

ادانات عربية ودولية لاقتحام المسجد الأقصى والاعتداء على المصلين

تابع ص 7

«حرب عالمية».. الإعلام الروسي ينفجر غضبا بعد غرق «موسكفا»

تابع ص 7

حسم الجدل بشأن صوامع القمح المتضررة من انفجار مرفأ بيروت

تابع ص 7

يومية - سياسية - اقتصادية - شاملة



الملك يتلقى اتصالا من الرئيس التونسي وأمير دولة قطر

فرانكفورت

تلقى جلالة الملك عبدالله الثاني، الجمعة، اتصالا هاتفيا من الرئيس التونسي قيس سعيد، قدم خلاله التهنية لجلالة الملك بنجاح العملية الجراحية التي أجراها أخيرا، معربا عن تمنياته بجلالته بموفور الصحة والعافية. وتلقى جلالة الملك عبدالله الثاني، اتصالا هاتفيا من سمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني أمير دولة قطر، قدم خلاله التهنية لجلالة الملك بنجاح العملية الجراحية التي أجراها أخيرا، معربا عن تمنياته بجلالته بموفور الصحة والعافية.

أوقات الصلاة	الوقت
الفجر	04:50
الظهر	12:38
العصر	04:13
المغرب	07:07
العشاء	08:26

السبت
السنة الثامنة
العدد (2713)

سعر النسخة دينار واحد

نائب الملك يستقبل وفدا من الكونغرس الأميركي

عمان



استقبل نائب جلالة الملك، سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، وفي العهد، وفدا من الكونغرس الأميركي، برئاسة نائب رئيس لجنة المخصصات في مجلس الشيوخ السيناتور ريتشارد شيلبي. وتناول اللقاء، الذي جرى في قصر الحسينية، علاقات الصداقة والشراكة الاستراتيجية بين الأردن والولايات المتحدة، وسبل توسيع التعاون بينهما في مختلف المجالات. وأعرب نائب جلالة الملك، خلال اللقاء، الذي حضره سمو الأمير فيصل بن الحسين، عن تقديره للولايات المتحدة على دعمها المتواصل للمملكة. من جهتهم، أعرب أعضاء الكونغرس عن حرص بلادهم على تعزيز الشراكة الاستراتيجية مع المملكة، مشيدين بدور الأردن المحوري بقيادة جلالة الملك في المنطقة. وحضر اللقاء نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، ومدير مكتب جلالة الملك، الدكتور جعفر حسان، ومدير مكتب سمو ولي العهد، مصطفى خليفة، والسفير الأميركي في عمان هنري ووستر.

الأمير فيصل بن الحسين يرعى المجلس العلمي الهاشمي الخامس بعد المئة

عمان

مندوباً عن جلالة الملك عبدالله الثاني، رعى سمو الأمير فيصل بن الحسين الجمعة، المجلس العلمي الهاشمي الخامس بعد المئة، بعنوان: الإيمان: مفهومه وأركانه وأثاره، الذي أقامته وزارة الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية في المركز الثقافي الإسلامي التابع لمسجد الشهيد الملك المؤسس عبدالله الأول في العاصمة عمان.

وتحدث في المجلس الذي أداره أستاذ الشريعة الإسلامية الدكتور إسماعيل نوح القضاة أمين عام دائرة الإفتاء العام الدكتور أحمد الحسناوي والعلامة الشيخ محمد أبو الهادي يعقوبي.

وقال العلامة الشيخ محمد يعقوبي، إن الإيمان هو التصديق، واشتقاق الكلمة لغويا يشير إلى كلمات كلها مترابطة في معناها، مؤكداً العلاقة بين الإيمان والأمن والسلامة للإنسان، حيث أن الإيمان يشمل الإيمان بالله عز وجل وبكل ما جاء به ديننا الإسلامي. وأضاف، أن الإيمان هو الأمان من كل الوسواس ويأتي ذلك بعد الإيمان بكل ما جاء من عند الله سبحانه وتعالى وبكل ما أمرنا أن نؤمن به وتصدقه فالإيمان هو أصل الإسلام وأساس له.

وأشار إلى أن الإيمان يستقر في القلب والله سبحانه وتعالى، هو من يطعم عليه فالإيمان يكون أساساً من القلب بمعنى الإيمان الحقيقي بالله تعالى وما أمرنا به وما جاء به الرسول عليه الصلاة والسلام، مشيراً إلى أن الإيمان، هو أن يؤمن الإنسان أولاً بوجود الله تعالى الذي يدل على ذلك كل شيء وجد في هذه الدنيا، ولفت إلى أن التحبيب بالله تعالى، هو جزء من الإيمان الصحيح وهذا هو منهج السلف وليس التكفير وإخراج الناس من دين الله سبحانه وتعالى، مشدداً على أن الإيمان قول باللسان واعتقاد وعمل بالأركان.تابع ص 2

التحقيق بجائحة إصابة شخص بعيار ناري أثناء محاولة القبض على مطلوب

عمان

باشتر القضاء الشرطي التحقيق بجائحة إصابة شخص بعيار ناري في محافظة معان أثناء محاولة القبض على شخص آخر مطلوب. وقال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، إن القضاء الشرطي تولى التحقيق في حادثة إصابة شخص بعيار ناري في محافظة معان، أثناء محاولة القضاء القبض على شخص مطلوب بقضايا مخدرات في المحافظة، للوقوف على كافة ملابساتها واتخاذ الإجراءات القانونية اللازمة، مشيراً إلى أن الشخص المصاب قد تم اسعافه للمستشفى وهو قيد العلاج.

خدمة إلكترونية للاستعلام عن المستحضرات الصيدلانية

عمان

استحدثت المؤسسة العامة للغذاء والدواء، خدمة إلكترونية جديدة للاستعلام عن المستحضرات الصيدلانية والطبيعية، بما فيها مستحضرات التجميل وحبوب وأغذية الرضع المسجلة لدى المؤسسة في وحدة المستحضرات الصيدلانية والطبيعية بمديرية الدواء. وبحسب بيان للمؤسسة قال مديرها العام الدكتور نزار مهيدات، إن هذه الخدمة المستحدثة تمكن المتلقي من الاستعلام بسرعة وسهولة عن هذه المستحضرات من خلال اسم المنتج، والمادة الفعالة، والشركة الصانعة أو اسم الوكيل، وتوفير قائمة بالمستحضرات المسجلة، والبدائل المتوفرة في السوق المحلي.

وأكد مهيدات، سعي المؤسسة المستمر لأتمتة خدمات جديدة ضمن خطة التحول الإلكتروني الخاصة بالمؤسسة، وتحديث وتطوير الخدمات المؤتمتة بشكل مستمر بناء على التقييم والمتابعة الدورية للخدمات الإلكترونية المستحدثة، بما يعزز جودة وكفاءة الخدمات المقدمة لمتلقي الخدمة. وتتوفر الخدمة التي حدتها مديرية الدواء في وحدة المستحضرات الصيدلانية والطبيعية، بإشراف وحدة تكنولوجيا المعلومات التابعة للمؤسسة، على موقع المؤسسة الإلكتروني في الرابط الإلكتروني التالي: (<http://services.jfda.jo/JFDA/NaturalProducts/VitaminAdv.aspx>) أو (<http://services.jfda.jo/JFDA/NaturalProducts/VitaminEnquiryAdvComp.aspx>) أو (<http://services.jfda.jo/JFDA/NaturalProducts/AllMilkEnquiryAdv.aspx>).

انطلاق مبادرة بصمة شباب الخير من ماحص

عمان

انطلقت من ماحص، مبادرة بصمة شباب الخير؛ بهدف استكمال توزيع طرود على أسر غفيرة إضافة إلى اطفال أطفال ايتام وعمل برنامج ترفيهي وشخصيات وتوزيع هدايا للأطفال. وقالت مديرة المبادرة، الدكتورة ليلى أبو خضر، إن «بصمة شباب الخير» تهدف إلى تسليط الضوء على دور الشباب وتمكينهم في عمل الخير خلال شهر رمضان الفضيل في محافظات المملكة كافة. وأضافت الخضر أن الهدف إنساني قائم على العطاء والبذل بكل أشكاله، فالمبادرة سلوك حضاري متقدم من الثقافة والوعي والمسؤولية، من قبل العديد من المتطوعين من شباب الوطن الذين يقومون بدورهم المهم والإيجابي بتطوير المجتمعات محلياً وتنمية الإحساس بالمسؤولية لديهم. ومبادرة بصمة شباب الخير مبادرة شبابية تطوعية خيرية إنسانية انطلقت عام 2017.

ادانة اردنية وعربية وعالمية لاقتحام الاحتلال للأقصى

صدامات في باحة المسجد الأقصى.. وجرحى بالعشرات



القدس المحتلة

القدس المحتلة
المسجد الأقصى المبارك. ودعت، سلطات الاحتلال الى ضرورة التقيد بالتزاماتها كقوة قائمة بالاحتلال وفق القانون الدولي الإنساني.

ودانست وزارة الخارجية وشؤون المغتربين بأشد العبارات اقتحام الشرطة مع عيد الفصح، وهو عطلة يهودية رئيسية لمدة أسبوع تبدأ يوم الجمعة عند غروب الشمس، والأسبوع المسيحي المقدس، الذي ينتهي بعيد القيامة.

واستنكرت لجنة الشؤون الخارجية النيابية، اقتحام جيش وشرطة الاحتلال الإسرائيلي، للمسجد الأقصى المبارك، والاعتداء عليه وعلى المصلين فيه. وأكدت، في بيان صحفي أصدرته الجمعة، أن اقتحام «الأقصى» والاعتداء عليه وعلى المصلين يعد انتهاكاً صارخاً. وشددت، على لسان رئيسها النائب خلدون حينا، أن ذلك التصرف مدان ومرفوض، مطالبة سلطات الاحتلال بإخراج جنودها من الحرم فوراً. ووصفت اللجنة تلك الخطوة بتصعيد خطير، حملته السلطات الإسرائيلية مسؤولية سلامة

رمضان، ما أدى إلى اشتباكات. وذكرت إسرائيل أن قواتها توغلت لإزالة الحجارة التي كانت قد جمعت تحسباً لأعمال عنف.

وتأتي الاشتباكات في وقت حساس بشكل خاص. يتزامن شهر رمضان هذا العام مع عيد الفصح، وهو عطلة يهودية رئيسية لمدة أسبوع تبدأ يوم الجمعة عند غروب الشمس، والأسبوع المسيحي المقدس، الذي ينتهي بعيد القيامة.

وبدأت قوات الاحتلال اعتداءاتها في المسجد الأقصى منذ ساعات الفجر، باقتحام باحاته بأعداد كبيرة عقب صلاة الفجر، وأطلقت الرصاص المعدني المغلف بالمطاط، وقنابل الصوت والغاز المسيل للدموع تجاه المصلين، ما أدى إلى إصابة أكثر من 160 مصلياً، بينهم اثنتان في حالة خطيرة. وقال مسؤول في الهلال الأحمر الفلسطيني «نقل 160 جريحاً إلى مستشفيات في القدس، فيما عولج «عشرات» في المكان. ودخلت قوات الأمن الإسرائيلية الحرم الشريف في القدس قبل الفجر، حيث تجمع آلاف الفلسطينيين لأداء الصلاة في شهر

مخاوف من ضياع قطعة دينية أثرية غرقت مع «موسكفا»

وكالات

أشار تقرير لموقع «بزنس إنسايدر» أن السفينة الحربية الروسية التي تم قصفها، قد تكون تحمل على متنها قطع دينية أثرية. وأعلنت وزارة الدفاع الروسية أن الطراد «موسكفا»، الذي يعتبر «الأخطر والأهم» لروسيا في البحر الأسود، والذي قصفته القوات الأوكرانية، قد غرق، مساء الخميس.

وتعتبر ضربة أوكرانيا «محورية» في سير الحرب الروسية- الأوكرانية، فهي أقوى ضربة تعرض لها روسيا منذ بدء الهجوم قبل أسابيع.

وأشار تقرير صحفي يعود لعام 2020، الجدل بشأن وجود قطعة مسيحية أثرية، على متن السفينة الغارقة.

وكانت الكنيسة الروسية الأرثوذكسية قد أعلنت في فبراير 2020 عن تسليم قطعة آثار إلى قائد أسطول البحر الأسود آنذاك، نائب الأدميرال إيغور أوسيبوف، استعداداً لتسليمه إلى السفينة. وقالت وكالة الأنباء الروسية إن قطعة الآثار المعنية هي عبارة عن قطعة من الخشب، لا يزيد حجمها عن ملليمترات، وهي حسب اعتقاد المؤرخين، قطعة خشب صُلب عليها المسيح. وتم تضمين هذه القطعة في صليب معدني من القرن التاسع عشر، والذي تم الاحتفاظ به في وعاء النخائر على السفينة، وفقاً للوكالة.

أوكرانيا: روسيا استخدمت قاذفات بعيدة المدى لضرب ماريوبول

كيف

قال المتحدث باسم وزارة الدفاع الأوكرانية، أولكسندر موتوزيانيك، الجمعة، إن روسيا استخدمت للمرة الأولى منذ بدء غزوها قاذفات بعيدة المدى لهجوم مدينة ماريوبول الساحلية المحاصرة.

وأضاف موتوزيانيك أن روسيا تركز جهودها على الاستيلاء على مدن روبيجنوي وبوباسنا وماريوبول، في جنوب شرقي أوكرانيا.

ولم يصدر تعليق روسي حتى الآن بشأن هذه الاتهامات.

وقال خبراء غربيون إنهم يتوقعون أن تسقط ماريوبول، خلال أيام، بما يعزز الهجوم الروسي الشوك في شرقي أوكرانيا. وفي مطلع أبريل الجاري، أعلنت القوات الروسية وقوات جمهورية دونيتسك الموالية لها أنها سيطرت على المدينة بشكل شبه كامل، باستثناء جيوب هنا وهناك. لكن القتال استمر في المدينة، التي تقول أوكرانيا إن القصف الروسي عليها أسفر عن سقوط نحو 21 ألف قتيل، ودمر 90 بالمئة من بيوتها التحتية.

روسيا تحبب «هجوم إرهابي» قرب موسكو

موسكو

نقلت وكالة أنباء تاس الروسية عن جهاز الأمن الاتحادي الروسي القول، اليوم الجمعة، إنه اعتقل أربعة أعضاء في جماعة متطرفة في منطقة كالوجا جنوب غربي موسكو، وقال إن أحدهم كان يعد «لشن هجوم إرهابي». وأضافت الوكالة أن الأربعة المعتقلين أعضاء في هيئة تحرير الشام (جبهة النصرة سابقاً).

وذكرت «تاس» أن الهجوم الإرهابي الذي كان يخطط له كان سيستهدف منشآت عسكرية محلية بتوجهات أجنبية.

وبحسب جهاز الأمن الاتحادي الروسي، فإن عملية التفتيش التي أجريت في أماكن إقامة المشتبه بهم أسفرت عن العثور على أجزاء من عبوة ناسفة، إلى جانب دليل لصناعة جهاز متفجر. وتم فتح قضية جنائية، بعد اتهام المظفرين الأربعة بجلب التخطيط لهجوم إرهابي، وفق «تاس».

