الخارجية تستضيف اجتماعا اردنيا إيطاليا لبحث تعزيز الدعم الإنسانى لقطاع غزة

استضافت وزارة الخارجية وشؤون المغتربين اجتماعًا أردنيًّا -إيطاليًّا لبحث التعاون والتنسيق في تعزيز الدعم الإنساني إلى قطاع غزة، والجهود الرامية لإنهاء المعاناة الإنسانية التي يواجهها القطاع.وجرى خلال الاجتماع، الذي شارك فيه عدد من الجهات الأردنيّة المعنيّة، بحث سبل ضمان استجابة فورية وفاعلة تلبّي الاحتياجات الإنسانية للقطاع في مجالات الأمن الغذائي والصحة والتعليم والمأوى والبنية التحتية الأساسية. وبحث الاجتماع الجهود الأردنية المستمرة لإيصال المساعدات الإنسانية إلى قطاع غزة من خلال ممرّ المساعدات الأردني، وضرورة إزالة كلّ القيود التي تعيق وصول المساعدات الإنسانية عبره، وأهمية زيادة المساعدات خلال المرحلة القادمة بالتنسيق مع الدول الشقيقة والصديقة ومنظمات الأمم المتحدة المتخصّصة.



الجمعة 2 جمادى الاولى 1447 هـ الموافق 24 تشرين الاول 2025 م السينة العاشيرة / العدد (3476) / 250 فلسيا / www.omamjo.com/

وزيرة التنمية تلتقي وفداً من برامج الأمم المتحدة لتعزيز التعاون

التقت وزيرة التنمية الاجتماعية وفاء بني مصطفى، الخميس، وفدا يضم ممثلي المجلس التنفيذي لبرنامج الأمم المتحدة الإنمائي، وصندوق الأمم المتحدة للسكان، ومكتب الأمم المتحدة لخدمات المشاريع، في إطار تعزيز التعاون المشترك في تنفيذ عدد من البرامج الاجتماعية.

وأكدت بني مصطفى خلال اللقاء، أهمية الشراكة الفاعلة مع برامج الأمم المتحدة، في العديد من المجالات الاجتماعية، بما يسهم في تحقيق أهداف التنمية المستدامة. كما استعرضت محاور الاستراتيجية الوطنية للحماية الاجتماعية ٢٠٢٥-٢٠٣٣، والتي جاءت متوائمة مع مسارات التحديث، تايع ص٢

الأردن وعدة دول تدين مصادقة الكنيست على مشروعي قانونين لفرض السيادة على الضفة الغربية



دانت المملكة الأردنية الهاشمية، وجمهورية إندونيسيا، وجمهورية باكستان الإسلامية، وجمهورية تركيا، وجمهورية جيبوتى، والمملكة العربية السعودية، وسلطنة عُمان، وجمهورية غامبيا، ودولة فلسطين، ودولة قطر، ودولة الكويت، ودولة ليبيا، وماليزيا، وجمهورية مصر العربية، وجمهورية نيجيريا الاتحادية، وجامعة الدول العربية، ومنظمة التعاون الإسلامي، بأشد العبارات، مصادقة

الكنيست الإسرائيلي على مشروعي قانونین یهدفان إلی فرض ما یُسمی ب "السيادة الإسرائيلية" على الضفة الغربية المحتلة، وعلى المستوطنات الاستعمارية الإسرائيلية غير القانونية.واعتبرت ذلك انتهاكًا صارخًا للقانون الدولي ولقرارات مجلس الأمن التابع للأمم المتحدة، ولا سيما القرار رقم (٢٣٣٤)، الذي يُدين جميع الإجراءات الإسرائيلية الرامية إلى تغيير التركيبة الديمغرافية والطابع

المحتلة منذ عام ١٩٦٧، بما في ذلك القدس الشرقية، إضافة إلى الرأي الاستشاري الصادر عن محكمة العدل الدولية، الذي أكد عدم شرعية الاحتلال الإسرائيلي للأراضى الفلسطينية، وبطلان إجراءات بناء المستوطنات وضم الأراضي في الضفة الغربية المحتلة، ويؤكّدون مجددًا أن لا سيادة لإسرائيل على الأراضى الفلسطينية المحتلة.ورحبت هذه الدول في بيان مشترك بالرأي الاستشاري لمحكمة العدل الدولية الصادر في ٢٢ أكتوبر ٢٠٢٥ بشأن والوضع القانوني للأرض الفلسطينية

التزامات إسرائيل في الأراضى الفلسطينية المحتلة واتصالا بتلك الأراضى، والذي أعاد التأكيد على التزام إسرائيل بموجب القانون الإنساني الدولي بضمان حصول سكان الأراضى الفلسطينية المحتلة، بما في ذلك قطاع غزة، على الاحتياجات الأساسية للحياة اليومية، والموافقة على وتيسير جميع خطط الإغاثة المكنة لصالح السكان، بما في ذلك عبر الأمم المتحدة وهيئاتها، ولا سيما وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين (الأنروا). تابع ص٢

قدم النوافلة درع المجلس التمريضي الأردني إلى

رئيس جامعة الملك خالد ورئيس الشبكة العربية

للتعليم المتداخل، تقديرا لجهودهم البارزة

في دعم التعليم الصحي متعدد التخصصات

وتعزيز التعاون الإقليمي، تجسيدا للعلاقات

المتينة بين المؤسسات الأكاديمية والصحية

في الأردن والمملكة العربية السعودية.ويعد

المؤتمر منصة علمية متقدمة جمعت صانعي

القرار والخبراء والأكاديميين من مختلف

الدول، بهدف تبادل الخبرات ومناقشة أحدث

الاستراتيجيات في التعليم التعاوني وقياس أثره

على جودة الخدمات الصحية.

من جانبه، قال رئيس مجلس النواب أحمد الصفدي إن ترشيح القاضي جاء بقرار من المكتب السياسي للحزب، مؤكداً أن "امتداد حزب الميثاق في رئاسة المجلس هو امتداد لنهج سياسي مؤسسي ثابت".

وأضاف الصفدي أن الحزب يقف خلف مرشحه القاضى، وأن المرحلة المقبلة تتطلب شخصية تمتلك الخبرة والقدرة على إدارة المجلس بحكمة ومسؤولية، مشيرا إلى التزام الحزب بالعمل الجماعي وتمكين الشباب والمرأة ضمن رؤيته الإصلاحية.

لرئاسة المجلس، مبيناً أنه من المؤسسين الأوائل للحزب

الأمن العام يواصل حملته التوعوية لتفقد جاهزية المركبات استعدادًا لفصل الشتاء

الشتاء، والتي تهدف إلى تعزيز ثقافة السلامة المرورية وضمان جاهزية المركبات لمواجهة الظروف الجوية خلال

وتتضمن الحملة، التي ستنطلق رسميًا اعتبارًا من الأول من الشهر المقبل، توزيع نشرات توعوية على السائقين في مختلف محافظات المملكة، تتناول أبرز الإرشادات والتعليمات الواجب اتباعها لرفع مستوى الأمان أثناء القيادة في الأجواء الماطرة.

كما تشمل الحملة فحص المركبات والتأكد من صلاحيتها للسير على الطرق من خلال الدوريات المنتشرة على الطرق الداخلية والخارجية، حيث تمنح المركبات التي تجتاز الفحص ملصقًا يوضع على الزجاج الأمامي للدلالة على جاهزيتها، في حين يتم منح إشعار (دون مخالفة) لمدة أسبوع لتصويب الأوضاع الفنية للمركبات التي تحتاج إلى صيانة أو استكمال عناصر السلامة العامة.

"المجلـس التمريضـي"

شارك المجلس التمريضي الأردني في المؤتمر الدولى الثاني لاستراتيجيات التعليم الصحي المتداخل والممارسة التعاونية الفعالة أ الفجوة وقياس الأثر"، الذي عقد يوم أمس

واختتم اليوم الخميس في جامعة الملك خالد بمدينة أبها في المملكة العربية السعودية. ونظم المؤتمر الشبكة العربية للتعاون بين المهن الصحبة، والجمعية السعودية للتعليم الطبي، بمشاركة قيادات أكاديمية وصحية من مختلف دول المنطقة.وأكد أمين عام المجلس، الدكتور هاني النوافلة، أن مشاركة المجلس جاءت لتسلط

لضوء على الدور الريادي والدعم المستمر

التمريضية محليا وإقليميا.

والمحاكاة السريرية، والتعليم المستمر، إضافة لسمو الأميرة منى الحسين، رئيس المجلس إلى الشراكات الاستراتيجية مع منظمات دولية التمريضي الأردني وراعية التمريض والقبالة في مرموقة مثل منظمة الصحة العالمية ومجلس إقليم شرق المتوسط، في تمكين مهنة التمريض التمريض الدولي.وأكد أن هذه المشاركة تعكس والقبالة، وترسيخ نهج التعليم الصحي متعدد التخصصات، بما يسهم في الارتقاء بجودة التزام الأردن بدوره الريادي في تطوير التعليم الصحى على المستويين الإقليمي والدولي، الخدمات الصحية وتعزيز كفاءة الكوادر مشددا على أهمية مواصلة تعزيز التعاون مع الشركاء الدوليين لترسيخ نهج التعليم متعدد

واستعرض النوافلة، خلال مشاركته في المؤتمر، التجربة الوطنية الرائدة للمملكة في دمج مفاهيم التعليم متعدد التخصصات ضمن منظومة التمريض والقبالة، من خلال

اختتام عدد من دورات مكافحة وفض الشغب بقيادة الشرطة العسكرية

اختتمت في قيادة الشرطة العسكرية الملكية، الخميس، عدد من الدورات للضباط وضباط الصف والمدربين والمتخصصة في مكافحة وفض الشغب، بمشاركة عدد من مرتبات القوات المسلحة الأردنية والدول الشقيقة، وبحضور المساعد للإدارة والقوى البشرية.

واشتملت الدورات على العديد من البرامج التدريبية والمحاضرات النظرية والتطبيقات الميدانية في مجالات مكافحة وفض الشغب، وأمن وحماية الشخصيات، اُستخدمت أحدث الأساليب والتقنيات في مجالات الأمن والحماية وفض الشغب، ضمن بيئة تدريبية تحاكي الواقع العملي.

وهدفت الدورات إلى تطوير القدرات والمهارات الفنية للمشاركين، وتمكينهم من التعامل مع مختلف المواقف الأمنية والعمليات الميدانية بكل كفاءة واحتراف، بما يعزز من جاهزيتهم في تنفيذ

وفي ختام الحفل، وزّع المساعد للإدارة والقوى البشرية، الدروع على الفائزين والشهادات على

التراث ودعم العمل الثقافي المشترك وحماية التراث وإدماجه في منظومة التنمية المستدامة.

اهتمام المجتمع بالثقافة كملف مجتمعي تنموي ووسيلة للتحديث الاقتصادي.

إحساسًا بالانتماء، تابع ص٧

التقى وزير التعليم العالي والبحث العلمي الدكتور عزمي محافظة، الخميس، السفير الكويتي في

وزير الثقافة يفتتح ملتقى العقبة الثقافي الثالث

التخصصات، بما يواكب التطورات الصحية

العالمية ويسهم في تحقيق أهداف التنمية

الصحبة المستدامة. وفي إطار المشاركة الأردنية،

وجرى خلال اللقاء التأكيد على عمق العلاقات التاريخية التي تربط بين الجانبين الشقيقين، وبحث سبل تعزيز التعاون المشترك في مجالات التعليم العالي والبحث العلمي، إضافة إلى مناقشة عدد من القضايا ذات الاهتمام المشترك، بما في ذلك تبادل الخبرات الأكاديمية، وتبادل الطلبة، وتوسيع آفاق التعاون بين الجامعات والمؤسسات التعليمية.

وزير التعليم العالى يبحث

مع السفير الكويتي تعزيز التعاون

وأكد محافظة خلال اللقاء، حرص الوزارة على استقطاب المزيد من الطلبة الكويتيين للدراسة في الجامعات الأردنية، والعمل على تذليل جميع الصعوبات التي قد تواجههم للالتحاق بالجامعات

يشار إلى أن هناك نحو ٢٧٠٠ طالب وطالبة من دولة الكويت الشقيقة يدرسون حاليا في مختلف مؤسسات التعليم العالي الأردنية.

بدوره، أعرب النائب مازن القاضى عن اعتزازه بترشحه وأشار الطراونة إلى أن الاجتماع المقرر عقده في مجلس النواب الأحد المقبل، سيجري خلاله الإعلان الرسمى عن منذ أن كان فكرة، وتحولت إلى واقع بجهود أعضائه. ترشيح القاضي، لافتاً إلى أن الكتلة ستواصل العمل بروح الفريق لدعم التشريعات الوطنية، وفي مقدمتها قانون

الميثاق الوطني يعلن رسمياً

ترشيح القاضي لرئاسة مجلس النواب

واصلت مديرية الأمن العام تنفيذ حملتها التوعوية والوقائية الخاصة بتفقد سلامة المركبات استعدادًا لفصل

أعلن حزب الميثاق الوطني، خلال مؤتمر صحفي عقده

الخميس في مقره الرئيس بعمان، ترشيح النائب مازن

القاضي رسمياً لرئاسة مجلس النواب في الانتخابات

وقال رئيس كتلة الميثاق النيابية الدكتور إبراهيم

الطراونة، إن الحزب اختار القاضى ليكون مرشحه

الرسمى، مؤكدا أن كتلة الميثاق "ليست حزب الرجل

الواحدً"، وأن قرار الترشيح جاء نتاج توافق داخلي

المقبلة، وذلك بقرار من المكتب السياسي للحزب.

يعكس تماسك الحزب ووحدته.

الموسم الشتوي.

ودعت مديرية الأمن العام السائقين إلى التعاون مع فرق الحملة والالتزام بالتعليمات والإرشادات المرورية، وإجراء الصيانة الدورية اللازمة لمركباتهم، حفاظًا على سلامتهم وسلامة مستخدمي الطريق خلال فصل الشتاء.

الأمانة تباشر أعمال توسعة شارع الجيش في منطقة المحطة

باشرت أمانة عمان الكبرى أعمال توسعة شارع الجيش في منطقة المحطة، ضمن المرحلة الرابعة لتطوير المنطقة، وذلك ضمن المشروع الاستراتيجي لتطوير أحياء عمان

وأكد المدير التنفيذي لمشاريع تطوير أحياء عمان والمسارات السياحية المهندس محمد أبو زيتون أن أمانة عمان بدأت بتوسعة شارع الجيش في منطقة المحطة، واستحداث مسرب رابع يهدف الى تحسين المرور وإنشاء بنية تحتية جديدة للمنطقة.

وأشار أبو زيتون إلى أن أمانة عمان تعتزم هدم مبان تابعة لها موجودة ضمن نطاق المسرب الرابع والمستحدث، وذلك لتوسعة شارع الجيش، بالتنسيق مع الجهات

لمعنية، واتخاذ الإجراءات الإشرافية اللازمة لضمان السلامة العامة في الموقع عند تنفيذ أعمال الإزالة. وبين ان الهدف من تنفيذ المشروع هو إنشاء بنية تحتية جديدة للمنطقة وعمل تحسينات مرورية وأرصفة وممرات للمشاة وأعمال تجميلية، بالإضافة إلى إنشاء جسور مشاة بهدف تقديم خدمات أفضل لقاطنى وزوار

ويأتى هذا المشروع ضمن خطة أمانة عمان الكبرى لتطوير أحياء عمان القديمة، وانسجاما مع أهداف خطتها الاستراتيجية للأعوام ٢٠٢٦/٢٠٢٢ التي تركز على تحسين الخدمات وتعزيز الاستدامة وتوظيف التكنولوجيا لتحقيق رؤية الأمانة في تحويل عمان إلى

تعديل ساعات العمل الرسمي لجسـر الملك حسين اعتبارا من يوم الأحد المقبل

أعلنت إدارة أمن الجسور في مديرية الأمن العام، عن تعديل ساعات العمل الرسمى لجسر الملك حسين اعتبارا من يوم الأحد الموافق ٢٦ تشرين الأول الحالي، وذلك على

النحو التالي: المغادرون العرب: من الساعة ٩:٠٠ صباحاً ولغاية

الدبلوماسيون و الـ(VIP): من الساعة ٩:٠٠ صباحاً ولغاية ٤:٠٠ عصرا المجموعات السياحية والمركبات

الخاصة: من الساعة ٩:٠٠ صباحاً ولغاية ٢:٣٠ ظهراً. وأكدت الإدارة ضرورة إبراز الحجز المسبق عند مدخل الجسر لجميع المسافرين المغادرين باتجاه الضفة الغربية، والتواجد في الموقع قبل موعد الحجز بساعة واحدة على الأقل لضمان انسيابية الإجراءات. ودعت إدارة أمن الجسور الراغبين بالحصول على

المزيد من المعلومات أو الاستفسارات إلى التواصل عبر

الأرقام: ١١٦٥ ٢١٤ ٢٩٥٠، و١١٦٥ ٢٩٥٢ ٢١٩٥٠،

محاكم التنفيذ الشرعية تقدم خدماتها للمواطنين أيام الجمعة والسبت

و۲۰۳۰۸۱۰۳۰.

أعلن سماحة قاضى القضاة الشيخ عبد الحافظ نهار الربطة، أن محاكم التنفيذ الشرعية ستفتح أبوابها لاستقبال المراجعين خلال أيام الجمعة والسبت اعتبارًا

تطوير الأداء المؤسسي وتحسين الخدمات المقدمة لمتلقى

الشرعى الطارئة وتيسير مصالح المواطنين. بقية محاكم التنفيذ الشرعية في المحافظة.

من يوم غد الجمعة بهدف معالجة حالات التنفيذ القضائي وأشار سماحته إلى أنه قد تم تحديد محكمة تنفيذ شرعية واحدة في مركز كل محافظة من محافظات المملكة لاستقبال المراجعين وإنجاز المعاملات الطارئة نيابة عن وأكِّد سماحته، أن هذه الخطوة تأتى في إطار سعى دائرة قاضى القضاة إلى تعزيز كفاءة خدماتها واستمراريتها بأعلى درجات المرونة، مؤكدًا استمرار الجهود الرامية إلى

ويشار إلى أن دائرة قاضي القضاة، زودت إدارة التنفيذ القضائي في مديرية الأمن العام بأرقام هواتف أصحاب الفضيلة رؤساء التنفيذ والسادة مأمورى التنفيذ المناوبين خلال عطلة نهاية الأسبوع الجاري للتنسيق ومحاكم التنفيذ الشرعية المناوبة في كل محافظة هي :

محكمة تنفيذ عمان الشرعية، محكمة تنفيذ إربد الشرعية، محكمة تنفيذ الزرقاء الشرعية، محكمة تنفيذ السلط الشرعية، محكمة تنفيذ مادبا الشرعية، محكمة تنفيذ جرش الشرعية، محكمة تنفيذ عجلون الشرعية، محكمة تنفيذ معان الشرعية، محكمة تنفيذ الكرك الشرعية، محكمة تنفيذ الطفيلة الشرعية، محكمة تنفيذ العقبة

افتتح وزير الثقافة مصطفى الرواشدة الأربعاء ملتقى العقبة الثقافي الثالث بعنوان "رؤى وتطلعات برعاية معالى وزير الثقافة في صون التراث الثقافي غير المادي" الذي تنظمه مديرية ثقافة العقبة الذي يهدف الى الحفاظ على الأستاذ مصطفى الرواشدة الأخرم مديرية ثقافة العقبة ترحب بكم في وأكد الرواشدة أهمية الملتقى الذي يأتى في إطار يوم التراث الثقافي العالمي غير المادي ويقام منتقى العقبة الثقافي الثالث ي و تطلعات في صون التراث الثقافي غير المادر بالشراكة مع عدد من الوزارات والمؤسسات الوطنية والهيئات الثقافية، وهي شراكة فاعلة ومنتجة من شأنها أن تثرى الحوارات، وأن توسع دائرة الاهتمام بالثقافة أفقيًا وعموديًا، وتعزز وأضاف، إن أهمية الملتقى وضرورته تتجلى في عناوينه المهمة، وارتباط التراث غير المادي بالهوية الثقافية بشكل جوهري، حيث تُشكّل ممارساته وتقاليده ومعارفه جزءًا حيويًا من الشعور بالهوية الجماعية والاستمرارية عبر الأجيال.وأشار إلى أن الاهتمام بالتراث غير المادي يمنح المجتمعات

وزيرة التنمية تلتقي وفداً من

برامج الأمم المتحدة لتعزيز التعاون

التقت وزيرة التنمية الاجتماعية وفاء بنى مصطفى، الخميس، وفدا يضم ممثلي المجلس التنفيذي لبرنامج الأمم المتحدة الإنمائي، وصندوق الأمم المتحدة للسكان، ومكتب الأمم المتحدة لخدمات المشاريع، في إطار تعزيز

وأكدت بنى مصطفى خلال اللقاء، أهمية الشراكة الفاعلة مع برامج الأمم

المتحدة، في العديد من المجالات الاجتماعية، بما يسهم في تحقيق أهداف

كما استعرضت محاور الاستراتيجية الوطنية للحماية الاجتماعية ٢٠٢٥-

٢٠٣٣، والتي جاءت متوائمة مع مسارات التحديث، وتهدف إلى تعزيز

الشمولية والتكاملية ورفع كفاءة نظام الحماية الاجتماعية، وبناء أنظمة

كما تناولت خلال اللقاء، أهمية التعاون المشترك مع مؤسسات الأمم المتحدة

في مجالات الحماية الاجتماعية، ومواجهة العنف الأسري، وفي مجال الدعم

الفنى للتحول الرقمي، وتعزيز أنظمة البيانات والرصد والتقييم، وحشد

وأشارت بني مصطفى إلى أهمية اقتصاد الرعاية في مجال التنمية الاجتماعية،

حيث تم إقرار نظام مزاولة مهنة العمل الاجتماعي، الذي يهدف إلى توفير

كوادر من العاملين الاجتماعيين، مؤهلة ومدربة، في عدد من الاختصاصات

الاجتماعية، مما سيسهم في تحسين الخدمات الاجتماعية المقدمة للفئات

وتطرقت إلى برامج التمكين الاقتصادي للأسر المستفيدة من صندوق المعونة

الوطنية، والتى تهدف إلى تأهيل وتدريب أبنائها في مجال المهارات المهنية،

حماية اجتماعية استباقية مرنة وقادرة على الاستجابة للصدمات.

الموارد لضمان الاستدامة المالية وتوسيع نطاق الحماية الاجتماعية.

التعاون المشترك في تنفيذ عدد من البرامج الاجتماعية.

الأردن وعدة دول تدين مصادقة الكنيست على مشروعي قانونين لفرض السيادة على الضفة الغربية

دانت المملكة الأردنية الهاشمية، وجمهورية إندونيسيا، وجمهورية باكستان الإسلامية، وجمهورية تركيا، وجمهورية جيبوتي، والمملكة العربية السعودية، وسلطنة عُمان، وجمهورية غامبيا، ودولة فلسطين، ودولة قطر، ودولة الكويت، ودولة ليبيا، وماليزيا، وجمهورية مصر العربية، وجمهورية نيجيريا الاتحادية، وجامعة الدول العربية، ومنظمة التعاون الإسلامي، بأشد العبارات، مصادقة الكنيست الإسرائيلي على مشروعَى قانونين يهدفان إلى فرض ما يُسمى بـ "السيادة الإسرائيلية" على الضفة الغربية المحتلة، وعلى المستوطنات الاستعمارية الإسرائيلية غير القانونية. واعتبرت ذلك انتهاكا صارخا للقانون الدولي ولقرارات مجلس الأمن التابع للأمم المتحدة، ولا سيما القرار رقم (٢٣٣٤)، الذي يُدين جميع الإجراءات الإسرائيلية الرامية إلى تغيير التركيبة الديمغرافية والطابع والوضع القانوني للأرض الفلسطينية المحتلة منذ عام ١٩٦٧، بما في ذلك القدس الشرقية، إضافة إلى الرأي الاستشاري الصادر عن محكمة العدل الدولية، الذي أكَّد عدم شرعية الاحتلال الإسرائيلي للأراضي الفلسطينية، وبطلان

على الأراضي الفلسطينية المحتلة. ورحبت هذه الدول في بيان مشترك بالرأي الاستشاري لمحكمة العدل الدولية الصادر في ٢٢ أكتوبر ٢٠٢٥ بشأن التزامات إسرائيل في الأراضى الفلسطينية المحتلة واتصالا بتلك الأراضى، والذي أعاد التأكيد على التزام إسرائيل بموجب القانون الإنساني الدولي بضمان حصول سكان الأراضى الفلسطينية المحتلة، بما في ذلك قطاع

إجراءات بناء المستوطنات وضم الأراضى في الضفة

الغربية المحتلة، ويؤكّدون مجددًا أن لا سيادة لإسرائيل

غزة، على الاحتباجات الأساسية للحياة البومية، والموافقة على وتيسير جميع خطط الإغاثة الممكنة لصالح السكان، بما في ذلك عبر الأمم المتحدة وهيئاتها، ولا سيما وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين

الفلسطينين (الأنروا). وأكّدت المحكمة التزام إسرائيل باحترام حظر استخدام التجويع كوسيلة من وسائل الحرب، مشيرة إلى قيام إسرائيل بمنع دخول المساعدات إلى قطاع غزة، وأعادت التأكيد على حظر النقل القسري الجماعي والتهجير،

تلا علاد

السياسي للحزب.

