

## قرار أممي يطالب إسرائيل بإنهاء احتلال أراضي فلسطين خلال عام



وغيرها من الممتلكات غير المنقولة، وجميع الأصول التي تم الاستيلاء عليها منذ بدء احتلالها عام ١٩٦٧. كما ينص القرار على السماح لجميع الفلسطينيين الذين نزحوا أثناء الاحتلال والعودة إلى أماكن إقامتهم الأصلية، وعدم إعاقة الشعب الفلسطيني عن ممارسة حقه في تقرير المصير بما في ذلك حقه في إقامة دولة مستقلة ذات سيادة على كامل أرضه المحتلة. يذكر أن الرأي الاستشاري لمحكمة العدل الدولية، الذي طلبته الجمعية العامة، والصادر في تموز الماضي، أكد أن استمرار وجود إسرائيل في الأرض الفلسطينية المحتلة غير قانوني، وطالبت بإنهاء هذا الوجود بأسرع ما يمكن.

### نيويورك

اعتمدت الجمعية العامة للأمم المتحدة الأربعاء، قراراً يطالب بأن تنتهي إسرائيل وجودها غير القانوني في الأرض الفلسطينية المحتلة، خلال ١٢ شهراً تماشياً مع فتوى محكمة العدل الدولية. وأيد القرار ١٢٤ دولة فيما صوتت بالامتناع ٤٣ دولة، وعارضت القرار ١٤ وهي الأرجنتين، وتشيكيا، وفيجي، وهنغاريا، وإسرائيل، وسلاوي، ونارو، ومكرونيزيا، وبالاو، وبابا غينيا الجديدة، والبراغواي، وتونغو، وتوفولو، والولايات المتحدة الأمريكية. وينص القرار الذي تقدم به الأردن على ضرورة أن تمتثل إسرائيل دون إبطاء لجميع التزاماتها بموجب القانون الدولي، بما في ذلك على النحو الذي تنص عليه محكمة العدل الدولية، وأن تقوم بحسب جميع قواتها من الأرض الفلسطينية المحتلة، وإنهاء سياساتها وممارساتها غير القانونية، بما في ذلك التوقف الفوري لجميع الأنشطة الاستيطانية الجديدة وإجلاء جميع المستوطنين من الأرض الفلسطينية المحتلة، وتفكيك أجزاء الجدار الذي شيدته، وإعادة الأراضي

## رئيس الوزراء يستقبل رئيس مجلس الأعيان



### عمان

استقبل رئيس الوزراء الدكتور جعفر حسان في مكتبه برئاسة الوزراء الخميس، رئيس مجلس الأعيان فيصل الفايز الذي قدم التهنئة بمناسبة صدور الإرادة الملكية السامية بتشكيل الحكومة الجديدة. وأكد رئيس الوزراء ورئيس مجلس الأعيان

### عمان

خلال اللقاء أهمية التعاون والتنسيق الوثيق بين الحكومة ومجلس الأمة فيما يتعلق بالتشريعات وتحديد المرتبطة بمشروع التحديث الشامل الذي يقوده جلالة الملك عبدالله الثاني. كما أكد أهمية تكامل الجهود بين جميع المؤسسات لإنجاح مشروع التحديث الشامل، بمسارته الثلاثة السياسية والاقتصادي والإداري.

## الأمن العام: القبض على شخص قتل والدته وشقيقته في عين الباشا

### عمان

ألقيت الأجهزة الأمنية القبض على شخص أقدم على إطلاق العيارات النارية وقتل والدته وشقيقته في منطقة عين الباشا. وقال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، إنه أقدم عصر أحد الأشخاص على إطلاق النار على والدته وشقيقته إثر خلافات عائلية أثناء وجودهم داخل منزلهم في منطقة عين الباشا، وما لبثت والدته وأحد شقيقاته أن فارقتا الحياة، فيما أسعفت شقيقته الأخرى للمستشفى وهي قيد العلاج، ولاذ بعد ذلك بالفرار. وأكد الناطق الإعلامي أن فريقاً تحقيقياً من إدارة البحث الجنائي تولى متابعة الشخص والبحث عنه وجرى تحديده مكانه في أحد المراكز الحدودية أثناء محاولته مغادرة البلاد وألقي القبض عليه وبدأت التحقيقات معه.

## الأمن العام تحتفل بتخريج دورة إعداد وتأهيل المستجدين

### عمان

رعى مدير الأمن العام اللواء الدكتور عبيدالله المعايطة تخريج دورة إعداد وتأهيل المستجدين في مدرسة تدريب قوات الدرك/ الكفريين. وابتدأت مراسم التخريج بالسلام الملكي، وتفقد طابور الخريجين، الذي تقدم من أمام المنصة بنظام المسيرين البطيء والعادي. وأظهر الخريجون مهارة عالية في الأداء عكس المستوى التدريبي المتقدم الذي خضعوا له خلال فترة الإعداد والتدريب، مرددين قسم الوفاء والإخلاص للوطن والملك والدستور، وأداء واجباتهم بأمانة وإخلاص. وتلقى الخريجون خلال الدورة مساقات علمية وعملية، وتطبيقات ميدانية، وفق نهج تدريبي يلبس الاحتياجات الأمنية والإنسانية التي تضطلع المديرية بتوفيرها خدمة للمجتمع، ليلتحقوا بركب زملائهم في ميادين الشرف والبطولة، بعد أن تسلحوا بالعلم والمعرفة. وفي نهاية التخريج الذي حضره عدد من كبار ضباط مديرية الأمن العام، وذوو الخريجين وزَّع اللواء المعايطة الشهادات والجوائز التقديرية على مستحقيها.

## يوم طبي مجاني للبر والإحسان في قسبة معان

### عمان

تنظم حملة البر والصندوق الأردني الهاشمي للتنمية البشرية (جهد) ضمن برنامج لمدة شفاء الجمعة يوماً طبياً مجانياً في مدينة معان، وبحسب بيان الحملة، الخميس، تبدأ فعاليات اليوم الطبي، الذي ينظم بالتعاون مع غرفة تجارة معان ومستشفى معان الحكومي ومركز الشامي للعيون، الساعة العاشرة والنصف صباحاً في المستشفى الميداني في المدينة. وتتضمن الفعالية الطبية تقديم خدمات استشارية وعلاجية للمرضى من خلال ١٢ عيادة اختصاص رئيسية تشمل الباطنية والقلب، العيون، الأنف والأذن والحنجرة، الجلدية، الصدرية، العظام، الروماتيزم والمفاصل، المسالك البولية، الأعصاب، النسائية، والأسنان من خلال العيادة المتنقلة للحملة، إضافة إلى إجراء فحوصات الضغط والسكري للمراجعين، وصرف الأدوية المجانية لهم.

## البنك المركزي الأردني يخفض أسعار الفائدة ٥٠ نقطة أساس

### عمان

أكدت لجنة عمليات السوق المفتوحة في البنك أن قرار تخفيض أسعار الفائدة جاء في ضوء تحقيق السياسة النقدية لأهدافها الرسومية كما تعكسه المؤشرات النقدية، ومن أبرزها الحفاظ على قوة الدينار معززاً بارتفاع الاحتياطيات الأجنبية لدى البنك المركزي من ١٨ مليار دولار في شهر آذار ٢٠٢٢ إلى مستوى غير مسبق بلغ ٢٠ مليار دولار في نهاية شهر آب ٢٠٢٤، وهو ما يكفي لتغطية مستوردات المملكة من السلع والخدمات لمدة ٨,٧ شهر، وانخفاض معدل الدورلة من ١٩,٤ بالمئة في شهر آذار ٢٠٢٢ إلى ١٨,٥ بالمئة في نهاية شهر تموز ٢٠٢٤، فضلاً عن انخفاض

## الصحة العالمية: الأردن الأول عالمياً في القضاء على الجذام

### عمان

احتفلت وزارة الصحة بالقضاء رسمياً على مرض الجذام باعتباره منظمة الصحة العالمية التي قالت "إن الأردن هو الدولة الأولى عالمياً في القضاء على هذا المرض". وقالت المنظمة إنه تم التحقق رسمياً من أن الأردن هو أول دولة في العالم يقضي تماماً على الجذام، ويُمثل هذا الإنجاز المهم حقبة جديدة من الجهود العالمية في مجال الصحة العامة. وكان وزير الصحة الدكتور فراس الهواري، تسلم رسالة من مدير عام منظمة الصحة العالمية الدكتور تيدروس أدهانوم غيبريسوس، جاء فيها "تهنئ منظمة الصحة العالمية الأردن على هذا الإنجاز الهائل، فالجذام يصيب البشرية منذ آلاف السنين، لكننا الآن نوقف انتقال هذا المرض في بلدان العالم بلداً تلو الآخر، ونحرر الأفراد والأسر والمجتمعات من معاناته". وقال غيبريسوس في الرسالة "في إطار متابعة التحقق من القضاء على الجذام، كلفت المنظمة فريقاً مستقلاً بتقييم هذا الوضع، وبعد مراجعة مستفيضة، أوصى فريق التحقق بأن تعترف المنظمة بالقضاء على الجذام في الأردن". وأكد الهواري لدى تسلمه الرسالة من قبل ممثل المنظمة في الأردن الدكتور جميل الراعي، خلال حفل نظمته الوزارة اليوم الخميس في منتدى الصحة الأردني، "تفخر وزارة الصحة بالتقدم المحفوظ الذي حققه الأردن في مكافحة مرض الجذام، على مدار أكثر من عقد من الزمان، لم يتم الإبلاغ عن أي حالة جديدة من المرض في المجتمع المحلي، ما يبرز النجاح في معالجة هذا المرض".

## الأهلي يصعق شباب الأردن في الرmq الأخير



## تنتقلات بين عدد من قضاة الشرع الشريف

### عمان

قرر المجلس القضائي الشرعي إجراء تنتقلات بين ٤٤ من أصحاب القضاة قضاة الشرع الشريف اعتباراً من الأحد المقبل. وشملت التنتقلات نقل رياض قاسم محمد دويري مفتش المحاكم الشرعية قاضياً في محكمة استئناف عمان الشرعية، وعماد محمود سالم السرحان عضو محكمة استئناف عمان الشرعية مفتشاً للمحاكم الشرعية، والدكتور جعفر محمد عبدالقادر الصرايرة مفتش المحاكم الشرعية قاضياً في محكمة استئناف معان الشرعية، وجميل فهد نوران الجبور قاضي محكمة الجيزة الابتدائية الشرعية قاضياً في محكمة ناعور الابتدائية الشرعية للنظر في قضايا كان ينظرها الدكتور عدنان توفيق أحمد المساعدة وتكليفه بالأعمال الإدارية إضافة إلى عمله. وشمل القرار نقل خطاب إسمايل فلاح عربيات القاضي في مديرية التركات وشؤون القاصرين والحراسة القضائية مفتشاً للمحاكم الشرعية، والدكتور فراس يوسف احمد العنابنة قاضي محكمة اربد الابتدائية الشرعية /التنفيذ الشرعية /المحاكم الشرعية، ومحمد موسى محمد بني عواد قاضي محكمة اربد الابتدائية الشرعية /القضايا قاضياً في محكمة اربد الابتدائية الشرعية /التنفيذ، وتكليف قاضي محكمة الرصيفة الابتدائية الشرعية /القضايا علي فايز عبدالرحمن بني فواز بأعمال التنفيذ في محكمة الرصيفة الابتدائية الشرعية /التنفيذ إضافة إلى عمله، ونقل ملاذ سعود محمد أبو رمان قاضي محكمة السلط الابتدائية الشرعية قاضياً في محكمة عين الباشا الابتدائية الشرعية للنظر في قضايا كان ينظرها الدكتور علي رضوان فرج الزبيدي.



# ما هو "المرض X" ولماذا يشعر الخبراء بالقلق من انتشاره؟

ما تزال السلطات الصحية في جميع أنحاء العالم تتعلم من دروس جائحة "كوفيد-19"، وتحاول تحديد أفضل طريقة لمنع حدوث وباء جديد.

ويبدأ العديد من الباحثين في الإشارة إلى العامل التالي الذي يسبب مرضا جماعيا حول العالم باسم "المرض X". ويحدد بيان صادر عن منظمة الصحة العالمية في عام 2022 المصطلح بهذه الطريقة، "يستخدم المرض X للإشارة إلى عامل ممرض غير معروف يمكن أن يسبب وباء دوليا خطيرا".

وقال توماس روسو، خبير الأمراض المعدية في كلية الطب والعلوم الطبية الحيوية بجامعة Buffalo Jacobs، إنه بالنظر إلى ما شهده العالم عندما ظهر "كوفيد-19" من أهم لخبراء وعلماء الأمراض المعدية أن يراقبوا التهديدات الجديدة باستمرار.

وقال روسو: "كان مفهوم المرض X أحد الدروس التي تعلمناها من هذا الوباء. وبينما تكسر البشرية الحواجز بين البشر والأنواع الأخرى من خلال أسواق الحيوانات الحية وإزالة الغابات، نحتاج إلى مراقبة ودراسات مستمرة وتحسين الأمن البيولوجي في جميع أنحاء العالم".

وأوضح أن مثل هذا الاتصال الوثيق بالحياة البرية يخلق ظروفها يبدأ فيها الفيروس الذي أصاب الحيوانات فقط حتى الآن، في إصابة البشر بالمرض.