مراكز الإصلاح والتأهيل تقيم افطارات جماعية للنزلاء وذويهم

عمان

نظمت مديرية الأمن العام من خلال إدارة مراكز الإصلاح والتأهيل، حفل إفطار جمع عدداً من نزلاء مراكز الإصلاح والتأهيل بذويهم، في أجواء أسرية رمضانية.

وأطلقت مديرية الأمن العام، هذه المبادرة التي تتضمن سلسلة من الإفطارات في مراكز الإصلاح، والهادفة لتعزيز النسيج الاجتماعي الذي يربط النزلاء مع عائلاتهم، وتشجيعهم على إضفاء فترات العقوبة المقررة لهم، والعودة بشكل إيجابي ومنسجم للانخراط في المجتمع. وبين مدير إدارة مراكز الإصلاح والتأهيل العميد عمار القضاة خلال حضوره مائدة الإفطار، أن مديرية الأمن العام سعت خلال السنتين الماضيتين إلى أنسنة العمل الأمني والإصلاحي الذي يهدف إلى معالجة الجريمة بطرق اجتماعية تعزز من الالتزام بالقوانين والتشريعات.

ولفت أن مراكز الإصلاح ترجمت هذا التوجه من خلال عدد كبير من المبادرات والأنشطة والفعاليات الريادية في مجال إصلاح وتأهيل النزلاء، من بطولات رياضية، ومعارض فنية، وفعاليات ثقافية، وتشجيع على متابعة الدراسة الثانوية والدراسات العليا، وهي نشاطات تشجع النزلاء على خوض غمارها.

وبين، أن الهدف غرس الآثار الطيبة والإيجابية في النزلاء من خلال استهداف النزلاء بالبرامج الإصلاحية والتي تشمل الجوانب التثقيفية والمهنية والتعليمية والتي تتوافق مع المعايير الدولية لحقوق الإنسان.

ومن الجدير بالذكر، أن إدارة مراكز الإصلاح والتأهيل الأردنية تعتبر من الإدارات السبّاقة في المنطقة والعالم، باتباع سياسة تأهيلية حديثة تولي اهتماماً كبيراً للجوانب التثقيفية والمهنية والتعليمية، وبما يتوافق مع القوانين والمعايير الدولية لحقوق الإنسان، لإحداث آثار طبية وإيجابية في النزلاء من خلال استهدافهم بالبرامج الإصلاحية المتنوعة.

هيئة الاعتماد تمنح شهادة ضمان الجودة لكلية في سلطنة عُمان

عمان

منحت هيئة اعتماد مؤسسات التعليم العالي وضمان جودتها، في انطلاقها الأولى خارج المملكة، 3 برامج في الكلية العلمية للتصميم في سلطنة عُمان شهادة ضمان الجودة البرامجية.

جاء ذلك خلال جلسة مجلس الهيئة التي عُقدت برئاسة الدكتور ظافر الصرايرة رئيس الهيئة وبحضور أعضاء المجلس.

ومنحت الهيئة كلا من برنامج العمارة وبرنامج التصميم الجرافيكي، وبرنامج الفنون شهادات ضمان الجودة البرامجية.

وجاءت هذه الخطوة، بعد أن قام فريق من خبراء الهيئة بزيارة ميدانية للكلية لمدة أسبوع في شهر شباط الماضي، تم خلالها تقييم هذه البرامج بمهنية ودقة عالية وفق المعايير والمؤشرات التي تعتمد عليها الهيئة ضمن دليل قياس واضح ودقيق.

وقال الدكتور الصرايرة إن الهيئة ونتيجة جهود العاملين فيها أصبحت موضع ثقة عربية وعالمية جعلها مقصداً لاعتناء البرامج والمؤسسات، مشيراً إلى أن الهيئة قامت مؤخراً بإجراءات تحسينية وتطويرية لمعايير الاعتماد وضمان الجودة بالشراكة مع الخبراء في الجامعات الأردنية ومؤسسات وهيئات الاعتماد الأكاديمي العربية والدولية.

يذكر أن الهيئة بدأت منح شهادات ضمان الجودة الدولية على كافة المستويات المؤسسية والكلية والبرامج.

مذكرة تفاهم بين صندوق الزكاة وسلطة إقليم البترا

عمان

وقع صندوق الزكاة وسلطة إقليم البترا التنموي السياحي، مذكرة تفاهم في إطار التعاون المشترك.

ووقع الاتفاقية عن الصندوق وزير الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية رئيس مجلس إدارة الصندوق، الدكتور محمد الخليلية، وعن سلطة الإقليم البترا رئيس مجلس المفوضين، الدكتور سليمان الفرجات، بحضور مدير عام الصندوق الدكتور عبد السميرات، ورئيس لجنة زكاة البترا، علي النصرات.

وقال الخليلية إن وزارة الأوقاف تقدر التعاون بينها وبين سلطة البترا، وتعاونها الدؤوب مع صندوق الزكاة والبرامج الوقفية، مشيراً إلى أنها تتطلع إلى مزيد من التعاون.

وأشار إلى أن صندوق الزكاة وبالتعاون مع مديرية البرامج الوقفية، ومديرية الوظ والإرشاد نظمت ملتقيات وعظ وإرشاد، وأياماً خيرية عديدة في اللواء، وسيجري تفعيل نشاطات الصندوق في الإقليم مستقبلاً.

من جانبه، ثمن الفرجات دور وزارة الأوقاف في إقليم البترا، لافتاً إلى أن مذكرة التفاهم جاءت بهدف تنفيذ برامج من خلال صندوق الزكاة لدعم الأسر الفقيرة المحتاجة، وتتطلع مزيد من التعاون في المستقبل القريب.

هيئة الاعتماد: بدء تسكين المؤهلات في الإطار الوطني

عمان

افتتح رئيس هيئة اعتماد مؤسسات التعليم العالي وضمان جودتها، ورشة عمل للبدء بتطبيق عمليات تسكين المؤهلات الأردنية وفق الإطار الوطني الأردني للمؤهلات بمشاركة 100 مختص من الجامعات الأردنية في تخصصي (الصيدلة والتمريض) وأصحاب الاختصاص في ضمان الجودة.

وتهدف الورشة التي عقدها الهيئة، ممثلة بإدارة عمليات الإطار الوطني الأردني للمؤهلات، إلى تعريف المشاركين بمعايير التسكين ونماذجها التي أقدمت من مجلس الهيئة مؤخراً، وإلى ترسيخ آليات التعاون والتشاور بين الهيئة والجامعات الأردنية، وصولاً لتسكين مؤهلات التعليم العالي بوصفها مرحلة أولى تتبعها المؤهلات المهنية والتقنية والتدريبية والتعليم العام ومؤهلات الخبرات السابقة وفق الإطار الوطني الأردني للمؤهلات.

وأوضح الدكتور الصرايرة، في كلمته الترحيبية، أهمية عملية تسكين مؤهلات التعليم العالي وفق آليات وأنظمة ومستويات تقييم جودة المؤهلات، ومدى ملامتها من حيث المعارف والمهارات والكفايات؛ لتوظيف ذلك في تجويد وتحسين مخرجات التعلم، وزيادة كفاءة المؤهلات تحقيقاً لأهداف تطوير التعليم والتدريب المنبثقة من الاستراتيجية الوطنية لتنمية الموارد البشرية والورقة النقاشية السابعة لجلالة الملك عبدالله الثاني، ورؤية الأردن 2025 لتطوير التعليم العالي العام والتدريب المهني والتقني في المملكة وتحسين مستوياته.

وستعقد الهيئة المزيد من الورشات التدريبية لأصحاب العلاقة في تخصصات أهمها: الهندسة والحقوق والتربية وتكنولوجيا المعلومات.

مندوبا عن الملك..

الأمير فيصل بن الحسين يرعى المجلس العلمي الهاشمي الخامس بعد المئة



عمان

سبحانه وتعالى، هو من يطلع عليه فالإيمان يكون أساساً من القلب بمعنى الإيمان الحقيقي بالله تعالى وما أمرنا به وما جاء به الرسول عليه الصلاة والسلام، مشيراً إلى أن الإيمان، هو أن يؤمن الإنسان أولاً بوجود الله تعالى الذي يدل على ذلك كل شيء وجد في هذه الدنيا.

ولفت إلى أن التحبيب بالله تعالى، هو جزء من الإيمان الصحيح وهذا هو منهج السلف وليس التكفير والخروج الناس من دين الله سبحانه وتعالى، مشدداً على أن الإيمان قول باللسان واعتقاد وعمل بالأركان.

وفي كلمته، قال أمين عام دائرة الافتاء العام الدكتور أحمد الحسنات، إن الإيمان هو التصديق بالدين الذي جاء من عند الله عز وجل ولكن يحتاج المرء إلى دليل بالإيمان من خلال إظهار إيمانه بالإسلام فهو التطبيق العملي لإيمان الإنسان.

وأضاف، أن الإسلام، هو دليل يدل على إيمان الإنسان وبيئته من خلال الالتزام بقواعده العملية، موضحاً أن الإيمان له علاقة بالأمن فكلاهما مشتقان من نفس الجذر اللغوي.

وأشار إلى أن الإيمان، هو أصل الأمان في الدنيا والآخرة، فهو الأصل في تصرف الإنسان الصحيح حتى ينجو ويدخل الجنة.

وأضاف، أن الإيمان، هو سبب في الطمأنينة في الحياة الدنيا ويحقق السكينة في النفس، لأن الإيمان يجيب على الإشكالات التي تدور في ذهن الإنسان . وبين، أن المسلم يؤمن بالله

وفي كلمته، قال أمين عام دائرة الافتاء العام الدكتور أحمد الحسنات، إن الإيمان هو التصديق بالدين الذي جاء من عند الله عز وجل ولكن يحتاج المرء إلى دليل بالإيمان من خلال إظهار إيمانه بالإسلام فهو التطبيق العملي لإيمان الإنسان.

وأضاف، أن الإسلام، هو دليل يدل على إيمان الإنسان وبيئته من خلال الالتزام بقواعده العملية، موضحاً أن الإيمان له علاقة بالأمن فكلاهما مشتقان من نفس الجذر اللغوي.

وأشار إلى أن الإيمان، هو أصل الأمان في الدنيا والآخرة، فهو الأصل في تصرف الإنسان الصحيح حتى ينجو ويدخل الجنة.

وأضاف، أن الإيمان، هو سبب في الطمأنينة في الحياة الدنيا ويحقق السكينة في النفس، لأن الإيمان يجيب على الإشكالات التي تدور في ذهن الإنسان . وبين، أن المسلم يؤمن بالله

وفي كلمته، قال أمين عام دائرة الافتاء العام الدكتور أحمد الحسنات، إن الإيمان هو التصديق بالدين الذي جاء من عند الله عز وجل ولكن يحتاج المرء إلى دليل بالإيمان من خلال إظهار إيمانه بالإسلام فهو التطبيق العملي لإيمان الإنسان.

وأضاف، أن الإسلام، هو دليل يدل على إيمان الإنسان وبيئته من خلال الالتزام بقواعده العملية، موضحاً أن الإيمان له علاقة بالأمن فكلاهما مشتقان من نفس الجذر اللغوي.

وأشار إلى أن الإيمان، هو أصل الأمان في الدنيا والآخرة، فهو الأصل في تصرف الإنسان الصحيح حتى ينجو ويدخل الجنة.

وأضاف، أن الإيمان، هو سبب في الطمأنينة في الحياة الدنيا ويحقق السكينة في النفس، لأن الإيمان يجيب على الإشكالات التي تدور في ذهن الإنسان . وبين، أن المسلم يؤمن بالله

وفي كلمته، قال أمين عام دائرة الافتاء العام الدكتور أحمد الحسنات، إن الإيمان هو التصديق بالدين الذي جاء من عند الله عز وجل ولكن يحتاج المرء إلى دليل بالإيمان من خلال إظهار إيمانه بالإسلام فهو التطبيق العملي لإيمان الإنسان.

وأضاف، أن الإسلام، هو دليل يدل على إيمان الإنسان وبيئته من خلال الالتزام بقواعده العملية، موضحاً أن الإيمان له علاقة بالأمن فكلاهما مشتقان من نفس الجذر اللغوي.

وأشار إلى أن الإيمان، هو أصل الأمان في الدنيا والآخرة، فهو الأصل في تصرف الإنسان الصحيح حتى ينجو ويدخل الجنة.

وأضاف، أن الإيمان، هو سبب في الطمأنينة في الحياة الدنيا ويحقق السكينة في النفس، لأن الإيمان يجيب على الإشكالات التي تدور في ذهن الإنسان . وبين، أن المسلم يؤمن بالله

وفي كلمته، قال أمين عام دائرة الافتاء العام الدكتور أحمد الحسنات، إن الإيمان هو التصديق بالدين الذي جاء من عند الله عز وجل ولكن يحتاج المرء إلى دليل بالإيمان من خلال إظهار إيمانه بالإسلام فهو التطبيق العملي لإيمان الإنسان.

وأضاف، أن الإسلام، هو دليل يدل على إيمان الإنسان وبيئته من خلال الالتزام بقواعده العملية، موضحاً أن الإيمان له علاقة بالأمن فكلاهما مشتقان من نفس الجذر اللغوي.

وأشار إلى أن الإيمان، هو أصل الأمان في الدنيا والآخرة، فهو الأصل في تصرف الإنسان الصحيح حتى ينجو ويدخل الجنة.

وأضاف، أن الإيمان، هو سبب في الطمأنينة في الحياة الدنيا ويحقق السكينة في النفس، لأن الإيمان يجيب على الإشكالات التي تدور في ذهن الإنسان . وبين، أن المسلم يؤمن بالله

وفي كلمته، قال أمين عام دائرة الافتاء العام الدكتور أحمد الحسنات، إن الإيمان هو التصديق بالدين الذي جاء من عند الله عز وجل ولكن يحتاج المرء إلى دليل بالإيمان من خلال إظهار إيمانه بالإسلام فهو التطبيق العملي لإيمان الإنسان.

وأضاف، أن الإسلام، هو دليل يدل على إيمان الإنسان وبيئته من خلال الالتزام بقواعده العملية، موضحاً أن الإيمان له علاقة بالأمن فكلاهما مشتقان من نفس الجذر اللغوي.

وأشار إلى أن الإيمان، هو أصل الأمان في الدنيا والآخرة، فهو الأصل في تصرف الإنسان الصحيح حتى ينجو ويدخل الجنة.

وأضاف، أن الإيمان، هو سبب في الطمأنينة في الحياة الدنيا ويحقق السكينة في النفس، لأن الإيمان يجيب على الإشكالات التي تدور في ذهن الإنسان . وبين، أن المسلم يؤمن بالله

الصفدي والشيخ يؤكدان ضرورة وقف الإجراءات الإسرائيلية اللاشعورية والاستفزازية في المسجد الأقصى

عمان

أكد نائب رئيس الوزراء وزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي وعضو اللجنة المركزية لحركة «فتح» والتنفيذية لمنظمة التحرير الفلسطينية الوزير حسين الشيخ، ضرورة وقف كافة الإجراءات الإسرائيلية اللاشعورية والاستفزازية في المسجد الأقصى المبارك/ الحرم القدسي الشريف، واحترام حقوق المصلين في ممارسة شعائرهم الدينية بحرية ودون قيود.

