

ولي العهد يحاور شبّابًا في المفرق ولي العهد: أهمية الاستمرار بتعزيز الفرص الاقتصادية

المفرق

حاور سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، الخميس، شبّابًا في محافظة المفرق حول جملة من القضايا التي تههم وتعزّز مشاركتهم، وتحظى بمتابعة من سموه.

وركز اللقاء، الذي أقيم في مركز شباب رحاب، على مجالات التكنولوجيا، والاقتصاد، والسياحة، والتعليم والتدريب المهني والتقني.

وبالحديث عن التكنولوجيا، بين سموه أن المجلس الوطني لتكنولوجيا المستقبل يطور خططًا لمشاريع جديدة ونوعية تسعى لمواكبة المستقبل وخدمة المواطنين ودعم النمو الاقتصادي.

وأكد سمو ولي العهد، أهمية الاستمرار بتعزيز الفرص الاقتصادية، وجلب الاستثمارات بمختلف المجالات.

وتطرق سموه في حديثه إلى أهمية تطوير التعليم والتدريب المهني والتقني، وتمكين الشباب وصقل مهاراتهم، لمواكبة ما يتطلبه سوق العمل من وظائف جديدة.

من جهتهم، أشاد الحضور بحرص سمو ولي العهد على التواصل مع الشباب باستمرار، والاستماع إلى آرائهم وأفكارهم التي تسهم في مسيرة بناء الأردن وتطوره.



العيسوي: الوحدة الوطنية والتفاف الأردنيين حول قيادتهم الهاشمية دعامة البناء الوطني والتقدم المستدام

عمان

أكد رئيس الديوان الملكي الهاشمي، يوسف حسن العيسوي، أن الأردن لا يعلو إلا بأبائانه، ولا ينهض إلا بتكاتفهم ووحدتهم والتفافهم حول قيادته الهاشمية التي أثبتت عبر العقود أنها بوصلة الحكمة وراعية المصلحة الوطنية العليا.

جاء ذلك خلال لقائه، الخميس، في الديوان الملكي الهاشمي، وفدا من وجهاء وأبناء عشيرة آل حداد، بحضور مستشار جلاله الملك لشؤون العشائر كنعان عطا البلوي، حيث استعرض العيسوي مواطن قوة الأردن ومواقف وجوده جلالة الملك في مسيرة التنمية الشاملة وتعزيز مكانة الأردن إقليميا ودوليا، ودوره المحوري في دعم قضايا الأمة العربية.

وقال العيسوي إن الأردن، بقيادة جلالة الملك عبدالله الثاني، يسير بثقة نحو المستقبل من خلال رؤية استراتيجية واقعية، تقوم على تمكين الإنسان الأردني باعتباره جوهر التنمية ومحورها.

وأضاف أن مسيرة الأردن، بقيادة جلالة الملك، تنطلق من إرث هاشمي يؤمن بالإصلاح والانفتاح، ويعلي من شأن القانون ويصون الكرامة الإنسانية، مشيدا في هذا السياق بدور القوات المسلحة الأردنية – الجيش العربي والأجهزة الأمنية، التي تواصل أداءها بكفاءة واقتدار. وأشار العيسوي إلى التحديات الإقليمية والدولية المتسارعة، مؤكدا أهمية وعي المجتمع، ونهوض النخب بدورهم، ودعم طاقات الشباب، لحماية الهوية الوطنية الأردنية وتعزيز القيم الوطنية.

وفي حديثه عن مواقف الأردن القوية، شدد العيسوي على ثبات الموقف الأردني تجاه القضية الفلسطينية، مؤكداً أن فلسطين والقدس تبقيان في صلب وجدان القادة الهاشمية، وأن دعم الأردن لانشقاق يُترجم أفعالا سياسية وإنسانية على الأرض تجلّي في الحراك السياسي والدبلوماسي الدولي والإقليمي، الذي يقوده جلالة الملك، وإرسال المستشفيات الميدانية والمساعدات الإنسانية والإغاثية. كما أشاد العيسوي بجهود جلالة الملكة رانيا

"سلطة البترا" تبحث التعاون مع شركات فرنسية لتنشيط السياحة

البترا

بحثت سلطة إقليم البترا التنموي السياحي سبل التعاون مع شركات فرنسية متخصصة في إدارة الفعاليات والأنشطة السياحية، بهدف تطوير برامج سياحية نوعية تسهم في تنشيط الحركة السياحية في المدينة، خصوصا خلال المواسم التي تشهد انخفاضا في أعداد الزوار.

وأكد رئيس مجلس المفوضين الدكتور فارس البريزات، خلال اللقاء أن السلطة تعمل على تنويع المنتج السياحي من خلال شركات استراتيجية مع جهات دولية تمتلك خبرات متقدمة في تنظيم الفعاليات الكبرى، مشيرا إلى أن البترا تمتلك مقومات فريدة تؤهلها لتكون وجهة دائمة للثقافة والسياحة والترفيه على مدار العام.

وأعرب ممثلو الشركات الفرنسية عن اهتمامهم الكبير بإقامة فعاليات مبتكرة في المدينة، مشيدين بمكانة البترا كوجهة عالمية متميزة، وما توفره من فرص واعدة لإطلاق مبادرات مشتركة تعزز من موقعها على خارطة السياحة الدولية.

ويأتي هذا اللقاء في إطار جهود السلطة للنهوض بالمنتج السياحي وتحقيق تنمية اقتصادية مستدامة، من خلال استقطاب الاستثمارات السياحية وتحفيز الحركة خلال الفترات الهادئة. وحضر اللقاء نائب رئيس مجلس المفوضين الدكتور شاكر العدوان، ومفوض شؤون إدارة المحمية والسياحة المهندس يزن محادين.

المنطقة العسكرية الجنوبية تحبط محاولة تهريب مواد مخدرة

عمان

أحبطت المنطقة العسكرية الجنوبية فجر الخميس، على واجهتها الغربية وضمن منطقة مسؤوليتها، محاولة تهريب مواد مخدرة بواسطة طائرة مسيرة.

وقال مصدر عسكري مسؤول في القيادة العامة للقوات المسلحة الأردنية – الجيش العربي، إن "قوات حرس الحدود في المنطقة العسكرية الجنوبية، وبالتنسيق مع الأجهزة الأمنية العسكرية وإدارة مكافحة

المخدرات، تمكنت من إحباط محاولة تهريب مواد مخدرة بواسطة طائرة مسيرة حاولت اجتياز الحدود"، موضحا أنه تم تطبيق قواعد الاشتباك بعد رصدها ومتابعتها، وتم التعامل معها وإسقاطها داخل الأراضي الأردنية، وتحويل المضبوطات إلى الجهات المختصة.

وأكد المصدر أن القوات المسلحة الأردنية ماضية في تسخير قدراتها وإمكاناتها المختلفة، للحيلولة دون وصول هذه المواد المخدرة إلى أبناء الوطن والتأثير على الأمن الوطني.

الأردن يدين موافقة إسرائيل على بناء 22 مستوطنة جديدة

عمان

دانت وزارة الخارجية وشؤون المغتربين بأشد العبارات، قرار إسرائيل، القوة القائمة بالاحتلال في الضفة الغربية، بالموافقة على بناء ٢٢ مستوطنة جديدة فيها باعتبارها انتهاكا صارخا للقانون الدولي والقانون الدولي الإنساني وإمعانا واضحا في التعدي على حق الشعب الفلسطيني غير القابل للتصرف في تجسيد دولته المستقلة ذات السيادة على خطوط الرابع من حزيران عام ١٩٦٧ وعاصمتها القدس المحتلة. وأكد الناطق الرسمي باسم الوزارة السفير الدكتور سفيان القضاة رفض المملكة المطلق وإدانتها الشديدة لهذا القرار الذي يخالف قرارات مجلس الأمن الدولي، وخصوصا القرار ٢٣٣٤ الذي يدين جميع الإجراءات الإسرائيلية الرامية إلى تغيير التكوين الديموغرافي وطابع ووضع الأرض الفلسطينية المحتلة منذ ١٩٦٧ بما فيها القدس المحتلة، ويؤكد أن جميع الأنشطة الاستيطانية الإسرائيلية في الأرض الفلسطينية المحتلة بما فيها القدس المحتلة غير قانونية

الحجاج الاردنيون يغادرون الى مكة المكرمة

المدينة المنورة

قال وزير الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية، الدكتور محمد الخلايلة، إن الوزارة أكملت استعداداتها لتفويض الحجاج الأردنيين إلى المشاعر المقدسة بمكة المكرمة. وأكد الخلايلة، لدى تفقده الحجاج في المدينة المنورة، حرص الوزارة على تيسير وصول الحجاج وانتقالهم إلى مكة المكرمة ليؤدوا مناسك الحج ببسر وطمأنينة وأمان، كما اطمأن على أحوالهم ومستوى الخدمات المقدمة لهم، واستمع إلى ملاحظاتهم ووجه بحلها.

ورافق الخلايلة في جولته أعضاء البعثة الإعلامية، ومديرو الحج والعمره: المهندس مجدي البطوش، وصندوق الزكاة: الدكتور عبد السعيرات، ومؤسسة تنمية أموال الأوقاف: يوسف القضاة.

رئيس هيئة الأركان المشتركة يستقبل السفير الفرنسي

عمان

استقبل رئيس هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن يوسف أحمد الحنيطي الخميس، في مكتبه بالقيادة العامة، السفير الفرنسي في عمان اليكسي لوكورور غرانميوزون.

وبحث اللواء الركن الحنيطي مع الضيف، عددا من

مجلس الأمانة يوافق على عدد من اتفاقيات التعاون

وبحسب بيان الأمانة، وافق المجلس على مذكرة التفاهم المنوي إبرامها مع جمعية اللجنة الدولية للإغاثة، بخصوص تقديم الخدمات الإنسانية والتنموية في العاصمة عمان، وبناء القدرات لكلا الطرفين.

كما صادق المجلس على مذكرة التفاهم المنوي إبرامها مع كلية لومينوس الجامعية التقنية، بخصوص التعاون والتنسيق في مجالات تبادل النقاء والخبرات، وتقديم الاستشارات، وإجراء الدراسات البحثية، والتدريب، وفق الورش والمحاضرات.

بعثة الأردن الدائمة لدى الأمم المتحدة بجنيف تحتفل بعيد الاستقلال

عمان

وأكد، أن الاستقلال يمثّل محطةً مضيئة في تاريخ الأردن، وفرصةً لتجديد العهد والولاء للوطن وقيادته الهاشمية، مُشيداً بالإنجازات الكبيرة التي حققتها المملكة بقيادة جلالة الملك عبدالله الثاني في مختلف المجالات. وتخلل الحفل فقرات فنية وأغاني وأهازيج وطنية وسط أجواء من الفخر والاعتزاز والانتماء الوطني، وسط تأكيد الحضور على تمسّكهم بقيم الوطن، وحرصهم على تمثيله بأفضل صورة في المحافل الدولية.

وزير الخارجية يبحث وممثلة الاتحاد الأوروبي وقف إطلاق النار بغزة

عمان

بحث نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي مع الممثلة العليا للاتحاد الأوروبي للشؤون الخارجية والسياسة الأمنية كايا كالاس الخميس، جهود التوصل لوقف دائم لإطلاق النار

في غزة، وإنهاء الكارثة الإنسانية في القطاع. وأكد الصفدي أهمية إنجاز اتفاق تبادل بحقق وقفا فوريا



خلف قيادتهم الهاشمية، داعمين ومؤيدين لمواقف جلالة الملك الحكيمة، معبرين عن فخرهم بالإنجازات المتحققة في عهد جلالة الملك، في مختلف المجالات، مشيرين إلى أن ما تحقّق هو انعكاس مباشر للرؤية الملكية الواقعية والطموحة، التي تضع الإنسان في صميم الأولويات.

وشدوا على أن نقّتهم بجلالة الملك مطلقة، انطلاقا من حكمة ومواقفه الشجاعة، ومن التزامه الصادق بنهج الإصلاح والتطوير، مؤكدين أن وحدة الصف الوطني

ورشة في الجامعة الهاشمية تبحث مستقبل المتاحف الأردنية في ظل الثورة الرقمية

الزرقاء

تظلمت الجامعة الهاشمية، كلية الملكة رانيا للسياحة والتراث، بالتعاون مع متحف الأردن وجمعية المتاحف الأردنية، ورشة عمل متخصصة بعنوان: "قطاع المتاحف في الأردن في ظل الثورة الرقمية والذكاء الاصطناعي"، بمشاركة نخبة من الأكاديميين والمتخصصين في المجالين المتحفي والتقني. وأكد عميد الكلية، الدكتور نايف حداد، أهمية تطوير القطاع المتحفي الأردني لمواكبة التحولات المتسارعة في مجالات الذكاء الاصطناعي والتحول الرقمي، وتوظيف هذه التقنيات في حفظ وتوثيق التراث الثقافي، مشددا على أن الذكاء الاصطناعي يمثل أداة قادرة على إعادة تشكيل مستقبل المتاحف وتعزيز السياحة الثقافية.وأضاف أن زيارة المتاحف لم تعد تقتصر على الترفيه، بل أصبحت تجربة حضارية وإنسانية تستدعي توثيقا علميا معقلا، داعيا إلى الاستخدام المسؤول للتكنولوجيا بما يخدم الإنسان والثقافة والبيئة، بعيدا عن الاستخدامات السطحية أو التجارية.

من جهته، أشار مدير عام متحف الأردن، المهندس إيهاب عمارين، إلى التحديات التي تواجه المتاحف الأردنية في مسيرتها نحو الرقمنة، مشددا على ضرورة تعزيز البنية التحتية التقنية والتدريب المستمر للعاملين في المتاحف.

بدوره، تناول الأكاديمي في الجامعة الهاشمية، الدكتور رائد الغزوي، العلاقة بين تجربة الزائر والذكاء الاصطناعي تابع ص٧

بعثة الحج الإعلامية تغادر المدينة المنورة إلى مكة واستمرار تفويض الحاج الأردنيين

المدينة المنورة غادرت بعثة الحج الإعلامية الأردنية، ظهر امس، المدينة المنورة إلى مكة المكرمة، وذلك في إطار عملية تفويض الحاج الأردنيين المستمرة. ومن المتوقع أن تكتمل عملية تفويض غالبية الحاج الأردنيين ، باستثناء بعض البعثات الخاصة التي من المتوقع أن ينتهي تفويضها مطلع الأسبوع المقبل.

وأكد الناطق الإعلامي باسم وزارة الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية الدكتور علي الدقاسمة في تصريح صحفي أن البعثة الإعلامية قامت خلال اليومين الماضيين بمتابعة شؤون الحاج الأردنيين، وتغطية عمليات وصولهم إلى المدينة المنورة وتفويضهم منها إلى مكة المكرمة.