مذكّرةً بأن ذلك يشمل أيضًا فرض ظروف معيشية لا يمكن كما أكّدت المحكمة من جديد حق الشعب الفلسطيني في تقرير مصيره وإقامة دولته المستقلة، مذكّرةً بأن الادّعاء

مجلس الأمن "باطلاً ولاغيًا"، ويشمل ذلك ما يسمى ب "قانون وقف عمليات الأنروا في أراضي دولة إسرائيل"، الذي يزعم تطبيقه على القدس الشرقية. وتحذّر هذه الدول من استمرار السياسات والممارسات

السلام العادل والشامل الذي يضمن الأمن والاستقرار في

الميثاق الوطني يعلن رسميأ

الإسرائيلي بالسيادة على القدس الشرقية قد اعتبره

الإسرائيلية الأحادية وغير القانونية، وتدعو المجتمع الدولي إلى تحمّل مسؤولياته القانونية والأخلاقية، وإلزام إسرائيل بوقف تصعيدها الخطير وإجراءاتها اللا شرعية في الأراضي الفلسطينية المحتلة، وإلى تلبية الحقوق المشروعة للشعب الفلسطيني في إقامة دولته المستقلة وذات السيادة على خطوط الرابع من حزيران

١٩٦٧، وعاصمتها القدس الشرقية سبيلًا وحيدًا لتحقيق

ونقلهم من الاعتماد على المساعدات إلى الإنتاجية، ما يسهم في التحاقهم لسوق وأعربت بنى مصطفى عن أهمية الجهود المبذولة من وكالات الأمم المتحدة في دعم برامج الوزارة في مجالات الحماية الاجتماعية والدمج والتمكين، متطلعة إلى تعميق وتوسيع نطاق الشراكة الفاعلة، بما يسهم في تحسين الخدمات

من جانبهم، أشاد ممثلى المجلس التنفيذي لبرنامج الأمم المتحدة الإنمائي، وصندوق الأمم المتحدة للسكان، ومكتب الأمم المتحدة لخدمات المشاريع بالتعاون الفاعل مع الوزارة، مثمنين الدور الهام الذي تضطلع به الوزارة في عدد من المجالات الاجتماعية في إطار الخدمات المقدمة للفئات المستهدفة والتوسع بها، مؤكدين التزام الأمم المتحدة بدعم برامج الوزارة وتنفيذ الاستراتيجية الوطنية للحماية الاجتماعية كشريك استراتيجي وفني في

اتفاقية لدعم مرضى الكلى من الدجئين السوريين

وقع مستشفى المقاصد الخيرية التابع لوزارة الأوقاف، اتفاقية تعاون مع جمعية قطر الخيرية، لدعم وتطوير الخدمات الصحية المقدّمة لمرضى غسيل الكلى من اللاجئين السوريين، الذين تتكفل الجمعية بعلاجهم، وذلك في إطار تعزيز الشراكات المجتمعية والإنسانية.

ووقع الاتفاقية عن مستشفى المقاصد الخيرية مديرها العام الدكتور بسام الشلول، فيما وقعها عن جمعية قطر الخيرية مدير مكتب الجمعية في الأردن المهندس ضرار معايطة، بحضور كل من مدير البرامج لدى قطر الخيرية اياد الرشدان، والدكتور بلال الحريري ومنسق مشروع علاج مرضى الكلى لدى الجمعية الدكتور بلال الحريري، والمدير المالي للمستشفى محمد وشاح.

ويأتي هذا التعاون في إطار الجهود المشتركة لخدمة المجتمع، وتوسيع نطاق العمل الإنساني، بما يسهم في تحسين جودة الرعاية الصحية ودعم الحالات المحتاجة، تعزيزًا لدور المؤسستين في رعاية الفئات الأكثر ضعفًا واحتياجًا.

اختتام دورة "الاستراتيجية والقيادة العليــا" فــى كليــة الدفــاع الوطنــى

اختتمت في كلية الدفاع الوطنى الملكية الأردنية، الخميس، دورة تدريبية بعنوان "الاستراتيجية والقيادة العليا"، بالتعاون مع مركز الشرق الأدنى وجنوب آسيا للدراسات الاستراتيجي (NESA)، للمشاركين في دورة الدفاع الوطنى ٢٣، بحضور آمر الكلية ورئيس وأعضاء هيئة التوجيه.

وأكد آمر الكلية في كلمة له، أهمية عقد هذه الدورات مع مراكز عالمية كمركز الشرق الأدنى وحنوب آسيا للدراسات الاستراتيجية (NESA) لما لها من أهمية في تطوير مهارات المشتركين وتعزيز التعاون المشترك والحوار الاستراتيجي والتفاهم المتبادل في منطقتنا وبشكل يسهم في تنمية القدرات الاستراتيجية والمهارات القيادية.

وهدفت الدورة إلى تعريف الدارسين على أساسيات القيادة الاستراتيجية وصناعة القرار الاستراتيجي والتعرف على فلسفة التفكير والتعلم الاستراتيجي الاحترافي، لما له من أهمية في صناعة القرار ودراسة التغير في أساليب الحرب وأدواتها المعاصرة والتكيف الاستراتيجي والعملياتي . وتحليل المخاطر الناتجة عن القرارات الاستراتيجية مع طرح سيناريوهات إقليمية واقعية تعزز الإطار النظري.

يشار إلى أن مركز الشرق الأدني للدراسات الاستراتيجية (NESA)، يعقد العديد من الدورات التعليمية بالتشارك مع مؤسسات أكاديمية مدنية

وقال رئيس كتلة الميثاق النيابية الدكتور إبراهيم وأكد القاضى أن هذا الترشيح يعكس قوة الحزب إن ترشيح القاضى جاء بقرار من المكتب السياسى ومؤسسيته مشدداً على أن العمل الحزبي في الطراونة، إن الحزب اختار القاضي ليكون مرشحه للحزب، مؤكداً أن "امتداد حزب الميثاق في رئاسة المجلس هو امتداد لنهج سياسي مؤسسي ثابت". "الميثاق" لا يرتبط بالأشخاص بل بمنظومة الرسمى، مؤكداً أن كتلة الميثاق "ليست حزب الرجل الواحد"، وأن قرار الترشيح جاء نتاج عمل جماعي مستمرة، وأن الحزب يولى أولوية وأضاف الصفدي أن الحزب يقف خلف مرشحه القاضى، وأن المرحلة المقبلة تتطلب شخصية توافق داخلي يعكس تماسك الحزب ووحدته. لتمكين الشباب والمرأة في إطار منظومة التحديث السياسي التي يقودها جلالة الملك عبدالله الثاني. وأشار الطراونة إلى أن الاجتماع المقرر عقده تمتلك الخبرة والقدرة على إدارة المجلس بحكمة

من جانبه، قال رئيس مجلس النواب أحمد الصفدي

وفد طلاب ياباني يزور مؤسسة

في مجلس النواب الأحد المقبل، سيجري خلاله

الجماعى وتمكين الشباب والمرأة ضمن رؤيته الإعلان الرسمى عن ترشيح القاضى، لافتا إلى أن الكتلة ستواصل العمل بروح الفريق لدعم الإصلاحية بدوره، أعرب النائب مازن القاضى عن اعتزازه بترشحه لرئاسة المجلس، مبيناً أنه التشريعات الوطنية، وفي مقدمتها قانون الإدارة من المؤسسين الأوائل للحزب منذ أن كان فكرة، وتحولت إلى واقع بجهود أعضائه.

مىثاق سا

ومسؤولية، مشيراً إلى التزام الحزب بالعمل

اختتام المؤتمر التخطيطي الأولي لتمرين الأسد المتأهب 2026

اختتمت، الخميس، فعاليات المؤتمر التخطيطي الأولي لتمرين الأسد المتأهب ٢٠٢٦، بحضور عدد من ضباط القوات المسلحة الأردنية، وضباط من الدول الشقيقة والصديقة التي ستشارك في التمرين.

وقال مدير التدريب العسكري في القوات المسلحة الأردنية "إن روح الإخلاص والعمل الجماعي والاحترافية كانت السمة الأبرز طوال فترة انعقاد مؤتمر التخطيط الأولي لتمرين الأسد المتأهب ٢٠٢٦"، مؤكداً أن الالتزام بالتعاون والعمل المشترك بين القوات المشاركة سيعزز نتائج التمرين المرجوة.

من جانبه، قال نائب القائد العام للمناورة في فرقة المشاة /٤٢، "إن التمرين يجسد قوة شراكتنا والتزامنا المشترك بالسلام والاستقرار في المنطقة، ومع كل دورة جديدة، يتسع نطاق هذا التمرين وتتزايد الشراكة، بما يعكس الثقة والاحتراف والاحترام المتبادل مع القوات المسلحة الأردنية وجميع الدول

ويهدف التمرين إلى تبادل الخبرات العسكرية، وتعزيز العمل بين الدول المشاركة، لرفع مستوى الجاهزية الجماعية لمواجهة التحديات الأمنية الإقليمية والدولية، إذ يعد التمرين من أبرز التمارين العسكرية متعددة الأطراف التي تستضيفها المملكة الأردنية الهاشمية.

يُشار إلى أن تمرين الأسد المتأهب ينفذ على أراضى المملكة منذ عام ٢٠١١ في مختلف ميادين التدريب التابعة للقوات المسلحة، وعدد من مدارس ومراكز التدريب، وبمشاركة واسعة من مختلف صنوف الأسلحة البرية والجوية والبحرية، العديد من المشاركين من المؤسسات المعنية بإدارة الأزمات والوزارات والأجهزة الأمنية، إضافة إلى عدد من القوات المشاركة للدول الشقيقة والصديقة.

طلبة المدارس، ويستهدف الطلبة من الصف الثامن في المدارس الحكومية. وينظم البرنامج ورشات عمل وفرصا تدريبية نوعية تركز على مهارات القيادة والعمل الجماعي والتطوع، ويتدرج عبر ٣



برنامج التبادل الثقافي إلى اليابان.

وشهدت الزيارة مشاركات قدمها فرسان وفارسات البرنامج للتعريف بالبرنامج وأثره في مسيرتهم

ستقبلت مؤسسة ولى العهد وفدا من اليابان في مقرها في عمان، ضمن فعاليات برنامج القيادة للمدارس، أحد برامج المؤسسة والمندرج ضمن مسار القيادة، والمنفذ بالشراكة مع وزارة التربية وهدفت الزيارة إلى تعزيز جسور التبادل الثقافي بين الشباب في الأردن واليابان، وتبادل الخبرات

أعلن حزب الميثاق الوطنى، خلال مؤتمر صحفى

عقده الخميس في مقره الرئيس بعمان، ترشيح

النائب مازن القاضى رسمياً لرئاسة مجلس النواب

في الانتخابات المقبلة، وذلك بقرار من المكتب

في مجالات التعليم والقيادة والمسؤولية المجتمعية من خلال الحوار والأنشطة المشتركة.

ولي العهد ضمن برنامج القيادة للمدارس

وخلال الزيارة، اطلع الوفد الياباني على مسارات عمل المؤسسة وبرامجها وفرصها الموجهة لتمكين الشباب في جميع محافظات المملكة، كما التقى الطلبة به فرسان وفارسات» برنامج القيادة للمدارس، الذين شاركوا في السنوات السابقة في برنامج التبادل الثقافي في اليابان.

وتبادل الطلاب تجاربهم التعليمية والثقافية بحضور ممثلين عن وزارتي التربية والتعليم في

قيم المواطنة الفعالة والحس الوطني الإيجابي بين لبناء مهاراتهم القيادية، من بينها تجاربهم خلال

كما قدم الطلبة اليابانيون عروضا عرفت بالثقافة والتقارب بين الجانبين.

اليابانية، ما أضفى أجواء من التفاعل الإيجابي يذكر أن برنامج القيادة للمدارس يهدف إلى غرس

مراحل: البراعم، الفرسان، والمجالس.

ترشيح القاضي لرئاسة مجلس النواب زار وفد رسمى من وزارة الزراعة العراقية، مؤسسة الإقراض الزراعى، بهدف تعزيز التعاون وتبادل الخبرات في مجال دعم وتنمية القطاع الزراعي. ورحب مدير عام المؤسسة المهندس محمد دوجان، بالوفد الزائر، مؤكدًا أهمية هذه اللقاءات في توطيد العلاقات بين البلدين الشقيقين، ومشيدًا بالدور الحيوي الذي تلعبه المؤسسة في دعم المزارعين وتمويل المشاريع الزراعية، بما يسهم في تحقيق الأمن الغذائي وتنمية واستدامة القطاع الزراعي .

وخلال الزيارة، اطلع الوفد الضيف على تجربة المؤسسة في تقديم القروض الميسرة للمزارعين، وآليات العمل التي تعتمدها في تمويل المشاريع الزراعية الصغيرة والمتوسطة، إضافة إلى مناقشة التحديات المشتركة التي تواجه القطاع الزراعي في المنطقة، وسبل تطوير أدوات التمويل الزراعي بما يتناسب

وفد من وزارة الزراعة العراقية

يــزور مؤسســة الإقــراض الزراعــي

كما قدم نائب المدير العام الدكتور محمد الصمادي نبذة تعريفية عن نشأة المؤسسة، مستعرضًا مراحل تطورها منذ تأسيسها، وأبرز نشاطاتها الحالية التي تشمل تقديم القروض، ودعم المشاريع الريادية، والمساهمة في تطوير البنية التحتية الزراعية.

وفي ختام اللقاء، أعرب الوفد العراقي عن تقديره لتجربة المؤسسة في مجال الإقراض الزراعي، مؤكدًا أهمية الاستفادة منها في تطوير برامج التمويل الزراعي في العراق، وتم الاتفاق على مواصلة التنسيق وتبادل الزيارات بين

وزارة الزراعة ونقابة المهندسين الزراعيين تبحثان تعزيز التعاون المشترك

بحث وزير الزراعة الدكتور صائب الخريسات، مع نقيب المهندسين الزراعيين المهندس على أبو نقطة، الخميس، سبل تعزيز التعاون المشترك وتسريع الإجراءات التنفيذية للمشاريع الاستثمارية الزراعية التابعة للنقابة، بحضور نائب النقيب المهندس شادي القيسي وأمين سر مجلس النقابة الدكتور إبراهيم

وبحث الجانبان الإجراءات التنفيذية للمشاريع الزراعية التابعة للنقابة، والتي تشمل مشروع محطة التوانة الزراعية، والاستثمار في أراضى جبل البترا الشرقي (حوض الديسي)، ومصنع تجميد الأسماك والخضراوات، إضافة إلى التعاون في تنفيذ برامج تدريب وتأهيل المهندسين الزراعيين.

وعبر وزير الزراعة الدكتور الخريسات عن تقديره للدور المهنى والفنى لنقابة المهندسين الزراعيين في تطوير القدرات الفنية للمهندسين وتعزيز القطاع الزراعي، مؤكدًا حرص الوزارة على دعم وإنجاح المشاريع الاستثمارية الزراعية للنقابة لما لها من أثر إيجابي متوقع على مؤسسة النقابة والقطاع الزراعي بشكل عام.

وأكد المهندس أبو نقطة أن شراكة النقابة مع وزارة الزراعة تمثل بعدًا استراتيجيًا يهدف إلى تعظيم نتائج المشاريع الاستثمارية الزراعية، وبما يسهم في تحقيق الاستدامة المالية لصناديق النقابة، إلى جانب إيجاد إطار متكامل للتدريب والتأهيل الفنى والعملى للمهندسين الزراعيين، لا سيما حديثي

اختتام فعاليات برنامج الدراسات الموازية لمحاضري مادة العلوم العسكرية

اختتم في كلية الدفاع الوطنى الملكية الأردنية، الخميس، برنامج الدراسات الموازية لمحاضري مادة العلوم العسكرية والمواطنة في الجامعات الأردنية رقم /٣، والذي نظمته الكلية ضمن البرامج الأكاديمية الموازية التي تُعقد في رحابها سنوياً لعدد من قطاعات الدولة، بحضور آمر الكلية ورئيس وأعضاء هيئة التوجيه في الكلية ورئيس دائرة التعليم الجامعي.

وبين آمر الكلية في كلمة له، "أن البرنامج هدف إلى تعزيز وترسيخ الثقافة الوطنية وتسليط الضوء على أبرز المراحل التاريخية في عمر الدولة الأردنية من خلال محاضري العلوم العسكرية في الجامعات الحكومية والخاصة، وتطوير مخرجات مادة العلوم العسكرية لخريجى الجامعات الأردنية وتخريج أجيال متمسكة بقيادتها ووطنها وتاريخها وواعية بقضايا الوطن والأمة، فالشباب هم ثروة الوطن"، مبينا أن التغذية الراجعة من المشاركين في البرنامجين السابقين ساهمت في تطوير وإثراء البرنامج الثالث.

وجاء هذا البرنامج استكمالاً لعدة برامج أكاديمية تم عقدها بالتعاون مع مديرية التربية والتعليم والثقافة العسكرية، وكأحد البرامج الأكاديمية الموازية التي تعقدها الكلية، تحقيقاً للرؤى الملكية السامية، وتنفيذاً لتوجيهات القيادة العامة للقوات المسلحة في التواصل مع المؤسسات الوطنية. وفي نهاية الحفل وزع آمر الكلية الشهادات على الخريجين. مشروب يومي يخفض ضغط الدم

والكوليسترول ويحمي القلب

كشفت أبحاث علمية حديثة أن تناول ٤ أكواب من الشاي الأسود يوميًا يساهم

وأظهرت الدراسات أن شرب ما بين كوب إلى أربعة أكواب يوميًا من الشاي الأسود يساعد على خفض ضغط الدم، وتحسين مستويات الكوليسترول، والحد من خطر الإصابة بالنوبات القلبية والسكتات الدماغية، إضافة إلى المساهمة في ضبط مستويات السكر في الدم والوقاية من داء السكري من النوع

وأوضح الدكتور تيم بوند، من اللجنة الاستشارية للشاي، أن الأبحاث المنشورة في مجلة "Frontiers in Nutrition" تؤكد دور مركبات البوليفينول، وخاصة "فلافان-٣-أولز"، في تعزيز صحة القلب وخفض خطر الأمراض المزمنة بنسبة تصل إلى ١٩٪، كما تقلل الوفيات الناتجة عن أمراض

وأشار إلى أن الجمعية الأمريكية للتغذية توصي باستهلاك ٤٠٠ إلى ٦٠٠ ملغ

من هذه المركبات يوميًا، أي ما يعادل نحو أربعة أكواب من الشاي الأسود،

وتشير النتائج إلى أن الشاي الأسود يعمل على تقليل الالتهاب والتوتر في

الجسم، ويحافظ على مرونة الأوعية الدموية، مما يجعله مشروبًا مثاليًا لدعم

البلاستيك يهدد

خصوبة الرجال بآلية خفية

تثير دراسة علمية جديدة قلقًا واسعًا بعد أن كشفت عن آلية بيولوجية معقدة

في خفض ضغط الدم والكوليسترول وتقليل خطر أمراض القلب.

القلب والأوعية بنسبة ١٣٪.

الصحة العامة عند تناوله بانتظام.

لتحقيق الفوائد المثلى.



. تحسين الهضم

تُعدّ فاكهة البابايا من الفواكه الاستوائية اللذيذة والمفيدة جداً للصحة، وتُعرف أيضاً باسم الببّا أو الببايا. موطنها الأصلي أمريكا الوسطى، لكنها تُزرع اليوم في كثير من المناطق الدافئة حول العالم. إليك أهم فوائدها الفوائد الصحية للبابايا.

تحتوي البابايا على إنزيم طبيعى يسممى بابائين (Papain) يساعد في هضم البروتينات. مفيدة لمن يعانون من عسر الهضم أو الإمساك بفضل غناها بالألياف والماء.

. تعزيز مناعة الجسم غنية بفيتامين C (أكثر من البرتقال أحياناً)، مما يقوّي

جهاز المناعة ويحمي من العدوى. تحتوي أيضاً على فيتامين A وE، وهما مضادان قويان

. تحسين صحة البشرة

مضادات الأكسدة في البابايا تساعد على تأخير علامات الشيخوخة.

تستخدم في بعض أقنعة البشرة لتفتيحها وتنقيتها من

الخلايا الميتة.

صحة القلب الألياف ومضادات الأكسدة تساعد في خفض الكولسترول الضار (LDL).

> تساهم في تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب. . تنظيم سكر الدم

رغم طعمها الحلو، تحتوي البابايا على مؤشر جلايسيمي منخفض، مما يجعلها مناسبة بكميات معتدلة لمرضى

غنية بفيتامين ${
m A}$ واللوتين والزياكسانثين، وهي عناصر تحمي العين من التنكس البقعي المرتبط بالعمر.

بفضل محتواها من الليكوبين ومضادات الأكسدة، قد

تؤكل طازجة بعد تقشيرها وإزالة البذور.

تُستخدم في بعض الحلويات أو كوصفات العناية بالبشرة.

10 أطعمة أساسية

لتقوية المناعة في فصل الخريف



بدأت درجات الحرارة في الانخفاض، خاصة بعد انتهاء

الحمضيات: يلجأ معظم الناس مباشرةً إلى فيتامين (ج) خلايا الدم البيضاء التي تُعد أساسية لمحاربة العدوى. مضادات الأكسدة.

البيض: يُعتبر البيض من الأطعمة الخارقة؛ فهو غنى بمحتواه من البروتين بجانب فيتامين (ب٦).

الأسماك الزيتية: الأسماك الزيتية، مثل سمك السلمون، توفر فيتامين (د) وأحماض أوميغا ٣ الدهنية، وكلها تدعم وفيما يلى ١٠ أطعمة تدعم المناعة مع انخفاض درجات

> المتوافر في الليمون والبرتقال وغيرهما من الأطعمة، خاصة بعد الإصابة بنزلة البرد، لأنه يساعد في تقوية جهاز المناعة. حيث يُعتقد أن فيتامين (ج) يزيد من إنتاج الخضراوات الورقية: الخضراوات الورقية مثل السبانخ

الفلفل الحلو: يحتوي الفلفل الحلو على كمية عالية من

الكوليسترول يقلل خطر الخرف

تفاصيل الدراسة

طبيعى على البروتينات نفسها التى تستهدفها أدوية خفض على خطر الإصابة بالخرف، استخدم الباحثون طريقة Randomization)، وهي تقنية تحليل جينية أتاحت لهم محاكاة تأثيرات هذه الأدوية لدراسة تأثيرها

في خطر الإصابة بالخرف.

