

برهم صالح أم هوشيار زيارى؟.. الميليشيات العراقية تتجرع السم

تابع ص7

تقرير يتوقع ارتفاع عدد الإصابات بالسرطان بمعدل الضعف بالشرق الأوسط وإفريقيا

تابع ص7

ارتفاع معدلات التوظيف في دول الخليج العربي الى مستويات ما قبل الجائحة

تابع ص7

يومية - سياسية - اقتصادية - شاملة

الشمس

SADA AL-SHAAB DAILY NEWSPAPER

امنت تختتم تدريباً إقليمياً في علم اللقاحات

عمان

اختتمت الشبكة الدولية للتنمية (امنت) تدريباً استمر 5 أيام في علم اللقاحات، بمشاركة 17 متدرباً من المجموعة الاستشارية الفنية الوطنية للتحصين والبرنامج الوطني الموسع للتحصين، من بلدان إقليمية مختلفة. وقدم التدريب للمشاركين بحسب بيان للشبكة نظرة شاملة عن مجال التطعيم، من تطوير اللقاح والتجارب السريرية إلى التنفيذ والاستخدام ضمن البرنامج الموسع للتحصين، واستضاف خبراء من منظمة الصحة العالمية، واليونيسيف وشبكة التعليم ودعم التحصين، وفرقة العمل العالمية بمشاركة خبراء من العراق والأردن وفلسطين وعمان والسودان وباكستان وليبيا، وقال البيان، إن المجموعات الاستشارية الفنية الوطنية للتحصين تعتبر من قبل مجتمع التحصين العالمي آلية مهمة داخل الدولة من المتوقع أن تلعب دوراً رئيسياً من حيث تقديم المشورة الفنية المسندة بالبيانات بشأن اللقاح والتحصين.

أوقات الصلاة

عمان

الفجر	05:07
الظهر	11:50
العصر	02:47
المغرب	05:13
العشاء	06:32

4 رجب 1443 هـ الموافق 5 شباط 2022 م

السبت

السنة الثامنة

العدد (2643)

250 فلس

17 وفاة ونسبة الفحوصات الإيجابية 28.62 بالمئة

حصيلة قياسية جديدة... 21386 إصابة بكورونا

جراتات: 20 شباط قد لا يكون الموعد الأنسب لعودة الطلبة

عمان

قال عضو اللجنة الوطنية للأوبئة سعيد جراتات: قد لا يكون موعد عودة طلبة المدارس في 20 من الشهر الحالي هو الموعد الأنسب للتجمعات الطلابية في المدارس مع اندحار موجة انتشار كورونا والذي يحتاج إلى 4 أو 5 أسابيع. وأعلنت وزارة الصحة، الجمعة، عن تسجيل 17 وفاة و21386 إصابة جديدة بفيروس كورونا في المملكة، ليرتفع العدد الإجمالي إلى 13288 وفاة و1301492 إصابة. وبلغت نسبة الفحوصات الإيجابية 28.62 بالمئة، بحسب الموجز الإعلامي الصادر عن الوزارة، وأشار الموجز إلى أن عدد الحالات النشطة حالياً وصل إلى 127580 حالة، بينما بلغ عدد الحالات التي أدخلت، الجمعة، إلى المستشفيات 228 حالة، وعدد الحالات التي غادرت المستشفيات 228 حالة، فيما بلغ العدد الإجمالي للحالات المؤكدة التي تتلقى العلاج في المستشفيات 1101 حالة.

وأظهر الموجز، أن نسبة إشغال أسرة العزل في إقليم الشمال بلغت 20 بالمئة، بينما بلغت نسبة إشغال أسرة العناية الحثيثة 32 بالمئة، فيما بلغت نسبة إشغال أجهزة التنفس الاصطناعي في الإقليم ذاته 13 بالمئة.

وأضاف، أن نسبة إشغال أسرة العزل في إقليم الوسط بلغت 31 بالمئة، في حين وصلت نسبة إشغال أسرة العناية الحثيثة في الإقليم ذاته



إلى 44 بالمئة، ونسبة إشغال أجهزة التنفس الاصطناعي إلى 18 بالمئة، وفي إقليم الجنوب، بلغت نسبة إشغال أسرة العزل 14 بالمئة، ونسبة إشغال أسرة العناية الحثيثة 13 بالمئة، فيما بلغت نسبة إشغال أجهزة التنفس الاصطناعي في الإقليم ذاته 14 بالمئة. وأشار الموجز إلى تسجيل 12826 حالة شفاء، ويصل العدد الإجمالي لحالات الشفاء المتوقعة بعد انتهاء فترة العزل إلى 1160624 حالة. كما أشار إلى إجراء 74731 فحصاً، ليبلغ العدد الإجمالي للفحوصات التي أجريت منذ بدء الوباء 14963667 فحصاً. وأظهر الموجز أن عدد متلقي الجرعة الأولى من لقاح كورونا وصل إلى 4602795، فيما وصل عدد متلقي الجرعتين إلى 4255981.

40 ألفاً يؤدون صلاة الجمعة في المسجد الأقصى

عمان

أدى عشرات آلاف الفلسطينيين صلاة الجمعة في المسجد الأقصى المبارك، رغم الإجراءات التي تفرضها سلطات الاحتلال الإسرائيلي على أبواب البلدة القديمة ومدخلها في القدس المحتلة.

وقدرت دائرة الأوقاف الإسلامية بالقدس، أعداد المصلين في الأقصى وصلت لنحو 40 ألفاً، حيث أعاقت شرطة الاحتلال دخول المصلين الذين توافدوا منذ ساعات الصباح، من خلال عمليات تفتيش وفحص بطاقتهم الشخصية.

وانتشرت قوات الاحتلال في شوارع المدينة ومحيط الأقصى، وتمركزت عند بواباته، وأوقفت المصلين ودفقت في بطاقتهم الشخصية، ونصبت حاجزاً على باب الأسباط.

وحسب وكالة الأنباء الفلسطينية، فقد شهد المسجد الأقصى احتشاد آلاف المواطنين من القدس والضفة الغربية ودخل أراضي العام 1948، لأداء صلاة الفجر لإرسال رسالة للاحتلال برفض مخططاته التهويدية التي ينفذها في المسجد الأقصى.

وفي السنوات الأخيرة أطلقت عشرات الدعوات لأداء صلاة الفجر في الأقصى، رداً على الانتهاكات والاعتداءات المتواصلة التي يمارسها الاحتلال في المسجد الأقصى بشكل خاص، والمدينة المقدسة عموماً.

الزراعة تطلق الخطة الإقراضية بقيمة 135 مليون دينار

عمان

وافق مجلس إدارة مؤسسة الإقراض الزراعي، خلال جلسته التي عقدها برئاسة وزير الزراعة المهندس خالد الحنيفات، وبحضور مدير عام مؤسسة الإقراض الزراعي المهندس محمد دوجان، على إطلاق الخطة الإقراضية للفترة من 2022 إلى 2025 بقيمة 135 مليون دينار.

وأكد الحنيفات أن الخطة الإقراضية للمزارعين هي إحدى الإجراءات التنفيذية للخطة الوطنية للزراعة المستدامة، وتهدف الخطة إلى تطوير بيئة الأعمال في القطاع الزراعي وتشجيع استخدام التكنولوجيا الحديثة في القطاع الزراعي.

وأضاف الحنيفات أن الخطة تهدف إلى تحسين كفاءة استغلال مياه الري، وتعزيز الصادرات والمنتجات الزراعية. تابع

الأرصاد الجوية تحذر من خطر تشكل السيول

عمان

قال مدير إدارة الأرصاد الجوية رائد آل خطاب، إن صور الأقمار الصناعية المباشرة تشير لاقتراب حزمة من الغيوم باتجاه المملكة هذه الليلة.

وأضاف، أنه من المتوقع أن تؤثر على المناطق الشمالية، وتمتد تدريجياً إلى المناطق الوسطى والجنوبية، وأن تكون الهطولات المطرية غزيرة مع حبات البرد، وسط تحذير من خطر تشكل السيول في المرتفعات الغربية من المملكة.

وتبقى الأجواء اليوم السبت باردة جداً، وغائمة جزئياً إلى غائمة أحياناً، مع هطول الأمطار في أغلب مناطق المملكة تكون غزيرة أحياناً في الأجزاء الغربية من المملكة قد يصحبها الرعد، ومع ساعات الليل تضعف فرصة الهطول تدريجياً، وتكون الرياح غربية معتدلة السرعة تنشط على فترات أثناء النهار.

وبطراً الأحد، ارتفاع طفيف على الحرارة، وتكون الأجواء باردة في أغلب مناطق المملكة، وباردة نسبياً في الأغوار والبحر الميت والعقبة، مع ظهور الغيوم المنخفضة ويحتمل في ساعات الصباح هطول أمطار خفيفة في أجزاء من شمال ووسط المملكة، وتكون الرياح غربية معتدلة السرعة.

نقابة الأطباء تتحقق من فيديو

يسيئ لأحد الأطباء الأردنيين

عمان

ناشدة الناطق الاعلامي لمجلس تسير مهام نقابة الأطباء الأردنيين الدكتور ميسم عكروش، الأطباء والمواطنين بعدم تداول فيديو مسجل من جهة خارجية، انتشر مؤخراً عبر مواقع التواصل الاجتماعي يتهم أحد الأطباء الأردنيين بإجراء طبية مغلوطة وغير مهنية.

وقالت الدكتورة عكروش، «إن المعلومات التي وردت في هذا الفيديو غير مؤكدة وتبدو كيدية لكل من يعرف أسس الطب ومبادئه»، منوهة إلى أن تداول الفيديو بهذه السرعة القصوى يضر بسمعة الطب والسياحة العلاجية الأردنية التي باتت مصدر دخل قومي لكافة القطاعات السياحية والخدمية في بلدنا الحبيب، كما يسعى إلى خفض أسهم التميز الطبي الأردني في المنطقة.

وأشارت إلى أن هذا الموضوع مدار بحث وتحقق من قبل وزارة الصحة ونقابة الأطباء، مبيته ان الحق سيأخذ مجراه وأن التحقيق جار على كافة المستويات لمعرفة الحقيقة وأنصاف الطرف المظلوم، داعية المواطنين والأطباء إلى حماية سمعة الأردن وتوخي الحذر من الأخطار المترتبة على تدوير وتداول مثل هذه الفيديوهات المسيئة.

الصفدي: استمرار المملكة في حشد الدعم للأونروا

عمان

وشدّد الصفدي بأن الأردن مستمر بالعمل والتنسيق مع الشركاء الإقليميين والدوليين لحشد الدعم اللازم للوكالة لإدامة خدماتها الحيوية للاجئين. وحذر الصفدي من التبعات الإنسانية والسياسية والأمنية التي سيكون لها تأثيرات كبيرة على أمن المنطقة واستقرارها إذا ما عجزت الوكالة عن تراجع خدماتها للاجئين الفلسطينيين نتيجة تراجع الدعم لها.

وقمّن لازاريني الجهود الأردنية المستمرة لحشد الدعم الدولي للوكالة ومساعدتها على سدّ عجزها المالي، مؤكداً أهمية الدور الذي يضطلع به الأردن بالتعاون مع المجتمع الدولي في هذا الإطار.تابع 2

وكان من أبرز تلك القضايا التعامل مع 7 قضايا قتل اكتشفت جميعها، و67 قضية للشروع بالقتل والإيذاء البالغ و248 قضية سرقة جنائية، بالإضافة إلى قضيتين للقتل الخطأ و498 قضية سرقة جنحوية و173 قضية احتيال و45 قضية سرقة سيارات. وفي مجال مكافحة المخدرات، ما زالت إدارة مكافحة المخدرات مستمرة في حملاتها لملاحقة وضبط كافة أشكال التعامل مع المواد المخدرة، لا سيما فيما يتعلق بالاتجار والترويج الداخلي والتهريب، حيث جرى التعامل خلال شهر كانون

الحمس. واستعرض اللقاء نتائج المؤتمر الوزاري الدولي لدعم الوكالة والذي عقد برئاسة الأردن والسويد خلال شهر تشرين الثاني الماضي في بروكسل، وأتمر عن مساهمات مالية مباشرة لدعم الوكالة وصلت إلى 38 مليون دولار. وجدّد الصفدي موقف المملكة الثابت بأنه يجب استمرار الوكالة في عملها إلى حين حلّ قضية اللاجئين الفلسطينيين وفق قرارات الشرعية الدولية، بما في ذلك القرار 194 الذي يضمن حقهم في العودة والتعويض، وفي إطار حل شامل وعادل للقضية الفلسطينية على أساس حل الدولتين.

الأمن: 1445 جريمة جنائية وجنحوية بكانون الثاني

عمان

أعلنت مديرية الأمن العام الإحصاءات الجرمية والخدمية والجهد المبذول مختلف وحداتها وتشكيلاتها خلال شهر كانون الثاني 2022. وفي المحور الجرمي، تعاملت مديريات الشرطة والمراكز الأمنية وإدارتنا البحث الجنائي والأمن الوقائي خلال شهر كانون الثاني 2022 مع 1445 جريمة جنائية وجنحوية، أحيلت منها 1249 قضية للقضاء، وكانت نسبة اكتشاف تلك الجرائم 86%.

اجتماع تنسيقي اردني قطري لتسويق الكفاءات الأردنية

عمان

استراتيجية والتربية والتعليم والتعلم العالي الدكتور وجيه عويس والسياحة والآثار نايف الفايز والداخلية مازن الفراية والصحة الدكتور فراس الهوارى والاقتصاد الرقمي والريادة أحمد الهنادة والاستثمار المهندس خيري عمرو ووزير الشباب محمد التاليسي ووزير التنمية الاجتماعية أيمن المغلح، ووزير العمل القطري الدكتور علي بن سعيد بن صميخ المري، والسفير القطري في عمان الشيخ سعود بن ناصر بن جاسم آل ثاني.

وأكد وزير العمل نايف استيتية، أن الهدف من اللقاء هو تعزيز التنسيق بين الوزارات مع الأشقاء القطريين لتعزيز الفائدة من الاتفاقيات الموقعة بين البلدين وزيادة أعداد الأردنيين المشتغلين في قطر، إضافة إلى البحث في كيفية استعادة قطر من الكفاءات الأردنية خلال استضافتها لكأس العالم في الدوحة العام الحالي. واستعرض الوزراء الذين جاء اجتماعهم بعد لقاء جمع رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاصوة مع وزير العمل القطري الدكتور علي بن سعيد بن صميخ المري، المجالات التي من الممكن تبادل الخبرات فيها بين الجانبين لتعزيز أوجه التعاون بخصوصها.تابع 2

أكد نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين، أيمن الصفدي، استمرار المملكة في العمل على حشد الدعم السياسي والمالي لوكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين (الأونروا). جاء ذلك خلال لقاء الصفدي المفوض العام للوكالة فيليب لازاريني، في مقر الوزارة، في اجتماع بحث سبل إسناد وكالة الأونروا، وتوفير الدعم الكافي والمستدام لها لتمكينها من الاستمرار في تقديم خدماتها الحيوية لنحو 7 ر 5 مليون لاجئ فلسطيني في مناطق عملياتها

بحث اجتماع تنسيقي ضم عدد من الوزراء ووفد من وزارة العمل القطرية، أوجه التعاون المشترك بين البلدين الشقيقين. وجاء اللقاء الذي عُقد في دار رئاسة الوزراء لتبادل الخبرات مع الأشقاء القطريين وتسويق الكفاءات الأردنية وربط منصة «قطر» مع منصة «سجل» في الأردن بهدف تشغيل 20 ألف أردني بمبادرة من سمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني.

وحضر اللقاء وزراء العمل نايف

داعش بعد مقتل زعيمه.. «ضربة

قاصمة» وتحضير لخليفة جديد

وكالات

جاء الإعلان عن مقتل زعيم داعش، أبو إبراهيم الهاشمي القرشي، في عملية أمنية أميركية شمالي سوريا بمثابة «انتصار معنوي» لقوات التحالف الدولي، وضربة قاصمة، للتنظيم الذي يحاول خلال الشهور الماضية إعادة تموضعه عبر عمليات دموية في سوريا والعراق.

ووفق بيان للبيت الأبيض فإن «القوات العسكرية الأميركية في شمال غرب سوريا نجحت في تنفيذ عملية لمكافحة الإرهاب لحماية الشعب الأميركي وحلفائنا، وجعل العالم مكاناً أكثر أمناً»، مضيفاً: «بفضل مهارة وشجاعة قواتنا المسلحة، تمكننا من القضاء على أبو إبراهيم الهاشمي القرشي - زعيم داعش».

وعقب مقتل أبو بكر البغدادي نهاية أكتوبر 2019 في عملية نوعية مماثلة، أعلن تنظيم داعش الإرهابي تعيين أبو إبراهيم الهاشمي القرشي خليفة له، الذي قالت تقارير إنه لعب دوراً كبيراً في حملة تصفية الأقلية الزيدية من خلال المجازر والتجهيز والسبي.

المحلل العراقي، هاشم عبد الكريم، قال إن المرحلة الحالية للتنظيم بعد مقتل القرشي ستشهد سكوناً، وربما تشهد انقسامات إلى حين التوافق على قائد جديد، لافتاً إلى أنه رغم أهمية الضربة إلا أن تأثيرها لن يكون مشابهاً لمقتل البغدادي من حيث التأثير على القواعد.

