جميع الفئات الاجتماعية، وبما يمكنهم من تكوين الصداقات والاستمتاع بوقتهم واكتساب المهارات الحياتية والقيادية. من جانبه أشار (يامن ١٦ عاما) الذي يعمل في كشك لبيع الخضار في المرفق خلال إجازته الصيفية، إن جلسات النادي الرياضي الصيفي غيرت حياته نحو الأفضل. وقال، "لقد ساعدتني الجلسات الرياضية على التأقلم مع الحياة اليومية والتعامل مع الضغوطات، إنها بمثابة وسيلة لتخفيف التوتر".

الوطني وتعزيز التنمية المستدامة، وتتنوع لجهودها الدؤوية في توفير بيئة عمل حاضنة.

وعرب المهندس الجفير عن امتنانه لكل منشأة صناعية جعلت من تشغيل الأيدي العاملة الأردنية أولوية في استراتيجياتها، لتسهم ليس فقط بتشغيل العمالة الأردنية والحد من ارتفاع معدلات البطالة، بل لتلعب دورا مهما في بناء مجتمع قوي ومزدهر.

وأكد ضرورة إيجاد حلول جذرية تضمن توليد فرص عمل جديدة وتشغيل الأيدي العاملة الأردنية، بما يعزز النهوض بالاقتصاد الوطني وتحقيق التنمية المستدامة.

وأضاف، أن "المدارس المؤسسة لعلم الاقتصاد كافة، تؤكد على دور القطاع الخاص والأهمية الاستراتيجية للاستثمار في تحفيز النمو الاقتصادي وأهمية رأس المال البشري من خلال الاستثمار في تدريب وتطوير مهارات العمالة، بما يسهم في رفع كفاءة العمل وزيادة الإنتاجية..

ولفت إلى أن القطاع الصناعي، قادر على النمو والتنوع واستغلال الفرص الاستثمارية حال إطلاق العنان لقدراته وتمكينه؛ إذ يعد من أول وأكبر القطاعات الاقتصادية توفيراً لفرص العمل بنسبة تصل إلى ١٥ بالمئة من إجمالي فرص العمل المستحدثة سنويا في الاقتصاد الوطني.

وأكد، أن الشراكة بين القطاعين العام والخاص، أثبتت نجاعتها في حل الكثير من القضايا والمعوقات التي تواجه القطاع الصناعي، كما أسهمت في تعزيز تنافسيته في السوق المحلية وأسواق التصدير. ودعا الجفير الحكومة إلى إصدار النظر في هيكلة النظام الجمركي، بهدف تحفيز الطلب المحلي، والإسهام في الحد من التهرب الجمركي والتجنب الضريبي.

## جلسة حوارية بشأن مشاريع الشراكة بين القطاعين العام والخاص في الأردن

عمان

وأشار إلى أهمية دور القطاع الخاص في تمويل المشاريع الكبرى وتنفيذها، والاستفادة من خبراته الفنية والتقنية الحديثة في تنفيذ المشاريع وإدارتها.

كما لفت الهاندة إلى أن مثل هذه الجلسات الحوارية تلعب دورا هاما في توضيح مفاهيم، وأدوات، ومتطلبات، الشراكة بين القطاعين العام والخاص، موضحا أن مبدأ الشراكة يتضمن شراكة حقيقية متكاملة تبدأ من التشريع، ووضع الإطار الناظم، وتستمر حتى اتخاذ القرار والتنفيذ، وحصد النتائج.

وأضاف الهاندة، أن مشاريع الشراكة بين القطاعين العام والخاص لا تقتصر فقط على المشاريع المدرجة في سجل وحدة الشراكة في وزارة الاستثمار، بل يمكن للقطاع الخاص أن يقترح مشاريع ضمن جدوى اقتصادية وخطة واضحة، تعود بالنفع على الجميع، مشيرا إلى أهمية اقتراح وتبني مشاريع شراكة تتعلق بالرقمنة والتحول الرقمي.

من جانبه، أكد رئيس الهيئة الإدارية لمنتدى الاستراتيجيات الشريف فارس شرف، أن تنافسية الاقتصاد الأردني، هي نتاج تفاعل الظروف الداخلية والخارجية، وفي ظل حالة عدم اليقين التي تعيشها الاقتصادات العالم أجمع، بما فيها اقتصادات المنطقة العربية، لا بد من توحيد الجهود في التركيز على تحسين العوامل الداخلية، والبناء عليها لتعزيز التنمية المحلية، وتنفيذ الرؤى، وإيجاد خدمات وبنية تحتية قادرة على خدمة المواطن بالشكل الأفضل، مما يقتضي التفكير مليا بالأدوات والوسائل، وآليات التمويل المتاحة.

وأوضح، أن الشراكة بين القطاعين العام والخاص تعد أحد أهم هذه الأدوات، القادرة على تحويل التحديات إلى فرص، وتحويل الأفكار

الطموحة إلى واقع ملموس، مؤكدا أن المنتدى يعقد هذه الجلسة للتوافق على مفاهيم الشراكة ونطاق تطبيقاتها، بما يمكن من بناء إطار عمل مشترك وفعال، يعزز التعاون، ويوحد الجهود الوطنية، ويضع الجميع على الطريق الصحيح لتحقيق الأهداف المشتركة في التنمية.

واستعرضت المديرية التنفيذية لمنتدى الاستراتيجيات الأردني تسرين بركات خلال الجلسة عرضا تقديميا يبيّن من خلاله مفاهيم الشراكة بين القطاعين العام والخاص، وأهميتها، مشيرة إلى أن وجود شراكة حقيقية بين القطاعين العام والخاص للمشاريع الاستثمارية والرأسمالية، يسهم على إيجاد خيارات بديلة لمعالجة الحيز المالي الضيق، والضعف المتزايد في البنية التحتية ونوعية وكفاءة الخدمات العامة في الأردن، وذلك بالاستفادة من خبرات القطاع الخاص في تنفيذ المشاريع وتقديم الخدمات المختلفة.

وأشارت بركات إلى أن نطاق الشراكة بين القطاعين، هو نطاق واسع، حيث تختلف فيه نماذج الشراكة بحسب المهام المنقولة إلى القطاع الخاص، أو بحسب الملكية القانونية لأصول المشروع، وهذا بدوره يحدد مستوى المخاطرة التي يتحملها القطاع الخاص في هذه المشاريع، لافتة إلى عدم من الأمثلة والتجارب الناجحة للدول بما فيها الأردن لنماذج المختلفة لمشاريع الشراكة بين القطاعين.

كما استعرضت بركات نتائج لاستطلاع رأي القطاع الخاص حول هذا الموضوع، موضحة أن القطاع الخاص يرى أن الشفافية والمساءلة، والجدوى المالية والتمويل، ووجود إطار تنظيمي وقانوني واضح بالإضافة إلى الاستقرار السياسي وإدارة المخاطر بشكل مشترك، هي أبرز عوامل نجاح أي مشروع شراكة بين القطاعين.

أكدت وزيرة الاستثمار خلود السقاف، أن فكرة مشروعات الشراكة بين القطاعين العام والخاص تعد نجا تنافرياً جديداً لتعظيم القواسم المشتركة بين القطاعين ومأسسة العلاقة بينهما، بما يخدم المحطات التنموية التي يسعى الأردن لتحقيقها عبر رؤية التحديث الاقتصادي والخطط الاستراتيجية الرامية إلى تحقيق اقتصاد مستدام، يستند على التنافسية والخبرة، والتنوع، وبالتالي تحقيق التنمية الاقتصادية، ونتائج ومخرجات أفضل مما يستطيع أن يحققه القطاع العام بمفرده. جاء ذلك خلال جلسة حوارية عقدها منتدى الاستراتيجيات الأردني بعنوان "مشاريع الشراكة بين القطاعين العام والخاص ونطاق تطبيقاتها في الأردن"، وذلك بحضور ومشاركة عدد من ممثلي الجهات الحكومية والدولية، وممثلي القطاع الخاص من أعضاء منتدى الاستراتيجيات الأردني. وكانت الفعالية برعاية كل من بنك الاتحاد والبنك الأهلي، وشركة "برايس وترهاوس كوبرز الأردن، وشركة أمنية.

وأشارت السقاف إلى أنه وبموجب قانون البيئة الاستثمارية أصبحت وحدة مشروعات الشراكة بين القطاعين العام والخاص تحت مظلة وزارة الاستثمار، كون الوزارة، هي المرجعية الرئيسة للاستثمار في المملكة.

وقالت، إن وزارة الاستثمار قامت بالعديد من الإجراءات الهادفة إلى جذب المستثمر الأجنبي وتمكين الاستثمارات القائمة ومساعدتها على التوسع، إذ تم إجراء إصلاحات على الصعيد التشريعي تمثلت في إصدار قانون البيئة الاستثمارية، وإقرار السياسة العامة للاستثمار، وإصدار قانون الشراكة بين القطاعين العام والخاص.

كما أكدت، أن قانون مشروعات الشراكة بين القطاعين العام والخاص لسنة ٢٠٢٣، هو لبنة أساسية لاستعمال الإطار التشريعي الجاذب والمحفز للاستثمارات في مختلف القطاعات الاقتصادية، وجاء لتيسير الإجراءات وتحسين سرعة اتخاذ القرارات وتقليص عدد اللجان المعنية بأي مشروع شراكة.

وقالت السقاف، إنه تم إعداد الخطة التنفيذية الاستراتيجية لترويج الاستثمار ٢٠٢٣ - ٢٠٢٦، وإطلاق منصة الاستثمارية الترويجية "استثمر في الأردن" (invest.jo) والتي تتضمن (١٧) ملفا تعريفيا لقطاعات اقتصادية استثمارية و(٤٣) فرصة استثمارية، كما يوجد حاليا خمسة مشروعات مسجلة في السجل الوطني للمشاريع الحكومية الاستثمارية في مجالات مختلفة، مثل، النقل والبنية التحتية والمباني والمياه.

وأضافت، أن وزارة الاستثمار ضمن خطة عملها خلال عام ٢٠٢٤ تعمل على الاستمرار بتنفيذ مبادرات، ومنها تحديث ملف الفرص الاستثمارية، وتنفيذ خطة ترويج الاستثمار بالإضافة إلى تنفيذ مبادرات جديدة، ومنها إعداد خارطة طريق وطنية للاستثمار، وإعداد دراسات سوقية قطاعية وإعداد الأدلة الإرشادية لعقود مشروعات الشراكة بين القطاعين العام والخاص وإعداد دليل المتطلبات النموذجية للالتزامات المالية لمشروعات الشراكة بين القطاعين العام والخاص ومتابعة تحديث ملف الفرص الاستثمارية.