ولكن تكون واضحين. لا يعرف العلماء حتى الآن نوع الفيروس الذي قد يسبب الوباء التالي، أو بعبارة أخرى، ما هو المرض X الذي سيتحول إليه. وقال روسو إن الكثير



من الناس يعتقدون أنه يمكن أن يكون فيروسا تاجيا - مثل SARS-CoV-2، الذي يسبب مرض "كوفيد-19" - أو سلالة جديدة من الإنفلونزا.

وأضاف، "ولكن يمكن أن يكون جديدا تماما. لا توجد طريقة لمعرفة متى سيظهر

المرض X، ولا يمكننا إجراء أي تخمينات مدروسة حول مدى فئته". ولكن بالنظر إلى ما شهد العالم في

عامي 2020 و 2021 قبل توزيع اللقاحات ضد "كوفيد" على نطاق واسع، فمن الأهمية بمكان أن نظل متيقظين للأمراض المثيرة

للقلق التي تظهر. وقال روسو، "عندما تواجه أزمة، فإننا نوجه الموارد والطاقات والاهتمام إليها. وبعد ذلك تبدأ تلك الأزمة في الانحسار. نقول إننا سنتأكد من عدم تكرار هذا الأمر مرة أخرى، ولكن بعد ذلك، حتما، نتخطى عن حذرنا تماما".

وللحد من الضرر الذي قد يسببه المرض X، يتعين على المسؤولين وصناع السياسات الاستمرار في التركيز على منع الوباء التالي. وقال الدكتور روسو، "يحتاج المرء إلى مواصلة البحث والتمويل الطبي الحيوي والحفاظ على استمرار ذلك فيما يتعلق ببيولوجيا ما نسميه بالعوامل التكنولوجية".

وقال إن هذه العوامل التكنولوجية هي أي عوامل يتوقع العلماء أنها يمكن أن تسبب مرضا وموت جماعي في المستقبل، مثلما فعل "كوفيد-19" عندما ظهر لأول مرة. وأضاف، "يقدر معظم الناس الآن أن هناك احتمالا لوقوع جائحة أخرى، ولكن ليس هناك الكثير مما يمكنهم فعله حيال ذلك".

ومع ذلك، قد يكون من مصلحة الفرد محاولة تحسين صحته حتى يكون مستعدا قدر الإمكان عندما يضرب الوباء التالي، من خلال ممارسة الرياضة والحفاظ على وزن صحي والتخلص من أي عادات نمطية تجعلك أكثر عرضة للإصابة بالأمراض. مثل التدخين.

بالإضافة إلى ذلك، يجب على الناس مراقبة الأخبار والاستماع إلى النصح المقدمة من السلطات الصحية ذات السمعة الطيبة.

## ماذا يحدث عند الإقلاع عن الكافيين؟



يمتص جسم الإنسان مادة الكافيين بسرعة وتصل إلى ذروة تأثيرها خلال ساعتين، على الرغم من أن خروجها من الجسم قد يستغرق نحو تسع ساعات.

ويتميز الكافيين بأنه قابل للذوبان في الماء والدهون، لذلك فهو يدخل إلى جميع أنسجة الجسم، ما يفسر تأثير الكافيين على العديد من أجزاء الجسم المختلفة.

ويشخصل ألا يستهلك البالغون أكثر من 400 ملغم من الكافيين يوميا (حوالي أربعة فناجين من القهوة)، خاصة أن استهلاك كمية أكبر قد يؤدي إلى ارتعاش العضلات والغثيان والصداع وخفقان القلب وحتى الموت (في الحالات القصوى).

وإذا كنت تفكر في التخلي عن الكافيين وتساءل عن الفوائد التي قد يقدمها، فإليك ما يقوله البحث:

### وظيفة الدماغ

يمكن أن يسبب انسحاب الكافيين الصداع والتعب والإرهاق، وذلك لأن الجسم يطور القدرة على تحمل الكافيين.

ويرتبط الكافيين بمستقبل في الدماغ يستخدمه الأدينوزين، ويؤدي ارتباطه بهذه المستقبلات إلى تأخير ظهور التعب في الجسم. ولكن مع مرور الوقت، تنتج خلايا الدماغ المزيد من مستقبلات الأدينوزين لتمكين الارتباط الطبيعي للأدينوزين.

لذلك، عندما تتوقف عن تناول الكافيين، تكون هناك مستقبلات الأدينوزين الزائدة التي يجب الارتباط بها. وهذا يسمح للتعب والإرهاق بالظهور كالعادة، حيث يشعر الشخص بالتعب أكثر من ذي قبل. ويحدث الصداع نتيجة

لللعاب الذي تنتجه، والذي يحمي أسناننا عادة من التلف. الذهاب إلى المرحاض بشكل أقل يؤثر الكافيين على العضلات المساء في الأمعاء، وخاصة في القولون، ما يؤدي إلى انقباضها وتضييق الرغبة في التبرز. ويمكن للكافيين أيضا أن يغير قوام البراز، خاصة إذا كنت تشربه كثيرا، لأنه يؤثر على امتصاص الماء.

وقد يؤدي تقليل تناول الكافيين إلى تقليل الرغبة في التبرز، وقد يتغير قوام البراز. ويعمل الكافيين أيضا كمدد خفيف للبول، لأنه يربط مستقبلات الأدينوزين في الكلى، ما يغير كيفية تبادل الصوديوم، ما يؤثر على احتباس الماء.

وإذا كنت تفكر جديدا في إزالة الكافيين من نظامك الغذائي، فإن أفضل طريقة للقيام بذلك هي تدريجيا. التقرير من إصداق آدم تايلور، أستاذ ومدير مركز تعلم التشريح السريري، جامعة لانكستر.

المريء، ما يؤدي إلى حرقة المعدة وعسر الهضم. وقد يؤدي الإقلاع عن الكافيين أيضا إلى خفض ضغط الدم وتقليل معدل ضربات القلب، على الرغم من أن دراسات أخرى أظهرت تغيرا طفيفا.

ويبدو أيضا أن هناك مكونا وراثيا لتحمل الكافيين والتمثيل الغذائي. وقد يعني هذا أن بعض الأشخاص يتأثرون بالكافيين أكثر من غيرهم، على الرغم من أن هناك حاجة إلى مزيد من البحث حول هذا الرابط.

إبتسامة أكثر إشراقا قد يحسن التوقف عن الكافيين بياض أسنانك، ليس بسبب الكافيين مباشرة، ولكن لأن الشاي والقهوة يحتويان على مركبات تصيب الأسنان. ويمكن أن يسبب السكر الموجود في مشروبات الطاقة أيضا ضررا لأسنانك. وتشير الأدلة أيضا إلى أن المشروبات التي تحتوي على الكافيين قد تقلل من كمية

لغياب الكافيين. ففي الرأس والرقبة، يتسبب الكافيين في تضيق الأوعية الدموية، ما يقلل من تدفق الدم إلى الدماغ.

وعند التوقف عن شرب الكافيين، بعد حوالي 24 ساعة، يؤدي ذلك إلى عودة الأوعية الدموية إلى وضعها الطبيعي، ما يسبب زيادة في تدفق الدم إلى الدماغ ويسبب الصداع.

ويؤثر الكافيين حقا على النوم فقط عند تناوله في وقت متأخر بعد الظهر وفي المساء. وذلك لأن الكافيين يؤخر إطلاق الميلاتونين (الهرمون الذي يجعلنا نمتنعين) لمدة 40 دقيقة.

صحة القلب والأوعية الدموية قد يعالج تقليل الكافيين أو التخلص منه حرقة المعدة وعسر الهضم، حيث يحفز الكافيين إفراز الحمض في المعدة ويضعف العضلة العاصرة للمريء، التي تتحكم في ارتداد محتويات المعدة إلى

## ما الذي يحدث لعقلك عند تصفح وسائل التواصل الاجتماعي بعد الاستيقاظ مباشرة؟



أسبحت الهواتف الذكية جزءا لا يتجزأ من حياتنا اليوم لدرجة أننا نفتحها مباشرة عندما نستيقظ من النوم.

وعلى الرغم من أن هذا قد يبدو أمرا طبيعيا ولا ضرر فيه، إلا أن هذه الممارسة ليست جيدة للعقل. وفقا لعائلة أخصاب، والتي أوضحت بالضبط ما يحدث لعقلك عندما تتصفح وسائل التواصل الاجتماعي أول شيء في الصباح.

وشرحت إميلي ماكديونالد، التي تدرس الدماغ لسنوات وتعمل حاليا للحصول على درجة الدكتوراه في علم الأعصاب، الضرر الناجم عن تصفح وسائل التواصل الاجتماعي أول شيء في الصباح في مقطع فيديو على "تيك توك" انتشر بشكل واسع وحصد أكثر من مليون مشاهدة.

وفي البداية، شاركت عائلة الأعصاب معلومات دلتا، وديتا، وألفا، وبيتا، وغاما.

وأوضحت إميلي، عبر حسابها الشخصي والذي يحمل اسم @emonthebrian، "أول شيء يجب أن نعرفه هو أنه عندما نستيقظ في الصباح، تنتقل موجات دماغنا من دلتا، وبيتا، وألفا، ثم إلى بيتا عندما تكون أكثر استيقاظا وانتباها".

وهناك مشكلات أخرى أيضا توضحها عائلة الأعصاب، "أن التوقف عن وسائل التواصل الاجتماعي أول شيء في الصباح يؤدي أيضا إلى زيادة الدوبامين وتقليل مستويات الدوبامين الأساسية لديك، ما يجعلك تستمر في الرغبة في التحقق من وسائل التواصل الاجتماعي طوال بقية اليوم".

وغالبا ما يرتبط الدوبامين، أو ما يسمى بهرمون السعادة، بالنشطة مثل الجنس أو تناول الطعام. ويمكن أن يصبح مسببا للإدمان، والشعور المتع هو شيء نشعر به عندما يحب الأشخاص منشورنا على وسائل التواصل الاجتماعي. في حين أن الدوبامين يمكن أن يجعلنا نشعر بمزيد من الإيجابية، عندما تتخفف مستويات الدوبامين الأساسية لديك أو ترتفع كثيرا، فقد تتأثر صحتك العقلية نتيجة لذلك، لأنها مرتبطة بحالات مثل الاكتئاب.

وبدلا من ذلك، تقول إميلي إن أول شيء تقوم به هو "التوكيدات الصباحية" (وهي اختصارات أو عبارات سواء قصيرة أو طويلة تقولها أو تقرأها أو تفكر فيها لتضع نفسك وعقلك في حالة عاطفية جيدة وإيجابية) لزيادة "نشاط موجة بيتا وألفا الدماغية، مشيرة إلى أن ذلك يزيد من قدرتنا على التعلم وتذكر الأشياء".

وواصلت إميلي مشاركة الخطوات الأخرى من روتينها الصباحي، والتي تشمل التمرين الرياضي، حيث قالت، "التمرين الصباحي هو المفتاح. تزيد التمارين الرياضية من الدوبامين والنورإبينفرين والأندوكانابينويدات، بحيث تحصل على الطاقة والتركيز والتحفيز وتعزيز الزواج لبقية يومك".

مضيفة، "تعمل التمارين الرياضية أيضا على تعزيز تدفق الدم والأكسجين إلى الدماغ، لذا فهي أفضل طريقة للاستيقاظ".

وتابعت، "أنا أيضا أدخل ضوء الشمس إلى عيني كل صباح لتنظيم إيقاع الساعة البيولوجية (ساعة الجسم). إذا كان الجو قاتما في الخارج فسأقوم بالعلاج بالضوء الأحمر".

وتتمثل الخطوة الأخيرة في روتينها اليومي في التأمل. وتقول إميلي، "يحتوي التأمل على قائمة واسعة من الفوائد الصحية بالإضافة إلى تحسين التركيز والإنتاجية".

# زيادة في الوزن وشعور بالبرد مؤشرات على "المرض الخفي"



تعتبر زيادة الوزن والشعور بالبرد طول فترة فصل الشتاء أمرا لا مفر منه، لكن الخبراء يقولون إن هذه قد تكون علامات على وجود ما وصفوه بـ "حالة مرضية غير مرئية".

هناك هذه الأعراض مترافقة مع حالة من الاكتئاب والتعب يمكن أن تكون إشارة لوجود قصور في الغدة الدرقية حيث لا تنتج ما يكفي من الهرمونات.

وقال المتحدث باسم هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية، "أعراض قصور الغدة الدرقية غالبا ما تكون مشابهة لأعراض الحالات الأخرى، وصادة ما تتطور ببطء، لذلك قد لا تلاحظها لسنوات".

بدون علاج، يمكن أن تزيد الحالة من خطر الإصابة بأمراض القلب لأن انخفاض مستويات هرمون الغدة الدرقية يمكن أن يزيد من مستويات الكوليسترول في الدم.

ويمكن أن يؤدي قصور الغدة الدرقية أيضا إلى تضخمها.

وإذا تركت دون علاج أثناء الحمل، يمكن أن تزيد من خطر الإصابة بتسمم الحمل وفقر الدم لدى الأم والولادة المبكرة.

والطريقة الدقيقة الوحيدة لمعرفة ما إذا كنت تعاني من مشكلة في الغدة الدرقية هي إجراء فحص دم يفحص مستويات الهرمون.

تشمل أعراض قصور الغدة الدرقية أيضا، إمساك، بطء الحركات، الآلام في العضلات، الجلد الجاف، آلام وتعب واحساس بالخز في اليد والأصابع.

## موسم نزلات البرد أطعمة تخفف من "انسداد الأنف"



في موسم نزلات البرد تعتبر مشكلة انسداد الأنف شائعة ومزعجة لكن من الممكن التغلب عليها بواسطة بعض العلاجات المنزلية.

فيما يلي بعض الأغذية التي تسهم في التخفيف من حدة المشكلة.

