

دوي انفجارات في محيط مدينة مصياف السورية

تابع ص٧

السودان.. احتجاجات جديدة للمطالبة بـ«الحكم المدني»

تابع ص٧

«مفاجأة» للصدر... والرئاسات العراقية تحاول احتواء العارِقي

تابع ص٧

يومية - سياسية - اقتصادية - شاملة



عون: عدم جواز تعطيل استحقاق تشكيل حكومة جديدة

بيروت

دعا الرئيس اللبناني ميشال عون إلى تشكيل حكومة جديدة في أسرع وقت ممكن، لعدم جواز الاستمرار في تعطيل هذا الاستحقاق. وقال عون خلال اجتماعه مع الرئيس المكلف لتشكيل الحكومة الجديدة نجيب ميقاتي، إن المصلحة الوطنية العليا تقتضي بأن يكون الانتظام في المؤسسات الدستورية مؤمناً والشراكة الوطنية مصونة من حيث تشكيل الحكومة الجديدة أو من حيث انتخاب رئيس جديد للجمهورية.

للسنوات -2022 2025

الحكومة تقر خريطة طريق تحديث القطاع العام

عمان

ووافق مجلس الوزراء بهذا الصدد على تشكيل اللجنة الوزارية العليا لمتابعة تنفيذ البرنامج التنفيذي لتحديث القطاع العام للسنوات ٢٠٢٢ - ٢٠٢٥. وتضم اللجنة في عضويتها وزير التخطيط والتعاون الدولي، وزير دولة لشؤون رئاسة الوزراء، وزير الاقتصاد الرقمي والريادة، وزير الداخلية، وزير دولة لشؤون الإعلام، وزير دولة للشؤون القانونية ورئيس ديوان الخدمة المدنية. كما وافق المجلس على استحداث وحدة إدارة وتنفيذ البرنامج التنفيذي لتحديث القطاع العام والتحول الرقمي في رئاسة الوزراء والسير قدما بإجراءات بدء هذه الوحدة لممارسة أعمالها وتكليف الوحدة بإعداد الخطة التفصيلية السنوية للمرحلة الأولى من خريطة الطريق ورفعها إلى اللجنة العليا لإقرارها من مجلس الوزراء قبل نهاية العام الحالي.تابع ص٢

أقر مجلس الوزراء في جلسته التي عقدها الخميس، برئاسة رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة، خريطة طريق تحديث القطاع العام والبرنامج التنفيذي لها للسنوات ٢٠٢٢-٢٠٢٥. وأكد رئيس الوزراء التزام الحكومة بتحقيق النتائج المرجوة من خريطة تحديث القطاع العام في الوصول إلى قطاع عام كفؤ وفعال، وإعادة الألق لهذا القطاع الذي كان له إسهامات كبيرة في مسيرة التنمية في الأردن والعديد من الدول الشقيقة عبر عقود ماضية. كما أكد رئيس الوزراء أن خريطة تحديث القطاع العام حية ومرنة وقابلة للتحديث والتطوير وهي مفتوحة على أي تحسينات إيجابية، لافتا إلى أنه ستكون هناك وفقات للمراجعة والتحسين على التوصيات التي تتضمنها الخريطة وإعادة النظر بها وفقا لتقدم سير العمل في تنفيذها وحل أي معوقات قانونية أو مؤسسية أو إدارية أو فنية



1350 رسالة تطلب المساعدة والوقاية من الجرائم الإلكترونية عبر منصة طريق

عمان

أجل مواجهة هذا النوع من الجرائم، بالإضافة إلى كل ما يتعلق بهذه الجرائم والأبحاث والدراسات التي تمت بالتعاون مع الجهات المعنية، وتضم أيضا مركزا للتعليم، وأشارت الى أن بإمكان المنصة إيصـال طالب الخدمة بمديرية الأمن العام مع ضمان عدم الكشف عن شخصية طالب الخدمة وبسرية تامة.تابع ص٢

في المنظمة سارة علاء الدين لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، إن الرسائل المرسلة كافة، وشخصية مرسلها، تم التعامل معها بسرية ولا أحد يستطيع معرفة طالب هذه المساعدة حرصا على الخصوصية وزيادة الثقة لدى المجتمع بطلب المساعدة في هذا النوع من الجرائم. وأضافت، إن المنصة تهدف إلى مساعدة زائريها في التعرف على مفهوم