وأوضح وزير الاقتصاد الرقمي والريادة أحمد الهاندة، أهمية الشراكة بين القطاعين العام والخاص، وما يتحيه من إمكانيات تمويل المشاريع الحكومية؛ نظرا لكون تلك المشاريع تتطلب تمويلا رأسماليا كبيرا في ضوء محدودية الموازنات العامة.

## الأميرة بسمة بنت علي ترعى افتتاح مؤتمر الاستدامة البيئي الأول

عمان

رعت سمو الأميرة بسمة بنت علي، افتتاح مؤتمر ومعرض الاستدامة البيئي الأول "إيكو جو إكسبو" الذي أقيم في حدائق الحسين بالعاصمة عمان.

ويستمر المؤتمر الذي يأتي بتنظيم من مؤسسة فكرة غير الربحية بالتعاون مع أمانة عمان والمدارس الرقمية الأميريكية وغرفة صناعة الأردن على مدار أربعة أيام، ويشتمل على معرض تشارك فيه نحو ٤٠ شركة ومؤسسة بيئية ويركز على محاور الاستدامة البيئية وإعادة التدوير والأمن الغذائي.

ويشتمل المؤتمر على ورشات عمل وجلسات بيئية تتناول العديد من القضايا المتعلقة بالتغيرات المناخية وتعزيز الدور المجتمعي في الحفاظ على البيئة والأبنية الخضراء وغيرها.

وبين مدير مؤسسة فكرة المهندس محمد الشبير، إن المؤتمر يعد فرصة حقيقية لبحث الحلول المستدامة لأبرز التحديات البيئية والتعاون والتشارك بين المؤسسات لتعزيز كفاءة الطاقة وتعميق ثقافة الأبنية الخضراء الصديقة للبيئة، والأمن الغذائي.



قطاع البيئة، من حيث الارتقاء بقطاعات النقل والمناخ والأبنية الخضراء وتقديم النضائيات، وإنها حريصة على بناء الشراكات مع الجهات المختصة في هذه المجالات. وكرمت سموها في ختام حفل الافتتاح عددا من الجهات الداعمة وعددا من ممثلي وسائل الاعلام.

ووفق عضو اللجنة المنظمة للمؤتمر ومديرة الأنشطة في المدارس الرقمية الأميريكية منار عبد ربه، يطرح المؤتمر محاور تتعلق بالتحديات التي تواجه قطاع الطاقة الأردني وتأثير سياسات الطاقة والتغير المناخي على البيت الأردني ووظيفة الاستدامة البيئية في

ووفق عضو اللجنة المنظمة للمؤتمر ومديرة الأنشطة في المدارس الرقمية الأميريكية منار عبد ربه، يطرح المؤتمر محاور تتعلق بالتحديات التي تواجه قطاع الطاقة الأردني وتأثير سياسات الطاقة والتغير المناخي على البيت الأردني ووظيفة الاستدامة البيئية في

# متى تكون مناعة الجسم ضعيفة؟



كتفت الدكتورة لودميلا لايبا المدير العام لمركز خودنوف 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".

ووفقا لهذا، فإن التهابات غير المعالجة ونوبات الحساسية والأنظمة الغذائية غير السليمة يمكن أن تؤثر سلبا على منظومة المناعة.

وتقول، "يزداد عدد المصابين بالحساسية وكل اتصال بحسبيات الحساسية يؤدي إلى ضعف منظومة المناعة. والسبب الثاني هو بؤر العدوى المزمنة. فمثلا 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 تعيق الجسم وترهق منظومة المناعة. كما أن نزلات البرد وانخفاض حرارة الجسم والتسمم والصيام والأنظمة الغذائية غير السليمة - كلها تضعف منظومة المناعة".

ووفقا 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

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

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

## دخض أسطورة شائعة حول الأمراض المناعية الجسدية



أعلنت طبيبة الأعصاب الأيرلندية سوزان أوسوليفان، أن الأمراض المناعية الجسدية 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 الجسدية هي فرع من فروع الطب وعلم النفس. تدرس كيف تؤثر الأحاسيس والانفعالات في الصحة الجسدية للشخص. وتتميز الأمراض المناعية الجسدية بوجود خلل في عمل الأعضاء والأنظمة الداخلية تسببه الاضطرابات النفسية.

ووفقا لها، يخلق التعبير الشائع "كل الأمراض تبدأ من الرأس" مفهوما خاطئا عن الاضطرابات

النفسية الجسدية. لأنه في كثير من الأحيان، لا ينجم الألم عن تدهور الصحة النفسية، بل عن مشكلات صحية حقيقية. وبالإضافة إلى ذلك، ليس الأشخاص الذين يعانون من أمراض نفسية جسدية مصابين بالوساوس المرضية. وتتفاقم الحالة النفسية والجسدية للشخص نتيجة تعرضه لضغوط مستمرة بسبب الخوف من الإصابة بالمرض. وبالإضافة إلى ذلك لا تظهر لدى المصابين بالأمراض المناعية الجسدية، في كثير من الأحيان أعراض القلق أو الاكتئاب، أما الاحساس بالألم فيظهر بشكل مستقل ويكون حقيقيا، وليس مقارنا أو مقترنا.

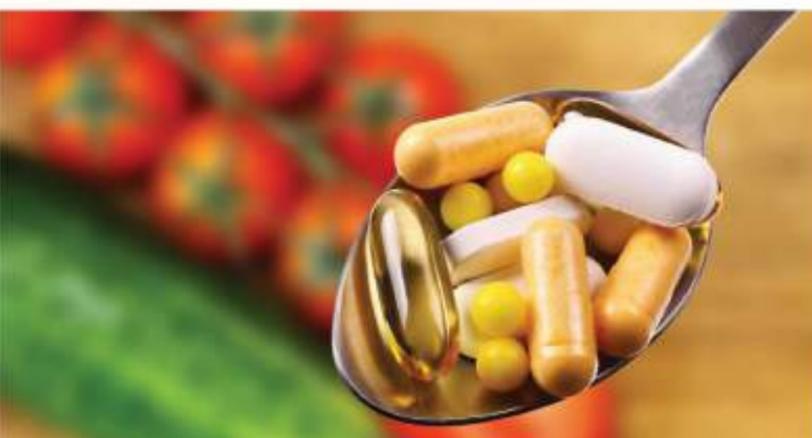
أعلنت طبيبة الأعصاب الأيرلندية سوزان أوسوليفان، أن الأمراض المناعية الجسدية ليست نتيجة للوساوس المرضي - وهو الشعور المؤلم بالقلق بشأن احتمال الإصابة بمرض خطير أو أكثر. وتشير في حديث لـ Live Science إلى أن الأمراض المناعية الجسدية هي فرع من فروع الطب وعلم النفس. تدرس كيف تؤثر الأحاسيس والانفعالات في الصحة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

### تقارين تحسن الذاكرة

يساعد التدريب العرقي المنتظم 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 فيونايشي، التي تتضمن أن يقول الشخص بينه وبين نفسه سلسلة رقمية، بحيث كل رقم جديد هو مجموع الأرقام السابقة. كما أن تقنيات فيتاغورس فعالة أيضا. ووفقا 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. ولتدريب 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 ولذكري القاصد التي تعلمها بالفعل".

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

لكنه يقول إن النساء يمكن أن يدهفن في بعض الأحيان ثمنا صحيا مؤلما لهذه القدرة على حماية أطفالهن الذين لم يولدوا بعد.

وفي الوقت نفسه، يمكن للرجال أن يدهفوا ثمنا يهاظا 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 يمنح 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،

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 "إسترايول"، 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، حينما أعادت المجلة الأمريكية لعلم فيسيولوجيا الرئة الخلوية والجزئية، وينتج كلا الجنسين "إسترايول"، حيث يوجد بكميات صغيرة في الخصيتين لدى الرجال (ربما للمساعدة في إنتاج الحيوانات المنوية)، بينما تفرز النساء كميات كبيرة من البيضين وذلك بشكل أساسي لبناء جهازهن المناعي. وعلى النقيض من ذلك، يبدو أن هرمون التستوستيرون يثبط الدفاعات المناعية. ربما لأنه يحرك الأنشطة، مثل بناء العضلات التي تتطلب الطاقة.

إذا تتمعن النساء

### كيف تسبب الأقدام المبللة مشكلات في القلب؟



يمكن أن تخفض درجة حرارة الجسم بسبب الأقدام المبللة، ما يؤدي إلى ضعف منظومة المناعة وبالتالي إلى أمراض القلب والأوعية الدموية المختلفة. وتقول الدكتورة أناتاسيا فوميتشيفا أخصائية أمراض القلب والأوعية الدموية في حديث لـ Gazeta.Ru، "بالطبع، الأقدام المبللة وحدها لا يمكن أن تؤدي إلى مشكلات في القلب، لأن السبب الرئيسي للمرض هو عدوى فيروسية أو بكتيرية. ولكن عند انخفاض حرارة الجسم، قد يؤدي إلى إضعاف منظومة المناعة، ما يسمح بدخول مسببات المرض إلى الجسم، ونتيجة لذلك، مثلا، يمكن أن يتطور التهاب الشغاف العدوي. هذه أمراض التهابية في الشغاف (البطانة الداخلية للقلب) مع ترسب الكائنات الحية الدقيقة على صمامات القلب". ووفقا للطبيبة، يمكن أن يحدث أيضا التهاب عضلة القلب الفيروسي أو اعتلال عضلة القلب الالتهابي. ويتسبب العامل الفيروسي، الذي يخترق الجسم، في تلف خلايا عضلة القلب ويحدث تفاعل التهابي موضعي وإطلاق عمليات المناعة الذاتية، وتقول، "الأقدام المبللة والشقوق في الجلد هي نقاط دخول للعدوى الفطرية، والتي يمكن أن تكون سببا في التهاب عضلة القلب. كما يمكن أن يؤدي تبريد الماقيين وتشنج الأوعية الدموية إلى تفاقم مسار القصور الشرياني أو الوريدي المزمن في المسافين والزارة متلازمة الوذمة. وتلجيب مثل هذه المضاعفات في الجسم، يجب الحفاظ على دقة القدمين".