ولفت إلى أن البعثة ستواصل عملها في المتابعة الإعلامية لشؤون الحاج الأردنيين من لحظة وصولهم إلى مكة المكرمة وبشكل يومي حتى انتهاء أداثهم لشعائر الحج ومغادرتهم إلى المملكة.

وأشاد الدقاسمة بمستوى أداء وسائل الإعلام المحلية المرافقة للحجاج الأردنيين، وحرصها على نقل واقع الحال، ومتابعة المستجدات أولاً بأول، مؤكداً أن الوزارة توفر جميع التسهيلات اللازمة لها للقيام بمهامها على أكمل وجه.

وتضم بعثة الحج الإعلامية ممثلين عن وسائل الإعلام الرسمية والخاصة، من محطات تلفزيونية وإذاعية ومواقع إلكترونية إخبارية.

وزير الزراعة يبحث ومسؤولا دوليا الاستدامة البيئيةوتعزيزالأمن الغذائي

عمان أكد وزير الزراعة المهندس خالد الحنيفات، التزام الأردن بدعم التحول نحو إنتاج أسمدة مستدامة وصديقة للبيئة، وتشجيع الشركات الوطنية على الاستثمار في الطاقة المتجددة والابتكار، بما يتماشى مع أهداف الأردن الوطنية وسياساته الطموحة لتحقيق الاستدامة البيئية وتعزيز الأمن الغذائي بالتعاون مع الشركاء الدوليين.

وأشار الحنيفات خلال استقباله، الخميس، الرئيس التنفيذي والمدير العام للاتحاد الدولي للأسمدة أنبزيثا كلاين التي تزور المملكة، إلى دور شركة البوتاس العربية الرائد في صناعة الأسمدة الأردنية وجهودها في دعم المجتمعات المحلية، والمشاريع الوطنية ودعمها لمشروع الشراكة (الحافظة المائية البيئية)، والذي تقذته الجمعية الملكية العلمية لحماية الطبيعة بإشراف من وزارة الزراعة وشركة البوتاس العربية.

ولفت الحنيفات خلال اللقاء الذي حضره الرئيس التنفيذي لشركة البوتاس العربية، الدكتور معن النسور، إلى أهمية الدور الحيوي الذي يلعبه الاتحاد الدولي للأسمدة كصوت عالمي لصناعة الأسمدة، من خلال جهوده في تعزيز الممارسات الزراعية المستدامة، وتشجيع الاستخدام الفعال للأسمدة، والابتكار في إدارة المغذيات، وتوفير معلومات سوقية تعزز من كفاءة سلاسل الإمداد العالمية.

وأشار إلى أن الأردن يُعد شريكاً أساسياً في منظومة الأمن الغذائي العالمي بفضل موارده الطبيعية، من خلال إنتاج لمادتي البوتاس والفوسفات، اللذين يعتبران عنصرين أساسيين لنمو المحاصيل وضمان الأمن الغذائي.

وبين أن الأردن يسهم من خلال شركاته الوطنية الرائدة، وعلى رأسها شركة البوتاس العربية، في دعم احتياجات الأسواق الإقليمية والعالمية من الأسمدة، ويعمل بالتعاون مع الاتحاد الدولي للأسمدة لتعزيز الابتكار والاستدامة في هذا القطاع الحيوي.

وجدد الحنيفات التأكيد على التزام الأردن بتعزيز التعاون مع الاتحاد الدولي للأسمدة والشركاء الدوليين لدعم التحول نحو ممارسات زراعية مستدامة وضمان أمن غذائي عالمي أكثر مرونة، داعياً الى توسيع التعاون والشراكة، بما يخدم المزارعين والمجتمعات الزراعية حول العالم.

من جانبها أعربت كلاين عن تقديرها للدور المحوري الذي تلعبه المملكة في دعم صناعة الأسمدة العالمية، من خلال إنتاج الفوسفات والبوتاس، مشيدة بشركة البوتاس العربية كنموذج للنجاح الوطني ومساهم رئيس في قطاع الأسمدة العالمي.

وأكدت أهمية مشاركة الشركة الفاعلة في لجان الاتحاد وبرامجه المتخصصة، خاصة تلك المتعلقة بالاستدامة والابتكار ومبادرات دعم الشركات الناشئة، مشيرة الى التزام الاتحاد الدولي للأسمدة بتعزيز التعاون مع الأردن وشركائه الرائدة مثل شركة البوتاس العربية وشركة الفوسفات الأردنية، لدعم الابتكار في إدارة المغذيات، وتسريع جهود إزالة الكربون من الصناعة، وتعزيز الأمن الغذائي العالمي في مواجهة التحديات المتزايدة.

وقالت، إن الأردن ليس لاعباً إقليمياً مهماً فقط بل أيضاً شريكاً استراتيجياً للاتحاد في تحقيق الأهداف العالمية نحو زراعة أكثر استدامة وكفاءة.

اختتام التمرين العسكري المشترك أسود الحرس الملكي الخاص 3

عمان اختتمت في مدرسة الحرس الملكي الخاص، الخميس، تمرين أسود الحرس الملكي الخاص ٣، بمشاركة قيادة الحرس الملكي في مملكة البحرين الشقيقة، وبحضور مدير التدريب العسكري، ونائب قائد الحرس الملكي البحريني، وقائد الحرس الملكي الخاص.

واشتمل التمرين على رمايات من مختلف أنواع الأسلحة الخفيفة والمتوسطة ورماية رشاش الجاو والرماية من خلال السيارات والدراجات والقناصين وكيفية استخدام الطائرات المسيرة والتعامل معها في جميع المجالات.

ويهدف التمرين إلى تبادل الخبرات وتطوير المهارات في مجالات الأمن والحماية القريبة، وتدريب فرق القناصين، وفرق التدخل السريع على الرمايات المختلفة.

يشار إلى أن فعاليات تمرين أسود الحرس الملكي انطلقت منذ نحو ٣ أعوام، ويعكس استمرار تنفيذ التمرين بشكل سنوي عمق العلاقات بين الجيشتين الشقيقتين.

تخريج عدد من الدورات في مدرسة تدريب ضباط الصف

عمان احتفلت مدرسة تدريب ضباط الصف، الخميس، بتخريج عدد من الدورات، بمشاركة عدد من ضباط صف وأفراد من مختلف صنوف القوات المسلحة الأردنية، وبمشاركة من دولة الكويت الشقيقة.

وتضمن الحفل تخريج دورات متعددة شملت: دورة القيادة التأسيسية لضباط الصف، ودورة تأهيل وكلاء القوة، ودورة تأهيل ضغار ضباط الصف، بالإضافة إلى دورة المشاة التأسيسية الخاصة بتحويل الصف.

وأكد أمر المدرسة في كلمته خلال الحفل، أن هذه الدورات تهدف إلى إعداد وتأهيل المشاركين ضمن نهج تدريبي متسلسل، يعزز من قدراتهم القيادية والفكرية، ويسهم في تطوير مهاراتهم المهنية، وتدريب الجنود على استخدام الأسلحة، والتعامل مع مختلف المواضيع التعبوية، بالإضافة إلى تأهيلهم في مهارات المشاة والعمل الميداني. واشتملت البرامج التدريبية مواضيع متنوعة، من بينها: تدريب المشاة، ومنظومة وكلاء القوة، وفن القيادة، وأساليب التدريب الفعال، واستخدام الخارطة والبوصلة، والإسعافات الأولية، ودرب المعاضل، والمبالغة البدنية، والإدارة، إلى جانب التوجيه الديني والأمني والوطني.وفي نهاية الحفل، سلم أمر المدرسة الشهادات والدروع التقديرية للمشاركين، بحضور عدد من مرئيات المدرسة.

رئيس النواب يفتتح ورشة ضمن مشروع "شباب أردني فاعل"



التنفيذي، وبالتعاون مع الكتل الحزبية، لتعزيز المنجز، مشيراً إلى أن واجب البرلمانات خدمة تطلعات الناس، وهذا يكون بالحصول على تغذية راجعة، عبر أدوات حيوية، ليكون جوهر العمل النيابي تصميم السياسات الوطنية استناداً للمكانة الدستورية لمجلس النواب.

وأشار إلى أن تطوير المهارات في صياغة مشاريع القوانين ومتابعة تنفيذها، وإتقان أدوات الرقابة البرلمانية، سيتمنح مجلس النواب مزيداً من القوة والفاعلية، ويعزز من منسوب الثقة الشعبية، متطلعاً أن تسهم هذه الورشة في تبادل الخبرات وتنمية شبكة علاقات فاعلة، تسهم في بناء شراكات قادرة على تقديم مقترحات في مفاصل مهمة، بما ينسجم دوماً مع مصلحتنا الوطنية.

بدورها، عبرت مديرة مكتب بلان انترناشونال الأردن، حميدة جهامة، عن أملها بأن تسهم هذه الورشة في تعميق فهم أثر التشريعات على

عمان افتتح رئيس مجلس النواب أحمد الصفدي، ورشة تدريبية بعنوان "أدوار تشريعية ورقابية فاعلة: مسارات تطوير السياسات الوطنية"، الخميس، شارك بها عدد من أعضاء مجلس النواب، وذلك ضمن مشروع "شباب أردني فاعل" تحسين حالة حقوق الإنسان في الأردن".

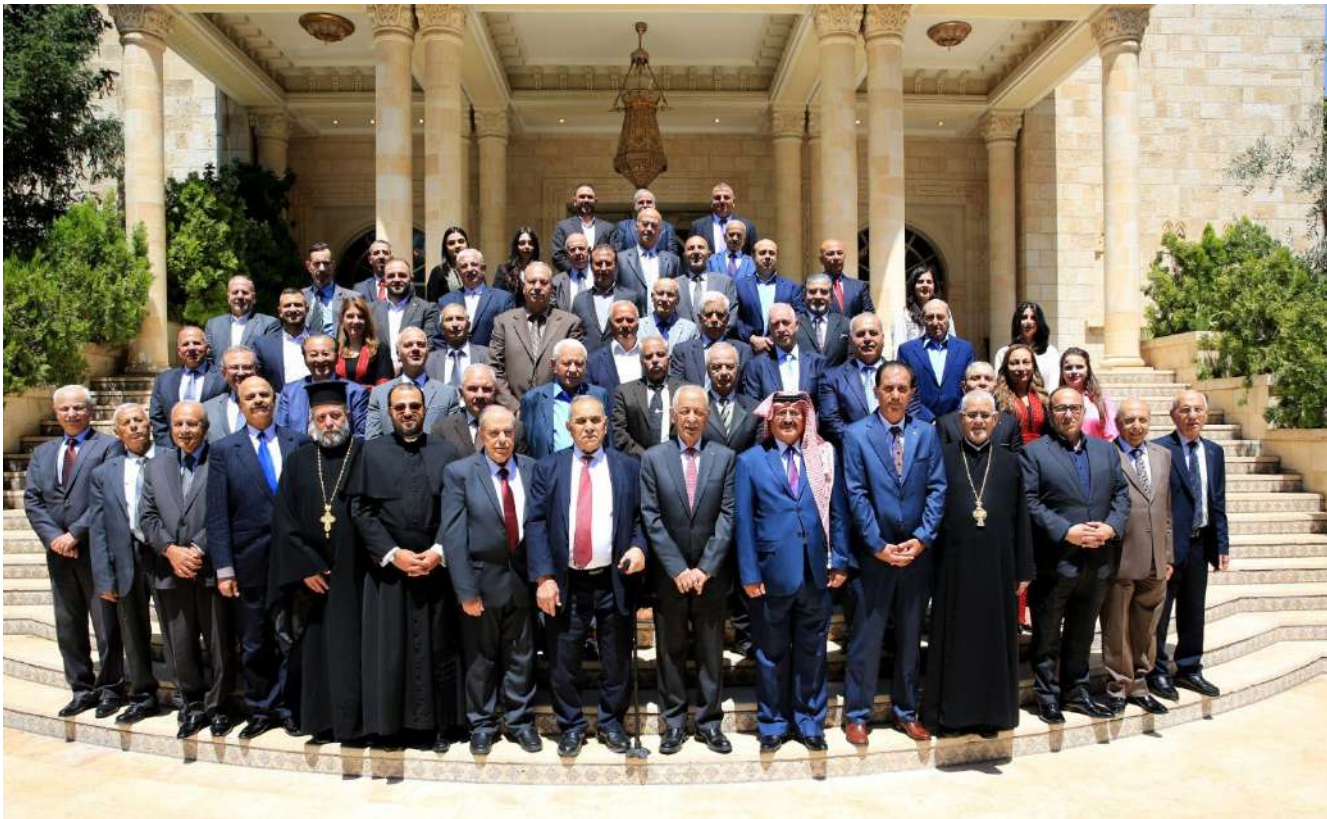
وأكد الصفدي في حفل الافتتاح أهمية المشاركة التي تعكس الجهد الجماعي لمواصلة مسيرة التحديث الشامل كما أرادها جلالة الملك عبدالله الثاني، وأن نبدأ بها المثوية الثانية للدولة، ترسيخاً لمسيرتنا الديمقراطية، وتدعيماً لمفاهيم وغايات دولة المؤسسات والقانون، وتعزيز دور المرأة والشباب في صناعة القرار.

وشدد الصفدي على أهمية مواصلة التقييم الذاتي للأداء، عبر مراجعة داخلية وبيارادة حرة يعبر عنها البرلمان عبر مكتبه الدائم، والمكتب

رئيس الديوان الملكي يلتقي وفدا من أنباء عشيرة آل حداد

العيسوي: الوحدة الوطنية والتفاف الأردنيين حول قيادتهم الهاشمية دعامة البناء الوطني والتقدم المستدام

العيسوي: مسيرة التنمية بقيادة الملك تركز على تمكين الإنسان وصون الكرامة الوطنية المتحدثون: الأردن، بقيادته الهاشمية، سيبقى أردن العز والكرامة وثقتنا بالملك مطلقة المتحدثون: وحدتنا الوطنية خط الدفاع الأول في وجه التحديات والخطابات الفئوية



الهاشمية بكل أمانة واقتدار.

وعبّروا عن اعتزازهم بالقوات المسلحة الأردنية – الجيش العربي، والأجهزة الأمنية، الذين يشكلون عنوان الكفاءة واليقظة، وسياج الوطن المتين في وجه كل من يحاول المساس بأمنه واستقراره.

وأشادوا المتحدثون بالدور الإنساني والفكري الذي تنهض به جلالة الملكة رانيا العبدالله، في ترسيخ مكانة المرأة الأردنية، والدفاع عن قضايا الطفولة.

كما تمّنوا جهود سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، في فتح المسارات أمام الشباب، وصياغة مشروعات ريادية تستنهض طاقاتهم وتعزز إسهامهم في مسيرة التحديث والبناء الوطني.