وأضاف عبد الكريم، في تصريحات لموقع «سكاي نيوز عربية»: «الوصول لرأس التنظيم انتصار معنوي كبير للتحالف وضربة قاصمة ستحدث هزة كبيرة جداً داخل جسد التنظيم، لكن في الوقت نفسه التنظيم وفق المعطيات الراهنة قادر على التماسك، رغم تلك الهزة الإدارية الكبيرة التي سيعاني منها».

وأشار إلى أن التنظيم بعد خسارة الأراضي التي استولى عليها لعدة سنوات في سوريا والعراق أصبحت القيادة غير مركزية، فبات يعتمد على فكرة أنه في كل مكان خليفة أو ولاية لها قائد ونائب وخلافه.

بذوره، اعتبر الكاتب والباحث المتخصص في حركات الإسلام السياسي مصطفى زهران، أن مقتل القيادات بات أمراً تقليدياً ولا يؤثر على التنظيم لا على المستوى الاستراتيجي ولا على مستوى التمدد أو الانتشار أو حتى المسارات المستقبلية.

وأضاف زهران، في حديث لموقع «سكاي نيوز عربية»، أن التنظيمات الإرهابية تتعامل مع قضية مقتل قياداتها تتعامل معها بشكل طبيعي، لكن كل قيادي له بعد في تحديد مسارات التمدد، فالبغدادي يختلف عن القرشي وهكذا لكن لن يتراجع التنظيم أو يختفي.

وحول الخليفة المحتمل، قال إن داعش لديه استراتيجيات بديلة، فمما جاء القرشي سيعمل «مجلس شورى التنظيم» على اختيار من يرأس التنظيم بشكل سريع، لافتاً إلى أن داعش يسبب تمدده الجغرافي الكبير فيه نسبة اختراق كبيرة بخلاف تنظيم القاعدة الذي لديه محدودية في الجغرافيا وفي نفس الوقت يتحرك بشكل مركزي.

وأكد أن مقتل زعيم التنظيم لن يؤثر سلباً على تمدده بل سيأخذ فترة لإعادة رسم السياسات في ظل إدارة جديدة، مشيراً إلى أن التنظيم صاعد بقوة سواء في إفريقيا أو سوريا والعراق كما لاحظنا عبر الهجمات المتتالية الأخيرة.

وأعلن العراق القضاء على تنظيم داعش عام 2017، لكن فلوله لا تزال تواصل عملياتها الإرهابية في البلاد.

وزير الخارجية يؤكد استمرار المملكة في حشد الدعم الخارجي والمالي والسياسي للأردن



عمان - أكد نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين، أيمن الصفدي، استمرار المملكة في العمل على حشد الدعم السياسي والمالي لوكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين (الأونروا).
جاء ذلك خلال لقاء الصفدي المفوض العام للوكالة فيليب لازاريني، في مقر الوزارة، في اجتماع بحث سبل إسناد وكالة الأونروا، وتوفير الدعم الكافي والمستدام لها لتمكينها من الاستمرار في تقديم خدماتها الحيوية لنحو 5.7 مليون لاجئ فلسطيني في مناطق عملياتها الخمس. واستعرض اللقاء نتائج المؤتمر الوزاري الدولي لدعم الوكالة والذي عُقد برئاسة الأردن والسويد خلال شهر تشرين الثاني الماضي في بروكسل، وأثمر عن مساهمات مالية مباشرة لدعم الوكالة وصلت إلى 38 مليون دولار.
وجدد الصفدي موقف المملكة الثابت بأنه يجب استمرار الوكالة في عملها إلى حين حل قضية اللاجئين الفلسطينيين وفق قرارات الشرعية الدولية، بما في ذلك القرار 194 الذي يضمن حقهم في العودة والتعويض، وفي إطار حل شامل وعادل للقضية الفلسطينية على أساس حل الدولتين. وشدد الصفدي بأن الأردن

مستمر بالعمل والتنسيق مع الشركاء الإقليميين والدوليين لحشد الدعم اللازم للوكالة لإدامة خدماتها الحيوية للاجئين. وحذر الصفدي من التبعات الإنسانية والسياسية والأمنية التي سيكون لها تأثيرات كبيرة على أمن المنطقة واستقرارها إذا ما عجزت الوكالة عن تقديم خدماتها للاجئين الفلسطينيين نتيجة تراجع الدعم لها. وتضمن لازاريني الجهود الأردنية المستمرة لحشد الدعم الدولي للوكالة ومساعدتها على سد عجزها المالي، مؤكدا أهمية الدور الذي يضطلع به الأردن بالتعاون مع المجتمع الدولي في هذا الإطار. ووضع لازاريني الصفدي بصورة العجز المالي الذي تواجهه موازنة الوكالة للعام 2022. واتفق الصفدي ولazarيني على مواصلة التنسيق والتشاور ثنائيا، ومع الشركاء الدوليين والإقليميين حول سبل حشد الدعم الدولي اللازم لوكالة الأونروا. يُذكر أن الأردن والسويد نظما سلسلة من الاجتماعات الوزارية في السنوات الأخيرة لحشد الدعم السياسي والمالي للأونروا، وأثمر مؤتمر روما في العام 2018 عن تعهدات بلغت قيمتها 122 مليون دولار، وحشد المؤتمر الوزاري الذي عُقد خلال شهر حزيران للعام 2020 دعم بقيمة 130 مليون دولار، في حين أثمر الاجتماع الذي عُقد في بروكسل مؤخرا عن مساهمات مالية مباشرة وصلت إلى 38 مليون دولار، وتعهدات بلغت 615 مليون دولار للعام 2022 وما بعده.

الوطني لحقوق الإنسان: تقرير العفو الدولية حول الفلسطينيين انتصارا لعالمية حقوق الإنسان

عمان

أكد المركز الوطني لحقوق الإنسان أهمية مضمين التقرير الصادر عن منظمة العفو الدولية بعنوان « نظام الفصل العنصري الإسرائيلي ضد الفلسطينيين: نظام قاس يقوم على الهيمنة وجريمة ضد الإنسانية»، واعتباره انتصارا لعالمية حقوق الإنسان. وأكد المركز في بيان، أهمية ما ورد في هذا التقرير من استخلاصات ثابتة، استندت إلى عمل متراكم على مدى 4 أعوام من الاستقصاء والبحث والتوثيق حول ممارسات إسرائيل المنهجة لجريمة الفصل العنصري بحق الشعب الفلسطيني بجميع مكوناته وأماكن وجودهم؛ بمن فيهم المقيمون في المناطق المحتلة لسنة 1948 وامتداد هذه الممارسات للمواطنين الفلسطينيين اللاجئين والنازحين في البلدان الأخرى.

وناشد المركز، المؤسسات الوطنية لحقوق الإنسان في جميع أنحاء العالم، والتحالف العالمي للمؤسسات الوطنية لحقوق الإنسان، بضرورة تكاتف الجهود الحقوقية الهادفة إلى تحقيق العدالة الأممية من خلال وقف هذه الممارسات الإسرائيلية بحق الشعب الفلسطيني، وحث حكوماتها على ممارسة الولاية القضائية الشاملة تجاه هذه الممارسات الإسرائيلية، وفقا لمقتضيات الاعتبارات الإنسانية والحقوقية.

الاستهلاكية المدنية في المرتبة الثانية بالاستجابة لمتطلبات هيئة النزاهة ومكافحة الفساد

عمان

حصلت المؤسسة الاستهلاكية المدنية على المرتبة الثانية من بين الوزارات والدوائر الحكومية الأكثر استجابة لمتطلبات هيئة النزاهة ومكافحة الفساد وبنسبة 93,7 بالمئة، وفقا للتقرير الصادر من الهيئة لعام 2020.

وقال مدير عام المؤسسة سلمان القضاة في بيان إن تقرير ديوان المحاسبة لعام 2020 لم يتضمن أي استيضاحات أو ملاحظات على المؤسسة الاستهلاكية المدنية.

وأكد القضاة، أن هذه النتائج جاءت نظرا للالتزام المؤسسة بالقوانين والأنظمة والتعليمات النافذة لعملها وحرصها على تطبيق مبادئ الحوكمة في كافة إجراءاتها وسعيها الدائم لتحديث وتطوير أعمالها بما يضمن تقديم خدمات مميزة للمواطنين.

الشبول: نسعى لتحسين جودة خدمات الرعاية الصحية الأولية لتقليل الأمراض السارية

عمان

قال أمين عام وزارة الصحة للرعاية الصحية الأولية والأوبئة، الدكتور راشد الشبول، إن الوزارة تسعى إلى تحسين جودة خدمات الرعاية الصحية الأولية، لأهميتها وفعاليتها في التقليل من انتشار الأمراض السارية وغير السارية وتقليل العبء المالي على الخدمات الصحية. جاء ذلك خلال افتتاح ورشة عمل، على المستوى الوطني تحت عنوان: «تعزيز الإجراءات المنهجية والعلمية ذات الأولوية لزيادة استهلاك المطاعيم المضادة لفيروس كورونا، والمطاعيم الأخرى»، يشارك فيها مندوبون عن الخدمات الطبية الملكية، بالإضافة إلى وزارتي الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية والتربية والتعليم ووكالة الغوث الدولية والجامعات الحكومية والخاصة، ووزارة الصحة.

وأشار الدكتور الشبول إلى أن الوزارة نفذت منذ بداية الجائحة الإجراءات اللازمة لمواجهة جائحة كورونا وعلى مختلف المستويات التنفيذية والتوعوية، حيث شكلت فرقا للتقصي الوبائي وعلى مدار 24 ساعة، إضافة إلى رصد الحالات المشتبه بإصابتها بالفيروس، وفحصها وعزلها أو حجرها. وأوضح أن الوزارة استحدثت فرقا طبية منتشرة في جميع محافظات المملكة لمتابعة الفحوص، وإجراءات الاستجابة السريعة للتعامل مع الأوبئة والجائحات وتخصيص أطباء للعمل على متابعة فحوص المصابين ومخالطهم وعلى مدار الساعة.

بدوره، استعرض مستشار الطب الوقائي والصحة العامة، مثلا عن مركز البحوث والتنمية، عقاب أبو وندي، نتائج الدراسات التي تحدد الأولويات للوقوف على أهم الأسباب ومصادر الشائعات التي تحد من الإقبال على المطاعيم.

وتناقش الحضور أهمية توحيد الخطاب الصحي من قبل المعنيين في وزارة الصحة والتشدد في تطبيق جميع طرق الوقاية من المرض، وكذلك التوجه إلى مشاركة الطمحين لرفع نسبة المطعمين إلى 80 بالمئة لتحقيق المناعة المجتمعية.

الأميرة غيداء تطلق حملة الأردن يتحدى السرطان بمناسبة اليوم العالمي لمكافحة السرطان



مديرية الأمن العام تعلن الاحصاءات الجرمية والخدمية خلال شهر كانون الثاني

عمان - أعلنت مديرية الأمن العام الاحصاءات الجرمية والخدمية والجهد المبذول مختلف وحداتها وتشكيلاتها خلال شهر كانون الثاني 2022. وفي المحور الجرمي، تعاملت مديريات الشرطة والمراكز الأمنية وإدارات البحث الجنائي والأمن الوقائي خلال شهر كانون الثاني 2022 مع 1445 جريمة جنائية وجنوحية، أحيلت منها 1249 قضية للقضاء، وكانت نسبة اكتشاف تلك الجرائم 86%. وكان من أبرز تلك القضايا التعامل مع 7 قضايا قتل اكتشفت جميعها، و67 قضية الشروع بالقتل والإيذاء البالغ و248 قضية سرقة جنائية، بالإضافة إلى قضيتين للقتل الخطأ و498 قضية سرقة جنوحية و173 قضية احتيال و45 قضية سرقة سيارات. وفي مجال مكافحة المخدرات، ما زالت إدارة مكافحة المخدرات مستمرة في حملاتها للملاحقة وضبط كافة أشكال التعامل مع المواد المخدرة، لا سيما فيما يتعلق بالاتجار والترويج الداخلي والتهرب، حيث جرى التعامل خلال شهر كانون الثاني مع 1471 قضية منها 437 قضية ترويج واتجار ألقى القبض خلالها على 788 مروجاً وتجاراً، منهم 31 غير أردني. وجرى خلال تلك القضايا ضبط كميات كبيرة من السموغ المخدرة وعلى النحو الآتي: 6 مليون و253 و 253 حبة مخدرة وحشيش مخدر 98 كغم، حشيش صناعي 9 كغم، 3.5 كغم من مادة الكريستال المخدرة. وكان للقوات المسلحة الأردنية الدور الأكبر في ضبط كميات كبيرة من تلك المواد من خلال جهودهم على مدار الساعة في التصدي للمهربين عبر الحدود. كما استجابت مديرية الدفاع المدني عبر مديرياتها وأقسامها في مختلف مناطق المملكة خلال شهر كانون الثاني الماضي لـ 39748 حالة إسعاف و 1114 حالة إطفاء لحرائق و3304

أطلقت سمو الأميرة غيداء طلال، رئيسة هيئة أمعاء مؤسسة ومركز الحسين للسرطان، حملة وطنية توعوية تحت شعار «الأردن يتحدى السرطان» بمناسبة اليوم العالمي لمكافحة السرطان الذي يصادف 4 شباط من كل عام.

وتهدف الحملة، التي تستمر حتى نهاية الشهر الحالي، إلى التشجيع على ممارسة عادات صحية سليمة من أجل الوقاية من السرطان. وقالت سموها بهذه المناسبة «إننا سنواصل مكافحة السرطان كل يوم وكل ساعة وكل لحظة من حياتنا إلى أن يأتي اليوم الذي نتغلب به على السرطان».

يذكر أن رسائل الحملة تركز على تشجيع الأفراد والمؤسسات بقطاعها المختلفة على القيام بتغيير سلوكياتهم اليومية، للمساهمة في رفع مستوى وعي المجتمع بنمط الحياة الصحية، وذلك من خلال اتخاذهم خيارات للحد من مخاطر السرطان منها: إجراء فحوص الكشف المبكر عن السرطان، الإقلاع عن التدخين، اختيار الأغذية الصحية، وممارسة الرياضة، والاشتراك في تأمين «رعاية» التكافلي الاجتماعي، والاهتمام بالصحة النفسية.

اجتماع تنسيقي بين عدد من الوزراء مع وفد وزارة العمل القطرية

عمان

بحث اجتماع تنسيقي ضم عدد من الوزراء ووفد من وزارة العمل القطرية، أوجه التعاون المشترك بين البلدين الشقيقين. وجاء اللقاء الذي عُقد في دار رئاسة الوزراء لتبادل الخبرات مع الأشقاء القطريين وتسويق الكفاءات الأردنية وربط منصة «قطر» مع منصة «سجل» في الأردن بهدف تشغيل 20 ألف أردني بمبادرة من سمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني.

وحضر اللقاء وزراء العمل نايف استيتية والتربية والتعليم والتعليم العالي الدكتور وجيه عويس والسياحة والآثار نايف الفايز والداخلية مازن الفراية والصحة الدكتور فراس الهواري والاقتصاد الرقمي والريادة أحمد الهنادة والاستثمار المهندس خيرى عمرو ووزير الشباب محمد النابلسي ووزير التنمية الاجتماعية أيمن المفلح، ووزير العمل القطري الدكتور علي بن سعيد بن صميح المري، والسفير القطري في عمان الشيخ سعود بن ناصر بن جاسم ال ثاني.

وأكد وزير العمل نايف استيتية، أن الهدف من اللقاء هو تعزيز التنسيق بين الوزارات مع الأشقاء القطريين لتعظيم الفائدة من الاتفاقيات الموقعة بين البلدين وزيادة أعداد الأردنيين المشتغلين في قطر، إضافة إلى البحث في كيفية استفادة قطر من الكفاءات الأردنية خلال استضافتها لكأس العالم في الدوحة العام الحالي.

وأستعرض الوزراء الذين جاء اجتماعهم بعد لقاء جمع رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاصنة مع وزير العمل القطري الدكتور علي بن سعيد بن صميح المري، المجالات التي من الممكن تبادل الخبرات فيها بين الجانبين لتعزيز أوجه التعاون بخصوصها. واتفق الوزراء خلال الاجتماع مع وزير العمل القطري على تعزيز التواصل المستمر لما فيه خدمة مصالح البلدين الشقيقين واستجابة لتوجيهات قيادتي البلدين الملك عبد الله الثاني وسمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني.

الزراعة تطلق الخطة الإقراضية بقيمة 135 مليون دينار

عمان

وافق مجلس إدارة مؤسسة الإقراض الزراعي، خلال جلسته التي عقدها برئاسة وزير الزراعة المهندس خالد الحنيفات، وبحضور مدير عام مؤسسة الإقراض المهندس محمد دوجان، على إطلاق الخطة الإقراضية للفترة من 2022 إلى 2025 بقيمة 135 مليون دينار.

وأكد الحنيفات أن الخطة الإقراضية للمزارعين هي إحدى الإجراءات التنفيذية للخطة الوطنية للزراعة المستدامة، وتهدف الخطة إلى تطوير بيئة الأعمال في القطاع الزراعي وتشجيع استخدام التكنولوجيا الحديثة في القطاع الزراعي. وأضاف الحنيفات أن الخطة تهدف إلى تحسين كفاءة استغلال مياه الري وتعزيز الصادرات والمنتجات الزراعية.