واعتبر الصفدي والشيخ اقتحام الجيش والشرطة الإسرائيلية الحرم القدسي الشريف، صباح اليوم، الذي أدى إلى إصابة حوالي 152 مصلياً واعتقال المئات، تصعيداً خطيراً ومداناً يهدد بتفجر الأوضاع، وخرقاً صارخاً لمسؤولية إسرائيل بصفتها القوة القائمة بالاحتلال، ويجب أن لا يتكرر. وخلال اتصال هاتفياً جاء في إطار التنسيق المتواصل بين المملكة والسلطة الوطنية الفلسطينية، حذر الصفدي والشيخ من تبعات التصعيد في الأراضي الفلسطينية المحتلة وبما فيها القدس.

وأكد أن هذا التصعيد يقوض كل الجهود التي بذلت للحفاظ على الهدنة الشاملة، وطالباً المجتمع الدولي تحمل مسؤولياته لوقفه، مثلما أكد استمرار التنسيق والتواصل مع جميع الجهات المعنية من أجل ضمان عدم تفاقم دوامة العنف وحماية قدسية الشهر الفضيل. وأشار إلى ضرورة التحرك الفوري للحفاظ على الهدنة الشاملة، وإيجاد آفاق حقيقية لتحقيق السلام العادل على أساس حل الدولتين وبتلبية حقوق الشعب الفلسطيني كاملة. وشدد على ضرورة احترام إسرائيل الوضع التاريخي والقانوني القائم في القدس المحتلة ومقدساتها ووقف كل الإجراءات اللاشعورية التي تخرقه.

مئات المواطنين يشاركون في أول أيام ليالي القلعة الرمضانية

عمان

شارك المئات من المواطنين في أول أيام فعاليات ليالي القلعة الرمضانية التي تنظمها وزارة السياحة والآثار بالتعاون مع أمانة عمان الكبرى ومؤسسة الأميرة تغريد للتنمية والتدريب.

وتشتمل فعاليات ليالي القلعة التي تستمر خلال الفترة من 14 ولغاية 30 من شهر نيسان الحالي، وتبدأ من الساعة 9 مساءً إلى 1 بعد منتصف الليل، على عروض ترفيهية مختلفة، ومسرحيات كوميدية ومسرحيات للأطفال، والموشحات الدينية، وبارازات تديرها جمعيات محلية.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة الفرح والطقوس الرمضانية في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة الفرح والطقوس الرمضانية في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة الفرح والطقوس الرمضانية في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة الفرح والطقوس الرمضانية في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة الفرح والطقوس الرمضانية في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية.

انطلاق فعاليات ليالي القلعة ضمن حملة رمضانيات

عمان

انطلقت فعاليات جبل القلعة ضمن حملة رمضانيات «ليالي القلعة» التي تنظمها وزارة السياحة والآثار بالتعاون مع أمانة عمان الكبرى ومؤسسة الأميرة تغريد للتنمية والتدريب، خلال الفترة من 14 ولغاية 30 من شهر نيسان الحالي.

وحضر افتتاح الفعاليات وزير السياحة والآثار نايف حميدي الفايز، ووزيرة الثقافة هيفاء النجار، ووزير الشباب محمد النابلسي، ووزير الدولة لشؤون المتابعة والتنسيق الحكومي الدكتور نواف التل، وأمين عمان الدكتور يوسف الشواربة، ومديرة مؤسسة الأميرة تغريد للتنمية والتدريب الدكتورة أغدير جويحان. وقال الفايز بتصريحات لوكالة الأنباء الأردنية (بترا): « إن هذه الفعاليات لها الأثر في إبراز المنتج السياحي وتعزيز البعد الحضاري لدى المواطنين وترابطهم بالمواقع الأثرية والسياحية وتاريخها، وتبني شغف المواطن في تفضية ساعات الفرح والاستمتاع بمواقع الأثرية في أجواء عائلية تمثل حالة فرح وتفاعل اجتماعي في الشهر الفضيل، سيما وأن جائحة كورونا فرضت على مدى عامين إجراءات تقييدية على حركة المواطنين وأعاقت إقامة الفعاليات».

وبين، أن الفعاليات التي ستبدأ من الساعة 9 مساءً إلى 1 من منتصف الليل، لها أهمية في إبراز الموروث الحضاري والثقافي، مشيراً إلى أن فعاليات ليالي القلعة واحدة من عدة برامج تبتناها الوزارة خلال الشهر الفضيل للتعريف بعمان وقلعتها والمواقع السياحية والأثرية المختلفة في باقي المحافظات. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة أحياء الطقوس الرمضانية المعتادة في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية. وتحتوي حملة رمضانيات أيضاً على بارازات خيرية تفتح أبوابها طيلة أيام الشهر الفضيل في جميع المحافظات، بهدف دعم الجمعيات الخيرية واتاحة المجال أمامها لتسويق منتجاتها خلال شهر رمضان المبارك.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة أحياء الطقوس الرمضانية المعتادة في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية. وتحتوي حملة رمضانيات أيضاً على بارازات خيرية تفتح أبوابها طيلة أيام الشهر الفضيل في جميع المحافظات، بهدف دعم الجمعيات الخيرية واتاحة المجال أمامها لتسويق منتجاتها خلال شهر رمضان المبارك.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة أحياء الطقوس الرمضانية المعتادة في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية. وتحتوي حملة رمضانيات أيضاً على بارازات خيرية تفتح أبوابها طيلة أيام الشهر الفضيل في جميع المحافظات، بهدف دعم الجمعيات الخيرية واتاحة المجال أمامها لتسويق منتجاتها خلال شهر رمضان المبارك.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة أحياء الطقوس الرمضانية المعتادة في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية. وتحتوي حملة رمضانيات أيضاً على بارازات خيرية تفتح أبوابها طيلة أيام الشهر الفضيل في جميع المحافظات، بهدف دعم الجمعيات الخيرية واتاحة المجال أمامها لتسويق منتجاتها خلال شهر رمضان المبارك.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة أحياء الطقوس الرمضانية المعتادة في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية. وتحتوي حملة رمضانيات أيضاً على بارازات خيرية تفتح أبوابها طيلة أيام الشهر الفضيل في جميع المحافظات، بهدف دعم الجمعيات الخيرية واتاحة المجال أمامها لتسويق منتجاتها خلال شهر رمضان المبارك.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة أحياء الطقوس الرمضانية المعتادة في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية. وتحتوي حملة رمضانيات أيضاً على بارازات خيرية تفتح أبوابها طيلة أيام الشهر الفضيل في جميع المحافظات، بهدف دعم الجمعيات الخيرية واتاحة المجال أمامها لتسويق منتجاتها خلال شهر رمضان المبارك.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة أحياء الطقوس الرمضانية المعتادة في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية. وتحتوي حملة رمضانيات أيضاً على بارازات خيرية تفتح أبوابها طيلة أيام الشهر الفضيل في جميع المحافظات، بهدف دعم الجمعيات الخيرية واتاحة المجال أمامها لتسويق منتجاتها خلال شهر رمضان المبارك.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة أحياء الطقوس الرمضانية المعتادة في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية. وتحتوي حملة رمضانيات أيضاً على بارازات خيرية تفتح أبوابها طيلة أيام الشهر الفضيل في جميع المحافظات، بهدف دعم الجمعيات الخيرية واتاحة المجال أمامها لتسويق منتجاتها خلال شهر رمضان المبارك.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة أحياء الطقوس الرمضانية المعتادة في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية. وتحتوي حملة رمضانيات أيضاً على بارازات خيرية تفتح أبوابها طيلة أيام الشهر الفضيل في جميع المحافظات، بهدف دعم الجمعيات الخيرية واتاحة المجال أمامها لتسويق منتجاتها خلال شهر رمضان المبارك.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة أحياء الطقوس الرمضانية المعتادة في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية. وتحتوي حملة رمضانيات أيضاً على بارازات خيرية تفتح أبوابها طيلة أيام الشهر الفضيل في جميع المحافظات، بهدف دعم الجمعيات الخيرية واتاحة المجال أمامها لتسويق منتجاتها خلال شهر رمضان المبارك.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة أحياء الطقوس الرمضانية المعتادة في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية. وتحتوي حملة رمضانيات أيضاً على بارازات خيرية تفتح أبوابها طيلة أيام الشهر الفضيل في جميع المحافظات، بهدف دعم الجمعيات الخيرية واتاحة المجال أمامها لتسويق منتجاتها خلال شهر رمضان المبارك.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة أحياء الطقوس الرمضانية المعتادة في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية. وتحتوي حملة رمضانيات أيضاً على بارازات خيرية تفتح أبوابها طيلة أيام الشهر الفضيل في جميع المحافظات، بهدف دعم الجمعيات الخيرية واتاحة المجال أمامها لتسويق منتجاتها خلال شهر رمضان المبارك.

وتضمن برنامج فعاليات «ليالي القلعة» اليوم الجمعة، العديد من الأنشطة، أبرزها مسرحية العصا السحرية للأطفال من تقديم الفنان منيب القضاة، وعروض الحكواتي العموم كريم للفنان أحمد الصادي، وعروض الموشحات الدينية التي تؤديها فرقة أبو رستم للتراث الشعبي، إلى جانب العروض الترفيهية واليهلوانية المتنوعة. وسيكون دخول الأطفال لموقع إقامة الفعاليات مجاناً، وسيتم استيفاء رسوم رمزية تقدر بثلاثة دنانير على الشخص البالغ، شاملة العشاء الرمضانية وبعض الأطعمة الخفيفة كالذرة والبطاطا. وكانت الحكومة، أطلقت أخيراً حملة «رمضانيات» التي تتولاها وزارات الشباب، والسياحة والآثار، والثقافة، والتنمية الاجتماعية، والداخلية، حيث تتضمن إقامة فعاليات رياضية وثقافية وسياحية واجتماعية خلال شهر رمضان المبارك في جميع محافظات المملكة، لإعادة أحياء الطقوس الرمضانية المعتادة في المجتمع، وبت الروح الإيجابية، وأجواء الفرح والتسليّة بين الشباب والأطفال، والعائلات وجميع الفئات العمرية. وتحتوي حملة رمضانيات أيضاً على بارازات خيرية تفتح أبوابها طيلة أيام الشهر الفضيل في جميع المحافظات، بهدف دعم الجمعيات الخيرية واتاحة المجال أمامها لتسويق منتجاتها خلال شهر رمضان المبارك.

الحنيفات يلتقي نقيب واعضاء نقابة تجار ومنتجي المواد الزراعية



بدورهم، ثمن النقيب وأعضاء مجلس نقابة تجار ومنتجي المواد الزراعية استجابة ودعم الوزير لهذا القطاع والتشاركية الدائمة مع الوزارة في تذليل التحديات التي تواجه هذا القطاع.

أن قطاع الأسمدة والبذور والمبيدات يشكل أهمية كبيرة من الناحية التصديرية، إضافة إلى دوره كمدخل إنتاج للقطاع الزراعي وهذا يستدعي التعاون الدائم لتنمية ونهضة هذا القطاع.

جامعة الأميرة سمية تظفر بالمركز الأول محلياً في المسابقة الدولية الـ 17 للإلكترونيات الدقيقة



يجدر بالذكر أن المسابقة سنوية تعقد شركة Synopsys العالمية المتميزة في مجال تطوير الدارات المتكاملة والبرمجيات المستخدمة في تطويرها منذ عام 2006، ويشارك فيها متسابقون يمثلون أكثر من 15 بلداً حول العالم.

الدكتور عصام القرارة، أن الفوز جاء نتيجة اهتمام الكلية بمجال الإلكترونيات الدقيقة، وعملها على تأهيل طلابها بأحدث التقنيات والبرمجيات المستعملة في تصميم وتطوير الدارات الكاملة واسعة النطاق (VLSI).

عمان

التقى وزير الزراعة المهندس خالد الحنيفات في مبنى الوزارة نقيب واعضاء نقابة تجار ومنتجي المواد الزراعية. وجرى خلال اللقاء مناقشة مواضيع تخص القطاع مثل الفحوص المخبرية لتقاوي البطاطا وبذور البرسيم والملوخية وزيادة وزن عينات البذور خاصة بذور البندورة وإضافة عضو من نقابة تجار منتجي المواد الزراعية إلى لجنة المبيدات والأعداء الحيوية. ووجه وزير الزراعة إلى اعتماد الفحوص المخبرية لمختبرات معتمدة بدول الاتحاد الأوروبي وكندا وأمريكا وأستراليا واليابان وكوريا الجنوبية لتقاوي البطاطا وبذور البرسيم والملوخية والموافقة على تعديل وزن عينات بذور البندورة لتصبح 1000 غرام والموافقة على إضافة عضو من النقابة للجنة المبيدات والأعداء الحيوية. وأشار الحنيفات إلى

التقى وزير الزراعة المهندس خالد الحنيفات في مبنى الوزارة نقيب واعضاء نقابة تجار ومنتجي المواد الزراعية. وجرى خلال اللقاء مناقشة مواضيع تخص القطاع مثل الفحوص المخبرية لتقاوي البطاطا وبذور البرسيم والملوخية والموافقة على تعديل وزن عينات بذور البندورة لتصبح 1000 غرام والموافقة على إضافة عضو من النقابة للجنة المبيدات والأعداء الحيوية. وأشار الحنيفات إلى

التقى وزير الزراعة المهندس خالد الحنيفات في مبنى الوزارة نقيب واعضاء نقابة تجار ومنتجي المواد الزراعية. وجرى خلال اللقاء مناقشة مواضيع تخص القطاع مثل الفحوص المخبرية لتقاوي البطاطا وبذور البرسيم والملوخية والموافقة على تعديل وزن عين

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! شارك فردي 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 وتقطيع 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 سبباً 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! شارك فردي 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.