### الأناناس

واحد من أفضل المصادر الطبيعية لفيتامين سي، ولكن احذر من وجود السكر المضاف في حال جاءت إلى تناول الأناناس المعب لأنه يسهم في تفاقم الحالة الالتهابية.

### الثوم

الثوم مضاد للالتهابات ولليكتيريا وللفيروسات، مما يساعد على استهداف السبب الجذري لانسداد الأنف.

### العسل

بالإضافة إلى كونه محلياً طبيعياً لذيذاً، فالعسل يعتبر علاجاً طبيعياً شائعاً منذ آلاف السنين بفضل خصائصه المضادة للبكتيريا والتهابات والفيروسات والبكتيريا. بالإضافة إلى ذلك، فهو يحتوي على حمض الساليسيليك الذي يخفف الاحتقان.

### الزنجبيل

يمكن أن يساعد نقع الزنجبيل في الماء الساخن على تخفيف الجيوب الأنفية وتهدئة التهاب الحلق. يحتوي الزنجبيل على نسبة عالية من مضادات الهيستامين، والتي يمكن أن تكون مفيدة بشكل كبير إذا كان انسداد أنفك مرتبطاً بالحساسية.

### القليل الحار

الدراسات أظهرت أن الكابسيسين (المركب النشط في الفلفل الحار) يوهل تخفيفاً سريعاً وفعالاً لأعراض انسداد الأنف.

## الكثف المتجمدة واليد المخيلية.. دليل قوي على مرض "خطير"



أظهرت دراسة جديدة أن ارتفاع نسبة السكر في الدم دون علاج يمكن أن يسبب مشاكل مؤلمة مثل الكثف المتجمدة، ومتلازمة النفق الرسغي المؤلمة في المعصم، ومرض دووويتيرين، المعروف أيضاً باسم "اليد المخيلية".

ولطالما ارتبط ارتفاع نسبة السكر في الدم، بمشاكل في الساقين والقدمين مما يسبب في بعض الأحيان تقرحات مؤلمة يمكن أن تؤدي إلى بتر الأطراف.

الدراسة التي أجراها علماء في جامعة أكستر هي الأولى التي تقدم دليلاً على أن هذه المشاكل ناجمة بشكل مباشر عن ارتفاع نسبة السكر في الدم.

قام الباحثون بتحليل البيانات الجينية من 370 ألف مشارك في الدراسة.

ووجدوا أدلة قوية على أن أولئك الذين لديهم فرصة أكبر للإصابة بارتفاع نسبة السكر في الدم غير المنضبط، والمعروف باسم مرض سكر الدم، كانوا أكثر عرضة للإصابة بمشاكل في الأطراف العلوية.

وتشير الدراسة إلى أنه مع مرور الوقت، يؤدي ارتفاع السكر في الدم إلى زيادة مستويات مادة في الجسم تسمى (AGEs)، والتي تتشكل عندما تتحلل البروتينات والدهون والحمض النووي مع السكريات في مجرى الدم.

من المعتقد أن تراكم AGEs - الموجود في أيدي الأشخاص المسنين يعرض دووويتيرين وفي أكتاف الأشخاص الذين يعانون من الكثف المتجمدة، هو ما يسبب تلف وسماكة الأوتار والمفاصل والأنسجة الضامة التي تسبب المشاكل.

ويقول قائد البحث، الدكتور هاري جرين من كلية الطب بجامعة أكستر، "توضح دراستنا باستمرار أن ارتفاع نسبة السكر في الدم على المدى الطويل يسبب هذه الحالات في الأطراف العلوية، يمكننا الآن تسليطها على أنها مضاعفات مرض السكري".

# دراسة.. عواقب غير متوقعة على الأطفال للتدخين الإلكتروني أثناء الحمل!



أظهرت دراسة جديدة أن استخدام السجائر الإلكترونية أو لصقات النيكوتين أثناء الحمل لا يرتبط بأحداث الحمل الضارة أو نتائج الحمل السيئة.

ويقول الباحثون في جامعة كوين ماري في لندن إنه ينبغي التوسية باستخدام منتجات استبدال النيكوتين للأمهات الحوامل اللاتي يدخن عادة.

واعتمد الفريق بيانات من أكثر من 1100 مدخنة حامل في 23 مستشفى في إنجلترا وخدمة واحدة للأقلاع عن التدخين في اسكتلندا لمقارنة نتائج الحمل.

وخلصت الدراسة، التي نشرت في مجلة Addiction، إلى أن الاستخدام المنتظم للعلاج ببدائل النيكوتين (NRT) أثناء الحمل لا يضر بالأم أو المولود.

وما يقرب من نصف المشاركين (51%) استخدموا السجائر الإلكترونية وما يزيد قليلاً عن الخمس (21%) استخدموا لصقات النيكوتين.

حتى أنهم وجدوا أن السجائر الإلكترونية تقلل من التهابات الجهاز التنفسي، ربما لأن مكوناتها الرئيسية لها تأثيرات مضادة للبكتيريا.

وقال الباحث الرئيسي البروفيسور بيتر هاجيك، "تساهم التجربة في الإجابة على سؤالين مهمين، أحدهما عملي والآخر يتعلق بضمنا لحاضر التدخين، ساعدت السجائر الإلكترونية المدخنة الحوامل على الإقلاع عن التدخين دون تشكيل أي مخاطر يمكن اكتشافها على الحمل. مقارنة بالتوقف عن التدخين دون استخدام المزيد من النيكوتين. إن استخدام الوسائل التي تحتوي على النيكوتين للإقلاع عن التدخين أثناء الحمل يبدو آمناً، ويبدو أن الأضرار التي تلحق بالحمل من التدخين، في أواخر الحمل على الأقل، ترجع إلى المواد الكيميائية الأخرى الموجودة في دخان التبغ وليس النيكوتين".

وقام الفريق بقياس مستويات النيكوتين في اللعاب عند بداية الحمل وفي نهايته، وجمع معلومات حول استخدام كل مشاركة للسجائر أو أنواع العلاج ببدائل النيكوتين.

عند الولادة وسرهن لديهم أسئلة حول سلامة الأطفال عند الولادة.

وقالت الباحثة المشاركة البروفيسور ليندا بولد، من جامعة إدنبره، "الأطباء والنساء الحوامل وأسرهن لديهم أسئلة حول سلامة استخدام العلاج ببدائل النيكوتين أو السجائر الإلكترونية أثناء الحمل. والنساء اللاتي يدخن ويستخدمن أيضاً أحد منتجات استبدال النيكوتين أثناء الحمل، ينبغي

أطفالاً بنفس وزن أطفال النساء المدخنات فقط (تدخين السجائر التقليدية فقط). في حين أن الأطفال المولودين لنساء لا يدخن أثناء الحمل لم يختلفوا في الوزن عند الولادة، سواء استخدمت النساء منتجات استبدال النيكوتين أم لا. ولم يرتبط الاستخدام المنتظم لمنتجات استبدال النيكوتين بأي آثار ضارة على الأمهات أو أطفالهن.

وقال البروفيسور تيم كولمان من مجموعة أبحاث التدخين أثناء الحمل بجامعة لوتنغهام، التي قادت التوظيف التجريبي، "يعد التدخين أثناء الحمل مشكلة صحية عامة هائلة، ويمكن

للحصول على مزيد من المعلومات حول منتجات التبغ، يمكن زيارة موقع NHS.uk. ويمكن أيضاً التحدث إلى أخصائيي الصحة العامة في مراكز الصحة العامة.

### في الآونة الأخيرة

ظهرت مؤخرا العديد من الهواتف الذكية التي فتحت آفاقا عشاق التقنية، لكن بعض الأجهزة حققت شعبية كبيرة نظرا للتقنيات المميزة التي لم تحصل عليها الهواتف الأخرى. ونشر موقع gsmarena المتخصص بشؤون التقنية قائمة بالهواتف التي حصلت على شعبية كبيرة مؤخرا، والتي اهتم بأخبارها قراء الموقع بشكل خاص.

وتبعاً للموقع فإن هاتف Samsung Galaxy S24 Ultra الجديد تصدر قائمة الهواتف التي يتابع أخبارها القراء بكثرة خلال الأسابيع الماضية، ويرى بعض المحللين أن الناس اهتموا بهذا الجهاز بشكل خاص نظرا لتقنيات الذكاء الاصطناعي التي حصل عليها، والتي توفر له قدرات تميزه عن جميع الهواتف المطروحة حاليا.

وفي المرتبة الثانية تبعاً لتقييمات الموقع يأتي هاتف Redmi Note 12 Pro الذي حصل على قدرات تصوير ممتازة، وجهاز معالجة وذاكر وصول عشوائي، توفر له قدرات ممتازة وسرعة كبيرة في التعامل مع البيانات.

وحل هاتف vanilla Galaxy S24 في المرتبة الثالثة، وقلا OnePlus 12، فيما جاء Redmi Note 12 Pro في المركز الخامس.

وضمت القائمة التي نشرها الموقع أيضا هاتف Poco Pro X6 الذي حل في المركز السادس، ويعد جاء Samsung Galaxy Note 12 في المركز الثامن، فيما احتل المركز التاسع iPhone 15 Pro Max، ويعد في المركز التاسع والعاشر.

### التقنيات الحديثة

سيعيش معنا معيار روبوت بشري على سطح الأرض خلال عشرين عاما من اليوم! هذا أحدث ما تنبأ به الذكاء الاصطناعي، والملياردير الأمريكي إيلون ماسك. فهل ستغزو فعلا هذه الروبوتات البشرية الكوكب والفضاء على حد السواء؟ أكد ماسك توقعات ديفيد هولز، مبتكر مختبر أبحاث الذكاء الاصطناعي "ميدجيني"، التي تقول إن الروبوتات ستشكل 10% من نسبة سكان الأرض في وقت قريب.

ويأمل إيلون ماسك أن تكون كل الروبوتات من تصنيع شركته تسلا، بشرط أن تكون أسس الحضارة مستقلة، عل حد تعبيره، فشركة تسلا طرحت عام 2021 روبوتا أيا يشبه البشر يحمل اسم أوتيموس، ومن المتوقع أن يكون جاهزا خلال 5 أو 10 سنوات، وستكلف كل نسخة نحو 20 ألف دولار.

ولم يتسرع الروبوت عالم الاقتصاد بحسب فقد اخترق كل المهام حتى التجميل ومهنة عاملات المنازل والطب وغيرها، فالروبوت سيمحي معنا على وجه الأرض ليحل محله.

ويقدر عدد سكان العالم بـ 8 مليارات سيضاف إليهم مليار روبوت، فأعالم أمام ثورة مذهلة ستغير وجهه وتعيد ترتيب قوانينه. ولم تعد رؤية الروبوت اختراعا يثير دهشة الناظرين بعد لتشارها بشكل كبير في كل مجالات الحياة إلا أن الجديد الذي قد يكون نقطة تحول يمكن في صناعتها.

### التقنيات الحديثة

يتوقع خبراء أن تصدر آبل أكبر تحديث لنظام iOS في تاريخ الشركة، وقد يتضمن ميزات جديدة مدعومة بالذكاء الاصطناعي لجهاز "أيفون".

ومن المتوقع أن تعلن الشركة عن تحديث iOS 18 في مؤتمر المطورين العالمي في يونيو، والذي سيعرض نماذج القوائم الكبيرة (LLMs) والذكاء الاصطناعي التوليدي في تطبيقات iWork.

وتأتي بعض تحديثات البرامج المتوقعة كنسخة منقحة من Siri وتطبيق الرسائل، والتي يقال إنها مدعومة بالذكاء الاصطناعي المتقدم.

ويمكن أن تصدر آبل النسخة التجريبية من تحديث iOS 18 في يوليو من هذا العام، مع إصدار عام مقرر في سبتمبر 2024.

ولم تؤكد شركة آبل رسميا بعد ما سيتم تضمينه في نظام iOS 18 الجديد، لكن مارك غورمان من "بلومبرغ" افاد أن نظام التشغيل القادم "مطموح ومقنع".

وتوقع غورمان أن iOS 18 سيمسح للمستخدمين بإنشاء "قوائم تشغيل تلقائية" تستخدم الذكاء الاصطناعي لإنشاء قوائم الأغاني الموسي بها.

وكتب غورمان، "قيل لي أن نظام التشغيل الجديد ينظر إليه داخل الشركة باعتباره أحد أكبر تحديثات iOS - إن لم يكن الأكبر - في تاريخ الشركة، ويهدد المعرفة، ينبغي أن يكون مؤتمر مطوري آبل في يونيو مثيرا للفتنة".

وقد يكون نظام التشغيل القادم تصميمه بمثابة رد آبل على تراجع مبيعات "أيفون 15" الذي شهد انخفاضاً بنسبة أربعة بالمائة.

ويهدى من الذكاء الاصطناعي التوليدي ستأتي أدوات آبل "عند إطلاقها" بعد عامين تقريبا من بدء ChatGPT في الانتشار حول العالم، وبعد حوالي عام من إعلان أمازون عن Alexa المتجدد، وبعد حوالي عام ونصف من إطلاق مايكروسوفت وغوغل لأول مرة خدمات جديدة.

وأوضح غورمان، "القصة الطويلة باختصار، شركة آبل متأخرة جدا في مجال الذكاء الاصطناعي، وهذا يمثل خطرا كبيرا بالنسبة لشركة تعتبر نفسها أكبر مبتكر في مجال التكنولوجيا الاستهلاكية".