خزنة البترا تحتفي باليوم العالمي لمكافحة السرطان للمرة السادسة

عمان

تحت رعاية سمو الأميرة دينا مرعد، أضيء معلم الخزنة في مدينة البترا الأثرية باللون الأزرق، الجمعة، بتنظيم من سلطة إقليم البترا التنموي السياحي، بالتعاون مع وزارة السياحة والآثار وهيئة تنشيط السياحة، احتفاء باليوم العالمي لمكافحة السرطان.

وقالت سمو الأميرة، بهذه المناسبة، إن «جائحة كورونا أثرت على الجميع بشكل عام، وعلى مرضى السرطان بشكل خاص، حيث كان لها الأثر الأكبر عليهم، إذ تعرضت خطط علاج مرضى السرطان إلى التأخير وتم إلغاء بعضها نتيجة للتكثيف على الجائحة». ولغقت سموها إلى ضرورة مشاركة الجميع بالاحتفاء باليوم العالمي لمكافحة السرطان، عبر إرسال رسائل الدعم والأمل لمرضى السرطان في جميع دول العالم.

وأضافت أن إضاءة مدينة البترا في هذا اليوم هو رسالة أمل من مدينة عريقة وأثرية إلى جميع مرضى السرطان الصامدين. بدورها، قال وزير السياحة والآثار نايف الفايز، إنه لشرف كبير للوزارة أن تدعم اليوم العالمي لمكافحة السرطان، ومن خلال إضاءة خزنة البترا الأثرية، فإننا نرسل رسائل دعم وأمل لمرضى السرطان من خلال ملكتنا الحبيبة».

من جهته، بين رئيس مجلس مفوضي سلطة إقليم البترا التنموي السياحي الدكتور سليمان الفرجات، أنه من خلال هذا الحدث العالمي، سترسل البترا رسالة أمل لكل مرضى السرطان في العالم، مشيراً إلى دعم السلطة لمل هذه الحملات التي تسهم في الترويج لمدينة البترا بشكل كبير.

يذكر أن اليوم العالمي للسرطان هو مناسبة سنوية ينظمها الاتحاد الدولي لمكافحة السرطان.

تحذيرات وحقائق جديدة حول إزالة شعر العانة!

هل خطر لك أن إزالة شعر العانة قد ينطوي على بعض المخاطر الصحية؟ رجلاً كنت أم امرأة، هذا الخبر لك! شاركفرد تحذيرات وحقائق جديدة حول إزالة شعر العانة؛ نشرت الجمعية الطبية الأمريكية (The American Medical Association) مؤخراً تقريراً أظهر أن ربع الأمريكيين على الأقل يلحون بالخطر بأنفسهم أثناء حلاقة وإزالة شعر العانة، خاصة بين فئة الشباب أو الرجال الذين لديهم شعر كثيف، بل إن عدداً كبيراً تم إدخاله إلى المشافي إذ استدعى الضرر الحاصل القيام بعمليات جراحية وتناول المضادات الحيوية؛ أسوأ تقنية لإزالة شعر العانة

تضمنت معالجة خراج تكون في منطقة العانة وتقطيب الجروح. إن حلق شعر العانة بشفرات غير نظيفة، قد يتسبب بإصابة بصيلات الشعر في تلك المنطقة بمرض بكتيري يدعى بالتهاب الجريبات (Folliculitis). نصح إزالته شعر العانة دون ضرر. احرص على أن تكون شفرة الحلاقة "جديدة"، إذا كنت تخطط لإزالة شعر العانة في المنزل. إذا كانت بشرتك حساسة، وكنت تريد اللجوء لاستخدام كريمات إزالة الشعر، احرص على اختيار نوع مخصص للبشرة الحساسة. إذا كان لديك التهاب في منطقة

الاصابات انتشاراً نتيجة اتباع تقنيات خاطئة لإزالة شعر العانة كانت كما يلي: في المرتبة الأولى: تمزق الأنسجة (Laceration). في المرتبة الثانية: الحروق والطفح الجلدي. حقائق صحية صادمة ووجد التقرير العديد من الحقائق الغريبة، مثل: إن إزالة شعر العانة بالكامل من كافة الأجزاء الخارجية للمنطقة التناسلية عند الرجل أو المرأة يزيد وبشكل كبير من قرص النقاط الأمراض المنقولة جنسياً. بعض الجراحات التي اضطر الأطباء لإجرائها لأشخاص تضرروا من إزالة شعر العانة، وأوضح التقرير أن أكثر أنواع

حذر التقرير الصادر بشكل خاص من تقنية معينة، وهي الاستلقاء على ظهرك وجعل شخص آخر يقوم بإزالة شعر العانة عنك، إذ أظهر التقرير أن هذه التقنية بالذات كانت أكثر الأساليب المتبعة تسبباً بالضرر. أفضل تقنية لإزالة شعر العانة يرجح الخبراء أن أفضل وأكثر تقنية صحية لإزالة شعر العانة هي عبر استخدام أشعة الليزر، إذا ما تم استخدامه بشكل صحيح وبدرجة حرارة مناسبة ومن قبل محترف في مركز متخصص ومرخص. أكثر أنواع الإصابات انتشاراً نتيجة إزالة شعر العانة وأوضح التقرير أن أكثر أنواع

هل خطر لك أن إزالة شعر العانة قد ينطوي على بعض المخاطر الصحية؟ رجلاً كنت أم امرأة، هذا الخبر لك! شاركفرد تحذيرات وحقائق جديدة حول إزالة شعر العانة؛ نشرت الجمعية الطبية الأمريكية (The American Medical Association) مؤخراً تقريراً أظهر أن ربع الأمريكيين على الأقل يلحون بالخطر بأنفسهم أثناء حلاقة وإزالة شعر العانة، خاصة بين فئة الشباب أو الرجال الذين لديهم شعر كثيف، بل إن عدداً كبيراً تم إدخاله إلى المشافي إذ استدعى الضرر الحاصل القيام بعمليات جراحية وتناول المضادات الحيوية؛ أسوأ تقنية لإزالة شعر العانة

سرطان الجلد والفياجرا: ما العلاقة؟

هل حقاً يرفع تناول حبوب الفياجرا خطر الإصابة بسرطان الجلد؟ إليك ما وجدته هذه الدراسة.

شاركفرد سرطان الجلد والفياجرا: ما العلاقة؟ كتبت دراسة جديدة نشرت في المجلة العلمية Journal of the American Medical Association أن تناول المنشطات الجنسية - فياجرا من شأنه أن يرفع خطر الإصابة بسرطان الجلد لدى الرجال. وأوضح الباحثون أن ارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد من تناول الفياجرا مرتبط بشكل أساسي في العوامل المختلفة من نمط الحياة المتبع، مثل التعرض المستمر لأشعة الشمس، أي بكلمات أخرى الفياجرا ليست المسبب لخطر الإصابة بسرطان الجلد!

وقالت الباحثة الرئيسية في الدراسة الدكتورة ستاسي لوب Dr. Stacy Loeb أنهم لم يجدوا أي دليل يربط ما بين تناول المنشطات الجنسية وارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد. وأشارت إلى أنها قامت بهذه الدراسة بعد صدور دراسة أمريكية سابقة والتي كانت قد وجدت رابطاً بين تناول الفياجرا وارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد، وبرأيها لم تكن هذه النتائج مقنعة، وبالعكس أخافت مستخدمي هذه المنشطات!

حيث قام الباحثون بدراسة أكثر من ٢٠,٠٠٠ ملف طبي، ووجدوا أن استخدام الفياجرا والمنشطات الجنسية لا يرفع خطر الإصابة بسرطان الجلد بشكل مستقل، إلا أنه قد يسبب الإصابة بأمراض أخرى مختلفة. وأشار الباحثون أن اجتماع عدة عوامل مختلفة مع تناول المنشطات الجنسية من شأنه أن يرفع خطر الإصابة بسرطان الجلد. وأكدت الدراسة على اعتبار تناول هذه الحبوب امناً.

مسكنات الألم: أخطاء شائعة عند الاستعمال

سواء كانت هذه الآلام هي آلام ظهر أو صداع أو آلاماً في البطن، فنحن جميعاً نعاني أحياناً من ألم مزعج نشعر بأنه علينا التخلص منه.

مسكنات الألم: أخطاء شائعة عند الاستعمال

نعاني جميعاً أحياناً من ألم مزعج علينا التخلص منه، سواء كانت هذه الآلام هي الام ظهر، صداع، الام في البطن، وقد تكون ناجمة عن ضغط العمل أو من الدورة الشهرية وتغير توازن الهرمونات.

قد تستعين بصدقي جيد، مسكن الألم، ولكن إذا لم يستطع هذا القرص إزالة الألم، فربما كنت لا تتناولوه بشكل صحيح. ينبغي علينا أن نعرف كيفية تناول مسكنات الام بطريقة صحيحة، وإلا فإنها لن تكون مجدية.

لذلك جهزنا لكم لائحة الأخطاء الشائعة عند تناول المسكنات، إذا كنتم ترتكبون خطأ أو أكثر منها فمن الأفضل أن تغيروا عاداتكم.

إذا كان مسكن ألم واحد يساعد، فإن الاثنين يساعدان بقدر مضاعف عندما يصف لكم الطبيب مسكناً للألم، فإنه يلائم الجرعة التي من شأنها أن تمنح التخفيف الأقصى للألم. مضاعفة الجرعة مرتين أو ثلاث مرات لا تضمن المزيد من تخفيف الألم أو التأثير الأسرع للقرص. لذلك قد يزيد تغيير الجرعة، أغلب الأحيان، من الآثار الجانبية السلبية، في الواقع، في بعض المسكنات، إذا كان قرص واحد لا يزيل الألم، فإن تناول القرص الثاني والثالث قد يلغي كلياً عمل القرص الأول.

لذلك، في حال تناولتم مسكن ألم معيناً ولم يساعدكم بما فيه الكفاية – توجهوا إلى الطبيب للتشاور معه حول هذا الموضوع، وربما تكونون بحاجة إلى تغيير الدواء.

كل مادة مسكنة مكونة من مادة فعالة مختلفة، وتعمل بشكل مختلف. إذا كان لديكم عدة أنواع من المسكنات في المنزل وكنتم تعتقدون أن "الكوكيتيل" (أو مزيج) منها قد يضمن تخفيف الألم – فكروا في الأمر مجدداً.

ليس فقط لأنه من المحتمل ألا تشعروا بتخفيف الألم، بل ربما يكون هذا العمل خطيراً وقد يشكل خطراً عليكم.

في كثير من الأحيان، نحن نشترى المسكنات من دون وصفة طبية ومن دون قراءة نشرة التعليمات المرفقة، أي أننا لا نعرف ما الذي نتناوله.

إذا فتمت بخلط هذه الأدوية مع أدوية تحتاج إلى وصفة طبية أو أخرى من دون وصفة طبية، فقد تصلون إلى حافة الجرعة الزائدة.

شرب الكحول مع مسكنات الألم

بشكل عام، يؤثر تناول المسكنات والكحول كل منها على الآخر. فالكحول يمكن مثلاً أن يؤدي بكم إلى السكر، ودمجها مع مسكن الألم، الذي يحتوي على المواد التي يمكن أن تسبب التشنج، يمكن أن يكون خطيراً جداً.

حتى لو شربتم كمية قليلة من الكحول، مع مسكن للألم – فمن الأفضل ألا تقودوا السيارة، بشكل عام، يوصى بعدم شرب الكحول سوية مع المسكنات في نفس الوقت.

دمج مسكنات الام مع أدوية أخرى

كثيرون يتناولون مسكنات الألم من دون التفكير في الأدوية، الأعشاب الطبية، المكملات الغذائية الأخرى التي يتناولونها بانتظام. مثل هذا الخلط يمكن أن يؤدي إلى تعطيل فاعلية أحد الأدوية.

على سبيل المثال، الأسبرين يمكن أن يؤثر على عمل أدوية معينة لمعالجة مرض السكري، بينما الكودائين أو الأوكسيكودون يمكن أن يعرقل عمل بعض مضادات الاكتئاب.

لذلك، إذا كنتم تتناولون أدوية معينة بانتظام وتريدون تناول مسكن للألم أيضاً، فيتوجب عليكم أن تتحققوا من كون هذه الأدوية لا تتعارض مع بعضها البعض.

القيادة تحت تأثير الأدوية

ربما لا تبدو القيادة تحت تأثير الباراسيتامول على هذه الدرجة من السوء، ولكن بعض المسكنات يمكن أن تسبب التشويش، ومن المعروف أن رداد الفعل أو التأثيرات الجانبية للأدوية تختلف من شخص إلى آخر.

بعض الأشخاص يصيبهم تشويش شديد وتعب تحت تأثير المسكنات. ولذلك، فإن هؤلاء يُنصحون بالامتناع عن قيادة السيارة، حتى ولو تناولوا قرصاً واحداً فقط لا غير (تذكروا... القرص الواحد ليس أضعف من اثنين)!

تقاسم الأدوية مع الآخرين

غالباً يتشارك الناس مسكنات الألم التي تستلزم وصفة طبية، من أفراد العائلة للأصدقاء للجيران. علينا أن نذكر أنه ليس كل دواء مناسب للجميع، وهذا ينطبق أكثر عندما يتعلق الأمر بأدوية تحتاج وصفة طبية.

هذا الدواء تم وصفه لمعالجة مشكلة معينة ولشخص معين من قبل الطبيب الذي يعرفه ويعرف مشكلته، حيث قام بملامحة الدواء والجرعة المناسبة للمشكلة الخاصة لدى هذا الشخص.

ما يصلح للبعض لا يصلح للآخرين، وما يلائم لمعالجة نوع من الألم قد لا يلائم لمعالجة نوع آخر من الألم، ربما كنتم تتقاسمون أدويةكم رغبة في المساعدة، ولكنكم قد تتسببون بال مزيد من الضرر في نهاية المطاف.

عدم التحدث مع الصيدلي

عدم قراءة نشرة التعليمات المرفقة بالدواء هو خطأ واحد، ولكنه مفهوم، فالنشرة لا تكون مكتوبة دائماً بشكل مفهوم وبعض المعلومات ليست واردة فيها أصلاً.

عند وصولكم للمنزل قد تدركون أن نشرة التعليمات غير واضحة، وليس هنالك من تستطيعون التشاور معه ما لم تعودوا إلى الطبيب لطرح السؤال والاستفسار فقط، ومعظمنا لا يفعل ذلك، لهذا بالضبط يوجد الصيدلي.

عندما تشترون دواءً مسكناً للألم، حتى ولو كان لا يستلزم وصفة طبية، اقرأوا نشرة التعليمات خلال تواجدكم في الصيدلية، وإذا كان لديكم أية تساؤلات – فيمكن أن توجهوها إلى الصيدلي.

تخزين مسكنات الألم "لحالات الطوارئ"

يميل الكثيرون إلى "تخزين" الأدوية لتكون في المنزل، في تناول اليد عند الحاجة. المشكلة هي عندما تنتهي صلاحية هذه الأدوية، وخاصة إذا تم تخزينها في ظروف غير مناسبة (مثل الرطوبة).

لا فائدة لمثل هذه المسكنات، بل إنها تصبح ضارة. عندما تقومون بشراء المسكنات دون وصفة طبية، تتحققوا بعناية من تاريخ انتهاء صلاحيتها، وتأكدوا من عدم استخدام المسكنات المنتهية صلاحيتها.

كسر الأقراص بالقوق

العديد من الأدوية يجب تناولها كما هي وإلا فإنها لن تكون فعالة، فإذا كان هناك خط في منتصف القرص للقطع – فيجب قطع القرص بالخط المرسوم، وإذا تعذر ذلك يجب بلع القرص كاملاً، إذا لم يخبرك الطبيب غير ذلك.

عند قطع القرص في مكان غير الخط أو القرص الذي لم تكن فيه علامة خط القطع، قد لا يساعدكم الدواء على النحو الذي تريدون، ناهيك عن الطعم المر، حيث أنكم تكونون قد قطعتم الغلاف المبطن للقرص.

تعليمات للكشف عن حساسية العطور

أولاً والأهم: الانتظار لأربع وعشرين ساعة للتأكد من عدم ظهور أي رد فعل تحسسية. هناك العديد من المواد التحسسية الموجودة في العطور لذا من المهم أن يعرف كل إنسان تلك المواد بشكل جيد. أما بعد شراء العطر، فمن المهم حفظه في مكان جاف وبدرجة حرارة الغرفة، للحفاظ عليه بشكل سليم، ويجب عدم تركه في السيارة المغلقة تحت الشمس، لأن ذلك قد يسبب انفجار العبوة.