شارك فردي سرطان الجلد والفياجرا: ما العلاقة؟ كشفت 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 تحققوا 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 للجريران. 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 بالمزيد 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، تحقروا 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 تريدهون، 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 ردة 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 الحساسية بحساسية العطور وقد لا يدركون ذلك، لكن التعليمات التالية من شأنها أن تساعدهم في ذلك وتحميهم من المضاعفات. شارك فردي تعليمات للكشف عن حساسية العطور نشرت الهيئة العامة للدواء والسعودية بعض التعليمات التي تساعد في الكشف عن الإصابة بحساسية العطور، وذلك من أجل تجنب ظهور أي مضاعفات

يعاني العديد من الأشخاص من الحساسية بحساسية العطور وقد لا يدركون ذلك، لكن التعليمات التالية من شأنها أن تساعدهم في ذلك وتحميهم من المضاعفات. شارك فردي تعليمات للكشف عن حساسية العطور نشرت الهيئة العامة للدواء والسعودية بعض التعليمات التي تساعد في الكشف عن الإصابة بحساسية العطور، وذلك من أجل تجنب ظهور أي مضاعفات

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 بالأورام 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 بالأورام 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؟ شارك فردي تناول الطماطم يومياً يحارب سرطان الجلد كشفت نتائج دراسة جديدة نشرت في المجلة العلمية (Scientific Reports) أن تناول الطماطم يومياً من شأنه أن يقلل من خطر الإصابة بسرطان

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 نعرف ما هو الطبيعي بالنسبة لجلدك وإخبار 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 إذا 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 العين. من ثم كثر الباحثون التجريبية نفسها على ما يقارب الـ ٤٠٠ رجلاً وامرأة. ووجد الباحثون ما يلي: عدد الشامات الموجودة على

القائمين 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؟ شارك فردي كثرة الشامات على الذراع اليمنى يرفع خطر الإصابة بسرطان الجلد وجدت دراسة بريطانية جديدة نشرت في المجلة العلمية British Journal of Dermatology أن عدد الشامات (الخالات) على الذراع اليمنى من شأنها أن تشير إلى ارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد melanoma. وأشار الباحثون

نحن نعلم من وقت سابق بان الشامات قد تكون دليلاً على الغصابة بسرطان الجلد، ولكن ما الجديد الذي اكتشفته هذه الدراسة؟ شارك فردي كثرة الشامات على الذراع اليمنى يرفع خطر الإصابة بسرطان الجلد وجدت دراسة بريطانية جديدة نشرت في المجلة العلمية British Journal of Dermatology أن عدد الشامات (الخالات) على الذراع اليمنى من شأنها أن تشير إلى ارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد melanoma. وأشار الباحثون

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

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

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

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

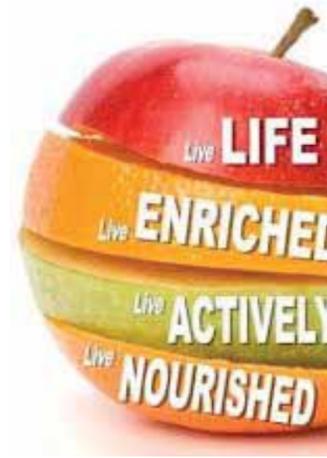
مفاجأة.. الكافيين قد يؤثر إيجاباً على الرياضة

واكتشفوا أن الكافيين عزز قدرة العضلات على التحمل وأداء الكافيين ولا توجد مؤشرات على انحسار ذلك. كما أجرى جرجيك وزملاؤه مراجعة شاملة لنتائج مراجعات سابقة خللت عدة دراسات تتعلق بالكافيين والأداء الرياضي.

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

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



وتعرب 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).
والدهون أو الدم والأمحاض الدهنية

إن الأمحاض الدهنية أوميغا 3 الطويلة السلسلة والعديد اللاتسيع 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 اللاتسيع 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 اللاتسيع يرتبط بالحد من مخاطر الولادة المبكرة وبعض الزيادة المتواضعة في الوزن عند الميلاد.

وتعرب 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 الخفضي 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 حددت 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 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.

حمض الفوليك والحديد تشير التقديرات إلى أن أكثر من 40% من النساء الحوامل على صعيد العالم يعانين من فقر الدم. ووفقاً للتقديرات يعود نصف هذا العبء على الأقل إلى عوز الحديد.

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

الكلية من خلال مقال نشرته مجلة "CMAJ"، إلى عدم تناول فيتامين D دون استشارة الطبيب المختص. وأكد الدكتور بورن أوغوست من الجامعة نفسها أن كل المستحضرات الطبية التي أساسها فيتامين D في الصيدليات خطيرة على الحياة، ما لم تستعمل تحت إشراف الطبيب.

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 وتحليلته 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

طالما 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:

يتم مده على البشرة وتركه لفترة 20 دقيقة قبل غسله بالماء الفاتر والصابون الناعم. ٢- 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.

يتميز زيت الزيتون بغناه بمضادات الأكسدة والمواد 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، ووضعه نقاط من عصير الليمون الذي يساعد على التآم الندبات التي تسببها البثور. سماكة هذا القناع يجب أن تكون متوسطة، على أن

٣- يعنى بالبشرة الفاقدة للحوية: تحتاج البشرة الفاقدة للحوية إلى عناية خاصة يمكن أن يؤمنها زيت الزيتون من خلال تحضير مقشر فعال يعيد إليها النضارة. يكفي تدليك البشرة بكميات دائرية بخليط مؤلف من 3 ملاعق من زيت الزيتون و3 ملاعق من السكر. يمكن أن تضيف 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 وفاقدة للحوية. يساعد قناع زيت الزيتون المضاد للتلوث في استعادة نضارة البشرة، ولتحضيره يكفي خلط بيضة طازجة، نصف ملعقة صغيرة من زيت

"child development process" نمو الطفل

تتأماً مستمراً للفردات، واستخداماً متزايداً للتركيب المفرداتية، وهماً أولياً لقواعد اللغة وبناء الجملة. وبيولوجياً السنت 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). وبالطارد، تزداد سعة الذاكرة لديهم لتتسند العمليات الإدراكية الأخرى، ولما تتحسن الذاكرة قصيرة المدى وطويلة المدى، تزداد سرعة وكفاءة استرجاع المعلومات والبحث في

وحتى بداية مرحلة المراهقة بعمر الـ 12

تتأماً مستمراً للفردات، واستخداماً متزايداً للتركيب المفرداتية، وهماً أولياً لقواعد اللغة وبناء الجملة. وبيولوجياً السنت 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). وبالطارد، تزداد سعة الذاكرة لديهم لتتسند العمليات الإدراكية الأخرى، ولما تتحسن الذاكرة قصيرة المدى وطويلة المدى، تزداد سرعة وكفاءة استرجاع المعلومات والبحث في

وحتى بداية مرحلة المراهقة بعمر الـ 12

تتأماً مستمراً للفردات، واستخداماً متزايداً للتركيب المفرداتية، وهماً أولياً لقواعد اللغة وبناء الجملة. وبيولوجياً السنت 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). وبالطارد، تزداد سعة الذاكرة لديهم لتتسند العمليات الإدراكية الأخرى، ولما تتحسن الذاكرة قصيرة المدى وطويلة المدى، تزداد سرعة وكفاءة استرجاع المعلومات والبحث في

وحتى بداية مرحلة المراهقة بعمر الـ 12

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) (naproxen sodium pills) - أو أقراص نابروكسين صوديوم ، بالإضافة لما سبق، فإن التوتّر والاطعمة 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 خُرقة في المعدة، فهناك أسباب أخرى أيضاً، مثل تناول أدوية مُعيّنة، والتدخين والإصابة بعدوى فطرية أو فيروسية، مثل فيروس الهيربس (Herpes) أو فيروس العوزّ المناعيّ البشري (AIDS)، قد يكون مرض الشُهْم (Bulimia nervosa) سبباً من أسباب قرحة المريء كذلك، وهو نوعٌ 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 يتسبب بقرحة يبلغ طولها 2.5 سم في المريء، قد يستهين البعض بهذا الأمر ظناً منهم أنه لن يتسبب بأذى فعلي، إلا أنه قد يؤدي إلى تآكل بطانة المريء لديهم في حال تكرار حدوث الارتجاع المريئي لأحماض المعدة دونما علاج. يُصاب الأشخاص بالقرحة

العلامات المُحدّرة بخَطَر وجود القرحة لا شك أنّ التهابات الخارجي المفتوح يكون مؤلماً وقابل للتّهيج بسهولة، إلا أنّ للتهابات الخارجية جانباً مُشرقاً ألا وهو حقيقة كونها مكشوفة وظاهرة للعيان، مما يُسهل علاجها بإحدى الطرق العديدة مثل استخدام الضمادات أو الأدوية المضوية؛ في المقابل، يزداد أمر التهابات تعقيدياً في حال كانت داخلية، ولعل أشهر تلك التهابات وأكثرها إزعاجاً هو القرحة. تتعدّد أنواع القرحة بتعدد مواطن تشكلها، إلا أنّ لها جميعها قاسماً مُشتركاً 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 بالحض 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 تنشيخ، أي يقدم 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.

أحد 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 نشيخ 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.

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

علامة مميزة
كما حصلت "علامة مميزة" أخرى على تركيز واهتمام البحث العلمي مؤخراً وهي "خلل الميتوكوندريا". إن الميتوكوندريا هي أجزاء هُيئة 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 ملاستها لإزيم 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.

تكاليف زهيدة ونتائج سريعة
وكتب الباحثون في دورية ACS Central Science: "يعد استشعار الالتهابات البكتيرية ومراقبة مقاومة الأدوية أمراً مهماً للغاية في اختيار خيارات العلاج. ويطور هذا البحث أسلوباً جديداً من أجل الاستخدام الرشيد للمضادات الحيوية".
كما يرى الفريق أن ضماداتهم الذكية تعد خياراً منخفض التكلفة بالمقارنة مع "الأساليب الشائعة لاستشعار المقاومة"، خاصة وأن الأساليب التقليدية محدودة لأنها تستغرق وقتاً طويلاً وتتطلب أدوات باهظة الثمن.



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 تعبر الأدوات، التي تساعد في الكشف المبكر عن الالتهابات البكتيرية، من الوسائل الضرورية للحد من وصف المضادات الحيوية من قبيل الاحتياط أو بسبب "التخمين".

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

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:

إهمال شرب الماء
إن عدم شرب الماء في الصباح يعتبر من أسوأ العادات التي تعيق فقدان الوزن حتى لمن يتبع نظاماً غذائياً صحياً. فشرّب 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. فشرّب الماء في الصباح يعزز من عملية الأيض ويقلل من الشهية.

تناول أطعمة 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.

العلم يحذر من مخاطر استخدام الأطفال للهواتف

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".
وأشار ساميون ليغيت، مدير الأبحاث في تشايلد وايز: "نمتج 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، منششرة بمجرد أن يلتحق الأطفال بالمدارس الثانوية، وفقاً لنتائج



لتجنب الإرهاق في العمل.. إليك هذه النصائح



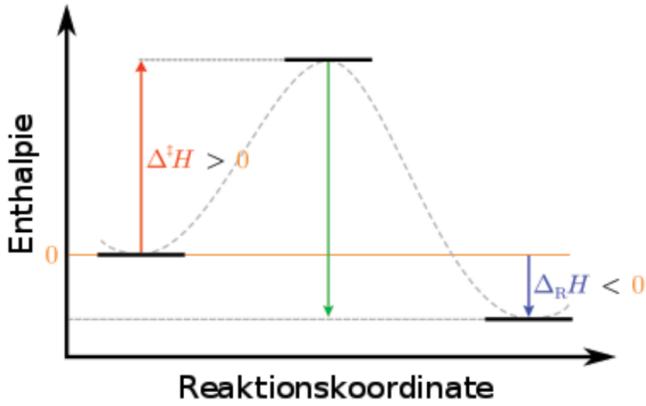
يعاني أكثر من مليار نسمة من ارتفاع ضغط الدم على ظهر كوكب الأرض، وبحسب منظمة الصحة العالمية، يؤدي ارتفاع ضغط الدم إلى وفاة ما لا يقل عن ٨ ملايين شخص سنوياً. ووفقاً لما نشره موقع "Insider" الأميركي، فإن هناك نوعين من ارتفاع ضغط الدم هما الأساسي والثانوي، ولكل منهما أسباب مختلفة.
يحدث ارتفاع ضغط الدم عندما تكون قوة الدم ضد جدران الشرايين مرتفعة جداً، وربما تؤدي إلى الإصابة بأمراض القلب أو التغيرات 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.

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، وزودتك 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 حاسوبك في المنزل حتى 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 خطر 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.

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 عمق طاقة مورس الكامنة) مُثَلَّة النقص أو الحاجة إلى طاقة التنشيط. تحتاج معظم الغازات البسيطة على أسطح الفلز التنشيطية إلى متطلبات طاقة التنشيط.

أجهزة الامتزاز الكيميائي التجريبية، 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 كافتراض في الموقع؛ حيث أن القيمة الذاتية المتعلقة

الأنواع المُتمزة كيميائياً، يتشكل روابط مع بعضها البعض، يُلتقط (يُنْتَز) المنتج من السطح. تتجمع ذاتي أحادي الطبقات يتشكل التجمع الذاتي أحادي الطبقات (SAMs) عن طريق امتزاز الكواشف التفاعلية كيميائياً مع أسطح الفلز، من ضمن أشهر الأمثلة على ذلك: الثيول (RS-H) مُتمز على سطح الذهب. تُشكل هذه العملية روابط Au-SR قوية، وتُحسر H. تحمي السطح مجموعات SR المرصوفة بشكل كئيف. علم حركة الامتزاز

كمنحود على الامتزاز؛ يتبع الامتزاز الكيميائي سير عملية الامتزاز تكون المرحلة الأولى لجسيمات المادة المُتمزة لتتلامس مع السطح. من الضروري أن تُحصَر الجسيمات من دون أن تمتلك طاقة كافية لتتحرر التقييد الكمي لسطح الغاز. أما إذا تصادمت الجسيمات مطاطياً؛ فإنها سوف تعود إلى كتلة الغاز الأم. وإذا خسرت الجسيمات زخماً كافياً خلال

القوي بين الماز وسطح الركيزة يخلق نوعاً جديداً من الروابط الإلكترونية. على النقيض من الامتزاز الكيميائي، الامتزاز الفيزيائي يترك الأنواع الكيميائية من المادة المُتمزة تقليدياً أن العتبة النشطة التي تقفل طاقة الارتباط للامتزاز الفيزيائي عن الامتزاز الكيميائي قيمتها حوالي ٠.٥ فولت الكترولي لكل نوع ممتز. نظراً للخصوصية، تختلف طبيعة الامتزاز الكيميائي بشكل كبير بالاعتماد على الهوية الكيميائية وتركيب السطح.

تستلزم هجرته الأنكين على مغز صلب امتزازاً كيميائياً لجزئي الهيدروجين وللأكسجين، والذي يشكل روابط مع الذرة السطحية. المحفزات غير المتجانسة أحد أهم الأمثلة على الامتزاز الكيميائي والتي تشمل جزيئات تتفاعل مع بعضها البعض عن طريق تشكيل الوسائط المُتمزة كيميائياً، و بعد أن تدمج

الامتزاز أو الاستجذاب أو الامتصاص تراكم ذرات أو جزيئات مائع (يسمى الممتز) على سطح مادة صلبة (تسمى الماز). وتخلق هذه العملية طبقة من الجزيئات أو الذرات التي تراكمت بكثافة على سطح المازات. و يختلف الإدمصاص عن الامتصاص حيث تنتشر المادة في السائل أو الصلب لتشكل محلولاً. يجمع مصطلح اشتراك كلا العليتين : الامتصاص والامتزاز (أو الامتصاص). العملية العكسية وهي لفظ المادة المُتمزة من سطح الماز فتسمى تلك العملية بالعبوية الانتزاز.