# لماذا تتشقق الشفاه في الشتاء؟



يعاني معظم الناس من جفاف وتشقق الشفاه في فصل الشتاء، ما يدفع البعض للتساؤل عن السبب الكامن وراء ذلك. ويهدد الصدق، قال الدكتور لوك باولز، الطبيب المقيم في لندن والمدير السريري المساعد لعيادات Bupa الصحية، "إن الجلد الموجود على شفقتك يحتوي على حاجز وقائي أرق مقارنة ببقيّة الجلد على وجهك، ما يجعله أكثر عرضة للجفاف". ويبدأ من "الحدود القرمزية"، اللحم الحاد الذي يفصل بين أنسجة الشفاه وبقيّة الوجه. تكون الأنسجة مشابهة للقشاة الخاطي الذي يبطن الفم من الداخل. وتتكون من ثلاث إلى خمس طبقات فقط من الأنسجة، ولا يحتوي على أي من بصيحات 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 سمكا بست مرات من تلك الموجودة على شفقتك. وتحتوي شفقتك 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 وتزيقها. وهي حالة تعرف علمياً باسم التهاب الشفة الشاحب. وفي 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 شفقتك، فإن اللعاب يزيل الطبقة الواقية الزيتية الطبيعية التي تساعد في الحفاظ على صحة شفقتك". ومع مرور الوقت، يمكن لهذه الإنزيمات أن تلحق الضرر بجلد الشفاه نفسه وتساهم في الجفاف. ويمكن أن يؤدي السداد الأنفي، وهو السمة المميزة لثوب 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 مع خطر الإصابة بالتهاب الكلى



بعد تجلط الدم أو تخثر الدم وسيلة تمنع النزيف في حالات الجروح، وعلى الرغم من أن هذه الاستجابة مفيدة لمحتنا، 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 بالتهابات القلبية والتهابات 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 تزوجة الدم أيضاً، فيصبح أكثر لزوجة وأكثر عرضة للتجلط، وفقاً للبروفيسور مارك وايتلي، استشاري جراحة الأوردة ومؤسس عيادة "وايتلي". وأوضح البروفيسور وايتلي أن خطر الإصابة بالتهابات 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 اللاهتفام 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 شريان في 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 تجلث 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 تشنج 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 جدران الأوعية الدموية ويقلل من خطر أي تجلط دم داخل الوعاء".

## دراسة: صدمة مالية مفاجئة قد تزيد خطر الخرف!



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 2.7% من إجمالي ثروتهم على مدى عامين. وبالمقارنة بالأشخاص الذين ظل وضعهم المالي مستقرًا، 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 شوهت 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 التروية المحدودة، والخطأ 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

الالتهابات في الجسم، ما قد يضر الدماغ ويسرع فقدان الذاكرة في وقت لاحق من العمر. ويؤدي فقدان المال أيضاً إلى زيادة خطر الإصابة بالاكتئاب المرتبط بالخرف. نشرت الدراسة في مجلة JAMA Network Open.

### خبيرة تكشف عواقب التسمم الكحولي

أوضحت البروفيسورة تاتيانا كليمنكو مديرة المركز العلمي الوطني لعلوم المخدرات، أن التسمم الكحولي يسبب مجموعة كبيرة من الاضطرابات العصبية والتنفسية 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، الكبد 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 العمل والأعياد، يمكن أن يؤدي إلى عواقب وخيمة ليس فقط على الصحة، بل وأيضاً على العلاقات مع الأحباء".

## كيف يؤثر امتلاك حيوان أليف على حالة مرتبطة بالشيخوخة؟



وكانت دراسات سابقة قد أشارت إلى أن الأشخاص الذين يمتلكون حيوانات أليفة يكونون أسرع ذهنياً ويتمتعون بوظيفة تنفيذية أفضل، ما يساعد على التخطيط وحل المشكلات. لكن الأدلة متضاربة، وهناك حاجة إلى مزيد من الاختبارات لإظهار أن امتلاك حيوان أليف يبطئ التدهور المعرفي بشكل عام. حيث اختبرت الدراسة الحالية الأشخاص فقط لتقدراتهم في اللغة. وعلى الرغم من أن الانخفاض البطيء في مهارات التفكير لدى أصحاب الحيوانات الأليفة من المرجح أن يعنى انخفاض خطر الإصابة بالخرف إلا أن هناك حاجة إلى مزيد من الأدلة على ذلك أيضاً.

وفي الواقع، كان معدل الانخفاض مماثلاً تقريباً لدى أصحاب الحيوانات الأليفة الذين يعيشون بمفردهم مثل الذين لديهم حيوانات أليفة ويعيشون مع شريك أو أشخاص آخرين. وهذا يعني أن مجرد امتلاك حيوان أليف يمكن أن يعوض تماماً المعدل الأسرع للانخفاض في الذاكرة اللفظية والطلاقة لدى الأشخاص الذين يعيشون بمفردهم، والذين عادة ما يكون لديهم عدد أقل من الحادثات اليومية والتحفيز الذهني. وتأتي هذه النتائج في أعقاب أدلة سابقة على أن امتلاك حيوان أليف يجعل الناس يشعرون بعزلة أقل، يصرّف النظر عن الفوائد الصحية الأخرى الناجمة عن أخذ كلب للترفيه كل يوم.

ومن بين 7415 من كبار السن الذين شملتهم الدراسة، كان أكثر من ثلثهم يمتلكون حيوانات أليفة ونحو 27% يعيشون بمفردهم. وتم اختيار ذاكرتهم اللفظية من خلال إعطائهم قائمة من الكلمات ومطالبهم بتذكرها، على الفور وبعد فترة. في حين تم قياس الطلاقة اللفظية من خلال مطالبة الأشخاص بأدراج أكبر عدد ممكن من أسماء الحيوانات في غضون دقيقة واحدة. وسجل الذين يعيشون بمفردهم وكان لديهم حيوانات أليفة، معدل تراجع أبطأ في مهاراتهم اللفظية حتى بعد مراعاة العوامل التي يمكن أن تؤثر على صحة الدماغ، مثل العمر وبعض الحالات الطبية ومستويات ممارسة الرياضة.

ارتبط امتلاك الحيوانات الأليفة بمعدلات 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 بالكتلمات والطلاقة اللفظية. 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 يازلي ني، 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 للتزود 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 والترويض 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 تكشف مشاوي مع خطر الخرف

أول مرة توصل علماء إلى عامل مهم يقلل من خطر الإصابة بالخرف بشكل مبكر ولقادي الإصابة به وتدارك أعراضه بل خفضها. 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"، بحسب 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 تعاضب الكحول والعزلة الاجتماعية وضعف السمع وأمراض القلب يزيد أيضاً من المخاطر. ووجد باحثون من جامعة أكستر 15 عاملاً مرتبطة بتمتع 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.



### دراسة جديدة أن ٧٤ مشكلة صحية ترتبط بعدم الإنجاب في وقت لاحق من الحياة، عند تشخيص إصابتك بها في مقتبل العمر.

وجدت دراسة جديدة أن ٧٤ مشكلة صحية ترتبط بعدم الإنجاب في وقت لاحق من الحياة، عند تشخيص إصابتك بها في مقتبل العمر.

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

ولن ين أن النساء لا ينجبن أطفالا على الأرجح بسبب أمراض المناعة الذاتية والالتهابات مثل التصلب المتعدد واضطرابات القلب والأوعية الدموية ومرض السكري من النوع ٢. عند تشخيصهم في أوائل العشرينات من عمرهن.

وتتكون القائمة الطويلة من ٧٤ حالة مختلفة تزيد من احتمالات عقم الرجل أو المرأة في وقت لاحق من الحياة، بما في ذلك اضطرابات سلوكية وإعاقات مثل القمام والشلل الدماغي وإدمان الكحول والمخدرات واضطراب الشخصية المعادية للمجتمع.

وتشمل الحالات الأخرى غير العقلية التي ارتبطت أيضا بزيادة معدلات عدم الإنجاب، ارتفاع ضغط الدم واضطرابات تخثر الدم والعدوى التهابية وعدم انتظام فترات الحيض.

وشملت أقوى العوامل المؤثرة على القدرة على الإنجاب في المستقبل، العيوب الخلقية والاضطرابات الأخرى منذ الولادة، ومشكلات الصحة العقلية والاضطرابات التي تؤثر على الجهاز العصبي، مثل مرض التصلب العصبي المتعدد والتهاب الفصائل عند الأطفال.

وفي الدراسة، حلل الباحثون بيانات ١.٤ مليون امرأة - ولدن بين عامي ١٩٥٦ و١٩٧٣ - و١,١ مليون رجل - ولدوا بين عامي ١٩٥٦ و١٩٦٨.

وكانت النساء اللاتي تراوحت أعمارهن بين ١٦ و ٢٠ عاما عندما تم تشخيص إصابتهم بالمشكلة، أكثر عرضة لعقم مقارنة بالنساء اللاتي تم تشخيصهن في مرحلة البلوغ المبكر.

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

وقالت الدكتورة أندريا جانا، مديرة معهد الطب الجزيئي بفيلندا (FIMM)، "من خلال تقييم دور العديد من أمراض الحياة المبكرة في عدم الإنجاب لدى ٢,٥ مليون شخص في جميع أنحاء فنلندا والسويد، تمهد هذه الدراسة الطريق لهم أفضل لحالة العقم".

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

### كورونا 1 "وغيره" الخطيب حجاجي يكشف طبيعة "التحور" 1

في نهاية غشت ٢٠٢٣، تم اكتشاف متحور جديد لفيروس كورونا في الولايات المتحدة، يحمل اسم JN.١، وتشهد العديد من البلدان ارتفاعا كبيرا في عدد الإصابات بهذا التحور.

والطبيب والباحث في السياسات والنظم الصحية، الخطيب حجاجي يقدم تحليلا شاملا حول هذا التحور وتأثيره على المجتمع والاقتصاد.

وسلط حجاجي الضوء، في تصريح لوقع "أس إن إن تي نيوز"، على متحور JN.١، وبين حجم انتشاره السريع في بعض البلدان، مما يشير إلى أن هذا المتحور قد أصبح أكثر انتشارا.

وأوضح الخطيب حجاجي أن متحور JN.١ هو فرغ من سلالة أوميكرون، ويصنف على أنه متحور مشير للاهتمام، 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.١ 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 حجاجي أن التفحص ما زال يقي من الأمراض الشديدة والوفيات، وشدد على أهمية التفحص لجميع الفئات العمرية، ومع ذلك يشير حجاجي إلى أنه قد يزيد انتشار التحور JN.١ 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.١ إلى أمراض الشتاء الأخرى، وأوضح الإجراءات الوقائية الممكنة، حيث قدم حجاجي نصائح للفتيات المعرضة للخطر، مشددا على أهمية حماية الأفراد الأكثر ضعفا، كما شدد على ضرورة اتخاذ الشباب إجراءات وقائية للحفاظ على سلامتهم وحماية الأشخاص حولهم.