وقدم المتحدثون التهنة إلى جلالة الملك، وجلالة الملكة وسمو ولي العهد وإلى أبناء الشعب الأردني كافة، بمناسبة عيد الاستقلال التاسع والسبعين واقتراب حلول عيد الأضحى المبارك.

للحدود.

وأضافوا أن الأردن، وإن تأثر بالتطورات الإقليمية، فإنه يبقى فاعلاً مؤثراً في محيطه، بفضل ثوابته ومكانته السياسية، وحكمة قيادته التي تضع مصلحة الوطن والمواطن أولاً وتوازن بين حماية الداخل والمساهمة الفاعلة في استقرار المنطقة.

وتمنوا مواقف الأردن والجهود الملكية المشرفة والثابتة تجاه قضايا الأمة العربية، مؤكدين أن القضية الفلسطينية ستبقى في وجدان الأردنيين وفي صدارة أولويات الدولة الأردنية بقيادة جلالة الملك، الذي يواصل جهوداً سياسية وإنسانية حثيثة للدفاع عن حقوق الشعب الفلسطيني، ووقف العدوان على غزة، وتوفير الحماية الدولية للمدنيين.

وأعربوا عن دعمهم المطلق للوصاية الهاشمية على المقدسات الإسلامية والمسيحية في القدس، باعتبارها مسؤولية تاريخية ودينية ووطنية تقوم بها القيادة

من جهتهم، أكد المتحدثون أن الأردنيين يفتقون صفاً واحداً خلف قيادتهم الهاشمية، داعمين ومؤيدين لمواقف جلالة الملك الحكيمة، معبرين عن فخرهم بالإنجازات المتحققة في عهد جلالة الملك، في مختلف المجالات، مشيرين إلى أن ما تحقق هو انعكاس مباشر للرؤية الملكية الواقعية والطموحة، التي تضع الإنسان في صميم الأولويات.

وشددوا على أن نقتهم بجلالة الملك مطلقة، انطلاقاً من حكمته ومواقفه الشجاعة، ومن التزامه الصادق بنهج الإصلاح والتطوير، مؤكدين أن وحدة الصف الوطني والالتفاف الشعبي حول القيادة الهاشمية يشكّلان الركيزة الأقوى في مواجهة التحديات الداخلية والخارجية.

وقالوا إن الأردن، بقيادته الهاشمية، سيبقى أردن العز والكرامة، متماسكاً بوحدته الوطنية الراسخة، وحرصياً على التصدي لكل الخطابات الفئوية، مشددين على أن الوطن للجميع، وأن التماسك المجتمعي هو خط الدفاع الأول في وجه التحديات الإقليمية والتهديدات العابرة

وفي حديثه عن مواقف الأردن القومية، شدد العيسوي على ثبات الموقف الأردني تجاه القضية الفلسطينية، مؤكداً أن فلسطين والقدس تقيان في صلب وجدان القيادة الهاشمية، وأن دعم الأردن للأشقاء يُترجم أفعالاً سياسية وإنسانية على الأرض تجلّي في الحراك السياسي والدبلوماسي الدولي والإقليمي، الذي يقوده جلالة الملك، وإرسال المستشفيات الميدانية والمساعدات الإنسانية والإغاثية.

كما أشاد العيسوي بجهود جلالة الملكة رانيا العبدالله في دعم قضايا المرأة والطفل والشباب، ودور سمو ولي العهد الأمير الحسين بن عبدالله الثاني في تأطير مشاركة الشباب وإشراكهم في مسيرة البناء.

وأكد العيسوي أن مسيرة الوطن مستمرة بجهود المخلصين، وبالإيمان المتجدد بأهمية الانتداء الفاعل، مشدداً على أن الأردن سيبقي منارة استقرار وركيزة اعتدال في الإقليم.

وزير الخارجية يبحث وممثلة الاتحاد الأوروبي وقف إطلاق النار بغزة

عمان بحث نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي مع الممثلة العليا للاتحاد الأوروبي للشؤون الخارجية والسياسة الأمنية كايا كالاس الخميس، جهود التوصل لوقف دائم لإطلاق النار في غزة، وإنهاء الكارثة الإنسانية في القطاع.

وأكد الصفدي أهمية إنجاز اتفاق تبادل يحقق وقفا فوريا لإطلاق النار، ويضمن فتح كل المعابر لإدخال مساعدات إنسانية كافية وفورية إلى جميع أنحاء القطاع، وتمكين المنظمات الأممية من توزيعها.

وشدد الصفدي على أن وقف قتل أهل غزة وسياسات التجويع اللاإنسانية التي تطبقها الحكومة الإسرائيلية يجب أن تكون الأولوية التي تتكاتف من أجل تحقيقها كل الجهود الدولية.

وشدد الصفدي على أن وحشية العدوان الإسرائيلية على غزة ولاإنسانية سياسة التجويع المنهجية تجاوزت كل الحدود، وخرقت كل القيم الإنسانية والقوانين الدولية، ويجب أن تتوقف فوراً بضغط دولي فاعل وفوري، محذراً من تبعات الإجراءات الإسرائيلية اللا شرعية التي تدفع الضفة الغربية نحو الانفجار، وتقوض كل فرص تحقيق حل الدولتين الذي لا بديل عنه سبيلا لتحقيق السلام العادل الذي يضمن الأمن للجميع.

وتمن الصفدي تحركات الاتحاد الأوروبي المستهدفة ممارسة ضغط حقيقي على الحكومة الإسرائيلية، بما في ذلك قرار مراجعة اتفاقية الشراكة وفرض بعض الدول الأوروبية عقوبات على إسرائيل ودعم حل الدولتين، مؤكدا ضرورة أن يكون هناك رد فعل دولي حاسم وفاعل على المجازر التي ترتكبها إسرائيل في غزة.

وشدد الصفدي على أن العدوان على غزة لن يضمن الأمن لإسرائيل، وأن السلام العادل الذي يجسد الدولة الفلسطينية المستقلة ذات السيادة على التراب الوطني الفلسطيني لتعيش بأمن وسلام إلى جانب إسرائيل هو الضامن الوحيد للجميع في المنطقة.

وبحث الصفدي وكالاس خلال الاتصال الجهود الإقليمية والدولية المستهدفة انتهاء المؤتمر الدولي الذي سيعقد برئاسة سعودية فرنسية في نيويورك الشهر القادم إلى مخرجات عملية تدفع نحو تحقيق السلام العادل والدائم على أساس حل الدولتين.

كما بحثا تطورات الأوضاع في سوريا، حيث ثمن الصفدي قرار الاتحاد الأوروبي رفع العقوبات عن سوريا، وأكد أهمية دعم جهود الحكومة السورية في عملية إعادة البناء على الأسس التي تضمن وحدة سوريا وأمنها وسيادتها واستقرارها، وتخلصها من الإرهاب، وتحفظ حقوق السوريين كافة.

وأكد الصفدي وكالاس صلابة الشراكة الاستراتيجية بين الأردن والاتحاد الأوروبي، واستمرار العمل على تعزيزها تعاوناً متفراً في جميع المجالات، وبما يعزز جهود تحقيق الأمن والاستقرار.

مخاطر شـفـط الدهـون بكميات كبيرة من الجسم



والقلب، وقد يتعرض القلب لمشكلات كبيرة نتيجة الإجهاد الكبير الذي يتعرض الجسم له بعد هذه العمليات، كما أن إزالة كميات كبيرة من الدهون من بعض مناطق الجسم يؤدي إلى ظهور ترهلات ونتوءات غير منتظمة في الجلد، وهذا يعني أن الشخص سيحتاج إلى عمليات تجميل متكررة لمعالجة هذه الترهلات".

وأشار الطبيب إلى أنه يفضل قدر الإمكان الابتعاد عن عمليات شفط الدهون في حال كان الشخص قادرا على فقدان الوزن بالطرق الطبيعية، مثل الحميات الغذائية وأعضائه.وبعض الخضوع لعمليات شفط الدهون ينصح هذه العمليات فيجب قبل إجراء العملية أن يتم إخضاعه لفحوصات طبية شاملة ودقيقة لتقييم حالة جسمه وأعضائه.وبعض الخضوع لعمليات شفط الدهون ينصح الطبيب باتباع أنظمة غذائية معينة لمدة تتراوح ما بين ٣ و ٦ أشهر، وبإشراف أخصائيي التغذية، كما ينصح بالقيام بتمارين رياضية تساعد على شد الجسم والجلد واستعادة اللياقة.

الحساسية الموسمية: أعراضها، أسبابها، وخيارات العلاج المتاحة



الموسمية يعتمد على تقييم الأعراض وتوقيتها الموسمي، وقد يتطلب الأمر إجراء اختبارات جلدية أو دموية لتحديد نوع المواد المسببة للحساسية بدقة.
أما بشأن العلاج، فيختلف حسب شدة الأعراض، ويشمل استخدام مضادات الهيستامين، رذاذات الأنف التي تحتوي على كورتيكوستيرويدات، قطرات العين، وبخاخات استنشاق لعلاج نوبات الربو المرتبطة بالحساسية. وفي الحالات الشديدة التي تترافق مع ردود فعل تحسسية مفرطة، قد يوصى باستخدام حقن الأدرينالين الفوري.
وفي السياق ذاته، أشار موقع "Ameli" الفرنسي إلى أهمية التطبيب اليومي للجدد لعلاج الإكزيما المصاحبة للحساسية، واستخدام كريمات موضعية تحتوي على كورتيكوستيرويدات عند الحاجة.
من جهة أخرى، تشير مصادر طبية إلى وجود بعض الخيارات الطبيعية التي قد تساعد في تخفيف الأعراض، مثل الطرخون، والزعتر، وزيت اللافندر الأساسي، ونبات القراص، بالإضافة إلى مشروبات مثل اليلسان الأسود وخل الفاح. إلا أن هذه الوسائل لا تُعد بديلاً عن العلاج الطبي، ويُنصح باستشارة الطبيب قبل استخدامها.
الخبراء يشددون على أهمية التشخيص المبكر واتباع الخطة العلاجية المناسبة لتفادي تفاقم الأعراض، وتحسين جودة الحياة لدى المصابين بالحساسية الموسمية.

دموعك غالية.. كيف تقطع البصل دون أن تبكي؟ العلم يوضح

مختلفة، كما تم طلاء قطع البصل بألوان لتتبع كيفية تميزها أثناء التقطيع، وسُجّلت العملية بدقة عالية، واستخدم الباحثون مجهرًا إلكترونيًا لقياس مدى دقة الشفرات قبل استخدامها.
كشفت التسجيلات أن استخدام سكين حاد وببطء يقلل كثيرا من كمية الرذاذ المتطاير، وبالتالي يقلل من تهيج العين، أما السكاكين غير الحادة، فتقيل إلى الضغط على البصل، مما يؤدي إلى انحناء طبقاته قبل أن تعود للانتفاخ فجأة أثناء التقطيع، مطلقة كمية أكبر من العصارة في الهواء.كما لاحظ الباحثون أن التقطيع السريع يزيد من توليد الرذاذ، وأن القطرات الدقيقة الناتجة تبقى في الهواء لفترة أطول، مما يزيد من فرص وصولها إلى العين.
ويوضح الباحثون كل من يقف في المطبخ بتطبيق قاعدة بسيطة وهي " استخدم سكينًا حادًا... وقطع ببطء.. فهذا ليس فقط أكثر أمانًا، بل سيجنبك أيضًا الدموع غير المرغوب فيها".

يلجأ بعض الناس لعمليات شفط الدهون بدلا من الحميات الغذائية وممارسة الرياضة لتحسين مظهرهم العام، لكن هذه العمليات قد تكون لها مخاطر كبيرة على الصحة أحيانا.
وفي مقابلة حول الموضوع مع موقع "ميل.رو" قال الطبيب والجراح الروسي يفغيني بربوخودا: "يلجأ البعض لعمليات شفط الدهون كحل سحري للحصول على قوام مثالي، لكن إزالة أكثر من ٥ لترات من الدهون (ما يعادل ٧-١٠٪ من وزن الجسم) خلال عملية واحدة بعد خطوة خطيرة جدا، وقد تشكل خطورة على حياة المريض".
وأضاف: "إزالة كميات كبيرة من الدهون في عملية واحدة قد يعرض الشخص لمخاطر، مثل الانسداد الدهني، أي انتقال جزيئات الدهون إلى مجرى الدم، مما يعرقل وظائف الأعضاء الحيوية، كما قد يتعرض الشخص لنزيف داخلي خطير، وقد يؤدي هذا النوع من العمليات إلى اختلال توازن الشوارد الكهربائية في الجسم ما يؤثر على العضلات وتحسين الصحة العامة.
ونصحت بنقع المانغو في الماء لمدة نصف ساعة قبل تناولها، لافتة إلى أن الألياف الموجودة فيها تعزز الشعور بالشبع وتساعد على التحكم في الوزن. كما أن المانغو تتفكك مؤشراً غلايسيمياً منخفضاً، ما يجعلها خياراً مناسباً لمن يسعون للحفاظ على استقرار مستويات السكر في الدم، شريطة الاعتدال في استهلاكها.
فوائد صحية إضافية
وأشارت دراسة منشورة في المكتبة الوطنية الأميركية للطب إلى أن استهلاك المانغو بمختلف أشكالها يرتبط بعدة فوائد صحية، منها:
تحسين التحكم في سكر الدم-تقليل مستويات الدهون في البلازما
تقليل الشهية-تحسين المزاج والأداء البدني أثناء التمارين
دعم صحة الأوعية الدموية-الحد من التهابات الجهاز التنفسي
كما أظهرت الدراسة أن ألياف المانغو تعزز عملية الهضم، بينما تسهم البوليفينولات في دعم توازن بكتيريا الأمعاء، ما ينعكس إيجاباً على صحة الجهاز الهضمي.

