

السودان.. أنباء عن إطلاق سراح المعتقلين خلال 24 ساعة

تابع ص

النفائات النووية.. لماذا يلجأ الغرب لدفنها في إفريقيا؟

تابع ص

«فتحة نفق ومتطرف» قرب منزل سفير فرنسا بتونس.. ما القصة؟

تابع ص

يومية - سياسية - اقتصادية - شاملة



SADA AL-SHAAB DAILY NEWSPAPER

46 دولة توافق على التخلص من الفحم في غلاسكو

لندن

قالت بريطانيا، التي تستضيف قمة المناخ في مدينة غلاسكو، إن اجتماع اس اتخذ خطوة كبيرة نحو القضاء على استخدام الفحم، الذي يعتبر أحد أكثر مصادر الطاقة ضرراً للبيئة، لكنها أضافت أن الدول الكبرى التي تتصدر قائمة الدول الملوثة للبيئة لم تنضم إلى هذه الخطوة.

ونقلت هيئة الإذاعة البريطانية، الخميس، عن رئيس الاجتماع البريطاني ألوك شارما، قوله إن 46 دولة وقعت على إنهاء استخدام الفحم، وإن العالم ككل وصل إلى مرحلة يمكنه فيها جعل الاعتماد على الفحم شيئاً من الماضي. كما أن عدداً من المؤسسات المالية الكبيرة انضمت إلى هذه الجهود، لكن المنتجين الرئيسيين للفحم مثل الصين والولايات المتحدة وأستراليا والهند، لم يوقعوا على هذه التعهدات.

أوقات الصلاة

الفجر	05:25
الظهر	12:20
العصر	03:29
المغرب	05:58
العشاء	07:15

الجمعة

السنة السابعة

العدد (2551)

250 فلس

29 ربيع الأول 1443 هـ الموافق 15 تشرين الثاني 2021م

11 وفاة و2012 إصابة بفيروس كورونا في المملكة

عمان

أعلنت وزارة الصحة، الخميس، عن تسجيل 11 وفاة و2012 إصابة جديدة بفيروس كورونا في المملكة، ليرتفع العدد الإجمالي إلى 11088 وفاة و870505 إصابات.

وبلغت نسبة الفحوصات الإيجابية 5.54 بالمئة، بحسب الموجز الإعلامي الصادر عن الوزارة.

وأشار الموجز إلى أن عدد الحالات النشطة حالياً وصل إلى 22999 حالة، بينما بلغ عدد الحالات التي أدخلت إلى المستشفيات 93 حالة، وعدد الحالات التي غادرت المستشفيات 87 حالة، فيما بلغ العدد الإجمالي للحالات المؤكدة التي تتلقى العلاج في المستشفيات 607 حالة.

وأشار الموجز إلى تسجيل 1494 حالة شفاء، ليصل العدد الإجمالي لحالات الشفاء المتوقعة بعد انتهاء فترة العزل (14 يوماً) إلى 836418 حالة.

كما أشار إلى إجراء 36291 فحصاً، ليبلغ العدد الإجمالي للفحوصات التي أجريت منذ بدء الوباء 1114632 فحصاً.

وأظهر الموجز أن عدد متلقي الجرعة الأولى من لقاح كورونا وصل إلى 3989035، فيما وصل عدد متلقي الجرعتين إلى 3557403.

تشغيل إشارة ضوئية في شارع الملكة علياء اليوم

عمان

أعلنت أمانة عمان الكبرى عن البدء بتشغيل إشارة شارع الملكة علياء بين دوار الداخلية ودوار المدينة الرياضية فجر اليوم الجمعة بهدف تأمين مخرج آخر لمنطقة الشمسياني تجاه دوار المدينة الرياضية.

وقال مدير عمليات المرور المهندس محمد الفاغوري إن الأمانة وبالتعاون مع إدارة السير ستباشر غداً بالتصديقات المرورية التي أعلنت عنها للمحاور المحيطة بمنطقة الشمسياني نظراً للكثافة المرورية عليها.

وأضاف أن الدخول إلى الحي الطبي الواقع ضمن منطقة الشمسياني سيكون من خلال شارع أبو سفيان «طلوع البلاستيك» وشارع ابن مقله، وتعديل اتجاهات السير ضمن منطقة الحي الطبي وبما يتواءم مع مداخل ومخارج منطقة الشمسياني على المحاور الرئيسية، وأشار إلى عملية تقيم الوقوف وشكله وتوقيته بمنطقة الحي الطبي ستكون بعد البدء بتنفيذ التصديقات المرورية.

الزراعة توقع 56 اتفاقية لتشغيل 1120 شاباً بفرص عمل مؤقتة

عمان

وقع وزير الزراعة المهندس خالد الحنيفات، الخميس، 56 اتفاقية تشغيل مع عدد من الجمعيات.

وقالت الوزارة في بيان صحفي إنه سيتم من خلال الاتفاقيات منح كل جمعية 20 فرصة عمل مؤقتة لمدة شهرين لكل جمعية ليصار إلى تشغيل 10 بالمئة من المتدربين نهاية فترة التدريب الذين يبلغ عددهم 1120 متدرباً ضمن هذه الاتفاقيات وسيتم استكمال الاتفاقيات ضمن خطة التشغيل والإحلال.

وأوضح الحنيفات أن هذه الاتفاقيات تأتي ضمن برنامج التشغيل والإحلال للشباب الأردني في القطاع الزراعي، والتي انطلقت بمرحلتها الأولى من خلال تشغيل آلاف الشباب كمهندسين زراعيين واطباء بيطريين بالتعاون مع الشركة الوطنية للتدريب ومؤسسة التدريب المهني على المهن الزراعية المختلفة وخاصة القطاعات الريادية مثل الزراعات المائية والنخيل والاستزراع السمكي.

أوبلاك: ليفربول فاز بثنائية سهلة للغاية

أقر حارس مرمى أتلتيكو مدريد، يان أوبلاك، بعد الهزيمة أمام ليفربول في الجولة الرابعة من دوري أبطال أوروبا (2-0) بأنهم تلقوا «هدفين سهلين للغاية» وأن «ذلك لا يمكن أن يمر هكذا».

وقال الحارس السلوفيني لشبكة «Movistar»: «لقد سجلوا هدفين سهلين للغاية، بالنسبة لنا ذلك لا يمكن أن يمر هكذا. وبعد هدفين من هذا القبيل، من الصعب العودة إلى المباراة، خاصة مع اللعب بـ10 لاعبين».

وعلى الرغم من ذلك، قال إنه «لا يمكن إلقاء اللوم على أي شخص» لأن الفريق كافح «باللعب في ظل نقص عددي لمدة 50 أو 60 دقيقة» بعد طرد فيليب مونتيرو في الشوط الأول.

وأضاف: «لقد خسرتنا 2-0 لكن كل شيء ما زال متاحاً؛ نعتمد على أنفسنا وعلينا أن نفوز بالمباراتين المتبقيتين».

ورداً على سؤال حول مشاكل أتلتيكو الدفاعية هذا الموسم، أكد أوبلاك أن ثنائية ديوجو جوتا وساديو ماني في الشوط الأول كانت «سهلة للغاية».

وتابع «عندما نتحسن في الخط الخلفي، سنحقق نتائج أفضل».

وعاد أتلتيكو للعب أمام ليفربول بنقص عددي، حيث تعرض جريزمان للطرد في واندا ميتروبوليتانو بسبب اللعب الخطير، وفيليب مونتيرو في أنفيلد لتدخله من الخلف على ساديو ماني.

واعتبر أوبلاك أن أتلتيكو «يقصه القليل» لتحسين دفاعه، وأكد أنهم ما زالوا يعتمدون على أنفسهم للتأهل إلى الدور الثاني من دوري الأبطال.

وكرر ليفربول فوزه على أتلتيكو مدريد ولكن هذه المرة على ملعبه أنفيلد بهدفين نظيفين، بعدما فاز عليه على واندا ميتروبوليتانو بثلاثة أهداف مقابل هدفين.

القوات المسلحة تنفذ تمريناً تعبويّاً بقطاعات أسود اليرموك

عمان



نقذ لواء الملك حسين بن طلال المدرع المكي/40، أحد تشكيلات المنطقة العسكرية الوسطى، الخميس، تمريناً تعبويّاً بقطاعات (أسود اليرموك) يحاكي قدرته على تنفيذ واجباته العملياتية وجاهزية عالية ضمن مسرح العمليات والاستجابة للتعامل مع التهديدات التي قد تطرأ مستقبلاً، بما يتوافق مع التطور العسكري التكنولوجي الذي برز في معطيات الحرب الحديثة.

ويأتي التمرين في إطار التوجيهات الملكية السامية التي تهدف إلى إبقاء القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي على درجة عالية من الجاهزية العملياتية مع قدرتها على التعامل مع أية تحديات قد تواجهها في بيئة العمليات الاستراتيجية مستقبلاً.

وجاء القصد من التمرين لاختبار الجاهزية القتالية للتشكيل وأسلحة الإسناد القياسية الملحقة باللواء وقدرته على التخطيط والتنفيذ للعمليات في ظروف مشابهة للعمليات الحقيقية وبشكل واقعي ومدروس ضمن الواجبات المحتملة للواء.

واستمع رئيس هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن يوسف أحمد الحنيطي إلى إيجاز من المساعد للعمليات والتدريب، عن سير التدريب الجماعي للواء الذي استمر لمدة ثلاثة شهور، بدءاً من إجراءات المعركة للجماعة وحتى مستوى لواء، وإجراءات الانفتاح والتخطيط للعمليات المشتركة التقليدية وغير التقليدية، وعن فرضيات التمرين الذي تم تنفيذه لزيادة التنسيق وتوحيد المفاهيم بين وحدات التشكيل الرئيسية والمساندة. تابع ص2

النيابة تطلب إدانة المتهمين الـ13 بقضية مستشفى السلط

عمان

وكانت أقسام المرضى المصابين بفيروس كورونا المستجد قد تعرضت لانقطاع مفاجئ في المياه المؤكسجين حسب شهادة شهود في القضية سيكون في الجلسة بعد المغلقة.

وانتهت المحكمة خلال الجلسات الماضية الاستماع لشهود الدفاع والذين بلغ عددهم 21 شاهداً، وقدمت النيابة العامة 66 شاهداً في القضية في وقت سابق، ليصبح عدد الشهود الذين استمعت إليهم المحكمة منذ بدء المحاكمة العامة وشهر نيسان الماضي بين شهود النيابة العامة وكلاء الدفاع عن المشتكى عليهم، 87 شاهداً، من بينهم وزير الصحة السابق الدكتور نذير عبيدات.

وقدمت النيابة العامة، مرافعتها الخطية النهائية في قضية نقاد مادة الأوكسجين من مستشفى الحسين الحكومي بمدينة السلط، وطلبت إدانة المتهمين الـ13 في القضية.

وعقدت الهيئة القضائية المختصة بالنظر في القضية، جلستها العلنية رقم 40، الخميس، برئاسة القاضي الدكتور عدي الفريجات وحضور المدعي العام الدكتور نادر نصار وكلاء الدفاع عن المتهمين. وقررت المحكمة منح وكلاء الدفاع 14 يوماً، لتقديم مرافعتهم الخطية النهائية في القضية ورفعت الجلسة حتى 18 من الشهر الجاري.

وقدمت النيابة العامة، مرافعتها الخطية النهائية في قضية نقاد مادة الأوكسجين من مستشفى الحسين الحكومي بمدينة السلط، وطلبت إدانة المتهمين الـ13 في القضية.

وعقدت الهيئة القضائية المختصة بالنظر في القضية، جلستها العلنية رقم 40، الخميس، برئاسة القاضي الدكتور عدي الفريجات وحضور المدعي العام الدكتور نادر نصار وكلاء الدفاع عن المتهمين. وقررت المحكمة منح وكلاء الدفاع 14 يوماً، لتقديم مرافعتهم الخطية النهائية في القضية ورفعت الجلسة حتى 18 من الشهر الجاري.

الأردن يتسلم 500 ألف جرعة من مطعم كورونا من الصين

عمان

بدعم الحملة الوطنية للتطعيم ضد فيروس كورونا، التي تستهدف وزارة الصحة من خلالها إعطاء اللقاح للمواطنين والمقيمين واللاجئين، شاكراً السفير الصيني على التبرع الكريم من جانب الحكومة الصينية وعلى الدعم المقدم للأردن في مختلف المجالات وتحديداً في مجال مكافحة كورونا.

بدوره، قال السفير الصيني في عمان تشن تشوان دونغ، إن تعاوننا في مكافحة وباء كورونا يعكس الصداقة العميقة بين البلدين، وقد عزز الثقة والعزم في هزيمة الفيروس.

وعبر عن سعادته بمركز التطعيم في المدينة

تسلم الأردن، الخميس، 500 ألف جرعة من المطعم الوافي من فيروس كورونا (سينوفارم)، تبرعاً من جمهورية الصين الشعبية.

وقال وزير الصحة الدكتور فراس الهواري خلال مراسم استلام التبرع، بحضور السفير الصيني في عمان تشن تشوان دونغ، إن هذه المبادرة تعكس مائة الصداقة التاريخية والشراكة الاستراتيجية بين الأردن والصين في جميع المجالات وتحديداً بمجال الإهتمام بحياة الإنسان وصحته.

وأضاف أن هذا التبرع سيسهم

تسلم الأردن، الخميس، 500 ألف جرعة من المطعم الوافي من فيروس كورونا (سينوفارم)، تبرعاً من جمهورية الصين الشعبية.

وقال وزير الصحة الدكتور فراس الهواري خلال مراسم استلام التبرع، بحضور السفير الصيني في عمان تشن تشوان دونغ، إن هذه المبادرة تعكس مائة الصداقة التاريخية والشراكة الاستراتيجية بين الأردن والصين في جميع المجالات وتحديداً بمجال الإهتمام بحياة الإنسان وصحته.

وأضاف أن هذا التبرع سيسهم

الرمثا بطلاً لدوري المحترفين للمرة الثالثة في تاريخه ولي العهد يهنئ الرمثا: مبارك لقب الدوري لغزلان الشمال



هنأ ولي العهد الأمير الحسين بن عبدالله الثاني نادي الرمثا بالفوز بلقب دوري المحترفين.

ونشر ولي العهد عبر حسابه في انستغرام صورة من تويج نادي الرمثا معلقاً عليها: «مبارك لقب الدوري لغزلان الشمال».

وظفر الرمثا بلقب دوري المحترفين الأردني، للمرة الثالثة في تاريخه، الخميس، بعد تعادله 1-1 مع الجزيرة، على استاد عمان الدولي، في ختام المسابقة.

تقدم الجزيرة بهدف السبق عن طريق حمزة الصبيحي في الدقيقة 52، وسجل للرمثا، محمد أبو زريق شرارة من علامة الجزاء في الدقيقة 57.

ورفع الرمثا رصيده إلى 47 نقطة، ليحسم لقب الدوري بفارق المواجهات المباشرة عن الوحدات الذي فاز 5-0 على شباب العقبة.

واندفع الرمثا سريعاً نحو المواقع الهجومية بحثاً عن تسجيل هدف يعزز من فرص تويجه، واعتمد على انطلاقات أبو الكاس واللحم والزجراري وشرارة والدرودور.

وكعاد الرمثا أن يهز الشباب، بعد محاولات هجومية مكثفة استهلها حمزة الدردور، الذي توغل بين دفاع الجزيرة، ومرر إلى مصعب اللحم، لكنه سدد مكان وقوف الحارس وليد عصام. تابع ص8

نفذت تمريناً تعبدياً بقطاعات أسود اليرموك يحاكي الواجبات المحتملة

القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي تحاكي تأثيرات التطور التكنولوجي في بيئة العمليات



والمساندة للتعامل مع الأهداف وتدمير العدو المفترض، واشتمل التمرين على الافتتاح ضمن منطقة العمليات وتنفيذ جميع التحضيرات الضرورية وإجراءات القادة على كافة المستويات، استعداداً لتنفيذ المهمة وحسب التسلسل التبعوي العسكري المحترف وبجاهزية عالية تساهم في التغلب على كافة التحديات التي قد تواجه القطعات في أرض المعركة.

وتم خلال التمرين، استخدام خلية الاستهداف لتوجيه النيران المباشرة وغير المباشرة والتي تعمل على تنسيق نيران طائرات سلاح الجو الملكي المقاتلة والعامودية وسلاح المدفعية الملكي وأسلحة مقاومة الدروع، وتم استخدام وحدات الهندسة ضمن الواجبات العملياتية وفتح ثغرات في حقول الألغام. وأظهر المشاركون في التمرين قدرتهم على استيعاب الأسلحة والأليات التي دخلت الخدمة حديثاً حيث أظهروا كفاءة عالية في استخدامها من خلال تنفيذ هجوم معاكس وبمساندة جميع أسلحة اللواء المباشرة وغير المباشرة، ثم إعادة التنظيم والتوسع على الأهداف وبعد إنجاز المهمة، وتنفيذ عمليات الإخلاء والتزويد في الميدان.

