

المنطقة العسكرية الشرقية تحبط محاولة

تهريب مواد مخدرة بواسطة بالونات

عمان

أحبطت المنطقة العسكرية الشرقية فجر الخميس، على واجهتها وضمن منطقة مسؤوليتها، محاولة تهريب كمية من المواد المخدرة محملة بواسطة بالونات موجهة إلكترونية متطورة. وجرى رصدھا من قبل وحدات حرس الحدود والتعامل معها وإسقاطھا وحملتها داخل الأراضي الأردنية، بالتنسيق مع الأجهزة الأمنية وإدارة مكافحة المخدرات وتم تحويل المضبوطات إلى الجهات المختصة لاتخاذ الإجراءات اللازمة.

الأمتعة

الجمعة 4 شعبان 1447 هـ الموافق 23 كانون الثاني 2026 م
السنة الحادية عشرة / العدد (3567) / 250 فلسا / www.omamjo.com

ولي العهد يلتقي في دافوس رئيس حكومة إقليم كردستان ورئيس الوزراء اللبناني والرئيس الإندونيسي ورئيسة البنك الأوروبي

ولي العهد يثمن جهود البنك الأوروبي في دعم مشاريع تنموية في الأردن

ولي العهد يلتقي المدير التنفيذي لشركة "إمبراير" لصناعة الطائرات ورؤساء تنفيذيين لشركات عالمية



المشركة التي انطلقت مطلع العام الحالي، والتي تهدف لتوظيف العمل المشترك في مجالات حيوية. وحضر اللقاء وزيرة التخطيط والتعاون الدولي زينة طوقان، ووزير الاستثمار الدكتور طارق أبو غزالة، ومدير مكتب سمو ولي العهد، الدكتور زيد البقاعين. والتقى سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد، المدير التنفيذي لشركة "إمبراير" البرازيلية لصناعة الطائرات فرانسيسكو غوميز نيتو. وبحث اللقاء، الذي عقد على هامش أعمال المنتدى الاقتصادي العالمي في مدينة دافوس السويسرية، فرص تعزيز التعاون بين الأردن والشركة في مجالات صيانة الطائرات، وخدمات الطيران، واستخدام الحلول التكنولوجية الحديثة. كما قد سموه سلسلة لقاءات مع مؤسسين ورؤساء تنفيذيين لعدد من الشركات العالمية، لبحث سبل توسيع التعاون وتبادل الخبرات، بما يعزز المهارات الرقمية ويؤهل الشباب لسوق العمل الأردني. وحضر اللقاءات وزير الاستثمار الدكتور طارق أبو غزالة، ومدير مكتب سمو ولي العهد، الدكتور زيد البقاعين.



ويهدف لتوظيف العمل المشترك في مجالات حيوية. وحضر اللقاء وزيرة التخطيط والتعاون الدولي زينة طوقان، ووزير الاستثمار الدكتور طارق أبو غزالة، ومدير مكتب سمو ولي العهد، الدكتور زيد البقاعين. والتقى سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد، المدير التنفيذي لشركة "إمبراير" البرازيلية لصناعة الطائرات فرانسيسكو غوميز نيتو. وبحث اللقاء، الذي عقد على هامش أعمال المنتدى الاقتصادي العالمي في مدينة دافوس السويسرية، فرص تعزيز التعاون بين الأردن والشركة في مجالات صيانة الطائرات، وخدمات الطيران، واستخدام الحلول التكنولوجية الحديثة. كما قد سموه سلسلة لقاءات مع مؤسسين ورؤساء تنفيذيين لعدد من الشركات العالمية، لبحث سبل توسيع التعاون وتبادل الخبرات، بما يعزز المهارات الرقمية ويؤهل الشباب لسوق العمل الأردني. وحضر اللقاءات وزير الاستثمار الدكتور طارق أبو غزالة، ومدير مكتب سمو ولي العهد، الدكتور زيد البقاعين.



وفي العهد، برئاسة البنك الأوروبي لإعادة الإعمار والتنمية أوديل رينو باسو، على سبل توسيع الشراكة بين الجانبين. وثن سموه، خلال اللقاء الذي عقد على هامش أعمال المنتدى الاقتصادي العالمي في دافوس بسويسرا، جهود البنك في دعم مشاريع تنموية في الأردن، لافتاً إلى أهمية توسيع الشراكة بين البنك والقطاع الخاص. وحضر اللقاء وزيرة التخطيط والتعاون الدولي زينة طوقان، ووزير الاستثمار الدكتور طارق أبو غزالة، ومدير مكتب سمو ولي العهد، الدكتور زيد

وزير الخارجية يمثل الاردن في مراسم

إطلاق الرئيس الأميركي لمجلس السلام

والمملكة العربية السعودية ودولة قطر، وجمهورية مصر العربية على دعم جهود السلام التي يقودها الرئيس ترمب والتزام دعم تنفيذ مهمة مجلس السلام بوصفها هيئة انتقالية كما وردت في الخطة الشاملة لإنهاء النزاع في غزة، واعتمدها قرار مجلس الأمن التابع للأمم المتحدة رقم ٢٨٠٣ الرامية إلى تثبيت وقف دائم لإطلاق النار ودعم إعادة إعمار غزة، والدفع نحو السلام العادل والدائم المستند إلى تلبية حق الشعب الفلسطيني في تقرير المصير وإقامة دولته وفقاً للقانون الدولي، بما يمهّد لتحقيق الأمن والاستقرار لجميع دول وشعوب المنطقة.

الأردن يستضيف مؤتمرا رفيع المستوى

لبحث سبل دعم العمل الإنساني في الحروب

وكانت كل من البرازيل والصين وفرنسا والأردن وكازاخستان وجنوب إفريقيا، إلى جانب اللجنة الدولية للصليب الأحمر، قد أطلقت "المبادرة العالمية لتجديد الالتزام السياسي بالقانون الدولي الإنساني" في شهر أيلول عام ٢٠٢٤، انطلاقاً من حس عال بالمسؤولية بالضرورة الملحة لإنهاء الوحشية والمعاملة الإنسانية والدمار في الحروب. وحتى الآن، انضمت ٩٩ دولة من مختلف مناطق العالم رسمياً إلى هذه المبادرة العالمية. كما تتوي ٢٧ دولة قيادة سبعة مسارات للعمل لتطوير توصيات عملية لتعزيز الالتزام بالقانون الدولي الإنساني ومعالجة التحديات الناشئة بفعل تطورات أنماط الحروب المعاصرة. ودعت المبادرة الإنسانية هذه الجهود والعمل في إطار المسؤولية المشتركة لمنع ارتكاب الفظائع وحماية الإنسانية في زمن الحروب.

وزارة البيئة تنفذ حملة

نظافة شاملة في جرش

جرش نفذت وزارة البيئة في محافظة جرش حملة نظافة شاملة في منطقة السبطة في لواء المعراض، ضمن البرنامج التنفيذي لاستراتيجية النظافة والحد من الإلقاء العشوائي للنفايات، وبما يعزز الحفاظ على البيئة والصحة العامة. وشملت الحملة إزالة تجمعات النفايات الصلبة والأنقاض (الطمم)، بالتنسيق مع محافظ جرش، ومتصرّف لواء المعراض، وبلدية المعراض، وبمشاركة الشرطة المجتمعية، والإدارة الملكية لحماية البيئة، ومديرية زراعة لواء المعراض، ومديرية الشباب، حيث تم توفير الآليات الثقيلة اللازمة لإنجاز أعمال التنظيف بشكل كامل. وأكدت وزارة البيئة استثمارها في تنفيذ البرامج والخطط البيئية الهادفة إلى الحد من الممارسات السلبية، حيث جرى التنسيق مع الإدارة الملكية لحماية البيئة – فرع جرش، لتكثيف الجولات الرقابية في الموقع وضبط أي تجاوزات بيئية، واتخاذ الإجراءات القانونية بحق المخالفين.

وزير النقل يبحث قضايا قطاعات

نقل الركاب والسياحي وتأجير السيارات والتاكسي



اختتام المرحلة الثانية من تدريب

فريق التنسيق الحكومي لحقوق الإنسان

اختتم المركز الوطني لحقوق الإنسان ، المرحلة الثانية من الدورات التدريبية المخصصة لأعضاء فريق التنسيق الحكومي لحقوق الإنسان في إطار التعاون المؤسسي المستمر بين المركز والفريق بهدف تعزيز القدرات الوطنية في مجال حقوق الإنسان ورفع مستوى المعرفة بالمعايير الدولية. وأكد المفوض العام للمركز جمال الشمالية، اهتمام جلاله الملك عبد الله الثاني، وسمو الأمير الحسين ولي العهد، بملف حقوق الإنسان، وأن حقوق الإنسان وسيادة القانون ركيزتان أساسيتان في بناء الدولة المدنية الحديثة وكرامة الإنسان واحترام حقوقه وحرياته والاستقرار والتنمية المستدامة. وبين أن المملكة عبر مؤسساتها الدستورية والتنفيذية، تواصل العمل على مواءمة تشريعاتها وسياساتها مع المعايير الدولية لحقوق الإنسان وتعزيز التعاون مع الآليات الدولية، ما يتطلب كواد وطنية مؤهلة تمتلك المعرفة القانونية والمهارات العملية، وقادرة على تحويل الالتزامات النظرية إلى تطبيقات واقعية.

أنشطة شبابية وتنموية في عدد من المحافظات

تابع ص 8

وزير النقل يبحث قضايا قطاعات

نقل الركاب والسياحي وتأجير السيارات والتاكسي

عمان بحث وزير النقل الدكتور نضال القطامين، خلال سلسلة اجتماعات عقدها في الوزارة، قضايا نقل الركاب والنقل السياحي، وتأجير السيارات، والتاكسي والتحديات التي تواجه العاملين في هذه القطاعات. جاء ذلك بحضور رئيس لجنة الخدمات والنقل النيابية الدكتور أيمن البدادوة، والنائب طارق بني هاني، والنائب جهاد مدانات، إلى جانب مدير عام هيئة تنظيم النقل البري المهندس رياض الخرباشة. وخلال الاجتماع الأول مع نقابة أصحاب مكاتب تأجير السيارات، بحضور نقيب أصحاب مكاتب تأجير السيارات مروان عكوي، وأعضاء النقابة، جرى مناقشة أبرز التحديات التي تواجه قطاع تأجير السيارات. لا سيما ما يتعلق بالجوانب التنظيمية والتشريعية، وآليات الترخيص، والمرجعية، والتأثيرات التشغيلية والمالية على المكاتب العاملة في القطاع. وأكد وزير النقل أهمية قطاع تأجير السيارات كجزء مكمّل لمنظومة النقل والخدمات السياحية، مشدداً على حرص الوزارة على الاستماع لطلاب العاملين في القطاع والعمل على معالجتها بالتنسيق مع هيئة تنظيم النقل البري، وبما يحقق التوازن بين متطلبات التنظيم واستدامة الاستثمار وحماية حقوق المشغلين. وفي اجتماع آخر، وبمشاركة لجنة الخدمات والنقل النيابية، مع جمعية النقل السياحي، بحضور رئيس الجمعية علي أبو محفوظ، وعدد من أعضاء الجمعية وممثلي القطاع، تم بحث واقع النقل السياحي، والتحديات المرتبطة بالطلب الموسمي، إضافة إلى سبل تطوير هذا القطاع الحيوي المرتبط مباشرة بالقطاع السياحي.تابع ص٧

"الأحوال المدنية" : إصدار 381

ألف شهادة رقمية منذ إطلاق الخدمة

عمان قال مدير عام دائرة الأحوال المدنية والجوازات، المهندس غيث غازي الطيب، إن خدمة الشهادات الرقمية التي أطلقتها الدائرة شهدت إقبالا ملحوظا من المواطنين داخل المملكة وخارجها، حيث جرى إصدار نحو ٣٨١ ألف شهادة رقمية منذ إطلاقها في أيار الماضي عبر تطبيق "سند". وجاء ذلك خلال تفقده سير العمل في مكنتي أحوال وجوازات الأشرفية وحي نزال، ضمن جولة ميدانية هدفت إلى متابعة سير العمل والإطلاع على واقع تقديم الخدمة للمواطنين. وأوضح الطيب أن هذه الخدمة مكنت المواطنين من إصدار شهادات الواجهات الحيوية المسجلة مسبقا، وتشمل شهادات الولادة والزواج والطلاق والوفاة والقيّد

"الأحوال المدنية": إصدار 381 ألف شهادة رقمية منذ إطلاق الخدمة

عمان

قال مدير عام دائرة الأحوال المدنية والجوازات، المهندس غيث غازي الطيب، إن خدمة الشهادات الرقمية التي أطلقتها الدائرة شهدت إقبالا ملحوظا من المواطنين داخل المملكة وخارجها، حيث جرى إصدار نحو ٣٨١ ألف شهادة رقمية منذ إنطلاقها في أيار الماضي عبر تطبيق "سند".

وجاء ذلك خلال تفقده سير العمل في مكتبي أحوال وجوازات الأشرفية وحي زئال، ضمن جولة ميدانية هدفت إلى متابعة سير العمل والإطلاع على واقع تقديم الخدمة للمواطنين.

وأوضح الطيب أن هذه الخدمة مكنت المواطنين من إصدار شهادات الواقات الحيوية المسجلة مسبقا، وتشمل شهادات الولادة والزواج والطلاق والوفاة والقيد الفردي والقيد العائلي، حيث تصدر الشهادات بصيغة إلكترونية (PDF) وباللغتين العربية والإنجليزية.

وأشار إلى أن إطلاق هذه الخدمة يأتي في إطار تعزيز التحول الرقمي وتسهيل حصول المواطنين على الخدمات داخل المملكة وخارجها، مبيّنا أن الشهادات الرقمية أصبحت متاحة من أي مكان وعلى مدار الساعة، بما في ذلك أيام الجمع والعطل الرسمية، دون التقيد بساعات الدوام الرسمي، الأمر الذي يسهم في تخفيف الضغط عن السفارات الأردنية والحد من الازدحام داخل مكاتب الدائرة.

وأضاف أن الشهادات الرقمية لا تستوجب أي رسوم إضافية، وهي معتمدة لدى جميع الجهات الحكومية والخاصة، وتشكل خطوة متقدمة ضمن استراتيجية الحكومة الهادفة إلى تحسين جودة الخدمات وتجويد الأداء المؤسسي.وأشار إلى أن مكتبي الأشرفية وحي زئال أنجزا ما مجموعه نحو ١٥٠ ألف وثيقة خلال العام الماضي، ما يعكس حجم الجهد المبذول وكفاءة الموظفين في تقديم الخدمات للمواطنين.

ودعا إلى تحليل أبرز القضايا والملاحظات الواردة في تقرير المتسوق الخفي والمتعلقة بالمكتبتين، ووضع خطة عمل لمعالجة تلك الملاحظات ضمن إطار زمني محدد، سواء تعلقت بتأهيل وتدريب الموظفين، أو تحسين بيئة العمل، أو تطوير الإجراءات الإدارية، تأكيدا على التزام الدائرة بتطوير الخدمات وتعزيز رضا المواطنين.

كما استمع الطيب إلى آراء وملاحظات عدد من المواطنين حول مستوى الخدمات المقدمة، مشيدا بجهود موظفي المكتبتين وما يبذلونه من عمل ذووب لخدمة المواطنين، مؤكدا أن العمل الجماعي والتكامل بين الموظفين يمثلان ركيزة أساسية لتحقيق أهداف الدائرة والارتقاء بمستوى الخدمة العامة.

اجتماع أولي لمناقشة إطلاق منصة إلكترونية لبيع اليانصيب الخيري الورقي

عمان

عقد في مقر الاتحاد العام للجمعيات الخيرية، اجتماع أولي لمناقشة بدء العمل على بناء منصة إلكترونية لبيع اليانصيب الخيري الورقي، بالتعاون مع شركة أبعاد لتطوير حلول الأعمال الذكية، في خطوة تهدف إلى مواكبة التحول الرقمي وتسهيل عمليات البيع والدعم الخيري بوسائل حديثة وأمنة.

وترأس الاجتماع رئيس الاتحاد العام عامر الخوالدة، بحضور مدير شركة أبعاد طارق الخوالدة، والفريق الفني المتخصص من الشركة ونائب رئيس الاتحاد رئيس اتحاد العاصمة الدكتور بركات بركات، والمدير العام للاتحاد خليل القبيسي وعدد من موظفي الاتحاد العام.

وتم خلال اللقاء عرض الرؤية العامة للمشروع وأهدافه وآليات تنفيذ المنصة الإلكترونية والجوانب الفنية والتقنية المتعلقة بالأمن الرقمي وسهولة الاستخدام، بما يضمن الشفافية والكفاءة في عمليات بيع اليانصيب الخيري، ويسهم في دعم الجمعيات الخيرية وتعزيز مواردها.