دراسة تكشف عن مفاجأة غير متوقعة عن (داء الملوك)

ارتبط النقرس لقرون عدة بالإفراط في استهلاك الأطعمة الصارة والكحول، لكن أبحاثا حديثة تشير إلى أن الجينات تلعب دورا أكبر في تطور هذا المرض الانتهابي مما كان يعتقد سابقا.
ويعرف المرض سابقا باسم "داء الملوك"، نظرا لانتشاره بين الأثرياء والنخب الحاكمة الذين كانوا يتناولون كميات وفيرة من اللحوم الحمراء والمشروبات الكحولية – وهي عناصر غذائية ترفع مستويات حمض اليوريك في الدم، ما جعلهم أكثر عرضة للإصابة بالنقرس مقارنة بغيرهم من الطبقات الاجتماعية التي كانت تعتمد على أنظمة غذائية أكثر تواضعا.
وكشفت دراسة حديثة أجراها فريق علمي دولي، حلت بيانات جينية من ٢.٦ مليون شخص من ١٣ مجموعة مختلفة، بينهم ١٢٠٢٩٥ مصابا بالنقرس، عن ٣٧٧ منطقة في الحمض النووي ترتبط بالإصابة بالمرض، بينها ١٤٩ منطقة لم تكتشف سابقا.
ورغم أن نمط الحياة والعوامل البيئية تبقى مؤثرة، تؤكد النتائج أن الجينات تحدد بشكل كبير احتمالية الإصابة.
ويقول عالم الأوبئة توني ميريمان من جامعة أوتاغو في نيوزيلندا: "النقرس مرض مزمن له أساس وراثي، وليس خطأ المريض. ويجب نحض الأسطورة القائلة بأنه ناتج عن نمط الحياة أو النظام الغذائي".
ويحدث النقرس عندما ترتفع مستويات حمض اليوريك في الدم، ما يؤدي إلى تكوين بلورات إبرية حادة في المفاصل. وعندما يبدأ الجهاز المناعي بمهاجمة هذه البلورات، يشعر المريض بألم شديد.

وكالات
تُعد الحساسية الموسميّة من الحالات الصحية الشائعة التي تصيب عدداً كبيراً من الأشخاص في فصول معينة من السنة، وتحدث غالباً نتيجة التعرض لحبوب اللقاح المحمولة في الهواء. وتؤثّر هذه الحالة على الجهاز التنفسي والعينين، مسببة مجموعة من الأعراض التي تتفاوت في شدتها.
وبحسب دليل "MSD"، فإن أعراض الحساسية الموسمية تظهر عادة في فصل الربيع أو الصيف أو الخريف، حسب نوع النبات المسبب للحساسية، وتشمل المحفزات الشائعة لحبوب اللقاح ما يلي: في فصل الربيع، أشجار مثل الزيتون والبلوط والبتولا.. أما في الصيف، فتكون الأعشاب مثل السنط والشوك الروسي هي السبب الأبرز. بينما تتسبب عشبية الأمبروزيا في الخريف بمعظم حالات الحساسية.
الأعراض الرئيسية للحساسية الموسمية تشمل الحكة في الأنف والعينين وسقف الحلق، سيلان الأنف، العطاس المتكرر، انسداد الأنف، تورم الأغشية المخاطية، بالإضافة إلى الأعراض العينية مثل احمرار العينين وتورمهما وزيادة الدموع. كما قد يعاني بعض المرضى من السعال والصفرير خاصة المصابين بالربو، بالإضافة إلى اضطرابات النوم والشعور العام بالتعب.
يؤكد مختصو الجهاز التنفسي أن تشخيص الحساسية

فوائد صحية للمانغو تنعكس على صحتك الجسدية

وكالات
يتجنب كثيرون تناول فاكهة المانغو خشية تأثيرها السلبي على الوزن أو ارتفاع مستويات السكر في الدم، غير أن خبيرة التغذية والمؤلفة المعروفة روجوتا ديويكار نفت صحة هذه المخاوف الشائعة، وفقاً لما نقلته صحيفة «Times of India».
القيمة الغذائية للمانغو
عبر حسابها على منصة «إنستغرام»، قدّمت ديويكار لمحة توضيحية عن المحتوى الغذائي لثمرة مانغو ناضجة متوسطة الحجم (٢٠٠-٢٥٠ غراماً)، مشيرة إلى أنها تحتوي على:
٩٩ سعرة حرارية-٢٥ غراماً من الكربوهيدرات
٢٣ غراماً من السكر-٣ غرامات من الألياف
١,٤ غرام من البروتين-٠,٦ غرام من الدهون
٦٠ ملغم من فيتامين C-١١٢ ميكروغراماً من فيتامين A
٧١ ميكروغراماً من حمض الفوليك
بالإضافة إلى فيتامينات E وK، والبوتاسيوم والمغنيسيوم.
المانغو ليست خطراً على مرضى السكري
أكدت ديويكار أنه لا يوجد دليل علمي يربط بين تناول المانغو الطازجة والإصابة بداء السكري أو زيادة الوزن، مشيرة إلى أن هذه الفاكهة تُعد مصدراً غنياً بالألياف ومضادات الأكسدة والبوليفينولات، وهي عناصر تساهم في تحسين الصحة العامة.

ونصحت بنقع المانغو في الماء لمدة نصف ساعة قبل تناولها، لافتة إلى أن الألياف الموجودة فيها تعزز الشعور بالشبع وتساعد على التحكم في الوزن. كما أن المانغو تتفكك مؤشراً غلايسيمياً منخفضاً، ما يجعلها خياراً مناسباً لمن يسعون للحفاظ على استقرار مستويات السكر في الدم، شريطة الاعتدال في استهلاكها.
فوائد صحية إضافية
وأشارت دراسة منشورة في المكتبة الوطنية الأميركية للطب إلى أن استهلاك المانغو بمختلف أشكالها يرتبط بعدة فوائد صحية، منها:
تحسين التحكم في سكر الدم-تقليل مستويات الدهون في البلازما
تقليل الشهية-تحسين المزاج والأداء البدني أثناء التمارين
دعم صحة الأوعية الدموية-الحد من التهابات الجهاز التنفسي
كما أظهرت الدراسة أن ألياف المانغو تعزز عملية الهضم، بينما تسهم البوليفينولات في دعم توازن بكتيريا الأمعاء، ما ينعكس إيجاباً على صحة الجهاز الهضمي.

دراسة تكشف عن مفاجأة غير متوقعة عن (داء الملوك)

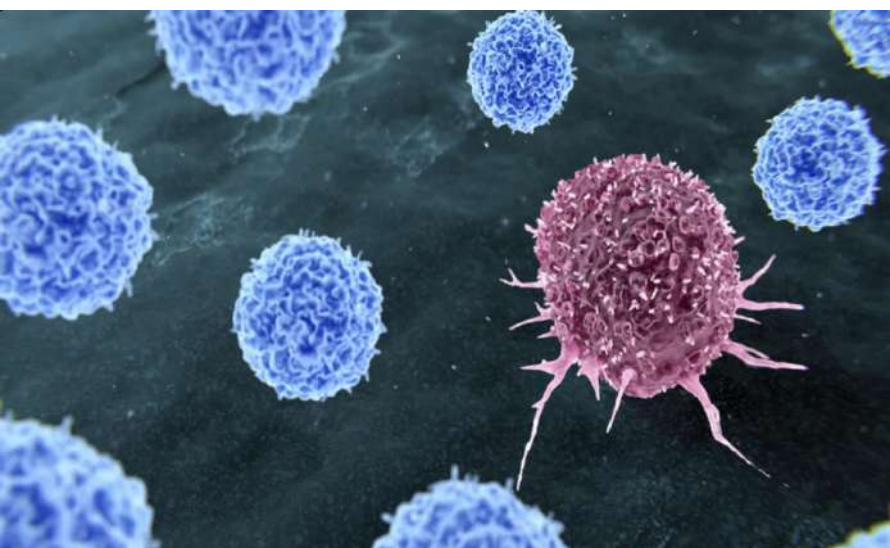
ارتبط النقرس لقرون عدة بالإفراط في استهلاك الأطعمة الصارة والكحول، لكن أبحاثا حديثة تشير إلى أن الجينات تلعب دورا أكبر في تطور هذا المرض الانتهابي مما كان يعتقد سابقا.
ويعرف المرض سابقا باسم "داء الملوك"، نظرا لانتشاره بين الأثرياء والنخب الحاكمة الذين كانوا يتناولون كميات وفيرة من اللحوم الحمراء والمشروبات الكحولية – وهي عناصر غذائية ترفع مستويات حمض اليوريك في الدم، ما جعلهم أكثر عرضة للإصابة بالنقرس مقارنة بغيرهم من الطبقات الاجتماعية التي كانت تعتمد على أنظمة غذائية أكثر تواضعا.
وكشفت دراسة حديثة أجراها فريق علمي دولي، حلت بيانات جينية من ٢.٦ مليون شخص من ١٣ مجموعة مختلفة، بينهم ١٢٠٢٩٥ مصابا بالنقرس، عن ٣٧٧ منطقة في الحمض النووي ترتبط بالإصابة بالمرض، بينها ١٤٩ منطقة لم تكتشف سابقا.
ورغم أن نمط الحياة والعوامل البيئية تبقى مؤثرة، تؤكد النتائج أن الجينات تحدد بشكل كبير احتمالية الإصابة.
ويقول عالم الأوبئة توني ميريمان من جامعة أوتاغو في نيوزيلندا: "النقرس مرض مزمن له أساس وراثي، وليس خطأ المريض. ويجب نحض الأسطورة القائلة بأنه ناتج عن نمط الحياة أو النظام الغذائي".
ويحدث النقرس عندما ترتفع مستويات حمض اليوريك في الدم، ما يؤدي إلى تكوين بلورات إبرية حادة في المفاصل. وعندما يبدأ الجهاز المناعي بمهاجمة هذه البلورات، يشعر المريض بألم شديد.

الاستحمام صباحا أم مساء.. أيهما يدعم نظافتك وصحتك أكثر؟

وكالات
– بينما يختار البعض الاستحمام صباحا لبدء يومهم بنشاط، يفضل آخرون الاستحمام ليلا للاسترخاء بعد يوم طويل.
غير أن أبحاثا علمية حديثة تشير إلى أن توقيت الاستحمام قد يكون له تأثير مباشر على النظافة الشخصية وجودة النوم وحتى الصحة العامة، ما يدفع لل تساؤل: متى يكون الاستحمام أكثر فائدة – صباحا أم مساء.
تقول بريمروز فريستون، المحاضرة في علم الأحياء الدقيقة السريية بجامعة ليستر، إن توقيت الاستحمام له أثر بيولوجي مهم، والاستحمام الصباحي هو الأفضل من منظور النظافة والصحة.
٤- في مقال نُشر عبر موقع The Conversation، توضح فريستون أن الاستحمام صباحا يساهم في إزالة خلايا الجلد الميتة والعرق والبكتيريا المتراكمة خلال النوم، ما يقلل من الرائحة الكريهة ويحافظ على نظافة الجسم عند بداية اليوم.
ورغم أن الاستحمام المسائي يزيل الأوساخ والملوثات التي تراكمت على الجلد خلال النهار، إلا أن التعرق أثناء النوم يعيد إفراز الزيوت، ويغذي ميكروبات البشرة، ما يؤدي إلى تكاثرها وتركها على ملامات السريр.
وهذا بدوره يعزز بيئة مناسبة لعث الغبار، الذي يتغذى على خلايا الجلد الميتة، وقد يسبب الحساسية أو يفاقم الربو، خاصة عند عدم غسل أغطية السرير بانتظام.
وتقول فريستون إن الاستحمام صباحا يمنح الجسم بداية نظيفة، ويقلل من فرص انتشار البكتيريا والروائح خلال اليوم، خاصة إذا تزامن مع ارتداء ملابس نظيفة.
ومع ذلك، تُؤكد أن الأهم من توقيت الاستحمام هو الانتظام في غسل ملاءات السرير مرة واحدة على الأقل أسبوعيا.
فذلك يساعد على إزالة العرق والبكتيريا وخلايا الجلد والزيوت والجراثيم الفطرية التي تتغذى على تلك العناصر.



اكتشاف مفتاح خفي في الخلايا قد يوقف نمو السرطان



الميتوكوندريا، ما يعيد برمجة الخلية على نحو يسهّل تحولها إلى نمط سرطاني.
وأوضحت الدراسة أن غياب ALDH٤A١ لا يؤدي فقط إلى اضطراب إنتاج الطاقة، بل يعتبر أيضا محفزا لعملية التحول الخلوي، ما يعزز من نمو الأورام. وفي المقابل، أدى الإفراط في التعبير عن هذا البروتين إلى تحسين كفاءة إنتاج الطاقة وتقليل نمو الأورام بشكل ملحوظ.

وقال الدكتور لين: "ربطنا بين ALDH٤A١ ودوريه في إنتاج الطاقة وقمع الأورام، وهذا يوفر لنا رؤية أوضح لسلوك الخلايا السرطانية".
وأشار إلى أن العديد من أنواع السرطان تظهر انخفاضاً ملحوظاً في مستويات هذا البروتين، وهو ما يرتبط بتدهور معدلات البقاء لدى المرضى.
وشملت الدراسة تجارب معملية على خلايا سرطان الكبد البشرية، بالإضافة إلى خلايا فئران، وأثبت الباحثون أن التلاعب بمستويات ALDH٤A١ يمكن أن يبطئ نمو الورم أو يوقفه تماما. وهذه النتائج تعزز من فكرة أن هذا البروتين قد يكون هدفا علاجيا واعدا في تطوير استراتيجيات لعلاج السرطان من خلال تعطيل شبكة الطاقة التي يعتمد عليها.

ويأمل الباحثون في أن يساهم هذا الاكتشاف في تطوير علاجات تستهدف الأيض الخلوي في السرطان، ما يفتح المجال أمام جيل جديد من الأدوية القادرة على إضعاف نمو الورم من خلال التأثير في مسارات الطاقة.

5 أطعمة نباتية غنية بالكالسيوم تضاهي منتجات الألبان



بالبروتين. في كثير من الأحيان يُدعم بالكالسيوم، مما يجعله خياراً نباتياً ممتازاً لدعم صحة العظام.
٣- الحمض
الحمض مصدر جيد للكالسيوم والحديد معاً، ويمكن الاستمتاع به بطرق متعددة، سواء بإضافته إلى السلطات أو تناوله ممحّضا كوجبة خفيفة.
٤- اللوز
حفنة من اللوز توفر جرعة جيدة من الكالسيوم، إلى جانب الدهون الصحية والألياف. ولتحسين الهضم، يُفضل نقعه في الماء طوال الليل قبل تناوله.
٥- حليب الصويا
يُعد حليب الصويا المدعّم بدياً مثالياً للحليب الحيواني، إذ يحتوي غالباً على كمية مماثلة أو حتى أعلى من الكالسيوم، دون منتجات ألبان.
هذه الأطعمة تشكّل خيارات مغالية لمن يتبعون النظام النباتي، وتؤكد أن الحصول على الكالسيوم لا يقتصر على منتجات الألبان فقط.