وهناك تقنيات بان آبل تعمل على روبوت الذكاء الاصطناعي "Apple GPT"، المعروف أيضا باسم "AJAX"، حسبما قال أشخاص مطلعون على الأمر لغورمان.



## آبل تفرض شروطا لشراء نظارتها "فيجن برو"



حدثت شركة آبل مجموعة من الشروط يجب توافرها في المستخدم الأمريكي الذي يرغب في تقديم طلب شراء سابق لنظارتها الذكية فيجن برو عند فتح باب تسجيل الطلبات خلال هذا اليوم 19 يناير.

وذكر موقع ماك رومرز أن الشروط تشمل امتلاك المستخدم هاتف أيفون أو جهاز آيباد مزود بميزة بصمة الوجه، والتزامه بإجراء مسح رقمي لوجهه في صورة بصمة ثلاثية الأبعاد من خلال تطبيق متجر آبل الرسمي للتطبيقات. وتعتمد عملية إجراء مسح بصمة الوجه على الكاميرا الأمامية لهواتف أيفون وأجهزة آيباد عبر تطبيق آبل في ستور. ويساعد هذا الشرط شركة آبل في تحديد مقاس رأس المستخدم ووجهه كي تزود بمقاسات مناسبة لأحزمة تثبيت النظارة على الرأس وأجزاء تثبيتها على الوجه.

كما اشترطت آبل تحديث تطبيق "آب ستور" إلى أحدث إصدار، والذي أطلق في يوم 11 يناير الجاري، إذ تتوفر فيه ميزة مسح بصمة الوجه الثلاثية الأبعاد. وبالإضافة إلى ذلك طلبت آبل من عملائها الراغبين في شراء نظارتها فيجن برو، إجراء اختبار نظر حديث إذا كانوا يرغبون في تزويد نظارتهم بخدمات تصحيح عيوب الإبصار. وأوضح في رسالة بريدية أرسلتها إلى عملائها في الولايات المتحدة، أنها لن تتمكن من تقديم عدسات تصحيح عيوب الإبصار لجميع المقاسات.

وتواجه شركة آبل واحدا من أصعب التحديات التسويقية في تاريخها، وهو إقناع العملاء بشراء نظارتها الذكية بسعر يبلغ 3٤٩٩ دولارا مع عمر بطارية محدود، وتصميم ضخم وعدم وجود تطبيقات تعمل معها بعد.

## الذكاء الاصطناعي يجعل معضلة بطاريات الليثيوم



تعاون إحدى المنشآت البحثية التابعة لوزارة الطاقة الأمريكية مع إمبراطورية التكنولوجيا مايكروسوفت، في مشروع يمكن أن يقلل كميات الليثيوم المطلوبة لصناعة بطاريات الليثيوم المؤنن بنسبة 70% عن المعدلات الحالية.

فقد أعلن معمل باسيفيك فورت ويست ناشيونال لابورتري (بي إن إل) وشركة مايكروسوفت في بيانين منفصلين نجاحهما في تطوير نموذج اختياري حثيقي لبطارية تستخدم كمية أقل من الليثيوم وتنتج كهرباء كافية لتشغيل مصباح إضاءة.

ويذكر أن معدن الليثيوم هو الكون الذي لا يمكن الاستغناء عنه في صناعة بطاريات الليثيوم المؤنن والتي تستخدم في السيارات الكهربائية والهواتف الذكية والحواسيب المحمول وغيرها من الأجهزة المحمولة.

وفي الوقت نفسه فإن زيادة الطلب على إنتاج هذه المادة الجديدة صناعيا في العمل.

وخلال المشروع البحثي الخبث 22 مليون مادة خام محتملة، وبفضل الذكاء الاصطناعي قلصت عدد المواد الأفضل إلى 18 مادة وأصعدت خلال 80 ساعة فقط، وادى ذلك إلى اختصار زمن عملية الاختبار الذي كان سيقتدر بمقدود مع أساليب البحث التقليدية.

وقال تولى بيورغ نائب مدير بي إن إل للعلوم والتكنولوجيا، إن الدمج بين الذكاء الاصطناعي والحواسيب السحابية يعتبر عنصرا أساسيا لتسريع المسار للوصول إلى نتائج علمية ذات معنى.

وأضاف، "نرى قدرة الذكاء الاصطناعي على اكتشاف مادة أو نهج غير متوقع وغير تقليدي لكنه يستحق البحث".

كما أعلن معمل أبحاث "بي إن إل" ومايكروسوفت تطوير النموذج الاختياري مثل هذه البطارية التي تستخدم كمية ليثيوم تقل كثيرا عن الكميات المستخدمة في البطاريات حاليا.

ويساعد الذكاء الاصطناعي والحواسيب السحابية عالية الأداء من منصة أبحاث مايكروسوفت، التي تستخدم تحديد مادة جديدة مناسبة، وتستطيع المؤسسة البحثية الحكومية الأمريكية

### أدوات الذكاء الاصطناعي

بات الذكاء الاصطناعي من أهم التقنيات التي يعتمد عليها اليوم في العديد من المجالات، وظهرت التقنيات الحديثة أدوات تساعد الناس على جدولة أعمالهم ليستغلوا الوقت بأفضل طريقة ممكنة.

**Smart Virtual Assistants AI:**  
يعتبر هذا التطبيق من أشهر تطبيقات الذكاء الاصطناعي التي تعتمد على المساعدات الذكية الموجودة في هواتفنا، وشكنا من استخدام هذه المساعدات في جدولة أوقالتنا ومواعيدنا اليومية، وبفضله يمكن وضع جداول منظمة للأعمال وسنح تذكيرات يومية تساعدنا على تنظيم الوقت.

**Vimcal:**  
تعمل هذه الأداة بتقنيات الذكاء الاصطناعي وتساعد مستخدمها على زيادة التركيز وتحسين الإنتاجية، إذ توفر له عدة خيارات، مثل "وضع التركيز" الذي يساعد على الاسترخاء أثناء أوقات العمل من خلال الموسيقى الهادئة، كما توفر ميزة "AI Time Finder" التي تمكن المستخدم من جدولة مواعيد واجتماعاته مع عدة أشخاص.

**Reclaim AI:**  
أحدى أشهر الأدوات التي تعتمد على الذكاء الاصطناعي لجدولة المهام اليومية للمستخدم، إذ يمكن مزامنة هذه الأداة مع تطبيق Google Calendar، كما يمكن من خلالها وضع جداول مختلفة للأعمال اليومية، والمهم في هذه الأداة هو قدرتها على التكيف المستمر لتتنبه المستخدم إلى الأعمال التي يجب عليه إنجازها قبل غيرها.

**TimeHero AI:**  
هي أداة مدعومة بالذكاء الاصطناعي يمكن من خلالها وضع جداول للأعمال ليوم أو أسبوع أو حتى شهر، ويمكن مزامنة هذه الأداة مع التقويم الخاص بك لتنسق الأعمال تبعاً لأهميتها. كما يمكن استعمالها مع مختلف أنواع الحواسيب التي تعمل بأنظمة ويندوز وأنظمة macOS.

### إنتاج ماسك وإنتاج صغ فيجن

قال إيلون ماسك مؤسس شركة نيوراينك إن أول مريض من البشر خضع لزراعة شريحة دماغية من التي تنتجها الشركة الناشئة يوم الأحد وأنه يتعافى بشكل جيد.

وأضاف في منشور على منصة التواصل الاجتماعي (اكس) الاثنين "تظهر النتائج الأولية رصد زيادة الخلايا العصبية على نحو واعد".

ويصف المعهد الوطني للصحة الخلايا العصبية بأنها خلايا تستخدم الإشارات الكهربائية والكيميائية لإرسال المعلومات عبر الدماغ وإلى الجسم.

وكانت إدارة الأغذية والعقاقير الأمريكية قد منحت الشركة العام الماضي تصريحا لإجراء أول تجربة لها لاختبار زرع الشريحة في دماغ إنسان.

وقال ماسك في منشور منفصل على (اكس) إن شريحة نيوراينك سيطلق عليه اسم (تيليباشي).

وأفادت نيوراينك على موقعها الإلكتروني بأن الشريحة تمكن الأشخاص المصابين بالشلل الرباعي من التحكم في الأجهزة بتفكيرهم، واهتت نيوراينك دعوات للتدقيق فيما يتعلق ببيروتوكولات السلامة الخاصة بها، وذكرت رويترز هذا الشهر أن السلطات المعنية غرمت الشركة لانتهاكها قواعد وزارة النقل الأمريكية فيما يتعلق بنقل المواد الخطرة.

وقدرت قيمة الشركة بنحو خمسة مليارات دولار في يونيو الماضي، وكان أربعة مشرعين طلبوا في أواخر نوفمبر من لجنة الأوراق المالية والبورصة الأمريكية التحقيق فيما إذا كان ماسك قد ضل المستثمرين بشأن سلامة تقنياتها بعد أن أظهرت السجلات البيطرية مشكلات في عمليات زرع الشريحة في أدمغة القرود منها الشلل وتورم الدماغ.

### الوزير المصري يفتتح المعرض الإلكتروني

قال عبد العليط لودوي، الوزير المنتدب لدى رئيس الحكومة المكلف بإدارة الدفاع الوطني، إن المديرية العامة لأمن نظم المعلومات تعمل على تحسين الاستراتيجية الوطنية للأمن السيبراني، والتي ستعرض على أنظار اللجنة الاستراتيجية للأمن السيبراني. وأكد الوزير أن النسخة المحيطة لاستراتيجية الأمن السيبراني تضع في صلب أولوياتها الحماية الفعالة لأمن نظم المعلومات، عبر إقرارها تنفيذ جملة من التدابير والإجراءات الجديدة الرامية إلى تقوية وصمود الفضاء السيبراني الوطني أمام مختلف المخاطر والتحديات الحديثة. به. وأفاد لودوي، في جواب على سؤال كتابي تقدم به فريق التقدم والاشتراكية بمجلس النواب، بأن مديرية أمن نظم المعلومات اكتبت على إجراء عملية جرد شاملة للنظم المعلومات ذات الطبيعة الحساسة والتي من شأنها المساس بها أن يلحق أضرارا بتشاطات ووظائف الدولة السيادية والحيوية وذلك في إطار مقاربة استباقية مبنية على تحليل المخاطر بناء على نظام أمني معزز، وتابع أن المديرية تحرص من خلال تدخلات مركز اليقظة والرصد والتصدي للهجمات المعلوماتية على تكثيف ومناخطة عمليات رصد الثغرات التي من شأنها أن تقلل أو تعطل عمل نظم معلومات الإدارات والمؤسسات العمومية، بالإضافة إلى التصدي للهجمات السيبرانية التي تهدد إلى تغيير العمليات أو محوها أو سرقة المعلومات الحساسة التي لم يتم حمايتها بشكل صحيح، وأشار لودوي، في جوابه على سؤال فريق التقدم والاشتراكية، إلى أن المديرية تعمل على تطوير مهارات وقدرات الموارد البشرية من خلال برمجة دورات وورشات تكوينية وتحسيسية بشكل دوري، وكذا إنجاز تمارين محاكاة للتهديدات المختلفة للقائدات في مجال أمن نظم المعلومات، بالاعتماد على أطرها أو بشراكة مع هيئات وطنية ودولية واردة في هذا المجال، وسجلت المديرية العامة لأمن نظم المعلومات ارتفاعا في الهجمات السيبرانية خلال السنة الماضية، إذ قام مركز اليقظة والرصد والتصدي للهجمات المعلوماتية في إدارة حوادث وتهديدات الأمن السيبراني، بمعالجة 150 حادثا سيبرانيا خلال سنة 2023، وتم إصدار 461 نشرة ومذكرة أمنية، من بينها 133 نشرة ذات طبيعة حرجية، كما تم اقتحاص 56 تطبيقا.

### TikTok يحصل على ربح إيرادات إعلانية بقيمة 1.1 مليار دولار

ذكرت بعض المواقع الموثوقة المهتمة بشؤون التقنية أن القائمين على تطبيق TikTok سيمنحون التطبيق بعض الميزات الإضافية التي ستزيد منافسته لـ "يوتيوب".

وتبعاً لموقع "overclockers.ru" فإن TikTok سيحصل على ميزة تمكن المستخدمين من تحميل مقاطع فيديو تصل مدتها إلى 30 دقيقة، الأمر الذي قد يشير إلى خروج هذه المنصة عن سياستها المعتادة التي تتركز على نشر الفيديوهات القصيرة.

وأشار الموقع إلى أن أول من لاحظ الميزة الجديدة في بعض نسخ TikTok الاختبارية كان مات نافارا، المستشار الشهير في مجال وسائل التواصل الاجتماعي، وذكر أن الميزة تتوفر حالياً في بريطانيا لمستخدمي نسخة بيتا التجريبية من التطبيق، وللحصة بالنظام iOS، كما نوه إلى أن بعد مستخدمي نسخة بيتا التجريبية لأنظمة أندرويد لاحظوا هذه الميزة لديهم أيضاً.

يذكر أن TikTok اكتسب شعبية في البداية من خلال مقاطع فيديو قصيرة مدتها 15 ثانية، ومع مرور الوقت زاد هذا الحد إلى 10 دقائق، وفي حال حصول التطبيق على ميزة تمكن من تحميل فيديوهات تصل مدتها إلى 30 دقيقة فمن المتوقع أن تزداد منافسته لـ "يوتيوب".

ومن جهة أخرى أشارت بعض مواقع الإنترنت إلى أن ميزة إضافية قد تظهر في TikTok ستتمكن المستخدمين من تحميل مقاطع الفيديو الألفية التي تزيد مدتها عن دقيقة، الأمر الذي قد يجذب عدداً أكبر من مستخدمي التطبيق عبر الهواتف الذكية.