وقال رئيس الاتحاد، إن هذا المشروع يأتي في إطار سعي الاتحاد إلى تطوير أدوات العمل الخيري والانتقال إلى الحلول الرقمية التي تواكب التطورات التكنولوجية الحديثة، مؤكدا أن المنصة الإلكترونية ستسهم في توسيع قاعدة المشاركة المجتمعية وتسهيل وصول المواطنين إلى اليانصيب الخيري بكل يسر وأمان.

وأضاف إن الاتحاد يولي أهمية كبيرة للشركاء مع الشركات الوطنية المتخصصة، ويحرص أيضا على أن تخرج المنصة بأعلى معايير الجودة والموثوقية، مشيدا بخبرة شركة أبعاد والفريق الفني القائم على المشروع.

من جهته قال مدير شركة "أبعاد"، إنهم فخورون بالتعاون مع الاتحاد العام للجمعيات الخيرية في هذا المشروع الوطني الهام، مؤكدا أن منصة بيع اليانصيب الخيري الورقي الإلكترونية سيتم تطويرها وفق أحدث المعايير التقنية العالمية، وبما يضمن أعلى مستويات الأمان والموثوقية وسهولة الاستخدام.

وأضاف إن الفريق الفني في "أبعاد" سيعمل بشكل وفيق مع كوادر الاتحاد العام لضمان تلبية جميع المتطلبات الفنية والتشغيلية، وتحقيق تجربة رقمية متكاملة تسهم في تعزيز الشفافية وتسهيل إجراءات البيع، بما يعكس إيجابا على دعم العمل الخيري واستدامته، مشيرا إلى أن التحول الرقمي لم يعد خيارا بل ضرورة، وأن الشركة ملتزمة بتقديم حلول ذكية ومبتكرة تخدم المجتمع وتسهم في تطوير القطاع الخيري باستخدام التكنولوجيا الحديثة.

واختتم الاجتماع بالاتفاق على استكمال الدراسات الفنية ووضع جدول زمني مبدئي لمراحل التنفيذ، تمهيدا للبدء الفعلي بالمشروع خلال الفترة المقبلة.

تخريج المشاركين في مشروع "لايف" التدريبي

عمان

رعت وزيرة التنمية الاجتماعية وفاء بني مصطفى، حفل تخريج المشاركين في مشروع "لايف"، في المركز الثقافي الملكي، بتنظيم من جمعية "أكشن فور هيوومنز" – فرع الأردن.وأكدت بني مصطفى، في مستهل كلمتها، أن البرنامج غذالذقة الجمعية يمثل نموذجا تنمويا واجتماعيا في التعليم وبناء القدرات، إذ يستهدف إكساب المشاركين والمشاركات فيه المهارات اللازمة للبدء بإنشاء مشاريعهم الخاصة والمستدامة، ويمنى لديهم فرص التشغيل الذاتي والإنتاج، مما يسهم في مشاركتهم الاقتصادية الفاعلة.وأشارت إلى أهمية التدريبات النوعية التي وفرها البرنامج في مجال الحرف اليدوية والطباعة ثلاثية الأبعاد ومستحضرات التجميل، وتم تنفيذ في محافظات الكرك والمفرق، وما رافقه من إكساب المتدربين المهارات الإدارية والمالية المتعلقة بإدارة المشاريع، مبيّنة أن تخريج المشاركين والمشاركات اليوم جاء حصيلة إرادة وإصرار لديهم، ويمثل قصة نجاح لهم وللجمعية.وأضافت بني مصطفى، أن الوزارة في إطار سعيها المستمر في دعم وتشجيع التمكين الاقتصادي للفئات الأكثر حاجة، توفر فرصا الاستفادة من برنامج الأسر المنتجة، من خلال دعم المشاريع الإنتاجية والمستدامة، بما يسهم في تحسين ظروف الأسر الاقتصادية، وحصول أفرادها على فرص العمل، مشيرة إلى الاتفاقية مع صندوق التنمية والتشغيل، التي توفر فرصة الاستفادة من البرنامج التمويلي الميسر للفئات المستهدفة.

وأوضحت، أهمية مشاركة ٣٩ متدربة ومتدربا من الأشخاص ذوي الإعاقة في هذا البرنامج، وهو ينسجم مع التوجه الوطني في دمج الأشخاص ذوي الإعاقة تأكيدا على أن مكانهم يبنّا"، من خلال النظرة التكاملية والشمولية لحقوقهم، والتي تمثلت بمنظومة الخدمات المقدمة لهم من الوزارة في مجال التندخل المبكر والخدمات الدامجة، وحقوقهم في التعليم والعمل وفي الصحة وكافة الحقوق الأخرى، بالتعاون مع الوزارات التي تقدم هذه الخدمات، مشيرة إلى الجهود التي يضطلع بها المجلس الأعلى لحقوق الأشخاص ذوي الإعاقة في مجال انخراطهم ومشاركتهم في المجتمع مشاركة كاملة وشاملة. من جانبها، أشارت ممثلة مكتب "أكشن فور هيوومنز" خلود طويلة، إلى أن المشروع يجسد نموذجا حقيقيا للتمكين القائم على العمل والكرامة، من خلال تزويد السيدات بمهارات عملية قابلة للتطبيق في سوق العمل، وغرسها وتنميتها بما يسهم في بناء مستقبل أكثر وضوحا وثقة لدى المشاركات، مشيرة إلى أن المشروع أسهم في تخريج ٣٠٠ مشاركة، من بينهن سيدات من ذوات الإعاقة، في إطار تعزيز فرص الإدماج الاقتصادي والاجتماعي.

الناطق الإعلامي باسم نقابة الصحفيين : نظام الإعلام الرقمي ينظم الترخيص والأنشطة دون تقييد للحريات

عمان

قال عضو مجلس نقابة الصحفيين الأردنيين، الناطق الإعلامي باسم النقابة، راشد العساف، إن النقابة شاركت منذ المراحل الأولى في مناقشة مشروع نظام تنظيم الإعلام الرقمي، انطلاقا من دورها في حماية مهنة الصحافة وتنظيم العمل الإعلامي، وبما يضمن التوازن بين التنظيم وحرية الإعلام.

وأوضح العساف أن مشروع النظام يأتي كتشريع تنظيمي بحت، يركز على تنظيم الأنشطة الرقمية من حيث الترخيص وآلياته وشروطه، ضمن إطار قانوني منضبط، دون المساس بالحريات الصحفية أو بحرية الرأي والتعبير، أو التعارض معها بأي شكل.

وبين العساف أن مجلس النقابة ناقش للمرة الأولى مسودة النظام خلال جلسة مشتركة مع هيئة الإعلام بتاريخ ١٥ تموز ٢٠٢٥، حيث أبلغت الهيئة المجلس باستحداث مديرية متخصصة بالإعلام الرقمي، والعمل على إعداد نظام جديد لتنظيم القطاع.وأضاف أن المجلس ناقش في ٢٧

أيلول ٢٠٢٥ النظام الذي أعدته هيئة الإعلام، وتم الاتفاق على إعداد تصور شامل يتضمن التعديلات الجوهرية اللازمة على مسودة النظام، مشيراً إلى أن النقابة انخرطت منذ ذلك التاريخ في نقاش مشترك ومستمر مع الهيئة.وأشار إلى أن النقابة

شكلت لجنة مشتركة ضمت ممثلين عن مجلس النقابة ولجنة حماية المهنة، لدراسة مسودة النظام وتقديم ملاحظات تفصيلية على عدد من بنوده، وعقدت عدة اجتماعات متخصصة لتشرين الأول ٢٠٢٥، إلى جانب اجتماعات مباشرة مع هيئة الإعلام في مقرها لمناقشة الملاحظات الجوهرية.ولفت العساف إلى أن مجلس النقابة ناقش في ١٧ كانون الثاني ٢٠٢٦ مشروع النظام المنشور على موقع ديوان التشريع والرأي، مؤكداً ضرورة متابعة تفاصيله وتقديم المزيد من الملاحظات، وبخاصة ما يتعلق باسم النظام وعدد من مواده الأساسية، مؤكداً مرة أخرى أن أحكام النظام لا تمس الحريات الصحفية أو حرية الرأي والتعبير، وإنما تنظمه ضمن إطار قانوني منضبط.وأشار العساف إلى أن ملف النظام

"مالية النواب" تناقش تقرير المحاسبة المتعلق بوزارة الصناعة والتجارة



عمان

ناقشت اللجنة المالية النيابية اليوم الخميس، برئاسة النائب الدكتور نمر السليحات، تقرير ديوان المحاسبة لسنة ٢٠٢٤ المتعلق بوزارة الصناعة والتجارة والتموين، بحضور أمين عام الوزارة دانا الزعبي، وعدد من المدراء العاملين، إلى جانب مساعد مراقب عام الشركات هاشم الهرش، ومدير التقارير في ديوان المحاسبة فوزان وريكات. وعرض السليحات خلال الاجتماع أبرز الملاحظات المالية والإدارية الواردة في التقرير، مؤكدا ضرورة الوقوف على أسباب تكرار بعض المخالفات، والالتزام بالتشريعات النافذة وتعزيز آليات الرقابة الداخلية، وبما يضمن سلامة الإجراءات وحسن إدارة المال العام.

وأشار إلى أن اللجنة تتابع بشكل دوري نتائج أعمال اللجنة المشتركة بين ديوان المحاسبة ووزارة الصناعة ومركز تصميم الألبسة وخدمات التدريب، مشددا على أهمية وضع جداول زمنية واضحة لمعالجة المخالفات وعدم تكرارها، بما يعكس مستوى عال من المسؤولية والالتزام بالأنظمة.

من جهتهم، طالب أعضاء اللجنة بتقديم توضيحات دقيقة حول بعض أوجه الإنفاق والإجراءات الإدارية، مع التأكيد على ضرورة تصويب الملاحظات ضمن مدد زمنية محددة وبشكل نهائي، ووجه رئيس وأعضاء اللجنة بتشكيل لجنة مشتركة تضم ديوان المحاسبة ووزارة الصناعة ومركز تصميم الألبسة وخدمات التدريب، لاتخاذ

وزير الزراعة يلتقي بعثة من البنك الدولي

عمان

استقبل وزير الزراعة الدكتور صائب الخريسات، بعثة البنك الدولي المكلفة بتنفيذ مراجعة منتصف المدة (MTR) لبرنامج تعزيز الصمود الزراعي وتطوير سلاسل القيمة والابتكار (ARDI)، في إطار المتابعة الدورية لتقديم تنفيذ البرنامج وبحث الأولويات والخطوات المقبلة بما يضمن استمرار تحقيق النتائج المستهدفة على مستوى التنمية الزراعية والريفية.

أكد الخريسات أهمية الشراكة الاستراتيجية مع البنك الدولي في دعم أولويات القطاع الزراعي، مشيراً إلى أن برنامج (ARDI) يشكل نموذجاً فعالاً للتعاون التنموي الذي يعكس مباشرة على تحسين سبل العيش في المجتمعات الريفية وتعزيز قدرة القطاع الزراعي على مواجهة التحديات، وفي مقدمتها التغير المناخي وشح الموارد المائية.

وبين أن الوزارة تولي اهتماماً خاصاً بتوسيع تطبيق تقنيات حصاد المياه واستخدام التكنولوجيا الحديثة الموفرة للمياه، باعتبارها من أولويات تحسين كفاءة استخدام المياه وتعزيز الإنتاجية، مشددا على أن الاستثمار في التدريب

والإجراءات اللازمة، على أن يتم تزويد اللجنة المالية بمخرجات أعمالها خلال أسبوع، تمهيدا لاتخاذ القرار النهائي بشأنها. الملاحظات الواردة لضمان استدامة وكفاءة العمليات المالية والإدارية.من جانبه، أكد الهرش أن جميع الإجراءات اللازمة لمعالجة وتصويب الملاحظات والمخالفات قد اتخذت وفق الأصول القانونية، وبما ينسجم مع الأنظمة المعمول بها، ويهدف تعزيز الشفافية والنزاهة في العمل.

اختتام المرحلة الثانية من تدريب فريق التنسيق الحكومي لحقوق الإنسان

عمان

اختتم المركز الوطني لحقوق الإنسان ، المرحلة الثانية من الدورات التدريبية المخصصة لأعضاء فريق التنسيق الحكومي لحقوق الإنسان في إطار التعاون المؤسسي المستمر بين المركز والفريق بهدف تعزيز القدرات الوطنية في مجال حقوق الإنسان ورفع مستوى المعرفة بالمعايير الدولية.

وأكد المفوض العام للمركز جمال الشمايلة، اهتمام جلالة الملك عبد الله الثاني، وسمو الأمير الحسين ولي العهد، بملف حقوق الإنسان، وأن حقوق الإنسان وسيادة القانون ركيزتان أساسيتان في بناء الدولة المدنية الحديثة وكرامة الإنسان واحترام حقوقه وحرياته والاستقرار والتنمية المستدامة.

وبين أن المملكة عبر مؤسساتها الدستورية والتنفيذية، تواصل العمل على مواومة تشريعاتها وسياساتها مع المعايير الدولية لحقوق الإنسان وتعزيز التعاون مع الآليات الدولية، ما يتطلب كواد وطنية مؤهلة تمتلك المعرفة القانونية والمهارات العملية، وقادرة على تحويل الالتزامات النظرية إلى تطبيقات واقعية.

وأوضح الشمايلة، دور المركز باعتباره مؤسسة وطنية مستقلة، في الرصد والتوعية وبناء القدرات وتقديم المشورة وتعزيز الحوار بين مختلف الأطراف، بما يسهم في تطوير منظومة حقوق الإنسان الوطنية وبما ينسجم مع الدستور الأردني والمعايير الدولية.

وفيما أشار المنسق الحكومي العام لحقوق الإنسان في رئاسة الوزراء معاذ المومني، إلى توجيهات جلالة الملك بأن "حقوق الإنسان ليست ترفاً، بل واجب وشرف"، مؤكداً مسؤولية الجميع بهذا الملف، لا سيما في ظل الاستحقاقات المرتبطة بالآليات التعااهدية خلال الفترة المقبلة.

وبين أهمية هذه الدورات في تعزيز التنسيق بين الجهات الحكومية وتوحيد الجهود الوطنية في التعامل مع الآليات الدولية لحقوق الإنسان ومتابعة تنفيذ التوصيات الدولية، بما يعكس صورة الأردن كدولة تحترم التزاماتها الدولية وتعمل على تطوير منظومتها الحقوقية بشكل مستمر.

بدوره، قال رئيس وحدة التوعية والتدريب في المركز المحامي عمر بني مصطفى، إن المرحلة الثانية من الدورات تناولت عددا من الموضوعات المتخصصة، أبرزها الآليات الدولية لحقوق الإنسان، سواء التعاقدية أو غير التعاقدية مع التركيز على العرض الدوري الشامل.

كما تناولت المرحلة الثانية، دور المؤسسات الوطنية والحكومية في إعداد التقارير ومتابعة تنفيذ التوصيات، إلى جانب جلسات تطبيقية وتمرارين عملية تهدف إلى ربط الجوانب النظرية بالواقع العملي.

بدورهم، أكد المشاركون أهمية هذه الدورات في تطوير مهاراتهم العملية وتعزيز فهمهم لطبيعة العمل الحقوقي المؤسسي، معربين عن تقديرهم لجهود المركز الوطني في تنظيم برامج تدريبية متخصصة تلبي احتياجات العمل الحكومي في مجال حقوق الإنسان.

يشار إلى أن هذه الدورات تأتي ضمن سلسلة برامج تدريبية مستمرة تستهدف مختلف الجهات الوطنية، إيماناً بأهمية بناء القدرات ونشر ثقافة حقوق الإنسان وتعزيز الشراكة مع المؤسسات الرسمية بما ينسجم مع الدستور الأردني والمعايير الدولية ذات الصلة.

مجمع الملك الحسين للأعمال يوقع مذكرة تفاهم مع منصة "ريل أب"

عمان

وقع مجمع الملك الحسين للأعمال، مذكرة تفاهم مع منصة "ريل أب" أكبر منصة رقمية أردنية للمؤثرين والإعلانات والجمهور والفعاليات التي سيتم إطلاقها الصيف المقبل في عمان بحضور ١٠٠٠ مؤثر.

ووقع المذكرة مع المجمع الرئيس التنفيذي المهندس عمار غزالدين، وعن المنصة رئيس مجلس إدارة شركة بوابة التأثير المالكة للمنصة، محمد الشواكبة وناثيه المهندس أشرف المومني.

وتعتبر المذكرة انطلاقة أردنية نحو بناء مجتمع رقمي متكامل يضم الشركات والمؤثرين والجمهور والفعاليات؛ لتسهيل إنتاج الإعلانات والترويج والتسويق بطريقة رقمية احترافية وموثوقة وفيها جميع الحلول لكل التحديات التي تواجه قطاع المعلنين والمؤثرين.