FDA الأمريكية تحذر من أحبار وشـم قد تؤدي إلى التهابات خطيرة

– أصدرت إدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) تحذيرا للمستهلكين وفناني الوشم بشأن نوعين من أحبار الوشم الملونة بكتيريا قد تؤدي إلى التهابات جلدية خطيرة.
وأكدت FDA أن هذه الأحبار تحتوي على بكتيريا مثل "الزائفة الزنجارية" (Pseudomonas aeruginosa)، التي يمكن أن تسبب التهابات إذا تم حقنها في الجلد.
وأوضحت إدارة FDA أن هذه البكتيريا قد تتسبب في ظهور أعراض مثل الطفح الجلدي الأحمر أو التوتوءات أو القروح، التي قد تتحول إلى شوب دائمة إذا لم تتم معالجتها بشكل سريع.
وفي بيانهها، قالت إدارة الغذاء والدواء: "كلما تم اختراق حاجز الجلد، يزداد خطر الإصابة بالعدوى". وأكدت أيضا أنه في بعض الحالات قد يتم الخلط بين أعراض العدوى وردود الفعل التحسسية، ما يؤدي إلى تأخير العلاج المناسب.

وتوصل فريق من الباحثين في كلية الطب بجامعة Duke الأمريكية إلى اكتشاف علمي جديد يسلط الضوء على بروتين قد يكون مفتاحا لفهم كيفية نمو الأورام السرطانية، وربما مفتاحا لإيقافها.
ويقوم هذا البروتين، الذي يعرف باسم ALDH٤A١، بدور محوري في تثبيت شبكة نقل الطاقة داخل الخلية، وتحديدًا داخل الميتوكوندريا، التي تعد المحطة الرئيسية لإنتاج الطاقة.

وأظهرت الدراسة أن غياب هذا البروتين يعطل آلية نقل الطاقة، ما يدفع الخلايا إلى الاعتماد على مسارات بديلة للطاقة تعرف بتأثير "واربورغ"، وهو نمط أيضي يميز الخلايا السرطانية ويعزز نموها.
وبحث الفريق بقيادة الدكتور هوي كوان لين، أستاذ علم الأمراض والبيولوجيا السرطانية بجامعة Duke، في دور البيروفات، وهو جزيء ينتج عن تكسير الغلوكوز ويلعب دورا أساسيا في إنتاج الطاقة. وعادة ما يُنقل البيروفات إلى الميتوكوندريا عبر ناقل يعرف باسم MPC١، والذي كان يُعتقد سابقاً أنه يتكوّن من بروتينين فقط هما MPC١ وMPC٢.
لكن الدراسة كشفت أن ALDH٤A١ يمثل المكوّن الثالث الحاسم في هذا النظام، حيث يعمل على تثبيت مركّب MPC وضمان توصيل البيروفات إلى داخل الميتوكوندريا بكفاءة. وعند غياب هذا البروتين، ينهار نظام النقل، ويضطر البيروفات للبقاء خارج

وكالات
– في ظل تزايد الإقبال على الأنظمة الغذائية النباتية، يسعى الكثيرون للحصول على العناصر الغذائية الأساسية من مصادر نباتية، سواء كان ذلك في إطار التحول الكامل إلى النباتية أو بهدف تنويع الخيارات الصحية.
وبحسب ما أورد موقع Economic Times، فإن النظام الغذائي النباتي لا يفتقر إلى الكالسيوم كما يُعتقد. بل توجد أطعمة نباتية غنية بهذا العنصر الأساسي، تساهم في الحفاظ على صحة العظام، وتُعد بدائل فعالة لمنتجات الألبان. إليك أبرز هذه الأطعمة:
١- بذور السمسم
ملعقة كبيرة من بذور السمسم تحتوي على نحو ٩٠ ملغ من الكالسيوم، ما يشكل نسبة جيدة من الاحتياج اليومي للجسم. يمكن إضافتها إلى الخبز، أو السلطات، أو استخدامها في تحضير الطحينة.
٢- التوفو: يصنع التوفو من فول الصويا، ويُعرف بفنائه

تجربة تحديد عوامل إبطاء سرعة أكل الطعام



وفق "مديكال إكسبريس"، أظهر التحليل أن وجبات البينتو أدت إلى فترات أكل أطول بكثير من البيتزا، وبلغ متوسط الفرق في المدة ١٨٢ ثانية عند تناول الخضراوات أولاً، و٢١٦ ثانية عند تناول الخضراوات أخيراً، وكلاهما ذو دلالة إحصائية ضئيلة. ولم يؤثر تسلسل تناول الخضراوات بشكل كبير على مدة الوجبة. سرعة المضغ كما أدت وجبات البينتو المقسمة إلى أقسام إلى زيادة كبيرة في عدد مرات المضغ وسرعة المضغ، مقارنة بالبيتزا. ولم يختلف عدد اللقمات بشكل ملحوظ بين الوجبات. ولم يتم العثور على أي ارتباط بين مدة الوجبة ووزن الجسم. تأثير أدوات المائدة وخلص الباحثون إلى أن اختيار أنواع الوجبات التي تتطلب أدوات وتقدم في مكونات فردية قد يطيل وقت تناول الطعام بشكل فعال. وقد يكون لهذه النتيجة آثار على الاستشارات الغذائية والوقاية من السمنة. ويعني ذلك أن التركيب الهيكلي للوجبات وأدوات تناول الطعام تؤثر على السلوك بشكل أكثر موثوقية من تسلسل الوجبات. وكانت تجارب سابقة قد حددت أن تناول الخضراوات قبل الكربوهيدرات أفضل. وفي حين أثبت هذا النهج فوائده في ضبط نسبة السكر في الدم، إلا أن تأثيره على مدة الوجبة وأنماط المضغ غير واضح.

دراسة: طريقة المشي في العشرينات تكشف الحالة الصحية في الستينات!



الخطوة وموضع وضع أقدامهم في المرحلة الأولى كانوا أكثر عرضة للسقوط في المرحلة الثانية. وفي هذا الصدد، أوضحت جيايان وو، المؤلفة الرئيسية للدراسة، أن البيانات التي جمعت في دراستهم يمكن استخدامها للتنبؤ بالسقوط بين كبار السن قبل أن يُصبحوا عرضة للخطر الفعلي، قائلة: "التحدي الكبير هو أن الاختلالات الطفيفة في التوازن قد تمر دون ملاحظة حتى يسقط الشخص بالفعل". وشددت على أن منع السقوط قبل حدوثه من شأنه إنقاذ العديد من الأرواح وتوفير مليارات الدولارات على أنظمة الرعاية الصحية. واكتسبت هذه النتائج أهمية بالغة بالنظر إلى التداعيات الوخيمة للسقوط على كبار السن، والذي يُعد سبباً رئيسياً للإصابات والوفيات بين هذه الفئة العمرية في العديد من الدول، مثل المملكة المتحدة، بحسب صحيفة "دايلي ميل". وفقاً للبيانات الرسمية، يُعاني ثلث الأشخاص الذين تتجاوز أعمارهم ٦٥ عاماً من السقوط في بريطانيا كل عام، ويُصنف هذا النوع من الحوادث على أنه السبب الأكثر شيوعاً للوفاة الناجمة عن الإصابات في هذه الفئة العمرية. علاوة على ذلك، يُشكل السقوط السبب الرئيسي لزيارات أقسام الطوارئ لكبار السن في المملكة المتحدة، وتُقدر التكلفة السنوية لعلاج الإصابات الناتجة عنه على هيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS) بنحو ٢ مليار جنيه إسترليني. وتشير الإحصائيات الرسمية إلى أن إنجلترا سجلت ما يقرب من ٢٢٠ ألف حالة دخول للمستشفيات بسبب السقوط بين من تتجاوزوا الـ ٦٥ عاماً خلال السنة الماضية.

وكالات – جد باحثون من جامعة فوجيتا الصحية أن نوع الطعام المستهلك يؤثر على سرعة تناوله، وأن الوجبات المُقدمة في حصص فردية، والمتناولة باستخدام أدوات المائدة تُطيل مدة الوجبة، وتُزيد من عدد مرات المضغ، وتُعزز سرعة مضغ الطعام مقارنة بالوجبات السريعة، بغض النظر عما إذا كانت الخضراوات متضمنة في الوجبة أولاً أم أخيراً. وعادةً ما تكون هذه الأنواع من الوجبات غنية بالدهون والسكريات، وقد تُنشط دوائر المكافأة في الدماغ، ما يُشجع على الاستهلاك السريع والإدمان. وفي التجربة التي شارك في ٤١ شخصاً، أعمارهم بين ٢٠ و٦٥ عاماً، تناول كل مشارك ٢ وجبات مختلفة على مدار ١٢ أسبوعاً. مقارنةً وجبات وتوافقت الوجبة الأولى من شريحة بيتزا مُعدة في الميكروويف، وأُكلت باليد. وبعد ٤ أسابيع، تناول المشاركون وجبة بيتنو من شريحة لحم البرغر مع البروكلي والأرز، وطلب منهم تناول الخضراوات أولاً. وبعد ٤ أسابيع أخرى، تناولوا وجبة البينتو نفسها، ولكن طلب منهم تناول الخضراوات أخيراً. وباستخدام تحليل الفيديو، وقياس سلوكيات المضغ باستخدام جهاز بايتسكان القابل للارتداء، تم تحديد وقت الوجبة، وسرعة المضغ.

الجبنة والبطيخ وجبة خفيفة في الصيف .. هذه فوائدها

وكالات في فصل الصيف، يُعتبر تناول الجبنة والبطيخ مزيجاً مثالياً يجمع بين الفوائد الصحية والترطيب المنعش. فوائد الجبنة في الصيف تُعد الجبنة مصدراً غنياً بالبروتين والكالسيوم، مما يُساهم في تعزيز صحة العظام والأسنان. كما تحتوي على الدهون الصحية التي تُساعد في الشعور بالشبع لفترات أطول. تُعتبر الجبنة أيضاً مصدراً جيداً للفيتامينات مثل فيتامين ب١٢، الذي يُساهم في دعم وظائف الجهاز العصبي. أنا حوا فوائد البطيخ في الصيف البطيخ هو فاكهة صيفية غنية بالماء، حيث يحتوي على حوالي ٩٢٪ من وزنه ماء، مما يجعله خياراً ممتازاً للحفاظ على الترطيب في الأيام الحارة. بالإضافة إلى ذلك، يحتوي البطيخ على مضادات الأكسدة مثل الليكوبين وفيتامين سي، التي تُساهم في محاربة الجذور الحرة وتقليل خطر الأمراض المزمنة والالتهابات. كما يُساعد البطيخ في تحسين الهضم وتعزيز صحة القلب بفضل محتواه من الألياف والبوتاسيوم. الجبنة والبطيخ: مزيج صحي ولذيذ عند دمج الجبنة مع البطيخ، نحصل على مزيج غني بالبروتينات والفيتامينات والمعادن، مما يُساهم في تعزيز الصحة العامة. يُعتبر هذا المزيج خياراً مثالياً كوجبة خفيفة أو طبق جانبي خلال فصل الصيف.

فيتامين D3 يبطل الشيخوخة البيولوجية.. دراسة توثق فوائد المكمل الغذائي

وكالات كشفت دراسة حديثة أجراها باحثون من جامعة هارفارد، أن تناول فيتامين D٣ يوميا بجرعة مدروسة قد يسهم في إبطاء الشيخوخة البيولوجية، من خلال تقليل معدل تآكل التيلوميرات، وهي نهايات الكروموسومات المرتبطة بتقدم العمر. الدراسة، التي استمرت ٤ سنوات وشملت أكثر من ألف مشارك، قُسم فيها المتطوعون إلى مجموعتين، تناولت الأولى ٢٠٠٠ وحدة دولية يوميا من فيتامين D٣، فيما تلقت الثانية علاجاً وهمياً. وأظهرت نتائج التحليل أن المجموعة التي تناولت الفيتامين شهدت انخفاضاً أبطأ في طول التيلوميرات بنسبة لم تتجاوز ٧٪ خلال مدة الدراسة، مقارنة بانخفاض بلغ ٢٨٪ لدى المجموعة الأخرى. وتعليقاً على النتائج، أوضحت الدكتورة جوان مانسون، رئيسة قسم الطب الوقائي في مستشفى بريغهام والنساء وعضو الفريق البحثي، أن هذه أول دراسة عشوائية واسعة النطاق توثق التأثير الوقائي لفيتامين D على التيلوميرات، مشيرة إلى أن الفيتامين قد يسهم أيضاً في تقليل الالتهابات وخطر الأمراض المزمنة المرتبطة بتقدم السن، كأمراض السرطان واضطرابات المناعة. بدوره، أكد الباحث الرئيسي في الدراسة، الدكتور هايدون تشو، أن النتائج تقدم أدلة واعدة حول تأثير فيتامين D على المستوى الخلوي، لكنها تستدعي مزيداً من الأبحاث الطويلة التي تشمل عينات أكثر تنوعاً من حيث الجنس والأعراق. ويُعتقد أن فيتامين D يعزز نشاط إنزيم "تيلوميراز"، الذي يساعد في الحفاظ على التيلوميرات، كما يسهم في التخفيف من الإجهاد التأكسدي داخل الجسم. ورغم الفوائد الملحوظة، حذر الباحثون من الإفراط في تناول الفيتامين دون إشراف طبي، مؤكداً أن الجرعة المستخدمة في الدراسة (٢٠٠٠ وحدة يوميا) تفوق الحد اليومي الموصى به، لكنها تظل ضمن المستويات الآمنة التي لا تتجاوز ٤٠٠٠ وحدة دولية. ويُشار إلى أن الدراسة نُشرت في المجلة الأمريكية للتغذية السريرية، وقد حظيت بتمويل جزئي من المعهد الوطني للقلب والرئة والدم التابع للمعاهد الوطنية للصحة في الولايات المتحدة.

خبراء ينصحون بفحص الضغط بعد نزيف الأنف

وكالات حذرت مؤسسة القلب البريطانية أي شخص يُصاب بنزيف في الأنف من تجاهله، وقالت إنه قد يكون علامة على ارتفاع ضغط الدم، ويجب فحصه في أسرع وقت ممكن. وفي بيان لها، حذرت مؤسسة القلب البريطانية من أن ارتفاع ضغط الدم ليس له "أعراض واضحة"، وأن "الناس لا يدركون إصابتهم بارتفاع ضغط الدم"، "ولهذا السبب من المهم جداً فحص ضغط الدم بانتظام". تحسّن الضغوطبحسب "سوري لايف"، ستُساعد التغييرات في النظام الغذائي، وزيادة مستويات النشاط البدني على تحسين ضغط الدم. ولكن إذا ترك ارتفاع ضغط الدم دون علاج، فقد يؤدي أيضاً إلى مضاعفات مثل: • الفشل الكلوي. • فشل القلب. • مشاكل في البصر. • الخرف الوعائي.عوامل الخطر ويساهم التدخين، واستهلاك الكحول، وزيادة الوزن، وعدم النشاط في احتمال تطور ارتفاع ضغط الدم. لكن مؤسسة القلب البريطانية تلفت الانتباه إلى أن لدى بعض الأشخاص سبب لارتفاع ضغط الدم، وهو ما يُعرف باسم "ارتفاع ضغط الدم الثانوي". ومن عوامل ارتفاع ضغط الدم الثانوي: • أمراض الكلى. • مرض السكري. • انقطاع النفس الانسدادي النومي، والتي قد تؤدي إلى اضطراب النوم. • بعض الأدوية، مثل موانع الحمل الفموية. • بعض الأدوية التي تُصرف بدون وصفة طبية والأدوية العشبية.