نتائج الدراسة :وجد الباحثون أن خفض مستوى الكوليسترول في الدم بمقدار ضئيل (مليمول واحد لكل لتر)، يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بالخرف بنسبة تصل إلى ٨٠٪ عند استخدام بعض الأدوية المستهدفة. وتشير النتائج إلى أن انخفاض مستوى الكوليسترول، سواءً كان وراثيًا أو نتيجة علاج طبى، يمكن أن يساعد في تقليل خطر الإصابة بالخرف. مع ذلك، لا تقدم الدراسة أي دليل قاطع حول تأثير الدواء نفسه.أحد التحديات هو أن الخرف لا يظهر عادة إلا في وقت متأخر من الحياة، وبالتالي فإن الأبحاث في هذا المجال تتطلب عادة فترة طويلة للغاية من المتابعة. لا يزال من غير المعروف على وجه التحديد لماذا يمكن لارتفاع نسبة الكوليسترول أن يزيد من خطر الإصابة بالخرف، ولكن أحد التفسيرات المحتملة هو أن ارتفاع نسبة الكوليسترول يمكن أن يؤدي إلى تصلب الشرايين.وينتج تصلب الشرايين عن تراكم الكوليسترول في الأوعية الدموية، ويمكن أن يحدث في الجسم والدماغ،

ويزيد من خطر تكون جلطات دموية صغيرة، وهو أحد



فصل الصيف أواخر الشهر الماضى وبداية فصل الخريف، الذي يشهد تقلبات مستمرة في حالة الطقس تميل بشكل أكبر إلى البرودة. لذلك، من المهم خلال هذه الفترة دعم المناعة من خلال تناول مجموعة متنوعة من الأطعمة المغذية الغنية بالفيتامينات والمعادن، للوقاية من العدوى

وغيرها، مليئة بفيتامينات (أ) و (ج) و (ك)، بالإضافة إلى

البقوليات: توفر البقوليات، مثل العدس والفاصوليا، البروتين والألياف وفيتامينات (ب). الثوم والزنجبيل: يُعتبر كل من الثوم والزنجبيل من

التوابل الموجودة في كل مطبخ، كما أنهما معروفان

فيتامين (ج) الذي يدعم بدوره المناعة.

والدهون الصحية التي تدعم المناعة القوية.

الأكسدة والبروتينات والدهون الصحية.

المكسرات والبذور: توفر المكسرات والبذور، مثل اللوز

والجوز وبذور عباد الشمس، فيتامين (هـ) والزنك

التوت: يُعد التوت بمختلف أنواعه مصدراً قوياً لمضادات

بتأثيراتهما القوية المضادة للالتهابات بجانب مضادات الأكسدة.الأطعمة المخمرة: تحتوى الأطعمة المخمرة، مثل الزبادي، على البروبيوتيك التي تدعم صحة الأمعاء، وهو أمر مهم للحفاظ على نظام مناعى قوي.

دراسة: انخفاض

أظهرت دراسة جديدة أجراها باحثون بجامعة بريستول البريطانية، أن انخفاض مستوى الكوليسترول في الدم يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بالخرف.

وتوصلت الأبحاث التى قادتها الدكتورة ليف تيبجارج في جامعة بريستول إلى أن الأشخاص الذين لديهم متغيرات جينية معينة تعمل بشكل طبيعى على خفض الكوليسترول، لديهم خطر أقل للإصابة بالخرف. وقد نُشرت الدراسة، التي استندت إلى بيانات من أكثر من مليون شخص في الدنمارك وإنجلترا وفنلندا، في مجلة .Alzheimer's & Dementia

يولد بعض الأشخاص بمتغيرات جينية تؤثر بشكل الكوليسترول. والختبار تأثير أدوية خفض الكوليسترول تُسمى "التوزيع العشوائي المندلي" (Mendelian على خطر الإصابة بالخرف، مع تقليل تأثير العوامل المؤثرة مثل الوزن والنظام الغذائي وعادات نمط الحياة

الأخرى. وبمقارنة هؤلاء الأفراد بأفراد لا يحملون هذه المتغيرات الجينية، تمكن الباحثون من قياس الاختلافات

. تحسين الرؤية

. الوقاية من السرطان

تساعد في تقليل خطر بعض أنواع السرطان، مثل سرطان القولون والبروستاتا. طرق تناول البابايا:

تُضاف إلى العصائر أو السلطات.

تفسّر كيف تضر الجسيمات البلاستيكية الدقيقة بخصوبة الرجال، وتؤثر بشكل مباشر في جودة الحيوانات المنوية ووظائفها الحيوية.

أوضح الباحثون أن الجسيمات البلاستيكية الدقيقة، الناتجة خصوصًا عن أدوات المائدة البلاستيكية، تُسهم في تراجع الخصوبة الذكرية عالميًا، في وقت تشير فيه الإحصاءات إلى انخفاض سنوي في عدد الحيوانات المنوية يتراوح

ويضاف هذا العامل إلى مؤثرات أخرى مثل السمنة والتوتر ونمط الحياة غير الصحى، غير أن الدراسة الجديدة سلّطت الضوء على الملوثات البيئية باعتبارها خطرًا متصاعدًا على الصحة الإنجابية.

واعتمد الفريق البحثي على تحليل عينات من ٢٠٠ رجل في سن الإنجاب، مع دراسة دقيقة لعادات استخدامهم للأدوات البلاستيكية. و أظهرت النتائج وحود حسيمات بلاستبكية دقيقة في ٥,٥٥٪ من عينات السائل

المنوي، وتبيّن أن هذه النسبة كانت أعلى لدى الذين يستخدمون الأدوات

ولفهم كيفية تأثير هذه الجسيمات على الخلايا، أجرى العلماء تجارب على الفئران باستخدام جسيمات بوليستيرين متناهية الصغر بقطر ٥٠ نانومتر. وأظهرت النتائج انخفاضًا في تركيز الحيوانات المنوية بنسبة ٣٣٪، وتراجعًا في حركتها الكلية بنسبة ٢١٪، مع زيادة واضحة في نسب التشوهات الخلوية. على المستوى الجزيئي، كشفت الدراسة عن سلسلة تفاعلات خلوية معقدة تبدأ عندما تتسلل الجسيمات البلاستيكية إلى الخلايا، حيث تستقبل بروتينات FOXA۱ إشارات الخطر، فتفعّل بروتينات MAPrK۱ التي تعمل كمركز للتحكم، لتنقل بدورها الإنذار إلى بروتين P۳۸، الذي يُشبه «جهاز الإنذار الخلوي». هذا البروتين يطلق إشارات طوارئ عبر p-c-fos، تؤدي إلى

اضطراب في سلوك الخلية. وتُجبر هذه الإشارات الخاطئة الخلايا على اتخاذ قرارين مدمرين: أولهما الدخول في عملية "الالتهام الذاتي" عبر هضم مكوناتها الأساسية، وثانيهما للوت المبرمج "، أي تدمير نفسها ذاتيًا. هذه الآلية المزدوجة تفسّر الانخفاض الحاد في أعداد الحيوانات المنوية، وضعف حركتها، وارتفاع معدلات التشوه، بما يحوّل عملية إنتاجها من منظومة دقيقة إلى عملية فوضوية مليئة بالأعطال. وأكد الباحثون أن النتائج تمثل إنذارًا جديًا بشأن المخاطر الإنجابية الناجمة عن التعرض اليومي للبلاستيك، خصوصًا في الأدوات المستخدمة لتناول الطعام أو تخزينه. ودعوا إلى ضرورة تبنّى سياسات صحية تقلل من استخدام المواد البلاستيكية، وتشجّع على بدائل أكثر أمانًا وصداقة للبيئة، إلى جانب مواصلة الأبحاث لفهم التأثيرات طويلة المدى لهذه الجسيمات على الصحة الإنجابية.

البلاستيك يهدد خصوبة الرجال بآلية خفية

اكتشف فريق من العلماء الأمريكيين ما وصفوه بـ"الحاسة السادسة المخفية" في جسم الإنسان، في اكتشاف قد يغيّر فهمنا لطبيعة الإحساس ووظائف الدماغ. وأوضح الباحثون أن هذه الحاسة الجديدة، المعروفة علمياً باسم "الإدراك الداخلي" (Interoception)، تمكّن الدماغ من مراقبة وظائف الأعضاء

الداخلية وضبطها بشكل مستمر للحفاظ على توازن الجسم وصحته. وقال العلماء من معهد "سكريبس" للأبحاث في الولايات المتحدة إن هذه العملية المعقدة تتيح للجهاز العصبى استقبال الإشارات القادمة من الأعضاء الحيوية مثل القلب والرئتين والمعدة والكلى، ليعرف الدماغ متى يجب التنفس، أو كيف يتعامل مع انخفاض ضغط الدم، أو حتى متى يواجه الجسم عدوى تستدعي تنشيط جهاز المناعة.

وحسب صحيفة "دايلي ميل" البريطانية، حصل الفريق البحثي مؤخراً على منحة قدرها ١٤,٢ مليون دولار من المعاهد الوطنية للصحة الأمريكية (NIH) لاستكشاف هذه الحاسة الغامضة، في خطوة تهدف إلى رسم "أول خريطة تشريحية كاملة "لمسارات الإشارات العصبية بين الأعضاء الداخلية

من جانبه، أشار البروفيسور شين جين، الذي يقود جزءاً من المشروع، إلى أن الإدراك الداخلي يشكل أساساً لكل جوانب الصحة تقريباً، ومع ذلك ما زال يمثل منطقة غير مكتشفة في علم الأعصاب"، مؤكداً أن الهدف من المشروع هو فهم كيف يحافظ الدماغ على توازن الجسم، وكيف يختل هذا التوازن في حالات المرض، وكيف بمكن استعادته".

ويعود أصل فكرة "الإدراك الداخلي" إلى أوائل القرن العشرين، حين طرحها عالم الأعصاب البريطاني تشارلز شيرينغتون، لكنها ظلت مهمّشة لعقود قبل أن تعود إلى دائرة الاهتمام العلمي في السنوات الأخيرة، مع اكتشاف ارتباطها الوثيق بعدد من الأمراض الجسدية والنفسية.

وبينما تعتمد الحواس الخمس التقليدية؛ البصر والشم والسمع والتذوق واللمس، على أعضاء خارجية متخصصة مثل العينين والأنف والجلد، تعمل الحاسة السادسة الجديدة داخل الجسم، من خلال شبكة معقدة من الأعصاب تمتد في الأنسجة والأعضاء الداخلية دون حدود واضحة، ما يجعل دراستها غاية في الصعوبة.

وتوضح دراسات حديثة أن اضطراب هذه الشبكة العصبية الداخلية يرتبط بعدة أمراض، من بينها الاضطرابات المناعية المزمنة، وآلام الأعصاب، وارتفاع ضغط الدم، فضلاً عن اضطرابات الصحة النفسية مثل الاكتئاب والقلق واضطرابات الأكل، حيث يؤثر خلل الإدراك الداخلي على اتخاذ القرار والشعور بالعواطف والقدرة على التفاعل الاجتماعي.

ويأمل العلماء أن يسهم المشروع الجديد في رسم "أطلس" شامل للجهاز الحسي الداخلي، ما قد يفتح الباب أمام تطوير علاجات جديدة تستهدف إعادة توازن الإشارات بين الدماغ والأعضاء الداخلية، ويمنح الأطباء فهما أعمق، لكيفية

وقال الباحثون في بيانهم: "برسم خريطة هذا النظام الحسي الداخلي، سنضع الأساس لفهم الطريقة التي يحافظ بها الدماغ على توازن الجسم، وكيف يمكن أن يُعاد هذا التوازن في حالات المرض".

تأثير نمط الحياة على طول الطفل: عوامل النمو الخفية تتجاوز الوراثة



بينما تلعب الوراثة الدور الأكبر في تحديد طول الطفل،

إلا أن عوامل نمط الحياة يمكن أن تُحدث فرقًا ملموسًا في

ووفقًا لتقرير موقع (NDTV)، تكشف الدراسات أنه في

حين أن ٧٠٪ إلى ٨٠٪ من طول الطفل المحتمل وراثى، فإن

النسبة المتبقية (٢٠٪ إلى ٣٠٪) تتأثر بأسلوب الحياة،

والذي يمكن للوالدين التأثير عليه إيجاباً. ورغم أن هذا

الأمر متعلق بجيناتكم، إلا أن ٧٠٪ إلى ٨٠٪ من طول

أظهر علم الوراثة فوق الجينية أن التأثيرات البيئية، مثل

النوم، والطعام، وممارسة الرياضة، والرفاهية العاطفية،

يمكن أن "تُشغِّل أو تُوقف" جينات محددة تؤثر على النمو.

١. النوم العميق معزز النمو الصامت وفقًا للتقرير، فإن

الشيء الأهم الذي يحتاجه الطفل لنموه هو النوم العميق.

حيث إن هرمون النمو (GH)، الضروري لنمو الطول،

يُفرز غالبًا أثناء النوم العميق. يحتاج الأطفال كل ليلة إلى

٩ إلى ١١ ساعة من "الراحة الجيدة والمتواصلة". لتحسين

جودة النوم، ينصح أطباء الأطفال بإبقاء الغرفة معتدلة

٢. ممارسة الرياضة بانتظام من محفزات النمو الفعالة

الأخرى ممارسة الرياضة بانتظام. تشمل الأنشطة التي

تعزز تقوية العظام والعضلات: السباحة، وركوب

ومظلمة وخالية من الشاشات قبل النوم.

طفلكم سيعتمد على جيناتكم كوالدين.

أربعة عوامل حاسمة لنمو الطول:

نمو الطفل أيضاً.

الدراجات، واللعب في الهواء الطلق، والقفز، والتعلق بالقضبان. الشيء الثاني الذي يحتاجونه هو الحركة؛ فإذا كنتَ قليل الحركة، فإن فرصك في النمو طويل القامة ستكون محدودة. تُحسِّن الحركة كثافة العظام، وتدفق الأكسجن، ووضعية الجسم. ومن ناحية أخرى، قد يعيق الجلوس لفترات طويلة وقضاء وقت طويل أمام الشاشات

نمو هيكل عظمي سليم. ٣. التغذية أساس الطول ينصح التقرير بتناول نظام غذائي متوازن من البروتين، والكربوهيدرات المعقدة، وأحماض أوميغا ٣ الدهنية، والدهون الصحية، وفيتامينات (د) و (ج)، والزنك، والكالسيوم. تتغذى عظام النمو بأطعمة مثل الفواكه، والخضراوات الورقية، والبذور، والمكسرات، ومنتجات الألبان، والبيض، والعدس. ويجب تقليل تناول الأطعمة المصنعة والسكرية التي تزيد من

مستوى الكورتيزول وتزيد الالتهابات. ٤. الصحة النفسية عامل خفي للصحة النفسية تأثير كبير على مستويات هرمون النمو؛ فقد يؤدي الجو غير الداعم أو التوتر المستمر إلى زيادة مستوى الكورتيزول، مما يعيق إنتاج هرمون النمو. "فالمنزل الهادئ والداعم يساعد الأطفال على النمو والازدهار".

ملاحظات ختامية إذا لاحظ الوالدان تأخراً في النمو أو مشاكل هرمونية، فعليهما استشارة طبيب أطفال أو أخصائي غدد صماء، إذ قد يكون استخدام منتجات أو حقن "مُعززات الطول" غير المعتمدة أمراً خطيراً.

10 أطعمة أساسية

لتقوية المناعة في فصل الخريف



كشفت دراسة جديدة أجرتها جامعة كاليفورنيا عن كيفية حماية الألياف الغذائية للجسم من أضرار السكر، وتحديداً سكر الفركتوز الموجود في الفاكهة والأطعمة

واكتشف باحثون في كلية الطب بجامعة كاليفورنيا، أن الإينولين، وهي ألياف طبيعية موجودة في خضراوات مثل البصل والثوم والخرشوف، بمكن أن تعيد تشكيل البكتيريا التي تعيش في الأمعاء لمنع الفركتوز قبل أن يصل

وتكشف النتائج، التي نُشرت في مجلة Nature Metabolism، عن مستوى جديد من الحماية التي توفرها الألياف، ليس فقط في عملية الهضم، ولكن في كيفية تعامل الجسم مع السكر على المستوى الجزيئي.

وقال الباحث الرئيسي تشولسون جانج: "لقد وجدنا أن استهلاك نوع من الألياف الغذائية يُسمى الإينولين، يغير البكتيريا الموجودة في الأمعاء لتعزيز استهلاك الفركتوز الغذائي الضار".

واكتشف جانج وفريقه أنه عند تناول الفركتوز، وهو سكر شائع في الفاكهة والأطعمة المحلاة، تستطيع بكتيريا الأمعاء الدقيقة استقلابه قبل وصوله إلى الكبد. ولكن بدون كمية كافية من الألياف، يتسرب الفركتوز الزائد، مما يُرهق

الكبد ويسبب تراكم الدهون.

ومن خلال تغذية بكتيريا الأمعاء بالإينولين، وجد الباحثون أن الميكروبات تحرق الفركتوز في وقت مبكر، مما يمنع سلسلة الأضرار هذه. والأمر الأكثر إثارة للدهشة هو أنه بمجرد "تحضير" هذه البكتيريا بالإينولين، تمكنت من عكس علامات مرض الكبد الدهني، مما أدى إلى تقليل تراكم الدهون وتعزيز مضادات الأكسدة الطبيعية في

وهم الأشخاص الذين قد يمرون دون أن يلاحظهم أحد ولكنهم لا يزالون يواجهون مخاطر خفية بسبب اتباع نظام غذائى يحتوي على نسبة عالية من السكر. أشار جانج إلى أن الضرر الأيضي لا يقتصر على من يعانون

ركزت الدراسة على المشاركين غير المصابين بالسمنة،

من زيادة الوزن. فحتى من يبدون بصحة جيدة قد يعانون من إجهاد الكبد ومقاومة الأنسولين إذا لم تكن ميكروبات أمعائهم قادرة على التعامل مع فائض الفركتوز، مضيفاً أنه "من خلال تحديد بكتيريا الأمعاء المحددة والمسارات الأيضية المُعنيّة، يمكن لنتائجنا أن توجه استراتيجيات التغذية الشخصية".

وأضاف أن الأبحاث المستقبلية سوف تستكشف ما إذا كانت الألياف الشائعة الأخرى إلى جانب الإينولين قادرة على إحداث تأثيرات وقائية مماثلة.



ChatGPT يعيد رسم ملامح التسوق الإلكتروني حول العالم



ميـزة جديـدة تكشـف بلـد الحسـاب

Account based in

الاسم وتاريخ التسجيل.

المستخدمين حول العالم.

الحسابات الحقيقية والمزيفة.

السوداء" في الغرب.

«علي بابا » تصل لنقطة التعادل في استثمارات

متى تتوفر الميزة؟

ورؤية طريقة إنشاء الحساب من أى متجر تطبيقات

(App Store / Play Store) تم ربطه، والتأكد

من استمرارية وشفافية الحساب من خلال عدد تغييرات

ذكرت منصة «إكس» أنها ستبدأ بتطبيق الميزة الأسبوع

المقبل على عدد محدود من حسابات موظفيها، لاختبارها

وجمع الملاحظات قبل طرحها على نطاق أوسع لجميع

تأتى هذه الخطوة ضمن توجه منصة «إكس» لتقوية الثقة

الرقمية في زمن تتزايد فيه الحسابات الزائفة والمعلومات

المضللة، حيث أصبحت معرفة بلد الحساب ومتجره

الأصلى أداة مهمة للمستخدمين لتقييم مصداقية من

يتحدث أو ينشر. كما تُعد هذه الميزة امتداداً لجهود منصة

«إكِس» السابقة في توضيح هوية الحسابات الرسمية

والمُوثقة، وإظهار التفاصيل التقنية التي يمكن أن تميز بين

وجاءت تصريحات تشانغ قبل أيام من انطلاق مرحلة

المبيعات الكبرى لـ "يوم العزاب" (Singles Day)،

الذي يُعد أكبر حدث للتسوق في الصين ويوازي "الجمعة

وأشار إلى أن التجارب الأولية أظهرت ارتفاعاً بنسبة

١٢٪ في العائد على الإنفاق الإعلاني بفضل تقنيات الذكاء

الاصطناعي، وهي نسبة وصفها بأنها "نادرة في هذا النوع

وأضاف أن التكامل المتزايد للذكاء الاصطناعي في منصات

علي بابا" سيُحدث تأثيراً إيجابياً كبيراً على حجم

المبيعات خلال موسم التسوق هذا العام، الذي يتركز في

ورغم التباطؤ النسبي في إنفاق المستهلكين الصينيين خلال

الأعوام الأخِيرة، شهدت مبيعات "يوم العزاب" العام

الماضى نمواً بنسبة ٢٠,١٪ لتصل إلى ١,١١ تريليون يوان

عبر منصات "على بابا" مثل: "تمال" و"JD.com"

وتبقى وحدة التجارة الإلكترونية في الصين المصدر الأكبر

لإيرادات المجموعة، مسجلةً نمواً سنوياً بنسبة ١٠٪ في

الربع المنتهي في ٣٠ يونيو لتبلغ نحو ١٩,٥٣ مليار دولار.

و ${
m PDD}^{"}$ ، بحسب شركة الأبحاث "سينتون".

في خطوة قد تعيد رسم ملامح التسوق الإلكتروني حول العالم، أعلنت شركة وول مارت عن شراكة استراتيجية مع "OpenAI" تتيح دمج كتالوج منتجاتها الكامل داخل منصة "ChatGPT"، ليصبح بإمكان المستخدمين التخطيط والتسوق والدفع مباشرة عبر محادثة ذكبة و احدة.

وبحسب ما نشره موقع "توماس جايد"، فإنه بالإمكان الطلب من "شات جي بي تي"، التخطيط لعشاء الأسبوع أو ملء مستلزمات التنظيف"، حيث سيقترح المنتجات المناسبة من وول مارت، ويُتيح شراؤها على الفور دون الحاجة إلى تصفح القوائم أو البحث اليدوي المطول.

بدوره، قال دوغ ماكميلون، الرئيس التنفيذي لوول مارت: ً إن التسوق الإلكتروني ظل لسنوات تحرية حامدة تقتصر على شريط بحث وقوائم لا تنتهى من النتائج، لكن الميزة الجديدة تنقل التسوق إلى تجربة أكثر ذكاءً وواقعية، وهي تجربة مدمجة، متعددة الوسائط، وشخصية تتفاعل مع المستخدم في سياقه الحقيقي".

هذه الخطوة تأتى ضمن ما تسميه الشركة "التجارة الوكيلة" (Agentic Commerce)، وهي رؤية جديدة لتحويل الذكاء الاصطناعي من أداة استجابة إلى مساعد استباقى يتنبأ بالاحتياجات، ويقترح الحلول قبل

في خطوة جديدة نحو تعزيز الثقة والمصداقية، أعلنت

منصة «إكس» (تويتر سابقا) عن بدء اختبار ميزة جديدة

تحت اسم «About this account» (حول هذا

الحساب)، تتيح للمستخدمين معرفة معلومات تفصيلية

عن الحسابات، بما في ذلك تاريخ إنشاء الحساب، والدولة

التي يستند إليها الحساب، والمتجر الذي تم إنشاء

الحساب من خلاله مثل «متجر تطبيقات أبل-الولايات

المتحدة» (United States App Store) وعدد

تسعى المنصة من خلال هذه الخطوة إلى تقليل التفاعل

غير الأصيل، أي التفاعل القادم من حسابات مجهولة أو

مضللة، وذلك عبر تمكين المستخدمين من التحقق من

هذه الميزة تساعد المستخدمين على معرفة مصدر الحساب

الحقيقي، وهل هو تابع لبلد معين أم أن موقعه مختلف،

- أكدت مجموعة على بابا الصينية أن استثماراتها

الضخمة في تقنيات الذكاء الاصطناعي داخل قطاع

التجارة الإلكترونية بدأت تحقق عوائد فعلية، بعدما

وصلت هذه المشروعات إلى مرحلة التعادل المالي بين

الإنفاق والإيرادات، وفق ما أعلنه نائب رئيس الشركة،

وتراهن الشركة على أن الذكاء الاصطناعي سيكون

المحرك الرئيسى للنمو خلال السنوات المقبلة، رغم

المخاوف في السوق من تضخم الإنفاق على التقنية مقابل

وكانت "على بابا" قد أعلنت في فبراير الماضي عن خطة

لإنفاق ٣٨٠ مليار يوان (نحو ٥٣ مليار دولار) خلال ثلاث

سنوات على تطوير البنية التحتية السحابية وتقنيات

الذكاء الاصطناعي، بحسب تقرير نشرته شبكة "سي إن

وأوضح تشانغ، الذي يشرف على تطبيقات الذكاء

الاصطناعي في أنشطة التجارة الإلكترونية بالشركة، أن

"على بابا" أطلقت بالفعل سلسلة من الأدوات الذكية،

تشمل تحسين نتائج البحث لتكون أكثر تخصيصاً

للمستخدمين، وتعزيز دقة تجربة "القياس الافتراضي"

بي سي" واطلعت عليه "العربية Business".