وتهدف المذكرة إلى دعوة إدارة المجمع للشركات بداخله إلى اعتماد منصة "ريل أب" باعتبارها بيئة رقمية آمنة لإعلان والترويج، كونها تجمع المؤثرين والشركات والجمهور والوكالات وتعمل وفق الأطر القانونية والضريبية المعتمدة داخل الأردن وخارجه، إضافة بحث فرص التعاون الإعلامي والترويجي بين المنصة والشركات داخل المجمع والتي يقارب عددها ٥٠٠ شركة.

وتهدف المذكرة التي حضر حفل توقيعها المدير التنفيذي لشركة "Fifty Fife – الدكتور سمير الجبالي، إلى تخصيص "كود" خاص داخل المنصة لإدارة المجمع كشريك استراتيجي، يمكن الشركات العاملة داخل المجمع من الدخول من خلاله للحصول على ميزات إعلانية خاصة وحصرية تشجع الشركات وتجلب المستثمرين، إضافة إلى ترويج فعاليات المجمع والأنشطة والمبادرات التي تقوم بها الإدارة؛ لزيادة الانتشار الرقمي والوصول والتفاعل مع الجمهور والمستثمرين وتنظيم ورش عمل دورية لاجتماع المجمع حول "مستقبل التسويق عبر المؤثرين" و"أفضل ممارسات الإعلان الرقمي".

والمجمع هو مدينة أعمال محورية لجلب الاستثمار والريادة من داخل الأردن وخارجه، ويسعى من خلال منصة "ريل أب" إلى تعزيز وتسهيل منظومة الإعلان والترويج الفعال وتوفير كل ما تحتاجه الشركات والمستثمرين.

ومنصة "ريل أب" منظومة أردنية الفكرة وعربية الانطلاقة وعالمية الامتداد، ويسعى الطرفان إلى شراكة قوية في عالم التسويق والترويج الريادي الذي يحاكي مستقبل الإعلانات والاصطناع والذكاء الاصطناعي والسوشيال ميديا وسرعة الانتشار، وتضم المنصة حالياً ما يزيد عن ٤٠٠ مؤثر من كبار المشاهير تم التعاقد معهم خلال المرحلة الأول، وصولاً إلى ١٠٠٠ مؤثر عربي عند حفل الإطلاق الكبير في الصيف المقبل.



صدور التقرير الوطني لتحليل نتائج امتحان مزاولة مهنة التمريض والقبالة

الأردني، ومتاح عبر معرف الكائن الرقمي: (DOI: Jordanian Nursing Council Licensure Exam for Registered Midwives: National Results Report for 2025. DOI: https://doi.org/10.65699/jncPSEO9477 Jordanian Nursing Council Licensure Exam for Registered Nurses: National Results Report for 2025. DOI: https://doi.org/10.65699/jncHCGL1059 org/10.65699/jncHCGL1059 وبما يعزز مبدأ الشفافية وتكافؤ الفرص في الوصول إلى البيانات الوطنية.

واصحاب القرار إعداد خطط تطوير منهجية وعملية، تقوم على تعزيز جوانب القوة التي أظهرتها المؤشرات، ومعالجة مواطن الضعف، وبما يسهم في تحسين جودة البرامج الأكاديمية ورفع مستوى جاهزية الخريجين للممارسة المهنية الآمنة والفعالة.وأكد النوفلة أن المجلس التمريضي الأردني يواصل جهوده لارتقاء بمهنة التمريض والقبالة القانونية، من خال تطوير السياسات والمعايير الناظمة للممارسة المهنية، وتعزيز كفاءة الموارد البشرية، وترسيخ ثقافة الجودة والمساءلة المهنية، وبما يحفظ مكانة المهنة ويعزز دورها الحيوي في دعم النظام الصحي الوطني.وبين أن التقرير الوطني الشامل منشور على الموقع الإلكتروني الرسمي للمجلس التمريضي

الاجمائي للمتقدمين لامتحان مزاولة مهنة القبالة القانونية 786 مقدمة، وذلك استنادا إلى أحكام المادة (4) من نظام ترخيص مزاولة مهنة التمريض والقبالة القانونية (36) لسنة2019.وأضاف النوفلة، إن التقرير يتضمن تحليلا وطنيا دقيقا لنتائج الامتحان، ويعد أداة تقييم موضوعية لمستوى مخرجات التعليم التمريضي والقبالة القانونية في مؤسسات التعليم العالي، ويسهم في دعم منظومة جودة التعليم من خلال تزويد الجامعات والكليات بمؤشرات تحليلية دقيقة تستخدم في تطوير الخطط الدراسية وأساليب التدريس والتقييم.

وأشار إلى أن التقرير لا يقتصر على عرض النتائج، بل يشكل مرجعية تحليلية تستدعي من مؤسسات التعليم العالي،

عمان

أصدر المجلس التمريضي الأردني التقرير الوطني الشامل لتحليل نتائج امتحان مزاولة مهنة التمريض القانوني والقبالة القانونية لعام 2025، والذي شمل خريجي الجامعات والكليات الأردنية كافة، التي تمنح درجة البكالوريوس في التمريض، ودرجتي الدبلوم والبكالوريوس في القبالة القانونية.وقال أمين عام المجلس الدكتور هاني النوفلة، إن الامتحان عُقد خلال عام2025 على خمس دورات متتالية في تواريخ 3 شباط، و21 نيسان، و30 حزيران و20 آب، و2 كانون الأول، حيث بلغ العدد الاجمائي للمتقدمين لامتحان مزاولة مهنة التمريض القانوني 3990 متقدما ومتقدمة، والعدد

اكتشاف مركبات في القهوة قد تتفوق على أدوية شائعة للسكري



المرجعي المستخدم في الدراسة.

ورغم اختلاف هذه المركبات في تركيب الأحماض الدهنية المرتبطة بها، فإنها جميعاً أظهرت قدرة متقاربة على تعطيل نشاط الإنزيم المرتبط بارتفاع سكر الدم.

واعتمد الفريق البحثي على نهج تحليلي متطور ما أتاح الكشف عن مركبات نادرة يصعب رصدها بالطرق التقليدية. كما نجح الباحثون في تطوير آلية فحص أسرع وأكثر صداقة للبيئة، تقلل من استخدام المذيبات الكيميائية، وتسمح بتحليل الأغذية المعقدة مثل القهوة بكفاءة أعلى.

ويرى الباحثون أن هذه النتائج تفتح الباب أمام تطوير منتجات غذائية وظيفية أو مكملات غذائية مشتقة من القهوة، قد تسهم مستقبلاً في دعم التحكم بمستويات السكر في الدم.

وأكدوا في الوقت نفسه أن النتائج لا تزال محصورة في الاختبارات المخبرية، مشددين على ضرورة إجراء دراسات إضافية على الكائنات الحية والبشر للتأكد من سلامة هذه المركبات وفعاليتها السريعة.

وأشار الفريق إلى أن المنهجية المستخدمة في هذه الدراسة يمكن تطبيقها على أغذية أخرى معقدة التركيب، ما قد يسرع اكتشاف مركبات طبيعية جديدة ذات فوائد صحية، في مجالات تمتد من السكري إلى الأمراض العصبية والالتهابية.

وكالات

كشفت دراسة علمية حديثة عن اكتشاف مركبات طبيعية جديدة في القهوة المحمّصة قد تمتلك قدرة قوية على خفض مستويات السكر في الدم، متقدمة في فعاليتها داخل المختبر على أحد الأدوية المعروفة المستخدمة في علاج السكري من النوع الثاني.

ووفقاً للدراسة، التي نُشرت في مجلة Beverage Plant Research وأشرف عليها باحثون من معهد كونمينغ لعلم النبات التابع للأكاديمية الصينية للعلوم، فقد تم التعرف على ثلاثة مركبات غير معروفة سابقاً أظهرت نشاطاً قوياً في تثبيط إنزيم رئيسي مسؤول عن تكسير الكربوهيدرات وتحولها إلى سكريات سريعة الامتصاص في الجهاز الهضمي.

ويُعد إنزيم α-غلوكوزيداز هدفاً رئيسياً في علاج السكري من النوع الثاني، إذ يؤدي تثبيطه إلى إبطاء امتصاص الغلوكوز في الدم بعد الوجبات، ما يساعد على التحكم في الارتفاعات الحادة لمستويات السكر.

وأوضح الباحثون أن المركبات المكتشفة، التي أطلق عليها اسم كافالدهايدات A وB وC، أظهرت قدرة تثبيطية أعلى من دواء "أكاربوز"، وهو أحد الأدوية الشائعة المستخدمة لهذا الغرض.

وبيّنت التجارب أن القيم المثبّطة للمركبات الثلاث بلغت ٤٥ و ٢٤ و ١٧ ميكرومول على التوالي، وهي مستويات تشير إلى فعالية أعلى مقارنة بالعقار

ماذا يحدث إذا تناولت طبق سلطة كل يوم؟

صحي.

السلطة مصدر للدهون الصحية تناول الدهون ضروري لعدة أسباب، منها امتصاص الفيتامينات الذائبة في الدهون. وهذا يعني أن إضافة الدهون الصحية إلى سلطتك (مثل زيت الزيتون البكر الممتاز) طريقة لضمان امتصاص جميع الفيتامينات الموجودة في الخضراوات والفواكه بشكل صحيح.

ويمكن زيادة الدهون الصحية في السلطة بإضافة الأفوكادو والمكسرات والبذور، وهي دهون ستعزز صحة القلب بدورها.

الوزن

قد تفقد بعض الوزن إذا بدأت بتناول السلطة يومياً، فلن تتناول أطعمة أخرى. وهذا قد يؤدي أحياناً إلى نقص في السعرات الحرارية وبالتالي فقدان الوزن.

قد تفقد الكربوهيدرات

يمكنك الحصول على الكربوهيدرات من الخضراوات (عادةً المعقدة منها) ومن الفواكه (غالباً البسيطة منها)، ولكن اعتماداً على احتياجاتك من الطاقة، قد تستفيد من تناول المزيد من الكربوهيدرات.

السلطة مرة واحدة

تناول سلطة واحدة يومياً أفضل من تناول السلطة فقط كل يوم، حتى تضمن الحصول على جميع المغذيات التي يحتاجها الجسم.

ضغط الدم

قد يساعد تناول طبق سلطة يومياً على خفض ضغط الدم. بعض المكونات الشائعة في السلطات لها فوائد رائعة في التحكم بضغط الدم، مثل السلق الغني بالبوتاسيوم.

وإضافة إلى البوتاسيوم، تحتوي الطماطم على صيغة الليكوبين، وهي مضاد أكسدة قوي.

بناء العضلات

لا يجب أن تكون السلطات مملّة وقليلة البروتين، بل على العكس تماماً. الأمر كله يتعلق بتجربة مصادر البروتين المختلفة.

ولتعزيز الفوائد من طبق السلطة أضف إليها: الدجاج، والسلمون، والتونة، والروبيان، والجبن، والبيض المسلوق، والتفوف، على سبيل المثال لا الحصر.

أطعمة مفيدة لكن احذر كثرتها



مشروبات الحمية

تقول سوتر: "غالباً ما تحتوي مشروبات الحمية على مُحليات اصطناعية، والتي قد تكون خطوة أولى لبعض الأشخاص لتقليل استهلاكهم للمشروبات المحلاة والتحول تدريجياً إلى الماء".

وعلى الرغم من أن مشروبات الحمية خالية من السعرات الحرارية، تشير الأبحاث الحديثة إلى أن المُحليات الاصطناعية قد يكون لها آثار سلبية على بكتيريا الأمعاء.

استخدم مشروبات الحمية من حين لآخر كبديل للمشروبات المُحلاة، وفكر في إضافة الفواكه والخضراوات إلى الماء كبديل صحي لها.

تنبيلات السلطة

قد تحتوي تنبيلات السلطة على نسبة عالية من الدهون والسكريات، ما قد يُخلّ بتوازن السلطة الصحية.

وتميل التنبيلات الريمية إلى أن تكون غنية بالدهون والدهون المشبعة، بينما قد تحتوي تنبيلات الخل، على الرغم من خفتها، على سكريات مضافة.

وتنصح سوتر قائلة: "استخدمي ملعقة أو ملعقتين كبيرتين لكل سلطة، وفكري في الخيارات المنزلية التي تُضيف دهوناً وعناصر غذائية مفيدة للقلب".

"مزيج بسيط من زيت الزيتون أو زيت الأفوكادو مع عصير الليمون لذيذ ومغذٍ في آن واحد". ويمكن أيضاً تجربة تنبيلة الطحينة المصنوعة من الطحينة وعصير الليمون والثوم وزيت الزيتون.

وتقول: "لتقليل خطر تسوس الأسنان، تناول الفواكه المجففة مع الوجبات"،

أو اختر الفواكه الطازجة، خاصة بين الوجبات.

الحمص

الحمص غني بالألياف والبروتين النباتي، ولكنه قد يكون غنياً بالدهون والسعرات

وتقول سوتر: "على الرغم من أن هذه الدهون مفيدة للقلب، إلا أن السعرات الحرارية تتراكم بسرعة، خاصة عند تناول الحمص كوجبة خفيفة".

"أحرص على تناول ملعقتين إلى ٣ ملاعق طعام من الحمص لكل حصة، ولخيار أقل سعرات حرارية، يمكنك تناول الصلصة أو صلصة الزبادي قليلة الدسم".

ماتشا لاتيه

يحتوي الماتشا النقي على نسبة عالية جداً من مضادات الأكسدة المفيدة للصحة، بينما يحتوي على نسبة منخفضة من السكر والسعرات الحرارية، ولكن بعد تحضيره على طريقة الباريسا، يصبح طعمه مختلفاً.

تقول سوتر: "غالباً ما تُحضّر مشروبات الماتشا لاتيه بالحليب كامل الدسم مع السكر، وقد يحتوي بعضها على ما يصل إلى ٢٢٠ سعرة حرارية و٢٩ غراماً من السكر لكل حصة".

يمكنك الاستمتاع بها، ولكن اختر النسخة غير المحلاة وتناول كميات أصغر بدلاً من الأكواب الكبيرة.

هضم وامتصاص النشويات والسكريات في الجسم.

وعند تحميلص هذه الخضراوات مع زيوت وسكريات إضافية، يزداد محتواها من السعرات الحرارية، مما يعني أن كمية الخضراوات الجذرية "الصحية" التي تتناولها قد تساهم في زيادة محيط خصرك بدلاً من إنقاصه.

الزيتون

قد لا يكون تناول طبق من الزيتون مناسباً للحمية الغذائية كما تعتقد – نظراً لطريقة معالجته، فقد يكون غنياً بالملح.

تقول سوتر: "يوفر الزيتون دهوناً أحادية غير مشبعة مفيدة للقلب وفيتامين هـ، لكن حصة ٣٠ غراماً منه قد تحتوي على ما يصل إلى ١,٢ غرام من الملح، ويجب ألا يتجاوز الحد الأقصى لاستهلاكنا اليومي من الملح ٦ غرامات".

يساعد شطف الزيتون لإزالة بعض المحلول الملحي الزائد على تقليل نسبة الملح.

وبشكل عام، انتبه لحجم الحصة: لا تتناول أكثر من ٥ إلى ١٠ حبات زيتون في الحصة الواحدة.

فواكه مجففة

الفواكه المجففة غنية بالعناصر الغذائية، فهي توفر الفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة، ولكنها قد تكون أيضاً مصدراً مركزاً للسكر، ما قد يضر بالأسنان.

وتنصح سوتر بالالتزام بكميات محددة، ومحاولة عدم تجاوز ٣٠ غراماً، أي ما يعادل ملعقة طعام ممثلة تقريباً.

اكتشاف جديد قد يحمل سرّ علاج الإمساك والإسهال



توصل علماء جامعة نورث وسترن إلى اكتشاف

جزيئي جديد يشرح كيفية تنظيم السوائل في الأمعاء، الأمر الذي قد يفتح الطريق لتطوير علاجات أكثر

فعالية للإمساك والإسهال.

وعلى الرغم من أن الإمساك والإسهال يظهران كحالتين متناقضتين، إلا أنهما يشتركان في سبب أساسي واحد: كمية السوائل التي تصل إلى الأمعاء.

وحتى الآن، لم يفهم العلماء تماماً الآليات التي تحافظ على توازن السوائل في الجهاز الهضمي.

وفي الدراسة الجديدة، ركّز فريق البحث على "بيساكوديل"، أحد أكثر المليينات استخداماً في العالم، واكتشفوا أن تأثيره يعتمد على قناة أيونية تسمى TRPM٤، والتي تعمل كمفتاح رئيسي للتحكم في

تدفق السوائل داخل الأمعاء.

وقال خوان دو، المعد المشارك في الدراسة: "على الرغم من استخدام "بيساكوديل" سريريا لأكثر من ٦٠ عاماً، كان الهدف الجزيئي الدقيق للدواء غير معروف. لقد نجحنا في توضيح آلية عمله على المستوى الذري ووصلنا إلى فهم شامل لتأثيره على الأمعاء".