وكشف حجاجي الآثار المحتملة على الحياة الاجتماعية والاقتصادية نتيجة لتزايد الإصابات بمتحور JN.١، وسلط الضوء على أهمية احترام الإجراءات الوقائية لتقليل تأثيرها، ودعا إلى تحسين الإجراءات الوقائية، وشدد على ضرورة التفحص والتزام الجميع بالإرشادات الصحية للحفاظ على سلامة المجتمع في مواجهة تحديات متحور JN.١.

### التحور مع الإنفلونزا "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 ١٨ 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 المستشارة 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 أكثر من ٩٠ ألف سجل لمرضى لمدة تصل إلى ١٨ شهرا بعد الإصابة بأي من الفيروسين، مع مقارنة مظاهر الوفاة ودخول المستشفى، و٩٤ نتيجة صحية شارة تتعلق بالنظافة 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 المزمن 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 ١٨ عاما، واتخاذ خطوات للتخفيف من تأثيرها طويل الأمد على الصحة.

وتستعرض الدراسة الأبحاث التي تم إجراؤها على مدار ٧٥ عاما، والتي شملت ٨٢٦٤٥٢ شخصا بالغًا، وكشفت أن الذين تعرضوا لأشكال مختلفة من الأحداث الضارة في مرحلة الطفولة هم أكثر عرضة لخطر الإصابة بالألام المزمن والإعاقة المرتبطة بالألام 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 بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وانظمة دعم.

لحماية الصحة العقلية وتحسين النتائج الصحية على المدى الطويل لأولئك الأفراد الذين تعرضوا لصدمة الطفولة".

وقد تؤثر حالات تجارب الطفولة السلبية على الطفل أو المراهق بشكل مباشر من خلال الإيذاء الجسدي أو الجنسي أو العاطفي أو الإهمال، أو بشكل غير مباشر من خلال التعرض لعوامل بيئية، مثل العنف المنزلي أو العيش مع بيئة تعاطي المخدرات أو فقدان الوالدين.

ويعد الألام المزمن أحد الأسباب الرئيسية للإعاقة في جميع أنحاء العالم، ويمكن أن تؤثر الحالات المؤلمة طويلة الأمد، مثل الألام أسفل الظهر والتهاب المفاصل والصداع والصداع النصفي، على الأداء اليومي للشخص إلى درجة أنه لا يستطيع العمل أو تناول الطعام بشكل صحيح أو المشاركة في الأنشطة البدنية.

وأشارت الأبحاث السابقة إلى وجود علاقة بين التعرض لتجارب الطفولة السلبية والألام المزمن في مرحلة البلوغ، ومع ذلك، لا تزال هناك فجوات في فهم هذا الارتباط.

وللمساعدة على معالجة هذه الفجوات، أجرى الباحثون مراجعة منهجية شملت ٨٥ دراسة، ومن بين تلك الدراسات، يمكن تجميع نتائج ٥٧ دراسة في التحليلات الواسعة، ووجدوا أن:

- الأفراد الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية بشكل مباشر، سواء كان اعتداء جنسيا أو جنسيا أو عاطفيا أو إهمالا، كانوا أكثر ميلا بنسبة ١٤٪ للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ مقارنة بأولئك الذين لم يتعرضوا لهذه

الصدمة في مرحلة الطفولة، ووجدوا أيضا أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية بشكل غير مباشر، مثل العيش مع شخص يتعاطى المخدرات أو العيش مع شخص يتعاطى المخدرات أو العيش مع شخص يتعاطى المخدرات، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

## تطوير لقاح لخفض الكوليسترول!



وقال الدكتور برايس تشاركران، 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".

ويعد تطبيق استخدام اللقاح مرة واحدة في السنة إذا وصل إلى روفوف الصيدليات.

ويعتقد أن الحقن المعاملة التي تحد من PCSK٩ موجودة في السوق إلا أنها يمكن أن تكلف ما بين ٥٠٠٠ دولار إلى ١٥٠٠٠ دولار بدون تأمين.

ومع ذلك، نظرا لأن اللقاح الجديد مصنوع من بكتيريا "غير مكلفة نسبيا"،

يمكن للقاح رخيص الثمن أن يحد من ارتفاع نسبة الكوليسترول وكذلك خطر الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية في غضون ١٠ سنوات.

ووجد الباحثون في كلية الطب بجامعة يوكسبيكو (UNM) أن اللقاح يمكنه خفض نسبة الكوليسترول الضار (LDL)، بنسبة ٦٠٪ تقريبا لدى الفئران والقرود، ويستهدف اللقاح بروتين PCSK٩، وهو جزيء يصنع في الكبد وينتقل عبر مجرى الدم ويرفع نسبة الكوليسترول الضار (LDL).

وتحجب الجرعة البروتين عن طريق حقن جزيئات فيروسية غير معدية مع أجزاء صغيرة من PCSK٩ متصلة بها.

وقال الدكتور برايس تشاركران، 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".

ويعد تطبيق استخدام اللقاح مرة واحدة في السنة إذا وصل إلى روفوف الصيدليات.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

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

ويوفقا للدكتور كاميليا تابينغا أخصائية الغدد الصماء والمطب الوقائي ومكافحة الشيخوخة، يمكن أن تظهر الودمة بسبب اضطراب عمل القلب والأوعية الدموية والجهاز البولي والغدد الليمفاوية والصماء والجهاز الهضمي.

وتقول في مقابلة مع Gazeta.Ru، "تظهر الودمة غالبا بسبب قصور الوريد وأمراض القلب - انتفاخ الأوردة (الوذمة)، وأمراض القلب التي تسبب عدم التبايع عضلة القلب بالدرجة المطلوبة، ويحتمل المساء، يزداد تورم الساقين بسبب قصور القلب، وقد يكون مصحوبا بضعف أو عدم التظام شرياني القلب أو شيق في التنفس حتى أثناء الراحة أو عند بذل نشاط بدني بسيط".

ووفقا لها، يمكن أن تظهر الودمة 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 الودمة بسبب اضطراب تدفق اللغف، 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 بالباية في مجرى الدم)، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تلتفخ القدمين والساقين والخصدين واليمن 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 بالباية في مجرى الدم)، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تلتفخ القدمين والساقين والخصدين واليمن 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 بالباية في مجرى الدم)، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تلتفخ القدمين والساقين والخصدين واليمن 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 بالباية في مجرى الدم)، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تلتفخ القدمين والساقين والخصدين واليمن 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 بالباية في مجرى الدم)، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تلتفخ القدمين والساقين والخصدين واليمن 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 بالباية في مجرى الدم)، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تلتفخ القدمين والساقين والخصدين واليمن 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 بالباية في مجرى الدم)، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تلتفخ القدمين والساقين والخصدين واليمن 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 بالباية في مجرى الدم)، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تلتفخ القدمين والساقين والخصدين واليمن 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 بالباية في مجرى الدم)، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تلتفخ القدمين والساقين والخصدين واليمن 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 بالباية في مجرى الدم)، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تلتفخ القدمين والساقين والخصدين واليمن 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 بالباية في مجرى الدم)، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تلتفخ القدمين والساقين والخصدين واليمن 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 بالباية في مجرى الدم)، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تلتفخ القدمين والساقين والخصدين واليمن 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 بالباية في مجرى الدم)، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تلتفخ القدمين والساقين والخصدين واليمن 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 بالباية في مجرى الدم)، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تلتفخ القدمين والساقين والخصدين واليمن بصورة خاصة".

### 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 لصحة العظام، والذي تتمثل مصادره الغذائية في اللبن ومنتجات الألبان والخضروات الخضراء مثل السبانخ والبروكلي.

كما ينبغي اعداد الجسم بفيتامين "دي ٣" 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 ٣" تحت إشراف الطبيب.

### دليل على تطور سيمبا و Eiftenif

يؤثر العقم على نحو ٤٨ مليون من الأزواج في جميع أنحاء العالم ويمكن أن يكون له أسباب مختلفة، وفي نحو ١ إلى ٢٪ من الحالات، تكون المشكلة ناجمة عن فشل البويضات في إطلاق البويضات.

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

وتم تحديد التغييرات في جين معين يسمى Eiftenif كمدحرك لشبكة في المبيضين تجعل العمل شبه مستحيل.

واكتشف العلماء أن التغيير الجيني المنفى يسبب مشكلة في خلايا البويضات لمنع المبيضين 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 كيكوكي كي، من جامعة تسينغهاوا 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 ٢٠١٩، صادف علماء صينيون عائلة تعاني من قصور المبيض المبكر، وكان لديها جميعا تغييرات في الجين Eiftenif. وقام الفريق بإعادة إنتاج هذا التغيير الجيني في الفئران لعرفه مدى تأثيره على خصوبة الأنسان.

وسمحو للفئران للنمو وقارنوا خصوبتها بالفئران التي لم يتم تعديل حمضها النووي، ووجدوا نمطا مميزا من التغييرات في الميتوكوندريا في البيض، والخصض متوسط عدد الجزيئات الكلية، وهي الأكياس الصغيرة الموجودة على سطح المبيض والتي تحتوي على البويضات النامية، بنسبة ٦٠٪ تقريبا في الفئران الأكبر سنا والمعالجة وراثيا. كما انخفض متوسط عدد الجراء في كل فضلات بعقدار ٦٣٪، حيث أنه عندما تنمو في طبق المختبر، فإن نحو نصف البويضات المنضجة لا تبقى على قيد الحياة بعد المراحل الأولى من التطور.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتشير النتائج أيضا إلى أن الأشخاص الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية، كانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ، وكانوا أكثر ميلا للإبلاغ عن الإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

## انتهاء أعمال الصيانة في شارع الرازي تشرين الأول المقبل

✦

قالت مديرة مديرية المشاريع الهندسية في بلدية إربد الكبرى، الهندسة تهاني هزايمة، أن الانتهاء من أعمال الصيانة وإعادة الإنشاء والتعبيد في شارع الرازي الواصل بين مجمع الأغوار الجديد وإربد، سيكون منتصف تشرين الأول المقبل.