خبيرة تغذية تحذر..

سعال ما بعد الأكل قد يخفي مرضاً خطيراً!

مشاهدة على «إنستغرام»، مُدّدت بيليتيير على خطورة تجاهل الأعراض، قائلة: «السعال بعد الطعام ليس عرضاً بسيطاً، بل محاولة من الحنجرة لحماية نفسها من أحماض المعدة.. كيف تحمي نفسك؟ قدمت الخبيرة مجموعة نصائح فعّالة للوقاية من المضاعفات: تجنب الأكل قبل النوم بساعتين إلى ثلاث الحد من الأطعمة الحمضية مثل الطماطم والليمون الابتعاد عن الكافيين والمشروبات الغازية والكحول تناول الطعام ببطء ومضغه جيداً تقليل التوتر النفسي

تناول التمر للحامل: فوائد صحية وتوصيات مهمة



وكالات – يُعتبر التمر من الأطعمة الطبيعية الغنية بالفيتامينات والمعادن التي تقدم فوائد صحية عديدة، ويُعد خياراً غذائياً ممتازاً للمرأة الحامل عند تناوله باعتدال. ويحتوي التمر على العديد من العناصر الغذائية المهمة مثل الحديد، البوتاسيوم، الكالسيوم والمغنيسيوم، ما يجعله مفيداً للحامل في عدة جوانب. فوائد التمر للحامل: مكافحة فقر الدم: يحتوي التمر على نسبة عالية من الحديد، مما يساعد في الوقاية من فقر الدم أثناء الحمل ورفع مستويات الهيموجلوبين. تقوية العظام: بفضل محتواه من الكالسيوم والمغنيسيوم، يساعد التمر على تقوية عظام الحامل. تنظيم ضغط الدم: البوتاسيوم الموجود في التمر يساعد في تنظيم ضغط الدم، مما يقلل من خطر الإصابة بتسمم

الحمل. تسريع الولادة: أظهرت بعض الدراسات أن تناول التمر في الأسابيع الأخيرة من الحمل قد يُسهم في تليين عنق الرحم، مما يسهل عملية الولادة. التوصيات والمحاذير:

على الرغم من فوائد التمر العديدة، يُنصح بتناوله باعتدال. يفضل تناول ٣ إلى ٦ تمرات يومياً، خاصة في الثلث الأخير من الحمل، لتجنب زيادة الوزن أو ارتفاع مستويات السكر في الدم. كما يُوصى الحوامل باستشارة الطبيب قبل إدخال التمر في نظامهن الغذائي، خاصة إذا كان لديهن تاريخ مرضي أو مضاعفات بسكري الحمل. وفي المجل، يُعد التمر إضافة غذائية صحية تدعم صحة الحامل وجنينها، ويسهم في تعزيز رفاهيتها خلال فترة الحمل.

عدسات لاصقة تتيح رؤية ما لا يُرى في الظلام حتى مع إغماض العين



وكالات قد يبدو الأمر أشبه بفيلم خيال علمي حديث، لكن العلماء طوّروا عدسات لاصقة تمكّن الناس من الرؤية في الظلام، وعلى عكس نظارات الرؤية الليلية، لا تتطلب هذه العدسات مصدر طاقة، وتتيح لمرتديها إدراك نطاق واسع من أطوال موجات الأشعة تحت الحمراء. هذه العدسات، التي طوّرها فريق من جامعة العلوم والتكنولوجيا في الصين، تحتوي على جسيمات نانوية قادرة على تحويل ضوء الأشعة تحت الحمراء غير المرئي إلى أطوال موجية مرئية. واللافت أنها تعمل حتى عند إغلاق العينين، حيث يخرق ضوء الأشعة تحت الحمراء الجفون بسهولة أكبر من الضوء العادي، ما يقلّل من التداخل البصري ويزيد من وضوح الرؤية، وفقاً لما ورد في "دايلي ميل".

رؤية مشفرة بالألوان بفضل تطوير إضافي، أصبحت العدسات قادرة على ترميز الأطوال الموجية المختلفة من الأشعة تحت الحمراء إلى ألوان مرئية: الضوء بطول موجي ٩٨٠ نانومتر يتحول إلى أزرق، الضوء بطول موجي ٨٠٨ نانومتر يتحول إلى أخضر، الضوء بطول موجي ١٥٣٢ نانومتر يتحول إلى أحمر.وبذلك، يمكن لمرتدي العدسات التمييز بين مصادر الضوء والتفاصيل بدقة أكبر في الظلام. تطبيقات وأعادة في الأمن والطب وفقاً للبروفيسور تيان شيويه، الباحث الرئيسي في الدراسة، فإن هذه التقنية قد تكون مفيدة في مجالات مثل الأمن ونقل المعلومات المشفرة، ومهام الإنقاذ، ومكافحة الإرهاب، وربما مساعدة مرضى عمى الألوان على تمييز الألوان من خلال تحويل أطوال موجية معينة إلى أطوال مرئية بالنسبة لهم. حالياً، تكتشف العدسات الأشعة تحت الحمراء فقط من مصادر LED، لكن الباحثين يعملون على رفع حساسيتها لاكتشاف مستويات أضعف من الإشعاع، وربما دمجها مع أدوات أو تقنيات علاجية مستقبلية. وكتب الباحثون في مجلة Cell "هذه العدسات اللاصقة تمثل خطوة نحو أجهزة قابلة للارتداء بمرونة بصرية عالية، تفتح نافذة لرؤية غير مسبوقة لطيف الكهرومغناطيسي، الذي كان لوقت طويل غير مُتاح للتدقيقات".

رؤية ما لا يُرى في الوضع الطبيعي، يرى الإنسان فقط نطاقاً ضيقاً من الضوء يتراوح بين ٣٨٠ و٧٠٠ نانومتر. لكن العدسات الجديدة تتيح إدراك الأشعة تحت الحمراء في نطاق ٨٠٠ إلى ١٦٠٠ نانومتر، وهي طاقة ضوئية تشكل أكثر من نصف الإشعاع الشمسي، لكنها كانت غير مرئية للبدنيات.وسابقاً، أثبت الفريق إمكانية منح الغفران القدرة على رؤية الأشعة تحت الحمراء من خلال حقن جسيمات نانوية في الشبكية، إلا أنهم انتقلوا الآن إلى حل غير جراحي عبر دمج هذه الجسيمات مع عدسات لاصقة ناعمة ومرنة.

وكالات – في تنبيه أثار تفاعلاً واسعاً على مواقع التواصل الاجتماعي، دعت خبيرة التغذية الأمريكية الشهيرة موني بيليتيير إلى عدم تجاهل السعال المتكرر بعد تناول الطعام، محذرة من أنه قد يكون مؤشراً مبكراً على حالة صحية خفية تُعرف بـ«الارتجاع الصامت»، والتي ترتبط بزيادة خطر الإصابة بسرطانات الحلق والمريء والغدة الدرقية. والارتجاع المريئي الحنجري البلعومي (LPR) يصيب ما يقرب من ربع البالغين، ويحدث عندما يتسلس حمض المعدة إلى الحلق أو الجهاز التنفسي دون ظهور أعراض الحموضة التقليدية.

أداة ذكاء اصطناعي من «مايكروسوفت» تعد بثورة في التنبؤ بالطقس



وكالات –

قالت شركة التكنولوجيا العملاقة مايكروسوفت إن أحد أحدث نماذج الذكاء الاصطناعي الخاصة بها لديه القدرة على التنبؤ بدقة جودة الهواء والأعاصير والعواصف وغيرها من الظواهر الجوية.

وفي ورقة بحثية نشرت في دورية نيتشر (Nature) ومدونة مصاحبة لها هذا الأسبوع، قدمت "مايكروسوفت" تفاصيل حول نموذج أوروا (Aurora)، الذي تقول الشركة إنه قادر على التنبؤ بالظواهر الجوية بدقة وسرعة تفوق الطرق التقليدية للأرصاء الجوية.

ودربت الشركة نموذج أوروا على أكثر من مليون ساعة من البيانات من الأقمار الصناعية والرادارات ومحطات الأرصاد الجوية، بالإضافة إلى عمليات محاكاة وتنبؤات جوية، ويمكن ضبطه بدقة باستخدام بيانات إضافية للتنبؤ بظواهر جوية محددة، بحسب ما نشرته «مايكروسوفت».

وعلى الرغم من أن تدريب نموذج أورورا يتطلب بنية تحتية حاسوبية ضخمة للتدريب، تقول «مايكروسوفت» إن النموذج يتميز بكفاءة عالية في التشغيل؛ إذ يُنتج توقعات في ثوان مقارنةً بالساعات التي تستغرقها الأنظمة التقليدية باستخدام أجهزة الحاسوب العملاقة.

وليست نماذج الطقس المعتمدة على الذكاء الاصطناعي أمراً جديداً، فقد أصدر مختبر غوغل ديب مايند، التابع لغوغل، عدداً من هذه النماذج على مدار السنوات القليلة الماضية، بما في ذلك «WeatherNext»، الذي يزعم المختبر أنه يتفوق على بعض أفضل أنظمة التنبؤ في العالم، بحسب موقع «TechCrunch» المتخصص في أخبار التكنولوجيا.

وبالمثل، تصنف «مايكروسوفت» نموذج أورورا على أنه أحد أفضل الأنظمة أداءً في هذا المجال، وإضافة واعدة للمختبرات التي تدرس علوم الطقس.

دراسة: مواقع التواصل الاجتماعي تزيد من خطر إصابة الأطفال بالاكْتئاب



وكالات –

أظهرت دراسة جديدة أن مواقع التواصل الاجتماعي تجعل الأطفال أكثر عُرضة للإصابة بالاكْتئاب. وتوصل باحثو دراسة نُشرت قبل أيام في دورية "جاما نتورك أوبن" إلى أن الأطفال في سن ما قبل المراهقة أكثر عُرضة للإصابة بأعراض الاكْتئاب مع زيادة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

وجد الباحثون أن أعراض الاكْتئاب زادت بنسبة ٣٥٪

مع ارتفاع متوسط استخدام الأطفال لمواقع التواصل الاجتماعي من سبع دقائق إلى ٢٣ دقيقة يومياً على مدى فترة امتدت لثلاث سنوات، بحسب تقرير لموقع «يو إس نيوز آند وورلد»، اطلعت عليه «العربية Business».

ومع ذلك، لم يكن العكس صحيحاً؛ إذ تظهر النتائج أن الأطفال المصابين بالاكْتئاب لم يلجؤوا بالضرورة إلى مواقع التواصل الاجتماعي.

وقال الباحث الرئيسي في الدراسة جيسون ناغاتا، الأستاذ المشارك في طب الأطفال بجامعة كاليفورنيا – سان فرانسيسكو: «كان هناك جدل مستمر حول ما إذا كانت وسائل التواصل الاجتماعي تساهم في الاكْتئاب أم أنها تعكس ببساطة أعراض الاكْتئاب الكامنة».

وأضاف ناغاتا في بيان صحافي: «تقدم هذه النتائج دليلاً على أن وسائل التواصل الاجتماعي قد تساهم في ظهور أعراض الاكْتئاب».

وفي هذه الدراسة، حلل الباحثون بيانات ما يقرب من

سامسونج تتيح تشغيل

تطبيقاتها في كافة حواسيب ويندوز

وكالات

أتاحت شركة سامسونج إمكانية تشغيل بعض تطبيقاتها في كافة أجهزة الحاسوب العاملة بنظام ويندوز، ومنها الحواسيب غير التابعة لها، بعد أن كانت متاحة فقط لحواسيب Galaxy Book.

ومن أبرز تلك التطبيقات التي باتت متاحة لكافة الحواسيب تطبيق الملاحظات Samsung Notes، الذي يمكن تشغيله الآن في أجهزة الحاسوب التي تعمل بنظام ويندوز حتى وإن لم تكن من إنتاج سامسونج.

ويأتي هذا التغيير بعد أن كان التطبيق مقصوراً في السابق على حواسيب سامسونج فقط، الأمر الذي حدّ فائدته للمستخدمين الذين يمتلكون هواتف سامسونج، لكن يستخدمون حواسيب من شركات أخرى.

ويبدو أن هذا الانفتاح لم يقتصر على تطبيق الملاحظات Samsung Notes فقط، بل شمل أيضاً تطبيقات أخرى مثل تطبيق معرض الصور Samsung Gallery وتطبيق إدارة حسابات سامسونج Samsung Account. وقد باتت تلك التطبيقات تعمل في كافة أجهزة ويندوز ١٠ وويندوز ١١.

ويمكن حالياً تنزيل تطبيق الملاحظات Samsung Notes من متجر مايكروسوفت مجاناً، لكن تشغيله يتطلب تثبيت تطبيق Samsung Account أيضاً. ويعرض التطبيق رسالة تحذيرية في الأجهزة غير التابعة لسامسونج تشير إلى أنه مُحسن للعمل في أجهزة Galaxy Book. لكن العديد من المستخدمين أكدوا أنه يعمل بنحو سليم في أجهزتهم.

وفي المقابل، ما زال تطبيق العثور على الأجهزة Samsung Find غير متاح في الحواسيب غير التابعة للشركة الكورية.

ويأمل كثيرون أن تكمل سامسونج هذه الخطوة من خلال إتاحة تطبيق الملاحظات Samsung Notes على وجه التحديد عبر متصفح الإنترنت، مما سيسمح باستخدامه في أجهزة آبل المختلفة أيضاً.

البحث بالذكاء الاصطناعي في

جوجل يثير انتقادات كُبرى

وكالات

أعلنت جوجل حديثاً خلال مؤتمرها الأخير Google I/O ٢٠٢٥ بدء إطلاق وضع الذكاء الاصطناعي AI Mode في محرك بحثها، كما بدأت توسيع ميزة «ملخصات الذكاء الاصطناعي AI Overviews» في نتائج البحث حول العالم، وقد أثار ذلك موجات انتقادات عنيفة للشركة.

ووجه تحالف وسائل الإعلام والأخبار والمؤسسات الإخبارية في الولايات المتحدة، الذي يمثل كبرى المؤسسات الإخبارية والإعلامية في الولايات المتحدة، انتقادات حادة إلى جوجل على خلفية توسيع نطاق وضع الذكاء الاصطناعي AI Mode، الذي يقدم للمستخدمين واجهة تعتمد على الذكاء الاصطناعي بدلاً من نتائج البحث التقليدية.