وتخلل التمرين قيام الدفاع الجوي الميداني الملكي بالتعامل مع التحديات الحديثة التي طرأت على بيئة العمليات والتعامل مع الطائرات المسيرة، والتشويش الإلكتروني على القطعات المشاركة، إضافة إلى الحرب السبرانية، وتنفيذ عمليات المعلومات والعمليات النفسية من قبل خلية عمليات المعلومات.

وفي نهاية التمرين، التقى رئيس هيئة الأركان المشتركة المشركين بالتمرين، ونقل لهم تحيات جلالته القائد الأعلى للقوات المسلحة، وشكرهم على المعنويات العالية والكفاءة القتالية والمهارة في استخدام الأسلحة والمعدات وتنفيذ الواجبات باحترافية ومهنية، والتي ظهرت أثناء التمرين من قبل مرتبات اللواء المدرع/40 (لواء الحديد والنار، لواء الجولان).

عمان

نفذ لواء الملك حسين بن طلال المدرع الملكي/40، أحد تشكيلات المنطقة العسكرية الوسطى، الخميس، تمريناً تعبدياً بقطاعات (أسود اليرموك) يحاكي قدرته على تنفيذ وإجباته العملياتية وبجاهزية عالية ضمن مسرح العمليات والاستجابة للتعامل مع التهديدات التي قد تطرأ مستقبلاً، بما يتوافق مع التطور العسكري التكنولوجي الذي برز في معطيات الحرب الحديثة.

ويأتي التمرين في إطار التوجيهات الملكية السامية التي تهدف إلى إبقاء القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي على درجة عالية من الجاهزية العملياتية مع قدرتها على التعامل مع أية تحديات قد تواجهها في بيئة العمليات الاستراتيجية مستقبلاً.

وجاء القصد من التمرين لاختبار الجاهزية القتالية للتشكيل وأسلحة الإسناد القياسية الملحقه باللواء وقدرته على التخطيط والتنفيذ للعمليات في ظروف مشابهة للعمليات الحقيقية وبشكل واقعي ومدروس ضمن الواجبات المحتملة للواء.

واستمع رئيس هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن يوسف أحمد الحنيطي إلى إيجاز من المساعد للعمليات والتدريب، عن سير الترتيب الجماعي للواء الذي استمر لمدة ثلاثة شهور، بدءاً من إجراءات المعركة للجماعة وحتى مستوى لواء، وإجراءات الافتتاح والتخطيط للعمليات المشتركة التقليدية وغير التقليدية، وعن فرضيات التمرين التي تم تنفيذها لزيادة التنسيق وتوحيد المفاهيم بين وحدات التشكيل الرئيسية والمساندة.

وعكف تشامى لواء (الحديد والنار) والوحدات الملحقه على تنفيذ التمرين في ظل ظروف فرضت على القطعات المشاركة، تتناسب مع العمليات الحقيقية، وتمثلت بتنفيذ الهجوم المعاكس من خلال المواقع الدفاعية واستخدام كافة إمكانيات أسلحة اللواء العضوية

وزير الخارجية يلتقي وفد البرلمان الأوروبي للعلاقات مع دول الشرق

وزير الخارجية يجري مباحثات مع نظيره الايرلندي

ملتقى البرلمانيات الأردنيات ينظم ورشة حول مخرجات المنظومة السياسية

عمان

استقبل نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، الخميس، رئيسة وفد البرلمان الأوروبي للعلاقات مع دول الشرق، إيزابيل سانتوس، وأعضاء الوفد البرلماني.

وتناول اللقاء أطر التعاون وعلاقات الشراكة الاستراتيجية بين الأردن والاتحاد الأوروبي وسبل تطويرها، إضافة إلى المستجدات الإقليمية. وتثن الصفدي الدعم الذي يقدمه الاتحاد الأوروبي للأردن في قطاعات عديدة، مؤكداً أن الأردن ينظر للاتحاد الأوروبي كشريك قوي لدعم المسيرة التنموية في المملكة، وأشار الصفدي إلى المفاوضات الجارية حالياً مع الاتحاد الأوروبي للاتفاق على وثيقة أولويات الشراكة للأعوام 2021-2027 وتطلع المملكة لتوقيعها في الفترة القادمة إضافة لعقد مجلس الشراكة الأردني مع الاتحاد الأوروبي. واستعرض الصفدي المستجدات الإقليمية، وفي مقدمتها تلك المرتبطة بالقضية الفلسطينية، مؤكداً ضرورة التوصل للسلام العادل والشامل استناداً لحل الدولتين ووفقاً لقرارات الشرعية الدولية. وشدد الصفدي على ضرورة الاستثمار في تقديم الدعم لوكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين (الأونروا)، وأهمية المؤتمر الدولي لحشد الدعم للوكالة الذي سيعقد في 16 تشرين الثاني الجاري في بروكسل برئاسة مشتركة بين الأردن والسويد، من جانبها، أشادت سانتوس بالدور الريس للأردن بقيادة جلالته الملك عبدالله الثاني لتحقيق الأمن والاستقرار في المنطقة، والنموذج الذي تقدمه المملكة في سياساتها المعتدلة والحكيمة، ودورها الهام في استضافة اللاجئين، مؤكداً أن الأردن شريك استراتيجي مهم للاتحاد الأوروبي، والعمل مستمر لتطوير برامج التعاون والشراكة مع المملكة.

اختتام دورة صحافية شاملة في «بترا»

عمان

اختتمت في وكالة الأنباء الأردنية (بترا)، الخميس، الدورة الصحفية الشاملة التي عُقدت في إطار الشراكة مع مؤسسات التعليم العالي واستفاد منها طلبة الجامعة العربية المفتوحة. وقال مدير عام الوكالة الزميل فايق حجازين خلال فعاليات اختتام الدورة: إن «الوكالة تهتم بإدامة التدريب ليوكب التطور في المجال الصحفي والاعلامي، وتسعى لتزويد المشاركين بمهارات وفنون العمل الصحفي لتخلق منهم جيل قادر على حمل الرسالة الإعلامية». وتهدف الدورة التي استمرت اسبوعاً إلى تزويد المتدربين بالمهارات والمعارف المتعلقة بمصادر الخبر الصحفي وصياغته، إضافة إلى اكسابهم مهارات التحرير الصحفي، فضلاً عن أساسيات الفنون الصحفية الأخرى، إضافة إلى التطبيقات العملية. وفي ختام التدريب سلم حجازين شهادات الدورة للفرجين.



وقال الصفدي «تفق بأننا قادرين على أن نستمر في العمل معاً، ليس فقط لتحسين علاقتنا الثنائية، ولكن أيضاً للإسهام باتجاه حل أزمات المنطقة وتحقيق الأمن والاستقرار والسلام العادل والدائم الذي نحتاجه». وأضاف الصفدي، بأن لقاء اليوم استعرض سبل تعزيز العلاقات الثنائية في مختلف المجالات، معتبراً أن الافتتاح الرسمي لمبنى السفارة الإيرلندية في المملكة «مؤشر على قوة العلاقات التي تجمعنا وعلى حرصنا على زيادة التعاون، وتفعلته في عديد مجالات». وذكر الصفدي، أن زيارة كوفيني كانت أيضاً محطة للحديث حول قضايا المنطقة، وفي مقدمتها القضية الرئيسية، القضية المركزية وهي القضية الفلسطينية، حيث يتفق الجانبان على «ضرورة إيجاد أفق سياسي للتقدم نحو حل الصراع على أساس حل الدولتين».

وأكد الصفدي، أن هذا الحل الذي يجسد الدولة الفلسطينية المستقلة وعاصمتها القدس الشرقية على خطوط الرابع من حزيران 1967 هو السبيل الوحيد لتحقيق السلام العادل والشامل الذي يمثل خياراً استراتيجياً». وتثن الصفدي مواقف إيرلندا التاريخية والثابتة في دعم الحقوق المشروعة للشعب الفلسطيني، ودعمها المستمر لوكالة (الأونروا)، وزاد ثمن عالياً مواقف إيرلندا وجهودها ودورها باتجاه الدفع نحو العودة إلى مفاوضات جادة وفعالة» للتوصل لحل الدولتين. وأعرب الصفدي عن شكره للدعم المستمر الذي تقدمه إيرلندا لوكالة الأونروا، وعن إعلانها أمس عن تبرعات إضافية، مؤكداً تطلعه إلى مشاركة وزير الخارجية الإيرلندي في المؤتمر الذي ستعظمه المملكة بالتعاون مع السويد من أجل حشد الدعم المالي والسياسي للوكالة الشهر الجاري. وأكد الصفدي على ضرورة عدم تكرار الإجراءات التشريعية التي فُجرت الأوضاع هذا العام، مُشدداً على أهمية احترام الوضع التاريخي والقانوني القائم في القدس ومقدساتها واحترام حق أهالي الشيخ جراح في بيوتهم وعدم ترحيلهم، «لأنّ في ترحيلهم خرق واضح للقانون الدولي وجريمة حرب لا يمكن إلا أن ترفضها وأن تقوم بكل ما نستطيع لمنعها». وأضاف الصفدي، بأن محادثاته مع نظيره الإيرلندي ناقشت الوضع في سوريا، حيث أكد ضرورة التقدم باتجاه حل سياسي يحفظ وحدة سوريا واستقرارها.

عمان

أجرى نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، ووزير الخارجية ووزير الدفاع في جمهورية إيرلندا سيمون كوفيني، محادثات ركزت على سبل تعزيز آفاق العلاقات الثنائية المتميزة بين البلدين الصديقين، وتناولت المستجدات الإقليمية والدولية ذات الاهتمام المشترك، والجهود المبذولة لحل الأزمات في المنطقة.

وأكد الوزيران الحرص على توسعة آفاق التعاون الثنائي في المجالات كافة، سيما في المجالات التجارية والاقتصادية. واتفق الوزيران على تشكيل فريق عمل ليعض خلال الأسابيع القادمة برنامجاً لتفعيل التعاون في عدد من القضايا في مجال الأمن الغذائي، والمياه والتعليم والسياحة والتكنولوجيا والتبادل الثقافي والبيئي إلى غير ذلك من مجالات التعاون الثنائي التي ستعكس بصورة إيجابية على تطور العلاقات بين البلدين، واستعرض الوزيران المستجدات الإقليمية، وفي مقدمتها تلك المرتبطة بالقضية الفلسطينية، والجهود المستهدفة لإيجاد أفق سياسي حقيقي ينتج العودة إلى مفاوضات جادة وفاعلة لتحقيق السلام العادل والشامل على أساس حل الدولتين.

وبحثا التطورات الإقليمية وجهود حل الأزمات في سوريا وليبيا واليمن، إضافة إلى قضايا عديدة ذات اهتمام مشترك. وأكد الصفدي، أنّ لا بديل لحل سياسي للأزمة السورية يحفظ وحدة سوريا وتماسكها، وضرورة تكثيف الجهود لحل الأزمة اليمينية وفق المرجعيات المعتمدة، وفي مقدمتها قرار مجلس الأمن 2216 ومخرجات الحوار الوطني واتفق الرياض.

وأكد، أنّ من المملكة العربية السعودية الشقيقة ودول الخليج العربي من أمن المملكة، وأنّ الأردن يرفض أي اعتداء على الأشقاء ويرفض أي إساءة للمملكة العربية السعودية الشقيقة. وفي تصريحات صحافية مشتركة بعد المحادثات، أكد الصفدي، أنّ المملكة تعزز بالعلاقات القوية التي تربط البلدين الصديقين، وبأنّ إيرلندا شريك مهم للمملكة.

عمان

قالت رئيسة ملتقى البرلمانيات الأردنيات، النائب ميادة شريم، «إننا اليوم نعيش مرحلة مهمة وفارقة في تاريخ وطننا، ما يدعونا إلى بذل مزيد من الجهد والتشراكة للخروج بتشريعات وقوانين تتواءم مع التغيرات المتسارعة التي يعيشها العالم».

جاء ذلك خلال ورشة عمل عقدها الملتقى الخميس في مدينة البترا حول مخرجات اللجنة الملكية لتحديث المنظومة السياسية، وذلك بالتعاون مع المعهد الديمقراطي الوطني، بحضور عضو اللجنة الملكية الدكتور ريم أبو حسان. وأضافت شريم، حسب بيان صحفي أصدره الملتقى، أن التوجيهات الملكية حول تعديل المنظومة السياسية جاءت مواكبة للتغيرات التي يعيشها الأردن الذي يحتفل بدخوله مئوية الثانية من عمر الدولة، سيما وأن هذه التعديلات تمس مواد هامة ومؤثرة، من قبيل قانوني الانتخاب والأحزاب، اللذين يمثلان عصب الحياة السياسية.

وأشارت إلى أن هذه الورشة تأتي ضمن سلسلة الورشات التي ينظمها ملتقى البرلمانيات الأردنيات، لتسليط الضوء على مشاركة المرأة الأردنية في مختلف المجالات السياسية والاقتصادية والاجتماعية ودعم قضايا المرأة بالمجالات كافة، فضلاً عن تهيئة بيئة تشريعية وسياسية ضامنة لدور الشباب والمرأة في الحياة العامة.

من جانبها، قالت أبو حسان، إن هذه الورشة تمثل فرصة حقيقية لرصد آراء وجهة نظر السيدات النواب حول مخرجات اللجنة الملكية لتحديث المنظومة السياسية، وأكدت، أن اللجنة توافقت وبشكل كبير على تلك المخرجات، رغم أنها مشكلة من مختلف الأطياف السياسية.

البر والإحسان تنفذ يوماً طيباً

مجانياً في الأزرق الجنوبي اليوم

عمان

تنفذ حملة البر والإحسان في الصندوق الأردني الهاشمي للتنمية البشرية (جهد)، بدعم من شريحة السمرا لتوليد الكهرباء اليوم الجمعة، يوماً طيباً مجانياً في منطقة الأزرق الجنوبي.

وتبدأ فعاليات اليوم الطيب في مدرسة الأزرق الجنوبي المخططة الساعة العاشرة صباحاً، وتشمل الفعاليات تقديم خدمات طبية واستشارية من خلال كادر طبي، في اختصاصات الباطني، القلب، السكري، النسائية، العيون، الأنف والأذن والحنجرة، الأسنان، الجلدية، الصدرية، العظام والروماتيزم والمفاصل.

وينفذ اليوم الطيب بمشاركة عدد من المراكز والمختبرات الطبية والصيدالية في إطار الشراكة مع حملة البر والإحسان، فيما سيتم تقديم العلاجات اللازمة والمجانبة للمراجعي.

العودات: مجلس النواب سيتعامل بمسؤولية وطنية مع التوجيهات الملكية الساعية لتعزيز مسيرتنا الإصلاحية



مختلف المجالات، مؤكداً أن شراكة الجانبين تتسم بالثقة المتبادلة وتطبيق المواقف حيال عديد من الملفات.

من جهتها، أشادت رئيسة وفد البرلمان الأوروبي للعلاقات مع دول الشرق إيزابيل سانتوس بدور الأردن في السعي نحو تحقيق الأمن والاستقرار في المنطقة بقيادة جلالته الملك عبد الله الثاني، لافتة إلى مناهة الشراكة التي تربط الاتحاد بالأردن وتطبيق المواقف حيال عديد الملفات.

وأكدت، أن البرلمان الأوروبي سيواصل دعمه الكامل للإصلاحات الاجتماعية والاقتصادية والديمقراطية في الأردن الهادفة إلى تعزيز مسيرة الاستقرار التي شهدها الأردن وقدم من خلالها نموذجاً متقدماً في المنطقة، لافتة إلى أهمية التعاون والتنسيق البرلماني المشترك بين الجانبين خدمة للمصالح المشتركة وشعوب المنطقة.

بقانوني الانتخاب والأحزاب والإدارة المحلية، مؤكداً أن مجلس النواب وعبر مناقشاته ولجانته وأليات التصويت على مشاريع القوانين ذات الصلة سيمارسون دورهم الدستوري بمسؤولية وطنية عالية إيماناً بأهمية السير بمنظومة التحديث الشاملة التي وجه إليها جلالته الملك. واستعرض العودات جملة المواقف الأردنية الداخلية والخارجية والتي تتطرق فيها الدولة الأردنية عبر مختلف مؤسساتها من توجيهات ملكية سامية، تؤمن دوماً بأهمية تطوير ومراجعة تشريعاتنا الناظمة للعمل البرلماني والسياسي، ومن ثوابت ومنطلقات في الخارج تسعى لتحقيق الأمن والاستقرار وتعزيز مساحات الحوار في حل الأزمات والتنسيق والتعاون المستمر في مكافحة الإرهاب.