### تسريحت شركة ربحها 1.1 مليار دولار



إعلان الملياردير الأمريكي إيلون ماسك، عن تعاقب أول مريض من البشر خضع لزراعة شريحة دماغية آثار الكثير من التساؤلات لعل أبرزها ما هي هذه الشريحة وماذا تفعل وبأجسادنا وما الغرض منها؟ وكانت شركة نيورالينك التابعة لـ ماسك أجرت عملية لزراعة شريحة دماغية على إنسان في خطوة كبيرة نحو هدف الملياردير المتمثل في تمكين الناس يوماً ما من التحكم في أجهزة الكمبيوتر بقولهم.

وقال ماسك على منصته عبر الإنترنت "أكس" الاثنين إن المريض يتعافى بشكل جيد بعد الإجراء الذي تم يوم الأحد، وأضاف قائلا: "نظهر النتائج الأولية اكتشافات واسعة لتحفيز الخلايا العصبية".

ما هي الشريحة الدماغية وكيف تعمل؟ طورت شركة "نيورالينك" رويوتا جراحياً مخصصاً لإجراء عملية الزرع. ويقوم الروبوت بإدخال الشريحة وسلسلة من الأقطاب الكهربائية والأسلاك فانقة الدقة داخل جمجمة المستخدم، حيث ترسل الشريحة إشارات الدماغ لا سلكياً إلى تطبيق تابع للشركة، فيقوم بتحويل هذه الإشارات إلى أفعال وديات، ويتم شحن الشريحة لا سلكياً.

والجدير ذكره أن البشر شهد نوعاً شامها من هذه التكنولوجيا من قبل إذ تعتمد شركة "نيورالينك" على تكنولوجيا تم استخدامها لعقود طويلة، تهدف إلى زرع أقطاب كهربائية في أدمغة الإنسان لتفسير بعض الإشارات الدماغية وعلاج حالات مثل الشلل والصمم ومرض باركنسون.

ويتميز جهاز "نيورالينك" عن غيره من الأجهزة السابقة، الذي قال ماسك إنه سيطلق عليه اسم "تيليماشي"، باحتوائه على أكثر من 1000 قطب كهربائي، وهو عدد أكبر بكثير من الأجهزة السابقة، فهو يستهدف الخلايا العصبية الفردية، بينما تستهدف العديد من الأجهزة الأخرى الإشارات السائدة عن مجموعات من الخلايا العصبية.

ومن المفترض أن يتبع ذلك لـ "نيورالينك" درجة أعلى من الدقة، وفقاً لما أكدته الشركة. ويعلم أن "نيورالينك" هي شركة ناشئة أسسها ماسك في عام 2017، وقال إنها تعالج بناء واجهة اتصال بين الدماغ والحواسيب من شأنها أن تساعد الأشخاص الذين يعانون من إصابات مؤلمة في تشغيل الهواتف وأجهزة الكمبيوتر باستخدام أفكارهم فقط، وللقيام بذلك، تعمل على زرع أقطاب كهربائية في أدمغة الناس.

إذ سارت الأمور على ما يرام، فمن المرجح أن يستغرق الأمر ما بين خمس سنوات إلى عقد من الزمن قبل أن يتم تسويق هذه الشريحة.

الغرض الأساسي من هذه الشريحة في البداية تريد شركة "نيورالينك" مساعدة الأشخاص المسايين بالشلل، ثم أولئك الذين يعانون من فقدان السمع والبصر، وقال ماسك إنه يأمل في يوم من الأيام أن تسمح عملية الزرع بتحقيق أهداف مستقبلية مثل تمكين الناس من التحكم في الهواتف وأجهزة الكمبيوتر بقولهم.

## مايكروسوفت تطور حلولاً لتقنية الذكاء الاصطناعي منخفضة التكلفة



تقود مايكروسوفت، إن الاجتماعات في ميش تمنح الموظفين شعوراً بالحضور المشترك، حتى عندما يكونون بعيدين جغرافياً، مع مزيا مثل الصوت المكاني الذي يضيف إحساساً بالانغماس.

وتعمل اجتماعات ميش الثلاثية الأبعاد في تمييز بطريقة أفضل مع نظارات الرأس لواقع الافتراضي، إذ تدعم مايكروسوفت نظارات كويست من ميتا حالياً.

ويمكن للمستخدمين المشاركة في الاجتماعات الافتراضية الثلاثية الأبعاد، كما تحاكي ميزة الصوت المكاني القدرة على إجراء المحادثات الخاصة للأشخاص بالجمع في مساحات افتراضية التي تجريبها في المكتب عن طريق الابعاد عن زملاء العمل الآخرين في المساحة الافتراضية.

وذلك باستخدام تقنيات مثل النموذج اللغوي الكبير "جي بي تي 4" في محرك البحث "بنج" ومولد الصور "دال إي 3" في "بنج إميج كرياتور". ويهدف فريق جين إيه أي إلى إنشاء ذكاء اصطناعي يطابق أو يتجاوز وظائف النماذج التي توفرها شركات مثل أوبن إيه أي، مع جعله خاساً للأحجام الصغيرة، وفي المقابل يشتر تشكيل فريق الذكاء الاصطناعي التوليدي جين إيه أي إلى تحول محتمل نحو قدر كبير من الاستقلالية في تطوير الذكاء الاصطناعي.

ويؤدي سعي مايكروسوفت إلى تطوير تكنولوجيا ذكاء اصطناعي صغيرة الحجم وبأسعار معقولة، إلى فتح آفاق جديدة للشركة لتقديم حلولها الخاصة، مما يقلل من الاعتماد على الشركات الخارجية. وأطلقت مايكروسوفت ميزة الاجتماعات الثلاثية الأبعاد داخل منصة تيمز، وخرجت منصة الواقع المختلط للشركة ميش من مرحلة الاختبار، وأدمجتها الشركة ضمن تيمز للسماع للأشخاص بالجمع في مساحات افتراضية باستخدام نظارات الرأس لواقع الافتراضي أو دونها، وجلبت علاقة البرمجيات

طورت شركة مايكروسوفت حلولاً لتقنية الذكاء الاصطناعي منخفضة التكلفة، وهي التي تتطلب قوة حاسوبية وموارد مالية قليلة، وطورت كذلك نماذج لتمتع بكفاءة وفعالية من ناحية التكلفة، بحسب ما نقلته وكالة رويترز.

وتتضمن هذه المبادرة تشكيل الفريق الجديد المسمى "جين إيه أي" لبناء ما تسميه الشركة النماذج اللغوية الصغيرة، ويركز الفريق على إنشاء نماذج ذكاء اصطناعي تحاكي ذات متطلبات حسابية قليلة مقارنة بالتكنولوجيا الحالية، وتهدف النماذج اللغوية الصغيرة إلى توفير الإمكانيات التحاكية المشابهة للنماذج اللغوية الكبيرة، مثل جين بي تي، باحتياجات منخفضة.

ومن شأن هذا الأمر أن يسمح للمنتجات وخدمات مايكروسوفت للذكاء الاصطناعي بتقليل التكاليف والبصمة الكربونية مقارنة بالبدائل المطورة خارجياً، حيث تهدف مايكروسوفت لجعل حلول الذكاء الاصطناعي هذه متاحة بسهولة عبر منصتها.

واعتمدت مايكروسوفت في السابق بصورة كبيرة على شركة "أوبن إيه أي" في تطويراتها ب مجال الذكاء الاصطناعي،

## نتفليكس تدرس رفع أسعار الاشتراكات مجدداً



وأمس الثلاثاء، أعلنت نتفليكس عن صفقة لمدة 10 سنوات بقيمة 5 مليارات دولار لنقل وقائع مباريات المصارعة WWE Raw - أكثر عروض المصارعة الاحترافية شعبية بشكل أسبوعي إلى المنصة. وفي الساعات الماضية، نقلت في ذلك "أفضل فيلم" Maestro بطولة برادلي كوبر وكاري موليفان.

ما نقلته "بي بي سي"، وضعنا قرار زيادة الأسعار على الانتظار مع لوزير المشاركات المدفوعة، والان أصبحنا قادرين على استئناف نهجنا الاعتيادي، وقد يكون خلاصة البيان بمثابة "نعود اليوم إلى العمل كالمعتاد". ولقّبت الأرقام إلى أن العديد من المشتركين الجدد اختاروا الخطة الأرخص في النصة، التي يظهر فيها الإعلانات، وبالإضافة إلى الإعلانات ومنع مشاركة كلمات المرور، فإنها النصة تجرب اليوم ميزات جديدة، من بينها نقل الأحداث مباشرة، من أجل جذب جماهير جديدة.

شهدت منصة نتفليكس مع انتهاء العام الماضي ارتفاعاً ملحوظاً في زيادة عدد المشتركين، لاسيما بعد حملتها المثيرة للجدل في منع مشاركة كلمات المرور بين المستخدمين الأمر الذي يدفع الشركة إلى التفكير في زيادة الأسعار مجدداً. وأضافت المنصة العلاقة المتخصصة بالبايث أكثر من 13.1 مليون اشتراك في آخر 3 أشهر من 2023، أي أكثر من أي فترة مماثلة منذ 2020، ما يمدد موجة النمو التي بدأت العام الماضي. وقالت نتفليكس إنها باتت واقفة في مسار نموها وبخلفتها لرفع الأسعار، وأكد الرئيس التنفيذي غريغ بيترز - بحسب

### يعد 50 عاماً على إطلاق أول جهاز ماكنتوش

جان-فيليب شوشو يقطن أول جهاز ماكنتوش سمعته الأربعين هذا الأسبوع، إذ جرى إطلاقه في 24 يناير 1981... وفي ما يلي، نحة بالآرقام عن هذه الحملة الترويجية في تاريخ شركة "آبل" التي كانت سباقاً في عصرها وفتحت الطريق أمام ظهور أجهزة الكمبيوتر المعاصرة.

وقد ساهم Macintosh، وهو جهاز يجمع بين شاشة ومحرك أقراص مرنة، في نشر أجهزة الكمبيوتر على نطاق واسع، بفضل واجهته تسمح ببساطة بالنقر فوق الرموز باستخدام فأر الكمبيوتر، وهو اختراع يعود تاريخه إلى ستينيات القرن الماضي لكن استخدامه بات أكثر شيوعاً بفضل أجهزة ماك. في السابق، كان العارفون في هذا المجال فقط هم من يمكنهم الوصول إلى أجهزة الكمبيوتر، التي كانت تستجيب لأسطر أوامر معقدة.

1981 - جرى إطلاق أول جهاز ماكنتوش وسط ضجة كبيرة. في 22 يناير 1981، قبل يومين من طرحه، حضر الجهاز في أحد أكثر الأحداث متابعية، وهي مباراة "سوبر بول"، أي نهائي بطولة كرة القدم الأمريكية، والتي شاهدتها في ذلك العام 77.6 مليون مشاهد بحسب مجموعة نيلسن المتخصصة في قياس نسب المتابعة التلفزيونية.

الإعلان الممتد على 60 ثانية، واسمه "1981" مع توقيع ريدلي سكوت (مخرج "بلايد رانر" و"العين")، مستوحى من عالم رواية "1984" لجورج أورويل، مع شاشة تمثل "الأخ الأكبر"، وشركة "آي بي إم" المناهضة التي حفنتها شابة رياضية ترتدي ألوان "آبل".

ويُدفع من مؤسسها المشارك ستيف جوبز، دفعت علامة "آبل" التجارية 800 ألف دولار (ما يوازي 2.5 مليون دولار اليوم) ليجز مكان لها بين الإعلانات خلال مباراة "سوبر بول". إضافة إلى مئات آلاف الدولارات التي أنفقت لإنتاج الإعلان. بحسب كتاب "Apple Confidential 2.0" لـ لاوين لينزماير.

2195 دولاراً - كان أول جهاز ماكنتوش منتجاً فائراً، فقد طرح في 24 يناير 1981 في الولايات المتحدة بسعر 2195 دولاراً، أي ما يناهز 7400 دولار اليوم، لكن سرعان ما انخفض سعره إلى 2195 دولاراً.

وكان "ماك" أرخص شاماً من منافسه الرئيسي، جهاز كمبيوتر "آي بي إم" الشخصي، الذي كان يكلف 2370 دولاراً في ذلك الوقت (ما يوازي 10 آلاف دولار)، ولكنه أغلى بمرتين من جهاز "آبل II" (Apple II) الذي كان آنذاك الأكثر مبيعا لشركة آبل.

واليوم، تباع أجهزة ماك الأصلية بما يصل إلى 2200 دولار في المزاد، كما تجاورت مستندات داخلية للعرض التقديمي الخاص بـ "ماكنتوش" بتاريخ أكتوبر 1983، عتية 12 ألف دولار في مزاد لمنظمة دار "أر آر أوكشن" عام 2022.

370 ألف وحدة مبيعة - كانت شركة آبل تأمل في بيع 250 ألف جهاز ماكنتوش في عام 1984، بحسب ما ذكرت صحيفة نيويورك تايمز في أبريل 1981. وفيما بقيت الأرقام الرسمية سرية، باعت العلامة التجارية 377 ألف جهاز في العام الأول، إضافة إلى مليون جهاز "آبل II"، بحسب المدون المتخصص في تاريخ التكنولوجيا جيريمي رايمر.

وتعتبر هذه الأرقام جيدة نسبياً في وقت لم يكن فيه الكمبيوتر قد أصبح منتشراً على نطاق واسع بعد، لكنها أدنى بـ 15 مرة من مبيعات أجهزة كمبيوتر آبل اليوم.