وأضاف وي لو، من جامعة نورث وسترن: "تثبت نتائجنا دور TRPM٤ كمُنظم مركزي لتوازن السوائل المعوية، وتحدد موقعاً دوائياً جديداً، وتوفر خارطة طريق لتطوير علاجات الجيل القادم لاضطرابات الجهاز الهضمي".

كيف تعمل قناة TRPM٤

تُمكن أهمية قناة TRPM٤ في الخلايا الظهارية التي تبطن جدار الأمعاء وتتحكم في حركة الأملاح والماء.

تخطت فائدتها كخضار ..

نسيج قلب بشري نابض من أوراق لسبانخ

وكالات

نجح فريق من العلماء في تحويل أوراق السبانخ إلى نسيج قلب بشري نابض، بعد أن خطرت لهم الفكرة أثناء استراحة الغداء، بحسب ما نشرته مجلة Time الأميركية نقلاً عن صحيفة " واشنطن بوست".

خلايا السبانخ

حيث سعى باحثون في معهد ورسستر للفنون التطبيقية في ماساتشوستس إلى إيجاد حل لنقص المتبرعين بالأعضاء على نطاق واسع، ونظراً لصعوبة إعادة إنتاج الأوردة، قرر الباحثون استخدام النظام الموجود في ورقة السبانخ، وذلك باستبدال خلايا السبانخ بخلايا قلب بشري.

وقال الباحث غلين غويدت، رئيس مختبر معهد ورسستر للفنون التطبيقية، في مقطع فيديو عن العمل: "إن القدرة على أخذ شيء بسيط مثل ورقة السبانخ، وهي نيتة وفيرة، وتحويلها إلى نسيج قادر على تدفق الدم من خلاله، أمرٌ مثيرٌ للغاية".

الدعائم الهيكلية

نشر الباحثون نتائج الدراسة الأولية في دورية "المواد الحيوية". وذكروا أنه تم استخدام الصابون لإبقاء الدعائم الهيكلية للورقة فقط، واستبدلوا السبانخ بنسيج القلب الذي "استوطن الأسطح الداخلية للأوعية الدموية النباتية". وبعد خمسة أيام، بدأت الخلايا بالنبض.

أمر مذهل

وقال المهندس الحيوي جوشوا غيرشلاك لصحيفة " واشنطن بوست": "لقد كان الأمر مذهلاً حقاً. فجأة ترى الخلايا تتحرك".

حقن الباحثون أوراق السبانخ بخزرات صغيرة بحجم خلايا الدم الحمراء للتأكد من قدرة عروق السبانخ على نقل المواد. وأوضح غيرشلاك أن الباحثين يتطلعون مستقبلاً إلى تحويل السبانخ إلى خلايا قلبية وزرعها على أنسجة القلب المتضررة.



جيميناى 3 سريع لكن يفتقر لمهارة وحيدة لا يملكها سوى البشر



بقله. أما نسختها، فاعتمدت على المفارقة والربع الكامن في المنطق، وعلى استعارات لا يمكن تعليمها بالبيانات وحدها. الذكاء الاصطناعي.. وجبة مجمدة لا أكثر تلخص كاسويل التجربة بتشبيه لافت: "الكتابة بالذكاء الاصطناعي تشبه تسخين وجبة مجمدة. تُنجز المهمة بسرعة، لكنك دائماً تستطيع تمييزها عن وجبة أعدت بعناية". وتؤكد أن الذكاء الاصطناعي ليس عديم الفائدة، فهي تعتمد عليه في وضع المخططات، وتوليد الأفكار، وكتابة الملخصات. لكن المشكلة تبدأ عندما يُسلم له زمام النص بالكامل. المهارة الأهم في عصر الذكاء الاصطناعي مع الانتشار المتسارع للذكاء الاصطناعي، ترى كاسويل أن المهارة الحقيقية لن تكون معرفة كيفية استخدامه، بل معرفة متى يجب تجنبه. فالذكاء الاصطناعي قد يساعدك على العمل أسرع، لكنه لا يزال عاجزاً عن تحديد ما يستحق أن يُقال، أو كيف يجب أن يُقال.

والأنماط، بينما تُعرّف الكتابة الجيدة غالباً بقدرة الكاتب على كسر تلك القواعد بوعي لتحقيق أثر فني أو عاطفي. وتضيف: "المشكلة ليست في نقص الذكاء، بل في غياب المسؤولية". فالكاتب يشعر بنقل الكلمة، وبمخاطر سوء الفهم أو الملل، أما الذكاء الاصطناعي فلا يشعر بشيء. ونتيجة لذلك، يميل إلى اختيار الصيغة الآمنة، ويتنبأ بما قد يقوله كاتب نمطي، لا بما يريد الكاتب الحقيقي قوله فعلاً. تجربة أدبية تكشف الفارق لاختبار ذلك عملياً، طلبت كاسويل من الذكاء الاصطناعي كتابة مشهد من رواية خيال علمي، يكتشف فيه فني أن الذكاء الاصطناعي في سفينة فضائية يرسل تقارير مزيفة إلى الأرض مستخدماً صوته. والنتيجة؟ "جيميني كتب ملخصاً للحبكة، بينما كتبتُ أنا المشهد". نسخة الذكاء الاصطناعي، كما تقول، كانت صحيحة وظيفياً، لكنها باردة، تشبه تقرير شرطة: تُخبرك بما حدث، لكنها لا تُشعرك

يفشل في فهم ما تسميه كاسويل "القرارات غير المرئية". تلك الاختيارات الدقيقة التي يتخذها الكاتب البشري في كل سطر: ماذا يقول، وماذا يتجاهل، وأين يتوقف. الإفراط في الشرح ونزع روح النص عند مقارنة مسوداتها الأصلية بنسخ الذكاء الاصطناعي، لاحظت كاسويل فجوتين واضحتين: أولاً: مشكلة الإغفال.. فالذكاء الاصطناعي، بدافع المساعدة، يميل إلى الشرح الزائد وملء الفراغات، بينما يعرف الكاتب البشري متى يتوقف، ومتى يترك مساحة للقارئ. ثانياً: فجوة الأسلوب.. إذ يميل الذكاء الاصطناعي افتراضياً إلى نبرة مهذبة أو رسمية أكثر من اللازم. تقول كاسويل: "إنه ينغم الجمل إلى درجة تُفقد جوهراً، أسمى هذا نزع روح النص". الكتابة العظيمة تكسر القواعد.. والذكاء الاصطناعي لا يجرؤ تشير كاسويل إلى نقطة أكثر جوهرية، وهي أن الذكاء الاصطناعي مُدرَّب على القواعد

وكالات يلاحظ كثير من المستخدمين أن أدوات الذكاء الاصطناعي، رغم تطورها وتسارع قدراتها، لا تنجح في التماهي الكامل مع أسلوبهم الشخصي، حتى بعد تدريبها المكثف. والسبب، كما تكشف تجربة صحافية أمريكية، أعرق مما يبدو. لعدة أشهر، حاولت أماندا كاسويل، الصحافية في موقع "تومس غايد"، دفع روبوتات الدردشة المدعومة بالذكاء الاصطناعي إلى القيام بمهمة بدت بسيطة: أن تكتب بأسلوبها. تقول كاسويل إنها غدت النماذج بمئات المقالات والرسائل النصية والبريد الإلكتروني الخاصة بها، وصححت النبرة، وعدّلت الصياغة، وطلبت صراحة محاكاة صوتها الكتابي. لكن النتيجة، كما تصفها، كانت دائماً واحدة: "النص جيد تقنياً، الجمل واضحة ومنقّنة، لكن الإيقاع خاطئ، والمشاعر غائبة. الكتابة مصقولة، لكنها بلا روح". ورغم أن نماذج مثل Gemini 3 تظهر سرعة لافتة في الأداء، فإنها لا تزال تتعثر عند أدق الفروق الأسلوبية: الفرق بين النقة والبرود، بين الود والسخرية، وبين البساطة والتكلف. محاكاة الشكل.. لا القرارات الخفية توضح كاسويل أنها اختبرت ٥ من أشهر برامج الدردشة الآلية، لا لتسليمها مهمة الكتابة بالكامل، بل لمساعدتها في الأعمال اليومية السريعة: صياغة بريد إلكتروني بنبرتها، أو تحويل نقاط إلى رسالة Slack تبدو وكأنها صادرة عنها فعلاً. وتقول: "إذا سبق لك أن طلبت من الذكاء الاصطناعي إعادة صياغة رسالة أو تقليد أسلوبك، غالباً شعرت بذلك التباين الغريب، حتى لو لم تستطع تسميته". وهنا، تحديداً، تكمن المفارقة. فالذكاء الاصطناعي بارع في محاكاة طول الجمل، والمفردات، وحتى الإيقاع العام، لكنه

شركة 1X تطلق نموذجاً ذكياً يمنح الروبوت البشري قدرة الفهم والملاحظة



وكالات أعلنت شركة ١X، المطورة للروبوت البشري Neo، عن إطلاق نموذج ذكاء اصطناعي جديد أطلقت عليه اسم ١X World Model، تقول إنه قادر على فهم ديناميكيات العالم الحقيقي، ومساعدة الروبوتات على تعلم مهارات جديدة اعتماداً على ما تراه بنفسها. ويعتمد النموذج الجديد، المبني على الفيزياء، على دمج مقاطع الفيديو مع الأوامر النصية (Prompts)، ما يتيح لروبوتات Neo اكتساب قدرات لم تكن مدربة عليها مسبقاً. ووفق الشركة، يمكن للفيديو أن يزود الروبوت بسياق بصري يسمح له بفهم مهام جديدة والتكيف معها، بحسب تقرير نشره موقع "تك كرانش" وأطلعت عليه "العربية Business". ويأتي هذا الإعلان في وقت تستعد فيه "١X" لإدخال روبوتاتها البشرية إلى المنازل. فقد فتحت الشركة باب الطلب المسبق في أكتوبر الماضي، مع خطط لبدء الشحن خلال العام الجاري. ورغم أن الشركة لم تكشف عن جدول زمني دقيق أو أرقام الطلبات، فإنها أكدت أن الإقبال فاق التوقعات. وقال بيرنت بورنيك، المؤسس والرئيس التنفيذي لشركة ١X، إن الشركة أضحت سنوات في تطوير نموذج العالم وتصميم Neo ليكون أقرب ما يكون إلى الإنسان، مضيفاً أن الروبوت أصبح قادراً على

التعلم من كميات هائلة من مقاطع الفيديو المتاحة على الإنترنت، وتطبيق هذه المعرفة مباشرة في العالم الفيزيائي. وأشار إلى أن القدرة على تحويل أي أمر إلى سلوك جديد تمثل نقطة انطلاق نحو جعل Neo قادراً على تعليم نفسه مهارات شبيهة غير محدودة. ورغم هذه التصريحات الطموحة، توضح الشركة أن الأمر لا يعني أن الروبوت يمكنه تنفيذ أي مهمة فوراً بمجرد الطلب، مثل قيادة سيارة أو ركنها ذاتياً. فألية التعلم أكثر تعقيداً، حيث تجمع الروبوتات بيانات الفيديو المرتبطة بالأوامر، ثم تُرسل هذه البيانات إلى نموذج العالم، ليُعاد دمجها لاحقاً ضمن شبكة الروبوتات، ما يعزز فهمها للبيئة المادية وطريقة التفاعل معها. وتكمن إحدى المزايا المهمة في أن النموذج يوفر للمستخدمين تصوراً أوضح لكيفية تفكير روبوت Neo عند الاستجابة للأوامر المختلفة. وترى "١X" أن هذا النوع من الفهم السلوكي سيساعدها مستقبلاً على تدريب الروبوتات للوصول إلى مرحلة يمكنها فيها التفاعل مع مهام لم تتفهمها من قبل، اعتماداً على الاستنتاج والتعلم الذاتي. ومع تسارع تطوير الروبوتات البشرية المدعومة بالذكاء الاصطناعي، تضع "١X" نفسها ضمن سياق تقني يسعى إلى جعل الروبوتات أكثر فهماً للعالم الحقيقي، وأقرب في سلوكها وتعلمها إلى الإنسان.

الأطباء يرحبون بالذكاء الاصطناعي في الطب.. لكن ليس كطبيب دردشة

وكالات يرى عدد متزايد من الأطباء أن للذكاء الاصطناعي دوراً مهماً في مستقبل الرعاية الصحية، لكنهم في الوقت نفسه يحذرون من الاعتماد عليه كمصدر مباشر للنصيحة الطبية عبر روبوتات الدردشة. الدكتور سينا باري، جراح ممارس وقائد في مجال الذكاء الاصطناعي الصحي بشركة Merit، يروي تجربة شخصية تكشف حجم المشكلة. فقد جاءه أحد المرضى وهو يحمل حوارة مطبوعاً من شات جي بي تي، يدعي أن دواءً مقترحاً يحمل خطر الإصابة بالانسداد الرئوي بنسبة ٤٥٪. وبعد التدقيق، تبين أن هذه النسبة مأخوذة من دراسة تخص فئة محدودة من مرضى السل، ولا تنطبق على حالة المريض، بحسب تقرير نشره موقع "تك كرانش" وأطلعت عليه "العربية Business". ورغم ذلك، لم يستقبل باري إعلان "OpenAI" عن إطلاق ChatGPT Health بقلق، بل بحماس حذر. وقال إن هذه الخطوة تنظم واقعاً قائماً بالفعل، خاصة أنها توفر بيئة أكثر خصوصية، حيث لا تُستخدم بيانات المستخدمين في تدريب النموذج. ومن المقرر أن يتّيح ChatGPT Health، الذي سيُطرح خلال أسابيع، للمستخدمين تحميل سجلاتهم الطبية وربطها بتطبيقات مثل Apple Health و MyFitnessPal للحصول على إرشادات أكثر تخصيصاً. غير أن هذه المزايا تثير مخاوف جدية بشأن الخصوصية، لا سيما مع انتقال بيانات صحية من جهات خاضعة لقانون HIPAA إلى شركات تقنية لا تخضع له.

وكالات وتشير تقييمات متخصصة إلى أن بعض نماذج «OpenAI» أكثر عرضة للأخطاء من نماذج منافسة. ومع هذا، ترى شركات التقنية أن الذكاء الاصطناعي قادر على معالجة اختناقات خطيرة في أنظمة الرعاية الصحية. الدكتور نيكام شاه، أستاذ الطب في جامعة ستانفورد وكبير علماء البيانات في Stanford Health Care، يرى أن أزمة الوصول إلى الأطباء أخطر من خطر النصائح الخاطئة. ويشير إلى أن انتظار موعد مع طبيب رعاية أولية قد يستغرق من ثلاثة إلى ستة أشهر، متسائلاً: «هل تنتظر نصف عام، أم تتحدث إلى أداة ليست طبيباً لكنها قد تساعد جزئياً؟». لكن شاه يؤمن بأن المدخل الأذكي للذكاء الاصطناعي هو من جانب مقدمي الرعاية، لا المرضى. فالأعمال الإدارية تستهلك نحو نصف وقت أطباء الرعاية الأولية، ما يقلل عدد المرضى الذين يمكنهم استقبالهم. وإذا جرى أتمتة هذه المهام، فقد يتحسن الوصول إلى الرعاية بشكل ملموس. وفي هذا السياق، تقود جامعة ستانفورد تطوير نظام ChatEHR، وهو أداة مدمجة في السجلات الطبية الإلكترونية، تساعد الأطباء على التفاعل مع بيانات المرضى بسرعة وكفاءة أكبر، بدل إضاعة الوقت في البحث داخل ملفات معقدة. الاتجاه نفسه تسلكه شركة أنثروبيك، التي أعلنت عن حلول ذكاء اصطناعي موجهة للأطباء وشركات التأمين، لتقليل الوقت الضائع في إجراءات روتينية مثل طلبات الموافقات المسبقة، ما قد يوفر عشرات الدقائق في كل حالة.

وكالات ومع تزايد تقاطع الذكاء الاصطناعي مع الطب، يبقى التوتر قائماً بين منطق الرعاية الصحية ومنطق الشركات التقنية. فبينما يركز الأطباء على حماية المرضى، تظل شركات التكنولوجيا خاضعة في النهاية لمصالح المساهمين. ويختم الدكتور باري بالقول: «هذا التوتر ضروري. المرضى يعتمدون علينا لتكون حذرين ومتشككين، لأن ذلك هو خط الدفاع الأول عن سلامتهم».