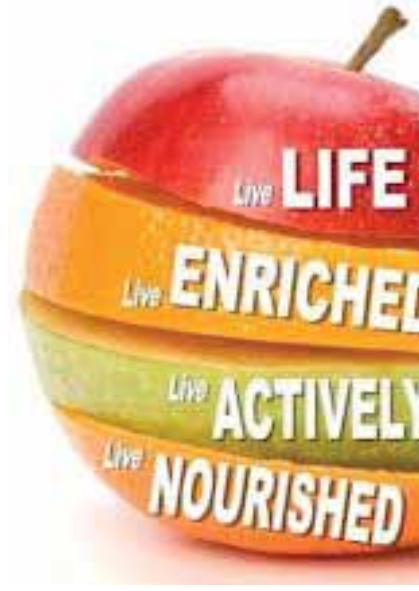
وعبر العودات عن التقدير للدور الذي يقدمه الاتحاد الأوروبي في دعم الأردن في مواصلة مسيرتنا الإصلاحية بتعزيز العمل الجماعي البرلماني وتمكين الأحزاب والشباب والمرأة لنصل بنهاية الأمر إلى توسيع قاعدة المشاركة الشعبية في صناعة القرار وتحمل المسؤولية. وأضاف إن إرادة جلالته الملك تالتت مع طموحات القوى السياسية والحزبية والشعبية في الوصول إلى تلك الأهداف التي تشكل نقلة نوعية في الحياة السياسية والبرلمانية تزامناً مع مئوية الدولة الثانية.

وقال العودات، إن مخرجات اللجنة الملكية لتحديث المنظومة السياسية مثلت حالة توافق بين أطراف سياسية متباينة في مواقفها وطبيعتها نظرتها لقوانين جدلية، لافتاً إلى أن المجلس تابع عن كذب تفاصيل الحوارات داخل اللجان الفرعية للجنة الأم. وأشار إلى أن مجلس النواب ينتظر ما سترسله الحكومة من مشاريع تعديلات دستورية وتلك المتعلقة

أكد رئيس مجلس النواب الحامي عبد المنعم العودات، أن المجلس سيتعامل بمسؤولية وطنية مع التوجيهات الملكية الساعية لتعزيز مسيرتنا الإصلاحية من خلال مراجعة شاملة للقوانين الناظمة للحياة السياسية. حديث العودات جاء خلال لقاء الخميس بدار مجلس النواب مع رئيسة وفد البرلمان الأوروبي للعلاقات مع دول الشرق إيزابيل سانتوس والوفد البرلماني الأوروبي بحضور سفيرة الاتحاد الأوروبي لدى الأردن ماريا ماجيبيدوس، ومقرر لجنة الشؤون الخارجية في مجلس النواب النائب أيمن مدانات.

وقال العودات، إن الأردن يتميز بحيوته في المراجعة المستمرة لمسيرته الديمقراطية، وهو ما تشهد اليوم من إرادة سياسية عليا جسدتها توجيهات سيد البلاد نحو

نصائح حول المكملات الغذائية للحوامل من منظمة الصحة العالمية



تتبع الحالة التغذوية للأم في الفترة السابقة للحمل وأثناء الحمل دوراً أساسياً في نمو الجنين ونمائه. فسوء الحالة التغذوية للمرأة في الفترة السابقة للحمل وفي بداية الحمل (حتى 12 أسبوعاً من الحمل)، قد تزيد من مخاطر حصول الحمل المضائرة. ولذا فإن الفترة المحيطة بالحمل تُعد فترة مهمة للتدخلات التي تنهض بصحة الأم وبالتالي تزيد من احتمالات الحصول الإيجابية للحمل.

والعيوب الولادية والتشوهات الخلقية هي شذوذات بنوية أو وظيفية موجودة منذ الولادة ويمكن أن ينسب فيها عدد من العوامل بما في ذلك عوز المغذيات الدقيقة. وتُعد عيوب الأنبوب العصبي مثل السنسنة المشقوقة ضمن التشوهات الخلقية الأكثر شيوعاً. وتشير البيانات الحالية إلى أن إعطاء مكملات حمض الفوليك في الفترة المحيطة بالحمل يمكن أن يحقق الوقاية من عيوب الأنبوب العصبي، سواء قدمت هذه المكملات بمفردها أو في توليفة مع فيتامينات ومعادن أخرى.

ينبغي لجميع النساء أن يتناولن جرعة تكملية من حمض الفوليك (400 ميكروغرام من حمض الفوليك في اليوم) ابتداءً من سبوعين إلى الحمل حتى الأسبوع الثاني عشر من الحمل. وينبغي للنساء اللواتي حملن جنيناً شخصت إصابته بعيب الأنبوب العصبي أو ولدن طفلاً مصاباً بعيب الأنبوب العصبي أن يتلقين المعلومات عن خطر التكرار ويطلعن على خطر التكميل بحمض الفوليك في المرحلة المحيطة بالحمل ويحصلن على جرعة تكملية كبيرة (5 مليغرامات من حمض الفوليك في اليوم).

الدهن أو الدم والأحماض الدهنية إن الأحماض الدهنية أوميغا 3 الطويلة السلسلة والعديد اللاتسبع قد تساعد في عدد من العمليات البيولوجية بما في ذلك العمليات التي تكتسي أهمية أثناء الحمل والوضع. وتُعد الأحماض الدهنية البحرية مصدراً غنياً بالأحماض الدهنية أوميغا 3 الطويلة السلسلة والعديد اللاتسبع وتشير البيانات الصادرة عن الدراسات الرصدية إلى احتمال وجود ارتباط بين استهلاك الأحماض الدهنية أثناء الحمل وبين الحد من بعض الحصائل الصحية السلبية مثل مقدمات الارتجاج والابتسار وانخفاض الوزن عند الميلاد.

وتشير البيانات الحالية إلى أن التكميل بالأحماض الدهنية أوميغا 3 الطويلة السلسلة والعديد اللاتسبع يرتبط بالحد من مخاطر الولادة المبكرة وبعض الزيادة المتواضعة في الوزن عند الميلاد. وتتلعب الحالة التغذوية للأم في الفترة السابقة للحمل وأثناء الحمل دوراً رئيسياً في نمو الجنين ونمائه. وقد تتعرض النساء الحوامل اللاتي يعانين من نقص التغذية لزيادة مخاطر حصول الحمل المضائرة بما في ذلك ولادة الرضيع الخشن الوزن عند الميلاد. وقد ثبت أن تقديم التكميل المتوازن بالطاقة والبروتين (أي المكملات التي يمثل فيها البروتين أقل من 20٪ من محتوى الطاقة الإجمالية) إلى النساء الحوامل اللاتي يعانين من نقص التغذية، يعزز زيادة الوزن أثناء الحمل ويحسن حصائل الحمل.

وتدل البيانات المتاحة حالياً على أن مكملات الطاقة والبروتين المتوازنة تحسن من نمو الجنين، وقد حددت من مخاطر الإملاص وانخفاض وزن الرضع عند الميلاد والرضع الصغار بالنسبة إلى العمر الحلمي، ولاسيما في صفوف النساء الحوامل اللاتي يعانين من نقص التغذية. ومن المستبعد أن تكون المكملات عالية البروتين مفيدة أثناء الحمل وقد تضر بالجنين. وتشير البيانات أيضاً إلى أن المشورة التغذوية المقدمة قبل الولادة بهدف زيادة مدخول الطاقة والبروتين للأم قد تسهم بالفاعلية في زيادة مدخول البروتين لدى الأم والحد من مخاطر الابتسار.

الفيتمينات والمعادن إن اضطرابات فرط ضغط الدم مثل مقدمات الارتجاج والارتجاج هي في عداد الأسباب الرئيسية لوفاة الأمهات والولادة قبل الأوان ولا سيما في البلدان المنخفضة الدخل. وتعتبر الولادة قبل الأوان السبب الرئيسي لوفاة المواليد المبكرة ووفيات الرضع ويكون الأطفال الناجون أكثر عرضة لخطر الإصابة بأمراض تنفسية والمراضة العصبية في الأمد الطويل.

وينخفض ضغط الدم عادة في أوائل فترة الحمل ثم يرتفع ارتفاعاً بطيئاً حتى نهاية فترة الحمل. ومع ذلك، يخلل هذا التوازن ويزداد خطر الإصابة بمقدمات الارتجاج بسبب البداية والسكري والحمل التوأمي أو الحمل في سن المراهقة وانخفاض استهلاك الكالسيوم. ويحسن توفير جرعة الكالسيوم المكمل مدخول الكالسيوم ويحد وبالتالي من خطر الإصابة باضطرابات فرط ضغط الدم أثناء الحمل.

تشير الفوليك والحديد حمض الفوليك والحديد هما من أهم العناصر التي يجب تناولها أثناء الحمل. ويمنح الفوليك والحديد الحامل الطاقة اللازمة لنمو الجنين. ويمنح الحديد الحامل الحديد الذي يحتاجه الجنين لنموه. ويمنح الحديد الحامل الحديد الذي يحتاجه الجنين لنموه. ويمنح الحديد الحامل الحديد الذي يحتاجه الجنين لنموه.

وتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل. وتتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل. وتتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل.

وتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل. وتتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل. وتتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل.

وتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل. وتتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل. وتتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل.

وتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل. وتتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل. وتتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل.

وتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل. وتتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل. وتتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل.

وتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل. وتتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل. وتتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول مكملات الحديد والفوليك للحامل.

مفاجأة.. الكافيين قد يؤثر إيجاباً على الرياضة

كشفت مراجعة لبحوث سابقة أن تناول الكافيين قبل ممارسة التمارين الرياضية قد يحسن أداء مجموعة واسعة من التدرجات. وكتب الباحثون في دورية (الطب الرياضي) البريطانية أن الكافيين يمكنه على وجه الخصوص تعزيز السرعة والطاقة والقوة والتحمل. من جهته، قال قائد فريق البحث من جامعة فيكتوريا في ملبورن باستراليا، جوزو جرجيك، إن "المكملات التي تحتوي على الكافيين شائعة جداً بين الرياضيين. وكشفت دراسة ترجع لعام 2011 أن نحو 75٪ من عينات بول رياضيين شاركوا في الألعاب الأولمبية يحتوي على مستويات مرتفعة من الكافيين".

وعام 2004، رُفِع الكافيين من قائمة الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات كمادة محظورة تناولها خلال المنافسات. وذكر جرجيك أن عينات بول رياضيين شاركوا في الألعاب الأولمبية تحتوي على مستويات مرتفعة من الكافيين. وعام 2004، رُفِع الكافيين من قائمة الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات كمادة محظورة تناولها خلال المنافسات. وذكر جرجيك أن عينات بول رياضيين شاركوا في الألعاب الأولمبية تحتوي على مستويات مرتفعة من الكافيين.

ووقَّع الأطباء إلى حالة مواطن كندي عمره 54 سنة، راجع الأطباء بسبب مشكلات في الجهاز البولي، بدأت بعد عودته من منطقة جنوب شرق آسيا، حيث كان يقضي وقتاً طويلاً على الشاطئ، ما تسبب في ظهور مشكلات في كليتيه. وأظهرت نتائج الفحص الذي أجراه أخصائيو طب الكلى أن بنية

الكلية لم تتغير، وتحليل البول لا يحتوي على أي شيء مشبوه. وبعد إجراء فحص موسع ومفصل، اتضح أن مستوى الكالسيوم وهرمون الباراثاين في دمه مرتفع جداً. الأمر الذي يحصل عند الإفراط في تناول فيتامين D. وقد أكد المريض على أنه تناول فعلاً فيتامين D على مدى السنوات الثلاث الأخيرة من عمره، بناء على نصيحة لصديق له. ونتيجة لتعرض هذا الرجل للشمس ولغترات طويلة حصل جسمه على كميات كبيرة من فيتامين D، ما أدى إلى ظهور مشكلات في كليتيه، وبعد تلقيه العلاج خلال فترة طويلة، أصبح يعاني من مرض كلوي مزمن.

احذروا من الإفراط بتناول فيتامين D

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

الجزر.. مشروب سحري مهدئ للسعال ومزيل للبلغم

لطالما سمعنا كثيراً منذ نعومة أظفارنا عن فوائد الجزر لصحة العينين، لكن لم تعلم أنه يساعد في تهدئة السعال والقضاء على البلغم المزعج؟

هذا ما يؤكد تقرير نشره موقع "ديلي هيلث" المعني بالصحة عن مشروب سحري يعتمد على الجزر وبعض المكونات الأخرى ويتمتع بفائدة مذهلة في إزالة البلغم وتنقية الرئة دون أية مواد كيميائية كذلك الموجودة في أدوية السعال.

فالجوز من الخضراوات الغنية بالمواد المضادة للأكسدة والفيتمينات كفيتامين A و C و K وكذلك البوتاسيوم، مما يساعد أيضاً في الحد من ارتفاع ضغط الدم وعلاج السكري.

ويعلم خبراء التغذية جيداً منذ فترة طويلة أن فيتامين (A) يلعب دوراً كبيراً في القضاء على العدوى والحفاظ على الأسطح المخاطية مثل الرئتين، كما أن فيتامين (C)

يتميز زيت الزيتون بغناه بمضادات الأكسدة والحوامض الدهنية التي تؤمن للبشرة ما تحتاجه من تغذية، وحماية، وترطيب. وهو يناسب كافة أنواع البشرة بما فيها الحساسة. تعرفوا فيما يلي على 5 حلول يقدمها زيت الزيتون لخمس من المشاكل الجلدية المزعجة:

1- يعالج حب الشباب: يساهم زيت الزيتون في علاج مشكلة حب الشباب. لتحضير قناع مفيد في هذا المجال، يكفي خلط القليل من الطحين، والحليب السائل، وزيت الزيتون، ووضعه نقاط من عصير الليمون الذي يساعد على التآم الندبات التي تسببها البثور. سماكة هذا القناع يجب أن تكون متوسطة، على أن

يتم مده على البشرة وتركه لفترة 20 دقيقة قبل غسله بالماء الفاتر والصابون الناعم. 2- يخفف من توسع المسام: يمكن للمساح المتوسعة أن تظهر على البشرة الجافة والدهنية على السواء. للمساعدة على انقباضها واكتساب البشرة النعومة المنشودة، يُنصح باعتماد قناع مؤلف من ظرف من الخميرة الكيميائية، وملعقة كبيرة من العسل، وملعقة كبيرة من زيت الزيتون. يُطبق هذا القناع مدة 10 دقائق على البشرة الجافة ولمدة 20 دقيقة على البشرة الدهنية، على أن يتم شطفه بالماء الفاتر والصابون الناعم.

3- يعنى بالبشرة الفاقدة للحوية: تحتاج البشرة الفاقدة للحوية إلى عناية خاصة يمكن أن يؤمنها زيت الزيتون من خلال تحضير مَشْرَقْ فعّال يعيد إليها النضارة. يكفي تدليك البشرة بمَشْرَقْ دائرية بخليط مؤلف من 3 ملاعق من زيت الزيتون و3 ملاعق من السكر. يمكن أن تضفي إلى هذا المَشْرَقْ بضع قطرات من زيت الورد الحلو للحصول على مفعول مجدٍ ومنعّم للبشرة.

4- يحارب التلوث: تتعرض بشرة الوجه بشكل يومي للإجهاد ولعدة أنواع من التلوث مما يتركها شاحبة وفاقدة للحوية. يساعد قناع زيت الزيتون المضاد للتلوث في استعادة نضارة البشرة، ولتحضيره يكفي خلط بيضة طازجة، نصف ملعقة صغيرة من زيت

الزيتون، وملعقة كبيرة من الطحين، والقليل من ملح البحر والحليب السائل. يتم تدليك البشرة بهذه الخلطة ثم تركه لمدة 20 دقيقة قبل غسله بالماء الفاتر والصابون الناعم. 5- بقي من الجفاف: يساعد اجتماع زيت الزيتون مع زيوت أخرى في تأمين ما تحتاجه البشرة من تغذية بالعنق. لتحضير هذه الخلطة يكفي أن نمزج في وعاء: 50 مليلتر من زيت الزيتون، 50 ملليلتر من زيت الأفوكادو، 60 نقطة من زيت الجيرانيوم الأساسي، 90قطرة من زيت الفيتامين E. يُنصح بتطبيق القليل من هذه الخلطة على البشرة مساءً قبل النوم لتغذيتها بالعنق خلال الليل.

تتأماً مستمراً للفردات، واستخداماً متزايداً للتركيبات المفرداتية، وهماً وأولياً لقواعد اللغة وبناء الجملة. وبيولوجهم السنّة الثالثة، يعمل الأطفال على استخدام جمل خماسية أو حتى سداسية الكلمات، حتى يتمكنون من التّخاطب بجمل الكبار في الرابعة من عمرهم. أمّا الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين الخامسة والسادسة فينتقنون قواعد اللغة والمعنى المعقدة.