وأوضحت أن أعمال المرحلة الأولى التي تتضمن توسعة أجزاء من الطريق شارفت على الانتهاء، كما تم تحديد الأجزاء المتأثرة في الطريق والتي بحاجة لإعادة إنشاء بالكامل من خلال إزالة الطبقات القديمة، وفرش وتجهيز هذه الأجزاء بالكامل قبل تعبئتها. وأكدت الهزايمة إن إغلاق الشارع بالكامل يعد ضرورة قصوى لتمكين الآليات الثقيلة من العمل بشكل مثالي، وحفاظاً على سلامة المواطنين والمركبات، مبيّنة أنه تم تحديد الطرق البديلة لسكان الحي من خلال عدد من الشوارع الفرعية الواصل للمنطقة.

## الزرقاء: حملة نظافة ضمن الخطة الوطنية للتوعية البيئية

✦

نفذت مديرية حماية البيئة بمحافظة الزرقاء، حملة نظافة في ساحات إدارة ترخيص السائقين والمركبات بالمحافظة، تحت شعار "بهمننا... نحمي بيئتنا"، وذلك في إطار الخطة الوطنية للتوعية البيئية التي أطلقتها وزارة البيئة بهدف نشر الوعي وترسيخ المفاهيم البيئية لدى شرائح المجتمع المختلفة.

وجاء تنفيذ الحملة بالتعاون مع بلدية الزرقاء، دائرة البيئة، ومجلس الخدمات المشتركة لمحافظة الزرقاء، ومديرية الأشغال لمحافظة الزرقاء، وبمشاركة الشرطة البيئية، والشرطة المجتمعية، ومدرب من معهد المرور الأردني، ومدير ومتطوعين من مكتب مؤسسة ولي العهد للزرقاء، ومتطوعين من دار الحسام للعمل الشبابي. وضمن رئيس قسم إدارة ترخيص السائقين والمركبات، الرائد محمود الحزام، دور مديرية البيئة في محافظة الزرقاء وقسم التوعية البيئية والجهات الرسمية والتطوعية في نشر الوعي البيئي من خلال تنفيذ هذه الحملات في الأماكن العامة.

وأكد مدير مديرية حماية البيئة بمحافظة الزرقاء الدكتور مشعل الفواز ضرورة تكثيف الجهود مع مختلف الجهات الرسمية وغير الرسمية للمحافظة على النظافة في محافظة الزرقاء، كونها من أكبر المحافظات المكتظة بالسكان والصناعات وبحاجة مستمرة لثل هذه المبادرات.

## "أوقاف الزرقاء" تحتفل بتخريج طلاب دار القرآن الكريم بمسجد الأمير حسن

✦

نظمت مديرية أوقاف الزرقاء احتفالاً بمناسبة تخريج طلاب دار القرآن الكريم في مسجد الأمير حسن بالغوريبة، برعاية مساعد المحافظ للشؤون العامة فيصل العتوم، وحضور جمع من الأئمة والوعاظ وممثلي المجتمع المحلي.

وقدم الطلاب خلال الحفل، نماذج مبهرة من نشاطاتهم، ما أفضى جواً من الروحانية والإعجاب بين الحضور، حيث بلغ عدد خريجي دار القرآن الكريم ٤٠ طالباً، وخريجي المركز الصيفي ٣١٦ طالباً.

وأكد مدير أوقاف الزرقاء، الدكتور أحمد الجراحشة، أهمية تربية أبنائنا على تعاليم وأخلاق القرآن الكريم، بالإضافة إلى التربية الوطنية، بهدف تخريج جيل واع ومنتم لوطنه وقيادته، ومدرك للتحديات التي تواجهه، مشيراً إلى أن عدد دار القرآن الكريم التابعة لوزارة الأوقاف في الزرقاء يتجاوز ٢٠٠ دار، تقدم خدمة تعليم القرآن لأبناء المحافظة.

وأضاف أن عدد المراكز الصيفية التابعة للمديرية تجاوز ٥٣٠ مركزاً، تخرج منها حوالي ٣٧ ألف طالب وطالبة تتراوح أعمارهم بين ٧ و ١٧ عاماً، مبيّناً أن وزارة الأوقاف تعقد المراكز الصيفية لتحفيظ القرآن الكريم، لما لها من أثر كبير في تربية الطلاب وتعليمهم كتاب الله تعالى وزرع القيم النبيلة في نفوسهم وتعزيز روح المنافسة الشريفة والمواطنة الصالحة.

من جهته، أشاد مشرف دار القرآن الكريم، أشرف الضراغمة، بجهود وزارة الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية في تعليم القرآن الكريم، معبراً عن شكره وتقديره للمتبرعين والمحسنين ولجنة المسجد القائمة على تنظيم هذا الاحتفال. وفي ختام الاحتفال، تم توزيع الجوائز والدروع والشهادات على مستحقيها، تقديراً لجهودهم وتفانيهم في تعلم وتعليم القرآن الكريم.

## إطلاق برنامج "إقلاع" لتطوير إنتاجية المشاريع الصغيرة والمتوسطة في الزرقاء

✦

احتفل في غرفة صناعة الزرقاء بإطلاق برنامج "إقلاع" لتطوير إنتاجية المشاريع الصغيرة والمتوسطة والمتناهية الصغر، وذلك برعاية محافظ الزرقاء الدكتور فراس أبو قاصود. وحضر حفل الإطلاق رئيس غرفة صناعة الزرقاء المهندس فارس حمودة، ورئيس غرفة تجارة الزرقاء حسين شريم، ومدير صحة الزرقاء الدكتور خالد عبد الفتاح، ومدير برنامج إقلاع لبيت القاسم، ومجموعة من ممثلي مؤسسة ميرييس كور، المنفذ الرئيسي للبرنامج، وأعضاء مؤسسات المجتمع المدني وأصحاب المشاريع المنزلية.

ويهدف برنامج "إقلاع" إلى دعم المشاريع المنزلية والمؤسسات المتناهية الصغر والصغيرة في الأردن، لمساعدتها على النمو والتطور لتصبح قادرة على الصمود في وجه الصدمات المستقبلية.

وأشاد الدكتور أبو قاصود بالقائمين على المشروع، مشيراً إلى أهمية المشاريع الصغيرة والمتوسطة والمتناهية الصغر في دعم الاقتصاد الوطني وتعزيز التنمية الاقتصادية، وأثرها الكبير في توفير فرص عمل والتخفيف من نسب البطالة، مما يجعلها من أهم محركات التوظيف. وأكد، أن الزرقاء تتميز بالتنوع الاجتماعي والثقافي، مشيراً إلى أنها تمثل قسيماً الأردن وتحتضن ٥٢% من الصناعات الوطنية، لافتاً إلى أن مثل هذه المبادرات لها أهمية كبيرة في تعزيز النظم البيئية لدعم الأعمال. من جانبه، أوضح مدير البرنامج لبيت القاسم، أن برنامج "إقلاع" يسعى من خلال هذه المبادرة إلى المساعدة في تطوير نظام بيئي حيوي لدعم الأعمال، قادر على تعزيز الابتكار وخلق تأثير دائم في الأردن. واختتم الحفل بتأكيد أهمية التعاون بين كافة الجهات لدعم المشاريع الصغيرة والمتوسطة، لتحقيق التنمية المستدامة وتعزيز الاقتصاد الوطني.

## مذكرة تفاهم بين "الاقتصادي والاجتماعي" والجامعة الألمانية الأردنية



✦

وقع المجلس الاقتصادي والاجتماعي والجامعة الألمانية الأردنية، مذكرة تفاهم تهدف إلى تعزيز التعاون المشترك في مجالات البحث العلمي والتدريب وتطوير السياسات العامة.

ويجسد بيان للجامعة، تهدف المذكرة التي وقعها عن الجامعة رئيسها الدكتور علاء الدين الحلحولي، وعن المجلس رئيسه الدكتور موسى شتيوي، إلى إمكانية استضافة عدد من طلبة الجامعة لدى المجلس كمتدربين، ضمن برامج التدريب الموجودة في المجلس، والتعاون في مجال إقامة الجلسات النقاشية والحوارية، والفعاليات، والأنشطة العلمية والثقافية. كما تهدف أيضاً إلى دراسة إمكانية التعاون وتبادل الخبرات مع صناديق الابتكار ونقل التكنولوجيا والريادة لدى الجامعة؛ وذلك لغايات ترسيخ ثقافة الابتكار والشركات الناشئة وتطوير نقل التكنولوجيا، ودراسة التعاون في

مجال تطوير الأفكار الريادية والابتكار وفي مجال تأهيل وتطوير وبناء قدرات وتدريب الكوادر ولتطوير الأفكار الإبداعية في المجالات التقنية والمهنية والأكاديمية، إضافة إلى دراسة إمكانية تبادل الخبرات في المجالات الاقتصادية، والاجتماعية، والبيئية، والتنمية، وإعداد الدراسات المتخصصة بذلك.

وقال شتيوي إن توقيع هذه المذكرة يعكس التزام المجلس الاقتصادي والاجتماعي بتعزيز التعاون مع المؤسسات الوطنية، وتوظيف المعرفة العلمية في خدمة المجتمع وتطوير السياسات العامة.

استعرض سياسة المجلس التي تهدف إلى تشجيع الحوار الإيجابي وبناء التوافق بين الشركاء في المجتمع حول أهم القضايا والسياسات والقرارات المحلية والإقليمي، وتركز على الابتكار والريادة كجزء أساسي من رؤيتها، ما يعزز على تعزيز الحوار الاجتماعي حول مسائل تهم المواطنين الأردنيين، ويقدم

## تربية مادبا تنظم ملتقى التوجيه المهني الثاني "بتك"

✦

نظمت مديرية التربية والتعليم بالتعاون مع إدارة التعليم المهني/ قسم التوجيه المهني بوزارة التربية والتعليم، لقاءً توعوياً للمعنيين والطلبة بمسار التعليم المهني الجديد بتك BTEC، بحضور فريق من الوزارة ومدربي الأقسام المعنية بالبرنامج من مديرية التربية ومجلس التطوير التربوي والمجتمع المحلي.

وقال مدير التربية والتعليم لواء قصبه مادبا نهار القضاة إن تربية مادبا وزعت التخصصات المهنية BTEC على عشر مدارس مراعية التوزيع الجغرافي للمدينة وفق المتاح من ناحية الأبنية لضمان إتاحة الفرصة لجميع الطلبة الالتحاق بالبرنامج.

ودعا القضاة ممثلي المجتمع المحلي ورئيسة وأعضاء مجلس التطوير إلى بذل مزيد من الجهود في التعريف عن البرنامج.