وفي بيان رسمي، وصف التحالف الميزة الجديدة بأنها ”تحرم الناشرين من الزيارات والعائدات“، متهمًا جوجل باستخدام المحتوى دون إذن أو مقابل. وبدأ وضع الذكاء الاصطناعي الظهور في محرك بحث جوجل في تبويب جديد داخل صفحة البحث، وهو يقدم رداً مولداً بالذكاء الاصطناعي إلى جانب قائمة من الروابط ذات الصلة بالاستعلام البحثي.

وقالت دانييل كوفي، الرئيسة التنفيذية للتحالف: ”لقد كانت الروابط آخر ما تبقى من مزايا البحث التي توفر للناشرين زيارات وإيرادات. أما الآن، فتأخذ جوجل المحتوى بالقوة، وتستخدمه بلا مقابل، وهذا هو تعريف السرقة. يجب أن تتدخل وزارة العدل لوقف هيمنة شركة واحدة على الإنترنت“.

وكشفت وثيقة داخلية، ضمن قضية مكافحة الاحتكار التي تواجهاها جوجل بشأن هيمنتها على سوق البحث عبر الإنترنت، أن الشركة قررت عدم طلب إذن من الناشرين وأصحاب المواقع لإدراج محتواهم ضمن مزايا الذكاء الاصطناعي، وفقا لما ذكرته وكالة بلومبرغ.

وبدلاً من ذلك، يجب على الناشرين الانسحاب كلياً من نتائج البحث إذا أرادوا استثناء محتواهم من الظهور في مخرجات الذكاء الاصطناعي.

وخلال شهادتها، أوضحت ليز ريد، رئيسة قسم البحث في جوجل، أن السماح لأصحاب المواقع بالانسحاب من مزايا معينة دون غيرها سيُضيف ”تعقيداً هائلاً“ دون ذكر تفاصيل كافية عن مدى ذلك التعقيد.

ومن الجدير بالذكر أن جوجل قد بدأت عرض الإعلانات ضمن وضع الذكاء الاصطناعي (AI Mode) والملخصات الذكية (AI Overviews) في نتائج البحث، إذ تظهر للمستخدمين توصيات منتجات وإعلانات ممولة، وهو ما يثير انتقادات أخرى بشأن استفادة جوجل الحصرية من عائدات تلك الإعلانات دون مشاركتها مع أصحاب المواقع التي يُستخدم محتواها في تلك المزايا.

شاومي تكشف عن Ultra 7 Pad.. أول

جهاز لوحي بمعالج Xring O1 الجديد

وكالات

أعلنت شركة شاومي رسمياً جهازها اللوحي الجديد Ultra v Pad، الذي يُعد خياراً أكبر مقارنةً بجهزة v Pad و Prov Pad. وهو أول جهاز لوحي يعمل بمعالج Xring O١ الجديد كلياً من الشركة الصينية.

ومن الجدير بالذكر أن معالج Xring O١ الذي صمّمته شاومي مصنوع بتقنية التصنيع البالغ قدرها ٣ نانومتر، وهو يضم وحدة معالجة مركزية ذات عشرة نوى، ووحدة معالجة رسومات تضم ١٦ نواة.

ويأتي جهاز Ultra v Pad منافساً لجهاز Ultra Galaxy Tab S١٠ من سامسونج مباشرة، بفضل شاشته المميزة من نوع AMOLED والبالغ قياسها ١٤ إنشا بدقة قدرها ٣,٢٠٠ × ٢,١٣٦ بكسلا، وسطوع أقصى قدره ١,٦٠٠ شغعة، مع دعم محتوى HDR، ومعدل تحديث قدره ١٢٠ هرتزاً، ويحتوي الجهاز على ثنوء علوي (نوتش) في الشاشة يضم كاميرا أمامية بمستشعر OmniVision OV٢١D بدقة قدرها ٣٢ ميجابكسل.

ويضم الجهاز من الجهة الخلفية كاميرا رئيسية قدرها ٥٠ ميجابكسل بمستشعر ISOCELL JN١ من سامسونج، كما يأتي الجهاز مزوداً بطارية ضخمة سعتها ١٢,٠٠٠ ميلي أمبير تدعم الشحن السلكي اللاقئ السريع بقوة قدرها ١٢٠ واطاً، وهي تفوق ما تقدمه معظم الأجهزة اللوحية الرائدة حالياً.

ومع مواصفاته القوية، لا يتجاوز سمك الجهاز ٥,١ ملم، ويزن نحو ٦٠٠ جرام دون ملحقاته، وتظهر الصور الترويجية التي نشرتها شاومي إمكانية إرفاق الجهاز بقلم ذكي ولوحة مفاتيح مزودة بلوحة لمس كبيرة.

ويبدأ سعر جهاز شاومي Ultra v Xiaomi Pad في السوق الصينية من نحو ٨٠٠ دولار أمريكي للنسخة التي تحتوي على ١٢ جيجابايت من الذاكرة العشوائية، و٢٥٦ جيجابايت كسعة تخزين داخلية.

«OpenAI» تتوقع أن يعزز جهازها

الذكي المقبل اشتراكات شات جي بي تي



وكالات –

قالت سارة فريار، المدير المالية لشركة الذكاء الاصطناعي "OpenAI"، إن الشركة تراهن على أن "عصرًا جديدًا" في الحوسبة سيبرر قرارها باتفاق مليارات الدولارات على أجهزة مُصممة خصيصًا لتتوافق معها. وأعلنت "OpenAI"، مطورة روبوت الدردشة "شات جي بي تي"، يوم الأربعاء عن خططها لشراء "io"، وهي شركة ناشئة متخصصة في الأجهزة وتابعة لمصمم هواتف آيفون جوني إيف، مقابل حوالي ٦,٤ مليار دولار. وتأسست "io" قبل عام تقريبًا، وليس لديها أي منتج في السوق حتى الآن.

وبعد هذا الإعلان، قال سام ألتمان الرئيس التنفيذي لـ"OpenAI"، إن الشركة تعمل على جهاز ذكاء اصطناعي بدون شاشة يدرك محيط مستخدمه ولن يكون قابلاً للارتداء.

وستستهم أجهزة الذكاء الاصطناعي الجديدة في إيصال تكنولوجيا "OpenAI" إلى عدد أكبر من المستخدمين، مما سيؤدي إلى نمو الاشتراك ومعدلات الارتباط بخدمة الشركة، بحسب ما قالته فريار، لشبكة CNBC، يوم الخميس. وأفادت فريار أن "شات جي بي تي" سجل آخر مرة ٥٠٠ مليون مستخدم نشط أسبوعيًا، لكن عدد المستخدمين النشطين شهريًا أعلى، بحسب ما نقله تقرير للشبكة، اطلعت عليه «العربية Business».

وأضافت: «عندما تبدأ بالتفكير في الأمر على أنه يتجاوز مجرد الهاتف، فإنه يبدأ في إثارة الخيال»، وقالت: «إذا استطعنا إثارة حماس الناس حول العالم لاستخدام الذكاء الاصطناعي، فلدينا العديد من الطرق للبدء في التفكير في نموذج أعمال قائم على ذلك. قد يكون ذلك اشتراكًا بشات

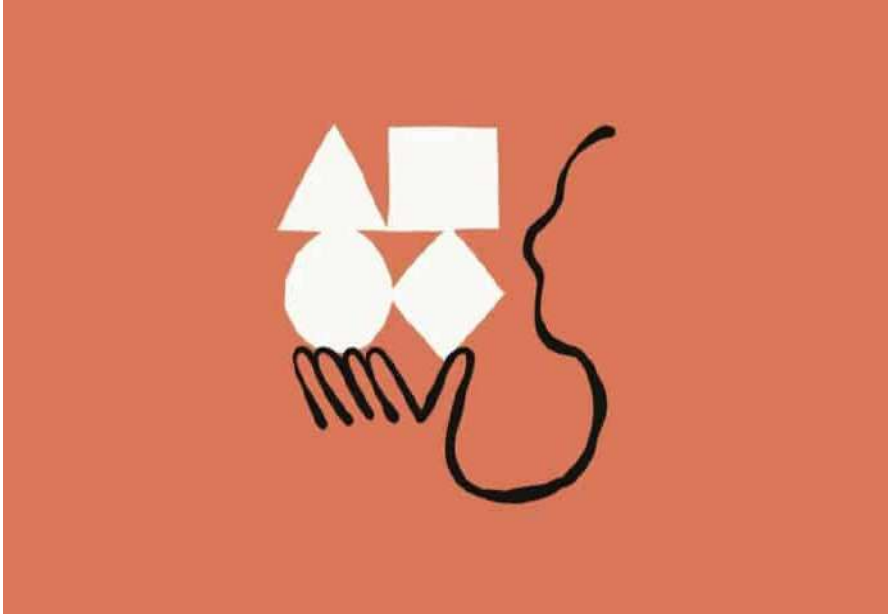
وقالت فريار: «نريد العمل مع العديد من الشركاء. عندما نعتمد على مسار واحد، لا نعتقد أن ذلك يُحفّز الابتكار إلى أقصى حد»، مضيفة: «نواصل العمل بشكل وثيق مع آبل على أجهزةهم، ونود أن نرى المزيد من الإنجازات بالذكاء الاصطناعي... لكننا نرغب أيضًا في مواصلة تحفيز الابتكار على نطاق واسع».

والمحت فريار إلى الأجهزة الجديدة بدون شاشات لمس. ورفضت الإفصاح عن تفاصيل حول شكلها المحتمل. يأتي هذا، فيما أشارت توقعات محلل على اطلاع على سلسلة توريد «آبل»، إلى أنه المقرر أن يبدأ الإنتاج الضخم لهذا الجهاز في عام ٢٠٢٧. بحسب تقرير لموقع «٩TO»Mac، المتخصص في أخبار التكنولوجيا، اطلعت عليه «العربية Business».

وأضاف المحلل مينغ-تسي كو أن عملية جمع وشحن الجهاز المقبل ستتم خارج الصين، في محاولة لتقليل المخاطر الجيوسياسية، مشيرًا إلى أن فينتام تُعد في الوقت الحالي الموقع الأكثر احتمالاً لعملية التجميع.

أنثروبك تكشف عن نماذج Claude 4

بقدرات محسّنة في البرمجة والاستدلال



وكالات –

وكشفت شركة أنثروبك رسمياً عن أحدث نماذج الذكاء الاصطناعي التي طورها، Claude Opus ٤ و Claude Sonnet ٣,٧. وهي نماذج هجينة متطورة تُركّز على تحسين أداء المهام البرمجية وحل المشكلات المعقدة.

وأوضحت الشركة أن نموذج Claude Opus ٤ يُعدّ أقوى نماذجها حتى الآن، إذ يستطيع العمل بنحو مستمر على مهام طويلة لعدة ساعات، مشيرةً إلى أنه تمكّن من العمل لمدة وصلت إلى سبع ساعات خلال اختبارات العملاء.

وصفّت أنثروبك هذا النموذج بأنه ”أفضل نموذج برمجي في العالم“، إذ تفوق على نماذج منافسة مثل Google Gemini Pro ٢,٥ و GPT-٥r و GPT-١,٥ من OpenAI. في مهام البرمجة واستخدام الأدوات مثل البحث عبر الويب.

وأما Claude Sonnet ٤ فهو إصدار أكثر كفاءة بتكلفة أقل، وهو موجه للمهام العامة، ويأتي خلفاً لنموذج Sonnet ٣,٧ الذي أطلق في فبراير الماضي.

وأكدت الشركة أن النموذج الجديد يقدم أداءً أفضل في البرمجة والاستدلال، إلى جانب ردود أكثر دقة، كما أظهرت تقييمات أنثروبك أن كلا النموذجين الجديدين أقلّ اعتماداً بنسبة قدرها ٦٥٪ إلى اللجوء إلى طرق مختصرة

وفي السياق ذاته، أعلنت الشركة الإطلاق العام لأداة Claude Code. وهي أداة أوامر ذكية لتطوير البرمجيات، بعد أن كانت متاحة ضمن وضع تجريبي محدود منذ فبراير الماضي.وأكدت أنثروبك أنها ستعتمد سياسة التحديثات المتكررة لنماذجها في محاولة لمواكبة المنافسة المتسارعة مع OpenAI وجوجل وميتا..

الأمير عمر بن فيصل يرعى افتتاح مؤتمر "الرياضة والصحة في عصر التغيير" في جامعة جدارا



إربد

رعى سمو الأمير عمر بن فيصل بن الحسين، رئيس الاتحاد الأردني للرياضات الإلكترونية، افتتاح فعاليات المؤتمر العلمي الأول "الرياضة والصحة في عصر التغيير: رؤى علمية وتطبيقات ذكية"، بتنظيم من كلية التربية الرياضية في جامعة جدارا، وبمشاركة أكاديميين وخبراء من الأردن دول عربية. ورحب رئيس الجامعة الدكتور حابس الزبون، خلال الافتتاح، بالحضور والمشاركة، مؤكداً دعم القيادة الهاشمية للعلم والرياضة. وأكد أن جامعة جدارا تضع ضمن أولوياتها ربط التعليم بالواقع وتعزيز دوره في خدمة القضايا الصحية والرياضية الراهنة.

وأكد عميد كلية التربية الرياضية، الدكتور زين العابدين محمد بني هاني، إن هذا المؤتمر يمثل باكورة جهود الكلية في الانفتاح على العالم، ومواكبة التغيرات التكنولوجية والبحيفية في المجال الرياضي والصحي، مشيراً إلى أن المؤتمر يتناول محاور علمية عميقة تجمع بين الخبرة النظرية والتطبيق العملي الذي تضمنت فعاليات اليوم الأول جلسة حوارية خاصة أدارها رئيس التحرير التنفيذي للقس الرياضي في قناة المملكة مهذب الحادين، إذ ناقش المشاركون فيها أبرز التحولات في مفهوم الرياضة المعاصرة، ودور التكنولوجيا الذكية في تعزيز الصحة والأداء الرياضي. وفي ختام الجلسة الافتتاحية، قدمت الجامعة درع شكر وامتنان لسمو الأمير عمر بن فيصل بن الحسين تقديراً لرعايته الكريمة، كما جرى تكريم أعضاء الهيئة التدريسية في تخصص التربية الرياضية لمساهماتهم الفاعلة في الإعداد والتنظيم.

وحضر حفل الافتتاح كل من رئيس هيئة المديرين الدكتور شكري المرashed، ونائب الرئيس الدكتور إيمان البشيتي، وأعضاء الهيئتين الإدارية والأكاديمية، إلى جانب وفود ومشاركين من مصر، والعراق، والجزائر، وسلطنة عمان، والسعودية، وسوريا، والكويت، والإمارات.