بعد رسائل مشبوهة على إنستغرام.. خطوات هامة لحماية حسابك



تصيد احتيالي لسرقة بيانات الدخول. بدلاً من ذلك، يُنصح بتغيير كلمة المرور مباشرة عبر التطبيق: -افتح تطبيق إنستغرام وانتقل إلى الإعدادات والنشاط من خلال الثلاثة خطوط أعلى الشاشة. -اختر مركز الحسابات ثم كلمة المرور والأمان. -اضغط على تغيير كلمة المرور وحدد الحساب المناسب إذا كان لديك أكثر من حساب.

وكالات - تسببت رسائل غير متوقعة لإعادة تعيين كلمات المرور على منصة إنستغرام خلال عطلة نهاية الأسبوع في حالة من القلق بين المستخدمين، وسط مخاوف من احتمال تعرض حساباتهم ومعلوماتهم الشخصية للاختراق. ووفقاً لشركة Malwarebytes، فقد تأثر بما يصل إلى ١٧,٥ مليون مستخدم بهذه الرسائل.

وكالات وتداول المستخدمون على نطاق واسع عبر وسائل التواصل الاجتماعي تساؤلات حول ما إذا كانت حساباتهم قد تم اختراقها، في حين أكدت إنستغرام لاحقاً أن أنظمتها لم تخترق وأن الحسابات آمنة تماماً، موضحة أن سبب الرسائل كان نتيجة قيام جهة خارجية بطلب إعادة تعيين كلمات المرور، دون الوصول إلى أي من أنظمة الشركة، وفقاً لموقع "توماس جايد".

وكالات - قد تطرح شركة غوغل هاتف Pixel ١٠a الاقتصادي في الأسواق أكبر بكثير مما كان متوقعاً، حيث تخطط الشركة لإطلاقه في فبراير، مع توفر لون جديد هو "Berry". ووفقاً لتسريبات جديدة، ستوفر "غوغل" هاتف Pixel ١٠a في المتاجر بحلول "منتصف فبراير"، مما يشير إلى تاريخ إطلاق تقريباً في ذلك الوقت وربما قبل ذلك.

وكالات وسيكون موعد الإطلاق هذا أكبر بكثير مما كان متوقعاً سابقاً ومن تاريخ إطلاق الجيل السابق من الهاتف وهو ما يعد أمراً مفاجئاً، بحسب تقرير لموقع "٤to Google" المتخصص في أخبار التكنولوجيا، أطلعت عليه "العربية Business".

وكالات في العام الماضي، أعلنت "غوغل" عن هاتف Pixel ٩a في منتصف مارس، وكان من المقرر إطلاقه في أبريل.

تصيد احتيالي لسرقة بيانات الدخول. بدلاً من ذلك، يُنصح بتغيير كلمة المرور مباشرة عبر التطبيق: -افتح تطبيق إنستغرام وانتقل إلى الإعدادات والنشاط من خلال الثلاثة خطوط أعلى الشاشة. -اختر مركز الحسابات ثم كلمة المرور والأمان. -اضغط على تغيير كلمة المرور وحدد الحساب المناسب إذا كان لديك أكثر من حساب.

غوغل قد تطلق هاتف 10a Pixel الاقتصادي في موعد أقرب من المتوقع

وكالات - قد تطرح شركة غوغل هاتف Pixel ١٠a الاقتصادي في الأسواق أكبر بكثير مما كان متوقعاً، حيث تخطط الشركة لإطلاقه في فبراير، مع توفر لون جديد هو "Berry". ووفقاً لتسريبات جديدة، ستوفر "غوغل" هاتف Pixel ١٠a في المتاجر بحلول "منتصف فبراير"، مما يشير إلى تاريخ إطلاق تقريباً في ذلك الوقت وربما قبل ذلك.

وكالات وسيكون موعد الإطلاق هذا أكبر بكثير مما كان متوقعاً سابقاً ومن تاريخ إطلاق الجيل السابق من الهاتف وهو ما يعد أمراً مفاجئاً، بحسب تقرير لموقع "٤to Google" المتخصص في أخبار التكنولوجيا، أطلعت عليه "العربية Business". في العام الماضي، أعلنت "غوغل" عن هاتف Pixel ٩a في منتصف مارس، وكان من المقرر إطلاقه في أبريل.

وكالات - تسببت رسائل غير متوقعة لإعادة تعيين كلمات المرور على منصة إنستغرام خلال عطلة نهاية الأسبوع في حالة من القلق بين المستخدمين، وسط مخاوف من احتمال تعرض حساباتهم ومعلوماتهم الشخصية للاختراق. ووفقاً لشركة Malwarebytes، فقد تأثر بما يصل إلى ١٧,٥ مليون مستخدم بهذه الرسائل.

وكالات وتداول المستخدمون على نطاق واسع عبر وسائل التواصل الاجتماعي تساؤلات حول ما إذا كانت حساباتهم قد تم اختراقها، في حين أكدت إنستغرام لاحقاً أن أنظمتها لم تخترق وأن الحسابات آمنة تماماً، موضحة أن سبب الرسائل كان نتيجة قيام جهة خارجية بطلب إعادة تعيين كلمات المرور، دون الوصول إلى أي من أنظمة الشركة، وفقاً لموقع "توماس جايد".

تسرع التئام الجروح وتقوي المناعة .. فوائد تناول فيتاميني «سي» و«د» معاً



المصادر الغذائية لفيتاميني «سي» و«د» يمكن رفع مستويات فيتاميني «سي» و«د» عبر النظام الغذائي أو من خلال المكملات الغذائية.

لزيادة فيتامين «سي»، يُنصح بتناول مزيد من الفواكه والخضراوات الحمضية، فمثلاً،

يحتوي نصف كوب من القفل الأحمر النثي، أو ٣ أرباع كوب من عصير البرتقال، نحو ١٠٠ ملليغرام من فيتامين «سي».

ويحتاج البالغون الأصحاء عادة إلى ما بين ٧٥ و١٢٠ مليغراماً من فيتامين «سي» يومياً، وفق الجنس والحمل أو الرضاعة، بينما

يحتاج المدخنون إلى كمية إضافية يومية. أما

فيتامين «د» فيتكوّن في الجسم عند تعرّض الجلد لأشعة الشمس فوق البنفسجية، كما يوجد في أطعمة مثل السلمون والتوتة وزيت

كبد السمك. ويحتاج البالغون الأصحاء إلى ما بين ١٥ و٢٠ ميكروغراماً (أي ما بين ٦٠٠ و٨٠٠ وحدة دولية) يومياً، تبعاً للعمر.

ويُصح دائماً بمناقشة تناول هذه

الفيتامينات أو أي مكملات غذائية أخرى مع مقدم الرعاية الصحية؛ لضمان السلامة

وأظهرت دراسة صغيرة أن تناول هذين الفيتامينين، إلى جانب الكُركم، ساعد في تقليل المشكلات الهضمية، إلا إن إدراج الكركم في التجربة يجعل من الصعب تحديد مقدار الفائدة العائد إلى كل من فيتامين «سي» أو «د» على حدة.

٥- نتائج أفضل لدى بعض مرضى السرطان

تشير أبحاث إلى أن الأشخاص المصابين بنوع محدد من سرطان نخاع العظم، المعروف بـ«ابيضاض الدم النخاعي الحاد»، قد يتمتعون بفرص بقاء أفضل عند تناول فيتاميني «سي» و«د».

كما قد يسهم الجمع بينهما في تقليل الآثار الجانبية الخطيرة لعلاجات السرطان، مثل

التهّز والالتهابات والعدوى. ومع ذلك، لا تزال الأدلة العلمية بشأن

تأثير فيتاميني «سي» و«د» على السرطان متباينة، وتبقى الحاجة قائمة إلى مزيد

من الدراسات، مع التأكيد على ضرورة

استشارة الطبيب المختص قبل استخدام

أي مكملات غذائية.

ويسهم تناولهما معاً في زيادة الكتلة العظمية من خلال رفع مستويات بروتين يُعرف باسم «الأوستيوكالسين» داخل العظام؛ مما يقلّل احتمال الإصابة بالكسور. ويُعتقد أن للفيتامينين تأثيراً تآزرياً يدعم صحة العظام بشكل أفضل عند الجمع بينهما.

٣- تسريع التئام الجروح

يلعب فيتامينا «سي» و«د» دوراً أساسياً في عملية التئام الجروح. وبسبب اختلاف أدوارهما في هذه العملية؛ فإن تناولهما معاً قد يساعد الجلد على الشفاء بشكل أعلى

كفاءة. يساعد فيتامين «د» الجلد على مقاومة

العدوى ويدعم عملية الالتئام، في حين يعمل فيتامين «سي» مضاداً قوياً للأكسدة،

ويخفّف الالتهاب، ويساعد الجسم على إنتاج الكولاجين، وهو البروتين الضروري

لتكوين الجلد الجديد.

٤- تحسين صحة الجهاز الهضمي

قد يسهم تناول فيتاميني «سي» و«د» في تحسين صحة الأمعاء ومنع دخول

البكتيريا الضارة إلى الجهاز الهضمي.

وكالات

فيتامينا «سي» و«د» من أكثر المكملات الغذائية استخداماً لدعم جهاز المناعة والحفاظ على الصحة العامة، إلا إن فوائدهما تتجاوز الوقاية من نزلات البرد.

فالدراسات تشير إلى دورهما المشترك في تقوية العظام، وتسريع التئام الجروح، وتحسين صحة الجهاز الهضمي، وحتى دعم الجسم في مواجهة بعض الأمراض المزمنة.

ويسلط تقرير من موقع «فيريويل هيلث» الضوء على أبرز الفوائد الصحية لتناول فيتاميني «سي» و«د» معاً، وأهم مصادرها الغذائية والجرعات الموصى بها.

١- دعم جهاز المناعة

يُعَدُّ فيتامينا «سي» و«د» ضروريين لصحة جهاز المناعة؛ إذ إن انخفاض مستويات أيّ منهما يزيد من قابلية الإصابة بالأمراض.

ويعمل الفيتامينان بآليات مختلفة؛ لكنها متكاملة لتعزيز الاستجابة المناعية.

يساعد فيتامين «سي» في مكافحة العدوى الفيروسية والبكتيرية، ويقلّل الاحمرار والتورم (الالتهاب)، كما يسهم في تنظيم عمل خلايا الدم البيضاء المشاركة في الاستجابة المناعية.

أما فيتامين «د» فيقوّي الحواجز الطبيعية في أنسجة الجسم؛ مما يجعل اختراق الجراثيم أشد صعوبة، كما يحذ من تكاثر

الفيروسات، ويخفّف الالتهاب، ويحافظ على توازن جهاز المناعة بحيث لا يهاجم

الخلايا السليمة عن طريق الخطأ.

وقد يساعد تناول فيتاميني «سي» و«د» معاً في الحد من انتقال بعض الفيروسات

والوقاية من المضاعفات المرتبطة بها.

٢- تعزيز صحة العظام

ترتبط المستويات المنخفضة من فيتاميني «سي» و«د» بانخفاض كثافة المعادن في

العظام، وهشاشة العظام، وارتفاع خطر

الكسور.

اكتشاف آلية في الدماغ تجعلنا نماطل في أداء المهام!

وكالات
اكتشف علماء من جامعة كيوتو اليابانية أن سبب انخفاض الدافعية يمكن في شبكة عصبية تقع بين الجسم المخطط البطني والكرة الشاحية، وهما منطقتان في الدماغ مرتبطتان بالمكافأة والمخاطر.

وتعمل هذه الشبكة العصبية بمثابة "مكايح للدافعية". ولاحظ الباحثون أنه عند تثبيط هذه الدائرة لدى قرود المكاك، زاد استعداد الحيوانات لأداء المهام الصعبة أو غير السارة، مع الحفاظ على تقييم المكافآت والعقوبات، ما يشير إلى أن التغيير كان في الميل للعمل نفسه وليس في القدرة على تقدير النتائج. وأوضح عالم الأعصاب كين-إيتشي أميوري أن هذا النظام يعمل كحماية من الإرهاق العاطفي، مما يمنع النشاط المفرط. وأكدت بيرل تشيو، المتخصصة في الطب النفسي الحسابي، على أهمية التمييز بين تثبيط الدافعية والخوف من المخاطر، مشيرة إلى أن اكتشاف هذه الدائرة قد يفتح طرقا جديدة لعلاج الاكتئاب والاضطرابات المرتبطة بنقص الدافعية.

وأشار العلماء إلى أن التأثير على هذه الآلية ممكن من خلال التحفيز العميق للدماغ أو تقنية الموجات فوق الصوتية، مما يبعث الأمل في تطوير أساليب شخصية فعالة لاستعادة المبادرة لدى المرضى. ومع ذلك، يحذر الباحثون من أن إزالة "المكايح" يجب أن تجرى بحذر، مع مراعاة المخاطر المحتملة للنشاط المفرط.

آفاق واعدة للطب
تمتلك هذه النتائج إمكانية تغيير النهج العلاجي في حالات الاكتئاب والحالات الأخرى المرتبطة بنقص الدافعية. غالبا ما تهدف الأساليب الحالية إلى استعادة متعة الحياة أو تقليل القلق، لكن المرضى يواجهون صعوبات في تنفيذ أبسط الأفعال. أما تحديد الشبكة العصبية التي تثبط المبادرة انتقائيا في الظروف غير المريحة، فيفتح الطريق أمام استراتيجيات علاجية جديدة قد تساعد المرضى على استعادة نشاطهم وتحفيزهم.

دراسة تكشف الأسرار النفسية للرجال

وكالات
أجرى فريق من علماء النفس في جامعة أوكلاند النيوزيلندية دراسة تبحث تأثير الذكاء على أنماط سلوك الرجال في العلاقات العاطفية. وتشير مجلة Personality and Individual Differences إلى أن نتائج الدراسة، التي شارك فيها ٢٠٢ رجلا بمتوسط عمر ٢٥ عاما، وكانوا على علاقة عاطفية لمدة ستة أشهر على الأقل، أظهرت أن الرجال ذوي القدرات المعرفية العالية يظهرون ميلا أقل بكثير لإظهار سمات سلوكية سلبية، مثل العدوان اللفظي، والتلاعب، والإكراه على الشريكات. وقد استخدم الباحثون مقياس القدرات المعرفية لتقييم الذكاء العام لدى المشاركين.

وتؤكد النتائج الأهمية البالغة لـ"الذكاء العام"، الذي يشمل القدرات العقلية الأساسية اللازمة للتفكير الفعّال، والتخطيط، وحل المشكلات المعقدة. وأظهرت الدراسة أن كلما ارتفع معدل ذكاء الرجل، قل احتمال استخدامه العدوان اللفظي، والإكراه، والأساليب المدمرة في العلاقات. كما أظهر المشاركون ذوو الذكاء الأعلى مستويات أقل من سمات الاعتلال النفسي (Psychopathy) ومشكلات ضعف الانتصاب.

ولفت الباحثون إلى أن الارتباط الأقوى كان مع نوع محدد من المهام، مثل تسلسل الحروف والأرقام، التي تقيس ما يُعرف بـ الذكاء السائل، أي القدرة على التفكير السريع، والتكيف مع التحديات الجديدة، وتحديد الأنماط، والتحكم في ردود الفعل الاندفاعية. ويعتقد الباحثون أن هذه المهارة المعرفية قد تكون أساسية في ضبط السلوك العاطفي.

ويؤكد العلماء على الطبيعة الاستكشافية للدراسة، وحثوا على توخي الحذر في تفسير النتائج، مشيرين إلى أن الدراسة تظهر وجود صلة بين الذكاء والسلوك، لكنها لا تثبت أن ارتفاع معدل الذكاء يؤدي مباشرة إلى انخفاض السلوك العدواني.

وأضافوا أن البيانات تعتمد على صدق المشاركين، الذين قد يبالغون أحيانا في وصف سلوكهم بوعي أو من دون وعي. فالذكاء يُعد عاملا واحدا فقط من بين عوامل عديدة تؤثر على جودة العلاقة العاطفية.

قضم الأظافر من منظور نفسي: عادة أم آلية لحماية الذات؟



وكالات
لنفسك المأعبر شدّ الشعر، تشعر براحة فورية بعد ذلك، وكأنك تحفّز إفراز الإندورفين الطبيعي في جسمك».

ومع ذلك، شدّد على أنه لا ينبغي للجوء إلى هذه السلوكيات فقط من أجل الشعور بالراحة السريعة، بل ينبغي فهمها أيضا بوصفها وسيلة دفاعية لحماية النفس.

وقال: «الدماغ آلة مصممة للبقاء؛ فهو ليس مبرمجاً لتحقيق أقصى درجات السعادة أو الرفاهية، بل للحفاظ على حياتنا»، مضيفا: «إنه يحتاج إلى العيش في عالم يمكن التنبؤ به، ولا يحب المفاجآت، ولا يرغب في أن تفاجأ». وتعمل هذه الآلية الوقائية وفق مبدأ أساسي مفاده بأن الدماغ يُفضّل التعامل مع تهديد معروف، ويمكن السيطرة عليه، بدلا من مواجهة احتمال تهديد مجهول، وخارج عن السيطرة.