من جهته، بين رئيس قسم التوجيه المهني في وزارة التربية والتعليم سامح زواتي، أهمية التعليم التقني المبني على المهارات والكفايات التي تؤهل الطالب إلى سوق العمل ومتابعة الدراسة الجامعية.

وقال إن آلية التعليم في برنامج BTEC، تركز على التدريب العملي بنسبة تتراوح بين ٨٠ و ٩٠ بالمئة، مقارنة بالممارسة العملية في النظام المهني السابق والتي كانت بحدود ٢٥ بالمئة من البرنامج.

وأوضح أن وزارة التربية والتعليم تطرح هذا البرنامج ضمن المستوى الثاني (لصف العاشر بواقع ٤٨٠ ساعة) والمستوى الثالث (لصف الأول الثانوي والثاني الثانوي، بواقع ٧٢٠ ساعة) إلى جانب نظام الدرجات والتقييمات.

ولفت زواتي، إلى أنه يمكن للطلاب، الالتحاق بسوق العمل مباشرة عند إنهاء أحد مستويات البرنامج أو الالتحاق بالدراسة الجامعية دون التقدم للامتحان الوطني (في الجامعات التي تطبق برنامج BTEC) أو التقدم للامتحان الوطني والالتحاق بالجامعات التي لا تطبق برنامج BTEC، وفق أسس القبول الجامعي.

وقدم معلوم البرنامج المهني في مادبا شرحاً وافياً عن شهادة BTEC ومزايا البرنامج، واستعرضوا التخصصات العشرة للبرنامج ومحتوى المواد الدراسية فيه، وأوضحوا التخصصات التقنية والمهنية المتفرعة عن كل تخصص عند الدراسة الجامعية.

وجرى خلال اللقاء حوار موسع بين الحضور والمعنيين حول البرنامج ومستقبله.

## عرض مسرحي بعنوان "سم المخدرات" في الأغوار الشمالية

✦

عرض فريق المسرح الشرطي التابع لمديرية الإعلام والشرطة المجتمعية بالتعاون مع مركز أمن الترقية بالأغوار الشمالية مسرحية توعوية بعنوان "سم المخدرات" في قاعة بلدية شرحبيل بن حسنة للتوعية بمخاطر آفة المخدرات، وما ينتج عنها من مشاكل اجتماعية ونفسية، وكيفية الوقاية منها، بأسلوب درامي يحاكي الواقع الذي تعيشه المجتمعات الإنسانية بعيداً عن النمطية في توجيه الرسائل الأمنية الإعلامية. وضمن رئيس بلدية شرحبيل بن حسنة محمد الرايحه، جهود مديرية الأمن العام في محاربة آفة المخدرات عن طريق بث الرسائل الإعلامية الأمنية لمختلف الفئات بأشكال متنوعة بهدف الوصول إلى مجتمع آمن من المخدرات.

## اعلان نتائج التعداد الشامل للسكان والمساكن في العقبة



✦

أعلنت سلطة منطقة العقبة الاقتصادية الخاصة بالتعاون مع دائرة الإحصاءات العامة، نتائج التعداد الشامل للسكان والمساكن والمنشآت الاقتصادية والحيوانات الزراعية (٢٠٢٤) لمحافظة العقبة.

وقال رئيس مجلس مفوضي السلطة نايف حميدي الفايز خلال إعلان النتائج، إن التعداد، وهو الأول من نوعه في العقبة، يعزز تمكين المجتمعات المحلية من خلال منحها فرصة الوصول لغاياتها التنموية والعرفية.

وبين أن التعداد السكاني ليس مجرد إحصاء لعدد الأشخاص، بل قياس للنمو الديموغرافي، وعامل مساعد في التنسيب بالاتجاهات الديموغرافية، إضافة إلى الكشف عن أوجه المساواة في فرص العمل والتعليم والثروات وغيرها، وهذا ما منح العملية نجاحاً باهراً في تنفيذ التعداد بدقة عالية.

وأشار إلى أن التعداد السكاني يوفر البيانات للخبراء وصناع السياسات، لوضع تقديرات مستقبلية للخدمات التنموية، إضافة لرفع معدلات الإنتاج واستقطاب المشاريع الحيوية التي تمكن منطقة العقبة من رفح كفاءة الخدمات من خلال المؤسسات.

من جهته، أعلن مدير عام دائرة الإحصاءات "حيدر فريحات، أن إجمالي سكان العقبة بلغ ٤٤١٩٣٦ فرداً، ٥٤ بالمئة منهم ذكور، ونسبة من يقيمون في حدود العقبة ٨١,٥ بالمئة من السكان و١٢ بالمئة هم أردنيون.

وقال، إن عدد الأسر في العقبة وصل إلى ٤٩٤٩٨ أسرة، فيما بلغ متوسط حجم الأسرة ٤,٩ فرد، مشيراً إلى أن ٣٩,٢ بالمئة من إجمالي الذكور ممن أعمارهم ٤ سنوات فأكثر، ملتحقون بالتعليم، مقابل ٣٩,٤ بالمئة من الإناث، ونسبة الأمية لإجمالي السكان الأردنيين ممن أعمارهم ١٣ سنة فأكثر ٩,٧ بالمئة.

وأضاف، "بلغت نسبة الأفراد الذين يعانون من صعوبات وظيفية، بأية درجة (من البسيطة إلى المطلقة المتمثلة بعدم القدرة على الأداء)، ٩,٨ بالمئة من إجمالي السكان الذين أعمارهم ٥ سنوات فأكثر، و٧٧ بالمئة من السكان مشمولون بمظلة التأمين الصحي.

وأوضح فريحات، أن قيمة الناتج المحلي الإجمالي لمنطقة العقبة الخاصة بالأسعار الجارية بلغ (١٤٤٤ مليون دينار) للعام ٢٠٢٢، وبالإسعار الثابتة (١٣٥٠ مليون دينار). وقال، إن "عدد الأسر التي قامت برحلة إلى

العقبة عام ٢٠٢٣ بلغ (٢٥٩٦٨٧) أسرة وعدد الرحلات السياحية (٢٧٤١١٥)، وعدد زوار المحافظة (٩١٩٥٩٥) زائراً.

وبين أن قيمة الإنفاق السياحي بلغ (٨١٩٠٠٢٠) ديناراً عام ٢٠٢٣ وانفاق الأسر على الرحلات السياحية داخل المحافظة وصل إلى (٦٠٩٧٠٠) دينار خلال العام نفسه، فيما بلغ عدد العاملين في منطقة العقبة الخاصة ٢٢٤٠٤ عامل، بنسبة (٨١,٥) بالمئة من إجمالي المشتغلين في المحافظة، ومعدل البطالة للأردنيين ممن أعمارهم ١٥ سنة فأكثر، (١٨,٥) بالمئة، في حين بلغ معدل البطالة في منطقة العقبة الاقتصادية الخاصة (١٦,٣) بالمئة.

ولفت فريحات إلى أن أعلى معدل للبطالة في منطقة العقبة الخاصة كانت للفئة العمرية (١٥ - ٢٤) وبنسبة ٤٦,٨ بالمئة، ومعدل المشاركة الاقتصادية للأردنيين (٨,٦ و ٨,٨ بالمئة) في كل من المحافظة ومنطقة العقبة الخاصة على التوالي، في حين بلغ إجمالي المشاركة الاقتصادية للأردنيين على مستوى المملكة ١٤ بالمئة.

وأشار إلى أن عدد العاملين في المنشآت الاقتصادية، وهي المنشآت التي تمثل وحدات إحصائية مستقلة تم استيفاء بياناتها بشكل كامل (المراكز الرئيسية بدون فروع، والمراكز التي لديها فروع، والفروع التي تسك حسابات مستقلة فقط)، بلغ حوالي ٢٨ ألف شخص.

وبيّن النتائج أن ٣٩ بالمئة من العاملين في المنشآت يعملون في قطاع الخدمات، و٢٥ بالمئة في قطاع الصناعة، و٢١ بالمئة في قطاع التجارة و١٤ بالمئة في قطاعي النقل والتشييد. وبلغت نسبة العاملين في المنشآت الاقتصادية من الذكور ٨٠ بالمئة مقابل ٢٠ بالمئة من الإناث، وتبين أن الذكور يشكلون ٩٦ بالمئة، من العاملين

في قطاع النقل، ويشكلون أيضاً نسبة ٩٢ بالمئة و ٩١ بالمئة في قطاعي التشييد على التوالي، في حين بلغت نسبة العاملين من الإناث في قطاع الخدمات ٢٧ بالمئة تلاه قطاع الصناعة بنسبة ٢٥ بالمئة.

كما أظهرت نتائج التعداد أن عدد المنشآت الاقتصادية العاملة بلغ حوالي ٥٧٨٣ منشأة، وتوزعت بحسب التنظيم الاقتصادي بنسبة ٨٣ بالمئة "مركز رئيسي بدون فروع"، مقابل ما نسبته ١٧ بالمئة من المنشآت كانت فروعاً مستقلة وفروع شركات أجنبية غير عاملة ومكاتب إقليمية، فيما بلغ عدد المنشآت العاملة ٤٨١٠ منشآت، وهي التي تمثل وحدات إحصائية مستقلة تم استيفاء بياناتها بشكل كامل وهي (المراكز الرئيسية بدون فروع، والمراكز التي لديها فروع، والفروع التي تسك حسابات مستقلة فقط).

وأشار إلى أن عدد العاملين في المنشآت الاقتصادية، وهي المنشآت التي تمثل وحدات إحصائية مستقلة تم استيفاء بياناتها بشكل كامل (المراكز الرئيسية بدون فروع، والمراكز التي لديها فروع، والفروع التي تسك حسابات مستقلة فقط)، بلغ حوالي ٢٨ ألف شخص.

وبيّن النتائج أن ٣٩ بالمئة من العاملين في المنشآت يعملون في قطاع الخدمات، و٢٥ بالمئة في قطاع الصناعة، و٢١ بالمئة في قطاع التجارة و١٤ بالمئة في قطاعي النقل والتشييد. وبلغت نسبة العاملين في المنشآت الاقتصادية من الذكور ٨٠ بالمئة مقابل ٢٠ بالمئة من الإناث، وتبين أن الذكور يشكلون ٩٦ بالمئة، من العاملين

في قطاع النقل، ويشكلون أيضاً نسبة ٩٢ بالمئة و ٩١ بالمئة في قطاعي التشييد على التوالي، في حين بلغت نسبة العاملين من الإناث في قطاع الخدمات ٢٧ بالمئة تلاه قطاع الصناعة بنسبة ٢٥ بالمئة.