الذكاء الاصطناعي بالتجارة

خلفية الحسابات التي ينشر منها المحتوى.

تغييرات اسم المستخدم السابقة وتاريخ آخر تعديل.

الهدف من الميزة

عوائد محدودة.

من جانبه، قال سام ألتمان، الرئيس التنفيذي لشركة "أوبن إيه أي": "نحن متحمسون للتعاون مع وول مارت لجعل التسوق اليومى أكثر سهولة وسلاسة، هذا التعاون يجسد كيف يمكن للذكاء الاصطناعي أن يصبح جزءاً طبيعياً من حياة الناس اليومية".

ورغم تركيزها المتزايد على الذكاء الاصطناعي، تؤكد وول مارت أن الهدف ليس استبدال العاملين، بل إزالة الاحتكاك وتبسيط المهام المتكررة، لجعل تجربة العملاء والموظفين أكثر ذكاءً ومرونة.

وتعد هذه الشراكة امتداداً لاستراتيجية وول مارت في توظيف التكنولوجيا لتعزيز الكفاءة من استخدام الذكاء الاصطناعي لتقليص زمن تصميم الأزياء من ١٨ أسبوعاً إلى أيام معدودة، إلى تسريع خدمة العملاء وتقليل وقت حل المشكلات بنسبة تصل إلى ٤٠٪.

كما أطلقت الشركة منصة "ChatGPT Enterprise" داخلية لتدريب موظفيها ومنحهم شهادات في أدوات "أوبن إيه أي".

ومن خلال هذه الشراكة، تضاعف شركة وول مارت وعدها بدمج الأسعار المنخفضة والتسليم السريع، والآن الذكاء

- أولاً: يجب تحديد الموضوع بدقة («شاب الاصطناعي لإعادة تعريف شكل التسوق في عصر الذكاء مغامر ذو لحية كثيفة يرتدي سترة خضراء»). - ثانياً: يجب وصف البيئة بوضوح، يشمل: الموقع، والوقت، والطقس، والمزاج العام («في منصة «إكس» تختبر ممر غابة ضبابية عند شروق الشمس»).

- ثالثاً: تحديد التكوين البصري وزاوية التصوير («لقطة منخفضة الزاوية»، أو «قاعدة الأثلاث»). - رابعاً: اختيار الأسلوب الجمالي («إضاءة سينمائية»، أو «اتبع أسلوب تصوير مصور

يكمن السر خلف توليد صور بالذكاء الاصطناعي تتسم بالواقعية الفائقة، والجودة الاحترافية، على منصات مثل «جيميناي» و«تشات جي بي تي»، في صياغة أوامر نصية

والأوامر الفعالة ليست مجرد كلمات عابرة؛ بل هي بمنزلة مخطط تفصيلي يوجه الذكاء الاصطناعي بوضوح تام حول الرؤية الإبداعية

ونذكر في هذا الموضوع مجموعة من النصائح لصياغة أوامر احترافية، لصنع الصور، وتطوير تجربة التعلم بالفهم العميق. أوامر مبتكرة لتوليد صور احترافية • نموذج «نانو بانانا» وقدراته التحويلية: أحدثُ نموذج الذكاء الاصطناعي الجديد من Nano) «غوغل» المعروف باسم «نانو بانانا» (Banana) (إصدار «جيميناي فلاش ٢٠٥» مع استخدام نموذج الصور «Image Model») ثورة في تحرير الصور داخل

(Prompts) دقيقة ومفصلة.

خدمة «جيميناي» (Gemini).

خيالية. أضف القرية والميناء»).

ويتميز هذا النموذج بقدرته الفائقة على تحويل

الصور العادية إلى إبداعات رقمية مذهلة، مثل

مجسمات ثلاثية الأبعاد واقعية، أو شخصيات

ألعاب إلكترونية، أو خرائط خيالية مفصلة

(مثل: «حوِّل هذه الصورة إلى خريطة عالم

ثلاثى الأبعاد، مصمم بأسلوب فنى للعبة

وتحول «نانو بانانا» إلى توجُّه عالمي؛ حيث

يوفر للمستخدمين مرونة إبداعية غير مسبوقة

للدمج والتحويل والتخصيص، مع الحفاظ على

تفاصيل الصورة الأصلية ونسيجها الواقعي،

ما يفتح آفاقاً لا نهائية للفنانين ومصممي

• العناصر الأساسية لصياغة أوامر احترافية:

وبعكس الأوامر الغامضة التي تنتج صوراً

عامة وباهتة، فإن الأوامر المصمَّمة بعناية

تحدد العناصر الخمسة الأساسية: الموضوع،

والبيئة، والتكوين، والأسلوب، والتفاصيل

التقنية؛ ما يحول المخرجات القياسية إلى

مرئيات مذهلة ومقنعة بصرياً:

ما»).وأخيراً، إضافة تفاصيل تقنية تحاكى إعدادات الكاميرا الاحترافية («عدسة ٣٥ ملِّيمتراً»، و «دقة KK» و «إضاءة HDR»). تقنيات متقدمة لتحقيق الواقعية والتحكم في الإخراجولضمان تحقيق أقصى درجات الواقعية، يوصَى بتطبيق تقنيات متقدمة محددة: لتحقيق الواقعية الفائقة، يجب تضمين كلمات وصفية،

،Hyper-realistic Photorealistic ، و K UHD ، Photorealistic

Cinematic lighting، في الأمر. كما أن استخدام مراجع فنية حقيقية -مثل أسماء مصورین مشهورین أو أنماط تصویر محددة-يساعد الذكاء الاصطناعي على محاكاة جودة

هذا، ويجب تجنب الإفراط في التفاصيل غير الضرورية، وكذلك يجب استخدام الحمل البليغة التي تحدد سياق ومزاج الصورة، بدلاً من الكلمات الوصفية الكثيرة.

• التحكم بالتكوين والأسلوب لنتائج

الألوان والنسيج والإضاءة الأصلية.

فنية: ويُعد التحكم في تكوين الصورة (Composition) عاملاً حاسماً يميز لقطات الهواة من لقطات المحترفين؛ لذا يجب تحديد المنظور وعمق المجال بوضوح (مثل «لقطة بزاوية منخفضة»، أو «عمق مجال ضحل»). وبالإضافة إلى ذلك، تتيح الأوامر إمكانية تحديد الاتجاه الفنى والأسلوبي، سواء كان الهدف هو مشهد خيائي ملحمى (Epic cinematic composition) أو صورة Grainy film) تحاكى الأفلام القديمة effect)، وصورة بكاميرا كلاسيكية محددة .(simulation : · · Kodak Portra) ويساهم هذا المستوى من التفصيل في تمكين المستخدم من إضفاء لمسة شخصية وفنية على

فحسب؛ بل جذابة فنياً وتروي قصة مقنعة. • أمثلة إبداعية لتوليد صور خيالية وواقعية: ولإلهام المستخدمين، نذكر مجموعة من الأوامر الإبداعية التي توضح القدرات الواسعة لنموذج «نانو بانانا».

صوره، مما يضمن أن تكون النتائج ليست دقيقة

وتتنوع هذه الأمثلة بين تحويل حيوان أليف إلى شخصية لعبة إلكترونية ثنائية الأبعاد: («أعد إنشاء صورة هذا القط كشخصية لعبة إلكتروني بنمط ١٦-بت، وأضف الشخصية في جزء من مرحلة في لعبة منصات ثنائية الأبعاد بنمط ١٦-بت»). وإنشاء صورة مؤثرة تُظهر المستخدم يجلس مع نفسه كطفل في مشهد ملىء بألعاب الطفولة: («هذه صورة لي كشخص بالغ. أنشئ صورة لي كشخص بالغ أجلس فيها

الشاي معاً في حفلة شاي»).

كيف تصوغ أوامر ذكاء اصطناعي احترافية؟

وكذلك يمكن للمستخدم تحويل صورة منزل إلى تصميم جزيرة استوائية نابضة بالحياة، وأضف عناصر هيكلية من الخيزران. أحط

أو تحويل مقص عادي إلى شخصية خيالية والجنيات»)، مما يدل على قدرة الذكاء الاصطناعي على مزج الواقع بالخيال.

وخاتمة قوية. لا تقم بإضافة أى كلمات أو خلال الصور نفسها فقط»).

مثل تحويل صورة فوتوغرافية إلى رسم بالقلم الرصاص: («حوِّل هذه الصورة إلى رسمة بالقلم الرصاص»)، أو تحويل مكونات طعام إلى طبق حلوى فاخر بأسلوب مطعم من فئة ٥ نجوم («حوّل هذه المكونات إلى حلوى راقية وشهية المظهر، مستوحاة من هذه المكونات. قم بتقديمها على طبق وكأنها في مطعم فاخر من فئة ه نجوم ومحترف في الطهي»).

كما يدعم «نانو بانانا» التحويل الفنى البسيط،

نصائح وحيل أساسية لإتقان توجيه «نانو

بأرضيات من القش وعناصر من الخيزران («حوِّل هذا المنزل إلى تصميم جزيرة استوائية نابضة بالحياة. حوِّل الأرضيات إلى قش، به نباتات استوائية مورقة وملونة وأشجار

واقعية المظهر، مستوحاة من الأفلام السينمائية: («حوّل هذا المقص إلى شخصية خيالية واقعية المظهر في فيلم عن الأقزام

بنانا»> بهدف تحقيق أقصى استفادة من هذه الخدمة: يُنصح بدمج طبقات مزدوجة

مع نفسى كطفل في غرفة ألعاب، ونحن نتناول

• تقنية السرد القصصي عبر الصور والتحويل الفنى: أحد أبرز الأوامر هو استخدام الذكاء الاصطناعي في السرد القصصي؛ حيث يمكن للمستخدم طلب إنشاء قصة ملحمية مثيرة («أنشئ قصة ملحمية آسرة من ٩ أجزاء، لبطلين خارقين سريين ومغامراتهما. القصة مثيرة طوال الوقت، مع تقلبات تؤثر في مشاعر المشاهدين، وتنتهى بلمسة مفاجئة ورائعة نصوص إلى الصور؛ بل ارو القصة بالكامل من

من الأنماط في أمر واحد (مثل مزج «الرسم بالقلم الرصاص مع الألوان المائية») لإنشاء تصميمات هجينة فريدة. كما يجب تحديد ظروف الإضاءة والزوايا بوضوح (مثل:

«إضاءة ذهبية بمنظور عين السمكة») لجعل

الصور أكثر ديناميكية.

البطل الذي يركب التنين»).

وبالإضافة إلى ذلك، يُنصح بدمج العناصر الواقعية مع الخيالية (مثل: «حوِّل الدراجة إلى تننى»)، واستخدام أوامر متتابعة لخلق قصص مصورة قصيرة، مما يضمن أن تكون المخرجات عالية الدقة وحيوية، وتلبى الرؤية الإبداعية للمستخدم. وكذلك يمكن طلب إضافة الطبقة الخارجية للعناصر (Texture) في الصورة النهائية («استخدم الفرو أو الحراشف في التنين مع استخدام قماش ناعم وفضفاض على جسد

> كشف الزيف... علامات لا يستطيع الذكاء الاصطناعي إخفاءها: وفي حين أن هذا التوجه يمثل طفرة ثقافية هائلة ويوفر إمكانات غير محدودة للتعبير عن الذات، فإن الانتشار الواسع لهذه المرئيات شديدة الإتقان قد أثار نقاشات جادة ومحورية حول قضايا الأصالة الرقمية والمخاطر المتعلقة بالخصوصية، ما يجعل الحاجة إلى آليات كشف موثوقة أمرا بالغ الأهمية.ولتحديد الصور التي تم إنشاؤها بواسطة الذكاء الاصطناعي، يجب على المستخدم الانتباه إلى مجموعة من التفاصيل غير الطبيعية التي غالباً ما تفشل فيها الخو ارزميات. وتشمل هذه العيوب البحث عن الأصابع الزائدة، أو التشوهات في الأشكال، أو عدم تناسق ملامح الوجه، أو انعكاسات العين غير المتطابقة، أو الخلفيات التي تبدو مشوَّهة أو مكررة. كما أن الذكاء الاصطناعي لا يزال يواجه صعوبة في إعادة إنتاج النصوص والشعارات بدقة، لذا فإن الكلمات غير المفهومة أو الحروف المشوَّهة تُعد دليلاً شائعاً على التزييف.

وتجب أيضاً ملاحظة أي تضارب في الإضاءة والظلال التي لا تتناسب مع مصدر الضوء المفترض في المشهد.

تُطلق فلتر التجميل الذكي في Meet

دون الحاجة إلى استخدام مستحضرات تجميل حقيقية.

ويتم ذلك من خلال فلتر مكياج افتراضي مدعوم بتقنيات الذكاء الاصطناعي، في خطوة جديدة تعيد رسم ملامح المنافسة في عالم الاجتماعات الرقمية. ووفقا لما نشره موقع TechCrunch، بدأت الميزة بالوصول رسميا إلى

وتضم الميزة الجديدة ١٢ خيارا مختلفا من أنماط المكياج الافتراضي، يمكن للمستخدم الاختيار من بينها داخل قسم المظهر (Appearance) ضمن

ولا تقتصر الميزة على مجرد فلاتر تجميل تقليدية، بل تشمل أدوات رقمية متقدمة مثل تنعيم البشرة، وتفتيح منطقة ما تحت العين، وتبييضها بدقة فائقة، في امتداد مباشر لميزات تحسين المظهر التي قدمتها غوغل العام الماضي. الابتكار الحقيقى في الميزة الجديدة يكمن في أن الفلتر يعتمد على خوارزميات ذكاء اصطناعي متقدمة قادرة على تتبع ملامح الوجه لحظة بلحظة، ما يضمن بقاء المكياج ثابتا في مكانه الطبيعي مهما تحرك المستخدم أو غير زاوية الكامسرا. حتى أثناء شرب القهوة أو تحريك الرأس، يظل المكياج ثابتا دون أن ينتقل أو يتشوه الشكل، ليمنح المستخدمين مظهرا واقعيا على نحو لافت وغير مسبوق

الميزة ستكون اختيارية بالكامل، حيث تبقى معطلة افتراضيا ويمكن تفعيلها يدويا قبل الاجتماع أو أثناءه. وبعد تحديد النمط المفضل من المكياج، سيقوم Google Meet بحفظ تفضيلات المستخدم تلقائيًا لتطبق في الاجتماعات القادمة، ما يجعل التجربة أكثر سلاسة وراحة.



أعلنت شركة غوغل عن إطلاق ميزة مبتكرة في تطبيق الاجتماعات الرقمية عبر الفيديو (Google Meet) تتيح للمستخدمين الظهور بمظهر أنيق ومهندم

المستخدمين في ٨ أكتوبر/تشرين الأول الجاري، على كل من الهواتف الذكية

إعدادات تحسين الصورة في التطبيق.

في عالم المؤتمرات الافتراضية.

وبدخول هذه الميزة حيّز التنفيذ، تدخل غوغل في منافسة مباشرة مع "زووم" و"مايكروسوفت تيمز"، اللذين قدما سابقا أدوات تجميل افتراضية محدودة، لكنها لم تصل إلى هذا المستوى من الواقعية والدقة في محاكاة الملامح بالاعتماد على الذكاء الاصطناعي.



مظهر أنيق دون مكياج حقيقي .. غوغل خبراء: الإصدار الجديد من ChatGPT يقدم إجابات ضارة أكثر من سابقه



أفاد نشطاء في مجال الرقمنة بأن الإصدار الأحدث من ChatGPT قدم إجابات أكثر ضررا من الإصدارات السابقة للروبوت الذكى، خاصة في ما يتعلق بأسئلة حول الانتحار وإيذاء النفس واضطرابات الأكل.

أطلقت شركة أوبن أيه آي في أغسطس الماضى الإصدار الجديد GPT-ه، واصفة إياه بأنه يمثل تقدما في جبهة سلامة الذكاء الاصطناعي. إلا أن اختبارات أجراها الخبراء، شملت ۱۲۰ سؤالا على كل من GPT-ه وسابقه ٤٥-GPT، أظهرت نتائج مقلقة، حيث قدم الإصدار الأحدث ٦٣ إجابة ضارة مقابل ٥٢ إجابة ضارة للإصدار السابق.

وكشفت اختبارات مركز مكافحة الكراهية الرقمية أن النموذج الجديد نفذ طلبات خطيرة رفضها الإصدار القديم، مثل كتابة "رسالة انتحار خيالية للوالدين" وتقديم قائمة مفصلة لست طرق شائعة لإيذاء النفس، بينما نصح الإصدار السابق المستخدمين بالحصول على مساعدة متخصصة. وأكد الرئيس التنفيذي للمركز، عمران أحمد،

النموذج الأحدث قد صُمم لتعزيز تفاعل المستخدم على

أن هذه النتائج "مثيرة للقلق للغاية"، مشيرا إلى أن

وتأتى هذه التطورات في وقت تواجه فيه الشركة دعوى قضائية من عائلة مراهق أمريكي انتحر بعد أن زوده ChatGPT بمعلومات حول الانتحار ومساعدته على كتابة رسالة لوالديه. كما أظهرت الاختبارات أن GPT-٥ قدم نصائح حول إخفاء اضطرابات الأكل، بينما رفض الإصدار السابق هذا النوع من الطلبات ووجه المستخدمين نحو طلب المساعدة المهنية.وردا على هذه المخاطر، أعلنت الشركة عن إجراءات جديدة لتعزيز الحماية حول المحتوى الحساس، خاصة للمستخدمين دون سن ١٨ عاما، بما في ذلك تطوير أنظمة رقابة أبوية ونظام للتنبؤ بأعمار المستخدمين. ويبرز الخبر تحديا أساسيا في موازنة التفاعلية وسلامة المستخدمين في روبوتات الدردشة بالذكاء الاصطناعي، خاصة مع وجود نحو ٧٠٠ مليون مستخدم عالميا لـChatGPT، مما يعزز الحاجة إلى أطر تنظيمية فعّالة لمواكبة التطور التقني السريع.

اكتشاف 5 أنماط للنوم .. تعرف عليها



الذهنى والخيال الواسع، لكنهم غالبًا ما يجدون

صعوبة في الالتزام بروتين الصباح، مما يؤدي إلى

هو الشخص الذي لا يلتزم بجدول نوم مُحدَّد، فقد

ينام باكرًا يومًا ويسهر حتى الفجر في اليوم التالي.

يعكس هذا النمط العفوية والمرونة، لكنه في الوقت

نفسه يرتبط بالتوتر العاطفي وسرعة الانفعال.

يتغير مزاج أصحاب هذا النمط بسرعة، وهم أكثر

هؤلاء الأشخاص محظوظون، إذ ينامون بسهولة

ويستيقظون في راحة تامة. لا يعانون من الأرق أو

التفكس الزائد، وغالبًا ما يتمتعون باستقرار نفسى

وعاطفي قوى. هم الأكثر قدرة على التعامل مع

ضغوط الحياة دون مبالغة أو انفعال، ويميلون إلى

الشعور بالرضا الداخلي وانخفاض مستويات القلق

ه. القَلق المُضطرب : هو الشخص الذي يتقلب

في فراشه لساعات، يفكر كثيرًا في تفاصيل يومه

ومشكلاته، ثم يستيقظ وكأنه لم يَنَمْ أصلاً. يتميز

هذا النمط بضمير حي وشخصية تسعى للكمال، لكنه

يعيش تحت ضغط نفسي دائم يجعله عُرضةً للتعب

والإرهاق. أصحاب هذا النمط يحتاجون إلى تعلّم أساليب الاسترخاء وإدارة القلق لتحسين جودة

نومهم.النوم مرآة الشخصية: تؤكد الدراسة أن هذه

الأنماط ليست ثابتة، بل يمكن أن تتغير مع تغيُّر

نمط الحياة والعادات اليومية. فممارسة الرياضة

بانتظام، وتقليل استخدام الشاشات قبل النوم، وتطبيق تمارين التأمل أو اليوجا، يمكن أن تُساعد

الشخص على الانتقال من نمط نوم مُضطرب إلى أكثر

استقرارًا وهدوءًا.

عُرضةً للإجهاد بسبب اضطراب ساعات نومهم.

اضطراب مواعيدهم وإرهاقهم الدائم.

٣. الشخص الذي يُغيِّر وقت نومه

٤. النائم بلا مجهود

كشفت دراسة حديثة أن طريقة نوم الإنسان يمكن أن تكشف الكثير عن شخصيته، مشاعره، وطريقة تعامله مع الحياة أكثر مما كان يُعتقد سابقًا. وحدد باحثون من جامعة وارويك البريطانية ٥ أنماط رئيسية للنوم، يرتبط كل واحد منها بسمات شخصية محددة، بدءًا من الإبداع والمرونة، وصولًا إلى القلق والسعى للكمال.

قام فريق العلماء بتحليل بيانات آلاف الأشخاص من مختلف الأعمار والأنماط الحياتية، ووجدوا أن النوم ليس عادة واحدة تنطبق على الجميع، بل هو سلوك متنوع يرتبط ارتباطًا وثيقًا بالسمات النفسية والعاطفية وحتى الصحية لكل فرد.

قالت الدراسة إن الطريقة التي ننام بها، والوقت الذي نختار فيه النوم، ومَدى شعورنا بالراحة عند الاستيقاظ، كلها مؤشرات دقيقة على نمط تفكيرنا، ومستوى انضباطنا، وطريقتنا في مواجهة ضغوط

> الأنماط الخمسة للنوم ١. المُنْجِز في الصباح الباكر

هو الشخص الذي يبدأ يومه مع شروق الشمس، ينهض بطاقة عالية، ويضع جدول أعماله منذ الصباح الباكر. يتميز هذا النمط بالتنظيم والانضباط والتفاؤل، وغالبًا ما يكون شخصًا يُعتَمَد عليه في العمل والدراسة. ومع ذلك، فإن الإفراط في الالتزام قد يجعله عُرضةً للإرهاق الذهني والجسدي إذا لم يمنح نفسه فترات راحة كافية.

 ٢. الشخص الذي يَنشَط ليلًا أو «البومة الليلية» يعيش هذا النوع على ضوء القمر أكثر من الشمس؛ فهو يُبدع ويعمل ويتفكّر في ساعات الليل المتأخرة، حيث تزداد لديه طاقته الإبداعية ووُضوح أفكاره. يتمتع أصحاب هذا النمط بدرجة عالية من الانفتاح

أعلنت شركتا أسترازينيكا (AstraZeneca) ودايتشى سانكيو (Daiichi Sankyo) عن نتائج مذهلة لدوائهما الجديد «داتروواي» (Datroway)، الذي أظهر فعالية كبيرة في إطالة عمر مرضى سرطان الثدي الثلاثي السلبي، وهو أحد أكثر أنواع السرطان مقاومة للعلاج.

النتائج جاءت خلال عرض رسمي في مؤتمر الجمعية الأوروبية للأورام (ESMO)، حيث بيّنت التجارب السريرية أن الدواء زاد متوسط البقاء على قيد الحياة إلى ٢٣,٧ شهرًا، مقارنة بـ ١٨,٧ شهرًا فقط للمرضى الذين تلقوا العلاج الكيميائي التقليدي. كما أظهرت البيانات تحسنًا واضحًا في استجابة الورم للعلاج وتأخرًا في تطوره.

علاج جديد لسرطان الثدي العدواني

آلية عمل Datroway: "صاروخ موجه" نحو الخلايا السرطانية ينتمى دواء Datroway الى فئة الأدوية المقترنة بالأحسام المضادة (Antibody-Drug Conjugates)، وهي تقنية مبتكرة تعمل على استهداف الخلايا السرطانية بشكل مباشر دون الإضرار بالخلايا السليمة. يشبّه الأطباء هذه التقنية بالصواريخ الموجهة ، حيث يتم توصيل العلاج الكيميائي إلى الخلايا المصابة فقط، مما يقلل السمية ويحافظ على أنسجة

وأكدت سوزان جالبريث، نائبة الرئيس التنفيذي لأبحاث وتطوير الأورام في أسترازينيكا، أن تصميم الدواء يتيح "توصيلًا دقيقًا وآمنًا للعلاج مع تقليل

وأضافت أن المرضى الذين تلقوا Datroway ظلوا على العلاج لفترة أطول بمرتين مقارنة بالعلاج الكيميائي، مع معدلات آثار جانبية مماثلة وأقل حالات

أوضح عبد اللعادم، رئيس قسم التطوير السريري في دايتشي سانكيو، أن هذه التجربة "تعد الأولى التي تثبت تفوق علاج جديد مثل Datroway على العلاج القياسي من حيث البقاء على قيد الحياة".