في مرحلة الطفولة المبكرة (2-7 سنوات) يتعلّم الأطفال إنجاز عمليّات عقلية متنوّعة واستخدام التفكير واللغة الرمزيّين لتحويل بيئتهم وتغيير المعلومات التي يجمعونها عن العالم المحيط بهم. ويولد المنطق، بما يتضمّنه من تصنيف للأفكار وفهم للوقت والعدد، في مرحلة الطفولة المتأخّرة (7-12 سنة). وبالطّراد، تزداد سعة الذاكرة لديهم لتتسند العمليّات الإدراكية الأخرى، ولما تتسند الذاكرة قصيرة المدى وطويلة المدى، تزداد سرعة وكفاءة استرجاع المعلومات والبحث في

الصحيحة فيما بينهم. يستعرض هذا المقال أشهر أنواع القرحة، أسبابها والتّخزين والإصابة بعدوى فطرية أو فيروسية، مثل فيروس الهيربس (Herpes) أو فيروس العنوّز المناعيّ البشريّ (AIDS)، قد يكون مرض النّهام (Bulimia nervosa) سبباً من أسباب قرحة المريء كذلك، وهو نوعٌ من اضطرابات الأكل التي يقوم فيها الشخص المصاب بتناول كميات طعام كبيرة خلال مدة زمنيّة قصيرة، ثمّ اتباعها بما يُعرف بعليّة التطهير ويعني ذلك التخلّص مما تم تناوله عبر التقيؤ الذاتي. لقرحة المريء أعراض عدة، مثل: المشاكل والألام المصاحبة لعملية البلع،

العلامات المؤدّرة بخطر وجود القرحة لا شك أنّ التهابات الخارجى المفتوح يكون مؤلماً وقابلاً للتّهيج بسهولة، إلا أنّ للتهابات الخارجيّة جانباً مُشرباً ألا وهو حقيقة كونها مكشوفة وظاهرة للعيان، مما يُسهل علاجها بإحدى الطرق العديدة مثل استخدام الضمادات أو الأدوية الموضعيّة؛ في المقابل، يزداد أمر التهابات تعقيدياً في حال كانت داخلية، ولعل أشهر تلك التهابات وأكثرها إزعاجاً هو القرحة. تتعدّد أنواع القرحة بتعدد مواطن تشكّلها، إلا أنّ لها جميعها قاسماً مُشتركا واحداً، وهو كونها مزعجة جداً إضافيّةً لتربصها بالجميع بغض النظر عن الاختلافات في الحالة

الصحيحة فيما بينهم. يستعرض هذا المقال أشهر أنواع القرحة، أسبابها والتّخزين والإصابة بعدوى فطرية أو فيروسية، مثل فيروس الهيربس (Herpes) أو فيروس العنوّز المناعيّ البشريّ (AIDS)، قد يكون مرض النّهام (Bulimia nervosa) سبباً من أسباب قرحة المريء كذلك، وهو نوعٌ من اضطرابات الأكل التي يقوم فيها الشخص المصاب بتناول كميات طعام كبيرة خلال مدة زمنيّة قصيرة، ثمّ اتباعها بما يُعرف بعليّة التطهير ويعني ذلك التخلّص مما تم تناوله عبر التقيؤ الذاتي. لقرحة المريء أعراض عدة، مثل: المشاكل والألام المصاحبة لعملية البلع،

العلامات المؤدّرة بخطر وجود القرحة لا شك أنّ التهابات الخارجى المفتوح يكون مؤلماً وقابلاً للتّهيج بسهولة، إلا أنّ للتهابات الخارجيّة جانباً مُشرباً ألا وهو حقيقة كونها مكشوفة وظاهرة للعيان، مما يُسهل علاجها بإحدى الطرق العديدة مثل استخدام الضمادات أو الأدوية الموضعيّة؛ في المقابل، يزداد أمر التهابات تعقيدياً في حال كانت داخلية، ولعل أشهر تلك التهابات وأكثرها إزعاجاً هو القرحة. تتعدّد أنواع القرحة بتعدد مواطن تشكّلها، إلا أنّ لها جميعها قاسماً مُشتركا واحداً، وهو كونها مزعجة جداً إضافيّةً لتربصها بالجميع بغض النظر عن الاختلافات في الحالة

الصحيحة فيما بينهم. يستعرض هذا المقال أشهر أنواع القرحة، أسبابها والتّخزين والإصابة بعدوى فطرية أو فيروسية، مثل فيروس الهيربس (Herpes) أو فيروس العنوّز المناعيّ البشريّ (AIDS)، قد يكون مرض النّهام (Bulimia nervosa) سبباً من أسباب قرحة المريء كذلك، وهو نوعٌ من اضطرابات الأكل التي يقوم فيها الشخص المصاب بتناول كميات طعام كبيرة خلال مدة زمنيّة قصيرة، ثمّ اتباعها بما يُعرف بعليّة التطهير ويعني ذلك التخلّص مما تم تناوله عبر التقيؤ الذاتي. لقرحة المريء أعراض عدة، مثل: المشاكل والألام المصاحبة لعملية البلع،

5 من مشاكل البشرة يعالجها زيت الزيتون

يتميز زيت الزيتون بغناه بمضادات الأكسدة والحوامض الدهنية التي تؤمن للبشرة ما تحتاجه من تغذية، وحماية، وترطيب. وهو يناسب كافة أنواع البشرة بما فيها الحساسة. تعرفوا فيما يلي على 5 حلول يقدمها زيت الزيتون لخمس من المشاكل الجلدية المزعجة:

1- يعالج حب الشباب: يساهم زيت الزيتون في علاج مشكلة حب الشباب. لتحضير قناع مفيد في هذا المجال، يكفي خلط القليل من الطحين، والحليب السائل، وزيت الزيتون، ووضعه نقاط من عصير الليمون الذي يساعد على التآم الندبات التي تسببها البثور. سماكة هذا القناع يجب أن تكون متوسطة، على أن

يتم مده على البشرة وتركه لفترة 20 دقيقة قبل غسله بالماء الفاتر والصابون الناعم. 2- يخفف من توسع المسام: يمكن للمساح المتوسعة أن تظهر على البشرة الجافة والدهنية على السواء. للمساعدة على انقباضها واكتساب البشرة النعومة المنشودة، يُنصح باعتماد قناع مؤلف من ظرف من الخميرة الكيميائية، وملعقة كبيرة من العسل، وملعقة كبيرة من زيت الزيتون. يُطبق هذا القناع مدة 10 دقائق على البشرة الجافة ولمدة 20 دقيقة على البشرة الدهنية، على أن يتم شطفه بالماء الفاتر والصابون الناعم.

3- يعنى بالبشرة الفاقدة للحوية: تحتاج البشرة الفاقدة للحوية إلى عناية خاصة يمكن أن يؤمنها زيت الزيتون من خلال تحضير مَشْرَقْ فعّال يعيد إليها النضارة. يكفي تدليك البشرة بمَشْرَقْ دائرية بخليط مؤلف من 3 ملاعق من زيت الزيتون و3 ملاعق من السكر. يمكن أن تضفي إلى هذا المَشْرَقْ بضع قطرات من زيت الورد الحلو للحصول على مفعول مجدٍ ومنعّم للبشرة.

4- يحارب التلوث: تتعرض بشرة الوجه بشكل يومي للإجهاد ولعدة أنواع من التلوث مما يتركها شاحبة وفاقدة للحوية. يساعد قناع زيت الزيتون المضاد للتلوث في استعادة نضارة البشرة، ولتحضيره يكفي خلط بيضة طازجة، نصف ملعقة صغيرة من زيت

الزيتون، وملعقة كبيرة من الطحين، والقليل من ملح البحر والحليب السائل. يتم تدليك البشرة بهذه الخلطة ثم تركه لمدة 20 دقيقة قبل غسله بالماء الفاتر والصابون الناعم. 5- بقي من الجفاف: يساعد اجتماع زيت الزيتون مع زيوت أخرى في تأمين ما تحتاجه البشرة من تغذية بالعنق. لتحضير هذه الخلطة يكفي أن نمزج في وعاء: 50 مليلتر من زيت الزيتون، 50 ملليلتر من زيت الأفوكادو، 60 نقطة من زيت الجيرانيوم الأساسي، 90قطرة من زيت الفيتامين E. يُنصح بتطبيق القليل من هذه الخلطة على البشرة مساءً قبل النوم لتغذيتها بالعنق خلال الليل.

تتأماً مستمراً للفردات، واستخداماً متزايداً للتركيبات المفرداتية، وهماً وأولياً لقواعد اللغة وبناء الجملة. وبيولوجهم السنّة الثالثة، يعمل الأطفال على استخدام جمل خماسية أو حتى سداسية الكلمات، حتى يتمكنون من التّخاطب بجمل الكبار في الرابعة من عمرهم. أمّا الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين الخامسة والسادسة فينتقنون قواعد اللغة والمعنى المعقدة.

في مرحلة الطفولة المبكرة (2-7 سنوات) يتعلّم الأطفال إنجاز عمليّات عقلية متنوّعة واستخدام التفكير واللغة الرمزيّين لتحويل بيئتهم وتغيير المعلومات التي يجمعونها عن العالم المحيط بهم. ويولد المنطق، بما يتضمّنه من تصنيف للأفكار وفهم للوقت والعدد، في مرحلة الطفولة المتأخّرة (7-12 سنة). وبالطّراد، تزداد سعة الذاكرة لديهم لتتسند العمليّات الإدراكية الأخرى، ولما تتسند الذاكرة قصيرة المدى وطويلة المدى، تزداد سرعة وكفاءة استرجاع المعلومات والبحث في

الصحيحة فيما بينهم. يستعرض هذا المقال أشهر أنواع القرحة، أسبابها والتّخزين والإصابة بعدوى فطرية أو فيروسية، مثل فيروس الهيربس (Herpes) أو فيروس العنوّز المناعيّ البشريّ (AIDS)، قد يكون مرض النّهام (Bulimia nervosa) سبباً من أسباب قرحة المريء كذلك، وهو نوعٌ من اضطرابات الأكل التي يقوم فيها الشخص المصاب بتناول كميات طعام كبيرة خلال مدة زمنيّة قصيرة، ثمّ اتباعها بما يُعرف بعليّة التطهير ويعني ذلك التخلّص مما تم تناوله عبر التقيؤ الذاتي. لقرحة المريء أعراض عدة، مثل: المشاكل والألام المصاحبة لعملية البلع،

العلامات المؤدّرة بخطر وجود القرحة لا شك أنّ التهابات الخارجى المفتوح يكون مؤلماً وقابلاً للتّهيج بسهولة، إلا أنّ للتهابات الخارجيّة جانباً مُشرباً ألا وهو حقيقة كونها مكشوفة وظاهرة للعيان، مما يُسهل علاجها بإحدى الطرق العديدة مثل استخدام الضمادات أو الأدوية الموضعيّة؛ في المقابل، يزداد أمر التهابات تعقيدياً في حال كانت داخلية، ولعل أشهر تلك التهابات وأكثرها إزعاجاً هو القرحة. تتعدّد أنواع القرحة بتعدد مواطن تشكّلها، إلا أنّ لها جميعها قاسماً مُشتركا واحداً، وهو كونها مزعجة جداً إضافيّةً لتربصها بالجميع بغض النظر عن الاختلافات في الحالة

الصحيحة فيما بينهم. يستعرض هذا المقال أشهر أنواع القرحة، أسبابها والتّخزين والإصابة بعدوى فطرية أو فيروسية، مثل فيروس الهيربس (Herpes) أو فيروس العنوّز المناعيّ البشريّ (AIDS)، قد يكون مرض النّهام (Bulimia nervosa) سبباً من أسباب قرحة المريء كذلك، وهو نوعٌ من اضطرابات الأكل التي يقوم فيها الشخص المصاب بتناول كميات طعام كبيرة خلال مدة زمنيّة قصيرة، ثمّ اتباعها بما يُعرف بعليّة التطهير ويعني ذلك التخلّص مما تم تناوله عبر التقيؤ الذاتي. لقرحة المريء أعراض عدة، مثل: المشاكل والألام المصاحبة لعملية البلع،

العلامات المؤدّرة بخطر وجود القرحة لا شك أنّ التهابات الخارجى المفتوح يكون مؤلماً وقابلاً للتّهيج بسهولة، إلا أنّ للتهابات الخارجيّة جانباً مُشرباً ألا وهو حقيقة كونها مكشوفة وظاهرة للعيان، مما يُسهل علاجها بإحدى الطرق العديدة مثل استخدام الضمادات أو الأدوية الموضعيّة؛ في المقابل، يزداد أمر التهابات تعقيدياً في حال كانت داخلية، ولعل أشهر تلك التهابات وأكثرها إزعاجاً هو القرحة. تتعدّد أنواع القرحة بتعدد مواطن تشكّلها، إلا أنّ لها جميعها قاسماً مُشتركا واحداً، وهو كونها مزعجة جداً إضافيّةً لتربصها بالجميع بغض النظر عن الاختلافات في الحالة

الصحيحة فيما بينهم. يستعرض هذا المقال أشهر أنواع القرحة، أسبابها والتّخزين والإصابة بعدوى فطرية أو فيروسية، مثل فيروس الهيربس (Herpes) أو فيروس العنوّز المناعيّ البشريّ (AIDS)، قد يكون مرض النّهام (Bulimia nervosa) سبباً من أسباب قرحة المريء كذلك، وهو نوعٌ من اضطرابات الأكل التي يقوم فيها الشخص المصاب بتناول كميات طعام كبيرة خلال مدة زمنيّة قصيرة، ثمّ اتباعها بما يُعرف بعليّة التطهير ويعني ذلك التخلّص مما تم تناوله عبر التقيؤ الذاتي. لقرحة المريء أعراض عدة، مثل: المشاكل والألام المصاحبة لعملية البلع،

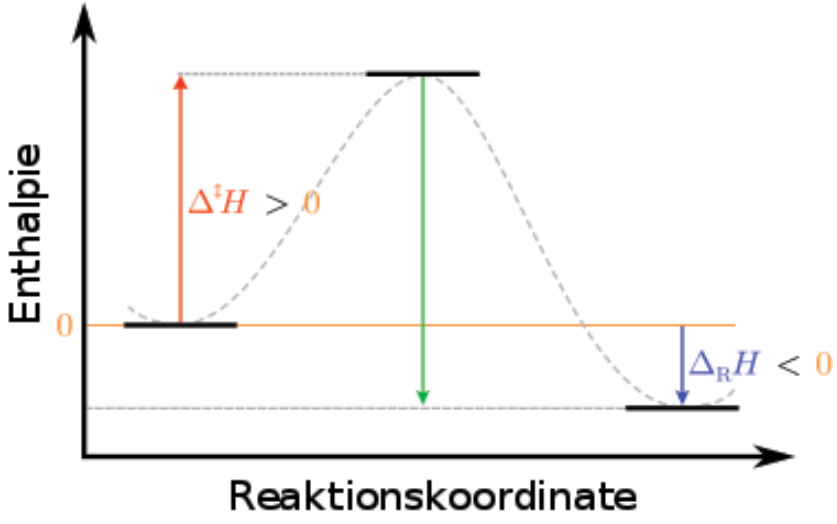
العلامات المؤدّرة بخطر وجود القرحة لا شك أنّ التهابات الخارجى المفتوح يكون مؤلماً وقابلاً للتّهيج بسهولة، إلا أنّ للتهابات الخارجيّة جانباً مُشرباً ألا وهو حقيقة كونها مكشوفة وظاهرة للعيان، مما يُسهل علاجها بإحدى الطرق العديدة مثل استخدام الضمادات أو الأدوية الموضعيّة؛ في المقابل، يزداد أمر التهابات تعقيدياً في حال كانت داخلية، ولعل أشهر تلك التهابات وأكثرها إزعاجاً هو القرحة. تتعدّد أنواع القرحة بتعدد مواطن تشكّلها، إلا أنّ لها جميعها قاسماً مُشتركا واحداً، وهو كونها مزعجة جداً إضافيّةً لتربصها بالجميع بغض النظر عن الاختلافات في الحالة

الصحيحة فيما بينهم. يستعرض هذا المقال أشهر أنواع القرحة، أسبابها والتّخزين والإصابة بعدوى فطرية أو فيروسية، مثل فيروس الهيربس (Herpes) أو فيروس العنوّز المناعيّ البشريّ (AIDS)، قد يكون مرض النّهام (Bulimia nervosa) سبباً من أسباب قرحة المريء كذلك، وهو نوعٌ من اضطرابات الأكل التي يقوم فيها الشخص المصاب بتناول كميات طعام كبيرة خلال مدة زمنيّة قصيرة، ثمّ اتباعها بما يُعرف بعليّة التطهير ويعني ذلك التخلّص مما تم تناوله عبر التقيؤ الذاتي. لقرحة المريء أعراض عدة، مثل: المشاكل والألام المصاحبة لعملية البلع،

العلامات المؤدّرة بخطر وجود القرحة لا شك أنّ التهابات الخارجى المفتوح يكون مؤلماً وقابلاً للتّهيج بسهولة، إلا أنّ للتهابات الخارجيّة جانباً مُشرباً ألا وهو حقيقة كونها مكشوفة وظاهرة للعيان، مما يُسهل علاجها بإحدى الطرق العديدة مثل استخدام الضمادات أو الأدوية الموضعيّة؛ في المقابل، يزداد أمر التهابات تعقيدياً في حال كانت داخلية، ولعل أشهر تلك التهابات وأكثرها إزعاجاً هو القرحة. تتعدّد أنواع القرحة بتعدد مواطن تشكّلها، إلا أنّ لها جميعها قاسماً مُشتركا واحداً، وهو كونها مزعجة جداً إضافيّةً لتربصها بالجميع بغض النظر عن الاختلافات في الحالة