كما أظهرت نتائج التعداد أن عدد المنشآت الاقتصادية العاملة بلغ حوالي ٥٧٨٣ منشأة، وتوزعت بحسب التنظيم الاقتصادي بنسبة ٨٣ بالمئة "مركز رئيسي بدون فروع"، مقابل ما نسبته ١٧ بالمئة من المنشآت كانت فروعاً مستقلة وفروع شركات أجنبية غير عاملة ومكاتب إقليمية، فيما بلغ عدد المنشآت العاملة ٤٨١٠ منشآت، وهي التي تمثل وحدات إحصائية مستقلة تم استيفاء بياناتها بشكل كامل وهي (المراكز الرئيسية بدون فروع، والمراكز التي لديها فروع، والفروع التي تسك حسابات مستقلة فقط).

وأشار إلى أن عدد العاملين في المنشآت الاقتصادية، وهي المنشآت التي تمثل وحدات إحصائية مستقلة تم استيفاء بياناتها بشكل كامل (المراكز الرئيسية بدون فروع، والمراكز التي لديها فروع، والفروع التي تسك حسابات مستقلة فقط)، بلغ حوالي ٢٨ ألف شخص.

وبيّن النتائج أن ٣٩ بالمئة من العاملين في المنشآت يعملون في قطاع الخدمات، و٢٥ بالمئة في قطاع الصناعة، و٢١ بالمئة في قطاع التجارة و١٤ بالمئة في قطاعي النقل والتشييد. وبلغت نسبة العاملين في المنشآت الاقتصادية من الذكور ٨٠ بالمئة مقابل ٢٠ بالمئة من الإناث، وتبين أن الذكور يشكلون ٩٦ بالمئة، من العاملين

في قطاع النقل، ويشكلون أيضاً نسبة ٩٢ بالمئة و ٩١ بالمئة في قطاعي التشييد على التوالي، في حين بلغت نسبة العاملين من الإناث في قطاع الخدمات ٢٧ بالمئة تلاه قطاع الصناعة بنسبة ٢٥ بالمئة.

كما أظهرت نتائج التعداد أن عدد المنشآت الاقتصادية العاملة بلغ حوالي ٥٧٨٣ منشأة، وتوزعت بحسب التنظيم الاقتصادي بنسبة ٨٣ بالمئة "مركز رئيسي بدون فروع"، مقابل ما نسبته ١٧ بالمئة من المنشآت كانت فروعاً مستقلة وفروع شركات أجنبية غير عاملة ومكاتب إقليمية، فيما بلغ عدد المنشآت العاملة ٤٨١٠ منشآت، وهي التي تمثل وحدات إحصائية مستقلة تم استيفاء بياناتها بشكل كامل وهي (المراكز الرئيسية بدون فروع، والمراكز التي لديها فروع، والفروع التي تسك حسابات مستقلة فقط).

وأشار إلى أن عدد العاملين في المنشآت الاقتصادية، وهي المنشآت التي تمثل وحدات إحصائية مستقلة تم استيفاء بياناتها بشكل كامل (المراكز الرئيسية بدون فروع، والمراكز التي لديها فروع، والفروع التي تسك حسابات مستقلة فقط)، بلغ حوالي ٢٨ ألف شخص.

وبيّن النتائج أن ٣٩ بالمئة من العاملين في المنشآت يعملون في قطاع الخدمات، و٢٥ بالمئة في قطاع الصناعة، و٢١ بالمئة في قطاع التجارة و١٤ بالمئة في قطاعي النقل والتشييد. وبلغت نسبة العاملين في المنشآت الاقتصادية من الذكور ٨٠ بالمئة مقابل ٢٠ بالمئة من الإناث، وتبين أن الذكور يشكلون ٩٦ بالمئة، من العاملين

## بالتعادل مع السلط

## الفيصلي يواصل نزيف النقاط



©2024 kooora.com

واصل الفيصلي، نتاجه السلبية وتعادل (1-1) أمام السلط الجمعة على ملعب السلط، ضمن الجولة الثانية من دوري المحترفين الأردني لكرة القدم. ورفع الفيصلي، رصيده إلى نقطتين مقابل 4 نقاط للسلط. وسبق للفيصلي أن تعادل في الجولة الماضية أمام معان، فيما حقق السلط فوزا مهما على شباب الأردن (2-1).

افتتح الفيصلي، التسجيل منذ الدقيقة الأولى عبر عمر هاني في الدقيقة الأولى، فيما أدرك السلط التعادل عبر محمد عبد المطب بوضعا في الدقيقة (14). وشهدت المباراة إضاعة ركلة جزاء عند الدقيقة (22) للفيصلي عن طريق محترفه الفلسطيني تامر صيام. بدأ الفيصلي بكل قوة وافتتح التسجيل، وهو ما أربك حسابات السلط

الذي دخل أجواء اللقاء متأخرا. أفسدت إضاعة ركلة الجزاء على الفيصلي الكثير ومنحت السلط دفعة معنوية هائلة استطاع معها أن ينظم صفوفه ويسدرك التعادل في الشطر الثانية. وشهدت الدقائق ما بعد هدف السلط إضاعة عدد من الفرص للفيصلي وهو ما أبقى نتيجة التعادل حتى نهاية المباراة.

## الجمعية بجمعية ديربي الشمال على حساب الكويت

حسم الحسين إريد، ديربي الشمال أمام الرمثا، لصالحه بالفوز (2-1) الجمعة، على استاد الحسن، ضمن الجولة الثانية من دوري المحترفين لكرة القدم. سجل هدفي الحسين، عبد الله العطار، وعارف الحاج عند الدقيقتين (12، 52)، فيما سجل هدف الرمثا محترفه يوسف محمد عند الدقيقة (81). ورفع الحسين رصيده إلى 6 نقاط في صدارة الترتيب بفرقة الأهلي، فيما تجمد رصيد الرمثا عند 3 نقاط. بدأ الحسين إريد بكل قوة ونجح في افتتاح التسجيل عبر المهاجم عبد الله العطار بعد عرضية علي حجابي، وسيطر على أجواء المباراة، لكنه لم يقو على تسجيل أكثر من هدف. الحسين واصل ضغطه خلال الفترة الثانية، وتمكن من إضافة هدف التعزيز عبر الوافد الجديد عارف الحاج. بعد الهدف أجرى الحسين إريد عددا من التبديلات، في الوقت الذي سيطر فيه الرمثا في الدقائق الأخيرة وقلص الفارق وحاول التعديل دون أن ينجح في ذلك.

## الفرقة تلحق الهزيمة والحسين إريد في المجموعتين الثالثة والرابعة

وضعت قرعة دور المجموعات من مسابقة دوري أبطال آسيا 2 لكرة القدم، ممثلي الكرة الأردنية الوحدات والحسين إريد في المجموعتين الثالثة والرابعة. وسحبت القرعة الجمعة في مقر الاتحاد الآسيوي لكرة القدم في العاصمة الماليزية كوالالمبور، حيث حل الوحدات في المجموعة الثالثة إلى جانب سباهان أصفهان الإيراني، والشارقة الإماراتي واستقلال من طاجيكستان. وجاء فريق الحسين إريد في المجموعة الرابعة إلى جانب شباب الأهلي الإماراتي، ناساف كارشي الأوزبكي والكويت الكويتي. وتطلق البطولة في السابع عشر من شهر أيلول بنظام الذهاب والإياب، على أن يتأهل متصدر ووصيف كل مجموعة لدور ثمن النهائي. ويشارك الحسين إريد في البطولة بصفته بطل دوري المحترفين لكرة القدم للموسم الماضي، فيما يشارك الوحدات بصفته بطلا لكأس الأردن في الموسم الماضي.

## الاتحاد الكرة يستعرض وضعه في دوري الأبطال الآسيوي

استهجن الاتحاد الأردني لكرة القدم، امتناع اللاعب الأردني والمحترف بالدوري القطري عمر صلاح، عن تمثيل المنتخب الوطني الأول في الاستحقاقات القادمة. وأصدر اتحاد الكرة بيانا الخميس، قال فيه، يؤكد الاتحاد الأردني، أن اللاعب عمر صلاح المحترف في الكرة القطرية كان ضمن الخيارات الفنية للشامى خلال الفترة الماضية، حيث تم التواصل معه قبل مواجهتي طاجيكستان والسعودية، ليقوم بالاعتذار عن التجمع بسبب ظروفه الخاصة، كما قام الجهاز الفني بقيادة المدرب جمال سلامي بالتواصل معه مجددا منذ استلامه المهمة، مؤكداً أنه ضمن خياراتهم للمرحلة المقبلة. وأضاف البيان، يوضح الاتحاد، أنه قام بإرسال كتاب الاستدعاء الرسمي بناء على اختيارات مدرب الشامى لألعاب عمر صلاح لمواجهة الكويت وفلسطين في أيلول المقبل، ليتفاجأ الاتحاد بقيام اللاعب بالامتناع عن تمثيل المنتخب بكتاب خطي، عازيا السبب لعدم تواجده بالتجمعات السابقة.

## السلط في رحلة العودة إلى المنافسة في دوري الأبطال الآسيوي

أكد المدير الفني للمنتخب الوطني للتايكواندو فارس الصفا، أن حصول المنتخب على ميدالية فضية في أولمبياد باريس، التي اختتمت أخيرا عن طريق اللاعب زيد مصطفي، يؤكد تفوق التايكواندو الأردنية في العالم. وأشار الصفا في تصريح وكالة الأنباء الأردنية (بترا) إلى أن استمرارية منتخب التايكواندو في حصد الميداليات في أولمبياد ريو 2016 و2020 وطوكيو 2021 وباريس 2024 يؤكد أن هذه اللعبة تعد سلة الميداليات الأردنية في البطولات الكبرى، كما أنها تضاعف من مسؤوليتنا نحو مزيد من التقدم. وقال إن اتحاد التايكواندو يواصل وضع الخطط الاستراتيجية لمواصلة الحفاظ على الق اللعبة بحثا عن مزيد من الإنجازات في الفترة المقبلة، لافتا إلى وجود مواهب في الأردن قادرة على الضي قدما وحمل الراية لسنوات مقبلة.