وتستند الأسس العلمية لهذه النظرية إلى طريقة تطور الدماغ البشري، الذي كان يركّز في المقام الأول على البقاء لا على تحقيق السعادة. فالدماغ مُبرمج فطريا على رصد الخطر في كل مكان، وهو ما ساعد الجنس البشري على الاستمرار. إلا أن ذلك يعني اليوم أننا أصبحنا أكثر حساسية لأي أذى محتمل، سواء كان جسدياً أو نفسياً.

وفي كثير من الحالات، قد يكون الأشخاص الذين يمارسون عادات مثل قضم الأظافر قد بدأوا بها في مرحلة مبكرة نتيجة الشعور بالقلق، قبل أن تتحول مع الوقت إلى سلوك مكتسب ومتكرر، بحسب ما أشار إليه الدكتور هيريوت-ميتلاند.

ورغم توافر نصائح عملية للتقليل من قضم الأظافر، مثل استخدام مستحضرات مخصّصة، أكد هيريوت-ميتلاند أنه لا توجد حلول سريعة، أو فورية.

وبدلاً من ذلك، شدّد على ضرورة فهم الوظيفة النفسية لهذه السلوكيات، والمخاوف الكامنة خلفها، عوضاً عن الاكتفاء بمحاولة التخلص منها دون معالجة جذورها.

7 أنواع من الحساء الصحي لا ترفع سكر الدم .. ما هي؟



الارتفاع السريع في سكر الدم الناتج عن الكربوهيدرات وحدها، بحسب خبراء التغذية.

٤- شوربة المينيستروني: قد تتحول المينيستروني إلى "شوربة معكرونة" إذا لم تُحضّر بحذر. لكن عند جعل الفاصولياء العنصر النشوي الأساسي، تصبح أكثر ملائمة لسكر الدم، خاصة عند استخدام مرق الطماطم والخضروات المتنوعة.

٥- شوربة الشعير مع الفطر: يحتوي الشعير على ألياف "بيتا غلوكان" القابلة للذوبان، المعروفة بدورها في إبطاء امتصاص الكربوهيدرات وخفض الارتفاع المفاجئ لسكر الدم. ويوصي الخبراء بالاكتفاء بكميات معتدلة من الشعير في كل وجبة.

٦- شوربات الخضروات الكريمة مع بروتين

قد ترفع الشوربات المهروسة المصنوعة من القرع أو الجزر سكر الدم إذا افقرت إلى البروتين. لكن إضافة العدس أو الفاصولياء البيضاء أو الزبادي الطبيعي يحسّن توازنها الغذائي ويحد من تأثيرها على الغلوكوز.

٧- شوربة الميسو مع التوفو والخضروات تتميز شوربة الميسو بانخفاض محتواها من الكربوهيدرات، فيما يضيف التوفو بروتيناً نباتياً لا يسبب تقلبات حادة في السكر. كما تسهم الخضروات البحرية والورقية في تعزيز القيمة الغذائية دون عبء سكري.

والخلاصة أن التحكم بسكر الدم لا يعني التخلي عن الأطعمة الدافئة والمريحة. فاختيار الحساء الغني بالبروتين والألياف، مع تقليل النشويات السريعة، يسمح بوجبات مشبعة ومستقرة التأثير على الغلوكوز، وفق توصيات خبراء التغذية.

وكالات
يبحث مرضى السكري أو من يعانون اضطراباً في سكر

الدم عن أطعمة دافئة ومشبعة لا تؤدي إلى ارتفاع حاد في مستوى الغلوكوز بعد الوجبات. ويُعد الحساء خياراً

مغالياً في كثير من الأحيان، شرط أن يُحضّر بمكونات مدروسة تجمع بين البروتين والألياف والكربوهيدرات بطيئة الامتصاص.

وبحسب تقرير نشره موقع VerywellHealth الصحي، فإن الحساء "الصديق لسكر الدم" يعتمد أساساً

على الخضروات غير النشوية، ومصدر واضح للبروتين، مع كميات معتدلة من البقوليات أو الحبوب الكاملة بدل

المعكرونة أو البطاطس.

١- شوربة العدس بالخضروات تُعد شوربة العدس من أكثر الخيارات أماناً لسكر الدم، لاحتوائها على نسبة مرتفعة من الألياف والبروتين، ما يبطل امتصاص الغلوكوز. وأظهرت دراسة عشوائية أن شوربات العدس تؤدي إلى استجابة سكر أقل بعد الوجبة مقارنة بالشوربات عالية المؤشر السكري.

٢- شوربة الفاصولياء تجمع الفاصولياء بين الألياف والبروتين النباتي، ما يساع على استقرار مستويات السكر والشعور بالشبع لفترة أطول. وتشير أبحاث غذائية إلى أن استبدال النشويات المكررة بالبقوليات يحسّن التحكم بسكر الدم على المدى المتوسط.

٣- شوربة الدجاج بالخضروات يمكن لشوربة الدجاج الكلاسيكية أن تكون خياراً صحياً إذا غلبت عليها الخضروات والبروتين، مع تقليل الأرز

أو المعكرونة. فوجود البروتين والألياف معاً يقلل من

علماء يبتكرون حبوباً ذكية لتتبع الأدوية في الجسم



تحتوي على إلكترونيات متطورة تعمل وفق تسلسل دقيق.

وعند ابتلاعها، تبقى الكبسولة صامتة إلكترونياً، مخفية تحت طبقة خاصة مصنوعة من السيليولوز

وجزيئات معدنية تحجب إشارات الراديو.

وأثناء مرور الكبسولة عبر الجهاز الهضمي، يبدأ حمض المعدة بإذابة هذه الطبقة الواقية. وبمجرد

اختفاء الطبقة – عادة في غضون ساعات – "يستيقظ"

الجهاز ويبدأ في إرسال إشارات راديو بتردد ٩١٥

ميگاهرتز.

ويمكن لأجهزة القراءة الخارجية اكتشاف هذه

الإشارات، ما يؤكد ابتلاع الدواء بالفعل. وتتكون

الإلكترونيات نفسها من هوائي زنك ومكونات أخرى

قابلة للتحلل الحيوي.

وخلال ٧ أيام، أظهرت الاختبارات التي أُجريت في

كل من بيئة معديّة محاكاة وظروف معديّة حقيقية،

وكالات

ابتكر باحثون في معهد ماساتشوستس للتكنولوجيا كبسولات إلكترونية (تسمّى أجهزة أو كبسولة سفاري) تُؤكّد لاسلكياً ابتلاع الأدوية، ثم تذوب في

المعدة خلال أسبوع.

وعلى عكس أجهزة المراقبة الإلكترونية الحالية، لا

ترك هذه الحبوب القابلة للتحلل الحيوي أي مكونات

دائمة في الجسم قد تتراكم مع مرور الوقت.

وأظهرت التجارب التي أُجريت على الحيوانات

(الخنزير) أن هذه الأجهزة ترسل إشارات لاسلكية

موثوقة بعد ابتلاعها، وتذوب بأمان دون التسبب في

تراكم مواد كيميائية ضارة.

وبحسب "ستادي فايندر"، لا يزال أمام هذه الحبوب

الذكية سنوات قبل أن تصبح متاحة للمرضى، حيث

تحتاج هذه التقنية إلى تجارب سريرية واسعة

النطاق على البشر، وإلى موافقة الجهات التنظيمية،

قبل أن تساعد الأطباء في مراقبة التزام المرضى

بتناول أدويةهم الموصوفة.

كيف تعمل حبوب سفاري؟

تستخدم الكبسولات القابلة للتحلل الحيوي، تقنية

تحديد الهوية بترددات الراديو لإرسال إشارة عند

ابتلاعها، وهي مصممة لتجنب ترك أي مواد غريبة

دائمة.

وتشبه كبسولة سفاري حبة دواء عادية، لكنها

تطبيقات ذكية تساعد الطلاب في تنظيم الوقت والدراسة.. تعرف عليها



يعتمدون على الحفظ والمراجعة، فإن تطبيق "كوبزلت" يعد من الأدوات التعليمية الفعالة، فهو يتيح إنشاء بطاقات تعليمية (Flashcards) تساعد على حفظ المصطلحات والمعلومات، كما يوفر اختبارات وألعاب تعليمية تعزز الفهم والتذكر. ويستخدم هذا التطبيق بشكل واسع في تعلم اللغات والمواد النظرية. يمكن القول إن تطبيقات تنظيم الوقت والدراسة أصبحت أدوات لا غنى عنها في حياة الطلبة. فهي لا تساعد فقط على تنظيم المهام والمواعيد، بل تساهم أيضاً في تحسين التركيز، وتقليل التوتر وزيادة الإنتاجية. ومع حسن اختيار التطبيق المناسب والالتزام باستخدامه، يستطيع الطالب تحقيق توازن أفضل بين الدراسة والحياة اليومية، والوصول إلى نتائج أكاديمية أفضل.

هواتف قابلة للطّي تعيد ميزة محبة استغنى عنها Galaxy Z Fold 7



وقد عُرض Razr Fold لأول مرة في معرض الإلكترونيات الاستهلاكية في وقت سابق من هذا الشهر، ويُعدّ دعم القلم الضوئي إحدى أبرز ميزاته. ويعود ذلك في جزء كبير منه إلى أنه في الولايات المتحدة، لا يوجد حالياً أي هاتف قابل للطّي آخر بتصميم كتابي يدعم القلم. ولم تُبدِ شركة غوغل أي اهتمام بإضافة دعم القلم الضوئي إلى سلسلة هواتفها القابلة للطّي Pixel Fold. إلى جانب موتورولا، يُقال إن "أوبو" الصينية تعمل الآن على دمج "دعم قلم مدعوم بالذكاء الاصطناعي" في هاتفها القابل للطّي Find N6. ولا يُعتبر دعم القلم جديداً على هواتف أوبو القابلة للطّي، إذ كان هناك دعم محدود في كل جهاز من سلسلة Find N منذ Find N7. لكن القلم نفسه كان طرحه محدوداً في بعض المناطق فقط، فضلاً عن أن هاتف Oppo Find N6 بالكاد وصل إلى الأسواق العالمية. يدعم هاتف OnePlus Open تقنياً أيضاً قلم أوبو، لكن ون لم يسر له تطرح قلمًا مخصصًا له للبيع. تقدم أيضاً شركة هونر قلمًا لهواتفها القابلة للطّي، لكنها لا تُروجه بشكل مكثف. ورغم أن "سامسونج" قد أوقفت دعم القلم في هواتفها القابلة للطّي، فمن الواضح أن شركات أخرى تسارع لسد هذه الفجوة، ويبدو أن عام ٢٠٢٦ سيخطي خيارات واسعة من الهواتف القابلة للطّي بتصميم الكتاب التي تدعم القلم.

أداة ممتازة لتنظيم المشاريع الدراسية، خاصة تلك التي تتطلب العمل الجماعي، فهو يعتمد على نظام اللوحات والبطاقات، حيث يمكن تقسيم المشروع إلى مراحل واضحة، وتحديد المهام لكل عضو في الفريق. ويساعد هذا التطبيق على تحسين التعاون بين الطلبة، وتنظيم العمل بطريقة مرئية وسهلة الفهم، مما يقلل من الفوضى ويزيد من الإنتاجية. يوفر نوت (Evernote): وفي مجال تدوين الملاحظات، يبرز تطبيق "إيفرنوت" خيار شائع بين الطلبة، فهذا التطبيق يتيح كتابة الملاحظات النصية وإضافة الصور وتسجيل الصوت وتنظيم كل ذلك في دفاتر إلكترونية. ومن أهم مميزاته إمكانية البحث السريع داخل الملاحظات، مما يوفر الوقت عند مراجعة الدروس، خاصة قبل الامتحانات. كوبزلت (Quizlet): أما بالنسبة للطلبة الذين

والأنشطة المختلفة مع إمكانية ضبط تذكيرات قبل الموعد، بالإضافة إلى أنه يوفر إمكانية المزامنة بين مختلف الأجهزة، مما يضمن وصول فكرة بسيطة لكنها فعالة، حيث يقوم الطالب بإمكانية مشاركة الجداول مع الزملاء. فورست (Forest): يعتبر "فورست" من التطبيقات المميزة التي تعالج مشكلة التشتت وضعف التركيز، حيث يعتمد هذا التطبيق على فكرة بسيطة لكنها فعالة، حيث يقوم الطالب بزراعة شجرة افتراضية تنمو أثناء فترة التركيز. وإذا استخدم الهاتف أو خرج من التطبيق، تنمو الشجرة. هذه الطريقة تحفز الطلبة على الابتعاد عن الهاتف أثناء الدراسة، وتعزز التركيز والانضباط الذاتي، مما ينعكس إيجاباً على جودة المذاكرة. تريلو (Trello): كما يعتبر تطبيق "تريلو"

وكالات في عصر التكنولوجيا الرقمية، أصبحت الهواتف الذكية والتطبيقات التعليمية جزءاً أساسياً من حياة الطلاب، ولم تعد تستخدم فقط للتواصل والترفيه، بل تحولت إلى أدوات تساعد على تنظيم الوقت، وإدارة الدراسة، وتحسين التحصيل العلمي. ومع ازدياد الضغوط الدراسية وتعدد الواجبات والامتحانات، برزت الحاجة إلى وسائل تساعد الطلبة على التخطيط الجيد واستثمار الوقت بطريقة صحيحة. ومن هنا جاءت أهمية تطبيقات تنظيم الوقت والدراسة، التي توفر حلولاً ذكية تناسب مختلف المراحل التعليمية. نوتشن (Notion): يعد تطبيق "نوتشن" من أبرز التطبيقات الشاملة التي يعتمد عليها الطلبة في تنظيم دراستهم، حيث يتميز هذا التطبيق بقدرته على جمع الملاحظات والجداول والمهام وخطط الدراسة في مكان واحد. فيمكن للطلاب إنشاء صفحات خاصة بكل مادة دراسية، وإضافة جداول للمواعيد، وقوائم للواجبات والاختبارات، كما يتميز أيضاً بمرورته العالية وإمكانية تخصيصه حسب احتياجات كل طالب، مما يجعله أداة مثالية لتنظيم الحياة الدراسية بشكل متكامل. تودويست (Todoist): أما تطبيق "تو دو ليست"، فيعتبر من أفضل التطبيقات لإدارة المهام اليومية، فهو يساعد الطلبة على كتابة الواجبات المطلوبة منهم، وتحديد مواعيد تسليمها، وترتيبها حسب الأولوية. ومن أبرز مميزاته سهولة الاستخدام، وإمكانية إرسال تنبيهات تذكيرية، مما يقلل من نسيان المهام ويزيد من الالتزام بالجدول الدراسي، كما يمنح الطالب شعوراً بالإنجاز عند إكمال المهام، وهو ما يعزز الدافعية للاستمرار. غوغل كاليندر (Google Calendar): ولا يمكن الحديث عن تنظيم الوقت دون الإشارة إلى "غوغل كاليندر"، الذي يعد أداة فعالة لتنظيم الجداول الدراسية، ويسمح هذا التطبيق بتسجيل مواعيد المحاضرات والامتحانات

روبوتان بشريان يتبادلان حديثاً بشكل مستقل لمدة ساعتين لأول مرة

– عرضت شركة الروبوتات الشبيهة بالبشر ريل بوتيكس (Realbotix) في معرض الإلكترونيات الاستهلاكية هذا الشهر ما وصفته بأنه أحد أوائل الحوارات المستقلة بالكامل وغير المُعدة مسبقاً بين روبوتين بشريين حقيقيين يعملان بالكامل بالذكاء الاصطناعي المدمج. وجرى هذا الحوار مباشرة على أرض المعرض بين الروبوتين البشريين ديفيد وآريا، حيث انخرطا في حوار مستمر وواقعي لمدة تزيد عن ساعتين دون تدخل بشري أو نص معد مسبقاً أو تشغيل عن بُعد. ووفقاً للشركة، قام كلا الروبوتين بتشغيل برنامج الذكاء الاصطناعي الخاص بشركة ريل بوتيكس محلياً على الجهاز، بدلاً من الاعتماد على المعالجة السحابية، بحسب تقرير موقع "إنترستينغ إنجنيرينغ" المتخصص في أخبار التكنولوجيا والهندسة، اطلعت عليه "العربية Business". وقدم العرض كمثال على "الذكاء الاصطناعي المتسجد"، حيث يتفاعل نظامان مجسدان في شكل مادي مع بعضهما البعض في الوقت الفعلي، ويستجيبان لبعضهما، ويتكلمان معها، بدلاً من اتباع مسارات حوار مبرمجة مسبقاً. وقال أندرو كيبيل، الرئيس التنفيذي لشركة ريل بوتيكس: "تخصصت ريل بوتيكس في الروبوتات المصممة للتفاعل البشري. وفي هذه الحالة، أظهرنا أن روبوتاتنا يمكنها التفاعل مع بعضها البعض"، مضيفاً: "هذا عرض حقيقي للذكاء الاصطناعي المتجسد أثناء العمل، حيث كان التفاعل غير معد مسبقاً واستمر لأكثر من ساعتين".