باعت المجموعة التي تتخذ مقراً لها في كوريتينو بولاية كاليفورنيا، ما يقرب من 22 مليون جهاز "ماك" في عام 2023 (بما يشمل "MacBook" و"iMac" وما إلى ذلك)، بحسب شركتي "آي دي سي" و"هارتر"، ومع 8 إلى 9 من المبيعات العالمية، تحتل شركة آبل المرتبة الرابعة عالمياً خلف "آيفون" و"آتش بي" و"دل".

9 بوسات - ويعدا عن النقاشات المتعلقة الموجودة اليوم، بلغ حجم شاشة جهاز "ياك" بطرازها الأول 9 بوسات، أو ما يقرب من 23 سنتيمتراً قطرياً.

وبالمقارنة، فإن أحدث أجهزة "آي ماك" لديها شاشة يقاس 23.5 بوصة (60 سنتيمتراً)، وبعض أجهزة "ماك بوك" المحمولة تصل إلى 16 بوصة (41 سنتيمتراً).

ويبلغ طول جهاز ماك الأول 34.5 سنتيمتراً، وعرضه 24.4 سنتيمتراً، وعمقه 29.7 سنتيمتراً، وكان يمكن اصطفايه إلى أي مكان، حتى على متن الطائرة، رغم وزنه البالغ 7.5 كيلوغرامات، بحسب تقرير أوردته وكالة فرانس برس في كانون الثاني/يناير 1984.

128 كيلوبايت - احتوى جهاز "ماك" الأول على 128 كيلوبايت من ذاكرة الوصول العشوائي RAM، أو ما يقرب من 131 ألف بايت، 128 كيلوبايت هو على سبيل المثال حجم صورة منخفضة الوضوح أو ملف "إكسل" صغير جداً.

اليوم، قليلة هي أجهزة الكمبيوتر المزودة بأقل من 8 غيغابايت (8.6 مبيارات بايت) من ذاكرة الوصول العشوائي، كما أن أقوى كمبيوتر "ماك برو" من "آبل" لديه ذاكرة وصول عشوائي (RAM) أكبر بما يصل إلى 1.6 مليون مرة (192 غيغابايت) من باكورة أجهزة "ماك".

وتسمح ذاكرة الوصول العشوائي للكمبيوتر بتخزين البيانات اللازمة لإكمال المهمة مؤقتاً، وكلما اتسع حجمها، زادت المهام المعقدة والمتزامنة التي يمكن للكمبيوتر القيام بها.

### هل تعلم كم حادس وسائل التواصل الاجتماعي في العالم

أفادت دراسة نشرت، أمس، أن عدد مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي النشطين ارتفع إلى أكثر من 5 مليارات شخص، أي نحو 62.3% من سكان العالم. وذكر التقرير الذي أعدته شركة مراقبة وسائل الإعلام "ميتووتر" وكالة "وي آر سوشال" المختصة بوسائل التواصل، أن عدد المستخدمين ارتفع العام الماضي بنسبة 5.6%، متخطياً الزيادة في عدد سكان العالم البالغة 0.9%.

وسجل "فيسبوك" التابع لشركة ميتا أكبر عدد من المستخدمين وصل إلى 2.1 مليار، وحل تطبيق "انستغرام" الذي تملكه ميتا أيضاً في المرتبة الثانية بـ 1.6 مليار مستخدم، يليه بيلدق شيلد تيك توك الذي بلغ عدد مستخدميه 1.56 مليار، وحذر التقرير من صعوبة الوصول على أرقام دقيقة بسبب الحسابات الوهمية أو الأشخاص الذين يستخدمون هويات مختلفة.

وكشفت الدراسة أن الكلمة الأكثر بحثاً على ويكيبيديا كانت "نشأت جين بي تي"، ما يشير إلى الاهتمام المتزايد بالذكاء الاصطناعي. واستند التقرير إلى أرقام جمعتها شركة الاستشارات الرقمية "كيبوس".

## الباحث البرماوي ضمن قائمة أفضل باحثي العالم في مجال الإعلام الرقمي

✦ إريد

أدرج الباحث الدكتور محمد حابس البرماوي من قسم الإذاعة والتلفزيون بكلية الإعلام بجامعة اليرموك، ضمن قائمة أفضل ٢ بالمئة من الباحثين الأكثر تأثيراً على مستوى العالم في مجال الإعلام الرقمي والتلفزيوني، حسب قاعدة تصنيف البيانات المتجددة التي تعدها جامعة "ستانفورد" و"دار النشر العالمية" السيفير. ويركز التصنيف على موقف الباحثين في تأليف الأوراق العلمية، حيث أظهرت البيانات المستقاة من هذه القاعدة نجاحات الدكتور البرماوي وتأثيره البارز في مجالات الإعلام الرقمي والتلفزيوني، وتوظيف الذكاء الاصطناعي في الأعلام، وتكنولوجيا التعليم والوسائط المتعددة، وتحليل البيانات الرقمية، والتلفزيون الاجتماعي، مع أكثر من ١٤٠ بحثاً منشوراً في مجلات علمية عالية محكمة، إضافة إلى وجود أكثر من ٢٨٠٠ استشهاد علمي لأبحاثه ومنشوراته العلمية على مستوى العالم.

## الاحتفال بالمولد النبوي في السلط وإربد

✦ السلط وإربد

نظمت مديرية ثقافة السلط بالتعاون مع مديرية أوقاف البلقاء ومنتدى الوسطية للفكر والثقافة، احتفالاً بمناسبة ذكرى المولد النبوي الشريف. وقال مدير أوقاف البلقاء الدكتور أحمد الخرابشة، إن ميلاد رسولنا الكريم هو ميلاد أمة يزهو بها المسلمون. من جهته أكد مفتي محافظة البلقاء الدكتور محمد البلاونة أن الهجمة على الإسلام تحثنا أن نحفل بميلاد النبي وربط أبنائنا بسيرته وحياته وفضائله. وبين مدير منتدى الوسطية للفكر والثقافة أحياء عريبات، أن الله من على الإنسانية بمولد نبي الرحمة، حيث أن ولادته فجر جديد للبشرية ومن حقه علينا أن نستذكر صفاته وأعماله. وخلال الاحتفال الذي حضره محافظ البلقاء سلمان النجاد، قدمت طالبات مدرسة ميمونة بنت الحارث والشيخ عبد الرحمن عبد الجليل، وصلات إنشادية تغنت برسول الرحمة. وفي إربد، نظم منتدى ذاكرة الشعلة الثقافي في بيت عرار النقاش، محاضرة دينية بعنوان "حبيبي يا رسول الله"، تحدث فيها الشيخ عبد الطيف بطيحة، بمناسبة ذكرى المولد النبوي الشريف، وتحدث بطيحة عن أهمية الاحتفال بذكرى ميلاد سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم، مشيراً إلى أنها ذكرى شكلت نقلة نوعية في نهج الأمة العربية، فنقلتها من أمة متعصبة لعادات الجاهلية إلى أمة متسامحة ومتعايشة مع الآخر.

## الزرقاء: اختتام دورة التجارة الإلكترونية في هيئة شباب كلنا الأردن

✦ الزرقاء

اختتمت هيئة شباب كلنا الأردن، الذراع الشبابي لصندوق الملك عبد الله الثاني للتنمية، بالتعاون مع أكاديمية صباح للتدريب، دورة تدريبية متخصصة في التجارة الإلكترونية، استهدفت ٣٥ شاباً وشابة من محافظة الزرقاء. وبين منسق الهيئة بالزرقاء سمير فاخوري، أن الدورة استمرت ثلاثة أيام، جرى خلالها تقديم محتوى تدريبي مكثف حول استراتيجيات التجارة الرقمية وكيفية إطلاق مشاريع تجارية عبر الإنترنت.

وأشار إلى أن الدورة تهدف إلى تمكين الشباب من اكتساب المهارات الرقمية الضرورية لمواجهة التحول التكنولوجي المتسارع، وفتح آفاق جديدة أمامهم في سوق العمل الحديث.

## محافظ البلقاء يطلع على برامج معهد تدريب السلط الفندقي

✦ السلط

قال محافظ البلقاء سلمان النجاد، إن العمل المهني رافعة للشباب لمواجهة البطالة في ظل محدودية فرص العمل في القطاع العام. وأضاف خلال تفقده، معهد تدريب مهني السلط الفندقي، وإطلاع على البرامج التدريبية المتاحة للشباب، أن المحافظة تتمتع بمواقع سياحية ودينية وتاريخية وهذا يتطلب وجود كوادر مؤهلة ومدرية ضمن احتياجات القطاع السياحي.

من جهته، قال مدير السياحة عماد الرواحنة إن اتفاقية وزارة السياحة مع المعهد تسمى إلى تدريب شباب وشابات وسيدات على مهن تتعلق بالسياحية لتأهيلهم للعمل في القطاع بمدينة السلط، مبيناً أن الاتفاقية فتحت شعب في معاهد، السلط الفندقي وعين الباشا ومهني السلط، والفقر الأوسط، ومركز سويمة، تتضمن ٣٠٠ ساعة تدريبية، ومنح المدرب ١٥٠ ديناراً شهرياً ولمدة ٣ أشهر، مع شهادة مزاوله مهنة من وزارة السياحة.

من جهته، قالت مديرية المعهد، اعتزاز شنيكات، إن المعهد تأسس عام ٢٠٠٣ ويعمل على تدريب القوى العاملة من شباب وشابات محافظة البلقاء ببرامج تدريبية خاصة للإناث والذكور، مشيرة إلى أن المعهد يزخر بتخصصات مطلوبة للسوق المحلي والخارجي، منها تخصص الصناعة الدوائية. وأضافت أن متطلبات الانضمام للمعهد، إنهاء المرحلة الثانوية كحد أدنى، ولا يتطلب النجاح بها، لافتة إلى أن نسبة التشغيل وصلت إلى ١٠٠ بالمئة.

## افتتاح مركز حاضنة الأعمال في الكرك

✦ الكرك

افتتحت بلدية الكرك الكبرى، بالتعاون مع البنك الدولي، ومشروع دعم البلديات، اليوم الأربعاء، مركز حاضنة الأعمال وذلك ضمن مشروع (مركز الخدمة المجتمعي) التابع للبلدية، والممول من البنك الدولي ويتبني مشروع دعم البلديات. وقال رئيس البلدية المهندس محمد المعايطة، خلال رعايته فعاليات الافتتاح، إن مشروع حاضنة الأعمال يعتبر الأول من نوعه على مستوى محافظة الكرك، ويهدف إلى دعم الأعمال الريادية والرياديين في محافظة الكرك، حيث يساهم في توفير بيئة حاضنة لأعمالهم، وتحليل الافتتاح إطلاق برنامج تطوير المشاريع المتناهية الصغر والصغيرة (إقلاع)، بالتعاون مع "ماجيريت" إحدى الشركاء التنفيذيين لبرنامج إقلاع، وبالتعاون مع ميري كور المنفذ الرئيسي للبرنامج، وتمويل من الوكالة الأميركية للتنمية الدولية، والذي يهدف إلى دعم هذه المشاريع وتمويلها وتنميتها وتصبح قادرة على الصمود في وجه الصدمات المستقبلية.

## مذكرة تفاهم بين "الخدمات الطبية" وجامعة اليرموك



الخدمات الطبية الملكية ستبقي دافعاً للمؤسسات التعليمية وتأهيل طلبتها بكفاءة عالية، مؤكداً أهمية هذا التعاون والهدف للتطوير والتحديث الدائم في منظومة التعليم والتدريب. وحضر توقيع الاتفاقية، نائب رئيس الجامعة الدكتور موق العتوم، وعميد كلية الطب الدكتور منار اللوما، وعدد من كبار ضباط مديرية الخدمات الطبية الملكية.

نظرية داخل الجامعة، وصملياً داخل مستشفيات الخدمات الطبية الملكية، وتشمل التخصصات، الطب، والصيدلة، والتمريض، والمهن الطبية المساندة، والهندسة الطبية / الفيزياء الطبية. وأشاد ساد بالجهود التي تبذلها الخدمات الطبية الملكية في مجال التأهيل والتدريب، إضافة إلى التميز في المجالات الطبية. بدوره، قال العميد زريقات، إن

وقعت في مديرية الخدمات الطبية الملكية، مذكرة تفاهم تدريبي وأكاديمي بين الخدمات الطبية الملكية وجامعة اليرموك. ووفق بيان للجامعة، تضمنت المذكرة التي وقعها رئيس الجامعة الدكتور اسلام ساد، ومدير عام الخدمات الطبية الملكية العميد الطيب يوسف زريقات، تدريب طلبة التخصصات الطبية بمحاضرات

## فعاليات لتأهيل شباب المرفق إلى سوق العمل



البرنامج إلى تدريب الباحثين والباحثات عن العمل بالقطاع السياحي، ورفع كفاءة مزودي الخدمات السياحية من أبناء المحافظة في عدة تخصصات تدريبية، حيث تم توزيع المتدربين على المواقع التدريبية في معهد مهني المرفق، ومعهد مهني صحيا، ومناطق الباسلية، وإرحاب، وأم الجمال، والصفواي، وذلك ضمن الاتفاقية الموقعة بين مؤسسة التدريب المهني ووزارة السياحة.