النتائج تمثل نقطة تحول في علاج سرطان الثدي العدواني، وتؤكد إمكانية الاعتماد على هذا النوع من العلاجات المتقدمة كبديل أكثر أمانًا وفعالية من الكيماوي التقليدي. موافقة أمريكية مبكرة وتمهيد لمنافسة عالمية

كانت إدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) قد منحت في وقت سابق من هذا العام موافقتها على استخدام Datroway لعلاج أنواع محددة من سرطان الثدي والرئة، مما عزز من مكانة الدواء عالميًا كأحد أحدث الابتكارات في علاج

وقال كين كيلر، رئيس وحدة الأورام في دايتشي سانكيو، إن الشركة تتوقع أن يتفوق Datroway على منافسيه، خاصة على عقار «ترو دلفي» (Trodelvy) التابع لشركة Gilead، بفضل فعاليته العالية وسهولة استخدامه، إذ يُعطى كل أسبوعين فقط.

يُتوقع أن يغير Datroway خريطة سوق أدوية الأورام عالميًا، خاصة في ظل التوجه المتزايد نحو العلاجات الموجهة والآمنة. ومع استمرار التجارب السريرية، قد يصبح الدواء خيارًا رئيسيًا في بروتوكو لات علاج سرطان الثدي العدواني خلال السنوات القادمة.



في زيادة حالات أمراض الكبد، ولا شك أن النظام الغذائي عامل رئيسي مُساهم في ذلك. فإذا كنت تعتقد أن اللحوم أو السمن أسوأ الأطعمة على صحة الكبد، فأنت مخطئ، حيث يشرح الدكتور الأمريكي أدريان سنايدر، وهو طبيب وظيفي متخصص في صحة الغدة الدرقية ومتلازمة تكيُّس المبايض، أخطر

يُعد مرض الكبد الدهني غير الكحولي (NAFLD) أحد أكثر أمراض الكبد شيوعًا، ويشهد ازديادًا ملحوظًا، مع تشخيص المزيد من الشباب به. ووفقًا لمؤسسة الكبد الأمريكية، يُقدَّر عدد المصابين بالمرض في الولايات المتحدة الأمريكية بنحو ١٠٠ مليون شخص (حوالي ٢٥٪). ويتميز هذا المرض، غير المرتبط بالإفراط في تناول الكحول، بتراكم الدهون الزائدة في الكبد، ويُعد النظام الغذائي غير الصحي

أخطر الأطعمة على صحة الكبد

بمرض الكبد الدهني غير الكحولي (NAFLD). وأضاف الطبيب في مقطع فيديو نشره على موقع إنستغرام: "على عكس الجلوكوز، يتحول الفركتوز إلى دهون في الكبد بسهولة أكبر، مما يزيد من خطر الإصابة بتلف الكبد". ويوجد شراب الذرة عالي الفركتوز عادةً في الأطعمة المُصنَّعة، مثل البسكويت صحة الكبد.

والحلويات والحبوب والمشروبات الغازية والصلصات، وتجنّب هذه الأطعمة يُساعد في حماية ما هو الفركتوز؟ الفركتوز هو نوع من السكر يُستخدم عادةً في المشروبات المُحَلَّاة، والوجبات الخفيفة المُصنَّعة، والزبادي المنكُّه. وعلى الرغم من وجود الفركتوز طبيعيًا في الفواكه والخضراوات، إلا أن الفركتوز الصناعي (السكروز وشراب الذرة عالي الفركتوز) يَضُر بالكبد. ومن المثير للدهشة أن الفركتوز

الصناعي يُستخدم في جميع أنواع المشروبات والأطعمة المُصنّعة، وهو عامل مُسبّب لمرض الكبد الدهني غير الكحولي (NAFLD). وعند تناول الفركتوز الصناعي، تتم معالحته في الأمعاء أولًا، مما قد يؤثر على بطانة الأمعاء وتوازن البكتيريا فيه. ويؤدى هذا إلى زيادة امتصاص العناصر الغذائية ومواد بناء الدهون التي تتدفق إلى الكبد، وتؤدي المستويات العالية من الفركتوز ومُنتَجاته الثانوية (مثل الأسيتات والزُّبدات) إلى زيادة إنتاج الدهون في الكبد، مما يؤدي إلى تراكم الدهون وتلف الكبد، كما يزيد من التهابات الجسم.

فيتامين ب12 .. نقص مستوياته يُهدد الطاقة والمزاج

إذا كنت تستيقظ متعبًا باستمرار، أو تفقد تركيزك في العمل، أو تشعر بانخفاض غير طبيعي في مستوى الطاقة، فقد يكون جسمك يفتقر إلى عنصر أساسي وهو فيتامين ١٢٠، حيث يحافظ هذا العنصر الغذائي الأساسي على نشاط الدماغ، وصحة الأعصاب، واستقرار مستويات الطاقة

ومع ذلك، يقول الأطباء إن نقص فيتامين ب١٢ أكثر شيوعًا مما يدركه معظم الناس، وخاصةً بين النباتيين وكبار السن.

نقص فيتامين ب١٢ وكيف يؤثر ذلك على الطاقة والمزاج؟

إذا كنت تشعر بالإرهاق كثيرًا، أو تنسى أشياء بسيطة، أو تجد صعوبة في التركيز، فقد لا يكون السبب مجرد توتر، حيث يُصنِّف الأطباء نقص فيتامين ب١٢ من أكثر المشكلات الصحية التي يتم تجاهلها اليوم، لأنه يؤثر بشكل غير مباشر على الدماغ والمزاج والأعصاب. ووفقًا للمعاهد الهندية للصحة (NIH)، يُعد فيتامين ب١٢ ضروريًا لتكوين خلايا الدم الحمراء، وحماية الأعصاب، وإنتاج الحمض النووي (DNA). وعندما تنخفض مستوياته، يُكافح الجسم لنقل الأكسجين بكفاءة، مما يؤدي إلى الضعف والتعب وتغيرات في

لماذا النباتيون أكثر عرضة لنقص فيتامين يوجد فيتامين ب١٢ بشكل رئيسي في

الأطعمة الحيوانية مثل البيض والحليب والأسماك واللحوم، وهذا ما يجعل النباتيين والنباتيين الصِّرْف أكثر عرضة لانخفاض مستوياته. كما أن بعض الأدوية، بما في ذلك الميتفورمين لعلاج السكري وأدوية خفض الحموضة، قد تزيد من انخفاض الامتصاص، بجانب التقدم في السن الذي قد يزيد من المخاطر؛ لأن إنتاج حمض المعدة ينخفض مع مرور الوقت، مما يجعل من الصعب إطلاق فيتامين ب١٢ من الطعام.

أعراض نقص فيتامين ١٢٠ الشائعة والتى تتشابه مع أعراض حالات مثل القلق والاكتئاب والشبخوخة، وغالبًا ما تمر دون أن يلاحظها أحد. وتشمل علامات ما يلي: التعب أو الضعف المستمر.

خُدَر أو وَخْز في اليدين والقدمين. ضعف التركيز أو فقدان الذاكرة. تقلبات المزاج أو التهيج. شحوب الجلد أو ضيق التنفس. مشاكل في التوازن أو التنسيق.

الأعصاب الدائم والتدهور الإدراكي. فيتامين ب١٢ وصحة الدماغ.. كيف يؤثر انخفاض مستوياته على الحالة المزاجية

مجموعات من المرضى. وقد أشار تحليل

والذاكرة؟

السيروتونين، وهو مادة كيميائية تُنظَم المزاج والنوم. وقد يؤدى انخفاض مستوياته إلى تقلبات المزاج، وتَشُوُّش الذهن، وأعراض تُشبه القلق. وقد وجدت دراسة نُشرت في مجلة علم الأدوية النفسية أن علاج نقص فيتامين ب١٢ يُحسِّن المزاج ويُخفُف أعراض الاكتئاب لدى عدة

مستوياته؟

إذا لم يُعالَج، يمكن أن يؤدى النقص الشديد في مستويات فيتامين ب١٢ إلى تلف

يساعد فيتامين ب١٢ الدماغ على إنتاج

آخر أجرته "هارفارد هيلث" إلى أن كبار السن الذين يعانون من انخفاض مستويات فيتامين ب١٢ كانوا أكثر عرضة لمشكلات الذاكرة والتفكير.الأمعاء وامتصاص فيتامين ب١٢٠. كيف يؤثر الهضم على

حيث يرتبط ببروتين يُسمى "العامل الداخلي" قبل انتقاله إلى الأمعاء. وقد تُعيق حالات مثل التهاب المعدة، أو الداء البطني، أو داء كرون، أو استخدام المضادات الحيوية لفترات طويلة، هذه العملية. كما أن استخدام المضادات الحيوية لفترات طويلة يُعطِّل بكتيريا الأمعاء التي تُساعد في إنتاج بعض فيتامينات ب. ولهذا السبب، غالبًا ما يفحص الأطباء مستويات فيتامين ب١٢ وحمض الفوليك لدى الأشخاص الذين يعانون من إرهاق أو وخز غير مُبرَّر. مصادر فيتامين ب١٢ الغذائية وخيارات تُعطى صورة أكثر دقة لمستوياتك. المُكمِّلات الغذائية الآمنة

يبدأ امتصاص فيتامين ب١٢ في المعدة،

يعتمد العلاج على مدى انخفاض مستويات فيتامين ب١٢ لديك، فعادةً ما يمكن علاج الحالات الخفيفة باتباع نظام غذائي صحى غنى بمصادر هذا الفيتامين الغذائية، بينما قد تتطلب الحالات الشديدة تناول

مُكمِّلات غذائية أو حُقَنًا.بالنسبة للنباتيين والنباتيين الصِّرْف، تُعد الأطعمة المُدعَّمة الخيار الأمثل، حيث توصى إرشادات المجلس الدولى للأبحاث الطبية (ICMR) والمعهد الهندى لعلم التغذية (NIN) لعام ۲۰۲۰ بتناول ۲٫٤ ميكروجرام من فيتامين ب١٢ يوميًا للبالغين.

أما المُكمِّلات الغذائية فتصبح آمنة عند وصفها من قبل الطبيب، ولأن فيتامين ب١٢ قابل للذوبان في الماء، فإن أي زيادة فيه تُطرَح في البول، مما يجعل التسمم نادرًا

متى يجب إجراء اختبار نقص فيتامين ب١٢؟إذا كنت تعانى من التعب المستمر أو الوخز أو مشكلات في الذاكرة، فقد يقترح طبيبك إجراء اختبار فيتامين ب١٢ في المصل، إلى جانب اختبارات الهوموسيستين وحمض الميثيل مالونيك (MMA)، والتي الكشف المبكر ضروري

قد يُسبِّب النقص طويل الأمد لفيتامين ب١٢ تلفًا في الأعصاب والدماغ، وقد لا يتعافى تمامًا حتى بعد العلاج، لذلك فإن الكشف المبكر عن نقص مستويات هذا الفيتامين أمر ضروري للوقاية من أي مخاطر.

تُساهم عادات نمط الحياة السيئة بشكل كبير

طبيب يحدد أخطر طعام على صحة الكبد

الأطعمة على الكبد. مرض الكبد الدهني مستمر في الارتفاع

السبب الرئيسي وراء ذلك.

إذا كنت تعتقد أن الطعام غير الصحى يقتصر على البطاطس المقلية أو البرجر، فأنت مخطئ، حيث يقول الدكتور سنايدر: "إذا كنت تعتقد أن اللحوم أو الدهون المشبعة كالسمن أو الزبدة هي الأسوأ للكبد، فهذا خطأ، إنه شراب الذرة عالى الفركتوز". وتشير الأبحاث إلى أن شراب الذرة عالى الفركتوز

(HFCS) أسوأ بكثير، ويرتبط ارتباطًا وثيقًا

زيت القرنف ل: فوائده المدهشة لللدورة الدموية



يُعد زيت القرنفل من أكثر الزيوت النباتية غنى بِالْمُركِّباتِ الفعالة. فرائحته الدافئة ليست وحدها ما يجذب الناس إليه، بل قدرته على تنشيط الدورة الدموية، وحماية البشرة من الالتهابات، وحتى تحسين المزاج. ومع ذلك، فإن كونه طبيعيًا لا يعنى أنه آمن تمامًا — إذ يجب استخدامه بحذر وتحت إشراف مختص، خاصةً إذا استُخدمَ داخليًا أو

زيت القرنفل من الزيوت الطبيعية المُدهشة بتنوع فوائده، من تسكين الألم إلى العناية بالبشرة، ومن دعم الدورة الدموية إلى تحسين النكهة في الطعام. لكن قوته العلاجية تفرض احترامًا في التعامل معه فالاستخدام المُفرط أو العشوائي قد يؤدي إلى نتائج غير مرغوبة. أفضل طريقة للاستفادة منه هي: استخدمه بكمية صغيرة، مُخفِّفًا، وبمشورة طبيبك

ما هو زيت القرنفل؟

يُستخرج هذا الزيت من براعم نبات القرنفل (Syzygium aromaticum)، وهو نيات عطري. والمُركّب الأساسى فيه هو الأوجينول (Eugenol)، وهو مُركّب مسؤول عن كثير من فوائده الطبية. تشير الدراسات إلى أن الأوجينول يتمتع بخصائص مضادة للالتهابات، ومُطهِّرة، ومُسكِّنة للألم، ومضادة للأكسدة، وهي التي تمنح الزيت شهرته الواسعة في مجالات الطب البديل والعناية الشخصية.

تهدئة الحكة وتحسين التئام الجروح خصائصه المهدئة تجعله خبارًا جبدًا لتخفيف الحكة الناتجة عن أمراض مزمنة مثل السكرى أو الجفاف الشديد. كما يمكن أن يُستخدَم للمساعدة في التئام الجروح الصغيرة. تُظهر دراسات مقارنة أنه

يُقدِّم نتائج مُقاربة لبعض المراهم الطبية المضادة

الهند أو اللوز لتجنُّب التهيُّج أو الحساسية. يُنصَح دائمًا بتجربة كمية صغيرة على اليد قبل الاستعمال دعم الحالة النفسية (والنشاط الجنسي) بعض التجارب أشارت إلى أن زيت القرنفل قد يُعزِّز النشاط الجنسى لدى الرجال عبر تحسين تدفق الدم

وتقليل سرعة القذف. لكن النتائج لا تزال غير حاسمة

على البشر، ويجب التعامل مع هذا الاستخدام بحذر

وتحت إشراف طبى، خاصةً عند الجمع بينه وبين أي

للالتهابات، مما يجعله بديلًا طبيعيًا فعالًا عند

يعمل الأوجينول الموجود في زيت القرنفل على توسيع

الأوعية الدموية والمساعدة في تدفق الدم بسلاسة

أكبر، مما ينعكس إيجابًا على ضغط الدم وصحة

القلب. لكن لا توجد بَعْدُ جرعة فموية مُحدَّدة علميًا

يمكن اعتبارها آمنة، لذلك يُفضَّل الاكتفاء بالاستخدام

الموضعي أو الاستنشاقي، مع استشارة الطبيب قبل

يساعد زيت القرنفل على دعم تجدُّد خلايا البشرة

المُتضرِّرة من أشعة الشمس أو الجروح السطحية.

كما يُقلّل من نمو البكتيريا المسببة لحبّ الشباب

وبعض الالتهابات الجلدية. لكن لا ينبغى استخدامه

مباشرة على الجلد دون تخفيفه بزيت ناقل مثل جوز

استخدامه بشكل آمن.

تنشيط ودعم القلب

تناوله كمُكمِّل غذائي.

تجديد البشرة ومقاومة الالتهابات

راحة المعدة.. بحذر:

في بعض الحالات، يُستخدم زيت القرنفل لتخفيف الغثيان أو تقليل حموضة المعدة عبر زيادة إفراز المخاط الواقى في جدارها. لكن الجرعات الكبيرة قد تُسبب آثارًا عكسية خطيرة تشمل اضطراب المعدة أو تلف الكبد، لذلك يُمنّع تناوله دون استشارة طبية

كيف تمكنت أخطر شركة تجسس في العالم من العمل بالخفاء لسنوات؟

ازدهرت في السنوات الماضية صناعة التجسس بشكل واسع، وذلك مع تطور الأجهزة التقنية واستخداماتها المتنوعة، وتزامن هذا الأمر مع بزوغ اسم مجموعة من الشركات التي اتخذت

.ووي من هذا القطاع مصدر رزق لها.

وربما تعد "إن إس أو" (NSO) الإسرائيلية والمطورة لبرمجية "بيغاسوس" الخبيثة -التى استُخدمت في التجسس على العديد من الشخصيات البارزة، ومن ضمنها الصحفي جمال خاشقجي كما جاء في تقرير موقع "ماذر جونز" (MotherJones)- إحدى أبرز هذه الشركات. ولا يعنى هذا أنها الشركة الوحيدة العاملة في

هذا القطاع، إذ توجد العديد من الشركات التي تتخذ من قطاع التجسس موطنا لها، ومن بينها شركة ظلت مجهولة حتى وقت قريب، ولكن خطرها يتخطى الخطر الذي تمثله "إن إس أو". وتمكنت هذه الشركة المجهولة من تتبّع هواتف العديد من الشخصيات البارزة حول العالم ومن مختلف القطاعات، وهذا التتبع لم بكن معتمدا على ثغرة يمكن إغلاقها في الهواتف أو حتى رسائل خبيثة تخترق الهواتف، إذ كان يتم دون أي تدخّل من الضحية، سواء للضغط على رابط أو تحميل أي تطبيق.

وخلال ٧ سنوات تمكنت شركة "فيرست واب" (First Wap) من إجراء أكثر من مليون عملية تتبع والتجسس على كوكبة من الشخصيات، سواء كانت بارزة أم لا، بدءا من علماء "غوغل" في القطاعات المختلفة وحتى زوجة سيرغي برين مؤسس الشركة ومدربي صحة في هاواي.

فمن هي شركة "فيرست واب"؟ وكيف تمكنت من الاختفاء في الظلال حتى اليوم؟ غطاء من السرية والثغرات القانونية

أجرى موقع "ماذر جونز" بالتعاون مع مجموعة من المواقع الصحفية -من بينها مؤسسة Lighthouse) "لايت هاوس ريبورتس Reports)- تحقيقا لمدة عام ونصف استطاعت خلاله الكشف عن العديد من أسرار 'فيرست واب" وتورطها في عمليات تجسس وتتبع تفوق تلك التي كشف أسرارها إدوارد سنودن في عام ٢٠١٣. "

وتضمن تقرير الموقع زيارة متخفية لمجموعة من الصحفيين إلى أحد أبرز مؤتمرات الشركات الأمنية التي أقيمت هذا العام، وتحديدا في براغ، وهو مؤتمر "آي إس إس ورلد ترينينغ (ISS World Training)، حيث يتقابل العديد من العاملين في قطاع الأمن والمراقبة، سواء كانوا من الهيئات الحكومية أو الشركات

وتحدّث الفريق الصحفى هناك مع غونتر رودولف كبير رجال المبيعات في الشركة، فضلا عن مجموعة من المديرين التنفيذين الآخرين للشركة، ودار الحديث حول قدرات منظومة ألتاميدس" (Altamides) التجسس وتتبّع الهواتف، إذ أكد رودولف أن المنظومة قادرة على تتبّع حركة الهواتف المحمولة داخل أي بلد

في العالم وحتى اختراق واتساب دون تدخّل من

يمكن أن توصل "ألتاميدس" بزبائنه المحتملين، إذ إنه وعددا كبيرا من موظفي الشركة يحملون جنسيات أوروبية، لذلك فإن بيع تقنيات

الموجود في الشركة، وبهذا الشكل تتجنب الشركة أي تحديات قانونية.

الإمكانيات التقنية لمنظومتهم.

وتمكنت الشركة عبر هذه الثغرات القانونية من تجنب الوقوع تحت طائلة القانون والتعرض لعقوبات وتحقيقات قانونية وصحفية مماثلة لتلك التي واجهتها شركة "ان اس أو" كمثال في

ويذكر أن شركة "فيرست واب" تأسست للمرة

يشير تقرير "ماذر جونز" إلى أن الشركة

لكن رودولف أعرب عن مشكلة في الصفقة التي

التجسس إلى دول خارجية أو حتى المشاركة في عملية البيع عن بعد يضعهم تحت طائلة

ولاحقا، أنكرت "فيرست واب" هذه المحادثة، وقالت إن الصحفيين فهموا تصريحات رودولف

وتنكر الشركة أيضا أنها تتعامل مع أي جهة

السنوات الماضية.

الأولى في عام ١٩٩٩ من قبل جوزيف فوكس السويدي الجنسية، والذي كان يعمل في جاكرتا

وأضاف رودولف أن شركته لديها الحل، إذ يتم توقيع عقود الصفقة في جاكرتا التي تملك قوانين متساهلة مع عمليات بيع تقنيات المراقبة، كما أن الموقّع على الصفقة سيكون المدير الهندي

بشكل خاطئ، كما أنه كان يتحدث فقط عن

باستثناء حكومات الدول التي تملك مبررات قانونية ومنطقية ملائمة لاستخدام مثل هذه التقنيات، كما أن دورها ينتهى بعد تثبيت المنظومة في الدولة المستهدفة ولا علاقة لها بأي نوع من أنواع الاستخدام لاحقا.

التحول من العمل في التسويق إلى التجسس على

تسويق إلى تتبع العملاء تم لاحقا.

اسمها- طلبت من الشركة تطوير منظومة تستخدم لمقاومة الإرهاب وقادرة على تتبع الإرهابيين والمستخدمين حول العالم، وخلال سنوات عدة كان المنتج الذي طلبته السلطة

وبينما تؤكد الشركة بشكل واضح وصريح أنها لا تتعامل إلا مع الهيئات الحكومية في أضيق الحدود وفي حالة وجود مجموعة من الشروط والقيود الصارمة إلا إن البيانات التي كشف عنها التقرير والمقابلات التي أجراها مع بعض

وتعتمد آلية عمل منظومة "ألتاميدس" بكل بساطة على جمع بيانات الهواتف المحمولة وأماكن وجودها من خلال أبراج الاتصال الموجودة بقربها، وذلك حتى وإن كانت هذه الأبراج في دولة خارجية وفي أي مكان بالعالم دون الحاجة للوصول إلى مزود خدمة الإنترنت

أو شبكة الاتصال التي يتم استخدامها.

ويشير تقرير "ماذر جونز" إلى مجموعة كبيرة

الهواتف المحمولة لإرسال رسائل تسويقية إلى هواتف المستخدمين في مختلف بقاع الأرض، ولكن تحول "فيرست واب" من مجرد شركة

وذلك لأن إحدى السلطات –التي لم يذكر التقرير

موظفى الشركة السابقين تؤكد عكس ذلك.

ويعنى هذا أن عميلا في الولايات المتحدة قادر على تتبع موقع ضحية في جنوب شرق آسيا دون أن يغادر منزله أو يحصل على التصريحات اللازمة من شركات الاتصالات، ووصف أحد موظفى الشركة السابقين ما تقوم به بأنه "سابق لآوانه" رغم أنه تركها في مطلع

القرن الجاري. كوكبة متنوعة من الضحايا

ومتنوعة من الضحايا الذين تم استخدام "ألتاميدس" ضدهم، وذلك رغم أن المستندات التى وصلت إلى الموقع كانت للفترة بين عامى

بدأت رحلتها كشركة تسويق تستخدم شبكات وتضم قائمة الضحايا عددا من الأسماء والشخصيات البارزة مثل الممثل الشهير جاريد ليتو الذي تم تتبّع هاتفه ٤ مرات في عام ٢٠١٢، فضلا عن آن فوجسيكي مؤسسة شركة اختبارات "دي إن إيه" التي تزوجت لاحقا

من سيرغى برين المؤسس المشارك لشركة غوغل، وقد تم تتبّعها أكثر من ألف مرة تقريبا في عام ٢٠٠٩. كما ضمت القائمة مجموعة من الشخصيات في العالم العربي مثل أسماء الأسد زوجة الرئيس السوري المخلوع بشار الأسد، إذ تم تتبع هاتفها أكثر من ٥ مرات في عام ٢٠١٣.