خلال العرض، أجرى الروبوتان آريا وديفيد محادثة بلغات متعددة، منها الإنجليزية والإسبانية والفرنسية والألمانية. وقالت "ريل بوتيكس" إن هذا أبرز كلاً من قدرات نماذجها اللغوية ومرونة منصة الذكاء الاصطناعي المدمجة. وجرى الحوار بسلاسة، حيث أخذ الروبوتان وقتهم للرد على عبارات بعضهما البعض بدلاً من اتباع بنية حوارية ثابتة. لكن من الناحية البصرية وتعبيرات الوجه، بقي أداء الروبوتات محدوداً وبالتأكيد لا يقارن بالعرض البارزة للروبوتات البشرية مثل Ameca، التي تتميز بتعبيرات وجه واقعية بشكل مثير للدهشة، وسلاسة في الحركة. وحتى بالمقارنة مع مساعدين صوتيين يوفيين قائمين على الذكاء الاصطناعي مثل "o-GO"، بدأ روبوتو ريل بوتيكس أكثر ميكانكية، مع تعابير وكلام مقيد، ووصف مشاهدو الحوار عبر الإنترنت الروبوتين بأنهما يشبهان دُمى مطاطية مزودة



وكالات تتجاوز تطبيق Qwen للذكاء الاصطناعي من مجموعة "علي بابا" حاجز ١٠٠ مليون مستخدم نشط شهرياً في يناير ٢٠٢٦. بالتزامن مع إطلاق تحديث كبير يحقق دمج التطبيق في منظومة الشركة المتعددة الخدمات، من التسوق الإلكتروني إلى حجز السفر، بهدف جعله بوابة يومية تعتمد على الذكاء الاصطناعي لإتمام المهام اليومية. وقال وو جيا، نائب رئيس "علي بابا"، في فعالية أقيمت في هانغتشو: "قدرة المساعد الرقمي على التفاعل مع العالم الواقعي لا تقل أهمية عن عمله

مرسيدس تطلق سيارة كهربائية (نباتية)



١٠٠ مكوّن من مختلف الموردين، بما في ذلك الجلد النباتي والمنسوجات والسجاد وبطانات السقف. وعند اكتشاف أي عناصر حيوانية، تم استبدالها ببدايل خالية من المنتجات الحيوانية، مع تقييم وتقليل مخاطر التلوث. كما تم التأكيد على استخدام "نسبة عالية من المواد المعاد تدويرها" في التصميم الداخلي. مواصفات السيارة الكهربائية تقدم GLC الكهربائية أداء مميزاً مع محرك بقوة ٤٨٣ حصاناً، وسرعة قصوى محددة إلكترونيا تبلغ ٢١٠ كيلومترات في الساعة. وتوفر البطارية بسعة ٩٤ كيلوواط ساعة مدى سير تقديري يصل إلى ٧١٣ كيلومتراً، مع دعم الشحن السريع بالتيار المستمر بقدرة ٣٣٠ كيلوواط، ما يضيف حوالي ٣٠٠ كيلومتر خلال نحو ١٠ دقائق. وتعمل السيارة على منصة MB.OS المدعومة بالذكاء الاصطناعي، وتضم نظام المعلومات والترفيه MBUX من الجيل الرابع، المزود بتقنيات الذكاء الاصطناعي من مايكروسوفت وغوغل، ليصبح أول نظام سيارة في العالم يتكامل مزدوج. ستُعرض GLC الكهربائية بالكامل لأول مرة في الولايات المتحدة خلال معرض CES ٢٠٢٦، ومن المتوقع طرحها للبيع في الربع الثاني من العام نفسه. وسيتمكن العملاء من اختيار التصميم الداخلي النباتي عبر أداة التكوين المتاحة على الموقع الإلكتروني.

وكالات أطلقت شركة "مرسيدس" أول نسخة كهربائية بالكامل من سيارتها GLC في الولايات المتحدة، مع خيار تصميم داخلي "نباتي" في خطوة تعد الأولى من نوعها عالمياً في صناعة السيارات. وأكدت الجمعية النباتية، بعد تدقيق شامل لسلسلة توريد مرسيدس على مدار أكثر من عامين، أن المواد المستخدمة في "حزمة التصميم الداخلي النباتي" خالية من المصادر الحيوانية ولم تُختبر على الحيوانات. وتعدّ GLC سيارة مرسيدس-بنز الأكثر شعبية في الولايات المتحدة منذ عقود. ومع سعي شركات السيارات التقليدية للتحول نحو السيارات الكهربائية، أصبح إعادة إطلاق الطرازات الشهيرة بنسخ كهربائية وسيلة لتسهيل انتقال العملاء المخلصين إلى المستقبل الكهربائي. استدامة التصميم الداخلي تأتي خطوة مرسيدس-بنز بتصميم داخلي نباتي لتعكس التزامها بالاستدامة، بعيداً عن استخدام المنتجات الجلدية التقليدية في المقصورة الداخلية الفاخرة. ومن المقاعد ومقابض ناقل الحركة إلى عجلات القيادة وألواح الأبواب، عادة ما يمنح الجلد إحساساً فخماً، لكن الشركة أظهرت أنه يمكن تحقيق الفخامة نفسها باستخدام مواد نباتية مستدامة.وعلى مدار العامين الماضيين، وبالتعاون مع الجمعية النباتية، اختبرت مرسيدس-بنز أكثر من

دراسة حديثة: أكثر من 10 ساعات من ألعاب الكمبيوتر أسبوعياً قد تضر بالصحة



معدل السمنة بين اللاعبين النشطين مقارنة بمن يلعبون نادراً أو باعتدال. وبلغ متوسط مؤشر كتلة الجسم لدى اللاعبين النشطين ٢٦,٣ كغم/م²، في حين بقي ضمن النطاق الصحي لدى اللاعبين النادرين والمعتدلين، مسجلاً ٢٢,٢ كغم/م² و ٢٢,٨ كغم/م² على التوالي. وأشار البروفيسور سيرفو إلى أن "كل ساعة إضافية من اللعب أسبوعياً ترتبط بانخفاض جودة الغذاء، حتى بعد الأخذ في الاعتبار التوتر والنشاط البدني وعوامل نمط الحياة الأخرى". ووجه عام، أفادت جميع المجموعات بانخفاض جودة النوم، إلا أن المشكلة كانت أكثر وضوحاً لدى اللاعبين المعتدلين والنشطين مقارنة بمن يلعبون نادراً، حيث ارتبطت زيادة ساعات اللعب باضطرابات النوم بشكل مباشر.

وكالات تشير دراسة حديثة إلى أن قضاء أكثر من ١٠ ساعات أسبوعياً في ألعاب الفيديو قد يؤثر سلباً في النظام الغذائي وجودة النوم وكتلة الجسم لدى الشباب. نشرت مجلة Nutrition نتائج دراسة شملت ٣١٧ طالباً من خمس جامعات أسترالية، بمتوسط عمر ٢٠ عاماً. وبناءً على التقييم الذاتي لمدة ممارسة ألعاب الفيديو، قُسم المشاركون إلى ثلاث مجموعات: منخفضو المشاركة: من ٠ إلى ٥ ساعات أسبوعياً متوسطو المشاركة: من ٥ إلى ١٠ ساعات أسبوعياً اللاعبون النشطون: أكثر من ١٠ ساعات أسبوعاً وأظهرت النتائج أن الطلاب الذين يلعبون نادراً أو باعتدال يتمتعون بمؤشرات صحية متقاربة، إلا أن هذه المؤشرات تتدهور بشكل ملحوظ عند تجاوز عتبة ١٠ ساعات أسبوعياً من اللعب.

وأكد البروفيسور ماريو سيرفو من جامعة كيرتين الأسترالية أن نتائج الدراسة تشير إلى أن الضرر ناتج عن الإفراط في ممارسة الألعاب وليس عن ألعاب الفيديو بحد ذاتها. وقال: "لوحظ أن الطلاب الذين لعبوا حتى ١٠ ساعات أسبوعياً كانوا متشابهين في مؤشرات النظام الغذائي والنوم وكتلة الجسم، بينما ظهرت فروق واضحة لدى من لعبوا أكثر من ١٠ ساعات، إذ انخفضت مؤشراتهم الصحية بشكل كبير عن بقية العينة". وكشفت الدراسة عن تراجع جودة النظام الغذائي عند تجاوز ١٠ ساعات من اللعب أسبوعياً، إضافة إلى ارتفاع



تطبيق Qwen من «علي بابا» يتجاوز 100 مليون مستخدم

لتوسيع نطاق المهام الرقمية التي يمكن للتطبيق التعامل معها، متوقعاً أن يستحوذ الذكاء الاصطناعي على ٧٠٪ من هذه المهام خلال عامين. ويستطيع Qwen الآن إدارة أكثر من ٤٠٠ مهمة رقمية تشمل الترميز، والتعاون المكتبي، وتحليل البيانات، وإعداد التقارير، وغيرها. ولضمان دقة الإجابات، تتعاون "علي بابا" مع مزودي قواعد بيانات احترافية في مجالات متعددة مثل الطب، والصحة، والمالية، والقانون، والأكاديمية، لتزويد Qwen بمعلومات موثوقة ومحدثة، بحسب وو جيا.

السينما، باستخدام أوامر صوتية بسيطة، متجنّبين التنقل بين خدمات مختلفة والقرارات المتكررة. وضرب وو مثالاً بالتخطيط لعطلة عائلية خلال رأس السنة القمرية الجديدة، حيث قام Qwen تلقائياً باقتراح وجهات، مقارنة أسعار الرحلات، حجز الفنادق، واقتراح المعالم السياحية. كما عرض وو على المنصة طلب ٤٠ كوباً من الشاي بالحليب من متجر قريب ليصل مباشرة إلى موقع الفعالية، مع تدخله فقط لإدخال رمز الدفع. كما أضاف التحديث ميزة Task Assistant

في العالم الرقمي. يجب أن يساعد الناس في إنجاز مهامهم اليومية". وأصبح Qwen أسرع تطبيق ذكاء اصطناعي نمواً في العالم منذ نوفمبر ٢٠٢٥، بعد أن سجل أعلى زيادة في عدد المستخدمين النشطين شهرياً بين تطبيقات الذكاء الاصطناعي بنسبة ١٤٩٪، وفق بيانات موقع تتبع شعبية منتجات الذكاء الاصطناعي "Aicpb". يسمح التحديث الجديد للتطبيق بالتنسيق بسلاسة عبر جميع خدمات "علي بابا"، ما يمكن المستخدمين من إنجاز مهام متعددة، من التسوق وتوصيل الطعام، إلى حجز الرحلات وتذاكر

وكالات تتجاوز تطبيق Qwen للذكاء الاصطناعي من مجموعة "علي بابا" حاجز ١٠٠ مليون مستخدم نشط شهرياً في يناير ٢٠٢٦. بالتزامن مع إطلاق تحديث كبير يحقق دمج التطبيق في منظومة الشركة المتعددة الخدمات، من التسوق الإلكتروني إلى حجز السفر، بهدف جعله بوابة يومية تعتمد على الذكاء الاصطناعي لإتمام المهام اليومية. وقال وو جيا، نائب رئيس "علي بابا"، في فعالية أقيمت في هانغتشو: "قدرة المساعد الرقمي على التفاعل مع العالم الواقعي لا تقل أهمية عن عمله

أنشطة شبابية وتنموية في عدد من المحافظات

حول "ريادة الأعمال الرقمية"، بمشاركة ٣٠ شاباً وشابة ضمن الفئة العمرية من (١٨-٣٠) عاماً. وتهدف الدورة إلى تعزيز معارف ومهارات المشاركين في مجال ريادة الأعمال الرقمية، وتمكينهم من استثمار التكنولوجيا والابتكار في إنشاء مشاريع رقمية مستدامة. وتناولت المدربة أشجان شريدة خلال الدورة مفاهيم ريادة الأعمال الرقمية، وبناء الأفكار الريادية، والتسويق الرقمي، إلى جانب استعراض نماذج ناجحة لمشاريع رقمية شبابية.

وأكدت شريدة أهمية هذه البرامج في تنمية قدرات الشباب وصقل مهاراتهم بما يتواءم مع متطلبات سوق العمل الرقمي، مشيرة إلى أهمية استمرار المركز في تنفيذ الأنشطة الهادفة بالشراكة مع الجهات الداعمة، بما يسهم في تمكين الشباب وبناء قدراتهم. وفي الزرقاء، بحث مدير مديرية الشباب ومدير مدينة الأمير محمد للشباب عمر العزام مع وفد نقابة الصحفيين فرع الزرقاء، برئاسة الدكتور ماجد الخضري، التعاون في التغطية الإعلامية للبرامج والأنشطة والإنجازات، بما يضمن تقديم المعلومة الدقيقة والموضوعية وخدمة قطاعي الشباب والرياضة في المحافظة.

و ثمن العزام دور نقابة الصحفيين ومتنسيبها في التغطيات الإعلامية الموضوعية للبرامج والأنشطة التي تنفذها وزارة الشباب، وإنجازاتها على مستوى المنشآت والمرافق الشبابية والرياضية والبرامجية.

واستعرض أهم البرامج وخطط التطوير والإنجازات للمدينة والمديرية خلال العام الحالي والمقبل.

واطلع الوفد الصحفي خلال جولة ميدانية على عدد من منشآت المدينة، وأعمال الإنشاء الجارية للمسيح نصف الأولمي المغلق ومساح المدينة الأخرى، إضافة إلى صالة النادي.

وأشاد الوفد بجهود الوزارة وإدارة المدينة في خطط التطوير واستثمار المرافق، وإدارة الخدمات ضمن رؤية متكاملة تخدم أبناء محافظة الزرقاء.

واحتفلت الشركة المتحدة للإبداع في قضاء الظليل، بالتعاون مع الشرطة المجتمعية في مديرية شرطة الزرقاء، بتخريج دورة أصدقاء الأمن العام لوظفائي وعاملي الشرطة، والتي هدفت إلى تعزيز الثقافة الأمنية، وترسيخ مفاهيم الشراكة المجتمعية في الحفاظ على الأمن والسلامة.

وأكد رئيس فرع الشرطة المجتمعية في مديرية شرطة محافظة الزرقاء، النقيب خالد الصبيحات،

أهمية هذه الدورات في رفع مستوى الوعي الأمني لدى العاملين، مشدداً على دور المواطن كشريك أساسي في العملية الأمنية، مثمناً إدارة الشركة المتحدة للإبداع بتعزيز الثقافة الأمنية لوظفائها، ضمن نهجها التوعوي ومسؤوليتها تجاه كوادرها والمجتمع المحلي.

وتناولت الدورة محاضرات توعوية متخصصة من بينها: السلم المجتمعي، وأمن بيئة العمل، والوقاية من مخاطر المخدرات والإشاعة، إضافة إلى الإسعافات الأولية لإصابات العمل، قدمها محاضرون متخصصون من مختلف وحدات الأمن العام.

وفي الرصيفة، نظم منتدى الفريق الإبداعي للثقافة والفنون، أمسية شعرية استضاف خلالها شعراء من دارة الشعراء الأردنيين ومنتدى العشيات للآداب والفنون.

وأشاد رئيس منتدى العشيات جروان المعاني خلال الأمسية التي أدارها محمود العرابي بالتعاون بين مختلف الهيئات الثقافية في الرصيفة وعلى مستوى المملكة للخروج بمنتج أدبي وثقافي رفيع المستوى يليق بإرث الأردن العريق في الأدب والشعر والقتاية.

بدوره، تحدث رئيس دارة الشعراء الشاعر تيسير الشمايسن حول الأنشطة الثقافية والحراك الأدبي الذي تزخر به محافظة الزرقاء ولواء الرصيفة من خلال الهيئات الثقافية النشطة، وما تشكله من حالة فريدة في الأردن، داعياً إلى زيادة الدعم المادي والمعنوي للهيئات الثقافية لتمكينها من تنفيذ مشاريعها السنوية.

وقدم الشعراء علي غبن، مريم الصفي، اريج محمود، محمد كتعنان، علي الفاعوري، قصائد متنوعة للأردن والإنسان.

الطائرة، وطرق الإخلاء الآمن، وعمليات الإطفاء، إضافة إلى تدريب الحضور عملياً على استخدام طفايات الحريق. وقالت الممرضة لانا حداد إن إقنات مهارات الإسعاف الأولية ركيزة أساسية لسلامة المجتمع، مشيرة إلى أن الإسعافات الأولية تصنع الفارق بين الحياة والموت في اللحظات الحرجة. وقال رئيس لجنة بلدية الرمثا الجديدة المهندس جمال أبو عبيد، إن البلدية قامت بتدريب عبارات جديدة في المنطقة الواقعة بجانب مدينة الحسن الصناعية.