التعليمات قبل الشراء، والتي تشمل: التأكد من وجود قائمة بالمكونات التي يحتويها العطر قراءة مكونات العطر بدقة، فقد يحتوي على مواد تثير الحساسية، علماً أن هذا الأمر لا يعتبر مخالفاً للقانون. لا تشتري أي زيوت عطرية مخلوطة أو مخففة بأي مذيب. كما على الشخص المصاب بحساسية لأي نوع من العطور تجربتها على ساعده

خطيرة على الصحة. وأشارت الهيئة في منشور على حسابها الرسمي في موقع التواصل الاجتماعي تويتر أن المواد التي من الممكن أن تسبب الحساسية تتواجد في الزيوت العطرية بشكل طبيعي، وأصبحت تتواجد في جميع أنواع العطور تقريباً في الوقت الحالي، الأمر الذي قد يؤثر على صحة بعض الأشخاص سلباً. ولتجنب ذلك من المهم اتباع بعض

يعاني العديد من الأشخاص من الإصابة بحساسية العطور وقد لا يدركون ذلك، لكن التعليمات التالية من شأنها أن تساعدهم في ذلك وتحميهم من المضاعفات. شاركفرد تعليمات للكشف عن حساسية العطور

يعاني العديد من الأشخاص من الإصابة بحساسية العطور وقد لا يدركون ذلك، لكن التعليمات التالية من شأنها أن تساعدهم في ذلك وتحميهم من المضاعفات. شاركفرد تعليمات للكشف عن حساسية العطور

تناول الطماطم يومياً يحارب سرطان الجلد

ولا تقتصر فوائد الطماطم على محاربة سرطان الجلد، بل تشمل: تساعد في تنظيم السكر في الدم لدى مرضى السكري الوقاية من الإصابة بأمراض القلب والشرايين المساعدة في النزول بالوزن مكافحة التجاعيد وعلامات الشيخوخة الوقاية من هشاشة العظام الوقاية من الإصابة بالإسكاسك.

الجلد وليست الطماطم الخضراء. الجدير بالذكر أن هذه النتائج انطبقت فقط على الفئران الذكور، ولم يكن لتناول الإناث الطماطم أي اثر على تقلص حجم السرطان. وعقب إصابتها بالاورام المميتة بديلاً عن الأدوية ولكن تناول الطعام الصحي والجيد على مدار فترة طويلة من الزمن من شأنه أن يساعد في محاربة الإصابة ببعض الامراض. فوائد الطماطم

جميع الفئران تعرضت لأشعة فوق البنفسجية، وهي من أحد عوامل الإصابة بسرطان الجلد. ولاحظ الباحثون أن الفئران اللاتي تناولت بودرة الطماطم قلت فرص إصابتها بالاورام المميتة بنسبة وصلت إلى ٥٠٪ تقريباً. وأكد الباحثون أن الطماطم الحمراء والتي تحتوي على مادة كاروتينات (Carotenoid) هي التي أثرت على الإصابة بسرطان

الجلد بشكل كبير. وأشار الباحثون القائمون على الدراسة أن المادة المسؤولة عن إعطاء الطماطم لونها الأحمر قد تكون السر في محاربة الضرر الناتج عن أشعة الشمس. في تجربة قام بها الباحثون على الفئران، وجدوا أن أولئك الذين تناولوا بودرة الطماطم يومياً وبمدة ٣٥ أسبوعاً تقلص حجم سرطان الجلد لديهم. وأفاد الباحثون أن

يحاول الباحثون جاهدين العثور على وسيلة تساعد في محاربة السرطان، فهل سيكون ذلك قريباً فيما يخص سرطان الجلد؟ شاركفرد تناول الطماطم يومياً يحارب سرطان الجلد

كثرة الشامات على الذراع اليمنى يرفع خطر الإصابة بسرطان الجلد

وأوضح الباحثون أن هذه الدراسة والنتائج قد تكون دليلاً ومؤشراً إلى ضرورة اعتماد عدد الشامات في تشخيص الإصابة بسرطان الجلد مستقبلاً، وقالت الدكتورة ريبيرو: "من الضروري أن تعرف ما هو الطبيعي بالنسبة لجلدك واخبار الطبيب عن أي تغيير يطرأ في حجم أو شكل أو لون أو ملمس الشامات الموجودة". وأكدت بأنه يجب النظر إلى جميع أنحاء الجسم للتأكد من ظهور شامات جديدة وتغيير الموجودة بالأصل وليس فقط على الذراع اليمنى.

اكتشاف ما اذا كانت الزيادة في عدد الشامات في منطقة معينة من الجسم ترفع خطر الإصابة بالمرض بشكل أكبر من غيرها. كيف جرت الدراسة؟ استهدف الباحثون بدراستهم ٣,٥٩٤ امرأة، وقامت بعد المعروض بإحصاء عدد الشامات في ١٧ منطقة من جسم كل مشتركة، مع الكشف عن نوع الجلد والشعر ولون العيون. من ثم كمر الباحثون التجربة نفسها على ما يقارب ٤٠٠ رجلاً وامرأة. ووجد الباحثون ما يلي: عدد الشامات الموجودة على

القائمون على الدراسة في جامعة King's College London أن سرطان الجلد مسؤول عن أكثر الوفيات بالسرطان، وأكدوا بأن الشامات تعتبر أمراً أساسياً في الإصابة بسرطان الجلد، فكما زاد عددها ارتفع خطر إصابة الشخص بالمرض. وتبعاً لما أوضحته الباحثة الرئيسية في الدراسة الدكتورة سسايون ريبيرو Simon Ribero فإن كل زيادة في الشامات تؤدي إلى ارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد بنسبة تتراوح ما بين ٢-٤٪. لذا عكف الباحثون إلى

نحن نعلم من وقت سابق بان الشامات قد تكون دليلاً على الغصابة بسرطان الجلد، ولكن ما الجديد الذي اكتشفته هذه الدراسة؟ شاركفرد كثرة الشامات على الذراع اليمنى يرفع خطر الإصابة بسرطان الجلد

نحن نعلم من وقت سابق بان الشامات قد تكون دليلاً على الغصابة بسرطان الجلد، ولكن ما الجديد الذي اكتشفته هذه الدراسة؟ شاركفرد كثرة الشامات على الذراع اليمنى يرفع خطر الإصابة بسرطان الجلد

دراسة جديدة تشير إلى أن النبيذ الأبيض يزيد من خطر الإصابة بسرطان الجلد

أخرى من إستهلاك الكحول لا تزيد بشكل كبير من خطر الإصابة بسرطان الجلد. ويقول الباحث إيونونغ شوو (Eunyoung Cho) بأنه من الغريب وجود العلاقة القوية بين النبيذ الأبيض وارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد. وأشاروا أيضاً بأنهم لم يتوصلوا إلى سبب من وراء هذه العلاقة. وأفاد الباحثون بأن النبيذ يحتوي على نسبة عالية من الأسيتالدهيد (Acetaldehyde) بالمقارنة مع المشروبات الكحولية الأخرى. ولكن مع أن نسبة الأسيتالدهيد متساوية في النبيذ الأحمر والأبيض ولكن الفرق هو إحتواء النبيذ الأحمر على مضادات

أخرى من إستهلاك الكحول لا تزيد بشكل كبير من خطر الإصابة بسرطان الجلد. ويقول الباحث إيونونغ شوو (Eunyoung Cho) بأنه من الغريب وجود العلاقة القوية بين النبيذ الأبيض وارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد. وأشاروا أيضاً بأنهم لم يتوصلوا إلى سبب من وراء هذه العلاقة. وأفاد الباحثون بأن النبيذ يحتوي على نسبة عالية من الأسيتالدهيد (Acetaldehyde) بالمقارنة مع المشروبات الكحولية الأخرى. ولكن مع أن نسبة الأسيتالدهيد متساوية في النبيذ الأحمر والأبيض ولكن الفرق هو إحتواء النبيذ الأحمر على مضادات

أخرى من إستهلاك الكحول لا تزيد بشكل كبير من خطر الإصابة بسرطان الجلد. ويقول الباحث إيونونغ شوو (Eunyoung Cho) بأنه من الغريب وجود العلاقة القوية بين النبيذ الأبيض وارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد. وأشاروا أيضاً بأنهم لم يتوصلوا إلى سبب من وراء هذه العلاقة. وأفاد الباحثون بأن النبيذ يحتوي على نسبة عالية من الأسيتالدهيد (Acetaldehyde) بالمقارنة مع المشروبات الكحولية الأخرى. ولكن مع أن نسبة الأسيتالدهيد متساوية في النبيذ الأحمر والأبيض ولكن الفرق هو إحتواء النبيذ الأحمر على مضادات

يحاول الباحثون من جامعة براون تحديد مدى العلاقة بين إستهلاك الكحول وزيادة خطر الإصابة بسرطان الجلد، وقد قام الباحثون بإستخدام البيانات من ثلاث دراسات كبيرة أجريت على ٢١٠,٠٠٠ شخص وقد تمت

من المعروف أن شرب الكحول يؤثر على الصحة ولكن هذه الدراسة تؤكد العلاقة بين شرب النبيذ الأبيض وسرطان الجلد شاركفرد دراسة جديدة تشير إلى أن النبيذ الأبيض يزيد من خطر الإصابة بسرطان الجلد



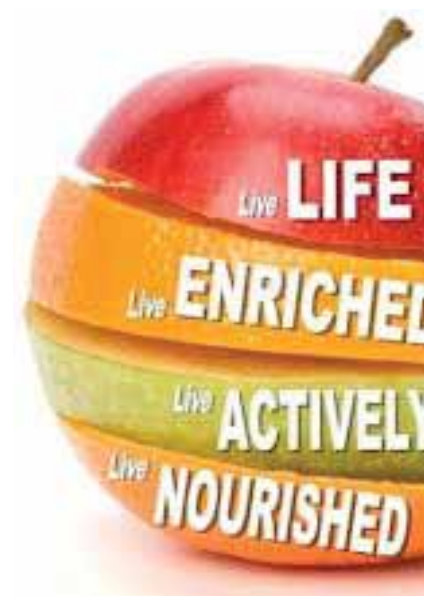
مفاجأة.. الكافيين قد يؤثر إيجاباً على الرياضة

واكتشفوا أن الكافيين عزز قدرة العضلات على التحمل وأداء الكافيين، وتسبب لتعرض هذا الرجل للشمس ولغفرت طويلة حصل جسمه على كميات كبيرة من فيتامين D، ما أدى إلى ظهور مشكلات في كليته، وبعد تلقيه العلاج خلال فترة طويلة، أصبح يعاني من مرض كلوي مزمن.

75% من عينات بول رياضيي 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

السريعة 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

نصائح حول المكملات الغذائية للحوامل من منظمة الصحة العالمية



وتلعب 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) ابتداء من سبعمين 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).

الدون أو الدم والأمحاض الدهنية إن الأمحاض الدهنية أوميغا 3 الطويلة السلسلة والعديد اللاتشبع قد تساعد في عدد من العمليات البيولوجية بما في ذلك العمليات التي تكتسي أهمية أثناء الحمل والوضع. وتُعد الأغذية البحرية مصدراً غنياً بالأحماض الدهنية أوميغا 3 الطويلة السلسلة والعديد اللاتشبع وتشير البيانات الصادرة عن الدراسات الرصدية إلى احتمال وجود ارتباط بين استهلاك الأغذية البحرية 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 اللاتشبع يرتبط بالحد من مخاطر الولادة المبكرة وبعض الزيادة المتواضعة في الوزن عند الميلاد.

وتلعب 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 الخففي 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 تحسّن من نمو الجنين، وقد تحدث من مخاطر الإملاص وانخفاض وزن الرضيع 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 تتسم بالفعالية 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، يخلط 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 بالتالي من خطر الإصابة باضطرابات فرط ضغط الدم أثناء الحمل.

تشير الفوليك والحديد حمض الفوليك يمكن أن يساعد على تقليل حالات الولادة قبل الأوان في السياقات المنخفضة الدخل غير أنه لا يكفي سائر حصائل الحمل دون المستوى الأمثل التي تشمل انخفاض الوزن عند الميلاد أو مقدمات الارتجاج.

احذروا من الإفراط بتناول فيتامين D

الكلية لم تتغير، وتحليل البول لا يحتوي على أي شيء مشبوه. وبعد إجراء فحص موسع ومفصل، اتضح أن مستوى الكالسيوم وهرمون الباراثاين في الدم مرتفع جداً. الأمر الذي يحصل عند الإفراط في تناول فيتامين D. وقد أكد المريض على أنه تناول فعلاً فيتامين D على مدى السنوات

ونوّه 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 كليته. وأظهرت نتائج الفحص الذي أجراه أخصائيو طب الكلى أن بنية

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 سابقة أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

الجزر.. مشروب سحري مهدئ للسعال ومزيل للبلغم

ثم خلط المزيج في الخلاط بعد أن يبرد وتحليته بـ 3 إلى 4 ملاعق كبيرة من العسل الأبيض. وللحصول على عظيم الفائدة ينصح بتناول 3 - 4 ملاعق من المزيج يومياً لحين التخلص من السعال، وعادة يستغرق هذا الأمر يومين من الاستخدام المنتظم.

الجزر وبعض المكونات الأخرى ويتمتع بفائدة مذهلة في إزالة البلغم وتنقية الرئة دون أية مواد كيميائية كذلك الموجودة في أدوية السعال. فالجزر من الخضراوات الغنية بالمواد المضادة للأكسدة والفيتمينات كفيتامين A و C و

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 "دبلي هيلث" المعني بالصحة عن مشروب سحري يعتمد على

5 من مشاكل البشرة يعالجها زيت الزيتون

الزيتون، ملعقة 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. ٥- 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: ٥٠ مليلتر من زيت الزيتون، ٥٠ مليلتر من زيت الأفوكادو، ٦٠ نقطة من زيت الجيرانيوم الأساسي، ٩٠قط من زيت الفيتامين B. يُنصح بتطبيق القليل من هذه الخلطة على البشرة مساءً قبل النوم لتغذيتها بالعنق خلال الليل.

عناية خاصة يمكن أن يؤمنها زيت الزيتون من خلال تحضير مقشر فعال يعيد إليها النضارة. يكفي تدليك البشرة بحركات دائرية بخليط مؤلف من 3 ملاعق من زيت الزيتون و 3 ملاعق من السكر. يمكن أن تضفي إلى هذا المقشر بضع قطرات من زيت الورد الحلو للحصول على مفعول مجد وممتع للبشرة. ٤- يحارب التلوث: تتعرض بشرة الوجه بشكل يومي للإجهاد ولعدة أنواع من التلوث مما يتركها شاحبة وفاقة للحوية. يساعد قناع زيت الزيتون المضاد للتلوث في استعادة نضارة البشرة، ولتحضيره يكفي خلط بيضة طازجة، نصف ملعقة صغيرة من زيت

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 ٥ حلول يقدمها زيت الزيتون لخمس من المشاكل الجلدية المزعجة: ١- 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، وضع نقاط من عصير الليمون الذي يساعد على التآم الذنبات التي تسببها البثور. سماكة هذا القناع يجب أن تكون متوسطة، على أن

“child development process” نمو الطفل

تتأماً مستمراً للفردات، واستخداماً متزايداً للتركيب المفرداتية، وهماً أولياً لقواعد اللغة وبناء الجملة. وبيولوجياً السنته الثالثة، يعيل الأطفال إلى استخدام جمل خماسية أو حتى سداسية الكلمات، حتى يتمكنون من التخطاب بجمل الكبار في الرابعة من عمرهم. أما الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين الخامسة والسادسة فينتقون قواعد اللغة والمعنى المعقدة.

في مرحلة الطفولة المبكرة (2-7 سنوات) يتعلم الأطفال إنجاز عمليات عقلية متنوعة واستخدام التفكير واللغة الرمزيين لتحويل بيئتهم وتغيير المعلومات التي يجمعونها عن العالم المحيط بهم. ويولد المنطق، بما يتضمنه من تصنيف للأفكار وفهم للوقت والعدد، في مرحلة الطفولة المتأخرة (7-12 سنة). وبالطراد، تزداد سعة الذاكرة لديهم لتسند العمليات الإدراكية الأخرى، ولما تتحسن الذاكرة قصيرة المدى وطويلة المدى، تزداد سرعة وكفاءة استرجاع المعلومات والبحث في

المرىء بفعل أسباب أخرى أيضاً، مثل تناول أدوية معينة، والتدخين والإصابة بعدوى فطرية أو فيروسية، مثل فيروس الهيريس (Herpes) أو فيروس العوز (AIDS). قد يكون مرض الشها Bulimia nervosa) سبباً من أسباب قرحة المريء كذلك، وهو نوع من اضطرابات الأكل التي يقوم فيها الشخص المصاب بتناول كميات طعام كبيرة خلال مدة زمنية قصيرة، ثم اتباعها بما يُعرف بعملية التطهير ويعني ذلك التخلص مما تم تناوله عبر التقيؤ الذاتي. لقرحة المريء أعراض عدة، مثل: المشاكل والألام المصاحبة لعملية البلع،

الصحية فيما بينهم. يستعرض هذا المقال أشهر أنواع القرحة، أسبابها وأعراضها. قرحة المريء ينسب بقرحة يبلغ طولها 2.٥ سم في المريء، قد يستهين البعض بهذا الأمر ظناً منه أنه لن يتسبب بأذى فعلي، إلا أنه قد يؤدي إلى تآكل بطانة المريء لديهم في حال تكرار حدوث الارتجاج المريئي لأحماض المعدة دونما علاج. يُصاب الأشخاص بالقرحة

المرىء في حال تكرار حدوث الارتجاج المريئي لأحماض المعدة دونما علاج. يُصاب الأشخاص بالقرحة

المرىء في حال تكرار حدوث الارتجاج المريئي لأحماض المعدة دونما علاج. يُصاب الأشخاص بالقرحة

المرىء في حال تكرار حدوث الارتجاج المريئي لأحماض المعدة دونما علاج. يُصاب الأشخاص بالقرحة

القرحة – Ulcers

القرحة، فهي عديدة وأكثرها شيوعاً هو الاستخدام طويل المدى لبعض مسكنات الألم التي لا تستلزم وصفة طبية، مثل الأسبرين، أدوية الأيبوبروفين (medications) - مثل أدفيل (Advil) وموترين (Motrin) - أو أقراص نابروكسين صوديوم (naproxen sodium pills) ، بالإضافة لما سبق، فإن التوتر، والأطعمة الغنية بالتوابل يمكنها جعل القرحة أسوأ وأكثر إبلاماً. تُدعى القرحة الهضمية بقرحة المعدة، في حين أن تلك الموجودة في الجزء العلوي من الأمعاء الدقيقة تُدعى بقرحة الاثني عشر.