الصحيحة فيما بينهم. يستعرض هذا المقال أشهر أنواع القرحة، أسبابها والتّخزين والإصابة بعدوى فطرية أو فيروسية، مثل فيروس الهيربس (Herpes) أو فيروس العنوّز المناعيّ البشريّ (AIDS)، قد يكون مرض النّهام (Bulimia nervosa) سبباً من أسباب قرحة المريء كذلك، وهو نوعٌ من اضطرابات الأ

الامتزاز الكيميائي



يوجد هناك نقطة تتجاوز بين الامتزاز الكيميائي والامتزاز الفيزيائي؛ تعني نقطة الانتقال. وبإمكان هذه النقطة أن تحدث أعلى أو أسفل عمود الطاقة-الصفري (مع بعض الاختلاف في طاقة مورس الكامنة) مُطلّة النقص أو الحاجة إلى طاقة التنشيط. تحتاج معظم الغازات البسيطة على أسطح الفلز التنشيط. تنطبق معادلة الطاقة الحرة لدرجات الحرية الإلكترونية و تفاعلات الأيون، ولا يتضمن هذا التعبير الرياضي أي من الطاقة الانتقالية، الطاقة الدورانية، الإثارات الذبذبية، وأي اعتبارات أخرى

بالتقريب، تُحدد كمية الامتزاز لنظام معين بقيمة احتمالية الالتصاق. ومع ذلك من الصعب جدا وصف الامتزاز بالطاقة الكامنة (PES) متعدد الأبعاد المشتق من نظرية الوسط الفعال لوصف تأثير السطح على الامتزاز. لكن فقط أجزاء محددة منه تستعمل بناء على ما يتم دراسته، مثال بسيط على (PES) والذي يأخذ مجموع الطاقة كافتراق من الموقع: حيث أن القيمة الذاتية المتعلقة

بالتقريب، تُحدد كمية الامتزاز لنظام معين بقيمة احتمالية الالتصاق. ومع ذلك من الصعب جدا وصف الامتزاز بالطاقة الكامنة (PES) متعدد الأبعاد المشتق من نظرية الوسط الفعال لوصف تأثير السطح على الامتزاز. لكن فقط أجزاء محددة منه تستعمل بناء على ما يتم دراسته، مثال بسيط على (PES) والذي يأخذ مجموع الطاقة كافتراق من الموقع: حيث أن القيمة الذاتية المتعلقة

بالطاقة معادلة شروينغر لدرجات الحرية الإلكترونية و تفاعلات الأيون، ولا يتضمن هذا التعبير الرياضي أي من الطاقة الانتقالية، الطاقة الدورانية، الإثارات الذبذبية، وأي اعتبارات أخرى

بالتقريب، تُحدد كمية الامتزاز لنظام معين بقيمة احتمالية الالتصاق. ومع ذلك من الصعب جدا وصف الامتزاز بالطاقة الكامنة (PES) متعدد الأبعاد المشتق من نظرية الوسط الفعال لوصف تأثير السطح على الامتزاز. لكن فقط أجزاء محددة منه تستعمل بناء على ما يتم دراسته، مثال بسيط على (PES) والذي يأخذ مجموع الطاقة كافتراق من الموقع: حيث أن القيمة الذاتية المتعلقة

بالطاقة معادلة شروينغر لدرجات الحرية الإلكترونية و تفاعلات الأيون، ولا يتضمن هذا التعبير الرياضي أي من الطاقة الانتقالية، الطاقة الدورانية، الإثارات الذبذبية، وأي اعتبارات أخرى

بالتقريب، تُحدد كمية الامتزاز لنظام معين بقيمة احتمالية الالتصاق. ومع ذلك من الصعب جدا وصف الامتزاز بالطاقة الكامنة (PES) متعدد الأبعاد المشتق من نظرية الوسط الفعال لوصف تأثير السطح على الامتزاز. لكن فقط أجزاء محددة منه تستعمل بناء على ما يتم دراسته، مثال بسيط على (PES) والذي يأخذ مجموع الطاقة كافتراق من الموقع: حيث أن القيمة الذاتية المتعلقة

سموم فطرية (Aflatoxin)

لا يوجد تزيق محدد لتسمم الفطري Aflatoxin . رعاية الأعراض والعناية الداعمة مصممة خصيصا لشدة مرض الكبد قد تشمل على السوائل الوريدية مع سكر العنب dextrose و فيتامينات منشطه k وفيتامين ب ، وحمية غذائية عالية البروتين ومحتوى كاف من الكربوهيدرات .

اصابة الانسان هناك نوعين من التلوثات التي استخدمت في معظم الاحيان للكشف عن مستويات الAFLATOXI في الانسان . الطريقة الاولى ... هي في قياس ال AFB1-guanine adduct في عينة البول . ووجوده يشير لتعرض ال AFB1 خلال 24 ساعة الماضية . يقيس هذا الاسلوب فقط الاصابة الجديدة مع ذلك خلال منتصف عمر الايض ، مستوى ال AFB1-guanine التي تعلق قد تختلف في يوم لآخر ، اعتمادا على النظام الغذائي ، وهي ليست مثالية لتقييم الاصابة على المدى الطويل . الطريقة الثانية ... قياس مستوى ال AFB1-albumin في مصل الدم . وهذا النهج يوفر قياس أكثر تكاملا للاصابة على مدى عدة اسابيع أو أشهر .

اصابة الحيوان في الكلاب ال Aflatoxin لديه القدرة أن يؤدي إلى أمراض الكبد . يتطلب التعرض لمستويات منخفضة من السموم الفطرية ال Aflatoxin لفترات مستمرة لعدة أسابيع أو أشهر لتظهر علامات فشل وظائف الكبد .

بعض المقالات ابدت اقتراحاتها في مستوى السمية في طعام الكلاب هي ما بين 100-300 ppb (جزء في البليون) ويتطلب التعرض المستمر أو استهلاك لبضعة أسابيع إلى أشهر لتطور السموم الفطرية ال Aflatoxin .

لا معلومات تشير إلى توقعات تطبي أن الكلاب ستخضع لاحقا إلى مرض ناجم عن ال Aflatoxin

الديك الرومي للمرضى المعرضة للتسمم الفطري ال Aflatoxin كشفت الدراسات الحديثة أن هذا يعود إلى السايبتوكروم P450 وهو التمثيل الغذائي الوسيط Mediated metabolism للسموم الفطرية ال Aflatoxin B1 glutathione-S- الرومي ونقص ال HIV 17% 18% 19%

الاعراض المذكورة ادناه 3% التعرض للسموم الفطرية Aflatoxin في أعلى المستويات يسبب النخر الكبدي ، والذي يؤدي في وقت لاحق إلى ال تلف الكبد ، أو سرطان الكبد .

اعراض الفشل الكبدي تظهر بتزيف وذمة وتغير في الهضم وتغير في الامتصاص و/ أو تغير في عمليات الايض للأغذية والتغيرات العقلية و/ أو غيبوبة .

بحاجة لمصدر □ التعرض المزمن يزيد من خطر الاصابة بسرطان الكبد ، وكما أن ايض السموم الفطرية ال Aflatoxin يمكن ان يقتحم ال DNA ويتم الكتل القواعد خلال ال epoxide moiety . ويعتقد أن هذا ما يسبب طفرات في الجين P53 ، موروثة مهمة في منع تقدم دورة الخلية عندما يكون هناك طفرات الحمض النووي DNA ويشير إلى apoptosis (موت الخلية المبرمج) . وهذه الطفرات يعتقد انها تؤثر على بعض مواقع أزواج القواعد أكثر من غيرها على سبيل المثال القاعدة الثالثة للكوون 249 الجين P53 أكثر عرضة للطفرات بواسطة ال Aflatoxin .

القواعد القريبة 14% زمين ، وتعرض السريري ، لا يؤدي إلى اعراض مثيرة حتى ال Aflatoxin الحاد .

ويتأثر التعبير عن الامراض المتعلقة في ال Aflatoxin عن طريق عدة عوامل مثل النوع ، العمر ، التغذية ، الجنس ، إمكانية التعرض المزمن للسموم الأخرى الجهاز المستهدف الرئيسي في الثدييات هو الكبد ، ويتالي تسمم ال Aflatoxin هو في المقام الأول مرض الكبد . شروط تزداد من احتمال حدوث التسمم ال Aflatoxin للانسان ، محدودية توافر الغذاء الظروف البيئية التي تتسبب نمو العفن على المواد الغذائية ، عدم وجود نظم تنظيمية لرصد السموم الفطرية ال Aflatoxin والسيطرة عليها . 15% واتباع نظام غذائي منتظم بما في ذلك الخضار مثل الجزر ، والبقونس قد يقلل من تأثيرات المرسطة لل Aflatoxin

16% ال Aflatoxin B1 يمكن ان يسبب ضعف المناعة ، والتعرض له يزيد من الجمل الفيروسي في فيروس نقص المناعة البشرية HIV 17% 18% 19%

الاعراض المذكورة ادناه 3% التعرض للسموم الفطرية Aflatoxin في أعلى المستويات يسبب النخر الكبدي ، والذي يؤدي في وقت لاحق إلى ال تلف الكبد ، أو سرطان الكبد .

اعراض الفشل الكبدي تظهر بتزيف وذمة وتغير في الهضم وتغير في الامتصاص و/ أو تغير في عمليات الايض للأغذية والتغيرات العقلية و/ أو غيبوبة .

بحاجة لمصدر □ التعرض المزمن يزيد من خطر الاصابة بسرطان الكبد ، وكما أن ايض السموم الفطرية ال Aflatoxin يمكن ان يقتحم ال DNA ويتم الكتل القواعد خلال ال epoxide moiety . ويعتقد أن هذا ما يسبب طفرات في الجين P53 ، موروثة مهمة في منع تقدم دورة الخلية عندما يكون هناك طفرات الحمض النووي DNA ويشير إلى apoptosis (موت الخلية المبرمج) . وهذه الطفرات يعتقد انها تؤثر على بعض مواقع أزواج القواعد أكثر من غيرها على سبيل المثال القاعدة الثالثة للكوون 249 الجين P53 أكثر عرضة للطفرات بواسطة ال Aflatoxin .

القواعد القريبة 14% زمين ، وتعرض السريري ، لا يؤدي إلى اعراض مثيرة حتى ال Aflatoxin الحاد .

ويتأثر التعبير عن الامراض المتعلقة في ال Aflatoxin عن طريق عدة عوامل مثل النوع ، العمر ، التغذية ، الجنس ، إمكانية التعرض المزمن للسموم الأخرى الجهاز المستهدف الرئيسي في الثدييات هو الكبد ، ويتالي تسمم ال Aflatoxin هو في المقام الأول مرض الكبد . شروط تزداد من احتمال حدوث التسمم ال Aflatoxin للانسان ، محدودية توافر الغذاء الظروف البيئية التي تتسبب نمو العفن على المواد الغذائية ، عدم وجود نظم تنظيمية لرصد السموم الفطرية ال Aflatoxin والسيطرة عليها . 15% واتباع نظام غذائي منتظم بما في ذلك الخضار مثل الجزر ، والبقونس قد يقلل من تأثيرات المرسطة لل Aflatoxin

16% ال Aflatoxin B1 يمكن ان يسبب ضعف المناعة ، والتعرض له يزيد من الجمل الفيروسي في فيروس نقص المناعة البشرية HIV 17% 18% 19%



الاعراض المذكورة ادناه 3% التعرض للسموم الفطرية Aflatoxin في أعلى المستويات يسبب النخر الكبدي ، والذي يؤدي في وقت لاحق إلى ال تلف الكبد ، أو سرطان الكبد .

اعراض الفشل الكبدي تظهر بتزيف وذمة وتغير في الهضم وتغير في الامتصاص و/ أو تغير في عمليات الايض للأغذية والتغيرات العقلية و/ أو غيبوبة .

بحاجة لمصدر □ التعرض المزمن يزيد من خطر الاصابة بسرطان الكبد ، وكما أن ايض السموم الفطرية ال Aflatoxin يمكن ان يقتحم ال DNA ويتم الكتل القواعد خلال ال epoxide moiety . ويعتقد أن هذا ما يسبب طفرات في الجين P53 ، موروثة مهمة في منع تقدم دورة الخلية عندما يكون هناك طفرات الحمض النووي DNA ويشير إلى apoptosis (موت الخلية المبرمج) . وهذه الطفرات يعتقد انها تؤثر على بعض مواقع أزواج القواعد أكثر من غيرها على سبيل المثال القاعدة الثالثة للكوون 249 الجين P53 أكثر عرضة للطفرات بواسطة ال Aflatoxin .

القواعد القريبة 14% زمين ، وتعرض السريري ، لا يؤدي إلى اعراض مثيرة حتى ال Aflatoxin الحاد .

ويتأثر التعبير عن الامراض المتعلقة في ال Aflatoxin عن طريق عدة عوامل مثل النوع ، العمر ، التغذية ، الجنس ، إمكانية التعرض المزمن للسموم الأخرى الجهاز المستهدف الرئيسي في الثدييات هو الكبد ، ويتالي تسمم ال Aflatoxin هو في المقام الأول مرض الكبد . شروط تزداد من احتمال حدوث التسمم ال Aflatoxin للانسان ، محدودية توافر الغذاء الظروف البيئية التي تتسبب نمو العفن على المواد الغذائية ، عدم وجود نظم تنظيمية لرصد السموم الفطرية ال Aflatoxin والسيطرة عليها . 15% واتباع نظام غذائي منتظم بما في ذلك الخضار مثل الجزر ، والبقونس قد يقلل من تأثيرات المرسطة لل Aflatoxin

16% ال Aflatoxin B1 يمكن ان يسبب ضعف المناعة ، والتعرض له يزيد من الجمل الفيروسي في فيروس نقص المناعة البشرية HIV 17% 18% 19%

الاعراض المذكورة ادناه 3% التعرض للسموم الفطرية Aflatoxin في أعلى المستويات يسبب النخر الكبدي ، والذي يؤدي في وقت لاحق إلى ال تلف الكبد ، أو سرطان الكبد .

اعراض الفشل الكبدي تظهر بتزيف وذمة وتغير في الهضم وتغير في الامتصاص و/ أو تغير في عمليات الايض للأغذية والتغيرات العقلية و/ أو غيبوبة .

بحاجة لمصدر □ التعرض المزمن يزيد من خطر الاصابة بسرطان الكبد ، وكما أن ايض السموم الفطرية ال Aflatoxin يمكن ان يقتحم ال DNA ويتم الكتل القواعد خلال ال epoxide moiety . ويعتقد أن هذا ما يسبب طفرات في الجين P53 ، موروثة مهمة في منع تقدم دورة الخلية عندما يكون هناك طفرات الحمض النووي DNA ويشير إلى apoptosis (موت الخلية المبرمج) . وهذه الطفرات يعتقد انها تؤثر على بعض مواقع أزواج القواعد أكثر من غيرها على سبيل المثال القاعدة الثالثة للكوون 249 الجين P53 أكثر عرضة للطفرات بواسطة ال Aflatoxin .

القواعد القريبة 14% زمين ، وتعرض السريري ، لا يؤدي إلى اعراض مثيرة حتى ال Aflatoxin الحاد .

ويتأثر التعبير عن الامراض المتعلقة في ال Aflatoxin عن طريق عدة عوامل مثل النوع ، العمر ، التغذية ، الجنس ، إمكانية التعرض المزمن للسموم الأخرى الجهاز المستهدف الرئيسي في الثدييات هو الكبد ، ويتالي تسمم ال Aflatoxin هو في المقام الأول مرض الكبد . شروط تزداد من احتمال حدوث التسمم ال Aflatoxin للانسان ، محدودية توافر الغذاء الظروف البيئية التي تتسبب نمو العفن على المواد الغذائية ، عدم وجود نظم تنظيمية لرصد السموم الفطرية ال Aflatoxin والسيطرة عليها . 15% واتباع نظام غذائي منتظم بما في ذلك الخضار مثل الجزر ، والبقونس قد يقلل من تأثيرات المرسطة لل Aflatoxin

16% ال Aflatoxin B1 يمكن ان يسبب ضعف المناعة ، والتعرض له يزيد من الجمل الفيروسي في فيروس نقص المناعة البشرية HIV 17% 18% 19%

الاعراض المذكورة ادناه 3% التعرض للسموم الفطرية Aflatoxin في أعلى المستويات يسبب النخر الكبدي ، والذي يؤدي في وقت لاحق إلى ال تلف الكبد ، أو سرطان الكبد .

اعراض الفشل الكبدي تظهر بتزيف وذمة وتغير في الهضم وتغير في الامتصاص و/ أو تغير في عمليات الايض للأغذية والتغيرات العقلية و/ أو غيبوبة .

بحاجة لمصدر □ التعرض المزمن يزيد من خطر الاصابة بسرطان الكبد ، وكما أن ايض السموم الفطرية ال Aflatoxin يمكن ان يقتحم ال DNA ويتم الكتل القواعد خلال ال epoxide moiety . ويعتقد أن هذا ما يسبب طفرات في الجين P53 ، موروثة مهمة في منع تقدم دورة الخلية عندما يكون هناك طفرات الحمض النووي DNA ويشير إلى apoptosis (موت الخلية المبرمج) . وهذه الطفرات يعتقد انها تؤثر على بعض مواقع أزواج القواعد أكثر من غيرها على سبيل المثال القاعدة الثالثة للكوون 249 الجين P53 أكثر عرضة للطفرات بواسطة ال Aflatoxin .