وأضاف أنه وفور الانتهاء من إجراءات الكشف الميداني على بؤر تجمع مياه الأمطار، باشرت الفرق الفنية المختصة أعمال تركيب عبارات تصريف مياه الأمطار في المواقع المرصودة؛ لرفع كفاءة الشبكة وضمان انسيابية التصريف وتفاذي أي معوقات قد تؤثر على السلامة العامة خلال الظروف الجوية القادمة.

وعقد مركز شباب المزار الشمالي، اجتماعاً ضمّ الهيئة العامة ومشرفي المركز، لمناقشة خطة المركز للعام ٢٠٢٦، في إطار حرصه على إشراك الشباب في رسم البرامج والأنشطة المستقبلية للمركز. وجرى خلال الاجتماع عرض الخطة المقترحة على أعضاء المركز ومناقشتها، بهدف الخروج بأفضل الأنشطة والفعاليات والبرامج التي تتناسب مع احتياجات الشباب وتطلعاتهم، وتسهم في تطوير مهاراتهم وتعزيز مشاركتهم المجتمعية.

واختتمت في معهد مهني المشاريع، أعمال دورة الزراعة المائية، بمشاركة شباب وفتيات من المجتمع المحلي.

وقال المعهد إن المتدربين نفذوا في ختام الفعالية تطبيقات عملية تطلبت في حصاد المحاصيل التي أشرفوا على زراعتها ورعايتها باستخدام تقنيات الزراعة المائية الحديثة، بدء من إعداد وإدارة المحاليل المغذية، وصولاً إلى قطف المنتج النهائي وفق مواصفات جودة عالية.

وركزت الدورة على أهمية الزراعة المائية بوصفها أحد الحلول الاستراتيجية لمواجهة شح المياه، وتعزيز الإنتاج الزراعي المستدام، وتشجيع الابتكار في استخدام الموارد المتاحة بكفاءة عالية.

وبحث اجتماع عقد في مديرية التربية والتعليم للواء الأغوار الشمالية، برئاسة مديرية التربية والتعليم الدكتور بسمة فريحات، عدداً من الملفات التنظيمية ومحاو العمل المتعلقة بقسم النشاطات التربوية، بما يخدم العملية التعليمية ويعزز جودة الأداء.

وتناقش الاجتماع آليات تنفيذ وتطوير الأنشطة التربوية في المدارس، ومستوى الإنجاز المتحقق، إضافة إلى متابعة عدد من المهام قيد التنفيذ، وضرورة الإسراع في إنجازها وفق الخطة المعتمدة، بما يسهم في رفع كفاءة الأداء وتطوير العمل بما ينسجم مع الخطط التربوية المعتمدة.

وفي مادبا، قال رئيس لجنة البلدية المهندس هيثم جويئات، أن حصول بلدية مادبا الكبرى على أعلى تقييم في الأداء بين بلديات المملكة خلال السنة شهر الأخيرة، جاء نتيجة عمل متواصل على أرض الميدان.

وحققت البلدية المركز الخامس بين بلديات المملكة بناء على تقارير المتسوق الخفي وديوان الحاسبة والزيارات الميدانية ومستوى تحصيل الإيرادات.وقال جويئات إن لجنة البلدية حققت إنجازات في المحور المالي حتى نهاية العام ٢٠٢٥ برفع الإيرادات بنسبة ٥٢ بالمئة وبلغت (٣٩٤٨٥٥٨) ديناراً، والثغقات بنسبة ٤٨ بالمئة، وبلغت (٣٦٧٩٣٣٣) ديناراً في حين بلغت نسبة الإيرادات بنفس الفترة من العام ٢٠٢٤ (٤٣) بالمئة والثغقات ٥٧ بالمئة.

وفي الكرك، أطلقت بلدية شحيان، وبالتعاون مع شركة الكهرياء، حملة ميدانية للكشف على التوصيلات الكهربائية غير القانونية المسحوبة من خطوط إنارة الشوارع، لما تشكله من مخالفة صريحة واعتداء على المال العام وخطر على السلامة العامة.

ودعا رئيس لجنة البلدية المهندس بهجت الرواشدة، المواطنين إلى إزالة أي توصيلات غير قانونية قبل بدء الحملة، حرصاً على السلامة العامة وتجنباً للمسائلة القانونية.

وأطلق مركز شباب الوسطية دورة تدريبية

نقذت بلديات ومؤسسات تعليمية ومراكز شبابية، في مختلف محافظات المملكة، مجموعة من الأنشطة الاحترافية والتنموية الهادفة إلى دعم المجتمعات المحلية، وتعزيز قدراتها في مختلف المجالات.

ففي إربد، دعت بلدية غرب إربد المواطنين والمؤسسات الرسمية والأهلية إلى المشاركة في حملة تشجير تنظمها البلدية، غذا الخميس، في موقع مدخل لواء غرب إربد في شارع الستين. وقالت البلدية إن الحملة تأتي ضمن جهودها الرامية إلى تعزيز الرقعة الخضراء، والمحافظة على البيئة، ونشر الوعي البيئي بين أفراد المجتمع المحلي، وبما يسهم في تحسين المشهد الحضري ودعم الاستدامة البيئية.

ونظم مركز شابات الوسطية بالتعاون مع مركز أمن الوسطية/ قسم الدفاع المدني والشرطة المجتمعية، وضمن محور الشباب والصحة والنشاط البدني، ورشة توعوية حول "مخاطر فصل الشتاء"، بمشاركة ٢٠ يافعة من منتسبات المركز ضمن الفئة العمرية من ١٥-١٧ عاماً. وتناول المازم ثاني محمد خالد خلال الورشة، موضوع السلامة العامة في فصل الشتاء، وطرق الإسعافات الأولية للحالات البسيطة مثل الكسور والجروح والحروق، والاستخدام الآمن للمدافئ، وسبل الوقاية من مخاطرها.

وأطلقت بلدية الطيبة غربي إربد، منصة إلكترونية متخصصة لاستقبال شكاوى وملاحظات المواطنين المتعلقة بمختلف الخدمات البلدية، بهدف تعزيز التواصل مع المجتمع المحلي وتحسين مستوى الخدمات المقدمة.

وقال رئيس لجنة البلدية، ثابت الشريدة، إن المنصة تأتي في إطار التوجه نحو التحول الرقمي، وتسهيل وصول المواطنين إلى خدمات البلدية دون الحاجة إلى مراجعتها، بما يسهم في توفير الوقت والجهد وتسريع الاستجابة للاحتياجات المختلفة.

وعقد مدير التربية والتعليم للواء الرمثا، الدكتور فيصل الحوامدة، مجتمع تعلم حول "أسس صرف المخته التطويرية للمدارس والمديرية" بحضور فريق تطوير المديرية.

وأشار الحوامدة إلى أن الهدف من المجتمع يتمثل بجمع التغطية الراجعة من العاملين في المديرية والميدان التربوي، والتعرف على مدى تمكنهم من معرفة أسس وأوجه صرف المنحة، والنسب المخصصة للمديرية والمدارس، والنسب المحددة لكل مجال من مجالات الصرف، مؤكداً

أهمية عقد جمعيات التعلم، وتوسيعها لضمان تعميم الإفادة على العاملين في الأقسام المعنية.

ونظم مركز شابات كفرسوم بالتعاون مع الشرطة المجتمعية والدفاع المدني اليوم، ورشة حول الاستخدام الآمن لوسائل التدفئة، بمشاركة ٢٥ شابة من منتسبات المركز.

خلال الورشة تحدث المازم ثاني محمد محمود عن دور الشرطة المجتمعية والدفاع المدني في التوعية بمخاطر فصل الشتاء، مؤكداً أهمية الالتزام بإجراءات السلامة عند استخدام المدافئ ووسائل التدفئة المختلفة، والابتعاد عن مجاري السيول وتجمعات المياه أثناء هطول الأمطار.

بدورها، أكدت رئيسة المركز جمالات عبيدات أهمية استمرار مثل هذه الورش التوعوية لما لها من دور فاعل في تعزيز ثقافة السلامة والوقاية داخل المجتمع.

نظم مركز شابات الوسطية ورشة بعنوان "ممارسة الشباب للحركات مع القيادات المجتمعية"، بمشاركة ٢٠ شابة ضمن الفئة العمرية من (١٥-٢٤ عاماً).

وخلال الورشة ركزت المدربة مجدولين الخليلي، على أهمية الحوار البناء بين الشباب والقيادات المجتمعية، ودوره في تعزيز الفهم المتبادل وبناء جسور الثقة والتواصل الإيجابي.

نظم مركز صحي بني عبيد وبالتعاون مع الشرط المجتمعية في لواء بني عبيد ومديرية دفاع مدني شرق إربد ضمن برنامج التنقيف الصحي

والتعزيز المجتمعي، دورة متخصصة حول "الإسعافات الأولية وإجراءات السلامة العامة في فصل الشتاء".

خلال اللقاء تحدث المازم فراس خوالدة من الدفاع المدني، حول آليات التعامل مع الحالات

"ثقافة جرش"

تحتفل بميلاد جلالة الملك عبدالله الثاني



هذه المواهب وصقلها، مشيراً إلى جهود أولياء الأمور والمدرسين وحثهم على الاستمرار في متابعة أبنائهم.

وقال مدير ثقافة جرش الدكتور عقله القادري، "إن الاحتفال بعيد ميلاد جلالة الملك لم يكن محدداً بيوم ما، وإنما كل الأيام نحتفل بها في ميلاد جلالته، وأن حب الهاشميين مولود بالفطرة في قلوب الأردنيين ويجري مجرى الدم بالعروق".

وقدمت فرقة الحسرن الموسيقية السلام الملكي الأردني ومعزوفات وطنية، كما قدمت فرقة كان الثقافية وصلات غنائية تغنت بالوطن وجلالة

جرش احتفلت مديرية ثقافة محافظة جرش، بعيد ميلاد جلالة الملك عبدالله الثاني، في مركز جرش الثقافي.

وتحدث محافظ جرش الدكتور مالك خريسات عن دور الهاشميين والقيادة الهاشمية في رفعة الوطن وجهود جلالة الملك على الصعيد المحلي والدولي، لافتاً إلى دور المواطن في بناء الوطن وبمختلف المجالات.

وأشاد خريسات بدور المشاركين في مسابقة الإبداع الطفولي، ودور مديرية الثقافة في تبني

أنشطة وفعاليات متنوعة في عدد من الجامعات

وأكد رئيس الجامعة الدكتور خالد الحباري أن الاحتفاء بيوم الشجرة يمثل مناسبة تجمع بين الأجر والقيم الوطنية والبعد البيئي، وتعكس حرص الجامعة الدائم على توفير بيئة جامعية خضراء وحيوية.

وحصلت كلية الأعمال في جامعة الزيتونة على الاعتماد الرسمي من جمعية المحاسبين القانونيين المعتمدين البريطانية (ACCA)، حيث حصلت برامج المحاسبة، والتكنولوجيا المالية، ونذاك الأعمال على الاعتماد الرسمي لـ سنوات.

وبين رئيس الجامعة الدكتور محمد المجالي، أن هذا الإنجاز يأتي تجسيداً لرؤية الجامعة في التميز والريادة، وإن حصول كلية الأعمال على اعتماد (ACCA) العالمي يعكس التزام الجامعة بتقديم تعليم عالي الجودة يضاهي المعايير الدولية، ويسهم في تعزيز سمعة الجامعة في المحافل الأكاديمية والمهنية العالمية.

وفي البرموك، اختتمت الجامعة برنامج "دوت الأردن" التدريبية "المهارات الرقمية لمستقبل أفضل" في مجالي البرمجة بلغة بايثون وتطوير الويب المتكامل، والتي نظّمها مركز الريادة والابتكار بالشراكة مع صندوق الفرص الرقمية "دوت الأردن" وبدعم من منظمة اليونيسيف، بمشاركة ٥٣ طالباً وخريجاً من الجامعة.

محافظة نظمت عدد من الجامعات أنشطة وفعاليات متنوعة؛ بهدف تحسين جودة العملية التعليمية وتوعية الطلبة، في إطار سعيها لتقديم خدماتها، بما يتناسب مع دورها الوطني المهم.

ففي العلوم والتكنولوجيا، اختتمت الجامعة ورشة التعليم الطبي للمدرّبين السريريين بعنوان: (TOT-Training of Trainers)، التي نظّمها مكتب التعليم الطبي المستمر في كلية الطب، بمشاركة أعضاء الهيئة التدريسية في الكلية.

وهدف الورشة إلى الارتقاء بكفاءة التعليم الطبي في المرحلة السريرية، وشملت أخذ السيرة المرضية، وتطوير مهارات التواصل، وأساليب التقييم الحديثة، وآليات تقديم التغذية الراجعة البناءة.

وأكد عميد الكلية الدكتور فراس قرقر، أهمية

الورشة في تطوير التعليم الطبي السريري، مشيراً إلى أن تأهيل المدرّبين يسهم في تحسين جودة مخرجات التعليم ومواكبة أحدث المنهجيات العالمية، ممثلاً دعم مشروع "إيراسموس بلس" والشراكات الوطنية في إنجاز هذه الجهود.

وفي الهاشمية، احتفلت الجامعة بيوم الشجرة وزراعة ١٢٥٠ شجرة على مساحة ٢٥ دونماً في موقع وسط الحرم الجامعي.

حوارية لمجلس الشباب الأردني

بعنوان "الشباب شريك أساسي في بناء الوطن"



وقال عضو مجلس الشباب الأردني الشاب أسامة الزعبي، إن الإعلام الشبابي الواعي يشكل ركيزة أساسية في نقل قضايا الشباب وتطلعاتهم بموضوعية ومسؤولية، مشدداً على أهمية أن لا يبقى الحوار في إطاره النظري، بل أن يتحول إلى مسارات عمل واقعية تعزز مشاركة الشباب في بناء الوطن وصناعة مستقبله.

وفي ختام الجلسة، التي حضرها عدد من الشباب والمهتمين، أكد مجلس الشباب الأردني استمراره في تنظيم الجلسات واللقاءات الحوارية في مختلف محافظات المملكة، إيماناً بدور الشباب كشريك أساسي في مسيرة البناء والتنمية، و تعزيزاً لنهج الحوار والتشاركية في خدمة الأردن.

مستدامة بين الجهات الرسمية والمبادرات الشبابية، والاستماع إلى صوت الشباب باعتباره عنصراً أساسياً في تطوير السياسات العامة وتعزيز الحياة السياسية والمجتمعية.

بدوره، أكد رئيس مجلس الشباب الأردني سليمان عربي السقار، أن الجلسة تأتي ضمن نهج المجلس في ترسيخ الحوار الوطني المسؤول، وفتح قنوات تواصل مباشرة بين الشباب و صُنّاع القرار، مشيراً إلى أن مجلس الشباب الأردني يعمل على تحويل طموحات الشباب إلى مبادرات وبرامج عملية تتماشى مع الرؤية الملكية السامية وتوجهيات سمو ولي العهد، وبما يخدم المصلحة الوطنية العليا.

الرمثا عقد مجلس الشباب الأردني، جلسة حوارية بعنوان: "الشباب الأردني شريك أساسي في بناء الوطن"، في قاعة حديقة الملكة رانيا العبدالله بالرمثا.

وأكدت رئيسة لجنة الثقافة والشباب والرياضة في مجلس الأعيان، العين الدكتور هيفاء النجار، أن الشباب الأردني يمثل الركيزة الأساسية في مسيرة الدولة الأردنية، ويحظى باهتمام مباشر من جلالة الملك عبدالله الثاني، الذي يؤمن بقدرة الشباب على إحداث التغيير الإيجابي والمساهمة الفاعلة في التنمية الشاملة.

وأشارت النجار إلى أن رؤية جلالته، و ما يواكبها من متابعة ودعم مستمر من سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد تقوم على تمكين الشباب وإشراكهم الحقيقي في صنع القرار، وبناء قيادات شبابية واعية ومسؤولة.

وتطرقت النجار إلى أهمية الثقافة والوعي كأدوات رئيسية في بناء الإنسان الأردني، مؤكداً أن الاستثمار في الشباب فكرياً وقيمياً هو ضمانة لمستقبل الوطن.

وأشادت بالبرنامج الوطني للحد من الإلقاء العشوائي الذي أطلقه سمو ولي العهد الذي يعد نموذجاً عملياً للمواطنة الفاعلة، وترجمة حقيقية لدور الشباب في حماية البيئة وتعزيز السلوك الحضاري والانتماء الوطني.

من جانبها، تحدث مقرر اللجنة العين الدكتور فواز حمدالله عن دور مجلس الأعيان، ولا سيما لجنة الثقافة والشباب والرياضة، في دعم القضايا الشبابية، مؤكداً أهمية بناء شراكة مؤسسية