خُرقة في المعدة، غثيان، ألم في الصدر وتقيؤ الدماء. قرحة المعدة والأمعاء الدقيقة يُمكن إدراج نوعا القرحة هذين تحت فئة القرحة المدعوة بالقرحة الهضمية (Peptic ulcers)، والتي تتعدد أعراضها، لكن الغرض الأكثر شيوعاً هو الألم الناجم عن الشعور بالحرق في المعدة والذي يصبح أسوأ في حال كانت المعدة خاوية، أما بقية الأعراض فهي الانتفاخ، كثرة التجشؤ والغثيان، وفي الحالات المتقدمة فهي تقيؤ الدم، وجود دماء ضاحجة للبراز، صعوبة التنفس، حدوث تغيرات في الشهية وفقدان الوزن. أما عن أسباب الإصابة بهذا النوع من

العلامات المخدرة وخطر وجود القرحة لا شك أن التهابات الخارجي المفتوح يكون مؤلماً وقابل للتهدئة بسهولة، إلا أن للتهابات الخارجية جانباً شمرقاً لا وهو حقيقة كونها مشقوفة وظاهرة للعيان، مما يُسهل علاجها بإحدى الطرق العديدة مثل استخدام الضمادات أو الأدوية المضوية؛ في المقابل، يزداد أمر التهابات تعقيداً في حال كانت داخلية، ولعل أشهر تلك التهابات وأكثرها إزعاجاً هو القرحة. تتعدد أنواع القرحة بتعدد مواطن تشكلها، إلا أن لها جميعها قاسماً مشتركاً واحداً، وهو كونها مزعجة جداً إضافةً لتربصها بالجميع بغض النظر عن الاختلافات في الحالة

نظرية علمية جديدة.. "حياة بلا أمراض حتى ١٢٠ عاماً"



ويقول بروفيسور رونترى "وبالتالي، إذا اقتنعت واتبعت هذه النظرية، فربما نظن أنه يجب تناول أكبر عدد ممكن من مضادات الأكسدة مثل الفيتامينات C و E والزنك والسيلينيوم وأن هذا سيسمّن من التقدم في السن". ويرد موضحاً "باستثناء ما فعله الباحثون في الدراسات والتجارب على الحيوانات، فإن هذا الأمر لم يحقق نجاحاً".

٩ علامات مميزة للشيخوخة
إذن، ما هو الجديد؟ في العقد الماضي أو نحو ذلك، توصل العلماء إلى تسع "علامات مميزة" أو أسباب للشيخوخة، كما يقول سينكلير، على الرغم من أن هذه القائمة تستلزم على الأرجح في المستقبل. وأن الفكرة هي أنه إذا استطعنا معالجة هذه المشكلات، فيمكننا إبطاء الشيخوخة، ومنع الأمراض، وإضافة سنوات صحية لحياة الشخص. وتشمل هذه "العلامات المميزة" ما يلي:

- عدم الاستقرار الجيني الناتج عن تلف بالحمض النووي
- الابتعاد عن إهلاك الكروموسومات الواقية أو ما يسمى بـ"التيلوميرات"
- تعديلات على الجينوم الذي يتحكم في الجينات، ويحدد الجينات الواجب تشغيلها أو إيقافها
- تراجع معدلات صيانة البروتين الصحي، والمعروفة باسم الاستتباب البروتيني
- تحدر المغذيات الناتج عن التغيرات الأيضية
- ضعف الميتوكوندريا
- تراكم خلايا خاملة ضارة تؤدي للتهاب الخلايا السليمة
- استنفاد الخلايا الجذعية
- اضطراب الاتصالات بين الخلايا وإنتاج الجزيئات الالتهابية

فوضى في الجسم
ولكن ما سبب حدوث هذه الأخطاء والأضرار التي يشير إليها بروفيسور رونترى؟ الإجابة تعود إلى حقبة تمتد منذ الخمسينيات وحتى الثمانينيات، حيث سات النظرية الراديكالية الحرة للشيخوخة، والتي يصفها بروفيسور دينهام هارمان، قائلاً: إن النظرية تنص على أن الكائنات الحية تتشيخ، أي يتقدم بها العمر، نتيجة لتراكم الأضرار التأكسدية التي تسببها أنواع الأكسجين التفاعلية، أو الجذور الحرة، ومن المفترض أن تؤدي هذه الجذور الحرة إلى إتلاف الحمض النووي والبروتينات، فضلاً عن إحداث الفوضى في جميع أنحاء الجسم.

وما يشير إليه بروفيسور سنكلير بشأن "التقنيات" هو عبارة عن الأدوية والعلاجات الوراثية التي يتم اختبارها حالياً للتثبت من مدى قدرتها على إطالة فترات عدم الإصابة بالأمراض خلال حياة الأشخاص، كما كشف بحثه العلمي الأخير - وكذلك أبحاث خبراء آخرين في هذا المجال - والتي تدور جميعها حول ممارسات نمط الحياة الرئيسية والمواد الغذائية التي تستهدف نفس مسارات طول العمر في الجسم.

أكد تقرير حديث إمكانية كبح الإصابة بالشيخوخة حتى وإن بلغ عمر الإنسان ١٢٠ عاماً.

وبحسب تقرير ستيفاني إيكيلكامب، المتخصصة في مجال الصحة والتغذية والذي نشرته بموقع "mbg Health" ضمن سلسلة تتعلق بعلم جديد يعني بأبحاث مكافحة الشيخوخة، فإنه تم تحقيق نتائج لاكتشافات غير مسبوقة، رغم أنها في مراحل مبكرة، تقلب فكرة الشيخوخة رأساً على عقب، بالاعتماد على مفهوم جديد لأسباب حدوث عملية الشيخوخة على مستوى الجزيئات والخلايا.

هذا ويقول العلماء إنه تم التوصل إلى استراتيجية تستهدف الآليات الأساسية للشيخوخة بطريقة تمنع الإصابة بأمراض الشيخوخة حتى وإن امتدت حياة الشخص إلى أكثر من ١٠٠ عام.

الشيخوخة مرض يمكن علاجه

من جانبه، يقول بروفيسور ديفيد سينكلير، أستاذ علم الوراثة في جامعة هارفارد، إن الشيخوخة يجب أن تصنف على أنها مرض يمكن علاجه. بل وطرح، في سبتمبر ٢٠١٩ خلال لقاء عن بحثه وكتابه الجديد "دورة الحياة: لماذا نتشيخ مع التقدم بالعمر؟ ولماذا يتحتم علينا ألا نصاب بالشيخوخة؟"، سؤالاً على أحد موظفي غوغل قائلاً: "ماذا لو قلت لك إنك يمكن أن تكون سعيداً وصحياً وراضياً كما أنت اليوم في سن ١٢٠؟"

وأضاف بروفيسور سينكلير قائلاً: "تم التوصل إلى التقنيات التي تجعل جسم الإنسان قادراً على أن يكون بصحة جيدة، لفترة أطول حتى وقت لاحق في الحياة، وأن الأمل هو أن تكون أجيالنا قادرة على توقع العيش حتى ٩٠ ولعب التنس، أو حتى الوصول إلى ١٠٠ والحصول على مناصب وظيفية متعددة دون إحالة للتقاعد".

لحياة طويلة بصحة جيدة

وما يشير إليه بروفيسور سنكلير بشأن "التقنيات" هو عبارة عن الأدوية والعلاجات الوراثية التي يتم اختبارها حالياً للتثبت من مدى قدرتها على إطالة فترات عدم الإصابة بالأمراض خلال حياة الأشخاص، كما كشف بحثه العلمي الأخير - وكذلك أبحاث خبراء آخرين في هذا المجال - والتي تدور جميعها حول ممارسات نمط الحياة الرئيسية والمواد الغذائية التي تستهدف نفس مسارات طول العمر في الجسم.

احذر منها.. عادات صباحية هي المسؤولة عن زيادة وزنك!

الكثيرون يشكون من اكتساب الوزن الزائد، بالرغم من محاولاتهم الحثيثة البعد عن المأكولات والمشروبات التي تزيد الوزن. كما أن البعض ربما يتبعون أنظمة غذائية لإنقاص الوزن، إلا أنهم لا يفقدون عدد الكيلوغرامات التي تُرضي طموحاتهم في الحصول على جسم مثالي. خبراء التغذية يُرجعون ذلك إلى انتشار بعض العادات الصباحية، التي قد تكون هي المتسببة في عدم فقدان الوزن بالطريقة المثلى. وعلى ذمة موقع "بولد سكي" Boldsky المعني بالشؤون الصحية، فإن هذه العادات الصباحية السيئة تشمل الآتي:

إن عدم شرب الماء في الصباح يعتبر من أسوأ العادات التي تعيق فقدان الوزن حتى لمن يتبع نظاماً غذائياً صحياً. فشراب كوب واحد أو اثنين من الماء، وحيداً أو كان دافئاً، في الصباح هو من أفضل العادات التي يمكن أن تبدأ بها يومك، خاصة إذا أردت أن تفقد بعضاً من الكيلوغرامات الزائدة من جسمك. فشراب الماء في الصباح يعزز من عملية الأيض ويقلل من الشهية.

تناول الأطعمة مصنعة على الفطور إن تناول بعض الأطعمة المصنعة على الفطور يعتبر من أسوأ العادات التي تبدأ بها يومك، حيث إنها قد تدمر أي نظام غذائي لإنقاص الوزن، فالأطعمة المصنعة غنية بالدهون والسكريات والملح، وبالتالي فهي تعيق أي محاولات لإنقاص الوزن، كما أنها تزيد من الشهية، ويمكن استبدال هذه الأطعمة المصنعة بالفواكه أو الشوفان أو المكسرات مثلاً.

ويقول بروفيسور رونترى: "لقد كان من المعتاد اعتبار تلك الخلايا بأنها خلايا وصلت للشيخوخة أو في الطريق لبوغ تلك المرحلة، ولكنها غير ضارة. ولكن اتضح أن تلك الخلايا (الخاملة بعد بلوغ الشيخوخة) تطلق إشارات ضارة وتسبب في التهابات في الجسم".

علامة مميزة
كما حصلت "علامة مميزة" أخرى على تركيز واهتمام البحث العلمي مؤخراً وهي "خلل الميتوكوندريا". إن الميتوكوندريا هي أجزاء مُهمّة في كل خلية من خلايا جسم الإنسان، لأنها تقوم بأخذ المواد الغذائية وتحولها إلى طاقة التي يُمكن أن تستخدمها باقي الخلية.

ويقول بروفيسور رونترى: "عندما يتقدم جسم الإنسان في العمر، فإنه يميل إلى فقدان الميتوكوندريا لأن الميتوكوندريا لا تملك نفس آليات إصلاح التي يتمتع بها الحمض النووي. لذلك وبمرور الوقت، يشعر الجسم بالتعب أكثر ولا تتوفر لديه الطاقة اللازمة لتزويد آلياته الخلوية بالوقود".

ضمادة ذكية تكشف الالتهابات البكتيرية.. بهذه الطريقة



مادة كيميائية لإضعاف البكتيريا
وفي حالة الفئران المصابة ببكتيريا مقاومة للمضاد الحيوي، تحولت الضمادة إلى اللون الأحمر بعد ملامستها لإنزيم ينتج عن الميكروبات المقاومة، ويظهر اللون الأحمر، قام الباحثون بكشف الضمادة للضوء، مما تسبب في إطلاق مادة كيميائية تعمل على إضعاف البكتيريا وجعلها أكثر استجابة للعلاج.

إلى ذلك يقول الباحثون إن استشعار وعلاج الالتهابات البكتيرية بسرعة يمكن أن يساعد في تحسين تعافي المرضى، إضافة إلى كبح انتشار الميكروبات المقاومة للمضادات الحيوية.

مادة لتقييم بيئة البكتيريا
ويقول فريق من العلماء في الصين إن كل عدوى بكتيرية لها بيئة فريدة متناهية الصغر من السموم والإنزيمات ومستوى أس هيدروجيني، حمضي أو قلوي. ومن هذا المنطلق، قام دكتور شيوا قانغ كو وفريقه البحثي بتطوير مادة يمكنها تقييم تلك البيئات

طور فريق علمي ضمادة ذكية تساعد في تشخيص الالتهابات البكتيرية عن طريق تغيير اللون عندما تستشعر وجود بكتيريا في موضع الإصابة بالجسم وتقوم بإفراز الدواء اللازم للقضاء عليها، وفق صحيفة "دائلي ميل" البريطانية. ويقول فريق العلماء من الأكاديمية الصينية للعلوم إن عملهم ربما يساعد على تمهيد الطريق لترشيد استهلاك المضادات الحيوية، التي يتم عادة استخدامها كإجراء وقائي حتى تتحقق نتائج سريعة. كما يشير إلى أن هناك في بعض الأحيان إساءة لاستخدام المضادات الحيوية دون وجود ضرورة حتمية، حيث يمكن أن تكتسب البكتيريا بمرور الوقت مقاومة طبيعية للمضادات الحيوية.

وفيات بالألاف حول العالم
وعلى الرغم من أن تعاطي الأدوية يسرع وتيرة عملية الشفاء، فإن مقاومة المضادات الحيوية بالجسم تظل واحدة من أكبر الأخطار التي تهدد الصحة عالمياً، حيث يقدر عدد ضحاياها بنحو ٧٠٠ ألف متوفى سنوياً حول العالم، وفق منظمة الصحة العالمية. إلى ذلك تعبير الأدوات، التي تساعد في الكشف المبكر عن الالتهابات البكتيرية، من الوسائل الضرورية للحد من وصف المضادات الحيوية من قبيل الاحتياط أو بسبب "التخمين".

العلم يحذر من مخاطر استخدام الأطفال للهواتف

المحتل أن يكونوا متصلين بالإنترنت، لذا فإنه من المتوقع أن تؤدي تلك الظاهرة إلى تغيير مدة المحتوى الذي يشاهده الأطفال.

وأوضح ليغيت: "إن نتائج الدراسة تؤثر إلى ظهور حقبة جديدة للمحتوى والمواد التلفزيونية وإنه من المحتمل أن تؤدي تلك الظاهرة إلى إنتاج محتوى إعلامي قصير أو أقصر كثيراً ليناسب أساليب العرض الجديدة".

يوتيوب الأكثر شعبية

كشفت الدراسة أن موقع "يوتيوب" مازال مهيمناً، حيث يقول الأطفال إنهم يقضون في المتوسط نحو ساعتين ونصف الساعة يومياً في متابعة مواد على موقع "يوتيوب".

الذين يمتلكون هواتف يتصلون أيضاً بالإنترنت. وبشكل عام، يقضي الأطفال في المتوسط نحو ثلاث ساعات و٢٠ دقيقة كل يوم في المراسلة وألعاب ومتابعة مقاطع فيديو على موقع "يوتيوب".

محتوى إعلامي يواكب التطور

وأشار ساميون ليغيت، مدير الأبحاث في تشايلد وايز: "يتمتع الأطفال الصغار بإمكانية أكبر للوصول إلى الهواتف المحمولة ويستخدمونها لفترات زمنية أطول عاماً بعد عام، حيث ارتفع متوسط الاستخدام اليومي بين الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٧ و١٠ سنوات لمدة ساعة تقريباً يومياً. ومع وجود عدد أكبر من الأطفال الذين لديهم هواتف، ويستخدمونها بشكل متكرر، ومن

كشفت دراسة استقصائية أن ٥٣٪ من الأطفال يمتلكون هاتفاً محمولاً بعمر سبع سنوات، بحسب ما نشرته صحيفة "دائلي ميل" البريطانية. شملت الدراسة ٢١٦٧ من الأطفال، الذين تتراوح أعمارهم بين ٥ و١٦ عاماً في بريطانيا كنموذج يختلف من بلد لآخر بحسب عوامل متعددة، وصدت الدراسة أيضاً أنه بحلول عمر ١١ عاماً، يكون لدى تسعة من كل ١٠ أطفال جهازهم الخاص.

على مستوى العالم

كما أوضحت الدراسة أيضاً أن ملكية الهاتف المحمول أصبحت حالياً على مستوى العالم تقريبا، منتشرة بمجرد أن يلتحق الأطفال بالمدارس الثانوية، وفقاً لنتائج

الدراسة، التي أجرتها مؤسسة "تشايلد وايز"، المعنية بجودة حياة الأطفال.

خطر داهم

وحذرت الدراسة من خطر داهم وهو أن نسبة كبيرة من بين الأطفال الذين يمتلكون هواتف محمولة يضعونها على أسرته عند النوم، وأن ما يقرب من طفلين من أصل خمسة، بما يعادل ٣٩٪، يقولون إنهم لا يستطيعون العيش بدون هواتفهم. ونبه الباحثون إلى أن نتائج الدراسة تظهر مدى قدرة الهواتف على "السيطرة على حياة الأطفال".