ويقدم المؤتمر، على مدار يومين، أوراقاً بحثية وورش عمل تسعى لتعزيز التبادل المعرفي، وتوسيع آفاق البحث العلمي التطبيقي في مجالي الصحة والرياضة.

"سلطة البترا" تبحث التعاون المشترك مع وفد أميركي

البترا

استقبل رئيس مجلس مفوضي سلطة إقليم البترا التنموي السياحي، الدكتور فارس البريزات، وفداً من الكونغرس الأمريكي ضم أعضاء من لجنة الشؤون الخارجية في مجلس النواب الأمريكي، وذلك في إطار تعزيز العلاقات الثنائية وبحث فرص التعاون في مجالات السياحة والثقافة وتنمية المجتمعات المحلية.

وأكد البريزات سعي سلطة البترا إلى تأسيس شراكات فاعلة مع المحميات الطبيعية في الولايات المتحدة، إلى جانب تعزيز التعاون مع الجامعات والمؤسسات الأمريكية ذات الاهتمام المشترك، لا سيما في مجالات البحث العلمي، وحماية مواقع التراث العالمي، والتنمية السياحية المستدامة. وتضمن زيارة الوفد، معتمداً إياها خطة مهمة نحو تعزيز التعاون المشترك، وبناء جسور شراكة مثمرة، ودعم جهود حماية الإرث العالمي الذي تملكه البترا.

وناقش الجانبان سبل دعم المشاريع التي تُنفذ حالياً في البترا، والتي تهدف إلى تعزيز البنية التحتية السياحية، وتحسين تجربة الزوار، مع الحفاظ على الطابع الثقافي والبيئي للمدينة الوردية.

وقام الوفد بجولة موسعة في أبرز معالم المدينة النبطية، من السيق والخزنة وحتى قصر البنت، حيث اطّلعوا على الجهود المبذولة للحفاظ على المعالم الأثرية، وتطوير الشبنة التحتية السياحية، وتمكين المجتمعات المحلية.

مجلس محافظة البلقاء يخصص 60 ألف دينار لتأهيل حديقة "الخيرية الأرثوذكسية"

السلط

بحث رئيس مجلس محافظة البلقاء إبراهيم العواملة، مع أعضاء الهيئة الإدارية للجمعية الخيرية الأرثوذكسية في مدينة الفحيص، ووفد من وزارة التنمية الاجتماعية، سبل تأهيل الحديقة التابعة للجمعية. وبين العواملة خلال زيارته مقر الجمعية، أن مجلس المحافظة خصص مبلغ ٦٠ ألف دينار ضمن موازنة العام الحالي، لصيانة وتأهيل الحديقة، بهدف تطويرها لخدمة المجتمع المحلي وتوفير مساحة آمنة ومناسبة للنشاطات المجتمعية.

وأكد أهمية التعاون بين مؤسسات المجتمع المحلي والجهات الرسمية لضمان تنفيذ المشاريع بالشكل الأمثل ما ينعكس إيجاباً على أبناء المحافظة. وشدد الحضور على ضرورة الإسراع في الإجراءات اللازمة للبدء بأعمال التأهيل مع التأكيد على معايير الجودة واستدامة المشروع.



شركة كهرباء محافظة إربد إعلان فصل التيار الكهربائي

ستقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الإثنين الموافق ٢٠٢٥/٧/٢ بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي في محافظة إربد عن جميع المشتركين في المنطقة من دوار اللوزام لغاية دوار الخليل وشرق دوار العبادات، المنطقة جنوب وروضة اكليل الجبل، شرق دوار اللوزام، حي العيون، جنوب مستشفى إربد التخصصي وذلك من الساعة التاسعة صباحاً ولغاية الساعة الثانية عشر ظهراً. وفي محافظة إربد ومدينة الرمثا عن حوارة طريق أبو الجبل، أم الخنافس من الساعة التاسعة والنصف صباحاً ولغاية الساعة الرابعة عصراً. كما ستقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٥/٧/٣ بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي في محافظة إربد عن شارع الملكة نور، شارع بشرى، شارع محمد الفتح الجوارين لودار البردة وذلك من الساعة السادسة صباحاً ولغاية الساعة التاسعة صباحاً عن كل من: الأثرية، أبو القين، البرقة، دير العسل، خربة الطنطور، عكر راكم، الحي الغربي من الساعة التاسعة والنصف صباحاً ولغاية الساعة الثانية ظهراً وعن دير أبي سعيد، الحي الغربي منطقة النسيم الغربي من الساعة السادسة والنصف صباحاً ولغاية الساعة الرابعة عصراً. وفي محافظة الحرق من الممرات التي يمر بها المركز الصحي الممرات طريق الخالدية، الخالدية، حي أبو فوك من الساعة التاسعة والنصف صباحاً ولغاية الساعة الرابعة عصراً.

دارة الشبكات الذكية

الأميرة بسمة بنت طلال ترعى احتفال "التربية" بعيد الاستقلال الـ79



في العملية التربوية، لما لها من أهمية كبيرة في غرس مفاهيم الانتماء والعطاء والعمل التطوعي وحب الوطن في نفوس منتسبيها، وبناء حركة كشفية وطنية تترجم المعاني الإنسانية لهذه الحركة ورسالتها. بدوره، قال أمين عام وزارة التربية والتعليم للشؤون التعليمية الدكتور نواف العجارمة في كلمته مندوباً عن وزير التربية والتعليم، "إننا نقف اليوم أمام محطة وضاعة في تاريخ أمتنا، المسيرة التي يداها الأبناء بقلوب عامرة بحب الأوطان وغرائم لا تلين ولا تعرف الكلل". وبين أن الخامس والعشرين من أيار عام ١٩٤٦، شهد انتزاع الأردن استقلاله الكامل، وإعلان ميلاد دولة عربية هاشمية حرة، تحمل رسالة الاعتدال والتسامح، وتستمد قوتها من إرثها التاريخي العريق وقيادتها الحكيمة، فكان يوماً فارقاً في تاريخ الوطن، انتصرت فيه إرادة الشعب، وتجلست فيه معاني الفخر والانتماء. والتعليم خلال الحفل، فقرات غنائية فلكلورية بمناسبة الاستقلال.

رعت سمو الأميرة بسمة بنت طلال، رئيسة جمعية الكشافة والمرشدات الأردنية، الخميس، الاحتفال المركزي لوزارة التربية والتعليم بعيد الاستقلال الـ٧٩ للمملكة، الذي أقامته مديرية الكشافة والمرشدات في إدارة النشاطات بالوزارة. وقالت سموها في الاحتفال، الذي أقيم في مخيم الأميرة بسمة الكشفي الدائم في دبين، إن ذكرى الاستقلال تعزز فينا قيم الاعتزاز والفخر بمسيرة الأبناء والأجداد في سبيل رفعة الوطن وحرية، من أجل تحقيق الحياة الأمتة الكريمة لأبنائه. وأكدت سمو الأميرة، بحضور أمين عام جمعية الكشافة والمرشدات مازن الحمود، ومدراء التربية والتعليم في المملكة، أن هذه الذكرى العزيزة على قلوب الأردنيين، دافع لنا جميعاً للمضي بكل عزيمة وإصرار في مسيرة البناء والتحديث والتطوير التي يشهدها بلدنا العزيز في كل المجالات بقيادة جلالة الملك عبدالله الثاني رغم كل التحديات. وأشادت سموها بجهود وزارة التربية والتعليم عبر مديرية الكشافة والمرشدات وإدارة النشاطات التربوية في الوزارة، لتعزيز دور الحركة الكشفية

جرح رعت سمو الأميرة بسمة بنت طلال، رئيسة جمعية الكشافة والمرشدات الأردنية، الخميس، الاحتفال المركزي لوزارة التربية والتعليم بعيد الاستقلال الـ٧٩ للمملكة، الذي أقامته مديرية الكشافة والمرشدات في إدارة النشاطات بالوزارة. وقالت سموها في الاحتفال، الذي أقيم في مخيم الأميرة بسمة الكشفي الدائم في دبين، إن ذكرى الاستقلال تعزز فينا قيم الاعتزاز والفخر بمسيرة الأبناء والأجداد في سبيل رفعة الوطن وحرية، من أجل تحقيق الحياة الأمتة الكريمة لأبنائه. وأكدت سمو الأميرة، بحضور أمين عام جمعية الكشافة والمرشدات مازن الحمود، ومدراء التربية والتعليم في المملكة، أن هذه الذكرى العزيزة على قلوب الأردنيين، دافع لنا جميعاً للمضي بكل عزيمة وإصرار في مسيرة البناء والتحديث والتطوير التي يشهدها بلدنا العزيز في كل المجالات بقيادة جلالة الملك عبدالله الثاني رغم كل التحديات. وأشادت سموها بجهود وزارة التربية والتعليم عبر مديرية الكشافة والمرشدات وإدارة النشاطات التربوية في الوزارة، لتعزيز دور الحركة الكشفية

على هامش زيارة الملك إلى الجفر.. العيسوي يفتتح مصنع مخبوزات وحلويات عربية في معان

رئيس الديوان الملكي: المبادرات الملكية تركز على المشاريع التنموية والتشغيلية لتمكين المجتمعات المحلية



عمل مستدامة لأبناء المجتمعات المحلية، لا سيما في المحافظات والمناطق النائية. وقال العيسوي إن مبادرة إنشاء الفروع والوحدات الإنتاجية انطلقت ترجمة لهذه التوجهات، بهدف تشجيع الشركات والمصانع على افتتاح فروع لها في مختلف مناطق المملكة، خاصة في البادية الأردنية، بما يساهم في الحد من معدلات البطالة وتحقيق تنمية متوازنة. وأشار إلى أن عدد الفروع والمصانع الإنتاجية التي تم افتتاحها وتشغيلها حتى الآن تجاوز ٣٠ مشروعاً، وفرت مجتمعة أكثر من عشرة

ويقام المصنع، الذي يعد جزءاً من منظومة الأمن الغذائي، على مساحة تبلغ ١٠ دونمات، ويضم مبنى متكاملًا بمساحة ٣٦٥٠ متراً مربعاً، يشمل صالة إنتاج، ومكاتب إدارية، ومستودعات، وغرفة صوامع للطحن ومرافق خدمية متنوعة، بالإضافة إلى ساحات تحميل ومواقف. وفي تصريحات صحفية، أكد العيسوي أن التوجهات الملكية السامية تركز باستمرار على دعم المشاريع التنموية والتشغيلية التي تساهم في تحسين مستوى معيشة المواطنين، من خلال إيجاد فرص

معاون افتتح رئيس الديوان الملكي الهاشمي، يوسف حسن العيسوي، رئيس لجنة متابعة تنفيذ مبادرات جلالة الملك، مصنع المخبوزات والحلويات العربية في منطقة وادي عذيرة بمحافظة معان، الذي نفذ ضمن مبادرة "الفروع والوحدات الإنتاجية"، بالتعاون مع وزارة العمل وشركة الولاء لخدمات الإعاشة.

ويأتي إنشاء المصنع ترجمة للتوجهات الملكية السامية الرامية إلى دعم القطاع الإنتاجي وتحفيز الاستثمار في المحافظات من خلال شراكات فاعلة بين القطاعين العام والخاص، تساهم في تمكين المجتمع المحلي وتوفير فرص عمل مستدامة لأبناء المنطقة والمناطق المجاورة. واستمع العيسوي، خلال جولة في مرافق المصنع، بحضور محافظ معان حسن الجبور وأمين عام وزارة العمل عبدالله الجبور، وقائد المنطقة العسكرية الجنوبية ومدير الدائرة المالية بالقوات المسلحة الأردنية، إلى شرح قدمه مدير عام الشركة سليمان المعاني، استعرض فيه مراحل تنفيذ المشروع، ومواصفاته الفنية، وخطته التشغيلية والتوسعية المستقبلية. وتضمن الإيجاز شرحاً حول الطاقة الإنتاجية للمصنع، الذي يحتوي على خطي إنتاج حديثين قادرين على إنتاج ٢٤ ألف رغيف في الساعة، وبطاقة إجمالية تبلغ نحو ١٢ طناً يومياً من المخبوزات والحلويات العربية، وفقاً لأعلى معايير الجودة والسلامة الغذائية. وأشار إلى أن المصنع صُمم وفق بنية تحتية تتيح التوسع في المستقبل بإضافة خطوط إنتاج جديدة لتلبية احتياجات السوق وتوسيع قاعدة المنتجات. وياشر المصنع بتشغيل ٦٥ موظفاً من أبناء وبنات المنطقة، بعد خضوعهم لبرامج تدريب وتأهيل فنية متخصصة، على أن يرتفع العدد إلى ٧٥ خلال الستة أشهر الأولى، وسيصل إلى ١٥٠ وظيفة مباشرة خلال السنة الأولى، ضمن خطة واضحة أعدتها الشركة المنفذة بالتنسيق مع وزارة العمل.

جامعة اليرموك" تبحث و "واترلو" الكندية التعاون الأكاديمي

في إطار التعاون القائم بين جامعة واترلو ووزارة الاقتصاد الرقمي والريادة في الأردن بهدف دعم الابتكار وتطوير التعليم العالي. من جهتها، عرضت المومني لشبارة جامعة واترلو وتقوفا في مجالات الهندسة، علوم الحاسوب والابتكار وريادة الأعمال، مؤكدة اهتمام الجامعة بتعزيز الشراكات الدولية وتبادل الخبرات الأكاديمية والمهنية

على التحديث والتطوير الأكاديمي والتقني ودمج التكنولوجيا الحديثة في البرامج التعليمية وبما يواكب التطورات العالمية ويعزز من تنافسية خريجها في سوق العمل. وأشار مساد إلى إمكانية ابتعاث طلبة اليرموك إلى واترلو لاستكمال دراساتهم العليا في تخصصات نوعية كعلوم البيانات، الذكاء الاصطناعي وهندسة الحاسوب،

أربد بحث رئيس جامعة اليرموك الدكتور إسلام مساد، خلال لقائه مساعدة نائب رئيس جامعة واترلو الكندية، الدكتورة بسمة المومني، بحضور مديرة تطوير المهارات الرقمية في وزارة الاقتصاد الرقمي، أميرة قرقش، سبل تعزيز التعاون الأكاديمي بين الجامعتين. وبجسب بيان الجامعة، أكد مساد حرص الجامعة

أربد بحث رئيس جامعة اليرموك الدكتور إسلام مساد، خلال لقائه مساعدة نائب رئيس جامعة واترلو الكندية، الدكتورة بسمة المومني، بحضور مديرة تطوير المهارات الرقمية في وزارة الاقتصاد الرقمي، أميرة قرقش، سبل تعزيز التعاون الأكاديمي بين الجامعتين. وبجسب بيان الجامعة، أكد مساد حرص الجامعة