القواعد القريبة 14% زمين ، وتعرض السريري ، لا يؤدي إلى اعراض مثيرة حتى ال Aflatoxin الحاد .

ويتأثر التعبير عن الامراض المتعلقة في ال Aflatoxin عن طريق عدة عوامل مثل النوع ، العمر ، التغذية ، الجنس ، إمكانية التعرض المزمن للسموم الأخرى الجهاز المستهدف الرئيسي في الثدييات هو الكبد ، ويتالي تسمم ال Aflatoxin هو في المقام الأول مرض الكبد . شروط تزداد من احتمال حدوث التسمم ال Aflatoxin للانسان ، محدودية توافر الغذاء الظروف البيئية التي تتسبب نمو العفن على المواد الغذائية ، عدم وجود نظم تنظيمية لرصد السموم الفطرية ال Aflatoxin والسيطرة عليها . 15% واتباع نظام غذائي منتظم بما في ذلك الخضار مثل الجزر ، والبقونس قد يقلل من تأثيرات المرسطة لل Aflatoxin

16% ال Aflatoxin B1 يمكن ان يسبب ضعف المناعة ، والتعرض له يزيد من الجمل الفيروسي في فيروس نقص المناعة البشرية HIV 17% 18% 19%

الاخصاب المضعف (double fertilization)

تم التقرير عنها. 30% أجزاء الزهرة الناضجة الاخصاب المضعف الاخصاب المضعف في Arabidopsis نبات مختصرة تم اكتشاف الاخصاب المضعف قبل أكثر من قرن على يدSergei Nawaschin في كيبف 04. الامبراطورية الروسية، Léon Guignard في فرنسا. كل منهما قام باكتشاف بشكل مستقل الآخر. 05. Lilium fritillaria tenella استخدمت في المشاهدات الأولى للاخصاب المضعف، التي أجريت باستخدام المجهر الضوئي القديم. بسبب محدودية قدرة المجهر الضوئي، كان هناك العديد من

تم التقرير عنها. 30% أجزاء الزهرة الناضجة الاخصاب المضعف الاخصاب المضعف في Arabidopsis نبات مختصرة تم اكتشاف الاخصاب المضعف قبل أكثر من قرن على يدSergei Nawaschin في كيبف 04. الامبراطورية الروسية، Léon Guignard في فرنسا. كل منهما قام باكتشاف بشكل مستقل الآخر. 05. Lilium fritillaria tenella استخدمت في المشاهدات الأولى للاخصاب المضعف، التي أجريت باستخدام المجهر الضوئي القديم. بسبب محدودية قدرة المجهر الضوئي، كان هناك العديد من

تم التقرير عنها. 30% أجزاء الزهرة الناضجة الاخصاب المضعف الاخصاب المضعف في Arabidopsis نبات مختصرة تم اكتشاف الاخصاب المضعف قبل أكثر من قرن على يدSergei Nawaschin في كيبف 04. الامبراطورية الروسية، Léon Guignard في فرنسا. كل منهما قام باكتشاف بشكل مستقل الآخر. 05. Lilium fritillaria tenella استخدمت في المشاهدات الأولى للاخصاب المضعف، التي أجريت باستخدام المجهر الضوئي القديم. بسبب محدودية قدرة المجهر الضوئي، كان هناك العديد من

تم التقرير عنها. 30% أجزاء الزهرة الناضجة الاخصاب المضعف الاخصاب المضعف في Arabidopsis نبات مختصرة تم اكتشاف الاخصاب المضعف قبل أكثر من قرن على يدSergei Nawaschin في كيبف 04. الامبراطورية الروسية، Léon Guignard في فرنسا. كل منهما قام باكتشاف بشكل مستقل الآخر. 05. Lilium fritillaria tenella استخدمت في المشاهدات الأولى للاخصاب المضعف، التي أجريت باستخدام المجهر الضوئي القديم. بسبب محدودية قدرة المجهر الضوئي، كان هناك العديد من

مستوطنون متطرفون يقتحمون الأقصى

القدس

اقتحم مستوطنون متطرفون يهود، صباح الخميس، بإحات المسجد الأقصى المبارك - الحرم القدسي الشريف بمدينة القدس المحتلة.

وقال شهود عيان لمراسل وكالة الأنباء الأردنية «بترا» في رام الله، ان المستوطنين المقتحمين أدوا طقوسا تلمودية استفزازية عنيفة في المنطقة الشرقية بالأقصى.

واوضحوا ان مستوطنين برفقة ما تسمى جمعية «نساء من أجل الهيكل» البيئية المتطرفة، اقتحموا الأقصى على شكل مجموعات متفرقة، من جهة باب المغاربة تحت حماية مشددة من عناصر شرطة الاحتلال الإسرائيلي الخاصة.

وأضافوا ان المقتحمين نفذوا جولات مشبوهة في بإحات الأقصى، وسط تضييق شرطة الاحتلال على المصلين والمواطنين المقدسين في الدخول إلى الحرم القدسي الشريف، من خلال نشر حواجز عسكرية على بوابات الأقصى المختلفة وحجز هويات العديد من المصلين.

الخارجية الفلسطينية تدین تصاعد سياسة الاحتلال في هدم المنازل بالضفة والقدس

رام الله

أدانت وزارة الخارجية الفلسطينية تصاعد وتيرة عمليات هدم المنازل والمنشآت الفلسطينية في عموم الضفة الغربية المحتلة التي ترتكبها قوات الاحتلال الإسرائيلي بحجج وذرائع مختلفة أبرزها «عدم الترخيص» كوصفة جامزة وشكل من أشكال الانتقاص على الوجود الفلسطيني في القدس المحتلة والمناطق المصنفة «ج».

وقالت الوزارة، في بيان لها، «إن هذا الإجراء كان آخرها ما قامت به قوات الاحتلال هذا اليوم بهدم منزل في جبل المكبر و4 محال تجارية في بلدة حزمة بالقدس المحتلة، وهدم منزل في قرية الجوابيا في بطا جنوب الخليل». وأضافت، وتُجمَع غالبية التقارير الفلسطينية والإسرائيلية والدولية على أن الاحتلال صعد من عمليات هدم المنازل والمنشآت منذ بداية العام الحالي، منها التقرير الأخير الذي أصدره مكتب الأمم المتحدة للشؤون الإنسانية «أوتشاه» فلسطين، والذي أكد الارتفاع الملحوظ في عدد البيوت التي هدمتها سلطات الاحتلال لتبلغ نسبة 21 بالمئة خلال العام الحالي مقارنة بالفترة نفسها من العام الماضي».

وتابعت، «وقد أكد التقرير أن عدد الذين هجروا من الفلسطينيين نتيجة الهدم والاستيلاء على منازلهم ارتفع بنسبة 28 بالمئة خلال التسعة أشهر الأولى من العام الحالي، هذا بالإضافة إلى الارتفاع الحاد في عدد المنشآت التي تم هدمها أو الاستيلاء عليها لتبلغ نسبة 96 بالمئة تقريباً في هذا العام مقارنة مع الفترة نفسها من العام الماضي، وهو ما يعني أن دولة الاحتلال تواصل انتهاكاتها وجرائمها لضرب الوجود الفلسطيني ومحاصرته في القدس وفي جميع المناطق المصنفة «ج»، ومنعه من التمدد الأفقي فيها خدمة لأغراضها الاستعمارية التوسعية». وطالبت الوزارة المجتمع الدولي وصنّاع القرار في المؤسسات الأممية والدولية وفي الدول الأخذ بتلك التقارير واتخاذ ما يلزم من الإجراءات والتدابير التي تكفل تنفيذ القرارات الأممية ذات الصلة، وتوفير الحماية الدولية للشعب الفلسطيني، وفرض عقوبات رادعة على دولة الاحتلال والمسؤولين الإسرائيليين المتورطين بتلك الجرائم لإجبارهم على وقفها فوراً.

المياه سلاح حرب ضد مناطق سيطرة الأكراد شمال سوريا

وكالات

تستخدم فصائل موالية لتركيا في شمال سوريا مياه نهر الخابور سلاح حرب للضغط على المناطق التي تسيطر عليها الإدارة الذاتية الكردية، وفق ما أورد تقرير لمنظمة «باكس» الهولندية لبناء السلام.

ووجد التقرير أن ما يسمى بـ«الجيش الوطني السوري»، الذي تنضوي فيه الفصائل الموالية لأتقرا، استحدث سدودا على نهر الخابور الذي يمر في قرى عدة في شمال شرق سوريا قبل أن يكمل جنوبا ويصب في نهر الفرات في محافظة دير الزور (شرق).

وتسيطر تلك الفصائل بدعم من القوات التركية على مناطق حدودية واسعة في شمال سوريا بعد هجمات عسكرية استهدفت أساسا وحدات حماية الشعب الكردية، العمود الفقري لقوات سوريا الديمقراطية التي تعتبرها أتقرا منظمة إرهابية.

ووجد تقرير منظمة «باكس»، الذي اعتمد على العمل الميداني وصور أقمار اصطناعية، أن وضع تلك الفصائل لسواتر على نهر أساسي في وقت واجهت فيه المنطقة فصل الصيف الأكثر جفافاً يُعد «مثالا لا لبس فيه على استخدام المياه كسلاح حرب».

وأظهر التقرير أن السدود الثلاثة فاقت تداعيات الجفاف القاسي الذي تشهده المنطقة.

وأضاف أن «تأثير الحرارة الشديدة تضخم جراء كميات أمطار محدودة، ما يعني أن لدى المجتمعات الزراعية مياه أقل من أي وقت مضى وفي أكثر وقت يحتاجون إليها».

أظهرت الصور التي نشرتها باكس السدود الثلاثة، وقد تم بناء السد الأول في 22 مايو العام الحالي.

يمتد نهر الخابور على طول 320 كيلومتراً، ويعد أحد روافد نهر الفرات، ينبع في تركيا ويمر في محافظة الحسكة، التي تعد السلة الغذائية لسوريا.

خُرمت آلاف الأسر، وفق التقرير، من الوصول إلى المياه بسبب بناء السدود، فيما يعد خرقاً واضحاً للقانون الإنساني الدولي.

ويورد التقرير «بمعن أن يكون ذلك إجراء مبروراً تستخدمه (فصائل) «الجيش الوطني السوري» بهدف تجويع السكان المدنيين و/أو التسبب في تهجيرهم قسراً كأسلوب من أساليب الحرب».

شركة كهرباء محافظة أربد إعلان فصل التيار الكهربائي

ستقوم شركة كهرباء محافظة أربد يوم الاثنين الموافق 2021/11/8 بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن المناطق التالية: المنطقة الحرفية - فوعرا، شارع الشهيد احمد القضاة من الساعة التاسعة صباحا لغاية الساعة الواحدة ظهرا في محافظة أربد. وعن المناطق التالية: الرمثا طريق الطرة، تنقية الرمثا ومجاورها، منطقة المحاسبي، حي الدالية، حي الدرارية، حي مسلخ الرمثا من الساعة العاشرة صباحا لغاية الساعة الرابعة مساءً في مدينة الرمثا.

وعن المناطق التالية: الزبيدية، ام السرب، روضة الرويعي، مشرف الباجع، الرحات، النهضة من الساعة التاسعة والنصف صباحا لغاية الساعة الرابعة مساءً في محافظة الحرق.

وعن المناطق التالية: الحدادة التجمع الجنوبي، جرش مدخل مخيم غزة الشمالي من الساعة العاشرة صباحا لغاية الساعة الثالثة عصرا في محافظة جرش.

قسم العلاقات العامة

النفائات النووية.. لماذا يلجأ الغرب لدفنها في إفريقيا؟

وكالات

تدميراً للبيئة البحرية، بسبب التخلص العشوائي للدول الغربية من نفائاتها النووية هناك، ومن بين عشرات السفن، تم الكشف عن سفينتين إحداهما إيطالية والأخرى سويسرية، قامتا بإلقاء حمولتهما بالقرب من الساحل الصومالي.

وعادت نرمن توفيق، لتؤكد لموقع «سكاي نيوز عربية»، أن الدول المتقدمة تلجأ أيضاً إلى الوسائل غير المشروعة في التخلص من هذه النفائات بالتعاون مع مافيا التهريب أو بدفنها دون علم أو موافقة الدول الإفريقية مستغلة هشاشة أوضاع بعض الدول مظلماً حدث مع الصومال حيث كانت تفرغ سفن الدول الغربية في قبالة سواحل الصومال وفي المحيط الهادئ أطنان من النفائات النووية.

ولاشك أن هذه النفائات أثرت بشكل مباشر على الطبيعة والنظام الإيكولوجي في إفريقيا وصحة المواطنين والكائنات الحية، حيث أدت النفائات النووية إلى زيادة حالات الإصابة بالسرطان لدى المواطنين خاصة من الأطفال، وكذلك تشوهات الأجنة، كما أدت إلى تدمير الحياة البحرية وموت الحيتان، ودفنها في الصحراء يؤثر على تلوث المياه الجوفية وتم نضّر آلاف الأشخاص.

ولم تسلم طرابلس من عصابات تهريب النفائات النووية، حيث كشفت صحيفة «الإنديبندنت» البريطانية عام 2013، عن وجود عصابات تابعة للمافيا الإيطالية، تتقاضي مبالغ مالية تصل إلى 20 مليار يورو سنوياً مقابل إغراق سفنات من النفائات الخطرة في منطقة جنوب ساحل البحر المتوسط، وتحديدًا ليبيا، وأن الحيتان التي وجدت ميتة على سواحل مدينة سرت في بداية العام نفسه، أخبر دليل على تلوث البيئة البحرية بسبب إلقاء تلك النفائات.

السمرء ووقفها، وإلزام العالم بمسئوليته خصوصاً الولايات المتحدة، وعلى منظمات المجتمع المدني في الدول الإفريقية التي يقوم المسؤولون فيها بدفن النفائات النووية دور هام في كشف هذه الممارسات، ويجب على منظمة الطاقة الدولية أن تراقب عمليات دفن النفائات النووية في الدول الفقيرة، خصوصاً وأن الإشعاعات النووية أو التسريبات لن تضر الجول التي تحدث فيها فقط وإنما يمتد أثرها ليشمل مناطق واسعة.

وبالعودة إلى بداية نقل المخلفات الخطرة من دول العالم المتقدم إلى إفريقيا نجد أنها تعود إلى سبعينيات القرن الماضي، وذلك من خلال صفقات سرية، بين بعض الدول الإفريقية وشركات غربية، وعظمتها يتعلق بنقل مواد سامة تسبب أضراراً بيئية وصحية خطيرة.

من جانبها، ذكرت الوكالة الدولية للطاقة الذرية، في تقرير بعنوان «سوق النفائات النووية»، أن دولة مثل موزمبيق مصاب قرابة 39% من أطفاله بالإيدز، و33% بسرطان الدم، تشكل جغرافية «مرفوضة» في عالم النفائات النووية التي تلقي بها الدول الصناعية الكبرى على أرضه، كما جاء في التقرير نفسه أن الدول الإفريقية التي قبلت أن تكون مكاناً استراتيجياً لرمي النفائات النووية الغربية تمارس شكلاً من أشكال الجريمة السياسية والبيئية والاقتصادية ضد شعوبها، باعتبار أن النتيجة ستكون كارثة طبيعية ستظهر بعد عشرات السنين بشكل أكثر ضراوة وخطورة.

وتطالب تقارير أممية مجلس الأمن بالتحقيق في نفائات سامة يجري إغراقها في المياه قبالة الصومال في السنوات الأخيرة، حيث شهدت السواحل الصومالية

معايير الأمان البيئي، وهو ما يمثل إغراء شديداً لتلك الدول، لتصدير تلوثها الإشعاعي إلى الدول الفقيرة، خاصة في ظل الاضطرابات السياسية المستمرة التي تعاني منها بعض الدول الإفريقية.

وتقول نرمن توفيق الباحثة في الشؤون الإفريقية والمنسق العام لمركز «فارسوس» للاستشارات والدراسات الاستراتيجية، إنه مع تزايد عدد المغفلات النووية في الدول الغربية سواء الولايات المتحدة أو أوروبا التي تعتمد عليها في نشاطها الصناعي، لجأوا إلى التخلص من النفائات النووية بدفنها في الدول الفقيرة وعلى رأسها عدد من الدول الإفريقية جنوب الصحراء لعدة أسباب، منها: «أنهم لا يريدون تعريض دولهم إلى المخاطر الصحية التي تنجم عن هذه النفائات، أو احتمالية حدوث تسرب إشعاعي لها؛ لذا كان البديل لديهم هو دفنها بإفريقيا بطرق مشروعة وحتى غير مشروعة، مستغلين بعض الاتفاقيات الدولية التي تبيح دفن النفائات النووية في دول أخرى بمقابل مادي، وقد قبلت بعض الحكومات الإفريقية دفن النفائات النووية الغربية في أراضيهم نظراً للأموال الكبيرة التي يحصلون عليها حتى بدون رضاهم شعوبهم.