الامتزاز الكيميائي نوع من أنواع الامتزاز الذي يتضمن تفاعلاً كيميائياً بين السطح والمادة المُتمزة، وتتولد روابط كيميائية جديدة على سطح الماز. تتضمن الأمثلة ظاهرة مايكروسكوبية، التي من الممكن أن تُلاحظ بشكل جيد -مثل التآكل-، وتأثيرات غير ملحوظة مرتبطة بالمحفزات غير المتجانسة، التجاب

أو من الممكن أن يمر بإعادة هيكلة حيث يتم تغيير تركيب السطح. (٥) على سبيل المثال، يستطيع الأكسجين أن يشكل روابط قوية جداً (~٤eV) مع الفلزات، مثل Cu (١١٠)، يحدث مع كسر جزء من روابط السطح خلال تشكيل روابط بين السطح والمادة المُتمزة، ومن الممكن ان يحدث إعادة هيكلة كبيرة بفقدان صف كما يرى في الصورة ٠.٢ الامتزاز الكيميائي-التفكك

تمتلك الأنظمة الواقعية الكثير من الجوانب؛ مما يجعل الحسابات النظرية أكثر تعقيداً؛ بالمقارنة مع الامتزاز الفيزيائي- حيث أن المواد المُتمزة تتوضع ببساطة على السطح- تستطيع المواد المُتمزة في الإمتزاز الكيميائي أن تغير السطح وتركيبه. من الممكن أن يمر التركيب بحالة إرخاء؛ حيث تغير الطبقات الأولى القلائل المسافات بين المستويات بدون تغير تركيب السطح،

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 يوجد العديد من النماذج لتصف التفاعلات السطحية؛ آلية لانغور-هنشولد التي يمتز فيها كلا الجسمين المتفاعلين، و آلية إ-ريدل التي يمتز فيها أحدهما بينما يتفاعل الآخر معه.

سموم فطرية (Aflatoxin)

transferease توسط ازالة السموم أظهرت دراسات اجريت على فئران هامستر حملات علاقات توافقية بين الاصابة بالسموم الفطرية الـ Aflatoxin B١ (٤ mg / kg signal dose) جرعة واحدة وظهرت تشوهات خلطورية في ذريتهم . في عام ٢٠٠٥ اكتشفت Diamond Pet Food السموم الفطرية الـ Aflatoxin في المنتجات المصنعة في غاستون، ساوث كارولينا في عام ٢٠٠٤ في ولاية أشرارت Diamond Pet Food طوعيا في المنتجات المكونة من الذرة وتصنع في غاستون تحصى منها أكثر من ٢٧٠٠ عينات المنتج النهائي في المختبرات أكدت أن فقط اثنتان من بيانات التاريخ لغماء كلبين من الكبار تشكل بتاريخ "أفضلها" من ٣.٤.٥.١١ من الشهر ٤ كان يمكن أن تكون سامة. ٢٦

لا يوجد ترياق 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 التحقيقات التي استخدمت في معظم الاحيان للكشف عن مستويات الـ AFLATOXI في الانسان . الطريقة الاولى ... هي في قياس الـ AFB١-guanine adduct في عينة البول . ووجوده يشير لتعرض الـ Aflatoxin B١ خلال ٢٤ ساعة الماضية . يقيس هذا الاسلوب فقط الاصابة الجديدة مع ذلك خلال منتصف عمر الايض ، مستوى الـ AFB١-guanine التي تعلق قد تختلف في يوم لآخر ، اعتمادا على النظام الغذائي ، وهي ليست مثالية لتقييم الاصابة على المدى الطويل . الطريقة الثانية ... قياس مستوى الـ AFB١-albumin في مصل الدم . وهذا النهج يوفر قياس أكثر تكاملاً للاصابة على مدى عدة أسابيع أو أشهر . اصابة الحيوان في الكلاب الـ Aflatoxin لديه القدرة أن يؤدي إلى أمراض الكبد . يتطلب التعرض لمستويات منخفضة من السموم الفطرية الـ Aflatoxin لفترات مستمرة لعدة أسابيع أو أشهر لتظهر علامات فشل وظائف الكبد . ١٩

وتعرضهم لسموم الفطرية قد يؤدي الى توقف النمو وتأخر التطور ، بالإضافة الى الاعراض المذكورة ادناه ٣٢ التعرض لسموم الفطرية Aflatoxin في أعلى المستويات يسبب النخر الكبدى ، والذي يؤدي في وقت لاحق الى الـ تلف الكبد ، أو سرطان الكبد . واعراض الفشل الكبدى تظهر بنزيف ودمية 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 الـ Aflatoxin يمكن ان يقتحم الـ DNA ويتم الكلت القواعد خلال الـ epoxide moiety . ويعتقد أن هذا ما يسبب طفرات في الجين P٥٣ ، مورثة مهمة في منع تقدم دورة الخلية عندما يكون هناك طفرات الحمض النووي DNA ويشير الى signaling apoptosis (موت الخلية المبرمج) . وهذه الطفرات يعتقد انها تؤثر على بعض مواقع أزواج القواعد أكثر من غيرها على سبيل المثال القاعدة الثالثة للكوون ٢٤٩ للجين P٥٣ أكثر عرضة للطفرات بواسطة الـ Aflatoxin من القواعد القريبة ١٤ «مزمين» ، وتعرض السريري ، لا يؤدي الى اعراض مثيرة حتى الـ Aflatoxin الحاد . ويتأثر التعبير عن الامراض المتعلقة في الـ Aflatoxin عن طريق عدة عوامل مثل النوع ، العمر ، التغذية ، الجنس ، امكانية التعرض المزمن للسموم اخرى . الجهاز المستهدف الرئيسي في الثدييات هو الكبد ، ويتالي تسمم الـ Aflatoxin هو في المقام الاول مرض الكبد . شروط تزايد من احتمال حدوث التسمم الـ Aflatoxin للانسان ، محدودية توافر الغذاء ، الظروف البيئية التي تتسبب نمو العفن على المواد الغذائية ، عدم وجود نظم تنظيمية لرصد السموم الفطرية الـ Aflatoxin والسيطرة عليها . ١٥

الاكثر شيوعا من فطريات "الاعشاب الضارة" وهي واسعة الانتشار في الطبيعة . لكن وجود هذا النوع من الفطريات لا يشير الى وجود مستويات ضارة من السموم الفطرية Aflatoxin لكنها تشير الى وجود خطر كبير. الفطريات mold تستطيع تشكيل معسكراتها ونهاجم الاطعمة قبل حصادها أو خلال تخزينها وخاصة بعد تعرضها لفترات طويلة للبيئة ذات الرطوبة العالية أو لظروف ضاغطة مثل الجفاف . الموطن الاصلي للـ Aspergillus في التربة ، تدهور الغطاء النباتي ، والتين والحبوب التي تتعرض لتدهور من الكائنات الدقيقة microbiological deterioration ، لكنها ايضا تغزو جميع أنواع المواد العضوية كلما سمحت لها الظروف المناسبة . لتتم . تشمل هذه الظروف رطوبة عالية (لا تقل عن ٧٠٪ "مختلف عليه") وارتفاع درجة الحرارة . تم عزل الـ Aspergillus من جميع المحاصيل الحبوب الرئيسية ، ومصادر متنوعة من مثل زبدة الفول السوداني والقنب . وهناك سلع اساسية ملوثة بانتظام بالسموم الفطرية Aflatoxin من مثل الكسافا ، الفلفل الحار ، والذرة ، واليزرة القطن والذرة والفول السوداني والارز ، وبذور عباد الشمس والمكسرات والقمح ومجموعة متنوعة من التوابل المعدة لاستهلاك البشري أو الاستهلاك الحيواني تم العثور على نواتج التحول الناتجة من الـ Aflatoxin في البيض ومنتجات الالبان واللحوم وهذه عند تغذية الحيوانات بالحبوب الملوثة ١١ وبت دراسات اجريت في كل من كينيا وماليزيا عن الممارسات لسادة لتجفيف وتخزين حبوب الذرة ليست بالقدر الكافي للحد من التعرض للـ Aflatoxin ١١ للمحاصيل العضوية التي لا يتم التعامل مع المبيدات الفطرية قد تكون أكثر عرضة للتلوث في الـ Aflatoxin ١٢

علم الامراض Pathology لا يوجد نوع من الحيوانات في مأم من الالام السمية الحادة الناتجة من السموم الفطرية الـ Aflatoxin ، البشر البالغين لديهم مقدرة عالية لمقاومة السموم الفطرية الـ Aflatoxin وتدار ما يقع بالغ فريسة للتسمم في الـ Aflatoxin الحاد ١٣ لكن الاطفال يتأثرون بشكل خاص

من هذه السموم توجد في الطبيعة ٨٠ Aflatoxin B١ وهو الاكثر سمية وتنتجها كلا من Aspergillus flavus and Aspergillus parasiticus Aspergillus M١ Aflatoxin M٢ parasiticus مرق التخمر الـ Aspergillus M٢ لكن هي والنوع M٢ ايضا تنتج عند اصابة وظائف الكبد بـ Aflatoxin B١ and B٢ Aflatoxin B١ and B٢ Aspergillus flavus and Aspergillus parasiticus G١ تنتجها الـ Aspergillus parasiticus مستقلب من Aflatoxin M١ Aflatoxin B١ في الانسان والحيوان (التعرض في مستويات NG قد تأتي من حليب الـ Aflatoxin M٢ المستقلبه من Aspergillus br Aflatoxin التي تتغذا على الطعام الملوثة ٩٠ Aflatoxicol المستقلب من AFB١ في خارج الكبد استعداد للفقاريات الاعلى ١٠ شروط الاصابة بالسموم الفطرية تنتجها الـ Aspergillus flavus and Aspergillus parasiticus وهي

السموم الفطرية سامة ومرسطة بسبب الكيمياء التي تنتجها و التي تسبب العفن (molds) مثل aspergillus flavus ، and aspergillus parasiticus ((وهي تنمو في التربة وتحلل النباتات والقش والقمح ، وتوجد بشكل اساسي في السلع الاساسية المخزنة بطرق خاطئة مثل الكسافا والفلفل الحار والذرة وبذرة القطن والدخان والفول السوداني والارز وبذور عباد الشمس والمكسرات والقمح ومجموعة متنوعة من البهارات . عندما تمت معالجة الاطعمة من السموم الفطرية وجدت مشعبة في الاطعمة بشكل عام ووجدت في كل من اغذية الانسان والحيوانات الليفة وايضا غذاء حيوانات المزرعة . الحيوانات التي تتغذا على الاطعمة الملوثة تكون بيوضها ولحومها ومنتجات االبانها ملوثة بالسموم الفطرية ١٠

التركيب الكيميائية لأفلاتوكسين ب١ مثال لتلوث اعلاف الدواجن ويعزا السبب لوجود نسبة عالية من عينة السموم الفطرية اصابت لحوم وبيوض الدواجن في باكستان ٢٠ Aflatoxin B١ الاطفال خاصة يتأثرون بالاصابة في السموم الفطرية حيث تؤدي الى توقف النمو وتأخر التطور . ٣٠ وفشل الكبد ، وسرطان الكبد . البالغين اقل عرضة للاصابة ، لكن ايضا خطر . لا يوجد صنف حيواني في

السموم الفطرية سامة ومرسطة بسبب الكيمياء التي تنتجها و التي تسبب العفن (molds) مثل aspergillus flavus ، and aspergillus parasiticus ((وهي تنمو في التربة وتحلل النباتات والقش والقمح ، وتوجد بشكل اساسي في السلع الاساسية المخزنة بطرق خاطئة مثل الكسافا والفلفل الحار والذرة وبذرة القطن والدخان والفول السوداني والارز وبذور عباد الشمس والمكسرات والقمح ومجموعة متنوعة من البهارات . عندما تمت معالجة الاطعمة من السموم الفطرية وجدت مشعبة في الاطعمة بشكل عام ووجدت في كل من اغذية الانسان والحيوانات الليفة وايضا غذاء حيوانات المزرعة . الحيوانات التي تتغذا على الاطعمة الملوثة تكون بيوضها ولحومها ومنتجات االبانها ملوثة بالسموم الفطرية ١٠

التركيب الكيميائية لأفلاتوكسين ب١ مثال لتلوث اعلاف الدواجن ويعزا السبب لوجود نسبة عالية من عينة السموم الفطرية اصابت لحوم وبيوض الدواجن في باكستان ٢٠ Aflatoxin B١ الاطفال خاصة يتأثرون بالاصابة في السموم الفطرية حيث تؤدي الى توقف النمو وتأخر التطور . ٣٠ وفشل الكبد ، وسرطان الكبد . البالغين اقل عرضة للاصابة ، لكن ايضا خطر . لا يوجد صنف حيواني في

التركيب الكيميائية لأفلاتوكسين ب١ مثال لتلوث اعلاف الدواجن ويعزا السبب لوجود نسبة عالية من عينة السموم الفطرية اصابت لحوم وبيوض الدواجن في باكستان ٢٠ Aflatoxin B١ الاطفال خاصة يتأثرون بالاصابة في السموم الفطرية حيث تؤدي الى توقف النمو وتأخر التطور . ٣٠ وفشل الكبد ، وسرطان الكبد . البالغين اقل عرضة للاصابة ، لكن ايضا خطر . لا يوجد صنف حيواني في

التركيب الكيميائية لأفلاتوكسين ب١ مثال لتلوث اعلاف الدواجن ويعزا السبب لوجود نسبة عالية من عينة السموم الفطرية اصابت لحوم وبيوض الدواجن في باكستان ٢٠ Aflatoxin B١ الاطفال خاصة يتأثرون بالاصابة في السموم الفطرية حيث تؤدي الى توقف النمو وتأخر التطور . ٣٠ وفشل الكبد ، وسرطان الكبد . البالغين اقل عرضة للاصابة ، لكن ايضا خطر . لا يوجد صنف حيواني في

التركيب الكيميائية لأفلاتوكسين ب١ مثال لتلوث اعلاف الدواجن ويعزا السبب لوجود نسبة عالية من عينة السموم الفطرية اصابت لحوم وبيوض الدواجن في باكستان ٢٠ Aflatoxin B١ الاطفال خاصة يتأثرون بالاصابة في السموم الفطرية حيث تؤدي الى توقف النمو وتأخر التطور . ٣٠ وفشل الكبد ، وسرطان الكبد . البالغين اقل عرضة للاصابة ، لكن ايضا خطر . لا يوجد صنف حيواني في

التركيب الكيميائية لأفلاتوكسين ب١ مثال لتلوث اعلاف الدواجن ويعزا السبب لوجود نسبة عالية من عينة السموم الفطرية اصابت لحوم وبيوض الدواجن في باكستان ٢٠ Aflatoxin B١ الاطفال خاصة يتأثرون بالاصابة في السموم الفطرية حيث تؤدي الى توقف النمو وتأخر التطور . ٣٠ وفشل الكبد ، وسرطان الكبد . البالغين اقل عرضة للاصابة ، لكن ايضا خطر . لا يوجد صنف حيواني في