ويشير التقرير إلى أن المنظومة استخدمت لتتبّع ديفيد باتينجا ابن شقيق رئيس الاستخبارات الرواندية المنشق باتريك كاريجيا، وهو الذي تم اغتياله في فندق أبراج مايكل أنجلو في جوهانسبرغ عام ۲۰۱۶.

وكذلك رئيس الوزراء القطري في عام ٢٠١٣، إذ أظهر التقرير ١٨ محاولة تتبّع لهاتف مرتبط بحمد بن جاسم بن جبر آل ثاني الذي كان يشغل منصب رئيس الوزراء القطري في ذلك الوقت. كارثة تتخطى المقاييس

ويصف رون ديبرت مدير "سيتيزن لاب" في جامعة تورنتو ما تقوم به شركة "فيرست واب" بأنه تمكين لمجموعة من أسوأ الطغاة والمستبدين في العالم من تقويض الركائز الأساسية للديمقراطية، وذلك في حديثه مع موقع "ماذر جونز".وتمثل مختبرات "سيتيزن لاب" إحدى قلاع الدفاع عن الحريات في العالم، وكان له دور كبير في كشف الجهود التي تقوم بها شركة "إن إس أو" وبرمجيات "بيغاسوس الخبيثة في التجسس على المستخدمين.

ويضيف "لديك شركة كانت قادرة على العمل في الظل دون أي مساءلة عامة أو شفافية"، مما يزيد خطورة ما تقوم به الشركة، فضلا عن قائمة عملائها التي لا توجد فيها خطوط حمراء وفق تصريحات موظفي الشركة السابقين

تحفز سلسلة هواتف آيفون ١٧ الجديدة من شركة أبل

أكبر إعادة تصميم لهواتف آيفون

منذ سنوات تشعل موجة ترقيات كبيرة

أقوى نمو للشركة في مبيعات الهواتف الذكية منذ جائحة كوفيد-١٩، حيث أثبتت أكبر عملية إعادة تصميم لمنتجها الرئيسي منذ سنوات نجاحها الكبير.

وكان الزخم المبكر للإصدارات الجديدة المعاد تصميمها من آيفون يفوق التوقعات قبل إطلاق السلسلة في سبتمبر، وفقا لمصادر في الصناعة تتابع سلسلة توريد أبل، ومشغلي شبكات الهاتف المحمول، وفترات انتظار العملاء

ويتوقع محللون عودة إيرادات الهواتف الذكية إلى النمو بنسبة ٤٪ في السنة المالية الأخيرة، لتصل إلى ٢٠٩,٣ مليار دولار، وفقًا لبيانات منصة «Visible Alpha» للبيانات المالية والتحليلات.

وسيرتفع معدل النمو إلى ما يقرب من ٥٪ في السنة المالية ٢٠٢٦، لتصل إيرادات آيفون إلى ٢١٨,٩ مليار دولار، بحسب تقرير لصحيفة فاينانشيال تايمز البريطانية، اطلعت عليه «العربية Business».

وقد أدى ذلك إلى زيادة ثقة السوق مع توجه «أبل» إلى موسم مبيعات العطلات الحاسم، على الرغم من التأخير في إطلاق ميزات الذكاء الاصطناعي ورسوم دونالد ترامب الجمركية التي أثرت سلبًا على سعر سهم عملاق وادي السيليكون خلال العام الماضى.وقال جين مونستر من شركة ديب ووتر لإدارة الأصول: «من الإنصاف وصف إطلاق آيفون ١٧ بأنه مفاجئ مقارنة بتوقعات وول ستريت في نهاية أغسطس» قبل الإطلاق.

وانخفضت إيرادات «أبل» من الهواتف الذكية بنسبة ٢٪ في عامها المالية ٢٠٢٣، الذي ينتهي في سبتمبر، واستقرت العام الماضي، بعد أن أنفق المستهلكون ببذخ على الأجهزة الإلكترونية الاستهلاكية خلال الجائحة.

لكن التحديثات الكبيرة التي أُدخلت على كاميرات وشاشات وبطاريات هواتف آيفون لهذا العام تُغري المزيد من العملاء بترقية أجهزتهم القديمة.

وبناءً على بيانات متاجر أبل وبيانات شركات الاتصالات، قال محللو بنك أوف أميركا الأسبوع الماضى إن أوقات الشحن المعلنة لسلسلة هواتف آيفون ١٧ أطول من السنوات السابقة، مما «قد يشير إلى طلب قوي». وقال مونستر: «عندما تكون فترات التسليم أطول، فعادةً

ما تكون دورة المنتج أفضل»، مضيفًا أن أوقات الانتظار لا يفون الجديد أطول بنحو ١٣٪ من العام الماضي، مما قد يُشدر إلى «دورة ترقية» أوسع نطاقًا.

01:24

وفي ٣٠ أكتوبر، ستعلن «أبل» عن نتائجها المالية للربع الرابع حتى نهاية سبتمبر، بما في ذلك الأسابيع القليلة الأولى من مبيعات سلسلة آيفون ١٧.

صرح فرانسيسكو جيرونيمو من شركة آي دي سى للأبحاث والاستشارات: «من الواضح أنه ربع قوي جدًا لأبل... لا أتذكر آخر مرة رأيت فيها طوابير خارج متجر لابل كما رأيت هذا العام».

وأضاف أن عمليات مراجعة سلسلة توريد أبل أشارت إلى أن طلبات شراء هواتف آيفون ١٧ كانت «أقوى بكثير» من طلبات سلسلة آيفون ١٦ التي صدرت العام الماضي.

وبناءً على حجم الوحدات، لا تزال مبيعات ا آيفون مستقرة بشكل عام. ومن المتوقع أن تكون مبيعات «أبل» بين العامين الماليين ٢٠٢٤ و٢٠٢٦ في حدود ٢٣٥ مليون وحدة، وفقًا لبيانات «Visible Alpha».

وبحلول عام ٢٠٢٧، يتوقع المحللون أن يبدأ المنتج الرئيسي للشركة ببيع أكثر من ٢٤٠ مليون وحدة، قبل أن يرتفع إلى ما يقرب من ٢٦٠ مليون وحدة بحلول نهاية العقد، مع وجود شائعات في السوق تشير إلى إطلاق آيفون قابل للطى العام المقبل.ولم تعد «أبل» تُفصح عن مبيعات الوحدات، وتُفضل تركيز اهتمام المستثمرين على الإيرادات، حيث يُعزى جزء كبير من نموها الإجمالي إلى قاعدة مستخدميها الحالية.

واستفادت أحدث سلسلة من هواتف آيفون من برامج الاستبدال السخية التي تقدمها «أبل». وقد استفاد الطراز الأساسى «آيفون ١٧» من سياسات الدعم الحكومي للهواتف الأرخص في الصين.ولا تزال أجهزة آيفون تُمثّل أكثر من نصف إيرادات أبل السنوية، البالغة حوالي ٣٩٠ مليار دولار. وقد يُسهم نجاحها في مساعدة «أبل» على تجاوز عام ٢٠٢٥ الصعب، الذي اتسم بالتوترات التجارية التي عطُّلت سلاسل التوريد العالمية للشركة.

ويُحذِّر بعض المحللين من أن توقعات السوق لهواتف آيفون الجديدة قد سبقت الأحداث الفعلية. وفي وقت سابق من هذا الشهر، خفضت « Jefferies» تصنيف أسهم أبل إلى «أداء أقل من معدل السوق»، مُشيرةً إلى توقعات مبالغ فيها للطلب على آيفون.

8 Magic تكشف عن هواتف Honor وجهازها «الثوري» Robot Phone

أزاحت شركة Honor الستار عن أحدث هواتفها الذكية الرائدة Magic ۸ وPro ۸ Magic، خلال فعالية في الصين، معلنة عن مواصفات تقنية متقدمة وقدرات بطارية استثنائية، مع دمج واسع لتقنيات الذكاء الاصطناعي. وفي ختام الحدث، كشفت الشركة عن هاتف مفاهيمي مستقبلي يحمل اسم Robot Phone، يتميز بتصميم فريد يتضمن ذراعا آلية يحمل كاميرا قابلة للتحرك

وركزت الشركة الصينية في سلسلتها الجديدة على توفير أداء طويل الأمد من خلال بطاريات ضخمة تفوق أغلب ما هو متاح في السوق حالياً، إذ زودت هاتف Magic Pro ۸ بیطاریة تبلغ سعتها ۷۲۰۰ میللی أمبیر، بینما يحتوي الطراز الأساسي Magic معلى بطارية بسعة ٧٠٠٠ ميللي أمبير، ما يجعلهما من بين أكبر البطاريات في فئة الهواتف الذكية الرائدة.

. وأكدت Honor أن التحسينات التي أدخلتها على نظام التشغيل وتقنيات إدارة الطاقة ستتيح للمستخدمين الاستفادة من عمر بطارية أطول. وتعود هذه القفزة في سعة البطارية إلى اعتماد الشركة على

الحيل الأحدث من تقنية البطاريات القائمة على السيليكون والكربون، التي تسمح بضغط سعات كبيرة للبطاريات في حيز أقل من مساحة التصميم الداخلي للهاتف. وبحسب الشركة، من المتوقع أن توفر هذه البطاريات يومين من الاستخدام في الظروف الطبيعية.

Pro A Magic أما في النسخ العالمية، ستأتى نسخة ببطارية أقل قليلاً تبلغ ٧١٠٠ ميللي أمبير، في حين سيحصل المستخدمون في الأسواق الأوروبية على بطارية بسعة ٦٢٧٠ ميللي أمبير، ويُرجح أن يكون هذا التفاوت ناتجاً عن اللوائح الدولية الخاصة بشحن ونقل البطاريات. كما ستختلف قدرات الشحن، إذ تدعم النسخة الصينية شحناً سلكياً بقدرة ١٢٠ واط، بينما تقتصر السرعة في باقى الأسواق على ١٠٠ واط باستخدام تقنية PPS، مع دعم الشحن اللاسلكي حتى ٨٠ واط باستخدام شواحن Honor الخاصة.

الذكاء الاصطناعي في قلب تجربة الاستخدام تُركز Honor في سلسلة Magic ملى تمكين تجربة قائمة على الذكاء الاصطناعي، حيث تم تزويد الهواتف بزر مخصص لتفعيل المساعد الصوتى YOYO، ويعمل أيضاً كمفتاح اختصار للتصوير.

ويتيح الزر الجديد إمكانية التخصيص لتنفيذ مهام متعددة، مثل الوصول إلى خاصية YOYO Memories، وهي مساحة تخزين ذكية للصور والمستندات تعتمد على الذكاء الاصطناعي، وتشبه إلى حد ما خاصية Essential Space في هواتف شركة 'نوثينج" (Nothing).

على أندرويد ١٦، ويتميز بواجهة رسومية جديدة توصف بأنها نصف شفافة، حيث تعتمد على عناصر تصميم تشبه الزجاج السائل، مع مؤثرات ضبابية ولمسات تصميمية تعزز من جمالية التجربة البصرية، وهي تتشابه كثيراً مع ما قدمته شركة أبل في لغة تصميم أنظمة تشغيلها الجديدة .Liquid Glass

ولم تشهد الكاميرات في Pro ۸ Magic تغييرات جذرية مقارنة بالجيل السابق، إلا أن التعديلات الطفيفة في المواصفات جاءت مدعومة بتحسينات في الخوارزميات الذكية، حيث يأتي الهاتف بكاميرا رئيسية بدقة ٥٠ ميجابكسل بعدسة ثابتة بفتحة ١,٦/f، وترافقها كاميرا تليفوتوغرافية بدقة ٢٠٠ ميجابكسل، وعدسة واسعة جداً بدقة ٥٠ ميجابكسل، وهي منصة تصويرة مماثلة لما كان من حيث الإمكانيات. Pro v Magic من حيث الإمكانيات. أما هاتف Magic ٨، فيحتفظ بالكاميرا الواسعة نفسها، لكنه يستخدم مستشعراً أصغر للكاميرا الرئيسية ذات

٦٤ ميجابكسل، بقدرة تكبير تصل إلى ٣ مرات فقط، مقابل ٣,٧ مرات في النسخة "البرو". ما أن الهاتفين مزودان بمعالج A Snapdragon Elite Gen ه من شركة كوالكوم، مدعوماً بذاكرة عشوائية بسعة ١٢ جيجابايت، وسعة تخزين تصل إلى ١٢٥ جيجابايت في النسخة العالمية.

الـ٥٠ ميجابكسل، إلى جانب كاميرا تليفوتوغرافية بدقة

وأكدت الشركة أن الهاتفين يتمتعان بدرجة عالية من المتانة، حيث حصل كل منهما على تصنيفي IP٦٨ و IP٦٩K لمقاومة الماء والغبار، وهو ما يشير إلى قدرة الحهاز على تحمل المياه المتدفقة من مسافة قريبة، في اختبارات تفوق المعايس المعتادة.

ومن المنتظر أن تُطرح هواتف Magic ۸ و Magic Pro في الأسواق الصينية خلال شهر أكتوبر الجاري، بأسعار تبدأ من ٤٤٩٩ يواناً (نحو ٦٣٠ دولاراً) لهاتف ۸ Magic ، و ۲۹۹ه یواناً (نحو ۸۰۰ دولار) لنسخة Pro، على أن يتم إطلاقهما عالمياً قبل نهاية العام الجاري.هاتف Robot Phone

وفي نهاية فعاليات مؤتمرها، فاجأت Honor الحضور بالكشف عن مفهوم جديد لهاتف ذكي يحمل اسم Robot Phone، يمثل تصوراً مستقبلياً لهاتف ذكى يتجاوز مفهوم الأداة التقليدية، ليصبح كيانا تفاعلياً يمتلك خصائص تشبه الروبوتات.

الهاتف الذي لم يُعرض سوى من خلال فيديو تشويقي يعتمد على صور مصممة بواسطة الحاسوب، يظهر بتصميم يشبه الهواتف الذكية التقليدية لكنه أكثر سُمكاً، ولا يحمل شعار Honor بل رمز "ألفا"، في إشارة إلى خطة الشركة الاستراتيجية المعروفة باسم Alpha

بحجم لا يُصدق!.. أصغر طائرة مسيرة في العالم

تتجاوز أغلب الابتكارات حدود التصغير المعتادة، حتى تجربة "هاردر سام"، صاحب قناة على يوتيوب، الذي نجح في تصميم أصغر طائرة FPV في العالم، بحجم مذهل يصل إلى ٢٢ ملم من محور إلى محور.

غراماً فقط بما في ذلك البطارية والكاميرا، وتستطيع الطيران بثبات ورشاقة تقارب نظيراتها الأكبر حجماً. وجاء هذا الابتكار نتيجة إعادة تصميم دقيقة لكل محرك وسلك ودائرة كهربائية، مع استلهام أفكار من إطار "طائرة العظام" الذي يضع مروحتين متداخلتين على كل طرف، ما يقلص الحجم دون المساس بالثبات أو قوة الدفع،

هذه الطائرة الصغيرة للغاية، التي تتسع بسهولة داخل علبة برينغلز، تزن ٢٥

وفقاً لـ "إنترستينغ إنجينيرينغ". واجه سام تحديات كبيرة، من ضبط استقرار الطيران باستخدام برنامج Betaflight Configurator، إلى تنفيذ عمليات لحام دقيقة تحت التكبير وإزالة المواد الزائدة لتحسين الأداء. وبالرغم من صغر حجمها، تمكنت الطائرة من تنفيذ انعطافات حادة والحفاظ على استجابة دقيقة لوحدة التحكم، مع متوسط زمن طيران يبلغ دقيقتين ونصف، أي أقل بفارق بسيط عن الطائرات الأكبر حجماً.

ويعد التحدى الأكبر في هذه الطائرة الصغيرة هو عملية الإطلاق والهبوط، نظراً لوجود مراوح مكشوفة وعدم وجود واقيات حماية، ما يتطلب دقة متناهية

لا يُغير ابتكار سام قواعد تصميم الطائرات بدون طيار بشكل جذرى، لكنه يثبت أن الصبر والدقة يمكن أن تتغلب على قيود الحجم، وأن الطائرات المصغرة جداً يمكن أن تقدم أداءً استثنائياً، حتى في حجم لا يتجاوز ٢٢ ملم.



وه ده الطائرات بدون طيار رباعية المراوح تطوراً سريعاً في السنوات المنطقة المن

الهواتف فائقة النحافة



الأساسى في سلسلة غالاكسى إس ٢٦، في الفترة نفسها ۸,۲۸ ملیون وحدة ، بینما بلغت مبیعات «۸,۲۸ ۵۲ Ultra کن، وهو أعلى طراز في هذه السلسلة، ۱۲٫۱۸

حيث تم تسريب تصميمه بالفعل على الإنترنت. وكانت شائعات ذكرت أن سمك الهاتف سيكون ٥,٥ ملم، أي أنحف قليلًا من سمك هاتف «Edge S۲۰» الذي يبلغ ٨,٥ ملم، وكذلك من هاتف آيفون إير الذي يبلغ سُمكه ٦٤,٥

ويعود السبب الرئيسي للإلغاء هو انخفاض المبيعات

وتشير بيانات شركة «Hana Securities» للخدمات

تواجه الهواتف فائفة النحافة صعوبات كثيرة في أول عام لطرحها مما دفع شركتى أبل وسامسونغ إلى اتخاذ قرارات بخفض إنتاج هاتفي آيفون إير وغالاكسي إس ٢٥ إيدج

ويبدو أن السبب الأكبر وراء قرار الشركتين هو ضعف مبيعات الهاتفين، والتي جاءت مخيبة لآمال "أبل و"سامسونغ".

وقررت «سامسونغ» الكورية التخلى تمامًا عن إنتاج هاتف «Edge» النحيف، وألغت العمل على هاتف Edge S۲۲» كأحد طرازات سلسلة هواتف «غالاكسى اس ٢٦» المقبلة، وذلك بعد فشل الجيل الأول من هذا . الطراز وهو «Edge S۲۰»، الذي أطلق في وقت سابق من ٢٠٢٥، وفقًا لعدة تقارير.

بشكل كبير عن التوقعات. وبمجرد نفاد المخزون الحالي من هاتف «Edge Sto»، قد ينتهي خط إنتاج طراز

المالية الكورية الجنوبية، إلى أن «Edge S۲۰» لم يُباع منه سوى ١٩٠ ألف وحدة في شهره الأول، وتمكّن من بيع ١,٣١ مليون وحدة بحلول أغسطس.

وفي المقابل، باع هاتف «Galaxy Sto»، وهو الطراز

ويُعتبر قرار إلغاء هاتف «Edge S۲٦» تمامًا مفاجئًا

بعض الشيء، نظرًا لأنه كان من المتوقع إصداره في يناير،

ولم يكن الوضع بالنسبة لهاتف آيفون إير من شركة أبل في عامه الأول أفضل حالًا من «Edge S۲۰». وتخطط «أبل» لخفض إنتاج هاتفها فائق النحافة في ظل تباطؤ مبيعاته. وتعتقد شركة «Mizuno Securities»، وهى شركة يابانية متخصصة في الخدمات المصرفية الاستثمارية والأوراق المالية، أن «أبل» تخطط لخفض إنتاج هاتف آيفون إير بمقدار مليون وحدة، مقابل زيادة إنتاج هواتف آيفون ١٧، وآيفون ١٧ برو، وآيفون ١٧ برو ماكس.وجاء هذا على الرغم من التقارير التي تفيد بارتفاع الطلب على آيفون إير في الصين بالتزامن مع فتح باب الطلبات المسبقة عليه يوم الجمعة، حيث نفد الهاتف من المتاجر الإلكترونية على الفور. "الأشغال" تباشر صيانة

الطريــق الحيــوي لمركــز زوار جرش

باشرت وزارة الأشغال العامة والإسكان، تنفيذ أعمال صيانة للطريق الحيوى من إشارة مركز زوار جرش حتى دوار القيروان والمؤسسة العسكرية باتجاه مبنى المحافظة لتحسين الانسيابية المرورية، وتخفيف الازدحامات داخل

وقالت مديرة أشغال جرش، المهندسة إخلاص الخشاشنة، إن قيمة العطاء

تبلغ ٢٠٩ الاف دينار، وإن مدة التنفيذ تستغرق نحو ٣٠ يومًا، مشيرة إلى أن

أعمال الصيانة تشمل قشط الخلطة الإسفلتية القائمة وإعادة تعبيد الطريق

بخلطة بازلتية جديدة إلى جانب إنشاء جزيرة وسطية وتجهيز الطريق

وأضافت أن المشروع سينفذ على مرحلتين، حيث تبدأ الأولى من إشارة مركز الزوار إلى دوار القيروان بطول نحو ١١٠٠ متر، فيما تشمل الثانية الطريق

من إشارة المؤسسة العسكرية باتجاه مبنى المحافظة بطول يقارب ٤٠٠ متر،

مشيرة إلى أنه سيجري التنسيق مع الجهات المعنية لإجراء تحويلات مرورية

مؤقتة إذا لزم الأمر، حفاظاً على سلامة المواطنين وانسيابية الحركة خلال

وأكدت الخشاشنة أن صيانة هذا الطريق الحيوي تأتى ضمن الجهود المستمرة

لتطوير شبكة الطرق في محافظة جرش ورفع مستوى السلامة المرورية وجودة الخدمات المقدمة للمواطنين والزوار بما يعكس التزام الوزارة بتحسين البنية

أنشطة وفعاليات متنوعة

في عدد من الجامعات

نظم عدد من الجامعات في محافظات المملكة، أنشطة وفعاليات متنوعة، بهدف

تعزيز مسيرتها التعليمية وزيادة وعى الطلبة، إضافة إلى صقل شخصياتهم وتنميتها.ففي عجلون الوطنية، بحث رئيس الجامعة الدكتور فراس الهناندة

مع رئيس الكلية الذكية الجامعية للتعليم الحديث في الخليل الدكتورة آسيا

القواسمى تعزيز التعاون الأكاديمي، والبحثي خاصة في مجالات الذكاء

وأكد الهناندة حرص الجامعة على بناء شراكات استراتيجية مع مؤسسات

التعليم العالي داخل الأردن وخارجه، مشيرًا إلى أن الجامعة تولي اهتمامًا

خاصًا بتقنيات الذكاء الاصطناعي وتطبيقات البحث العلمي الحديثة لما لها من

وأعربت الدكتورة القواسمي عن اعتزازها بزيارة جامعة عجلون الوطنية

مثمنةً ما حققته من تطور في التعليم والبحث العلمي و حرص الكلية على

تطوير برامج تدريبية ومشاريع مشتركة تسهم في خدمة الطلبة وأعضاء

وفي جدارا، عقدت الجامعة اجتماعًا إلكترونيًا عبر تطبيق "زووم" مع ممثلي

وترأس الاجتماع رئيس هيئة المديرين في الجامعة الدكتور شكري المراشدة،

وبحضور نائب رئيس الجامعة الدكتورة إيمان البشيتى، ومديرة المدارس

الأميركية الدكتورة منال الإبراهيم، ومن الجانب الروسي شاركت الرئيس

التنفيذي لمؤسسة "أومنيس" ماريا بوتينا، ومن مكتب العلاقات الدولية في

المؤسسة تاتيانا بوتش.وناقش الاجتماع تعزيز التعاون الأكاديمي والثقافي

من خلال تنفيذ برامج تعليم اللغة الروسية عن بُعد، تُمكِّن الطلبة الأردنيين من الاستعداد للالتحاق بالجامعات الروسية والبيلاروسية، والحصول على

شهادات دولية معتمدة، بما يسهم في رفع كفاءتهم الأكاديمية، وتعزيز قدراتهم

التنافسية في سوق العمل العالمي. كما تناول إمكانية تنفيذ برامج تبادل ثقافي

وحراك أكاديمي للطلبة وأعضاء هيئة التدريس، تشمل زيارات تعليمية إلى

موسكو وسانت بطرسبرغ، دورات محادثة باللغة الروسية، بهدف تعميق

التفاهم الثقافي وتعزيز التعاون العلمي بين الأردن وروسيا.وفي سياق آخر،

أعلنت الجامعة عن فوز الطالب ريان دحدوني، من تخصص علم الحاسوب

بجائزة أفضل سفير في مؤتمر الطلاب والمهنيين الشباب في منطقة الشرق

وأكدرئيس الجامعة الدكتور حابس الزبون أن هذا الفوز يجسد رؤية الجامعة

في دعم التميز الطلابي وتعزيز حضور طلبتها في المحافل الدولية، مشيرا إلى أن

الجامعة تسعى باستمرار إلى تمكين طلبتها أكاديميًا وقياديًا ليكونوا سفراء

لوطنهم وجامعتهم في مختلف المجالات من جانبه ثمّن عميد كلية تكنولوجيا

المعلومات، الدكتور بلال الزقيبة، الدعم الكبير الذي تقدمه إدارة الجامعة من

خلال تغطية نفقات مشاركة الطالب في المؤتمر الذي انعقد في تونس، مؤكدًا أن

هذا الدعم يعكس إيمان الجامعة العميق بأهمية الاستثمار في طاقات الشباب

اكاديمي من جامعات ماليزية، تعزيز التعاون العلمي والثقافي وتبادل الخبرات

والطلبة بين الجانبين. وأكد ابو زريق، حرص الجامعة على الانفتاح على

المؤسسات الأكاديمية الدولية، خاصة تلك التي تشترك مع الجامعة في الرؤى

والرسالة التعليمية الهادفة إلى إعداد جيل منفتح على الثقافات العالمية، قادر

على المنافسة في ميادين العلم والعمل.واستعرض أبرز الإنجازات الأكاديمية

التي حققتها الجامعة في السنوات الأخيرة، وما تتميز به من برامج نوعية،

من جانبه، ثمن الوفد الماليزي العلاقات المتميزة مع الجامعات الأردنية، لافتا

إلى أهمية فتح آفاق تعاون مشترك في مجالات تبادل الطلبة والباحثين، وتنفيذ

وفي مؤتة، زار عدد من طلبة كلية الحقوق في الجامعة، برفقة مساعد عميد

الكلية الدكتور أحمد مسعد أبوسمهدانة، المعهد القضائي الأردني، حيث كان في

وجاءت الزيارة في إطار تعزيز التعاون بين المعهد وكليات الحقوق في الجامعات الأردنية، وإطلاع الطلبة على طبيعة عمل المعهد ودوره في تأهيل

وفي ختام الزيارة، أكد الدكتور أبوسمهدانة والطلبة أهمية هذه الزيارات في

تعزيز الجانب العملي لطلبة الحقوق والاطلاع على تجربة المعهد في تطوير

ومرافق تعليمية حديثة، وبيئة جامعية جاذبة للطلبة العرب والأجانب.