المهندس يوسف الشريدة اليوم الأربعاء في معهد تدريب مهني المرفق، دورة تدريبية للباحثين والباحثات عن العمل في القطاع السياحي. وتضمنت الدورة التي حضرها مدير سياحة المرفق الدكتور امجد المعايطة، ومدير معهد مهني المرفق المهندس محمد بنني خالد، برنامج "مهارات وخدمة الطعام والشرب" للباحثين والباحثات عن العمل في القطاع السياحي. وتهدف هذه المرحلة من

✦ المرفق

نظمت مديرية التربية والتعليم لواء قصبة المرفق، بالتعاون مع جمعية المرفق الخيرية، مؤتمر مستقبل التعليم المهني BTEC، وأكد مدير تربية لواء قصبة المرفق الدكتور أيوب المشاقبة، أن نظام BTEC هو نظام تعليمي متميز وواعد، يعسد الرؤية الملكية في تطوير التعليم وتحقيق نقلة نوعية في نظامنا التعليمي، ليواكب احتياجات العصر وسوق العمل الحديث، وإعداد جيل من الشباب المؤهلين لسوق العمل الحديث، يمتلكون المهارات والخبرات التي تتبج لهم المنافسة على المستويين المحلي والعالمي.

وبين أن وزارة التربية والتعليم، تحرص على دعم هذا النظام وتوسيع نطاقه في مختلف مؤسساتنا التعليمية إيماناً بأهمية إتاحة الفرصة للطلبة لخوض تجربة تعليمية مميزة تنمي مهاراتهم وتفتح أمامهم آفاقاً جديدة. من جهة أخرى، افتتح مدير مديرية التدريب المهني لإقليم الشمال الدكتور

## ورشة عمل في العقبة بعنوان "تقييم النفايات البحرية المبعثرة على الشواطئ"

✦ العقبة

نظمت جمعية العقبة البحرية بالتعاون مع الهيئة الإقليمية للمحافظة على بيئة البحر الأحمر وخليج عدن (PERSGA)، ورشة عمل بعنوان "تقييم النفايات البحرية المبعثرة على الشواطئ". وتأتي هذه الورشة التي استمرت على مدار يومين وبمشاركة عدد من مؤسسات القطاع العام والخاص والجهات المعنية بالبيئة في العقبة، بهدف توعية المشاركين بأهمية الحفاظ على الشواطئ من النفايات الصلبة المبعثرة وتعزيز التعاون بين مختلف القطاعات. وأكد مفوض البيئة في سلطة منطقة العقبة الاقتصادية الخاصة، الدكتور أيمن سليمان خلال افتتاح الورشة، ضرورة توحيد الجهود بين الجهات الحكومية والخاصة لحماية البيئة البحرية. وأضاف أن هذه الورشة تأتي ضمن خطة عمل وطنية شاملة تهدف إلى الحد من النفايات البحرية وتعزيز وعي المجتمع بأهمية الحفاظ على الموارد الطبيعية البحرية، التي تعتبر من أهم الأصول الاقتصادية والبيئية للمنطقة.

من جانبه، قدم المنسق الإقليمي لبرنامج إدارة النفايات البحرية الدكتور زاهر الاغوان، عرضاً حول الأخطار التي تشكلها النفايات الصلبة المبعثرة على الشواطئ، وتأثيرها المدمر على الحياة البحرية والشعاب المرجانية والطيور، موضحاً أن النفايات البلاستيكية تشكل النسبة الأكبر من هذه المخلفات، نظراً لبطء تحللها، وتأثيرها السلبي الكبير على الكائنات البحرية. كما استعرض الدليل الإرشادي لإدارة النفايات وتقييمها وجمعها من الشواطئ وطرق مسحها، مؤكداً أهمية إطلاق حملات توعية تشرك المجتمع المحلي في حماية الشواطئ وجوف البحر من النفايات. وأوضح مدير جمعية العقبة البحرية ناصر الزوايدة، أن النفايات المبعثرة على الشواطئ وفي جوف البحر تشكل تحدياً كبيراً أمام استدامة النظام البيئي البحري وتنوعه الحيوي.

واستعرض الجهود المبذولة والإجراءات المتخذة من قبل سلطة العقبة وشركائها، مثل الفريق الأزرق، جمعية العقبة للفوس، القوة البحرية والزوارق الملكية، الدفاع المدني، والإدارة الملكية لحماية البيئة، وغواصي وكوادر جمعية العقبة البحرية. ووفقاً للإحصاءات، بين الزوايدة أنه في عام ٢٠٢٣، نظمت سلطة العقبة بالتعاون مع شركائها ٣٣٥ حملة تنظيف أسفرت عن جمع ٤٠٧١١ كغم من النفايات، في حين شهد عام ٢٠٢٤ تنظيم ١٢٤ حملة أخرى تم خلالها جمع ١٢٠٠٠ كغم من النفايات، بالإضافة إلى ١٠٥ حملات نفذتها جمعية العقبة في العام نفسه، تم خلالها جمع ٤٠٠٠ كغم من النفايات الصلبة. وأشار إلى أن الورشة ستضمن برنامجاً توعوياً لطلبة المدارس بالتعاون مع مديرية التربية والتعليم في العقبة، بهدف غرس قيم الحفاظ على البيئة البحرية لدى الأجيال الشابة. وأكد أن إشراك المجتمع المحلي في جهود حماية الشواطئ يُعد خطوة أساسية لضمان استدامة هذه المبادرات وحماية البيئة البحرية للأجيال القادمة.

## "كهرباء إربد" تبدأ بإصدار فواتير إلكترونية تدريجياً الشهر المقبل

✦ إربد

أعلنت شركة كهرباء محافظة إربد، البدء بزيادة عدد المناطق التي سيتم إصدار الفواتير الإلكترونية لعملائها، بعد استبدال عداداتهم بأخرى "رقمية" وبشكل تدريجي اعتباراً من تشرين أول المقبل.

وقال الناطق الإعلامي للشركة المهندس علاء القرعاوي، إن الشركة ستسّر رسائل نصية لرقم الهاتف المعتمد لديها بقيمة الفاتورة، وكذلك يمكن للمستهلك الاستفسار عن فاتورته من خلال التطبيق الخاص بالشركة، داعياً المواطنين المشتركين إلى تحديث أرقام هواتفهم لدى الشركة، وتحميل التطبيق الخاص بالشركة والذي يحمل اسم كهرباء إربد من خلال متجر (play store أو apple store). وفتى إلى أنه تم لغاية الآن استبدال ما يزيد على ٥٢ بالمئة من العدادات القديمة إلى عدادات ذكية تابعة للشركة ومن المتوقع أن يتم الانتهاء من خطة استبدال جميع العدادات بأخرى رقمية ذكية مع نهاية العام المقبل. وأشار إلى أن الشركة ستعمل على إلغاء إصدار الفواتير الورقية تدريجياً ضمن خطة زمنية وآلية تطبيق تضمن سلامة الاجراء من حيث الجوانب التقنية.

يذكر أن عدد المشتركين الذين يتلقون خدمات شركة كهرباء إربد يبلغ نحو ٦٤٠ ألفاً في مختلف مناطق امتياز الشركة ضمن محافظات الشمال (إربد وجرش وعجلون والمفرق).

## بلدية بني عبيد تواصل تعبيد الطرق بتكلفة ٤٠٠ ألف دينار

✦ إربد

واصلت بلدية بني عبيد في منطقة النعيمة، أعمال فتح وتعبيد الطرق في حدود المناطق التي تشرف عليها البلدية. وقال رئيس البلدية جمال أبو عبيد لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، إن العطاء الحالي لفتح وتعبيد الطرق قيمته ٤٠٠ ألف دينار، ويغطي مسافة ٧٠ ألف متر مربع، مشيراً إلى أن الأعمال ستشمل صيانة الشوارع القديمة والمتآكلة وتحسين البنية التحتية، إضافة لتحسين الإضاءة في المنطقة. وأكد التزام البلدية بتقديم خدمات ذات جودة عالية، وتحسين البنية التحتية وتلبية احتياجات المواطنين وتقديم الخدمة المثلى لهم.

## ندوة حول التغير المناخي في عجلون

✦ عجلون

نظمت مؤسسة ولي العهد بالتعاون مع مدرسة عجلون الثانوية للبنات ندوة حول التغير المناخي، بمشاركة مديريتي البيئة والزراعة في المحافظة حول البيئة والتغير المناخي، متمنة تعاون مديرية التربية والتنمية المجتمعية المستدامة والمشاركة الاقتصادية و القيادة ضمن مبادرة منصة نحن التي وجدت لتنظيم العمل التطوعي داخل الأردن سواء للأفراد أو المؤسسات وبرنامج القيادة. وأضافت الصمادي أن المؤسسة تنفذ مشروع "الحركة البيئية / الألف الأخضر" ويستمر لمدة ٣ أيام، يتضمن العديد من الفعاليات في مدارس المحافظة حول البيئة والتغير المناخي، متمنة تعاون مديرية التربية والتنمية المجتمعية التي تقدمها للمؤسسة في مجال العمل التنموي. وبينت مديرية المدرسة، سهي الديك، أهمية عقد مثل هذه الندوات؛ نظراً لخصوصية المحافظة الزراعية والبيئية السياحية ما يجعل الجميع يتحمل المسؤولية في الحفاظ على ميزاتنا النسبية للحد من التغيرات المناخية التي باتت تزرق العالم.

## انطلاق المؤتمر الخامس لكلية الهندسة والتكنولوجيا في جامعة الزيتونة



التشاركية الفعالة بين الباحثين والأردنيين وزملائهم من الجامعات العالمية المرموقة، مبيناً أنه سيتم نشر أبحاث المؤتمر ضمن سلسلة كتب (Springer) المفهرسة في قاعدة بيانات سكوبس (Scopus). وأشار إلى أن المؤتمر سيشرف خبراء ومتخصصين من الولايات المتحدة، وبريطانيا، وجنوب أفريقيا، وأستراليا، ونيوزلندا، ونيجييريا، والإكوادور، والعراق، والهند، ومصر، وماليزيا، إضافة إلى الأردن.

الاصطناعي، وانتشرت الأشياء، وإدارة المشاريع الهندسية والإنشائية، والتعلم الآلي، والتوأمة الإلكترونية، ونمذجة معلومات البناء. وأكد رئيس الجامعة الدكتور محمد المجالي، أهمية اللقاءات العلمية للارتقاء بواقع البحث العلمي والسمو بالمشهد الأكاديمي، وتضخيم مبدأ الشراكة مع الجامعات الأخرى. من جهته، قال رئيس المؤتمر وعميد كلية الهندسة الدكتور نبيل أبو شعبان، إن ما يميز المؤتمر هو

✦ مادبا

انطلقت في جامعة الزيتونة، فعاليات المؤتمر الخامس لكلية الهندسة والتكنولوجيا، الذي يعقد بالشراكة مع المؤتمر الدولي ١٤١ بعنوان "إدارة الهندسة والمشاريع والإنتاج". وبحسب بيان للجامعة، يناقش المؤتمر، الذي جاء تحت رعاية رئيس مجلس أمناء الجامعة العين الدكتور عبد الله النسور، موضوعات تشكل مستقبل الهندسة والإنتاج، بما في ذلك الطاقة والاستدامة، والذكاء

## الأهلي يصعق شباب الأردن في الرmq الأخير



عزز الأهلي صدارته لترتيب الدوري الأردني، بعدما قلب تأخره بهدفين إلى فوز على شباب الأردن (٣-٢)، الخميس على ملعب البترا، ضمن منافسات الجولة الخامسة بالبطولة. ورفع الأهلي رصيده إلى ١٣ نقطة في المركز الأول، فيما تجدد رصيد شباب الأردن عند ٤ نقاط في المركز العاشر. وتقدم شباب الأردن في الدقيقة ٤ عن طريق خالد عصام، قبل أن يضيف زميله

## مانشستر سيتي مهدد بالاستبعاد من كل بطولات الموسم

أفادت تقارير صحفية مساء الخميس، بأن مانشستر سيتي مهدد بعدم الاستمرار في كافة مسابقات الموسم الحالي، إذا ثبتت إدانته بانتهاكات قوانين الدوري الإنجليزي الممتاز المالية. وذكرت صحيفة "تيليجراف"، أن سيتي بات عرضة للاستبعاد من كأس الاتحاد الإنجليزي وكأس الرابطة الإنجليزية، ولا يوجد ضمان أيضا حول إمكانية مواصلة اللعب في دوري أبطال أوروبا أو كأس العالم للأندية أيضا. وكشفت الصحيفة، أن منافسيه في الدوري الإنجليزي الممتاز لا يعتقدون أن خصم النقاط لرة واحدة، سيكون عقوبة كافية، إذا ثبتت إدانته بالأغلبية العظمى من التهم الموجهة إليه. وقد برضى استبعاد سيتي من البريميرليج أولئك الذين يطالبون بفرض عقوبة أشد، لكن هذا سيؤدي إلى زعزعة كرة القدم الإنجليزية بشكل كبير، ويمكن أن يؤدي إلى استمرار بطل الدوري الإنجليزي الممتاز أربع مرات في المشاركة في كأس الاتحاد الإنجليزي، وكأس الرابطة، ودوري أبطال أوروبا. ومع ذلك، فإن قواعد الكأسين المحليتين، تفتح المجال لإمكانية استبعاد سيتي من البطولتين. وعلى سبيل المثال، تنص المادة ٣١ من قوانين كأس الاتحاد الإنجليزي على أنه "إذا تم قبول ناد للمشاركة في المسابقة ثم تم استبعاده من الدوري الذي ينافس فيه (أو تم تعليق مبارياته في الدوري)، فيجوز لمجلس إدارة اللعبة الاحترافية (PGB) استبعاد النادي من المسابقة". يتكون مجلس إدارة اللعبة الاحترافية من ممثلين عن الدوري الإنجليزي الممتاز ورابطة الدوري الإنجليزي. أما قواعد كأس الرابطة، فتعزف الأندية المشاركة على أنها "كل عضو من وقت لآخر في الرابطة وكل عضو من وقت لآخر في الدوري الإنجليزي الممتاز". وتبدو القواعد التي تحكم دوري أبطال أوروبا أكثر تعقيدا، حيث يتطلب على الفرق الحصول على رخصة أندية من الاتحاد الأوروبي لكرة القدم (يويفا) للمشاركة في المسابقات الأوروبية. يشترك كل من يوفيا والاتحاد الإنجليزي والدوري الإنجليزي الممتاز في إدارة هذه التراخيص، لكن "تيليجراف" لم تؤكد ما إذا كان الاستبعاد من دوري محلي قد يكون سببا للإقصاء من المسابقات الأوروبية.