التركيب الكيميائية لأفلاتوكسين ب١ مثال لتلوث اعلاف الدواجن ويعزا السبب لوجود نسبة عالية من عينة السموم الفطرية اصابت لحوم وبيوض الدواجن في باكستان ٢٠ Aflatoxin B١ الاطفال خاصة يتأثرون بالاصابة في السموم الفطرية حيث تؤدي الى توقف النمو وتأخر التطور . ٣٠ وفشل الكبد ، وسرطان الكبد . البالغين اقل عرضة للاصابة ، لكن ايضا خطر . لا يوجد صنف حيواني في

التركيب الكيميائية لأفلاتوكسين ب١ مثال لتلوث اعلاف الدواجن ويعزا السبب لوجود نسبة عالية من عينة السموم الفطرية اصابت لحوم وبيوض الدواجن في باكستان ٢٠ Aflatoxin B١ الاطفال خاصة يتأثرون بالاصابة في السموم الفطرية حيث تؤدي الى توقف النمو وتأخر التطور . ٣٠ وفشل الكبد ، وسرطان الكبد . البالغين اقل عرضة للاصابة ، لكن ايضا خطر . لا يوجد صنف حيواني في

الاخصاب المضعف (double fertilization)

الكيس الجنيني اندماج البويضة والنطفة المتحكم بها تم انجازها بالفعل في نبات الخشخاش O٧٠ اثبات اللقاح ، نواتج انبوب اللقاح ، وعملية الاخصاب المضعف جميعها تم مشاهدتها تعمل بشكل طبيعي. في الواقع هذه التقنية تستخدم بالفعل للحصول على بذور العديد من النباتات الزهرية وسميت " تلقح انبوب الاختبار" . ٥٨٠ التركيب والوظائف المتعلقة بالاخصاب المضعف

الاسئلة التي لم يتم الاجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضعف ، ولكن مع تطور المجهر الالكتروني ، العديد من الاسئلة اجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكري لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح ٥٦٠ الاخصاب المضعف في المختبر

الاسئلة التي لم يتم الاجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضعف ، ولكن مع تطور المجهر الالكتروني ، العديد من الاسئلة اجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكري لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح ٥٦٠ الاخصاب المضعف في المختبر

الاسئلة التي لم يتم الاجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضعف ، ولكن مع تطور المجهر الالكتروني ، العديد من الاسئلة اجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكري لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح ٥٦٠ الاخصاب المضعف في المختبر

الاسئلة التي لم يتم الاجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضعف ، ولكن مع تطور المجهر الالكتروني ، العديد من الاسئلة اجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكري لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح ٥٦٠ الاخصاب المضعف في المختبر

الاسئلة التي لم يتم الاجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضعف ، ولكن مع تطور المجهر الالكتروني ، العديد من الاسئلة اجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكري لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح ٥٦٠ الاخصاب المضعف في المختبر

الاسئلة التي لم يتم الاجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضعف ، ولكن مع تطور المجهر الالكتروني ، العديد من الاسئلة اجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكري لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح ٥٦٠ الاخصاب المضعف في المختبر

الاسئلة التي لم يتم الاجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضعف ، ولكن مع تطور المجهر الالكتروني ، العديد من الاسئلة اجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكري لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح ٥٦٠ الاخصاب المضعف في المختبر

صدامات في باحة المسجد الأقصى.. وجرحى بالعشرات

القدس المحتلة



ارتفعت حصيلبة اعتداءات شرطة الاحتلال الإسرائيلي على المصلين في المسجد الأقصى المبارك بمدينة القدس المحتلة التي بدأت منذ فجر اليوم الجمعة، واستمرت حتى ساعات الظهر، إلى أكثر من 160 مصابا حسبما أعلنت جمعية الهلال الأحمر الفلسطيني في بيان لها الجمعة.

وبدأت قوات الاحتلال اعتداءاتها في المسجد الأقصى منذ ساعات الفجر، باقتحام باحاته بأعداد كبيرة عقب صلاة الفجر، وأطلقت الرصاص المعدني المغلف بالمطاط، وقنابل الصوت والغاز المسيل للدموع تجاه المصلين، ما أدى إلى إصابة أكثر من 160 مصليا، بينهم اثنتان في حالة خطيرة.

وقال مسؤول في الهلال الأحمر الفلسطيني «نقل 160 جريحا إلى مستشفيات «في القدس، فيما عولج عشرات» في المكان.

ودخلت قوات الأمن الإسرائيلية الحرم الشريف في القدس قبل الفجر، حيث تجمع آلاف الفلسطينيين لأداء الصلاة في شهر رمضان، ما أدى إلى اشتباكات، وذكرت إسرائيل أن قواتها توغلت لإزالة الحجارة التي كانت قد جمعت تحسبا لأعمال عنف.

وتأتي الاشتباكات في وقت حساس بشكل خاص، يتزامن شهر رمضان هذا العام مع عيد الفصح، وهو عطلة يهودية رئيسية لمدة أسبوع تبدأ يوم الجمعة عند غروب الشمس، والأسبوع المسيحي المقدس، الذي ينتهي بعيد القيامة.

وأظهرت مقاطع مصورة متداولة على الإنترنت فلسطينيين يقذفون الحجارة والشرطة تطلق الغاز المسيل للدموع والقنابل الصوتية على الساحة المتراصة الأطراف المحيطة بالمسجد.

وأظهرت تسجيلات أخرى مصليين تحصنوا داخل المسجد نفسه وسط ما بدا أنه سحب من الغاز المسيل للدموع.

وذكرت خدمة طوارئ الهلال الأحمر الفلسطيني أنها نقلت 160 شخصا إلى المستشفيات أصيبوا بطلقات مطاطية أو قنابل صوتية أو ضربوا بالهراوات، وقال وقف الأمة لخدمة القدس إن أحد الحراس في الموقع أصيب برصاصة مطاطية في عينه، من جانبها، قالت الشرطة الإسرائيلية إن ثلاثة من عناصرها أصيبوا بجروح جراء «رشق حجارة بشكل مكثف»، فيما تم إجلاء اثنين من مكان الحادث لتلقي العلاج.

ادانات عربية ودولية لاقتحام المسجد الأقصى والاعتداء على المصلين

عمان

دان الأمين العام لمجلس التعاون لدول الخليج العربية الدكتور نايف فلاح مبارك الحجرف، بأشد العبارات اقتحام الشرطة والقوات الخاصة الإسرائيلية المسجد الأقصى والاعتداء على المصلين فجر الجمعة، والذي أدى إلى إصابة حوالي 152 مصليا واعتقال المئات، الأمر الذي يشكل انتهاكا صارخا، وتصرفا مدانا ومرفوضا وتصعبا خطيرا.

ووفق ما أوردت وكالة الأنباء السعودية، فقد شدّد الأمين العام على ضرورة احترام السلطات الإسرائيلية الوضع التاريخي والقانوني القائم في القدس المحتلة ومقدساتها ووقف كل الإجراءات غير الشرعية، مطالبا المجتمع الدولي بتحمل مسؤولياته للحفاظ على سلامة المسجد الأقصى والمصلين، وبضرورة تقييد إسرائيل بالتزاماتها كقوة قائمة بالاحتلال وفق القانون الدولي الإنساني.

وقال الناطق الرسمي باسم الرئاسة الفلسطينية نبيل أبو ردينة، إن «ما يحدث من اقتحام للمسجد الأقصى ودخول قوات الاحتلال الإسرائيلي إلى المسجد القبلي، تطور خطير وتدني للمقدسات، وهو بمثابة إعلان حرب على الشعب الفلسطيني».

وأضاف أبو ردينة في بيان له، الجمعة، «المطلوب هو التدخل الفوري من كافة الجهات الدولية لوقف هذا العدوان الإسرائيلي الهجومي على المسجد الأقصى، حتى لا تخرج الأمور عن السيطرة».

وأكد أن «الشعب الفلسطيني لن يسمح لقوات الاحتلال الإسرائيلي والمستوطنين المتطرفين اليهود بالاستفراد بالمسجد الأقصى وسيدافع عنه مهما كلف الأمر».

وقال الاتحاد الأوروبي إنه «يتابع بقلق بالغ التصعيد الأخير في أعمال العنف في أنحاء الضفة الغربية المحتلة، بما في ذلك القدس الشرقية والاشتبكات في المسجد الأقصى صباح الجمعة».

ورأى بيان صدر الجمعة في بروكسل، نقلته وكالة آكي عن المتحدث باسم الممثل الأعلى للشؤون الخارجية والسياسة الأمنية أنه «يجب أن يتوقف العنف على الفور، وأنه ينبغي منع وقوع المزيد من الضحايا المدنيين كأولوية، واحترام الوضع

ودانت الأمانة العامة لمنظمة التعاون الإسلامي بشدة، إقدام قوات الاحتلال الإسرائيلي الجمعة على اقتحام المسجد الأقصى وإغلاق بواباته، والاعتداء على المصلين في داخل المسجد وفي باحاته، ما أدى إلى إصابة أكثر من 160 مواطنا واعتقال المئات.

واعتبرت المنظمة في بيان هذا التصعيد الخطير اعتداء على مشاعر الأمة الإسلامية جميعا، وانتهاكا صارخا للقرارات والمواثيق الدولية.

وحكمت المنظمة، الاحتلال الإسرائيلي المسؤولية الكاملة عن تداعيات استمرار مثل هذه الجرائم والاعتداءات اليومية ضد الشعب الفلسطيني وأرضه ومقدساته، داعية المجتمع الدولي، وخاصة مجلس الأمن الدولي، إلى التحرك من أجل وضع حد لهذه الانتهاكات المتكررة، وتوفير الحماية للشعب الفلسطيني وللأماكن المقدسة، ومنع تكرار هذه الاعتداءات الإسرائيلية التي من شأنها أن تغذي الصراع الديني والتطرف وعدم الاستقرار في المنطقة.

ودعا البرلمان العربي المنظمات الدولية المعنية إلى التدخل السريع والعاجل لوقف ممارسات وانتهاكات قوات الاحتلال الإسرائيلي تجاه الفلسطينيين، والاعتداءات المستمرة على المسجد الأقصى المبارك والمقدسين.

كما دعا رئيس البرلمان عادل العسومي إلى ضرورة وقف كافة الممارسات التي تنتهك حرمة المسجد الأقصى المبارك، والاعتداء على المصلين والمقدسين، ولا سيما خلال شهر رمضان المبارك وما له من خصوصية كبيرة لدى المسلمين.

كما أكد البرلمان العربي، أن اقتحام وتدني المسجد الأقصى المبارك، والتعدي على المصلين الموجودين في باحاته يعد انتهاكا لحرمة المسجد الأقصى، واستغارا لمشاعر المسلمين، وانتهاكا صارخا لأبسط حقوق الإنسان التي ينادي بها المجتمع الدولي، وهو ما يستوجب موقفا دوليا حاسما لوقف الانتهاكات الإسرائيلية بحق الشعب الفلسطيني.

وأعرب منسق الأمم المتحدة الخاص لعملية السلام في الشرق الأوسط، تور وينسلاند، عن «القلق العميق إزاء تدهور الوضع الأمني في القدس خلال هذه الأيام المقدسة»، وذلك في أعقاب اقتحام قوات الاحتلال الإسرائيلي للمسجد الأقصى فجر الجمعة، والاعتداء على المصلين واعتقال المئات منهم، وجرح 152 فلسطينيا على الأقل في الاشتباكات التي اندلعت نتيجة الاقتحام.

الاحتلال يعتقل 400 مصل في المسجد الأقصى

القدس

اعتقلت شرطة الاحتلال الإسرائيلي، الجمعة، 400 مصل من داخل المصلى القبلي في المسجد الأقصى المبارك بمدينة القدس المحتلة حسبما أعلن نادي الأسير الفلسطيني بالقدس.

وأضاف النادي في بيان، أن شرطة الاحتلال نقلت المعتقلين بواسطة حافلات إلى أحد مراكزها.

وكانت قوات كبيرة من شرطة الاحتلال، اقتحمت باحات المسجد الأقصى عقب صلاة فجر اليوم الجمعة، وأطلقت قنابل الصوت والغاز المسيل للدموع والأعيرة النارية المغلفة بالمطاط تجاه المصلين.

50 ألفا يؤدون صلاة الجمعة في المسجد الأقصى

القدس

أدى عشرات آلاف المواطنين الفلسطينيين من مدينة القدس المحتلة وداخل الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 48، ومن الضفة الغربية، صلاة الجمعة الثانية من شهر رمضان الفضيل في رحاب المسجد الأقصى المبارك، رغم اعتداءات قوات الاحتلال الإسرائيلي التي رافقت صلاة فجر اليوم وامتدت حتى ساعات الصباح.

وقدرت دائرة الأوقاف الإسلامية بالقدس في بيان لها، عدد المصلين في الجمعة الثانية من شهر رمضان المبارك بالمسجد الأقصى بنحو خمسين ألف مصل.

وأفادت دائرة الأوقاف، بأن قوات الاحتلال بعد انسحابها من المسجد الأقصى فرضت إجراءات مشددة في محيطه، وأغلقت كافة الشوارع والطرق والأحياء المتاخمة للبلدة القديمة من القدس.

وانتشرت عناصر شرطة الاحتلال على بوابات البلدة القديمة والطرق والشوارع المؤدية للمسجد، فضلا عن التواجد على بوابات المسجد الأقصى الخارجية، كما شهدت الحواجز العسكرية النابتة على المداخل الرئيسية لمدينة القدس المحتلة ازدحاما واختناقات كبيرة. وكان آلاف المواطنين، أدوا صلاة فجر الجمعة الثانية من رمضان في المسجد الأقصى، تلبية للدعوات بإقامة صلاة الفجر، والاعتكاف في الأقصى.

التلفزيون السوري: ضربات جوية إسرائيلية قرب دمشق

دمشق

أفاد التلفزيون الرسمي السوري، أن غارات جوية إسرائيلية استهدفت مواقع عدة في ريف دمشق الغربي، الخميس.

ونقلت وكالة الأنباء السورية (سانا) عن مصدر عسكري قوله: «نقد العدو الإسرائيلي عدوانا جويًا من اتجاه شمال الجولان السوري المحتل مستهدفا بعض النقاط في ريف دمشق الغربي، وقد تصدت وسائل دفاعنا الجوي لصواريخ العدوان وأسقطت بعضها، واقتصرت الأضرار على الماديات».

وشنت إسرائيل هجمات متكررة على ما وصفته بأهداف إيرانية في سوريا، حيث انتشرت قوات مدعومة من طهران، بما في ذلك حزب الله اللبناني، على مدى العقد الماضي. ويقف قائد عسكري متحالف مع الحكومة، لرويتز، أن تكون ضربات الخميس أصابت مواقع تابعة له خارج دمشق، وفي مارس، ذكرت وسائل إعلام رسمية أن هجوما إسرائيليًا على العاصمة السورية دمشق أدى إلى مقتل مدنيين اثنين وخلف أضرارا مادية.

«الإعدام».. فرضية جديدة لمقتل أمين عام الأمم المتحدة الأسبق

وكالات

بعد 60 عاما، لا يزال الغموض يلف حادثة مقتل الأمين العام للأمم المتحدة السويدي داغ همرشولد، وتوحي وثيقة مصنفة على أنها «سرية للغاية» بأن همرشولد قتل اغتيالًا على أيدي منظمة «الجيش السري»، التي كانت تعارض استقلال الجزائر.