مشاريع علمية مشتركة، وتنظيم مؤتمرات دولية.

استقبالهم مدير عام المعهد القاضى الدكتور نشأت الأخرس.

وتحفيزهم على المشاركة الفاعلة في المبادرات العلمية والبحثية الدولية.

وفي إربد الأهلية، بحث رئيس الجامعة الدكتور ماجد أبوزريق، مع و

الأوسط وشمال أفريقيا، والذي شارك فيه ممثلون من مختلف الدول.

دور أساسي في تطوير العملية التعليمية وتحقيق التنمية المستدامة.

الاصطناعي والتعليم التقني والبحث العلمي التطبيقي.

مؤسسة "أومنيس" التعليمية الروسية.

بعناصر السلامة العامة والشواخص المرورية.

التحتية ومواكبة حركة التنمية في المحافظة.

وزيــر البيئة: البحر الميت ثــروة فريدة لب حماية وجهوداً علمية

قال وزير البيئة، الدكتور أيمن سليمان، إن منطقة البحر الميت تمثل ثروة وطنية وبيئية واقتصادية فريدة تستدعى تكاتف الجهود الوطنية والدولية لحمايتها من التدهور، مشددًا على أهمية البحث العلمي في تحليل التغيرات البيئية والزلزالية ووضع حلول عملية

جاء ذلك خلال ندوة علمية حول "التحديات البيئية ومشاكل الزلازل في البحر الميت: الواقع والحلول" نظمها المركز الدولي لبحوث المياه والبيئة والطاقة في جامعة البلقاء التطبيقية بالتعاون مع منتدى أجيال للإبداع الثقافي، بحضور رئيس الجامعة الدكتور أحمد فخري العجلوني، وخبراء وباحثين في مجالات البيئة والمياه

وأشار الدكتور سليمان إلى ضرورة دعم الدراسات التى تبحث في أسباب انخفاض منسوب البحر الميت وتداعياته البيئية والاقتصادية، مؤكدًا أن هذه الجهود تشكل أساس أي خطة وطنية متكاملة للحفاظ على البحر الميت واستدامة موارده.من جهته، قال العجلوني إن الندوة تأتى ضمن رؤية الجامعة في خدمة قضايا التنمية المستدامة من خلال البحث العلمى التطبيقي، مشيرًا إلى أن الجامعة تسعى لأن تكون بيت خبرة وطنى في مجالات المياه والطاقة والبيئة عبر مراكزها البحثية المتخصصة،



وبالشراكة مع المؤسسات الوطنية والدولية ذات العلاقة. بدوره، أشار أمين عام وزارة البيئة الدكتور عمر عربيات، إلى أن شواطئ البحر الميت تواجه تحديات بيئية وأخطارًا طبيعية متعددة، أبرزها انخفاض منسوب

المياه نتيجة التغيرات المناخية والتدخل البشرى، مؤكدًا أهمية تضافر الجهود بين الجهات الرسمية والأكاديمية والمجتمعية لوضع برامج متكاملة تحدّ من التدهور البيئى في المنطقة وتحافظ على خصوصيتها الطبيعية

وأكد رئيس المنتدى وليد قطيش أهمية التعاون بين

وقدم الدكتور نجيب أبو كرك، والمهندس سعد أبو حمور، محاضرة علمية تناولا فيها أسباب الانخفاض المستمر في منسوب البحر الميت نتيجة الاستخدام المفرط للموارد المائية، وما نتج عنه من ظهور الحفر الهابطة والانهيارات الأرضية وتراجع الشواطئ، إضافة إلى وقوع المنطقة على فالق نشط زلزاليًا يستدعي استعدادًا دائمًا وإدارة

الأردني ويحافظ على هذا الإرث البيئي الفريد.

الجامعات ومؤسسات المجتمع المدني في نشر الوعى البيئي، وتعزيز ثقافة الحفاظ على الموارد الطبيعية، مشيرًا إلى أن المنتدى يعمل على دعم المبادرات الوطنية البيئية، وتعزيز دور الثقافة في خدمة قضايا التنمية

وأدار الندوة المهندس مثنى عربيات، حيث ناقش الحضور أبرز التحديات والفرص في منطقة البحر الميت وسبل تحقيق التوازن بين التنمية والحفاظ على البيئة. واختتمت الندوة بتوصيات أكدت أهمية التعاون بين الجهات الرسمية والأكاديمية ومنظمات المجتمع المدني لوضع رؤية وطنية شاملة ومستدامة لحماية البحر الميت من التدهور البيئي والجيولوجي، واستثمار إمكانياته الطبيعية بما يسهم في تعزيز الاقتصاد الوطنى

"اليرموك" تمنح

الريماوي جائزة "عرار للإبداع الأدبي"

منحت جامعة اليرموك القاص محمود الريماوي جائزة "عرار للإبداع الأدبى لعام ٢٠٢٥" في حقل القصة القصيرة، خلال احتفال نظمه كرسي عرار للدراسات الثقافية والأدبية بالتعاون مع مؤسسة إعمار إربد. وقال الشرايري خلال الحفل الذي رعاه رئيس الجامعة الدكتور مالك

الشرايري، إن الجامعة تحتفى اليوم بمبدع كبير أغنى المشهد الثقافي الأردني والعربي بإبداعه الأدبي، مبينا أن منح الجائزة هذا العام في حقل القصة القصيرة جاء انسجاما مع أهمية هذا الفن السردي في مقاربة الواقع الاجتماعي واستجلاء خبايا النفس الإنسانية.

وأضاف، إن جامعة اليرموك، ومنذ انطلاقتها، أولت اهتماما خاصا بدعم الحركة الثقافية وتعزيز حضورها في المجتمع، عبر تكريم المبدعين الذين أسهموا في إثراء الفكر والأدب.

من جهته، أشاد المدير التنفيذي لمؤسسة إعمار إربد المهندس منذر البطاينة بالتعاون المثمر بين المؤسسة والجامعة، مؤكدا حرص المؤسسة على دعم الإبداع والمبدعين في المجالات الثقافية والفكرية، تجسيدا لمسؤوليتها المجتمعية ودورها في إثراء المشهد الثقافي في إربد.

وقالت شاغلة كرسى عرار الدكتورة ليندا عبيد، إن الجائزة التي تمنح سنويا لمبدع أردني، تهدف إلى تكريم رواد الأدب في مختلف الأجناس الأدبية، لافتة إلى أن الجائزة في دورتها الحالية خصصت لفن القصة القصيرة الذي يعد من أبرز الأجناس السردية الحديثة.

وعرض رئيس لجنة التحكيم الدكتور صلاح جرار لتقرير اللجنة، مبينا أن اختيار الريماوي جاء تقديرا لغزارة إنتاجه القصصي وريادته في هذا المجال، واستمراريته في إصدار المجموعات القصصية، وترجمة أعماله إلى لغات عدة، إلى جانب اهتمامه الإبداعي بواقع الإنسان العربي وقضايا المهمشين والأحداث السياسية في المنطقة.

وأعرب الريماوي عن اعتزازه بالجائزة التي تحمل اسم الشاعر الكبير عرار، مشيرا إلى أن اقترانها بهذا الاسم يمنحها بعدا رمزيا يعكس قيم الحرية والدفاع عن الوطن والإنسان.

وأعرب عن تقديره لجامعة الدرموك على دورها الفاعل في دعم الحياة الثقافية وتعزيز التواصل بين الجامعة والمجتمع المحلى.



محافظات، عددا من الأنشطة والبرامج المتنوعة؛ بهدف دعم المشاركة المجتمعية وتعزيز التنمية المستدامة لخدمة وتمكين المجتمعات المحلية.

الأغوار الشمالية الدكتورة بسمة فريحات فريق كرة القدم للإناث في المديرية بعد فوزه بالمركز الأول على مستوى إقليم الشمال في تصفيات دورة الأمير فيصل الرياضية.

وأكدت فريحات أن هذا الإنجاز يعكس روح العزيمة والإصرار لدى طالبات اللواء، ويجسد المدرسية، مبينا أن الاستثمار في النشاط الرياضي لا يقل أهمية عن الاستثمار في التعليم

وأطلقت مدرسة الخنساء الأساسية المختلطة

وأكدت مدير الشؤون التعليمية والفنية

وثمن رئيس بلدية معاذ بن جبل المهندس

ونظمت مديرية التربية والتعليم للواءي الطيبة

من جهته، أوضح مدير شرطة غرب إربد العميد

وتخلل الحفل الذي حضره مدير دفاع مدنى ينفذها المركز الوطنى لحقوق الإنسان.

وأكد جويعد أهمية هذه الدورة في نشر ثقافة المحامى عمر بنى مصطفى، أن الدورة تتضمن

الجراح، أن مبادرة "المسعف الصغير" تجسد التعاون البناء بين المؤسسات التربوية والأمنية في نشر الوعى الصحى والإسعافي بين الطلبة، وتمكينهم من التعامل مع الحالات الطارئة بثقة ومسؤولية، مثمنا بجهود كوادر الأمن العام والدفاع المدني في دعم البرامج التوعوية التي تسهم في بناء شخصية الطالب وتعزيز ثقافة السلامة العامة.

حقوق الإنسان داخل البدئة المدرسية باعتبار

حول إدماج مفاهيم حقوق الإنسان في المناهج الدراسية وجلسة حول الحق في التعليم.

وفي الكرك، ناقشت مديرية تربية قصبة الكرك خطة تطوير المديرية للعام ٢٠٢٤-٢٠٢٥ بمشاركة مدير الشؤون التعليمية محمد الصرايرة وفريق المتابعة والتقييم لبرنامج تطوير المدرسة والمديرية، وبحضور رؤساء أقسام الرقابة الداخلية والتعليم العام والإرشاد التربوي والإعلام والتخطيط، وأعضاء مجالس التطوير في تربية الكرك.

ويأتى اللقاء ضمن برنامج المتابعة والتقييم المموّل من المنحة الكندية عبر حساب أمانات وزارة التربية بهدف تعزيز التخطيط المدرسي والمديري ومتابعة أثر خطط التطوير على الأداء

وتناول اللقاء مراجعة مؤشرات الأداء والنتائج المحققة في مدارس المديرية، وصولا إلى بناء خطة تطويرية متكاملة تستند إلى التحليل العلمي للاحتياجات الميدانية.

نظمت مديرية زراعة لواء عى مدرسة حقلية بعنوان: "الزراعة بالشرنقة لمحصولي الليمون والجوافة" ضمن مشروع بناء القدرة على التكيف مع التغير المناخي والممول من صندوق المناخ الاخضر، والمنفذ من الفاو بالشراكة مع وزارات المياه والري والزراعة والبيئة وبرنامج الأمم المتحده الانمائي.

وأوضح مدير زراعة الكرك المهندس مأمون العضايلة أن هذه المدرسة تأتى ضمن خطة المدارس الحقلية في وزارة الزراعة وبإشراف من مديرية البرامج الإرشادية التي تهدف إلى تطوير مهارات المزارعين وتمكينهم من مواجهة تغير المناخ.

وتناولت الجلسة، التي أدارها المهندس رمزي الضمور، موضوع تحليل النظام البيئي وأخذ قراءة لكميات المياه المستخدمة في موقع المشاهدة وموقع المقارنة وتحديد الاحتياجات المائية والسمادية ومتابعه مراحل نمو النبات

مبادرات مجتمعية وتربوية في عدة محافظات لتعزيز التنمية المستدامة

نفذت مؤسسات رسمية وأهلية في عدة

ففى إربد، كرّمت مديرة التربية والتعليم للواء

دعم المديرية المتواصل للأنشطة الرياضية

ومثِّل الفريق في البطولة طالبات مدرسة جسر الشيخ حسين الثانوية المختلطة، ومدرسة قليعات الثانوية للبنات.

باللواء، مبادرتها البيئية بعنوان: "بسواعدنا نحمى بيئتنا"،بهدف ترسيخ قيم الانتماء والعمل الجماعي لدى الطلبة، وتنمية الوعي بأهمية الحفاظ على البيئة المدرسية والمجتمعية.

الدكتورة لبنى الشاويش، أن المبادرة تأتى امتدادا لمبادرة "لمدرستى أنتمى"، وتجسيدا للتكامل بين المدرسة والمجتمع المحلى في خدمة البيئة والتعليم.

معتصم العمري جهود الكادر المدرسي في غرس قيم الولاء والانتماء لدى الطلبة، مبينا أهمية التشاركية والعمل الجماعى لخدمة الوطن

والوسطية، وبالشراكة مع مديرية شرطة غرب إربد، حفل تخريج الطلبة المشاركين في مبادرة

وأكد مدير التربية والتعليم الدكتور زياد

الركن فاروق الحياري أن المبادرة تأتى ضمن الجهود المشتركة لتعزيز مفهوم العمل التطوعي والمسؤولية المجتمعية، من خلال تدريب الطلبة على مهارات الإسعافات الأولية وإكسابهم الخبرات التي تمكنهم من تقديم المساعدة في المواقف الطارئة.

غرب اربد العقيد عبد العزيز السرحان، عرضا ميدانيا قدمه كوادر الدفاع المدني والطلبة المتدريون، استعرضوا خلاله مهاراتهم في تقديم الإسعافات الأولية واطفاء الحرائق، إلى جانب فقرات توعوية وتكريمية للمشاركين والمدربين والداعمين للمبادرة.وفي عجلون، افتتح مدير التربية والتعليم خلدون جويعد في مدرسة الأميرة عائشة بنت الحسين الثانوية الشاملة للبنات دورة تدريبية حول حقوق الإنسان

المعلمين شركاء أساسيين في بناء جيل واع بحقوقه وواجباته وترسيخ مبادئ العدالة والمساواة والتسامح.وبين رئيس المركز عدداً من المحاور الرئيسية أبرزها المفاهيم العامة لحقوق الإنسان ودور المعلم في نشر هذه الثقافة وتعزيزها بالإضافة إلى جلسات تدريبية

ومناقشتها.

الثقافة يفتتح ملتقى العقبة الثقافي الثالث

افتتح وزير الثقافة مصطفى الرواشدة الأربعاء ملتقى العقبة الثقافي الثالث بعنوان "رؤى وتطلعات في صون التراث الثقافي غير المادي" الذي تنظمه مديرية ثقافة العقبة الذي يهدف الى الحفاظ على التراث ودعم العمل الثقافي المشترك وحماية التراث وإدماجه في منظومة

وأكد الرواشدة أهمية الملتقى الذي يأتي في إطار يوم التراث الثقافي العالمي غير المادي ويقام بالشراكة مع عدد من الوزارات والمؤسسات الوطنية والهيئات الثقافية، وهي شراكة فاعلة ومنتجة من شأنها أن تثري الحوارات، وأن توسع دائرة الاهتمام بالثقافة أفقيًا وعموديًا، وتعزز اهتمام المجتمع بالثقافة كملف مجتمعي تنموي ووسيلة للتحديث الاقتصادي.

وأضاف، إن أهمية اللتقى وضرورته تتجلى في عناوينه المهمة، وارتباط التراث غير المادي بالهوية الثقافية بشكل جوهري، حيث تُشكّل ممارساته وتقاليده ومعارفه جزءًا حيويًا من الشعور بالهوية الجماعية والاستمرارية عبر الأجيال. وأشار إلى أن الاهتمام بالتراث غير المادي يمنح المجتمعات إحساسًا بالانتماء، والشعور بالخصوصية، ويُعزز احترام التنوع الثقافي، ويمنح الشعور بالتميز الحضاري في مضامينه وعراقته، ويُسهم في الحوار بين الثقافات وتشجيع الاحترام المتبادل، وبما يحمى الهويات الثقافية المتنوعة في ظل العولمة، وفي التناغم والانسجام المجتمعى، بينما يُشكّل ضياعه تهديدًا لهذه الهوية واستمرارية الثقافة.

ولفت إلى أن الوزارة عملت من خلال عدد من البرامج

والمشاريع على حفظ التراث غير المادي وصونه، ومن

المفردات والمصطلحات الشعبية من مختلف محافظات المملكة، وشرحها، وتصنيفها في قاعدة بيانات رقمية ومشروع المسارات الثقافية، ويركز على إبراز المواقع الأثرية والتراثية وربطها بالتراث الثقافي غير المادي، مثل العادات والتقاليد وقصص الأماكن، لخلق تجربة سياحية ثقافية متكاملة.

بعد توقفها منذ العام ٢٠١٥، وصدر العدد الأول منها الشهر الماضى وكذلك القصص المتحفية، وعملية سرد القصص من خلال المقتنيات والمعارض داخل المتاحف، باستخدام أساليب متنوعة مثل: الرواية البصرية، والعروض والتصاميم، وسرد الحكايات والسرديات، أو الرواية الوطنية التي تتناول الإنسان والمكان، والتي تؤرخ للأردن منذ آلاف السنين، وتدون ضمن مداخل

التراث من خلال إنشاء المنصات الإلكترونية التي تستجيب للغة العصر ومواكبة التطور التكنولوجي والتحديث، منها منصة ثقافة، الكتبا، وثق، تراثى، منوها انه جرى حصر عشرة عناصر للتراث (العقباوي)، منها:

ويهدف إلى توثيق وحفظ العناصر المتنوعة للتراث الحي، مثل: "التقاليد الشفهية، فنون الأداء، الممارسات الاجتماعية، والمعارف والمهارات التقليدية) في سائر

أهمها المشروع الوطني لحصر التراث غير المادي،

وأضاف، ان الوزارة عملت على تطوير وسائلها لحماية

كما عملت الوزارة على مشروع المكنز، من خلال جمع

وأشار الى مجلة الفنون، حيث جرى إعادة إصدار المجلة

ملتقى العقبة الثقافي الثالث رؤى و تطلعات في صون التراث الثّقافي غير المادي مية فيم، وتجارب إنسانية ، وحكايات أحيال صنعت الحضارة وأسست لتمعرفة

المراكز الثقافية في المحافظات.

جمهورية مصر العربية للانضمام إلى ملف السمسمية، وتقديمة لليونسكو كجزء من التراث العالمي. من جانبه أكد محافظ العقبة أيمن العوايشة أن التراث يشكل احد عناصر بناء الثقافة الأردنية، مشيرا إلى اهمية اشراك المواطن في الفعل الثقافي الإيجابي بما يعزز منعة

بالنزاعات والحروب.

صناعة المرواس (الطبل الصغير)، رقصة الرفيحي

والعرضة، وطرق الصيد كما تقرر إنتاج فلمين وثائقيين

عن "الصيادية"، و "السمسمية" كما تمت مخاطبة

برعاية معالى وزير الثقافة

الاستاذ مصطفى الرواشدة الأكرم

مديرية ثقافة العقبة ترحب بكم في

الوطن وقدرته على التحدي والبناء في ظل إقليم ملتهب

ولفت إلى التوجيهات الملكية في كتاب التكليف السامي للحكومة وأهمية دعم الثقافة كركيزة اساس للتنمية الشاملة منوها إلى التكريم السامى للمثقفين الذي يعكس مدى الاهتمام الملكي بهذا القطاع الحيوي الذي يجسد روح الامة وهويتها.

MÖVENPICK

واشتمل برنامج الملتقي على جلستين حول دور المؤسسات في صون التراث غير المادي والتجارب الثقافية في صون التراث الثقافي غير المادي ودور الجمعيات والمتاحف والسجلات المصورة وتراث الصيد في العقبة والتحول الرقمي في صون التراث الثقافي غير المادي.

شركة كهرباء محافظة اربد إعلان فصل التيار الكهربائي Irbid Electricity

القضاة والكوادر القانونية.

ستقوم شركة كهرباء محافظة إربديوم الإثنين الموافق 2025/10/27 بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي في محافظة إربد عن حوفا المزار الحي الشمالي، طريق البنرول، جحفية مثلث هام، بيت يافا الحي العربي، هام الحي الجنوبي، جحفية الحي الشمالي وذلك من الساعة التاسعة والنصف صباحًا ولغاية الساعة الثالثة والنصف عصرًا وعن ججين، " الطريق الرئيسي بين ججين وكفريوبا من الساعة التاسعة والنصف صباحًا ولغاية الساعة الرابعة وفي محافظة المفرق عن التل الأصفر، الهاشمية الشرقية، عالية الشويعر، شرق البشرية من الساعة

التاسعة والنصف صباحًا ولغاية الساعة الرابعة والنصف عصرًا. كما ستقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الثلاثاء الموافق 2025/10/28 بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي في محافظة إربد عن شمال دير أبي سعيد، الطريق الرئيسي بين دير أبي سعيد واسكاكين، اسكاكين، الأشرفية، أبو القين، الرقه، كنر الماء، المربعة وذلك من الساعة التاسعة والنصف صباحًا ولغاية الساعة الثانية عشر ظهزًا وعن صمد، سراس، خلة سعد من الساعة التاسعة والنصف صباحًا ولغاية الساعة الثالثة عصرًا

وفي مدينة الرمثا عن شرق جسر الرمثا من الساعة التاسعة والنصف صباحًا ولغاية الساعة الثالثة وفي محافظة المفرق عن منشية الخليفة من الساعة التاسعة والنصف صباحًا ولغاية الساعة الرابعة

وفي محافظة عجلون عن غرب الهونة، الجبل الأخضر، الراس الأخضر، المنصورة- الخشيبة، الخشيبة الفوقا من الساعة التاسعة والنصف صباحًا ولغاية الساعة الرابعة عصرًا. كما سنقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم <u>الأربعاء الموافق 2025/10/29</u> بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي في محافظة إربد عن ملكا، الشارع الرئيسي طريق ملكا، المظلومة، ملكا حي الحجاج، إسكان الفقراء ملكا، بلد الشيخ وذلك من الساعة التاسعة والنصف صباحًا ولغاية الساعة الرابعة عصرًا وعن اليرموك- سد الوحدة من الساعة التاسعة والنصف صباحًا ولغاية الساعة الرابعة والنصف عصرًا.