## دورة تنافسية في بطولة العالم للمصارعة

عقدت اللجنة الأولمبية الأردنية، وبالتعاون مع الاتحاد الأردني للمصارعة دورة تنافسية، بالتغذية الصحية وإعداد الطعام الصحي للرياضيين. وشارك في الدورة 12 طاهيا من 7 فئات تستضيف الوفود الرياضية التي ستشارك في بطولة العالم للمصارعة تحت 17 عاما والتي يستضيفها الاتحاد الأردني للمصارعة في عمان، بداية الأسبوع المقبل. وقدم أخصائي التغذية في مركز الإعداد الأولمبي التابع للجنة الأولمبية الدكتور محمد الخطيب، محاضرات للمشاركين حول التغذية الصحية وكيفية إعداد الطعام الصحي للرياضيين، ولاسيما خلال إقامتهم في المنافسات الرياضية؛ مما يساعد بانجاح الأحداث الرياضية ويجنب الرياضيين أي مشاكل قد تنجم عن تناولهم طعام غير صحي. وتهدف الدورة إلى تزويد المشاركين بالمعرفة والمهارات اللازمة لتصميم برامج غذائية مناسبة للرياضيين في مختلف المستويات الرياضية.

## صدامات قوية للهلال والنصر والعين في دوري النخبة الآسيوي

أسفرت قرعة دوري النخبة الآسيوي في نسختها الأولى، التي أجريت ظهر الجمعة، في العاصمة الماليزية كوالالمبور، عن صدامات مثيرة بين عمالقة القارة بمنطقة الغرب. وأجرى الاتحاد الآسيوي، مجموعة تعديلات على نظام البطولة، لتقتصر على مشاركة أقوى 24 فريقا في القارة، 12 من الغرب، ومثلها من الشرق. ويلعب كل فريق مع 8 منافسين فقط من مجموعته بالدور الأول، 4 مباريات على أرضه، ومثلها خارج أرضه، بينما لن يواجه 3 فرق. وفيما يلي مباريات كل فريق وفقا لما أسفرت عنه القرعة:

بيرسبوليس الإيراني داخل أرضه: باختاكور والشرطة والنصر والغرافة خارج أرضه: السد والهلال والريان والأهلي الهلال السعودي داخل أرضه: بيرسبوليس والشرطة والاستقلال والغرافة خارج أرضه: السد والعين والريان والأهلي الشرطة العراقي داخل أرضه: باختاكور والعين والنصر والوصل خارج أرضه: بيرسبوليس والهلال والاستقلال والأهلي العين الإماراتي داخل أرضه: السد والهلال والريان والأهلي خارج أرضه: باختاكور والشرطة والنصر والغرافة النصر السعودي داخل أرضه: السد والعين والريان والوصل خارج أرضه: بيرسبوليس والهلال والاستقلال والأهلي بيرسبوليس والشرطة خارج أرضه: باختاكور والشرطة والنصر والغرافة

الريان القطري داخل أرضه: بيرسبوليس والهلال والاستقلال والأهلي خارج أرضه: باختاكور والعين والنصر والوصل الهلال القطري داخل أرضه: بيرسبوليس والعين والنصر والوصل خارج أرضه: باختاكور والعين والنصر والوصل الهلال القطري داخل أرضه: بيرسبوليس والهلال والاستقلال والأهلي بيرسبوليس والهلال والوصل الإماراتي داخل أرضه: السد والهلال والريان والأهلي خارج أرضه: باختاكور والشرطة والنصر والغرافة

## فليك يحشد القوة الضاربة لبرشاونية في مواجهة فالنسيا



©2024 kooora.com

استقر هانزي فليك المدير الفني لفريق برشلونة على التوليفة التي سيخوض بها مباراة فالنسيا السبت في الجولة الأولى من الدوري الإسباني. وكشفت صحيفة سونو ديپورتيفو الكتالونية ملامح تشكيل البارسا حيث سيهتمد فليك على خطة 4/2/3. وسيحتفظ الألماني مارك أندريه تيرشيتجن بمكانه في حراسة الرمي أمامه رباي الدفاع كوندو وكوبارسي وإيريك جارسيا وبالدو. وفي الوسط يتواجد ثنائي الارتكاز اندريس كريستنس واللاعب الواعد مارك كاسادو. وتضم المحاور الهجومية لامين يامال يميناً ورافينيا يساراً مع الكاي جوندوجان في العمق أمامهم رأس الحرية روبرت ليفاندوفسكي. يذكر أن برشلونة سيحل ضيفا على فالنسيا في ملعب ميستايا بأول اختبار رسمي لمدربه الجديد هانزي فليك الذي تولى المسؤولية خلفا لتشاي هيرنانديز.

## الجمعية بجمعية ديربي الشمال على حساب الكويت

عقدت اللجنة البارالمبية الأردنية، اجتماعا مع الوفد الذي سيشارك في "بارالمبيك 2024" المقرر إقامتها في فرنسا، من 28 آب الحالي وتستمر حتى 8 أيلول المقبل، حيث يشارك الأردن ببعثتي "رفع الأثقال ودفع الكرة الحديدية". وتحلل الاجتماع الذي حضره رئيس اللجنة البارالمبية الأردنية الدكتور حسين أبو الرز، ولاعبو ولاعبات البعثة وأجهزتهم الفنية، شرحا مفصلا للتعليمات المتعلقة بالمشاركة في "بارالمبيك باريس". وقال رئيس البعثة الأردنية إبراهيم الحليق، إن البعثة على ثقة كاملة بقدرة اللاعبين على تمثيل الأردن في المحفل العالمي والذي يتكرر كل 4 سنوات، مؤكدا أن جميع اللاعبين واللاعبات بذلوا جهدا كبيرا للوصول إلى هذا الحدث المنتظر. وتضم البعثة: "داود شحاده، أحمد حياصات (معالجا)، وآلاء عصفور (إدارية)، وعيسى هلال (المدير الفني لمنتخب الأثقال)، وأحمد أبو مساعد، والمدير الفني للمنتخب الوطني لألعاب القوى، محمد الحراسيس، واللاعبين أحمد هندي، دفع الكرة الحديدية، والأثقال (عمر قرادة وزن 49 كيلوغرام) ومحمد الشنيطي (وزن 54 كيلوغرام) وعبد الكريم خطاب (97 كيلوغرام) ومعتز الجنيدي (107 كيلوغرام) وجميل الشبلي (107 كيلوغرام)، بالإضافة إلى أسماء عيسى (وزن 79 كيلوغرام) وضروة الحجاج (وزن 86 كيلوغرام).

## على طريق بطولة الأبطال في دوري الأبطال الآسيوي



يستهل مانشستر يونايتد، مشواره في الدوري الإنجليزي الممتاز، الجمعة، بمواجهة فولهام، على ملعب أولد ترافورد، ضمن منافسات الجولة الافتتاحية. ويدخل اليوناييتد، المباراة، بعدما أبرم 4 صفقات مميزة في سوق الانتقالات، أحدثها الثنائي ماتياس دي ليخت ونصير مزراوي من بايرن ميونخ. لكن المان يونايتد فشل في مستهل المباركات، في ضم المدافع الفرنسي جان كلير توديو من نيس، لينتقل بعدها بفترة إلى وست هام.

## كوبري الميركاتو

إصرار اليوناييتد على ضم توديو في بداية فترة الانتقالات، قابله رفض صارم من الاتحاد الأوروبي، لإبرام هذه الصفقة. وجاء رفض اليويفا بسبب ارتباط النادي بمالك واحد، هو الملياردير البريطاني جيم راتكليف، وهو ما اعتبره الاتحاد القاري مخالفا للوائح. وأعلن راتكليف هذا الأمر بنفسه، إذ قال "قالوا إنه يمكننا بيع توديو إلى فريق آخر في الدوري الإنجليزي، لكن لا يمكننا بيعه إلى اليوناييتد، هذا ليس عادلا بالنسبة للاعب، ولا أرى ما الذي سيحققه هذا القرار". وبالفعل، قام نيس بنقل لاعب برشلونة السابق إلى ناد إنجليز آخر بعد شهر ونصف، بعدما كان في طريقه إلى يوفنتوس قبل تحويله إلى الهامرز بشكل مفاجئ. لكن هذه الخطوة المفاجئة تفتح باب الشك حول كواليس الصفقة والفرص من ورائها، خاصة بعدما أتم اللاعب، اتفاه مع اليويفا، قبل أن يغير رأيه فجأة بالانتقال لوست هام. وقد يُكتشف لاحقا أن انتقال توديو إلى وست هام، ما كان إلا مجرد "كوبري" لنقله لاحقا إلى الشياطين الحمر بعد موسم يكتسب خلاله خبرات البريميرليج، بدلا من الذهاب إلى أجواء مختلفة في الدوري الإيطالي. وربما لجأ راتكليف لهذا الحل الخبيث، للتحايل على قواعد اليويفا، التي حالت دون نقل اللاعب مباشرة إلى ملعب أولد ترافورد.

## على طريقة الأهلي

ربما تكون هذه الحيلة، جديدة على مانشستر يونايتد، لكنها عادة ما لوفة في بعض البلدان، وعلى رأسها مصر، وبالتحديد في النادي الأهلي. وسبق للأهلي، إبرام صفقات معقدة في السنوات الماضية عبر حيلة "الكوبري"، والتي تعتمد على جلب عرض خارجي للاعب المستهدف، قبل إعادته إلى مصر مجددا من بوابة الأهلي بعد أشهر معدودة. وغالبا ما تكون هذه الصفقات بين الأهلي ولاعب ينشط ضمن صفوف غريمه الزمالك، الذي يصعب عليه بيع أحد نجومه لمنافسه المباشر. ولهذا السبب، لجأ الأهلي مرارا لحيلة "الكوبري"، مثلما حدث مع محمود كبريا، الذي رحل عن الزمالك صوب ديسبورتيفو أفيش البرتغالي في يوليو/تموز 2019، قبل الانتقال للأهلي بعد 5 أشهر فقط. ورأى البعض أن هذا السيناريو تكرر أيضا مع إمام عاشور بنقله إلى ميتلاند الدنماركي في شتاء 2023، قبل إعادته إلى مصر من بوابة الأهلي بعد 7 أشهر فقط. وسبق لمحمد عبد الوهاب عضو مجلس إدارة الأهلي السابق، الاعتراف مؤخرا بتدخله المباشر في مثل هذه الأمور، عبر جلب عروض أوروبية للاعبين من الزمالك، إما للتخلص منهم أو نقلهم لاحقا للقلعة الحمراء. ولم تقتصر كبريا الأهلي على لاعبي الزمالك، بل إنه سبق له العمل بهذه الطريقة لضم لاعبين من الإسماعيلي، عند الفضل في إقناع الدراويش ببيعهم، وهو ما حدث مع عمرو السولية وسيد معوض وجون أنطوي.