وتابعت نرمن توفيق - في تصريحات لموقع «سكاي نيوز عربية» - كذلك لانخفاض تكلفة دفن النفائات النووية في الدول الإفريقية، لأن معايير التخلص منها ليست كمثلياتها في الدول الغربية.. حيث تقدر تكلفة دفن طن النفائات النووية الواحد في الدول المتقدمة مئات أضعاف دفنه في إفريقيا.

وطالبت المنظمات الإقليمية في إفريقيا وعلى رأسها الاتحاد الإفريقي أن يكون لها موقف حازم من كشف ممارسات دفن النفائات النووية في القارة

سلط مؤتمر الأطراف المشاركة في اتفاقية الأمم المتحدة الإطارية بشأن تغير المناخ «كوب 26» المنعقد في مدينة غلاسكو الأستكتندية الضوء على زيادة نسبة التصحر، وارتفاع المجاعات في قارة إفريقيا.

وقال مساعد مدير برنامج الأغذية العالمي في مدغشقر، أدوينو مانغوني، إن المجاعة التي تشهدها بلاده هي الأولى المتصلة بالتغير المناخي على الأرض، ولكنها لن تكون الأخيرة، مضيفاً أن 500 ألف طفل يعانون حالياً من سوء التغذية، بينهم 110 آلاف يعانون من سوء تغذية حاد وهم على بعد خطوة من الموت.

وحذر مساعد مدير برنامج الأغذية العالمي من أن الاحتراق المناخي الناجم عن الأنشطة البشرية هو المسبب للمجاعة التي تضرب مدغشقر، مشيراً إلى أنها الحالة الأولى من نوعها ولكنها لن تكون الأخيرة. إلا أن هذه التحذير قاد الباحثون إلى أن إفريقيا، التي تعد مركزاً لدفن النفائات النووية حول العالم، أصبحت على بعد خطوات قليلة من أن تشهد كارثة بيئية نتيجة هذه النفائات، حيث تمثل النفائات الخطرة الناتجة عن المغفلات النووية أحد أهم التحديات التي تواجه العالم بصفة عامة والقارة السمرء بصورة خاصة، وهو الأمر الذي دفع الولايات المتحدة وأوروبا إلى التوقف عن دفن النفائات النووية داخل حدود أراضيها.

وتقول دراسة إن تكلفة دفن طن واحد من النفائات الخطرة في أحد دول إفريقيا يكلف الدول الغنية (2.5 دولار)، في حين أن دفن الطن نفسه في أوروبا يتجاوز سعره أكثر من (250 دولاراً)، وذلك بسبب ارتفاع

مصر تطلق استراتيجية تغير المناخ 2050.. وهذه تفاصيلها

القاهرة

أطلقت مصر الاستراتيجية الوطنية لتغير المناخ 2050 على هامش مشاركتها في فعاليات مؤتمر المناخ بـ«كوب 26».. وأعلنت وزيرة البيئة المصرية، ياسمين فؤاد، إطلاق الاستراتيجية الوطنية لتغير المناخ 2050، يوم الأربعاء، مشددة على أن الملف شهد اهتماماً متصاعداً منذ 2019.

وأوضحت، بحسب بيان رسمي صادر عن مجلس الوزراء، أن وزارة البيئة أعدت لاجتماعات المختلفة لدمج بعد تغير المناخ في عمل القطاعات الأخرى في الدولة المصرية، وأهمها التخطيط والمالية والتعاون الدولي.

وشملت الاستراتيجية الوطنية لتغير المناخ مرحلتين: مرحلة الإطار العام الذي تم الموافقة عليه في يونيو الماضي، ومرحلة إعداد الاستراتيجية كاملة.

وأكدت «فؤاد» أن الاستراتيجية ستمكن مصر من تخطيط وإدارة تغير المناخ على مستويات مختلفة ودعم تحقيق غايات التنمية المستدامة وأهداف رؤية مصر 2030 باتباع نهج مرن ومنخفض الانبعاثات، وتعمل الاستراتيجية على تحقيق خمسة أهداف رئيسية وهي: تحقيق نمو اقتصادي مستدام، من تنمية منخفضة الانبعاثات في مختلف القطاعات، وزيادة حصة مصادر الطاقة المتجددة والبدلية في مزيج الطاقة، وتعظيم كفاءة الطاقة، وذلك بتحسين كفاءة محطات الطاقة الحرارية، وشبكات النقل والتوزيع، والأنشطة المرتبطة بالنفط والغاز، وتبني اتجاهات الاستهلاك والإنتاج المستدامة للحد من انبعاثات غازات الاحتباس الحراري من النشاطات الأخرى غير المتعلقة بالطاقة.

والهدف الثاني هو بناء المرونة والقدرة على التكيف مع تغير المناخ، بالتخفيف من الآثار السلبية المرتبطة بتغير المناخ، والحفاظ على الموارد الطبيعية والنظم الإيكولوجية من تأثيرات تغير المناخ، والحفاظ على موارد الدولة وأصولها من تأثيرات تغير المناخ، وتحسين البنية التحتية والخدمات المرنة في مواجهة تأثيرات تغير المناخ، وتنفيذ مفاهيم الحد من مخاطر الكوارث، عن طريق إنشاء أنظمة إنذار مبكر.

وشمل الهدف الثالث تحسين حوكمة وإدارة العمل في مجال تغير المناخ من خلال تحديد أدوار ومسؤوليات مختلف أصحاب المصلحة من أجل تحقيق الأهداف الاستراتيجية، وتحسين مكانة مصر في الترتيب الدولي الخاص بإجراءات تغير المناخ.

ويعمل الهدف الرابع على تحسين البنية التحتية لتمويل الأنشطة المناخية، بينما يعمل الهدف الخامس على تعزيز البحث العلمي ونقل التكنولوجيا وإدارة المعرفة والوعي لمكافحة تغير المناخ.

أما عن آلية تنفيذ الاستراتيجية فإن مصر تسعى لاستخدام أدوات التمويل المبتكرة مثل السندات الخضراء، وأدوات التمويل التقليدية مثل القروض الميسرة ومنح من بنوك التنمية متعددة الأطراف، وإعداد وتقديم مشروعات في إطار الصندوق الأخضر للمناخ وآلية التنمية المستدامة الجديدة لاتفاقية باريس.

وتستهدف أيضاً بناء نظام وطني للمراقبة والإبلاغ والتحقق يساعد في متابعة وتخطيط العمل المناخي، وتطبيق الوزارات لمعايير الاستدامة في تحديد المشاريع التي ستُنفَّذ، وإشراك أصحاب المصلحة في مختلف مراحل تطوير الاستراتيجية، واستخدام الخريطة التفاعلية كأداة تخطيط لتحديد المناطق المعرضة لمخاطر تغير المناخ المحتملة، وتحديد واستخدام الحلول الرقمية التي تعزز من تنفيذ الحلول منخفضة الكربون والمرنة مع التغيرات المناخية، وتأسيس وحدات للتنمية المستدامة وتغير المناخ في كل وزارة مصرية. وتعمل أيضاً على دمج الجوانب المتعلقة بتغير المناخ في دراسات تقييم الأثر البيئي (EIA) في مصر.

أوروبا.. وتيرة انتقال عدوى كورونا «مقلقة جدا»

وكالات

أعربت منظمة الصحة العالمية، يوم الخميس، عن قلقها الشديد من تزايد وتيرة انتقال عدوى كوفيد 19 - في أوروبا في الوقت الراهن. وقالت منظمة الصحة إن وتيرة انتقال عدوى كوفيد19 - في أوروبا «مقلقة جدا» في الوقت الراهن، ما قد يؤدي إلى تسجيل نصف مليون وفاة إضافية في القارة بحلول فبراير.

ونقلت وكالة فرانس برس عن المدير الإقليمي لمنطقة أوروبا في منظمة الصحة العالمية هانس كلوغه خلال مؤتمر صحافي «أصبحنا مجدداً مركز» الجائحة.

وأشار كلوغه إلى أن «الوتيرة الحالية لانتقال العدوى في الدول الثلاث والخمسين في منطقة أوروبا مقلق جدا (..) وإذا بقينا على المسار نفسه قد يسجل نصف مليون وفاة إضافية جراء كوفيد19 - في المنطقة بحلول فبراير.

السودان.. أنباء عن إطلاق سراح المعتقلين خلال 24 ساعة

الخرطوم



قال مصدر من وساطة دولة جنوب السودان، لسكاي نيوز عربية، يوم الأربعاء، إن القائد العام للجيش السوداني، عبد الفتاح البرهان، وافق على إطلاق المعتقلين في ظرف 24 ساعة.

وتقوم دولة جنوب السودان إلى جانب دول وميئات دبلوماسية أخرى بمساع لأجل حل الأزمة السياسية التي احتدت في السودان، بعدما أعلن البرهان حل مجلسي السيادة والوزراء وفرض حالة الطوارئ.

وفي وقت سابق، ذكرت وكالة «بلومبيرغ» الأميركية أن العسكريين والمدنيين في السودان يقتربون من التوصل إلى اتفاق بشأن تقاسم السلطة. ورجحت بعض المصادر، أن يكون رئيس الوزراء، عبد الله حمدوك، متمسكا بإعادة الوضع إلى ما كان عليه قبل صدور قرارات البرهان، فضلا عن إطلاق سراح المعتقلين، من ناحيته، أكد البرهان، يوم الأربعاء، حرص القوات المسلحة على حماية الانتقال الديمقراطي في البلاد، واستكمال هياكل الفترة الانتقالية، وصولاً لانتخابات حرة ونزيهة تأتي بحكومة مدنية منتخبة تمثل تطلعات الشعب السوداني.

وأكد القائد العام للقوات المسلحة، خلال لقائه المبعوث الخاص للاتحاد الإفريقي أولسون أبو سانجو، أن العمل جار لتعيين رئيس وزراء يقوم بتعيين حكومة مدنية من التتوقراط.

وأطلع البرهان، مبعوث الاتحاد الإفريقي على تطورات الأوضاع السياسية في البلاد، منذ إعلان عبد الفتاح البرهان، القائد العام للجيش السوداني، مجلس الأسبوع الماضي؛ وأكثر من 25 مدينة ودوائية و50 مدينة حول العالم في مظاهرات

هادرة رفضاً للحكم العسكري، وطالب المتظاهرون بإعادة الحكم المدني وإطلاق سراح رئيس الوزراء عبد الله حمدوك والوزراء والسياسيين المعتقلين واستعادة الوثيقة الدستورية.

وتعيش العديد من المدن السودانية حالة من الشلل التام؛ في ظل إغلاق كامل للمدارس والجامعات والمؤسسات الحكومية والشركات والأسواق والمحلات التجارية.

ومنذ الأسبوع الماضي؛ تواصل مجموعات شبابية وضع متاريس في الطرق الرئيسية والفرعية وحرق الإطارات في ظل محاولات من القوات الأمنية لاقتحام الأحياء السكنية في أم درمان والخرطوم بحري؛ وأكثر من 25 مدينة ودوائية و50 مدينة حول العالم في مظاهرات

وإغفاء عدد من الدبلوماسيين والمسؤولين وما تبعه من اعتقال عدد من الوزراء والسياسيين؛ بواصل الشارع السوداني احتجاجاته الراقصة لتلك القرارات.

ووصفت لجان المقاومة وقوى الحرية والتغيير وتجمع المهنيين قرارات الجيش بـ «الانقلاب» الهدف لقطع الطريق أمام استكمال الفترة الانتقالية التي دخل فيها السودان منذ سقوط نظام «الإخوان» باحتجاجات شعبية في أبريل 2019.

وبعد 5 أيام من استيلاء الجيش على السلطة؛ احتشد السبت نحو 4 ملايين سوداني في شوارع مدن العاصمة الثلاث؛ الخرطوم وأم درمان والخرطوم بحري؛ وأكثر من 25 مدينة ودوائية و50 مدينة حول العالم في مظاهرات

«فتحة نفق ومتطرف» قرب منزل سفير فرنسا بتونس.. ما القصة؟

تونس

مترًا، لينتهي بمكان غير بعيد عن مقر إقامة السفير الفرنسي في تونس. وقالت وزارة الداخلية التونسية، في بيان، إنه «بناءً على معلومات وردت على المصالح الأمنية بخصوص وجود نشاط مشبوه بأحد المنازل بضاحية المرسى في محيط إقامة السفير الفرنسي بتونس، اتضح، بمزيد من التحري، أن من بين الأشخاص المترددين على المنزل المذكور شخص معروف بالمتطرف».

وأوضحت أنه على أثر ذلك، تمت مدهمة المنزل بعد التنسيق مع النيابة العمومية، واتضح وجود أشغال حفر نفق، وأوضح أن «الإدارة العامة للحرس الوطني المكلفة بمكافحة الإرهاب تجري الأبحاث والمعاینات الفنية اللازمة، بالتعاون مع النيابة العمومية»، مؤكدة أن «الموضوع يحظى بمتابعة من أعلى مستوى». ومنذ تعيين الحكومة الجديدة بقيادة نجلاء بونو، وجهت وزارة الداخلية عدة ضربات استباقية للإرهاب، كان أحدثها الجمعة الماضية، حيث أعلنت تفكيك خلية تابعة لتنظيم «داعش» الإرهابي، تنشط بمحافظة تطاوين جنوبي البلاد.

وقبلها بيوم واحد، ألقت قوات الأمن التونسي القبض على «تكفيري» ينشط بالجناح الإعلامي لتنظيم داعش، وتفكيك خلية إرهابية نسائية. والأحد، أجرت وزارة الداخلية تغييرات واسعة بالحرس الوطني في عدد من الإدارات المحورية والجهوية شملت 46 إدارة، شملت دوائر أمنية حساسة منها «دائرة الاستعلامات والأبحاث»، و«وحدة الأبحاث في جرائم الإرهاب»، و«الغرفة الوطنية لمراقبة المتفجرات والمواد الخطيرة».

والإرباء، وإداه الأمن التونسي منزلا شرقي البلاد وضبط أسلحة وذخيرة بحوزة شخص على صلة بإرهابيين.

وقالت الداخلية التونسية، في بيان، إنها تلقت معلومات تفيد بأن «تكفيريا» بحوزته أسلحة نارية وذخيرة بمزمن، في منطقة الهوارية بمحافظة نابل شمال شرقي البلاد. وأوضح أن فرقة الأبحاث والتفتيش للحرس الوطني قامت بتحديد مكان تواجد المشتبه به، وبعد التنسيق مع النيابة العامة بالمحكمة الابتدائية في نابل وإحاطتها علما بالموضوع، تمت مدهمة المنزل.

ضجت مواقع التواصل الاجتماعي في تونس، الأربعاء، بالحديث عن اكتشاف نفق بجوار مقر إقامة السفير الفرنسي في ضاحية المرسى بالعاصمة، أيده بيان رسمي زاد

التأويلات، بعد حديثه عن تردد شخص متطرف على المكان ذاته. ويعيش السفير الفرنسي في قصر تاريخي بضاحية المرسى، يعود بناؤه للعام 1800، يسمى بـ«دار الكاملة»، الذي يتمتع بطابع معماري فريد يجمع بين اللغات المغربية والإيطالية.

ووفق وسائل إعلام تونسية، فإنه تم اكتشاف النفق إثر إجماع السلطات بجهة المرسى، وبقراء قضائي، لعائلات كانت تقطن بمنزل شاسع المساحة قرب مكان الواقعة، وأوضحت أنه بعد إخراج تلك العائلات، تم اكتشاف حفرة على قطر واسع، فتوجهت التحقيقات في مرحلة أولى إلى أن الأمر يتعلق بحفريات وتنقيب غير مشروع، إلا أنه ويتقدم الأبحاث تفاعلاً المحققون بطول النفق وامتداده على مسافة 270

الرمثا بطناً لدوري كرة القدم للمرة الثالثة في تاريخه



وفي الشوط الثاني، أحرز الجزيرة، هدف التقدم من كرة عرضية أرسلها أبو شعيرة ليرتقي لها الصيغي برأسه لتستقر الكرة داخل الشباك في الدقيقة 52.

واحتسب الحكم الإضافي، ضربة جزاء للرمثا في الدقيقة 57، بعد سقوط مصعب اللحام داخل منطقة الجزاء، واحتج عليها لاعبو الجزيرة، ونفذها شرارة بنجاح.

الوحدات وشباب العقبة دخلت الوحدات، أجواء اللقاء بهدف واضح يتمثل في ضرورة الفوز، ولعب برأس حربة زعترة والسنگالي انداي.

وفرض الوحدات، أفضليته على منطقة العمليات، بتواجد رجائي عايد، مع مساندة العوضات وزريق.

ولاحظت فرصة للوحدات، عندما تهادت الكرة أمام دانيال عفانة داخل منطقة الجزاء، لكنه سدد مكان وقوف حماد الأسمر.

ونجح الوحدات في تتويج أفضليته بهدف السبق، بعدما تسلم أنس العوضات كرة نموذجية من رجائي عايد، ومهدا لنفسه وأطلق كرة قوية سكنت الشباك في الدقيقة 23.