وفي محافظة المغرق عن رسم الحصان، الشريط الحدودي. ســـ _ . الحسينية من الساعة التاسعة والنصف صباحًا ولغاية الساعة الثالثة والنصف عصرًا. دائرة المراقبة والتحكم

مباراتان وديتان

لمنتخب الشابات في البوسينة

يخوض المنتخب الوطني النسوي للشابات تحت سن ٢٠ لكرة القدم،

مباراتين وديتين خلال المعسكر التدريبي الذي بدأه في البوسنة، استعدادا

وبدأ المنتخب تدريباته الفنية والبدنية في العاصمة البوسنية سراييفو،

وأجرى المنتخب تدريبه على ملعب كراسنيتسا، بقيادة المدرب حسام أبو

وينتظر أن يلتقي المنتخب مع أحد الأندية البوسنية يوم السبت المقبل، قبل أن يواجه نظيره البوسني يوم الثلاثاء المقبل، مع اختتام معسكره التدريبي.

وتضم قائمة المنتخب ٢١ لاعبة هن: سيلين سيف، ساجدة عيسى، ريناتا

البداينة، رنيم الداود، ريناد شويكي، مايا عوض الله، ميسم الأقطش، ليليا الساحلي، نور أحمد، ميرا العطاري، راما الخاشوك، لمار إبراهيم، أفنان

حماد، مرح عباس، رغد الطراونة، حلا مرار، ديانا الخواجا، دانا أبو هزيم،

ضمن معسكره التدريبي الذي يمتد حتى ٢٩ الحالي، في إطار الاستعدادات

للاستحقاقات القادمة.

لنهائيات كأس آسيا التي تقام في نيسان المقبل.

رياش، وبحضور جميع اللاعبات.

كندا التيتي، هيا أبو علي، وجنة المعتوق.

ترحيب واسع بإعفاء اللجنة الأولمبية من ضريبة المبيعات

لاقى قرار مجلس الوزراء، الصادر الأربعاء، بإعفاء اللجنة الأولمبية الأردنية والاتحادات الرياضية التابعة لها من ضريبة المبيعات في عدد من الجوانب، ترحيبا واسعا في الأوساط الرياضية المحلية، التي رأت فيه خطوة مهمة لدعم وتطوير الحركة الرياضية الوطنية، وتمكينها من تحقيق المزيد من الإنجازات المشرفة على الساحة الدولية.

وأكد رياضيون ومسؤولون ومتابعون، أن القرار يعكس اهتمام القيادة الهاشمية المتواصل بالقطاع الرياضي، والدعم الكبير الذي يوليه جلالة الملك عبدالله الثاني، وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، للرياضة

وبموجب القرار، وافق مجلس الوزراء على إعفاء اللجنة الأولمبية والاتصادات الرياضية المرتبطة بها من ضريبة المبيعات المفروضة على إيراداتها المتأتية من عقود الرعاية والتسويق، وبدل بيع حقوق البث التلفزيوني، وريع تذاكر المباريات، وهو ما يشكل مصدر تمويل حيوي للأنشطة

كما تضمن القرار اعتماد الصفة الرياضية على التبرعات المقدمة إلى اللجنة الأولمبية والاتحادات، بما يتيح للأفراد خصم هذه التبرعات من دخلهم الخاضع للضريبة، وذلك وفقا لأحكام قانون ضريبة الدخل رقم (٣٤) لسنة ٢٠١٤. ويأتى القرار استكمالا للجهود الحكومية الداعمة لمسيرة الرياضة الأردنية، لا سيما بعد الإنجازات البارزة التي تحققت أخيرا، وفي مقدمتها تأهل المنتخب الوطنى لكرة القدم إلى نهائيات كأس العالم ٢٠٢٦، ما يعزز من مكانة الأردن على الخارطة الرياضية الإقليمية والدولية.

وعبر عدد من المتحدثين الرياضيين، في تصريحات لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، عن سعادتهم البالغة بقرار مجلس الوزراء، مؤكدين أنه يشكل بارقة أمل حقيقية للرياضة الأردنية، لما له من آثار إيجابية متوقعة على مختلف الألعاب والاتحادات.وأشباروا إلى أن معظم الاتحادات الرياضية تواجه تحديات مالية نتيجة شح الموارد، وهو ما ينعكس سلبا على استعداداتها ومشاركاتها الخارجية، ويحد من فرصها في تحقيق الإنجازات الدولية، مؤكدين أن الإعفاءات التي أقرها مجلس الوزراء ستسهم في تخفيف الأعباء المالية، وتمكين الاتحادات من تحسين برامجها التدريبية وتوسيع قاعدة نشاطها. وأكد رئيس اتحاد كرة اليد، الدكتور تيسير المنسى، أن القرار يمثل خطوة في الاتجاه الصحيح، لما له من دور في تحفيز الشركات والمؤسسات الخاصة على دعم القطاع الرياضي، بما يسهم بشكل مباشر في تطوير الرياضة على مختلف المستويات.وقال: "نثمن هذا القرار ونأمل أن يتبعه المزيد من الإحراءات الداعمة، خصوصا أن الرياضة تحظى باهتمام واسع من أبناء الوطن، وتعد مصدر فخر عند تحقيق الإنجازات، ونتطلع إلى أن يسهم هذا القرار في زيادة تلك الإنجازات من خلال توفير موارد مالية إضافية للجنة الأولمبية والاتحادات الرياضية".

من جهته، أكد الناطق الإعلامي باسم اتحاد الكراتيه، الدكتور إياد الملاح، أن الحكومة حريصة على دعم وتطوير اللجنة الأولمبية والاتحادات الرياضية، ما يبشر بمستقبل واعد ملىء بالبطولات والإنجازات.

وقال: "كانت الرياضة الأردنية تعاني من ضعف الدعم المالي الذي لا يتناسب مع حجم إنجاز اتها، ما أثر سلبا على تحقيق البطو لات كما هو مأمول، لدأتي قرار مجلس الوزراء منصفا للرياضة والرياضيين، عبر توفير دعم مالي أكبر وتقديم تسهيلات نوعية تسهم في تطوير الحركة الرياضية"

بدوره، قال رئيس اتحاد ألعاب القوى، رامي العدوان، إن إعفاء اللجنة الأولمبية وجميع الاتحادات الرياضية الأردنية التابعة لهامن ضريبة المبيعات المترتبة على إيراداتها المتأتية من عقود الرعايات والتسويق، وإيرادات بدل بيع حقوق البث التلفزيوني، وإيرادات ريع تذاكر المباريات، قرار مهم، وهو ما كانت تبحث عنه الرياضة الأردنية التي تملك مواهب واعدة قادرة على

من جانبه، اعتبر مدرب ولاعب كرة اليد السابق، محمد أبو ضلع، أن القرار دعم للحركة الرياضية، لتوفير موارد مالية قادرة على تغطية احتياجات المنتخبات الوطنية المؤهلة لتمثيل مشرف للوطن في جميع المحافل. بدوره، أكد لاعب كرة القدم السابق، ماهر إسماعيل، أن الحكومة تبادر إلى اتخاذ قرارات داعمة للرياضة، وهو ما لمسناه نحن كرياضيين، لافتا إلى أنها اتخذت سابقا قرارات لدعم اتحاد كرة القدم، خاصة بعد التأهل التاريخي لمونديال ٢٠٢٦، قبل أن يأتي قرار اليوم الداعم للجنة الأولمبية والاتحادات الرياضية، في خطوة تؤكد النهج الحكومي المؤمن بأهمية القطاع الرياضي.

استئناف دوري المحترفين لكرة القدم اليوم بإقامة مباراتين

يُستأنف دوري المحترفين لكرة القدم الجمعة، بعد فترة توقف بسبب تجمع خب الوطني، الذي خاض مباراتين وديتين أمام منتخبي بوليفيا وألبانيا. ويلتقي يوم غد الجزيرة مع شباب الأردن على ستاد الملك عبد الله الثاني في القويسمة عند الساعة الخامسة مساء، فيما يواجه السلط نظيره الرمثا على ستاد الحسن الدولي بمدينة إربد عند الساعة السابعة والنصف مساء.

وتُستكمل السبت المقبل، مواجهات الجولة التاسعة، حيث يلعب الفيصلي مع الأهلى على ستاد الملك عبد الله الثاني عند الساعة الخامسة مساء، فيما يستقبل الحسين إربد نظيره السرحان على ستاد الحسن عند الساعة السابعة

وأرجا اتحاد الكرة مواجهة الوحدات والبقعة إلى إشعار آخر، بسبب مشاركة "الأخضر" بدوري أبطال آسيا ٢، وخوضه مباراة أول من أمس في إيران، قبل أن يستضيف الأربعاء المقبل نظيره المحرق البحريني.

ويتصدر الرمثا جدول الترتيب برصيد ٢٢ نقطة، والفيصلي ثانيا برصيد ١٩ نقطة، مقابل حلول الوحدات بالمركز الثالث برصيد ١٦ نقطة، والحسين إربد رابعا برصيد ١٥ نقطة، فيما يتواجد السلط بالمركز الخامس برصيد ١١ نقطة، والجزيرة سادسا برصيد ١٠ نقاط متقدما عن البقعة بفارق الأهداف، فيما يحتل شباب الأردن المركز الثامن برصيد ٧ نقاط، والأهلي تاسعا بـ ٤ نقاط، و السرحان أخير ابدون نقاط.

صلاح في مواجهة جماهير غاضبة بعد "واقعة الصورة".. هي النهاية؟

هجوم كبير يتعرض له النجم المصري محمد صلاح، مع فريقه ليفربول الإنجليزي، بعد تصرفاته الأخيرة، مساء الأربعاء، عقب مباراة الفريق بدوري أبطال أوروبا.وحقق ليفربول انتصارا مريحا، وقدم أفضل أداء له منذ أسابيع، عندما سحق إنتراخت فرانكفورت الألماني بنتيجة ٥-١، وهو الفوز الذي جاء دون صلاح، حيث قرر المدرب الهولندي آرني سلوت إبقائه على دكة البدلاء حتى الدقيقة ٧٥.وعند دخول صلاح، أهدر فرصة محققة كان بإمكانه التمرير فيها لزميله الألماني فلوريان فيرتز، الذي كان أمام مرمى خال.

هذه الفرصة أشعلت غضب الجماهير، التي هاجمت صلاح، خاصة بعد أداء الفريق الممتاز دون الاعتماد عليه.

بعدها بساعات، أقدم النجم المصري على إزالة صورته بقميص ليفربول، من حاسبه على موقع إكس، ووضع صورة عائلية له مع طفلتيه. هذه الواقعة زادت الطين بلة، واتهمته الجماهير بالتصرف بأنانية وطفولية، واعتبرتها ردا منه على عدم مشاركته أساسيا في اللقاء.

وهاجم البعض صلاح بالتعليقات: "تصرف طفولي. ارحل من الفريق. ليفربول اليوم أفضل عندما تكون على الدكة".

الأمير فيصل يحضر حفل افتتاح دورةالألعابالاسيويةللشبابفيالبحرين



حضر سمو الأمير فيصل بن الحسين، رئيس اللحنة الأولمية الأردنية وعضو المكتب التنفيذي في اللجنة الأولمبية الدولية ، حفل افتتاح النسخة الثالثة من دورة الألعاب الآسيوية للشباب، التي تستضيفها العاصمة البحرينية المنامة بمشاركة أكثر من ٤ آلاف رياضي يمثلون ٥٥ لجنة أولمبية

خسر فريق الوحدات لكرة القدم، أمام فريق استقلال

طهران الإيراني بنتيجة ٠-٢، في مباراة أقيمت ، في العاصمة

الإيرانية، ضمن منافسات الجولة الثالثة بالمجموعة الأولى

الذي سبق وأن خسر في الجولتين الأولى والثانية أمام فريقي

وتعد هذه الخسارة الثالثة على التوالي لفريق الوحدات،

وبقي رصيد الوحدات خاليا من النقاط، فيما رفع الفريق

ويتصدر فريقا المحرق والوصل المجموعة الأولى برصيد

٦ نقاط لكل منهما بانتظار نتيجة المباراة التي تجمعهما اليوم.

بدوري أبطال آسيا ٢.

المحرق البحريني والوصل الإماراتي.

الإيراني رصيده إلى ٣ نقاط.

وأقيم حفل الافتتاح في الصالة المغلقة بمركز البحرين العالمي للمعارض وسط أحواء احتفالية مميزة، شهدت استعراض الدول المشاركة ورفع العلم الأردني على يد لاعبة المنتخب الوطنى للكرة الطائرة غيداء العشوش، ولاعب المنتخب الوطني للملاكمة معتز المشاعلة.وتترأس البعثة الأردنية المشاركة في الدورة سمو الأميرة سيارة بنت

الوحدات يخسر أمام

فريق الاستقلال الإيراني بدوري أبطال آسيا 2

فيصل، حيث يشارك الأردن بـ ١٢٠ لاعباً ولاعبة يمثلون رياضات كرة اليد والكرة الطائرة والفنون القتالية المختلطة والتايكواندو وكرة السلة والمواي تاي الجولف والملاكمة وألعاب القوى والترايثلون والدراجات والرياضات الإلكترونية والسباحة والمصارعة والجودو والجوجيتسو والفروسية والهجن والكوراش.

المنتخب الوطنى للجولف يشــارك فــى بطولة مصــر الدولية يشارك المنتخب الوطني للجولف، في بطولة مصر الدولية للناشئين

والسيدات، والتي تقام في نادي دريم لاند للجولف بالعاصمة المصرية القاهرة. وتحظى البطولة التي تستمر حتى ٢٦ الحالي بمشاركة واسعة من المنتخبات العربية والدولية.

ويمثل الأردن في البطولة نخبة من المواهب الواعدة في رياضة الجولف،

حيث تضم قائمة المنتخب: فئة الإناث تحت ١٦ سنة: ليان مجاهد وميار الشوملي، وفئة الناشئين الذكور تحت ١٦ سنة: يوسف قطاطشة ومراد الرواشدة، وفئة الذكور تحت ١٠ سنوات: تاج عكروش وسيمون عكروش. ويشرف على تدريب المنتخب المدرب أنس العمريين، والإدارية لينا توتنجي بينما يترأس الوفد الأردني إلى البطولة نائب رئيس الاتحاد ناصر

وأكد الشوملي في تصريح صحفي، أن المشاركة في هذه البطولة تأتي ضمن خطة الاتحاد الأردني للجولف لتوسيع قاعدة اللاعبين الصغار وصقل مهاراتهم من خلال الاحتكاك الدولي.

وقال "نحن فخورون بالمستوى المتطور الذي وصل إليه لاعبونا الناشئون، ونسعى من خلال هذه المشاركة إلى تعزيز خبراتهم وتطوير أدائهم الفني، بما

ينعكس إيجابا على مستقبل رياضة الجولف في الأردن". وأضاف إن المشاركة الأردنية في البطولة "تعكس الاهتمام المتزايد من الاتحاد بنشر ثقافة الجولف بين الفئات العمرية الصغيرة، ورفع اسم الأردن في المحافل الإقليمية والدولية".

يذكر أن المنتخب الأردني للجولف كان قد حقق نتائج مشرفة في مشاركاته السابقة بالبطولات العربية، ويأمل أن يواصل تألقه في البطولة الحالية.

سباق مرتفع البانورامــا ينطلق في البحر الميت بمشاركة 29 متسابقا

تنطلق الجمعة، منافسات سباق تسلق مرتفع البانوراما في منطقة بانوراما البحر الميت، بمشاركة ٢٩ متسابقا من الأردن وفلسطين ولبنان والسعودية. ويتوقع أن يأتي السباق قويا ومثيرا في ظل مشاركة نخبة من السائقين المتميزين الذين يتسابقون للفوز باللقب.

ويشارك في السباق كل من هشام النجار (ميتسوبيشي كولت بروتوتايب)، أمير النجار (ميتسوبيشي - إيفو ٨)، مصطفى عطاري (ميتسوبيشي إيفو-نايت هاواك)، وائل مصطفى (في دبليو- بولو برتوتايب)، يزن جمعة (في دبليو - بولو جي تي اي)، إيهاب الشرفا (ميتسوبيشي- إيفو ١٠)، طارق صرصور (فلسطين) - (بي ام دبليو- ايه ٣٠)، سيف الشيخ (سوبارو امبريزا- دبليو آر اکس – اس تي اي)، محمد شاهين (سوبارو امبريزا – اس تي اي)، محمد الشرفا (فلسطين) - (بي ام دبليو - اي ٢٤)، سيف منصور (تويوتا- أي إي ٨٦)، جان لحود (السعودية)- (بورش ٩٩١ - جي تي ٢ - ار اس)، عامر الموسى (تويوتا - ستارليت)، حمادة عودة (فلسطين)- (سيات - ليون كوبرا)، أمجد الحوراني (سيات - ليون)، أحمد جانخوت (فيات - ١٢٦)، عبد الله العمري (السعودية)- (راديكال - اس آر")، أحمد دحام (تويوتا -يارس- جي آر)، رائد دهشان (سوبارو - امبريزا)، جوزيف الهندي (لبنان)-(بيجو ۲۰۸ – رالي ٤)، حازم الحربي (السعودية) – (سوبارو امبريزا – دبليو اكس)، خليل المحيسن (بي ام دبليو - ايه ٣٠)، عبد الاله ناصيف (سوبارو امبريزا - دبليو آر اكس)، سامي فليفل (ميتسوبيشي - ايفو ٩)، محمد إيهاب الشرفا (ميتسوبيشي- ايفو ٦)، رامي جابر (فلسطين) - (سوبارو امبريزا -دبليو أر اكس - اس تي اي)، بلال قبلاوي (تويوتا كورولا)، قيس شنك (بي ام دبليو- ايه ٣٦)، وأحمد شاهين (تويوتا كورولا).

بلينغهام يعود للتهديف..ويقود ريال مدريد لفوز صعب على يوفنتوس

سجل جود بلينغهام هدفه الأول منذ يونيو ليقود ريال مدريد إلى فوز صعب ١ - صفر على يوفنتوس، على ملعب سانتياغو برنابيو، إذ تغلب ريال على أداء قوى من منافسه الإيطالي ليواصل سلسلة انتصاراته في مرحلة الدوري بدوري

وصنع فينيسيوس جونيور الهدف، إذ راوغ ثلاثة لاعبين من يوفنتوس في الدقيقة ٥٨، وسدد كرة اصطدمت بالقائم وارتدت إلى بلينغهام الذي أسكنها الشباك مسجلا هدفه الأول هذا الموسم بعد عودته من جراحة في الكتف.

ولم يحقق يوفنتوس، الذي يشارك أياكس الرقم القياسي لأكبر عدد من الانتصارات على ريال مدريد في سانتياغو برنابيو في مباريات الكأس الأوروبية، أي فوز منذ ١٣ سبتمبر، وذلك في سبع مباريات متتالية في كل

وبعد شوط أول متواضع، تزايدت وتيرة اللعب في المباراة خلال الشوط الثاني مع تأرجح السيطرة بين الطرفين.

وكان يوفنتوس حذرا، إذ دافع بخمسة لاعبين، وبحث عن الفرص عبر الهجمات المرتدة.

وتصدى تيبو كورتوا لعدة فرص، لكن مع مرور الوقت في المباراة، فرض ريال سيطرته على مجريات اللعب وسجل إجمالي ٢٨ تسديدة.

وقال كورتوا لقناة موفيستار بلس: "مباراة صعبة للغاية، وتنافسية للغاية. فرص سانحة لكلا الفريقين. إنه فوز مهم ضد فريق قوي آخر... الآن، نتجه إلى أنفيلد"، إذ يحل الريال ضيفا على ليفربول في مباراته المقبلة بدوري الأبطال في الرابع من نوفمبر.

وأهدر دوسان فلاهوفيتش فرصة ذهبية ليوفنتوس عندما ركض لمسافة نصف الملعب ليتلقى تمريرة بينية ويتجاوز المدافع إيدر ميليتاو، لكنه سدد كرة تصدى لها حارس المرمى كورتوا بصعوبة.

وتألق ميشيل دي جريجوريو حارس يوفنتوس في التصدي لثلاث كرات خطيرة، إذ أبعد محاولتين من كيليان مبابي وواحدة من إبراهيم دياز.

وهذه هي أول مرة يفشل فيها مبابي في التسجيل منذ أواخر أغسطس، إذ سجل في ١١ مباراة متتالية مع ريال مدريد ومنتخب فرنسا.

ويمثل فريقا الوحدات والحسين إربد، الكرة الأردنية في دوري أبطال آسيا ٢، حيث يلعب الحسين في المجموعة الثالثة التي يتصدرها حتى الآن. منتخب الناشئين



فاز المنتخب الوطنى للناشئين تحت سن ١٥ لكرة القدم، على نظيره الكويتي بنتيجة ٢-١، في لقاء ودى أقيم ، على ملعب ستاد جابر الفرعى، مع اختتام المعسكر التدريبي الذي يقيمه المنتخب في

الكويت استعداداً للاستحقاقات المقبلة. وسجل هدفي المنتخب راشد إشتيوى د.٤٤، وجميل العيسى د.٥٥.ومثل المنتخب في اللقاء: كرم النحار (سحف الدين عتمة)، إبراهيم الفواضلة، فايز الرواشدة، فارس أبو زمع (عبادة إبراهيم)، أحمد بنى ياسين (محمد أبو صفية)،

عبد الحميد البداينة (أحمد حسن)، ليث الدردور (جميل العيسى)، راشد اشتيوي (يوسف عنبر)، فيصل الحوراني (خالد الصعصاع)، عبدالكريم الفايز (يوسف أبو شيخة)، ومحمد أحمد (محمد الشبول).وشهدت المباراة أداء متوازناً بين المنتخبين، مع تبادل الهجمات على مدار شوطى اللقاء، حيث حرم القائم المنتخب الوطني من هدف محقق عبر عبد الكريم الفايز في الشوط الأول، قبل أن يتقدم المنتخب الكويتي بهدف في الدقيقة ٢٣.

ونجح المنتخب الوطنى في إدراك التعادل

نهاية الشوط الأول، لينتهى الشوط بالتعادل.وفي الشوط الثاني، واصل المنتخب الوطنى أفضليته الميدانية، ليضيف جميل العيسى الهدف الثاني بتسديدة رائعة من خارج منطقة الجزاء، حسمت اللقاء لصالح المنتخب الوطني.وكان اللقاء الودي الأول الذي جمع المنتخبين، انتهى بتفوق المنتخب الوطنى بهدفين دون رد.ومن المنتظر أن يعود وفد المنتخب إلى أرض الوطن مساء غد الخميس.

قبل نهاية الشوط الأول، بعدما تابع راشد

إشتيوي عرضية أحمد بنى ياسين برأسية قبيل

انطلاق مباريات الأسبوع الخامس من دوري الدرجة الثانية اليوم

تنطلق الجمعة، منافسات الأسبوع الخامس من بطولة دوري الدرجة الثانية لكرة القدم لموسم .7.77 / 77.7.

وتُفتتح الجولة بلقاء سهل حوران مع شباب الطالبية على ملعب الأمير هاشم بالرمثا، وشباب الحسين مع الطفيلة على ملعب شباب الحسين، فيما يواجه سحاب نظيره الكرمل على ستاد الأمير محمد بالزرقاء. وتتواصل المباريات السبت، حيث

يلتقي أم القطين مع حي الأمير حسن على ستاد الأمير محمد، ومؤاب مع عجلون على ملعب الأمير فيصل بالكرك، بينما يواجه الجليل فريق الأردن للفروسية على ملعب الأمير هاشم.

وتقام جميع المباريات عند الرابعة مساء. ويتصدر سهل حوران الترتيب بالعلامة الكاملة ١٢ نقطة، يليه حي الأمير حسن وشباب الحسين بـ٩ نقاط، ثم شباب الطالبية بـ٧، ومؤاب،

الطفيلة أخيرا بنقطة وحيدة. وتقام البطولة بنظام الدوري المجزأ من مرحلة واحدة، بحيث يتأهل الفريقان الحاصلان على المركزين الأول والثاني مباشرة إلى دوري

إلى مصاف أندية الدرحة الثالثة.

عجلون، والكرمل ٦ نقاط، أم القطين ب٥، ثم الأردن

للفروسية، الجليل، وسحاب بـ٣ نقاط، فيما بقى

الدرجة الأولى، فيما تهبط الفرق الأربعة الأخيرة

هاتـف:۱۰۰٤٥١٥ فاکس:۲۰۲۰۱٥

رئيس التحرير : عبداللطيف القرشي

العنوان: عمان / شارع الملكه رانية (الصحافه سابقا)

: رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية (در۱/۱۵۳۸/<u>ح</u>)