توتر وقلق

وأفادت نتائج الدراسة أن أكثر من ٧٠٪ من الأطفال،



لتجنب الإرهاق في العمل.. إليك هذه النصائح



يعاني أكثر من مليار نسمة من ارتفاع ضغط الدم على ظهر كوكب الأرض، وبحسب منظمة الصحة العالمية، يؤدي ارتفاع ضغط الدم إلى وفاة ما لا يقل عن ٨ ملايين شخص سنوياً. ووفقاً لما نشره موقع "Insider" الأميركي، فإن هناك نوعين من ارتفاع ضغط الدم هما الأساسي والثانوي، ولكل منهما أسباب مختلفة.

يحدث ارتفاع ضغط الدم عندما تكون قوة الدم ضد جدران الشرايين مرتفعة جداً، وربما تؤدي إلى الإصابة بأمراض القلب أو التوبات القلبية أو السكتة الدماغية، والتي ربما يترتب عليها الإصابة بإعاقة.

من جانبه، يقول بروفيسور سانجيف باتيل، وهو طبيب قلب في معهد ميموريال كير للقلب والأوعية الدموية في مركز أورانج كوست الطبي، إن ارتفاع ضغط الدم الأساسي يميل إلى التطور مع التقدم في السن وليس هناك سبب محدد. ومن ناحية أخرى، فإن ارتفاع ضغط الدم الثانوي يحدث نتيجة لعدة عوامل أخرى، مثل أورام الغدة الكظرية أو مشاكل في الكلى، مثل حالة تضيق الشريان الكلوي، والتي تؤدي إلى انخفاض تدفق الدم إلى الكليتين.

لا تميل للعمل في المنزل، كما حاول أن تجعل من العمل في المكتب عادة فقط لا تنقلها معك إلى المنزل.

٢- قلل قنوات الاتصال قدر الإمكان

ربما تستخدم البريد الإلكتروني وسلاك وغيرها من قنوات الاتصال مع مختلف زملاء العمل والشركاء التجاريين، وهذا بالتأكيد لا يساعد في تقليل بحسب الإرهاق التي تتعرض لها، حيث وجد استطلاع للمحترفين العاملين أن ما يقرب من نصف المستطلعين شعروا أن قنوات الاتصال المتعددة جعلتهم يشعرون بأنهم أقل إنتاجية وتقدمهم التركيز أيضاً.

٣- اضبط المهام الإضافية

حاول تعيين حدود مع زملائك في العمل، فإذا لم يكن الموضوع المطلوب منك حساساً جداً ولا يمكن تأجيله، اطلب منهم إرسال رسالة إليك بالبريد الإلكتروني حول المشكلة وقم بحلها لاحقاً. إلى ذلك لا تخف من إخبار رئيسك في العمل عندما تتداخل هذه المهام الإضافية مع مسؤوليات وظيفتك الفعلية.

يقضي معظمنا الكثير من الوقت في العمل، حيث تشير الكثير من الدراسات إلى أن الإفراط في العمل يضر بأداء الموظفين وصحتهم.

وعلى الرغم من أنه قد يكون من الضروري أن تكون متصلاً بالإنترنت على مدار الساعة وطوال أيام الأسبوع من أجل تحقيق تقدم مهني، إلا أن أسلوب العمل المستمر يزيد بشكل كبير من خطر الإرهاق ومن غير المرجح أن يحقق الموظف المرحق تقدماً على الإطلاق، وبدلاً من ذلك إذا قمت بتطوير حدود تواصل صحية فستكون قادراً على البقاء بصحة جيدة وتحقق نجاحاً كبيراً على المدى الطويل.

فيما يلي خطوات لتجنب الإرهاق في العمل:

١- دع حاسوبك في العمل

إذا كنت لا تعمل من المنزل، وزودت شركتك بجهاز حاسب محمول، فحاول دائماً تركه في مكتبك مع نهاية اليوم، حيث يوفر لك حاسب العمل فرصة جيدة لحذف البرامج ذات الصلة بالعمل من حاسبك في المنزل حتى

برهم صالح أم هوشيار زيباري؟.. الميليشيات العراقية تتجرع السم

بغداد

تلقب قوى «الإطار التنسيقي»، في العراق، بخياراتها، بشأن رئيس الجمهورية المقبل، بين الرئيس الحالي برهم صالح، ومرشح الحزب الديمقراطي الكردستاني هوشيار زيباري.

ووصلت القوى الكردية إلى مرحلة «كسر العظم»، بشأن منصب رئيس العراق، إذ لم تتفق على مرشح واحد لتقديمه إلى البرلمان في الجلسة المقر عقدها الأسبوع المقبل، لاختيار رئيس الجمهورية.

ويصر حزب الاتحاد الوطني الكردستاني، على التجديد للرئيس الحالي برهم صالح، فيما قدم الحزب الديمقراطي الكردستاني مرشحه هوشيار زيباري.

ووجدت قوى الإطار التنسيقي، (المظلة السياسية) الميليشيات المسلحة نفسها بين مرشحين، لا ترغب بتبنيهما، غير أن «الاتفاق الثلاثي» المبرم بين زعيم التيار الصدري مقتدى الصدر، ورئيس البرلمان محمد الحليوسي، ورئيس الحزب الديمقراطي الكردستاني، مسعود بارزاني، أفضت إلى هذه النتيجة.

ولدى قوى الإطار التنسيقي المرتبطة بإيران، خلافات عميقة، مع الرئيس الحالي برهم صالح، تعود إلى عام 2020، إذ اصطف حينها، إلى جانب الاحتجاجات الشعبية، ونادى بضرورة الكشف عن قتل المتظاهرين، وهو ما ألب المجموعات المسلحة، وانصارها عليه، إذ اتهموه بـ«الخيانة»، والعمل بالهدم من مصالح الشعب وفق منطقها. ورفض صالح حينها، تكليف مرشح تلك القوى أسعد العبداني، محافظ البصرة الحالي؛ كونه محسوباً على القوى القريبة من إيران، وهو ما رأى فيه صالح حينها، خطوة لا تسهم في الاستقرار المجتمعي، ولا تهدئ الاحتجاجات الشعبية.

وما زاد حنق تلك القوى السياسية مثل تحالف الفتح، واتلاف دولة القانون، وعصائب أهل الحق، على الرئيس

صالح، هو تمكنه من استصدار قرار من المحكمة الاتحادية، يجيز لرئيس الجمهورية تكليف أي شخصية يختارها لتأليف الحكومة، دون الرجوع إليها، في حال عدم تمكن مرشح الكتلة الشياعية الأكبر، من تشكيل الحكومة، في المرة الأولى، وهو ما يجرمها من «حقها» الذي ترى فيه حماية لمنظومة الحكم.

وقال صالح في كلمة متلفزة: «أترشح لمنصب رئيس الجمهورية بعد أن تلتها بقرار وطني مستقل، مُدركاً أنه شرف عظيم ومسؤولية كبيرة»، لافتاً إلى أن «رئيس الجمهورية يجب أن يكون رمزاً لوحدت البلاد وسيادتها وحامياً للدستور، وأن يكون رئيساً لكل العراقيين، رئيساً لا مرؤوساً». وأضاف: «التزمنا بإصرار وبدعم الوطنيين

الخيرين، في الماضي تحت سقف الوطنية مساراً لمهامي، ولم أسمع تحت أي ظرف ورغم شتى المصاعب والاضغوط بامتثال لمنصب رئاسة الجمهورية»، مشيراً إلى أن «ظروف البلد تفرض عملاً استثنائياً وأماناً تحديات غير قابلة للتأجيل». في هذا الإطار أكد قيادي في «الإطار التنسيقي» أن «قوى الإطار تميل للرئيس الحالي برهم صالح، على رغم



الخلافات السابقة، بين الطرفين، وهو ما تم الاتفاق عليه داخل جميع قوى الإطار»، مشيراً إلى أن «اختيار زيباري ربما سيساهم في إضعاف جمهور قوى الإطار، بسبب موافقه السابقة من الحشد الشعبي».

ويضيف القيادي الذي رفض الكشف عن اسمه لموقع «سكاي نيوز عربية» أن «جميع الأحزاب المنضوية في الإطار التنسيقي، تخشى من وصول زيباري إلى المنصب، لذلك ستختار الرئيس الحالي، برهم صالح، فضلاً عن أن زيباري، وهو مرشح الاتفاق الثلاثي، بين الصدر والحليوسي وبارزاني في ظل الاستقطاب الحاصل بين الإطار والتيار الصدري».

ووجدت تلك القوى نفسها في «ورطة»، إذ كانت تعتبر الرئيس الحالي برهم صالح، خطراً عليها، ووجهت له على مدار السنوات الماضية، عدة اتهامات.

أما زيباري، فقد أقاله البرلمان العراقي، بتهمة الفساد، بدعم من تلك المجموعات، عام 2016، وكانت تلك الفصل، تشن حملات ضده، خلال الفترة الماضية، وما زادها هو انتقاده لفصائل الحشد الشعبي؛ بسبب الهجمات التي ضربت مطار أربيل.

ويرى المحلل السياسي، عماد محمد، أن «الفصائل المسلحة، وقعت في تناقض عجيب وتلقّت عدة ضربات، فعلاوة على هزائمها في الانتخابات، وأمام المحكمة الاتحادية، وجدت نفسها اليوم، أمام خيار صعب، وهو ترشيح أحد الشخصيتين إلى رئاسة الجمهورية».

وأضاف محمد في تصريح لموقع «سكاي نيوز عربية» أن «اختيار تلك المجموعات وتصويتها لأحد المرشحين سيجعلها في موقف محرج أمام جماهيرها، بسبب الدعاية التي اعتمدها سابقاً، ضد الرئيس الحالي برهم صالح، وكذلك زيباري، والانتقادات التي وجهتها لها».

وتتملك قوى الإطار التنسيقي، نحو 60 مقعداً في المجلس النيابي من أصل 329 نائباً.

شيخ الأزهر يوجه كلمة في يوم الأخوة الإنسانية

القاهرة

شدد شيخ الأزهر الإمام الأكبر أحمد الطيب، على أهمية التعارف والتفاهم بين البشر للتغلب على أزمات العصر وترسيخ روح التسامح، في اليوم الدولي للأخوة الإنسانية.

وقال الإمام الأكبر في كلمة الجمعة: «احتفاءً العالم باليوم الدولي للأخوة الإنسانية هو في الحقيقة احتفالاً بإنسانية الذين الإلهي، ودعوته للتعارف والتفاهم بين أتباع الرسالات السماوية وغير السماوية، واحترامه لخصوصية الأديان والعقائد، بحثاً عن عالم أفضل تسوده روح التسامح والإخاء والتضامن والتكافل، وأملًا في تقديم حلول ناجعة لأزمات الإنسان المعاصر وتحدياته، خاصة أزمات الأزمات والفقراء والمهجرين والمكوبين ممن قسّت عليهم الحياة».

ووجه الشيخ أحمد الطيب تحية للبابا فرنسيس، بابا الكنيسة الكاثوليكية، معتبره أخاً فاضلاً وصديقاً دائماً على درب الأخوة والسلام. كما عبر الإمام الأكبر عن تقديره البالغ للشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة، الذي يواصل مسيرة والده الخيرة على رعايته لهذه الوثيقة، ودعمه بكل صدق وإخلاص لمبادرات ترسيخها وتأسيسها ونشرها في العالم أجمع..

وأوضح أن وثيقة الأخوة الإنسانية قد كتبت تحت قياد الأزهر الشريف، وبين جنّيات حاضرة الفاتيكان؛ إيماناً من الجميع بضرورة التفاهم بين المؤمنين بالأديان، بل وغير المؤمنين بها؛ من أجل التخلص من الأحكام الخاطئة، والصراعات التي غالباً ما تقضي إلى إراقة الدماء، وإشعال الحروب بين الناس، حتى بين أبناء الدين الواحد، والمؤمنين بعقيدة واحدة.

وقال: «نعم.. لقد ولدت هذه الوثيقة من رُحَم أزمات بالغة الصعوبة، وكان خروجها للعالم يُشبه خُلماً بعيداً المثال؛ وذلك بسبب من التحديات التي واجهت مشروع هذه الوثيقة، وراهنّت على نجاحها وتحقيق أهدافها، وتحويلها إلى واقع في حياة الناس، ولكن شاء الله أن يتحوّل الحلم إلى حقيقة، ببركة النوايا الصادقة والجهود المخلصة، والإيمان العميق بأن «العبدان كلهم إخوة»، كما كان يقول نبي الإسلام محمد، ويزدهر في أعقاب صلواته، وهو نفس ما قاله ورثته كل من سبقه من إخوته من الأنبياء والمرسلين صلوات الله وسلامه عليهم أجمعين».

ولفت الإمام الأكبر إلى أن اليوم الدولي للأخوة الإنسانية يأتي هذا العام، ولما يُبرِّزُ العالم بأسره من جائحة كورونا ومتحوراتها، ولعل ما يمرُّ به العالم اليوم من نذر الخوف والهلع يدفع إلى إيقاظ الضمائر الغافلة، والنفوس المتعالية، ويدعو أصحاب الأجداد الخاصة أن يُفقهوا من سكرتهم، ويتضامنوا مع المخلصين من قادة الشعوب وحُكّامها وعقلائها من أجل إنقاذ البشرية من هذه الأزمات المتتالية التي يترامم بعضها فوق بعض في كل ربوع المعمورة.

وأكد أن العالم، بمختلف طوائفه وأعرافه، خاصة أرباب المسؤولية فيهم من صنّاع القرارات الدولية، وعلماء الأديان وقادة الفكر والعلم والعرفة.. إذا اضطلع بمسؤوليته، فإنه قادرٌ - بإذن الله - أن يتجاوز هذه الأزمات الصعبة، وأن يُخفف من ويلاتِها وشورِها.

وأضاف: «هذا طريق بدأنا السير فيه، ونحن نتطلع بأجلائنا وأملنا إلى عالم جديد بلا حروب ولا صراعات، عالم يأمن فيه الخائف، ويكرّم الفقير، ويُبصر الضعيف، ويقام فيه لواء العدل، وإن كُنّا على يقين من أن نشهده ليس بسهل ولا ميسور في عالم متناحر في كل قضاياها، بل ولا مقبول لدى فئات ضاعفت السلاح، وتجارتها الحروب والدمار، غير أن السير في طريق السلام هو قدر المؤمنين بالله وبرسالته مهما واجهوا من تحديات ومعوّقات وعقبات»، واختتم الإمام الأكبر كلمته بالقول: «أحبي أبنائي وإخوتي أعضاء اللجنة العليا للأخوة الإنسانية، الذين يؤصلون الليل بالنهار في العمل من أجل تطبيق أهداف تلك الوثيقة السامية، ويطلقون من أجلها العديد من المبادرات التي تتخطى حواجز الاختلافات والحدود والفوارق، رُغم ما يواجهه العالم من جائحة كورونا وتداعياتها.. وإني لأشجّعهم وأشدُّ على أيديهم وأدعوهم لمواصلة هذه الجهود الخيرة مع كل الشركاء لتحقيق هذا الهدف النبيل.. وكُنّي أمل في أن يكونوا دائماً - وبمشيئة الله - بارقة أمل ومصدر إلهام دائم لكل من يسير في هذا الطريق الصعب.. هذا، وإنني سأواصل - بمشيئة الله تعالى وعونه - مع إخوتنا قادة الأديان ومُحبي الخير حول العالم، ما بدأناه من عمل في سبيل تحقيق السلام والأخوة والزمانة العاقبة، وإزالة كل مبررات الكراهية والتناحر والافتتال، فما أوجنا إلى التعارف والتعاون والتآلف فيما بيننا لمواجهة المخاطر الحقيقية التي تهدد البشرية وترزعزع استقرارها.. وأدعو الله العليّ القدير أن يحفظ عالمنا من الشرور والفتن، وأن يقينا شر أنفسنا، وأن نُخلصنا من هذا الوفاء العليل، وأن يشعلنا جميعاً بعبقهِ وريحانته، وأن يجمعنا على الخير دائماً، إنه وحده وفي ذلك والقادر عليه».

ويحتفل الناس في جميع أنحاء العالم، بما فيهم القادة الدينيين والشخصيات العالمية، باليوم الدولي للأخوة الإنسانية في نسخته الثانية، الذي يصادف الذكرى الثالثة لتوقيع البابا فرنسيس وشيخ الأزهر أحمد الطيب وثيقة الأخوة الإنسانية التاريخية في أبوظبي في الرابع من فبراير عام 2019.