وتكشف الوثيقة التي حصل عليها الكاتب الصحفي الفرنسي مورين بيكار، أن «منظمة الجيش السري»، أصدرت حكما بإعدام همرشولد، الذي قتل في 1961 في حادث تحطم طائرته في إفريقيا في ظروف لا تزال غامضة.

هل نجم الحادث عن خطأ في القيادة؟ أم كان عملية خطف فاشلة؟ أم أسقطت الطائرة؟ هذه الفرضيات كلها كانت مطروحة طوال العقود الماضية لتفسير الحادث الغامض، بينما يتوقع صدور تقرير تحقيق نهائي للأمم المتحدة في سبتمبر المقبل حول هذه الحادثة بتبصيراتها الكثيرة المتعلقة بجواسيس ومرترقة وصناعيين.

وكان مورين بيكار مؤلف كتاب «قتلوا السيد هاء» (2019)، دار سوي) اكتشف أخيرا وثيقة «لمنظمة الجيش السري» هي صورة من رسالة، في ملفات السكرتير السابق للشؤون الإفريقية والمغربية في الإليزيه جاك فوكار، المحفوظة في الأرشيف الوطني الفرنسي.

والرسالة موجهة إلى السويدي همرشولد، مع ختم أزرق لحرف «H»، وختم أحمر لعبارة «سري للغاية»، تدين بشدة جوانب من سياسته على صلة بإنهاء الاستعمار.

وتقول الرسالة التي كتبت في باريس إن الأمين العام للأمم المتحدة في ذلك الوقت «حكّم عليه بالإعدام، بسبب أفعاله، من قبل «اللجنة التوجيهية لمنظمة الجيش السري»، التي لاحظت أنه «من الضروري وضع حد لتدخله الضار» في الشؤون العالمية.

وتضيف الرسالة المؤرخة في نهاية يوليو 1961 أنه «سيتم تنفيذ هذا الحكم وفقا للعدالة والإنصاف في أقرب وقت ممكن».

ووقع حادث سقوط الطائرة التي قتل فيها داغ همرشولد عن 56 عاما مع 15 شخصا، في 18 سبتمبر 1961 فيما كان يُعرف آنذاك بشمال روديسيا (زامبيا الآن).

وكان من المقرر أن يقوم همرشولد بواسطة لوفق إطلاق النار في منطقة كاتانغا الغنية بالمعادن.

من العمر 17 عاما توفي فجر الجمعة متأثرا بجروح أصيب بها خلال اشتباكات مع قوات إسرائيلية في جنين بالضفة الغربية المحتلة في اليوم السابق.

وقُتل ما لا يقل عن 25 فلسطينيًا في الموجة الأخيرة من العنف، نفذ العديد منهم هجمات أو شاركوا في الاشتباكات، لكن أيضًا امرأة غير مسلحة ومحاميا قُتل على ما يبدو بطريق الخطأ.

ومن المتوقع أن يتجمع عشرات الآلاف من الفلسطينيين في الأقصى لاحقا لأداء صلاة ظهر الجمعة.

وقالوا إنهم لم يدخلوا المسجد نفسه، فيما ينظر الفلسطينيون إلى أي انتشار كبير للشرطة في الأقصى على أنه استفزاز كبير.

وتصاعدت التوترات في الأسابيع الأخيرة بعد سلسلة من الهجمات نفذها فلسطينيون أسفرت عن مقتل 14 شخصا داخل إسرائيل، كما نفذت إسرائيل موجة من الاعتقالات والعمليات العسكرية في أنحاء الضفة الغربية المحتلة، ما أدى إلى اندلاع اشتباكات مع الفلسطينيين.

وقالت وزارة الصحة الفلسطينية إن شابا يبلغ

وذكرت وزارة الخارجية الإسرائيلية أن العشرات من المصلين الذين يحملون العلم الفلسطيني ساروا إلى المجمع فجر الجمعة وجمعوا الحجارة.

وكتبت على موقع تويتر: «أجبرت الشرطة على دخول الموقع لتفريق الحشد وإزالة الحجارة من أجل منع المزيد من العنف».

وقالت الشرطة إنها انتظرت حتى انتهاء الصلاة وبدأت الحشود تتفرق.

وقالت في بيان إن الحشود بدأت في إلقاء الحجارة في اتجاه الحائط الغربي، ما أجبرهم على التحرك.

حسم الجدل بشأن صوامع القمح المتضررة من انفجار مرفأ بيروت

وكالات

على الإطلاق، معارضة من كبار المسؤولين السياسيين، الذي رفضوا الخضوع للاستجواب أمام القاضي الذي يقود التحقيق.

وقال مكارى إنه تم تكليف وزيرى الداخلية والثقافة في لبنان بالإشراف على إنشاء نصاب تذكاري «لتخليدا لذكرى شهداء المرفأ».

وكان وزير الثقافة، محمد مرتضى، قد قال لرويتز في وقت سابق إن الحكومة قررت هدم الصوامع وبناء صوامع جديدة بناء على «تقييم اقتصادي بحت» لاحتياجات الأمن الغذائي في لبنان.

ويقول المسؤولون إن لبنان بحاجة لسعة تخزين إضافية لمواجهة النقص العالمي في الحبوب نتيجة حرب أوكرانيا.

التحقيق المنوقف في الانفجار. وتجمع بعض المظاهرين، بينهم أفراد من عائلات الضحايا، على طريق قرب أنقاض المباني المنهارة للاحتجاج على قرار مجلس الوزراء.

وقالت زينة نون، والدة رجل الإطفاء جو نون الذي توفي في الانفجار، لرويتز «نريد بقاء الصوامع».

وأضافت أنهم لا يحبون هذه الصوامع لكنهم يؤيدون بقاءها لأن أبناءهم ماتوا عندها.

وتابعوا أنهم يريدون أن يتذكر الناس الرابع من أغسطس حتى صدور لائحة اتهام ومحاسبة أولئك الذين فعلوا ذلك بأبناهم.

وواجه التحقيق في انفجار المرفأ، وهو أحد أكبر الانفجارات غير النووية المسجلة

قال وزير الإعلام اللبناني زياد مكارى، في تصريحات بثها التلفزيون عقب اجتماع لمجلس الوزراء، إن الحكومة وافقت اليوم الخميس على هدم صوامع القمح المتضررة جراء انفجار مرفأ بيروت في 2020، والذي أدى إلى مقتل 215 شخصا على الأقل.

وذكر مكارى، عقب جلسة لمجلس الوزراء، أن القرار استند إلى «تقرير فني» خلص إلى أنه من المرجح أن تنهار الصوامع في الأشهر المقبلة، مضيفا أن تجديدها سيكون مكلفا للغاية.

وطالبت عائلات ضحايا الانفجار ببقاء صوامع الحبوب المنهالكة في مكانها كنصب تذكاري على الأقل، ولو إلى حين الانتهاء من

«حرب عالمية».. الإعلام الروسي ينفجر غضبا بعد غرق «موسكفا»



وكالات

إحدى داعمين فلاديمير بوتن الشهيرين، للمشاهدين: «تصاعد الأمور يمكن تسميته بوضوح الحرب العالمية الثالثة. هذا مؤكد تماما».

وأضافت بغضب: «الآن نحن بالتأكيد نحارب البنية التحتية للناتو، إن لم يكن الناتو نفسه. نحن بحاجة إلى الاعتراف بذلك».

وشبه أحد الضيوف في البرنامج للتشويش على أنظمة الدفاع المضادة للصواريخ.

واعتبر ضربة أوكرانية «محسوبة» في سير الحرب الروسية-الأوكرانية، فهي أقوى ضربة تتعرض لها روسيا منذ بدء الهجوم قبل أسابيع.

وقال التلفزيون الرسمي الروسي إن «الحرب العالمية الثالثة» قد بدأت، بعد غرق السفينة «موسكفا».

وعلى محطة «روسيا 1»، قالت المقدمة الشهيرة أولغا سكايبغا،

غضب عارم أصاب الشارع الروسي، بعد غرق السفينة الحربية الروسية الشهيرة «موسكفا»، بعد قصصها من القوات الأوكرانية.

وأعلنت وزارة الدفاع الروسية أن الطراد «موسكوف» الذي يعتبر «الأخطر والأهم» لروسيا في البحر الأسود، والذي قصفته القوات الأوكرانية، قد غرق، مساء

شركة كهرباء محافظة اربد
إعلان فصل التيار الكهربائي

استقوم شركة كهرباء محافظة اربد يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٢/٤/١٩ بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تستمر من ظهرا إلى فصل التيار الكهربائي عن المناطق التالية: سعد منطقة الكمارات وما حولها، شرق حواره من الساعة التاسعة والنصف صباحا وغاية الساعة الثالثة والنصف عصرا في محافظة اربد.

وعن المناطق التالية، جميع القبرة، جميع الدوار، حي الجبل من الساعة التاسعة والنصف صباحا لغاية الساعة الواحدة والنصف ظهرا وعن المناطق التالية، شرق حواره، طريق ابو الصل باتجاه الرمثا من الساعة التاسعة والنصف صباحا لغاية الساعة الثالثة والنصف عصرا في محافظة الرمثا.

وعن المناطق التالية، منطقة، مغير السرمان، العرفوشية من الساعة التاسعة والنصف صباحا لغاية الساعة الثالثة عصرا في محافظة جرش.

قسم العلاقات العامة

الكشف عن سر خروج بوكيتينو من حسابات يونايتد

كشفت تقارير صحفية إنجليزية عن كواليس المفاوضات الأخيرة التي جرت بين مسؤولي مانشستر يونايتد والأرجنتيني مورييسو بوكيتينو المدير الفني الحالي لباريس سان جيرمان.

وكان بوكيتينو أحد أبرز المرشحين لقيادة الشياطين الحمر، الذي يخطط لتعيين مدرب جديد خلفاً للمؤقت رالف رانجنيك.

وقالت صحيفة مترو الإنجليزية إن بوكيتينو اجتمع بمسؤولي يونايتد قبل أسبوعين عبر تطبيق (زووم).

وأوضحت «المفاوضات لم تسر على ما يرام. بوكيتينو ركز في حديثه لمسؤولي النادي الإنجليزي على الميزانية المطلوبة لإصلاح الفريق (بخطة انتقالات جديدة)».

كما بيّنت أن المدرب الأرجنتيني «اقترح أيضاً التخلص من عدد من النجوم المتعثرين في الفريق».

وأشارت مترو إلى أن تضارب أهداف مسؤولي مانشستر يونايتد مع خطة بوكيتينو أخرجته من حساباتهم.

وقالت «يونايتد يريد من مديره القادم أن يفرس هوية لعب جديدة بدلا من التركيز على الانتقالات، مما جعل الكفة تميل لصالح الهولندي إريك تين هاج مدرب أياكس».

وأفادت تقارير في الأيام الماضية بأن تين هاج وافق على الشروط الشخصية لعقده المحتمل مع مانشستر يونايتد، ومن المنتظر الإعلان الرسمي عن تعيينه في أقرب وقت خلال الأسبوع المقبل.

وأشارت مترو إلى أن «باريس سان جيرمان مستعد للاحتفاظ بالمدرب بوكيتينو حالما» مشيرة إلى إدارة النادي الفرنسي «اشتكت من مغالطة يونايتد لمدربهم علنا».

ريال مدريد يضع يده الأولى على جوهرة موناكو

وضع نادي ريال مدريد الإسباني اللمسات الأخيرة حول الفوز بصفقة الموهبة الشاب، أورلين تشواميني، لاعب وسط موناكو الفرنسي.

وذكرت صحيفة «أس» الإسبانية أن المفاوضات تسير بسلاسة بين ريال مدريد وموناكو، بل اتفق الطرفان على إتمام الصفقة في الصيف المقبل بمقابل 65 مليون يورو.

وأكدت أن النادي الملكي يسبق منافسيه على هذه الصفقة بمسافة جيدة، وأبرزهم باريس سان جيرمان الفرنسي، وتشيلسي الإنجليزي.

ولفتت إلى أن تشواميني (22 عاما) الذي خاض 8 مباريات دولية مع منتخب فرنسا، يميل أكثر لخوض تجربة خارج حدود فرنسا.

وأضافت أن موناكو، سادس الدوري الفرنسي، لن يسمح للاعب الشاب بالرحيل قبل نهاية عقده بموسمين لحين ضمان مركز مؤهل للبطولات الأوروبية في الموسم الجديد.

وأشارت إلى أن أورلين تشواميني، لعب 44 مباراة هذا الموسم، سجل خلالها هدفين وصنع 3 آخرين.

كلوب يقرر المغامرة أمام مانشستر سيتي

سيغام فريق ليفربول بكل ما عنده ويتعامل مع المباراة التي سواجها فيها مانشستر سيتي، اليوم السبت، في الدور قبل النهائي بكأس الاتحاد الإنجليزي، على ملعب ويمبلي، كأنها مباراة نهائية، لأن المدير الفني للفريق يورجن كلوب يعتقد أن هذا هو ما يقوم به الفريق في مبارياته منذ التحول الذي حدث هذا العام.

وذكرت وكالة الأنباء البريطانية «بي.إيه.ميديا» أن ليفربول خسر في مباراة واحدة فقط منذ آخر كانون الأول/ديسمبر الماضي، أمام إنتر ميلان في إياب دور الـ16 بدوري أبطال، ورغم ذلك تأهل الريز للدور التالي بفضل مجموع المباراتين، ومنذ ذلك الوقت قام الفريق ببناء الزخم قبل الجزء النهائي من الموسم.

وفي كانون الثاني/يناير كان ليفربول يتبعده عن مانشستر سيتي، متصدر جدول الترتيب، بفارق 14 نقطة، ولكن ليفربول أدرك أنه لا يمكنه الخسارة مرة أخرى، وتخلص الفارق ليصبح نقطة واحدة.

ويعد أن تعادلا (2/2) في الدوري على ملعب الاتحاد الأسبوع الماضي، سيلتقيان مرة أخرى وجها لوجه غدا السبت في الدور قبل النهائي، حيث يواصل ليفربول محاولته للتتويج برباعية تاريخية.

تأكد شكوك تشافي حول إصابة بيدري

قال تقرير صحفي، إن بيدري لاعب برشلونة، مهدد بالغياب حتى نهاية الموسم، بعد الإصابة التي تعرض لها خلال الخسارة أمام أينتراخت فرانكفورت، في إياب ربع نهائي الدوري الأوروبي.

وخسر برشلونة أمام أينتراخت فرانكفورت بنتيجة 3-2، الخميس، في كامب نو، علماً بأنه تعادل ذهاباً 1-1، مما سمح بتأهل الفريق الألماني للمربع الذهبي للدوري الأوروبي.

وشارك بيدري أساسياً في المباراة ولعب الشوط الأول بالكامل، قبل استبداله بين الشوطين، حيث اشتكى من آلام عضلية، وتم استبداله بفريكتي دي يويج.