## الفيصلي يحفز لاعبيه بالمكافآت قبل موقعة الوحدات



التقى نضال الحديد رئيس الفيصلي الأردني، الجهاز الفني والإداري ولاعبى الفريق بحضور نائبه أحمد الوريكات وعضو مجلس الإدارة فوزي العجارمة. وطالب الحديد الجهاز الفني واللاعبين بتصحيح المسار والعودة إلى سكة الانتصارات واستكمال مشوار المنافسة على لقب دوري المحترفين الأردني بداية من المباراة المقبلة التي تجتمع مع الوحدات

## الوحدة التي انضمت في قمة مباريات

بدأت الخميس، منافسات الأسبوع الخامس من دوري المحترفين لكرة القدم، الذي يشهد مباراة قمة الدوري التي تجمع فريقى الوحدات والفيصلي. وتتواصل المباريات الجمعة، بلقاء الرمثا مع الصريح والجزيرة مع مغير السرجان، فيما تختتم منافسات الأسبوع الخامس يوم السبت المقبل، بلقاء الوحدات والفيصلي على ستاد عمان في قمة مباريات الدوري، كما يلعب فريقا الحسين اريد ومعان. ويتصدر الأهلي ترتيب الفرق برصيد ١٠ نقاط، يليه الوحدات والحسين والرمثا ب٧ نقاط لكل منهما، ثم الفيصلي ب٦، يليهم الصريح ب٥، معان، شباب الأردن، والسلط، ومغير السرجان ب٤ نقاط، الجزيرة بنقطة وحيدة، وشباب العقبة (دون نقاط).

## الوحدة التي انضمت في قمة مباريات

قرر الوحدات، قبول استقالة عضو مجلس الإدارة المهندس حاتم أبو ميعش. وكان أبو ميعش تقدم باستقالته من إدارة النادي منذ فترة طويلة، وجرى محاولات عديدة لتقريب وجهات النظر وسحب استقالته، لكنه بقي مصمما عليها، وهو ما دعا مجلس إدارة النادي إلى قبولها في نهاية المطاف. وكان أبو ميعش مسؤولا عن نشاط كرة السلة في نادي الوحدات، وترك بصمة مؤثرة، لكن إلغاء نشاط كرة السلة كان أحد الأسباب الرئيسية التي دفعته للاستقالة. وينتظر أن يتم استدعاء عضو الاحتياط الأول ابياد الشلمتي ليحل عوضا عن أبو ميعش. وعلم كوورة أن عضو الاحتياط الأول ابياد الشلمتي لن يوافق على الانضمام إلى عضوية إدارة النادي بسبب انشغاله بمقد عمل خارج الأردن، وهو ما يجعل عضو الاحتياط الثاني خضر صوان، أقرب بديل للعضو المستقيل.

## رونالدو هداه أمنيته للتحدي في إيمان



تفنى البرتغالي كريستيانو رونالدو قائد النصر السعودي، بإمكانات الإسباني لامين يمام موهبة برشلونه. وجذب يمام، الأنظار إليه بشدة، بعد تويجه بلقب اليورو رفقة منتخب إسبانيا هذا الصيف. وواصل يمام تألقه مع بداية الموسم الجاري، بالمشاركة في ٥ مباريات رفقة برشلونه، نجح خلالها في تسجيل ٣ أهداف وصناعة ٤ آخرين في الليجا. وقال رونالدو، بحسب ما نقله خبير الميركاتو فابريزيو رومانو على موقع تويتر "أجد الكثير من الموهبة لدى لامين يمام.. وأضاف "أتمنى ألا يعاني يمام من مشاكل في المستقبل، وأعتقد بأنه سيكون من أفضل اللاعبين في جيله بكل تأكيد.. ويستعد لامين يمام رفقة برشلونه، لمواجهة موناكو الفرنسي، مساء اليوم الخميس، في مستهل مشوار الفريقين بدوري أبطال أوروبا.

## مزارويو ثم الحلم يعملا

حدث نصير مزاروي، ظهور مانشستر يونايتد، عن انتقاله للشبابين الجرم هذا الصيف قادما من صفوف بايرن ميونخ في صفقة قدرت قيمتها بـ١٥ مليون يورو و٥ ملايين يورو كإضافات. وقال مزاروي عن مركزه المفضل في حديثه للموقع الرسمي لمانشستر يونايتد، "كنت في السابق متوسط ميدان، ولعبت خلال مسيرتي في كل مركز من الجناح الأيسر لمتوسط الميدان الدفاعي، وبالتالي لعبت في كل مكان وهذا ساعدني الآن، فني أي مكان أتواجد به في أرض الملعب أشعر بالراحة، ولا يكون لسان حالي ماذا يتوجب علي القيام به هنا؟ فأنا أعرف ماذا أفعل.. وأضاف، "في اللحظة التي حصلت فيها على أول عقد احترافي، شعرت منذ تلك اللحظة بأن مسيرتي بدأت وأردت المزيد، وكان ذلك النجاح الأول في مسيرتي، كل خطوة قمت بها والتي كانت نقلة لهذا النادي الكبير ومن قبله بايرن ميونخ أيضا، تظهر لماذا نقوم بالعمل الجاد كل يوم ولماذا نحتاج إلى مزيد من العمل.. وتابع، "علمت برغبتي في اللعب بالبريميرليج يوما ما، ولكن أن أتمكن من اللعب لهذا النادي الكبير هو بمثابة حلم لم أستطع أن أحلم به ولم يأت إلى ذهني.. وواصل، "كل خطوة قمت بها كانت بالفعل خطوة نجاح وخطة افتخر بها، وبالتالي أعرف أنني قمت بخطوة أخرى في مسيرتي ومانشستر يونايتد هو خطوة كبيرة بالنسبة لي.. وعن بدايته مع مانشستر يونايتد أوضح، "من الصعب الوصول إلى ناد جديد مع ما يحمله ذلك من مسؤوليات، فقط تدريب مرتين مع لاعبين جدد ولا أعرف كيفية اللعب معهم، وبعدها خضت مباراتي الأولى، وبالتالي أنا فخور للغاية بنفسي.. وأتم، "ولكن قال إريك (تين هاج) يمكنك توقع المزيد مني كون تلك مجرد البداية، أعتقد أنه عندما يزداد شعوري بالراحة والتأقلم، سأقدم ما هو أفضل".

## شرح بطال الكاس

يتطلع الإيطالي ستيفانو بيولي، مدرب النصر الجديد، لإنقاذ الفريق من كبوته وإعادةه إلى منصات التتويج، إلا أنه يصطدم بمعضلة أليم. وقدم النصر، الخميس، بيولي مدربا جديدا للفريق حتى عام ٢٠٢٦ في مؤتمر صحفي حضره وسائل الإعلام. ويأتي تعيين بيولي خلفا للبرتغالي لويس كاسترو، الذي أقبل من منصبه أول أمس الثلاثاء، على خلفية النتائج غير المرضية، والأداء المتذبذب للفريق في الفترة الماضية. ويواصل النصر اعتماده على المدرسة الأوروبية، إذ يعين مدريا من القارة العجوز للمرة الرابعة على التوالي، بعد الثلاثي الفرنسي رودي جارسيا، والكرواتي دينكو بليتشيتش، والبرتغالي كاسترو.

## بطل العالم

يعتبر بيولي ثالث مدرب إيطالي في تاريخ النصر، حسب إحصائيات موقع "ترانسفيرماركت"، وسيوواجه تحديا قويا من أجل تحسين سمعة الطليان في قلعة "العالمي".

## كانافارو

وكان آخر مدرب إيطالي قاد النصر هو الأسطورة فابيو كانافارو، الذي رفع كأس العالم ٢٠٠٦ في ألمانيا، وكان ذلك في أكتوبر/ تشرين الأول ٢٠١٥. لكن، تجربة كانافارو لم يكتب لها النجاح، إذ غادر بطل العالم أسوار "العالمي" بعد أقل من ٤ شهور فقط، بعد نتائج باهتة. فعلى مدار ١١٠ أيام، لعب النصر تحت قيادة كانافارو ١٤ مباراة، منها ١٢ في الدوري السعودي للمحترفين، و٢ في كأس الملك. وحقق الفريق الأصفر خلال تلك الفترة الفوز في ٦ مباريات فقط، بينما أخفق في ٨ (تعادل ٥ مرات، وخسر ٣). وكانت الخسارة على يد نجران بنتيجة ٣-٤، في الجولة ١٦ القشة التي قصمت ظهر البعير، ودفعته الإدارة لإقالة كانافارو وتعيين الإسباني راؤول كانيادا في ذلك الوقت. لم يترك المدرب الإيطالي أثرا طيبا في قلعة العالمي، ورحل دون أن يحقق أي لقب.

## زينجا

وقبل ذلك بنحو ٥ أعوام، اعتمد النصر على مدرب إيطالي لأول مرة في تاريخه بتعيين الحارس السابق والتر زينجا. زينجا، الذي جاء خلفا للأوروغوياني خورخي دا سيلفا، خاض تجربة شبيهة بمواطنه كانافارو. ولم يستمر أحد أساطير الحراسة الإيطالية في منصبه لأكثر من ٧ أشهر، حيث لم يكمل الموسم. وقاد زينجا، الذي حمل أيضا الجنسية البلجيكية، النصر في ١٦ مباراة، جاءت كلها في الدوري السعودي. ورغم أنه لم يتعرض للخسارة إلا في مباراة واحدة ضد الوحدة، إلا أنه كان كثير التعادلات إذ فشل في الفوز مكتفيا بالتعادل في ٨ مباريات أخرى، مقابل ٧ انتصارات. لم تصبر إدارة النصر في ذلك الوقت على زينجا، وقررت إقائه بعد أن تعادل مع الفتح والتعاون على الترتيب، لتلجأ للكرواتي دراغون سكوبيتش.

## الاستثمار في السباق

كشفت تقارير صحفية، الخميس، عن دخول صندوق الاستثمارات العامة، في مفاوضات مبكرة للتعاقد مع الغاني توماس بارتني، لاعب أرسنال، خلال الانتقالات الشتوية المقبلة. ووفقا لموقع TEAMtalk، فإن، كبار المفاوضين في صندوق الاستثمار العام السعودي على اتصال بممثلي بارتني منذ يونيو/ حزيران الماضي. وقال الموقع إن المفاوضات، ناقشوا بالفعل الشروط الشخصية مع اللاعب، ومن المتوقع إجراء اتصالات جديدة قريبا.

وأشار الموقع إلى أن خطة صندوق الاستثمارات العامة هي الاتفاق مع اللاعب البالغ من العمر ٣١ عاماً قبل يناير/ كانون الثاني المقبل، لضمان الفوز في السباق للحصول على خدماته. وكانت تقارير صحفية، ذكرت في وقت سابق، أن بارتني يبحث عن ناد جديد بسبب اقتراه من خسارة مكانه في تشكيل المدرب ميكيل أرتيتا، عقب تعاقد ميكيل ميريوني من الإصاية. وينافس صندوق الاستثمار العام السعودي، كلا من العملاقين التركيبن جالطة سراي وفنربخشة، بالإضافة إلى برشلونه، للحصول على خدمات اللاعب الغاني.

## كأس الأندية

انطلقت الخميس، منافسات الدور الأول من بطولة كأس الأردن للسيدات لكرة القدم موسم ٢٠٢٤، والتي تقام على ملعب البولو بمدينة الحسين للشباب، بمشاركة أندية المحترفات. والتقى فريقا عمان (أف سي) والنصر على ملعب البولو ١، فيما يستضيف ملعب البولو ٢ بنفس التوقيت مباراة فريقي الأرنؤوكسي والحسين اريد. وحسب نظام البطولة، تم توزيع أندية المحترفات الـ ٦ على مجموعتين بنظام القرعة الموجهة بحسب ترتيبهم في الدوري الأردني للمحترفات ٢٠٢٤، حيث ضمت كل مجموعة ثلاثة فرق تلعب بنظام الدوري المجزأ من مرحلة واحدة.

وضمت المجموعة الأولى (الاتحاد، الأرنؤوكسي، الحسين)، في المقابل، استقرت فرق (عمان FC، الاستقلال، النصر) ضمن المجموعة الثانية، على أن يتأهل للدور الثاني أول وثاني كل مجموعة. ويقام الدور الثاني بنظام خروج المغلوب من مباراة واحدة، وفي حال انتهاء الوقت الأصلي لأي لقاء بالتعادل، يتم اللجوء إلى الركلات الترجيحية مباشرة، لتحديد الفريق الفائز، حيث يلتقي الفريقان الفائزان من الدور الثاني ضمن المباراة النهائية، فيما تقام مباراة تحديد المركز الثالث بين الفريقين الخاسرين.