تقرير يتوقع ارتفاع عدد الإصابات بالسرطان بمعدل الضعف بالشرق الأوسط وإفريقيا

عمان

أفاد تقرير جديد صدر الجمعة، عن المعهد السعودي لعلم اقتصاد الصحة، المؤسسة البحثية العالمية في مجال الرعاية الصحية، أن حالات الإصابة بمرض السرطان في منطقة الشرق الأوسط وإفريقيا يمكن أن ترتفع بمعدل الضعف تقريبا خلال الفترة ما بين عامي 2020 و2040، وذلك في حال لم يتم اتخاذ إجراءات فورية للحد من هذا الارتفاع وانتشار المرض. وتكشف تقرير المعهد السعودي، الذي تم إجراؤه بتعاون مع مجموعة البحوث الدوائية ومصنعي أميركا «PhRMA»، والذي تم إصداره بالتزامن مع الاحتفال باليوم العالمي للسرطان لهذا العام الذي يصادف الرابع من شباط، عن أن حالات السرطان التي تم تشخيصها حديثاً يمكن أن ترتفع من 410 ألف حالة عام 2020 إلى 720 ألف حالة مع حلول عام 2040، فضلاً عن وجود عوامل النمو السكاني والشيخوخة بين أفراد المجتمع والتغيرات في نمط الحياة، والتي تساهم جميعها في زيادة انتشار المرض وحالات الإصابة به في منطقة الشرق الأوسط وإفريقيا بصورة أسرع من أي مكان آخر في العالم. وجاء في بلاغ مشترك، أن التقرير، ومن خلال تقييم حالة رعاية مرضى السرطان في تسعة بلدان في الشرق الأوسط وإفريقيا هي الجزائر ومصر والأردن والكويت ولبنان والمغرب والسعودية وجنوب إفريقيا والإمارات، يقوم بالبحث بجمع في أربعة مجالات رئيسية لمكافحة السرطان تشمل الوقاية والكشف المبكر والتشخيص والعلاج، والبقاء على قيد الحياة، إلى جانب العنصر الخامس الشامل والمتنقل في الإدارة الرشيدة للمرض. وقال توماس هوفمارشر، الخبير

الاقتصادي في مجال الصحة في المعهد السعودي لعلم اقتصاد الصحة، إن «عدد حالات السرطان التي تم تشخيصها حديثاً يشهد تزايداً ملحوظاً في جميع دول الشرق الأوسط وإفريقيا، ويرتبط ذلك جزئياً بالتغيرات الديموغرافية والاتجاهات غير المواتية في عوامل الخطر الرئيسية مثل التدخين والسمنة». وأضاف، أن «هذا يعني أن السرطان في طريقه لأن يصبح السبب الثاني لعبء المرض في دول الشرق الأوسط وإفريقيا، بعدما كان يمثل السبب الرئيسي الثالث للوفيات في البلدان التسعة التي شملتها الدراسة في عام 2000، وأصبح يحتل المرتبة الثانية للوفيات بعد أمراض القلب والأوعية الدموية في ستة من أصل البلدان التسعة في 2016».

واستدرك أنه «مع ذلك، يمكن أن تكون فئة الشباب في منطقة الشرق الأوسط وإفريقيا هي العامل الرئيسي لتعزيز الجهود لإنشاء منظومة أقوى للعناية بمرضى السرطان. ويمكن أن يسهم الهيكل الديموغرافي العام للمنطقة في بناء اقتصاد قوي، نظراً لوجود نسبة ثابتة في الغالب من السكان في سن العمل خلال العقود القادمة. ويجب الاستفادة من هذه الفرصة الديموغرافية للاستثمار في رعاية مرضى السرطان، حيث يحقق هذا الاستثمار عائدات صحية تسهم في تعزيز الاقتصاد، الأمر الذي سيكون له مردود إيجابي على مجتمع واقتصاد أكثر صحة».

وتابع «كانت إحدى النتائج الرئيسية التي أسفر عنها تقرير المعهد السعودي هي عدم المساواة في رعاية مرضى السرطان في منطقة الشرق الأوسط وإفريقيا، حيث كانت زيادة الاستثمار في الرعاية الصحية للفر من العوامل المحددة لمعدلات البقاء على قيد الحياة. وتعتقد بأن البلدان بحاجة لزيادة

ارتفاع معدلات التوظيف في دول الخليج العربي الى مستويات ما قبل الجائحة

عمان

ذكر تقرير لشركة (Cooper Fitch) أن معدلات التوظيف في منطقة الخليج العربي، عادت إلى مستويات ما قبل الجائحة بدعم من ارتفاع المعدلات في السعودية والإمارات على أساس سنوي.

وحسب التقرير الذي أوردته شبكة (سي ان بي سي) الاقتصادية الجمعة، فقد شهدت مختلف دول الخليج نمواً ملحوظاً للتوظيف خلال الربع الرابع من 2021، على أساس سنوي وأيضاً على أساس ربعي.

وكانت السعودية هي الدولة الأكثر انتعاشاً من حيث معدلات التوظيف بمعدل

ارتفاع 21 بالمئة خلال الربع الرابع من 2021 مقارنة بالربع الثالث من العام ذاته، تلتها سلطنة عمان بمعدل 12 بالمئة والكويت بمعدل 11 بالمئة والبحرين بمعدل 9 بالمئة وقطر بمعدل 8 بالمئة، فيما شهدت الإمارات تراجعاً قدره 6 بالمئة. لكن على أساس سنوي شهدت معدلات التوظيف ارتفاعاً بنسبة 40 بالمئة في منطقة الخليج بدعم من الإمارات والسعودية، وفق التقرير.

وأدى تعافي الاقتصاد الخليجي الى ارتفاع معدلات التوظيف مع ارتفاع أسعار النفط خلال النصف الثاني من 2021، وكذلك زيادة الإنتاج وتخفيف قيود السفر وبداية التعافي من جائحة كورونا، وهو ما ساهم بالإتيان

بالكثير من الموظفين من خارج هذه الدول إليها. وأظهر التقرير أن القطاعات الأكثر جذباً للموظفين في الربع الرابع من 2021 كان قطاع الخدمات بنسبة 38 بالمئة، يليه قطاع الوظائف السيبرانية بنسبة 29 بالمئة، وكذلك قطاع المبيعات والتسويق بنسبة 26 بالمئة والقطاع العام بنسبة 25 بالمئة.

أما القطاعات التي تراجعت بضغط العديد من الأسباب، فهي قطاعات الاستثمار والتصنيع والتمويل وسلاسل التوريد. وتوقع التقرير أن تواصل معدلات التوظيف ارتفاعها في دول الخليج في عام 2022 بنسبة تتراوح بين 6 بالمئة و 9 بالمئة.

وسط أجواء ساخنة.. زعيما فرنسا وألمانيا يطرقان باب بوتن

وكالات

الأثنين، وكيف، الخلائء، بينما يزور أولاف شولتس كييف يوم 14 فبراير وموسكو يوم 15 فبراير..

تأتي الزيارات رفيعة المستوى بينما دعمت الصين مطلب روسيا بتراجع الناتو عن التوسع في أوكرانيا، وبعد اتهام الولايات المتحدة للكرملين، الخميس، بوضع مخطط محبوك لبركة هجوم القوات الأوكرانية والذي قد تستخدمه روسيا

واشنطن تفضح تمويل إيران للحوثي.. إرهاب المسيرات والبالستي

واشنطن

فضحت واشنطن، الخميس، الدعم الإيراني بالصواريخ والمسيرات لميليشيات الحوثي الإرهابية في اليمن، وتعهدت بمنع الهجمات ضد المدنيين ودول الجوار.

وقالت الخارجية الأميركية إن عدم إدراج ميليشيات الحوثي المدعومة من إيران في قائمة المنظمات الإرهابية، لن يمنع واشنطن من التحرك لمنع هجماتها ضد المدنيين.

وفيما جدد التزامها لقيام بمعالجة التبعات الإنسانية للأزمة اليمنية، أكد خبراء ومحللون أهمية إدراج واشنطن الحوثيين على قوائم الإرهاب بعد تصاعد جرائمهم بحق المدنيين واستهداف المنشآت المدنية في الإمارات.

وإدراج الميليشيات بقوائم الإرهاب سيحد من الدعم المالي والعسكري الإيراني للانقلابيين ما يعطل على قدرتهم على تمويل الحرب ويهيئ قدراتهم ومن ثم إنهاء الحرب الممتدة منذ 7 سنوات، بحسب المرابيين.

وقال قائد القيادة الوسطى الأميركية الجنرال فرانك ماكينزي، إن بلاده لا تزال «في وضعية ردع متنازع عليه مع إيران في المنطقة»، مؤكداً أن «طهران تعول على مجموعاتها لتنفيذ الأعمال العدائية».

وأضاف الجنرال ماكينزي، بحسب الخارجية الأميركية، أن «الصواريخ الباليستية والمسيرات الإيرانية هي الخطر الأكبر، ونحن نسق مع حلفائنا الإماراتيين والسعوديين لصد أي هجمات على البلدين».

بدوره، قال السيناتور ميتش ماكونيل، زعيم الأقلية في مجلس الشيوخ الأميركي، إن رفع ميليشيات الحوثي من قائمة الإرهاب أدى إلى زيادة هجماتها.

وأضاف أن عدم الرد بقوة على الهجمات المدعومة من إيران ضد القوات الأميركية في المنطقة، أدى إلى زيادة المخاطر على الأميركيين. ورفض زعيم الجمهوريين تجاهل إدارة الرئيس جو بايدن تقديم الدعم اللازم للدول الحليفة في المنطقة لمواجهة إيران.

ومعلقاً على تصريحات الخارجية الأمريكية، يقول مدين قبيصي، عضو إعادة الانتشار لتنفيذ اتفاق الحددية، أن «الشعب اليمني يعيش منذ 7 سنوات أوقاتاً صعبة جراء جرائم الحوثي، ولن يكون في مأمن من جرائمها، إلا بإعادة تصنيفها منظمة إرهابية وهو أمر أصبح مطلب شعبي ورسمي باليمن».

ويضيف في تصريحات خاصة لموقع «سكاي نيوز عربية» إن إدراج الميليشيات بقوائم الإرهاب سيضع الشركات المصرفية الحوثية تحت الرقابة الدولية، وسيخفف مصادر الدعم المالي لها بما يسهم في إنهاء الانقلاب والحرب في اليمن..

قبيصي يقول إن إدراج الانقلابيين كذلك «سيفرض عليهم عزلة دولية كما سيدخل في مقاطعة واسعة ويقض ارتباطها مع إيران». كما سيفتح الباب أمام محاكمة قادتها أمام المحاكم الدولية على ملايين الجرائم بحق الشعب اليمن، بحسب قبيصي.

ومن واشنطن، يعلق المتخصص في الشأن الأميركي والعلاقات الدولية، إيهاب عباس، لموقع «سكاي نيوز عربية»، بأن «إيران تقف خلف تلك الجرائم يامداد الحوثيين بدعم اللوجستي وبأسلحة متقدمة تسلك لهم الأعداء على دول الجوار.. أملاً في تطبيق أيديولوجية الشر الإيرانية صاحبة العصور الوسطى».

ويضيف أن «حذف اسم ميليشيات الحوثي من قائمة المنظمات الراعية للإرهاب، كان خطأ والأّن يتعين على إدارة بايدن إعادة إدراجهم مرة أخرى».

ويفسر أن إعادة إدراج الميليشيات بقوائم الإرهاب «أصبح ضرورة قصوى بعد تصاعد إرهاب تحالف الشر بين الحوثي وإيران، كما أن حالة التراخي الدولي تجاه جرائمها بالداخل اليمني جعل الميليشيات تصاعد إرهابها».

شركة كهرباء محافظة أربد إعلان فصل التيار الكهربائي

سقطم شركة كهرباء محافظة أربد يوم الثلاثاء الموافق 2022/2/8 إجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن مرو طريق حريما، المغير منخل البلد الجنوبي، المغير اول البلد حي مسجد النور، المغير حي المركز الصحي، المغير وسط البلد، سمر طريق سحم وذلك من الساعة التاسعة صباحا ولغاية الساعة الثالثة عصرا وعن بلدة ام قيس، اثار ام قيس، ام الخوايي من الساعة التاسعة وعن شرق حوارة، طريق ابو الصل، باتجاه الرما من الساعة التاسعة صباحا ولغاية الساعة الثالثة عصرا في مدينة التويرد.

وعن جميع المشتركين بالقرب من مدرسة ثانوية مشرفة بنات- الخالدية من الساعة التاسعة صباحا ولغاية الساعة الثالثة عصرا وعن بلدة النيفسة، بلدة وروضة روعي، حي الصوالة بلدة ام السرب من الساعة التاسعة والنصف صباحا ولغاية الساعة الخامسة مساءً في محافظة الحرق.

قسم العلاقات العامة

الأردن يظفر بلقب كأس
العرب للتايكوندو

ظفر منتخب الأردن، مساء الخميس، بلقب بطولة كأس العرب للتايكوندو، والتي أقيمت في الإمارات، حيث حل أولاً في المجموع العام للميدانيات على صعيد الرجال والسيدات.

وحصد لاعبو ولاعبات منتخب الأردن، 6 ميداليات ذهبية، وفضيتين وبرونزيتين.

وتوج بالذهب، راما أبو الرب، جوليانا الصادق، نتالي الحمدي، زيد الحلواني، محمود الطرايرة وزيد مصطفى.

ونال الفضية، لبت الرواشدة وفهد عمار، فيما كانت البرونزيتين من نصيب يارا ياسين وعدي العتوم، وسواصل منتخب الأردن بقيادة المدير الفني فارس العساف، تدريباته غداً السبت، تحضيراً للمشاركة في بطولة الفجيرة التي تفتتح منافساتها الأحد المقبل.

الجوابة: أطمح لتحقيق
الإنجازات مع السيب

علق المهاجم الدولي الأردني إبراهيم الجوابة على احترافه في نادي السيب العماني، بعد ساعات قليلة من توقيعه على عقده الرسمي.

وكتب الجوابة عبر حسابه في موقع التواصل الاجتماعي فيسبوك مساء الخميس «سأخوض تجربة احترافية جديدة مع نادي السيب العماني وأسأل الله التوفيق فيها».

وأضاف «أطمح مع السيب العماني بتحقيق الإنجازات، وأتمنى أن أكون على قدر ثقة النادي».

وتعتبر هذه التجربة الاحترافية الخارجية الأولى في مسيرة الجوابة الذي يعتبر من المهاجمين المميزين، ويمتاز بالسرعة والمهارة.

ويتواجد حالياً إلى جانب الجوابة في الدوري العماني، اللاعب الأردني عدي القرا الذي وقع مؤخراً للفريق النهضة.

تشافي يعفو عن ديمبلي

يتجه تشافي هيرنانديز، المدير الفني لبرشلونة، للعفو عن عثمان ديمبلي، رغم رفض اللاعب، تجديد عقده مع النادي.

وكتشف صحيفة «أس» أن ديمبلي قد يعود لقائمة البارسا في مباراته ضد أتلتكو مدريد، بعد غد الأحد، في الدوري الإسباني.

وأضافت أن تشافي سيجاول اقتناع خوان لابورتا رئيس النادي، بالسماح له بالاعتماد على المهاجم الفرنسي.

ولفتت «لم يرغب ديمبلي في ترك البارسا رغم حصوله على عروض مختلفة من الدوري الإنجليزي، وأعطى الأولوية للبقاء في برشلونة».

وأشارت الصحيفة «لكن إدارة برشلونة رفضت إشراك اللاعب في المباريات، إلا أن الوضع يبدو قد تغير».

وذكرت أس أن هناك اجتماعاً في الساعات المقبلة لاتخاذ قرار نهائي، على الرغم من أنه في الحادثة الأخيرة بين تشافي ولابورتا، جرى التأكيد بأن اللاعب جازم للمشاركة أمام أتلتكو.

ويتبقى فقط معرفة لابورتا لخطط تشافي تجاه اللاعب الفرنسي، وكيف تستقبله الجماهير في كامبو، بعد رفض تجديد عقده.

كلوب عن صدام صلاح
وماني: الخاسر سيعود أولاً

علق بورجن كلوب، المدير الفني لفريق ليفربول الإنجليزي، عن اللقاء المرتقب بين نثنائي الريز، محمد صلاح قائد منتخب مصر، وساديو ماني نجم منتخب السنغال، في نهائي كأس الأمم الإفريقية، الأحد المقبل.

وقال كلوب في مؤتمر صحفي اليوم الجمعة «إن يكون الأمر سهلاً، لأن أحدهما سيكون سعيداً، بينما سيخسر الآخر بالحزن، إنها فرصة ثمينة لهما لتحقيق إنجاز كبير».

وأضاف المدرب الألماني «تأمل صلاح وماني لنهايتهم كأس الأمم إنجاز رائع لهما، كما لعب نابي كيتا بطولة استثنائية أيضاً مع منتخب غينيا، لقد أدى لاعبونا بطولة ناجحة، وستكون مثيرة».

وبشأن إمكانية لحاق صلاح وكلوب وماني بمواجهة ليستر سيتي، يوم الخميس المقبل، في بطولة الدوري الإنجليزي الممتاز، أوضح المدير الفني لليفربول «اعتقد أنهما سيكونان متاحين، لكن سأتحدث معهما أولاً».

وأشار بورجن كلوب في ختام تصريحاته «ربما سيعدون يوم الثلاثاء أو الأربعاء، أعتقد أن الخاسر منهما سيعود قبل الآخر، فهما يتمتعان باللياقة البدنية حيث خاض كل منهما عدداً من المباريات في الفترة الأخيرة».

صورة مع جوارديولا تحرك
برشلونة لتجديد عقد لاعبه

يسابق مسؤولو نادي برشلونة الإسباني الزمن، لتجديد عقود عدد من لاعبي الفريق، بعد إبرام أكثر من صفقة في فترة الانتقالات الشتوية الأخيرة.