وبحسب صحيفة «موندو ديبورتيفو»، فإن إصابة بيدري خطيرة، وستكلفه الغياب لفترة بين 6 إلى 8 أسابيع، وبالتالي نهاية موسمه مع الفريق.

كان تشافي هيرنانديز المدير الفني للبرشلونة، قد صرح عقب المباراة «إصابة بيدري تقلقني، دعونا نرى ما لديه، إنها أخبار سيئة».

رسالة جديدة تطلب مصير بوكيتينو في باريس

لا يزال مصير الأرجنتيني، مورييسو بوكيتينو، مدرب باريس سان جيرمان، معلقاً لحين إشعار آخر.

تولى بوكيتينو المسؤولية في كانون الثاني/يناير 2021 بعقد يمتد حتى صيف 2023، لكن ثار الجدل حول إمكانية رحيله صيف العام الجاري خاصة بعد الخروج من دوري أبطال أوروبا.

وذكرت صحيفة «ذا أتلتيك» البريطانية أن مورييسو بوكيتينو لا يزال يحظى بدعم داخلي من إدارة باريس سان جيرمان.

ونقلت الصحيفة تصريحاً لمسؤول بارز في النادي الفرنسي «لأسف عندما يخسر اللاعبون، يتحمل المدرب ورئيس النادي الخطأ والمسؤولية».

وأضاف هذا المسؤول لصحيفة «ذا أتلتيك» البريطانية: «مورييسو بوكيتينو شخص رائع، يؤدي عمله بكل جدية وإخلاص».

ولفتت الصحيفة إلى أن هذه الكلمات من شأنها أن تنجو بالمدرب الأرجنتيني من شبح الإقالة، في انتظار ما ستسفر عنه الفترة القادمة.

يشار إلى أن فرص بوكيتينو في تدريب مانشستر يونايتد باتت ضعيفة لصالح إريك تين هاج مدرب أياكس أمستردام، الذي أصبح أقوى المرشحين لتولي المهمة خلفاً لورف رانجنيك.

الوحدات يهزم الأرتوذكسي في السلسلة النهائية لدوري السلة



شهدت المباراة سجلاً في التسجيل وتكافؤاً في موازين القوى.

واعتمد الوحدات على انطلاقات محمود عابدين ومايلز والهندي ولعب تحت السلة محمد شاهر وزين نجداوي وأبو وزنة، فيما برز من الأرتوذكسي كنعان وأمين أبو حواس وإبراهيم وزيد عباس إضافة إلى فكري السوي.

ونجح الوحدات بفضل التركيز العالي للاعبيه تحت السلة في حسم الربع الأول لصالحه بنتيجة 22-18.

وفي الربع الثاني، بقي التكافؤ ميزة المواجهة، واستطاع الأرتوذكسي تقليص الفارق والتقدم أكثر من مرة لكن براعة محترف الوحدات الأمريكي مايلز «نجم المباراة» مكن

فريقه من حسم الشوط الأول لصالحه نتيجة 42-39. وتوقف الأرتوذكسي على نفسه في الربع الثالث وبرز أبو حواس في نقص سلة الوحدات فيما برز مالك كنعان بسلاح الثلاثيات ليسود التعادل 62-62.

وبحث الفريقان عن الحسم في الربع الأخير الذي شهد قمة الإثارة الفنية والتقطعية، قبل أن ينجح الأرتوذكسي في تعديل النتيجة في الثانية الأخيرة 82-82، ليحتكم الفريقان لوقت إضافي مدته 5 دقائق.

وتقدم الأرتوذكسي بفارق 4 نقاط في الوقت الإضافي، لكن الوحدات وبفضل هتافات جماهيره التي ضجت فيها الصالة، استعاد توازنه وعادل النتيجة قبل أن ينهي المباراة بالتقدم 95-92.

مدرب الوحدات يُعدّد أسباب الفوز على الأرتوذكسي

أكد معتمد سلامة، المدير الفني للوحدات، أن فريقه قدم مباراة كبيرة أمام الأرتوذكسي، الخميس، في افتتاح السلسلة النهائية لدوري السلة الأردني.

وقال سلامة في تصريحات لقناة الأردن الرياضية «الحمد لله لعبنا بانضباط تكتيكي كبير، واجهنا خصماً قوياً».

وتابع «لقد بذل اللاعبون جهداً كبيراً، وكانوا على قدر المسؤولية، عرفنا كيف نوظف محمد شاهر في المباراة».

وأضاف «كان بإمكاننا حسم النتيجة قبل الاحتكام للوقت الإضافي، لولا بعض الأخطاء البسيطة».

ونوه «سعيد شريط مباراتنا مع الأرتوذكسي لمراجعة الأخطاء واستثمار نقاط ضعف منافسنا قبل المباراة الثانية الثلاثاء المقبل».

وقدر معتمد سلامة، الحضور الكبير لجماهير الوحدات، والتي لعبت دوراً مهماً في تحقيق الانتصار. وتوقف الوحدات على الأرتوذكسي في الوقت الإضافي بنتيجة 95-92، وأصبح بحاجة لفوزين من 4 مواجهات متبقية، لحصد لقب الدوري.

رئيس فرنسا يتدخل لإقناع مبابي بتجديد عقده مع باريس

يشغل كيليان مبابي، مهاجم باريس سان جيرمان، وملف تجديد عقده الجميع في فرنسا، بما فيهه رئيس الجمهورية، إيمانويل ماكرون. وذكرت شبكة «RTL» الفرنسية أن ماكرون يتبادل بانتظام مع مبابي، العديد من الرسائل النصية والمكالمات الهاتفية في الفترة الأخيرة، للحديث عن كرة القدم.

وأضافت «على الرغم من الأجندة المزدحمة لماكرون وانشغاله بالانتخابات الرئاسية في الأسابيع القليلة الماضية، لم يقطع التواصل بينه وبين كيليان».

وأشارت «بالعكس»، فإن الرئيس الفرنسي يتحدث باستمرار مع كيليان مبابي، ويتناقش معه لإقناعه بفكرة تجديد عقده مع النادي الباريسي». وختمت الشبكة الفرنسية تقريرها بأنه من الواضح أن فرضية المغادرة إلى ريال مدريد أو أي نادٍ آخر تبدو أقل وضوحاً في الفترة الحالية، مما كانت عليه قبل أسابيع قليلة.

وينتهي تعاقب كيليان مبابي مع بي إس جي بنهاية الموسم الجاري، علماً بأنه انضم للفريق في صيف 2017 قادماً من موناكو.

برشلونة يكشف طبيعة إصابة بيدري

أعلن برشلونة، في بيان الجمعة، أن لاعبه بيدري يُعاني من إصابة بتمزق في عضلات الفخذ الخلفية بالساق اليسرى تعرض لها خلال الخسارة (2-3) من أينتراخت فرانكفورت، والخروج من ربع نهائي الدوري الأوروبي. وشعر بيدري، بآلام في نهاية الشوط الأول، واستبدل بالهولندي فريكتي دي يويج. ولم يوضح الجهاز الطبي للبارسا، المدة التي قد يعيها النجم الإسباني الواعد، لكن من المتوقع غيابه عن 8 مباريات متبقية بالدوري الإسباني. وتشكل الإصابة، ضربة قوية أخرى لبرشلونة، إذ يعد بيدري من الركائز الأساسية في تشكيلة المدرب تشافي هيرنانديز.

وسبق لبيدري، أن غاب عن بداية الموسم بسبب إصابة عضلية في الساق اليسرى أيضاً.

جورجينييو يشترط على يوفنتوس

قال تقرير صحفي، إن جورجينييو لاعب خط وسط تشيلسي، يدخل ضمن الأهداف الرئيسية ليوفنتوس، خلال سوق الانتقالات الصيفية.

وبحسب صحيفة «لاجايتا ديلو سبورت»، فإن جورجينييو ضمن المطلوبين لتدعيم صفوف البياتكونيري، وطلب الحصول على 7 ملايين يورو كراتب سنوي، وأضافت الصحيفة «جورجينييو يرى أن عقده مع تشيلسي ينتهي في 2023، ولا يمكن التفاوض للتجديد في الوقت الحالي بسبب العقوبات التي فرضتها الحكومة البريطانية على المالك رومان أبراموفيتش، وستتغير ملكية النادي قريباً». وكان وكيل جورجينييو قد صرح مؤخراً، أن هناك إمكانية لعودته إلى الدوري الإيطالي، حال فشل التوصل لاتفاق مع تشيلسي حول التجديد، وأفادت الصحيفة، أن المحادثات بدأت بالفعل بين وكيل جورجينييو ويوفنتوس، بناء على طلب من ماسيميليانو أيجري المدير الفني للسيدة العجوز.

رونالدو يستحوذ على ناد جديد

وقع لاعب كرة القدم البرازيلي السابق رونالدو نازاريو، رسمياً عقد استحواذه على 90% من أسهم نادي كروزيرو البرازيلي العريق الذي يلعب حالياً في دوري الدرجة الثانية.

وأعلنت إدارة كروزيرو في بيان أن رونالدو وقع في الثامن من الشهر الجاري على العقد الذي يجعله مع مجموعته الاستثمارية المستحوذ الأكبر على النادي. وأنهى التوقيع على العقد النهائي نحو 4 أشهر من المفاوضات والخلافات منذ أن أعلن رونالدو في 18 ديسمبر/كانون أول الماضي التوصل لاتفاق مبدئي للاستحواذ على النادي الذي شهد بداية مسيرته الاحترافية عندما ضمّه وهو في الـ18 من عمره.

وتأجل التوقيع على العقد بسبب اكتشاف الديون التي لم تظهر في الوثائق الأولية ومقاومة مسؤولي كروزيرو للتنازل عن كل السلطة لرونالدو، ولم يوقع رونالدو، الذي يمتلك نادي بلد الوليد الإسباني، العقد إلا بعد موافقة مسؤولي النادي على شروطه وذلك قبل 10 أيام من انتهاء الموعد النهائي للتوصل إلى اتفاق. وقال رونالدو «أشعر بالفخر لأنني قادر على قيادة عملية إعادة بناء النادي. يمكن للجماهير والسوق التأكد من أننا لن نرتاح حتى نطبق على نطاق واسع نموذج إدارة فعال وأخلاقي يحقق نجاحاً رياضياً».

يوفنتوس يعلن تمديد عقد كوارادو

أعلن نادي يوفنتوس، الجمعة، تمديد عقد نجمه الكولومبي خوان كوارادو، الظهير الأيمن بالفريق، لمدة عام إضافي، ليبقى خوان داخل صفوف السيدة العجوز، حتى 2023.

وذكر يوفنتوس، في بيان له عبر موقعه الرسمي، أن كوارادو، كان من المقرر أن ينتهي عقده مع النادي بنهاية الموسم الجاري، إلا أن الطرفين اتفقا على تمديد العقد لعام إضافي.

وأشار إلى أن عقد كوارادو الجديد، سيبقي اللاعب داخل صفوف السيدة العجوز للموسم المقبل؛ حيث من المقرر أن ينتهي في صيف 2023.

كان كوارادو، انضم إلى يوفنتوس قادماً من تشيلسي في عام 2015، وخلال تلك الفترة شارك في 262 مباراة بقميص البياتكونيري في جميع المسابقات، تمكن فيه من تسجيل 24 هدفاً.

يذكر أن يوفنتوس أعلن أمس الخميس، تمديد عقد حارسه ماتيا

يونايتد وآرسنال يتنافسان على صفقة من قاع البريميرليج



يتصدر مانشستر يونايتد وآرسنال سباقاً قويا على ضم أحد المدافعين المميزين من أندية القاع في البريميرليج، وسط اهتمام من أندية بايرن ميونخ وغريمه بوروسيا دورتموند بخدمته أيضاً.

يستهدف الناديان التعاقد مع مدافع فريق نورويتش سيتي ماكس أرونز البالغ من العمر 22 عاماً.

وبات نورويتش قريباً من العودة إلى دوري الدرجة الأولى «تشمبيونشيب» إذ يتدبر البريميرليج حالياً.

وتابعت ذا صن مؤكدة أن عملاقى البوندسليجا بايرن ميونخ وبوروسيا دورتموند يراقبان اللاعب أيضاً، بينما أبدى برشلونة وروما اهتماماً سابقاً به.

وتقدر قيمة أرونز بنحو 20 مليون جنيه استرليني، وقد شارك مع نورويتش في الموسم الجاري في 29 مباراة 28 منها في الدوري الممتاز.

وخاض أرونز مباراته رقم 150 مع نورويتش في يناير/كانون الثاني الماضي ضد إيفرتون.

وأفادت صحيفة «ذا صن» بأنه مع اقتراب نورويتش من الهبوط، يمكن للنادي أن يستقبل عروض الأندية المهمة بأرونز، في ظل رغبته في الحصول على مبلغ مالي جيد.

وأضافت الصحيفة «يونايتد يبدو بحاجة أكبر لخدمات أرونز، في ظل تراجع أداء ظهيره الأيمن أرون وان بيساكا».

وقالت «كما يتناسب أرونز أسلوب آرسنال المهتم دائماً بتطوير اللاعبين الإنجليزي الشباب على غرار بوكايو ساكا وإيميل سميث رو وين وايت».

توخيل يعتذر لنجم تشيلسي المعار

كشف الألماني توماس توخيل المدير الفني لتشيلسي، أنه اعتذر بشكل شخصي لكونور جالاجر، المعار لكريستال بالاس.

وحجب البلوز مشاركة جالاجر مع كريستال بالاس في المباراة التي جمعتهما بعد غد الأحد، في الدور قبل النهائي ببطولة كأس الاتحاد الإنجليزي.

وذكرت وكالة الأنباء البريطانية «بي.إيه. ميديا» أن بالاس تقدم بطلب رسمي إلى البلوز لكي يسمح لجالاجر باللعب في مباراة الدور قبل النهائي التي تقام على ملعب ويمبلي، ولكن تشيلسي رفض هذا الطلب بدع الشروط المخصوص عليها في عقد إعارته، وبينما أصر توخيل على أن هذا القرار هو الصحيح، أكد أيضاً أنه يتفهم الإحباط الذي يشعر به اللاعب البالغ من العمر 22 عاماً.

وكشف توماس توخيل المدير الفني لتشيلسي، أنه اعتذر بشكل شخصي لكونور جالاجر، المعار لكريستال بالاس.

وحجب البلوز مشاركة جالاجر مع كريستال بالاس في المباراة التي جمعتهما بعد غد الأحد، في الدور قبل النهائي ببطولة كأس الاتحاد الإنجليزي.

وذكرت وكالة الأنباء البريطانية «بي.إيه. ميديا» أن بالاس تقدم بطلب رسمي إلى البلوز لكي يسمح لجالاجر باللعب في مباراة الدور قبل النهائي التي تقام على ملعب ويمبلي، ولكن تشيلسي رفض هذا الطلب بدع الشروط المخصوص عليها في عقد إعارته، وبينما أصر توخيل على أن هذا القرار هو الصحيح، أكد أيضاً أنه يتفهم الإحباط الذي يشعر به اللاعب البالغ من العمر 22 عاماً.