وحاول شباب العقبة، البحث عن التعديل، وشكلت انطلاقات الأمريكي إيريك، إزعاجاً متواصلًا لدفاع الوحدات، دون أن ينجح في تهديد رمي عبد الستار.

وأحرز الوحدات، هدفة الثاني، بعدما أرسل زريق، عرضية أبعدها الأسمر، لتجد انداي

الرمثا بلقب دوري المحترفين الأردني، للمرة الثالثة في تاريخه، الخميس، بعد تعادله 1-1 مع الجزيرة، على ستاد عمان الدولي، في ختام المسابقة.

تقدم الجزيرة بهدف السبق عن طريق حمزة الصيغي في الدقيقة 52، وسجل للرمثا، محمد أبو زريق شرارة من علامة الجزاء في الدقيقة 57.

ورفع الرمثا رصيده إلى 47 نقطة، ليحسم لقب الدوري بفارق المواجهات المباشرة عن الوحدات الذي فاز 5-0 على شباب العقبة.

واندفع الرمثا سريعاً نحو المواقع الهجومية بحثاً عن تسجيل هدف يعزز من فرص تتويجه، واعتمد على انطلاقات أبو الكاس واللحام والزحراوي وشرارة والدرودور.

وكاد الرمثا أن يهز الشباك، بعد محاولات هجومية مكثفة استهلها حمزة الدردور، الذي توغل بين دفاع الجزيرة، ومرر إلى مصعب اللحام، لكنه سدد مكان وقوف الحارس وليد عصام.

وتلاب شرارة بدفاع الجزيرة وواجه المرعى، لكنه سدد كرة قوية أبعدها الحارس وليد عصام ببسالة.

ولم يخف الجزيرة أطماعه الهجومية، وكشف عن محاولات على فترات كان يقودها سعادة وجاموس وأبو شعيرة والصيغي ولعوان، وكاد الأخير أن يفعلها بتسديدة على مشارف منطقة الجزاء، تصدى لها مالك شلبية.

العقبة تستضيف بطولة الأندية الآسيوية للسيدات لكرة القدم

تستضيف مدينة العقبة، بطولة الأندية الآسيوية للسيدات لكرة القدم، التي تقام خلال الفترة من 7 إلى 13 الشهر الحالي.

ويمثل فريق نادي عمان، الأردن في هذه البطولة التي يشارك فيها أيضاً فرق جوكولام الهندي، شاهر داري الإيراني ونيودكور الأوزبكي، على أن يتأهل فريق واحد للدور المقبل.

ويخوض فريق عمان أولى تدريباته في العقبة التي وصلها اليوم الأربعاء، استعداداً للبطولة المتوقع أن تأتي قوية ومثيرة، حيث يطمح فريق عمان بطل دوري المحترفات، في التأهل إلى الدور الثاني رغم صعوبة المهمة.

ويضم فريق عمان للاعبات: ملك شنك، روند كساب، سوزان أبو قرق، العنود غازي، هيا خليل، رزان الزاغة، انشراح حياصات، آية المجالي، لانا فراس، سامية العوني، غادة العيادي، تقي غازي، نور المشايخ، ريم ياسين، تسنيم سليم، سبأ الصقور، شهان جبرين، لوجين البطوش، زينة حازم، عبير النهار، إيناس الجماعين، لين البطوش، ميساء جبارة.

منتخب الشباب يعلن تشكيلته لملاقاة منتخب فلسطين وديا

اعلن الجهاز الفني لمنتخب الشباب تحت سن 19، بقيادة المدرب إسلام ذيابات، قائمة اللاعبين لمواجهة منتخب فلسطين وديا يومي الأحد والثلاثاء المقبلين في عمان.

وضمت القائمة 23 لاعبا هم: سيف النصيرات، حبيب عمر، مراد الفالوجي، علي حجيبي، محمد العبيدات، أحمد أمين، أهم الرفاعي، علي العزايزة، زيد أصفر، بكر كلوبة، هاشم المبيضين، علاء ورق، سلطان الشباب، عاصم أبو التين، إيهاب العقلة، سيف الدين درويش، يوسف حسان، علاء دية، إبراهيم نوفل، محمد رائد، عرفات الحاج، عمر صلاح، محمد أبو هزيم.

وبين ذيابات أن لقاء فلسطين، يعد محطة إعدادية أخيرة، تأهبا لخوض منافسات بطولة غرب آسيا بالعراق نهاية الشهر الحالي.

وأضاف في تصريح للموقع الرسمي لاتحاد الكرة أن القائمة خلت من اللاعبين أمين الشناينة ومهند أبو طه، لارتباطهما مع أنديةهما في منافسات كأس الأردن، والتي تأتي بالتزامن مع بطولة غرب آسيا.

يذكر أن المواجهة الأولى تقام عند الساعة مساء يوم الأحد المقبل على ستاد الأمير محمد بالزرقاء، على أن يتجدد اللقاء عند الرابعة مساء يوم الثلاثاء المقبل على ذات الملعب.

ويشارك المنتخب في بطولة غرب آسيا، بالفترة من 20 تشرين الثاني الحالي حتى الأول من كانون الأول، بمدينتي البصرة وأربيل بالعراق.

تشافي: أتمنى انتهاء مفاوضات السد وبرشلونة سريعا

تحدث تشافي هرنانديز، المدير الفني للسد القطري، لأول مرة عن مفاوضات توليه مسؤولية فريقه السابق برشلونة بعد إقالة الهولندي رونالد كومان.

وصرح تشافي عبر شبكة TV3 الكاتالونية «أنا شخص إيجابي للغاية، النادبان يتفاوضان، إنها مسألة منطقية وفي النهاية يجب إتمامها، أنا متحمس».

أضاف «النادبان يعرفان موقعي، أتمنى أن يتم حل هذه المسألة بسرعة».

وبسؤاله عن التحديات التي تنتظره مع البارسا، رد «لا أعتبر نفسي ملهما أو ساحرا، لدينا فريق جيد، يحتاج عملا مكثفا، ويجب أن يسير الجميع في اتجاه واحد».

وأمم تشافي تصريحاته في هذا الشأن «نحن جميعا متحمسون، والحلم يلوح في الأفق».

لكن المدرب الإسباني أثار الجدل عقب مباراة السد والدحيل التي انتهت بالتعادل أمس الأربعاء، بعد حديث ودي سريع بينه وبين أحد أفراد الطاقم التحكيمي للمباراة.

سأل الحكم تشافي «هل سأراك مجددا؟»، ليرد المدير الفني للسد باللغة الإنجليزية «لا أعلم».

ويتولى مسؤولية برشلونة في الوقت الحالي، سيرجيو بارخوان، المدير الفني لفريق الرديف، وذلك بشكل مؤقت، حيث قاد البارسا للتعادل مع أليفيس في الدوري والفوز على دينامو كييف في دوري الأبطال.

طموح الزمالك يتصدى لانتفاضة الأهلي في قمة الدوري المصري



سبحون ستاد القاهرة مسرحيا في الثامنة مساء اليوم الجمعة (بتوقيت مصر)، لمواجهة من العيار الثقيل بين الزمالك وضيغه الأهلي في قمة الدوري المصري التي ينتظرها أنصار القلبيين الكبارين، ليس فقط داخل أرض الكنانة ولكن من المحيط إلى الخليج.

المواجهة تقام ضمن منافسات الجولة الثالثة من عمر الدوري المصري وسط توقعات بوجبة كروية دسمة تليق بقوة الفريقين الكبارين والنجوم المميزة في تشكيلة الزمالك وضيغه الأهلي.

بداية مميزة

قدم الفريقان بداية مميزة في مشوار الدوري المصري، فالزمالك حامل اللقب، فاز في أول جولاته على حساب إيني ثم طلائع الجيش بنتيجة (2-0)، وسجل النناينة أحمد سيد زيزو من ركلة جزاء وعمر السعيد، في كلتا المباراتين.

الأهلي أيضا قدم مستويات جيدة وفاز على الإسماعيلي بنتيجة (4-0) في الجولة الأولى، كما تغلب على البنك الأهلي بنتيجة (1-0) في الجولة الثانية.

ولم تهتز شباك الأهلي أو الزمالك في أول جولتين، بينما يتفوق الفريق الأحمر تديفيا بفارق هدف عن الأبيض.

طموح الزمالك

يدخل الزمالك طامعا في فوز جديد، يؤكد بدايته القوية ويعزز انطلاخته للحفاظ على لقب الدوري.

الزمالك حقق الفوز بلقب الدوري المصري، في ظل ظروف غاية الصعوبة ولكن جماهيره تأمل في استمرار التفوق وتقديم بداية قوية، خصوصا مع صعوبة المنافسات في الموسم الحالي.

وحاول المدرب الفرنسي باتريس كارتيرون، المدير الفني للزمالك، استخدام ورقة الضغوط الإعلامية والحديث عبر وسائل الإعلام حول أفضلية الأهلي خلال المباراة.

يمكك الزمالك الطموح لتحقيق الفوز ولكنه

يعد ضربة حرة مباشرة، انبرى لتسديدها أنس العوضات في الدقيقة 45.

وسجل الوحدات، الهدف الرابع، بعدما

الذي سدد الكرة بهدوء داخل الشباك في الدقيقة 41.

ولم يتأخر الوحدات عن تسجيل هدفة

هبوط الجليل.. ومعان يحسم بقاءه في الدوري الأردني

هبط فريق الجليل رسميا للدرجة الأولى، بعد خسارة قاسية أمام شباب الأردن 5-0، مساء الأربعاء على ستاد عمان الدولي، في الجولة 22 (الأخيرة) من بطولة دوري المحترفين الأردني.

وتوقف رصيد الجليل عند النقطة «19» ليرافق البقعة للدرجة الأولى، فيما رفع شباب الأردن رصيده إلى «33» نقطة ليستقر في المركز الخامس.

وسجل خماسية شباب الأردن حمزة النعيم بالدقيقة «8»، وخالد الدردور «هاتريك» بالدقائق 31 و35 و72، والبرازيلي دوجلاس من علامة الجزاء «45»، وفي مباراة ثانية جرت بالتوقيت نفسه على ستاد الملك عبد الله الثاني بالقويسمة، حسم معان بقاءه رسميا في دوري المحترفين بعد تعادله مع السلط «1-1». وتقدم فريق معان بهدف السبق عن طريق محمود موابي بالدقيقة «16»، قبل أن يحرز السلط هدف التعادل عن طريق محترفه الكاميروني وأنجا من علامة الجزاء بالدقيقة «39».

مدرب الجليل يعلن استقالته

أعلن العراقي جبار حميد الفني المدير الفني للجيل استقالته رسميا بعد خسارة فريقه أمام شباب الأردن «5-0» في الجولة الأخيرة لبطولة دوري المحترفين الأردني، مساء الأربعاء، وميظ فريق حمزة النعيم للدرجة الأولى رغم تنويجه في بداية الموسم بطلا لدور الاتحاد، حين فاز على الوحدات في المباراة النهائية بركلات الترجيح، وقال جبار في تصريحات لقناة الأردن الرياضية: «الحمد لله والشكر على كل شيء، لم يتدرب الفريق والظروف لم تخدمنا، وأعلن استقالتي فوراً». وكان جبار حميد تسلم مهمة تدريب الجليل في مرحلة إياب دوري المحترفين خلفا للمدرب حسين العلوانة، لكنه لم ينجح في النهوض بأداء ونتاجات الفريق ليرافق البقعة إلى الدرجة الأولى.

وحل الجليل في المركز قبل الأخير برصيد «19» نقطة، متقدما على البقعة فقط الذي تذيّل الترتيب برصيد نقطة واحدة.

كاسيميرو بعد 300 مباراة مع الريال: لم أتخيل أبدا هذا الحلم

استكمل البرازيلي كاسيميرو، بمشاركته في مواجهة شاختر دوتسك الأوكراني، أمس الأربعاء، 300 مباراة بقميص ريال مدريد، وهو إنجاز أكد أنه لم يتخيل أبدا الوصول إليه حين انضم لصفوف النادي في 2013، مؤكدا أنه لفر «العمل كل يوم».

وعقب انتهاء اللقاء الذي فاز به الملكي (2-1) ضمن منافسات الجولة الرابعة من دور المجموعات بدوري أبطال أوروبا، قال اللاعب البالغ 29 عاما «إنه بالتأكيد رقم مهم للغاية».

وأوضح «بصراحة لم أتخيل أبدا عندما وصلت إلى فريق الناشئين، أنني سأخوض هذا الكم من المباريات».

وأكد كاسيميرو «إنه حلم طفل، هذا النجاح الكبير يكمن في العمل اليومي، حتى لو كانت 300 مباراة، أشعر في كل مرة أنها المباراة الأولى بالنسبة لي وأحاول أن أبذل قصاري جهدي مثل جميع المباريات».

أتلتيكو مينيرو ينتزع انتصارا بشق الأنفس أمام جريميو

في الدقيقة 70، أجرى كوكا مدرب أتلتيكو مينيرو 3 تغييرات دفعة واحدة لتنشيط الفريق، فغادر جوجا وزارتشو وهالك ودخل كل من ماريانو وسافارينو وفارجاس على التوالي.

ضربة فارجاس

تحصل أتلتيكو على ضربة حرة من على حدود منطقة الجزاء في الدقيقة 26، سدها ناتشو وارتملت الكرة بيد كامباز داخل المنطقة، وبعد اللجوء لتقنية الفيديو احتسبها للحكم ركلة جزاء، وترجمها فارجاس إلى هدف.

واستطاع لاعبو أتلتيكو مينيرو السيطرة على الكرة في مناطق الوسط، حتى انتهى اللقاء بفوز صعب على منافس عنيد، رغم موقعه المتأخر بالجدول.

وستكون مباراة أتلتيكو مينيرو القادمة في الدوري البرازيلي، ضد فريق أمريكا مينيرو، على أرض ملعب مينيراو.

على دفاعات مينيرو في الدقيقة 35، حيث سدد كرة بعيدة المدى، لكن الحارس إيفرسون تصدى لها ببراعة وأبعدها عن الشباك.

عودة الضيوف

مع بداية الشوط الثاني واصل جريميو سيطرته على الفرص الخطيرة، والتي بدأت بتسديدة قوية من لوكاس سيلفا من خارج المنطقة لكنها مرت فوق العارضة، تبعتها عدة هجمات خطيرة للضيوف من أجل إحراز التعادل.

ونال جريميو ما أراد في الدقيقة 57، حيث سجل كامباز هدف التعادل بعد تمريرة رائعة من بورجا، انقرد على إثرها الكولومبي بالمرعى وأسكن الكرة للشباك وسط حراسة مدافعي أتلتيكو مينيرو.

لم يهتز أتلتيكو لهذا التعادل، وفي الدقيقة 66 تقدم هالك إلى خط النهاية على اليسار وأرسل تسديدة جميلة، لكن تشابيكو حارس جريميو كان لديها بالمرصاد.

الأولى، عبر أرانا الذي مر من الجهة اليسرى ووجه عرضية قابليا زارتشو بالراس، لكن كرتة ذهبت بعيدا عن رمي الضيوف، ثم حصل جريميو على 3 فرص متتالية، جميعها عن طريق المهاجم بروج.

واستمر السجال بين الفريقين، حتى الدقيقة 12 عندما تلقى زارتشو تمريرة داخل منطقة جزاء الضيوف وراوغ ثم أسكنها الشباك محرزا الهدف الأول.

حاول جريميو الرد سريعا في الدقيقة 15، عندما وجه لوكاس سيلفا تسديدة قوية من خارج منطقة الجزاء انتهت بين يدي الحارس إيفرسون.

وفرض جريميو سيطرته على اللقاء عبر عدة هجمات خطيرة، لكن الحارس ودفاع أتلتيكو كانا بالمرصاد، حتى جاءت الدقيقة 34، وأجرى المدرب فاجنر مانشيني التغيير الأول للضيوف، ودفع بالكولومبي كامباز بدلا من فيلاسنتي.

وفي أول لمسة للكولومبي، شكل خطورة كبيرة

حقق فريق أتلتيكو مينيرو، فوزا صعبا على ضيفه جريميو، في اللقاء الذي أقيم فجر الخميس على ملعب إستاديو رايموندو سامبايو، ضمن منافسات الجولة 19 من الدوري البرازيلي.

تقدم أتلتيكو مينيرو مبكرا عن طريق فيديريكو زارتشو في الدقيقة 12، قبل أن يعادل جامينتون كامباز النتيجة للضيوف في الدقيقة 56.

ونجح أتلتيكو في حسم اللقاء من خلال هدف الفوز الذي سجله إدواردو فارجاس، في الدقيقة 75 من ركلة جزاء، ليعسد حوالي 56 ألف مشجع أشعلوا مدرجات الملعب بنسبة حضور 100%.

وبذلك الفوز يفرد أتلتيكو مينيرو في صدارة الدوري البرازيلي منفردا برصيد 62 نقطة، ويفارق 10 نقاط عن أقرب ملاحقيه بالميراس، بينما تجمد جريميو عند 26 نقطة في المركز 19 (قبل الأخير).

بداية مثيرة

بدأت المباراة بحماس كبير منذ الدقيقة