وذكرت صحيفة «ماركا» الإسبانية، أن البارسا ينوي التحرك بجديّة لتجديد عقد مدافعه الأوروغوياني رونالد أراوخو، والذي ينتهي في صيف 2023.

وأضافت أن المفاوضات مع أراوخو بدأت منذ فترة طويلة، لكنها تعطلت بسبب انتشار الوباء، والأزمة الاقتصادية التي يمر بها النادي، والتغيرات الإدارية بخلاف رفض الأوروغوياني الشاب عرضاً أولياً بداعي ضعف الراتب، وأشارت إلى أن برشلونة يصدد بدء جولة جديدة من المفاوضات، حيث يحظى أراوخو باهتمام عدة أندية إنجليزية.

وظهر مالك الحقوق الخاص بالمدافع الشاب منذ ساعات قليلة في صورة مع بييب جوارديولا، المدير الفني لمانشستر سيتي.

مدافع برشلونة يدخل
أجندة مانشستر يونايتد

أكدت تقارير إخبارية، استعداد مانشستر يونايتد لإبرام صفقة ضخمة مقابل الحصول على رونالد أراوخو مدافع برشلونة.

وأوضحت صحيفة ماركا أن مستقبل أراوخو مع البارسا في خطر، بعدما أصبح طويلاً في عدد من الأندية، على رأسها مانشستر يونايتد وجاره أسبي.

لكن المصدر يؤكد أن المان يونايتد يبدون اهتماماً أكبر باللاعب الذي أصبح دوره أساسياً مع برشلونة في آخر عامين.

وسينتهي عقد رونالد أراوخو مع النادي الكتالوني في صيف عام 2023، وأوضحت الصحيفة أن مفاوضات برشلونة مع اللاعب بدأت قبل وباء كورونا، لكنها تأجلت إزاء المشكلات التي عاشها النادي على جميع المستويات.

وأضافت أن برشلونة فشل حتى الآن في تجديد عقد أراوخو، نظراً لارتفاع قيمة اللاعب خلال الفترة الماضية وسعي المانوي الجاد لضمه.

منتخب مصر يبحث عن فوز غائب
على السنغال منذ 16 عاماً

الراحل جوليوس بوكاندي يفوز تاريخياً بنتيجة (1-0)، بهدف سجله اللاعب تيرنو يوم.

وحقق منتخب مصر الفوز على السنغال بهدف حمل توقيع أيمن يونس في دورة الألعاب الأفريقية عام 1987، لكن لقاءات المنتخبين الكبيرين توقفت لمدة تصل إلى 10 أعوام تقريباً، قبل أن يتقابلا في التصفيات المؤهلة إلى كأس الأمم الأفريقية 1998.

وتعادل منتخب مصر مع السنغال في العاصمة داكار دون أهداف في يناير/كانون ثانٍ 1997 ولكن الفراعنة حسموا الفوز في ستاد القاهرة في يوليو/تموز من نفس العام بنتيجة دون رد سجلها حازم إمام وهادي خشبة.

ويميل التاريخ لصالح الفراعنة في مواجهة أسود التيرانجا، فواجهه الأحد تحمل رقم 14 في تاريخ لقاءات المنتخبين، سواء الودية أو الرسمية.

وتوقع منتخب مصر من قبل في 7 لقاءات، بينما فاز منتخب السنغال 4 مرات وفرض التعادل كلمته في مباراتين.

وسجل منتخب مصر 12 هدفاً في الشباك السنغالية، بينما نجح أسود التيرانجا في زيارة مرعى الفراعنة 8 أهداف.

مفاجأة مدوية
بدأت لقاءات مصر والسنغال بمفاجأة مدوية في افتتاح بطولة كأس الأمم الأفريقية 1986 بستان القاهرة وخرج رفقاء النجم

داكار، ثم فاز الفراعنة بهدف دون رد سجله أحمد حسام ميدو في القاهرة.

وحقق منتخب السنغال فوزاً مثيراً على حساب مصر في كأس الأمم الأفريقية 2002 بمرحلة المجموعات، بهدف نظيف سجله لامين دياتا.

وتقابل المنتخبان ودياً عام 2003 وفاز الفراعنة بهدف نظيف سجله أحمد حسام «ميدو»، ثم فاز الفراعنة في تجربة ودية عام 2005 بنتيجة (4-2).

صراع شرس
وفاز الفراعنة في نصف نهائي كأس الأمم الأفريقية 2006 بنتيجة (2-1)، وسجل للفراعنة أحمد حسن وعمرو زكي وأحرز مامادو تياغ للمنتخب السنغالي.

وتقابل المنتخبان في تصفيات كأس الأمم الأفريقية 2015 وفاز منتخب السنغال على ملعبه بنتيجة (2-0)، سجلها مامي ضيوف وساديو ماني.

ثم كرر المنتخب السنغالي الأمر، بفوز تاريخي على الفراعنة في مقر دارهم بهدف دون رد سجله مامي ضيوف.

اتحاد كرة اليد يعلن تفاصيل
نشاطاته للعام الحالي

أعلن اتحاد كرة اليد عن إقامة 15 بطولة ضمن نشاطاته المحلية للعام الحالي 2022، والتي ستقام على مدار العام بمشاركة كافة الأندية المنتسبة إليه.

وركز الاتحاد على إقامة بطولات الفئات العمرية المختلفة، مع ادخال المهرجانات الخاصة باللاعبين واللاعبات البراعم والواعدين، وهي المهرجانات التي تتوافق مع مشاريع التطوير التي تقام حالياً (مراكز الواعدين ومراكز البراعم).

وحدد الاتحاد البطولات التي ستقام العام الحالي وهي (بطولة الناشئين والناشئات، وكأس السوبر للسيدات، وكأس الأميرة سمية للسيدات، ودوري أندية السيدات، وكأس السوبر للرجال، وكأس الأردن للرجال، ودوري أندية الدرجة الثانية، ودوري أندية الدرجة الأولى، و بطولة الشباب والشابات، ومهرجانات الواعدين والواعدات، ومهرجانات البراعم والسيدات).

وسيعمل الاتحاد في وقت لاحق على تحديد الخاصة لكافة البطولات، إلى جانب تحديد مواعيد قيد وتسجيل اللاعبين للموسم الحالي 2022، واستحدث الاتحاد لأول مرة إقامة مباراة كأس السوبر للسيدات، والتي ستجمع بين فريقي حرنأ حامل لقب الدوري والكأس مع وصيفة فريق عمان، مثلما استحدث الاتحاد إقامة مهرجانات البراعم والبرعمات، لتتضمن إلى مهرجانات الواعدين والواعدات، التي اعتاد الاتحاد على إقامتها سنوياً، وذلك للاطلاع على المستويات الفنية التي وصلت إليها هذه المراكز بعد فترة من التدريبات التي خضعت إليها، إضافة إلى منح اللاعبين واللاعبات في هذه الفئة العمرية فرصة خوض اللقاءات الودية.

وحدد الاتحاد مواعيد بطولاته كافة التي تقام على مدار العام الحالي، حيث راعي الظروف الدراسية للاعبين، في الوقت الذي طلب الاتحاد من الأندية المنتسبة إليه تزويده بالملاحظات الخاصة بالمواعيد حتى يستثنى له اتخاذ الإجراءات اللازمة.

وتقام بطولة الناشئين والناشئات مواليد 2006 - 2007 خلال الفترة من 18 شباط، ولغاية 1 نيسان المقبل، وتقام مباراة كأس السوبر للسيدات بين فريقي حرنأ وعمان يوم 21 أيار المقبل، وتقام بطولة كأس الأميرة سمية للسيدات خلال الفترة من 24 أيار ولغاية 4 حزيران المقبل، وتقام بطولة دوري أندية السيدات خلال الفترة

من 10 حزيران ولغاية 1 آب المقبل، كما تقام مباراة كأس السوبر للرجال يوم 27 آب المقبل، وتجمع بين فريقي الأهلي بطل الدوري والسلط بطل كأس الأردن.

وتقام بطولة كأس الأردن للرجال خلال الفترة من 16 آب ولغاية 1 تشرين الأول المقبل، ثم تقام منافسات دوري أندية الدرجة الثانية خلال الفترة من 1 تموز ولغاية 27 آب المقبل، ثم تقام منافسات دوري أندية الدرجة الأولى خلال الفترة من 2 أيلول ولغاية 26 تشرين الأول المقبل.

وتقام لقاءات دوري الشباب والشابات مواليد 2004 - 2005 خلال الفترة من 23 أيلول ولغاية 8 تشرين الثاني المقبل، ثم تقام مهرجانات الواعدين والبراعم مواليد 2008 - 2009، والبراعم والبرعمات مواليد 2010 - 2011، حيث سيتم تحديد مواعيدها لاحقاً.

وستكون باكورة البطولات التي تشهد خلال إقامة بطولة الناشئات المحلية مشاركة ثمانية فرق تم توزيعها على مجموعتين، حيث ضمت المجموعة الأولى فرق عمان والبتراء ووادي السير والفجر، فيما ضمت المجموعة الثانية فرق العربي وحرنأ وكفرسوم والراية.

وتبدأ لقاءات المجموعة الأولى يوم 18 شباط الحالي، بينما تبدأ لقاءات المجموعة الثانية يوم 19 من ذات الشهر، في الوقت الذي تقام فيه لقاءات الدور الأول وفق نظام الدوري الجزأ من مرحلة واحدة، بينما تبدأ بطولة الناشئين اعتباراً من 19 شباط الحالي،

مهدي علامة: فيليب سبب
احترافي مع الميناء

أكد اللاعب الأردني مهدي علامة، أنه وقع قبل أسبوعين على عقده الاحترافي مع الميناء العراقي، في أول تجربة خارجية له.

كوورة حاور علامة، للحديث عن كواليس انتقاله للميناء وفرص الفيصلي في المنافسة على الألقاب.. وإلى نص الحوار:

أنت في طريقك إلى العراق

سأتوجه إلى البصرة ومنها مباشرة عبر الطائرة إلى أربيل للالتحاق بتدريبات الميناء الذي يعسكر هناك لمواجهة فريقها يوم 9 من الشهر الجاري.

حدثنا عن تفاصيل مفاوضاتك مع الميناء

تحدثت مع المدير الفني السابق للرما، أمين فيليب، والذي يقود حالياً الميناء، واستطعت رأيي، لم أتردد في الموافقة. فيليب أبدى خلال إشرافه على تدريبات الرما، إعجاباً بقدراتي عندما كنت لاعباً مع معان.

هل استفسرت عن طبيعة المنافسة في الدوري العراقي؟

تواصلت مع زملائي أحمد الصغير وإحسان حداد والسوري فهد اليوسف، وجميعهم شعجعي على خوض التجربة مع الميناء، وأكدوا أن الدوري العراقي يمتاز بقوة المنافسة والإثارة والندية والحضور الجماهيري.

كيف تنظر لأول تجربة احترافية خارجية لك؟

محطة مهمة في مسيرتي، سأجتهد في سبيل تحقيق الإضافة مع الميناء بما يساعد الفريق على تحقيق النتائج الإيجابية.

هل تلقيت عروضاً محلية قبل الإحتراف مع الميناء؟

تلقيت عروضاً من معان وشباب العقبة، لكن في النهاية فضلت خوض تجربة الإحتراف الخارجي.

ما تقييمك لتجربتك في الموسم الماضي مع معان؟

كانت تجربة مليئة بالتحديات، الحمد لله قدمننا ما بوسعنا في سبيل ضمان مقعد البقاء في دوري المحترفين.

ماذا تقول عن تجربتك الطويلة مع الفيصلي؟

لعبت الفيصلي لمدة 6 مواسم، كانت الأجل في مسيرتي، حققت مع الفريق 9 ألقاب محلية بجانب وصافة بطولة الأندية العربية.

هل الفيصلي قادر على العودة القوية في الموسم المقبل؟

الفيصلي سيقتقد قدرات اللاعب المبدع يوسف أبو جلوبوش «صيصا»، لا بد من إيجاد البدل المناسب. غادر بعض اللاعبين المميزين ولم يتم استقطاب سوى عبيدة السمارة.

عودة الفيصلي للمنافسة بقوة على الألقاب ستكون مرهونة بقدرته على التعاقد مع 3 محترفين أجانب يصنعون الفرق.

بماذا تقدر أكثر احتراف لاعبي الأردن خارجياً؟

الوضع الحالي للأندية الأردنية صعب، اللاعب لا يستطيع تحصيل قيمة عقده، كما أن تطور أداء اللاعب الأردني بشكل متسارع، عزز من فرص احترافه خارجياً.

شرارة يلتحق بمعسكر الأهلي الليبي

التحق النجم الأردني محمد أبو زريق «شرارة»، بمعسكر الأهلي الليبي، المقام في العاصمة المصرية القاهرة.

وكان شرارة قد توجه من الإمارات بعد ختام معسكر منتخب الأردن، إلى القاهرة للمشاركة بتدريبات فريقه الجديد.

وحصل شرارة على بطاقة انتقال دولية مؤقتة من الفيحاء، بعدما رفضت إدارة الرما احترافه لاعتقاده أن اللاعب مرتبط معها بعقد يمتد لموسمين المقبلين، وشارك شرارة بحماس كبير في تدريب الأهلي صباح اليوم، وتعتبر هذه التجربة الاحترافية الخارجية الثانية للاعب بعدما سبق له الإحتراف مع السيلية القطري.

ويعتبر شرارة مكسباً للأهلي حيث يعتبر من أفضل لاعبي الكرة الأردنية، وأكثرهم موهبة حيث يمتلك قدرات بدنية وفنية ويمتاز بالسرعة والمهارة في اجتياز المدافعين.

كشف حساب بوكيتينو يورته في باريس

أقحم الأرجنتيني ماوريسيو بوكيتينو، مدرب باريس سان جيرمان، نفسه مجدداً في دائرة الجدل المثار حول مستقبله داخل جدران النادي الفرنسي.

ويتمادى بوكيتينو مع بي إس جي حتى نهاية الموسم المقبل في صيف 2023، إلا أن انطلاقته هذا الموسم محبطة للغاية، حيث خسر الفريق لقبين، وخسر العملاق الباريسي لقب السوبر المحلي أمام ليل في بداية الموسم، ومنذ أيام قليلة ودع كأس فرنسا من دور الـ16 بالخسارة ضد نيس بركات الترجيح بعد مباراة سلبية.

ويضاف هذا الإخفاق إلى فقدان باريس سان جيرمان لقب محلي آخر بخسارة لقب الدوري الموسم الماضي لصالح فريق «ليل»، بفارق نقطة وحيدة، ولن يشق لبوكيتينو المبررات التي ساقها بأنه تولى مسؤولية الفريق في كانون الثاني/يناير 2021، وكان يحتل المركز الثالث في جدول الترتيب، نظراً للفارق الفئتي بين نجوم حديقه الأمراء وباقي منافسيه محلياً، في المقابل، صعد ماوريسيو بوكيتينو إلى منصات التتويج مع بي إس جي مرتين فقط، بتحقيق لقب السوبر المحلي وكأس فرنسا في الموسم الماضي. كشف حساب بوكيتينو على المستوى الأوروبي، لا يعد أفضل حالا حيث ودع الفريق تحت قيادته دوري الأبطال من الدور قبل النهائي في الموسم الماضي، بينما نجح سلفه توماس توخيل في الصعود بسان جيرمان لنهايتهم عام 2020، وذلك لأول مرة في تاريخ النادي. ومع انطلاقته الموسم الجاري، كان النادي الباريسي اسماً بارزاً في سوق الانتقالات الصيفية حيث أبرم صفقات من العيار الثقيل منها الرباعي جياتلوجي دناروما، سيرجيو راموس، جورجينو فينادوم وليونيل ميسي مجاناً لانتهاه عقودهم مع ميلان وريال مدريد وليفربول وبرشلونة.

كما صرف النادي الباريسي 60 مليون يورو لضم الظهير الأيمن المغربي أشرف حكيمي من إنتر ميلان الإيطالي.

وبات للفريق الباريسي قوام يجسد عليه الكثيرون، إلا أن عروضه في دوري الأبطال هذا الموسم جاءت متذبذبة حيث حل وصيفاً لمانشستر سيتي، ليجد نفسه في مواجهة ريال مدريد بدور الـ16. ولم يكن كشف حساب بوكيتينو مزعجاً محلياً ومقلقاً أوروبا فقط، بل إن المستوى العام للفريق تعرض للانتقادات عديدة، ومفيراً لعلماء الاستفهام، حيث يتعرض المدرب الأرجنتيني باستمرار للسؤال عن خطة الفريق وفلسفته في العمل، وأن الأداء لا يليق بكونية النجوم التي يملكها بين يديه. ولكن دائماً ما يسوق بوكيتينو مبررات عديدة تبرز صعوبة موقفه في إيجاد التوازن الفني مثل ضغط جدول المباريات، كثرة الإصابات، حالات كورونا، الصفقات الجديدة التي لم تشارك في معسكر إعداد الفريق.

ويلتزم لبوكيتينو سوى رهان واحد إذا أراد الاستمرار في منصبه، وهو المنافسة على لقب دوري الأبطال خاصة أن الفريق حسم لقب الدوري «إكليبكيا» لتقدمه بفارق مريح عن أقرب منافسيه بعد مرور 22 جولة من المسابقة، وخروجه من كأس فرنسا سيحعله يخوض الجولات الـ16 المتبقية بحالة بدنية أفضل نسبياً.