تلقت منصة التحول الرقمي «طريق» التي أطلقتها منظمة «سايرين أسوسييتس» غير الربحية بالتعاون مع مديرية الأمن العام وجمعية النساء العربيات في محافظة المفرق في الرابع من آب الحالي، ١٣٥٢ رسالة تطلب المساعدة والتوعية من الجرائم الإلكترونية خلال ٢٠ يوما. وقالت مديرة التحول الرقمي

افتتاح مهرجان منتجات الصيف الزراعية التعاونية

عمان

المهرجان يأتي ضمن محور تسويق المنتجات والصناعات الغذائية المحلية، وتعزيز الأمن الغذائي، ضمن سلسلة مهرجانات ومعارض دائمة وأخرى موسمية تعمل عليها الوزارة ووفق روتنظمة تسمح بتسويق المنتجات حسب الموسم والمحصول. وبين أن تشاركية وزارة الزراعة

والمؤسسة التعاونية منحت الفرصة لـ ١٠٠ جمعية للمشاركة في المهرجان بحاصل موسمية وصناعات غذائية وحرف مختلفة تعود بالفائدة على المجتمعات الريفية والأسر المنتجة، وتساعد في توفير فرص عمل مباشرة وغير مباشرة ضمن مراحل الإنتاج والتصنيع والتعبئة والتسويق.

افتتح وزير الزراعة المهندس خالد الحنيفات الخميس، مندوبا عن رئيس الوزراء بشر الخصاونة، مهرجان منتجات الصيف الزراعية التعاونية في حدائق الحسين، بحضور عدد من الوزراء والسفراء والمنظمات الدولية والجمعيات. وأكد الحنيفات أن

أختتمت الخميس، في مدرسة الأمير هاشم بن الحسين للعمليات الخاصة، دورة المظللين رقم ٢٠٢٢/١، بمشاركة مجموعة من ضباط وضباط صف وأفراد في القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي، بحضور المساعد للعمليات والتدريب العميد الركن عبدالله شديقات. واشتملت الدورة على موضوعات اللياقة البدنية والتدريب الأرضي والجوي، إضافة إلى تمارين التعامل مع المظلات.

يُشار إلى أن هذه المرة الأولى التي يتم خلالها إشراك مجندات في دورة المظللين.

محمد بن زايد يعقد اجتماعا مع رئيسة اليونان

أثينا

عقد الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس دولة الإمارات، الخميس، في أثينا اجتماعا مع كاترينا ساكيلا روبولو رئيسة جمهورية اليونان. ورحبت رئيسة اليونان في بداية اللقاء الذي جرى في القصر الرئاسي، بالشيخ محمد بن زايد، وهنأته بتوليته رئاسة دولة الإمارات، متمنية أن تعزز زيارته علاقات الصداقة والتعاون بين البلدين والشعبين. وأكدت ساكيلا روبولو أن اليونان تعتبر الإمارات شريكا استراتيجيا، مضيفة أن البلدين لديهما رؤية مشتركة نحو السلام والأمان والرفاهية في المنطقة. وأضافت أنه خلال السنوات الأخيرة جرى تعزيز العلاقات بين البلدين، محربة عن ثقتهما في وجود فرص إضافية كثيرة من أجل تعزيز هذه العلاقات في مجالات عدة، حسبا نقلت وكالة الأنباء الإماراتية «وام»، من جانبها، أعرب رئيس الإمارات عن سعاداته بلقاء الرئيسة اليونانية وزيارة مدينة أثينا العريقة الزاخرة بالتنوع الثقافي والحضاري، متمنيا للشعب اليوناني مزيدا من الرقي والتطور والازدهار. وعبرَ الشيخ محمد بن زايد عن سعاداته بالتطور المتزايد الذي تشهده العلاقات بين البلدين خلال السنوات الأخيرة، مشيرا إلى أنه رغم تحدي جائحة كورونا إلا أن التبادل التجاري خلال العامين الأخيرين ارتفع نسبة ١٧ في المائة. وجرى خلال اللقاء استعراض علاقات الصداقة والتعاون بين البلدين وسبل تعزيزها وتطويرها، وتناول الجانبان مجمل الأحداث والتطورات على الساحتين الإقليمية والدولية وتبادلا وجهات النظر بشأن عدد من القضايا ذات الاهتمام المشترك.

بانتظار الحسم النووي.. رحلة المفاوضات تشهد مراحلها الأخيرة

وكالات

على وقع ارتفاع حدة التصعيد بين القوة العظمى على أكثر من جبهة، لاسميا في أوكرانيا وتايوان، ينتظر العالم بحذر شديد ما ستؤول إليه المفاوضات النووية من نتائج قد تغير خارطة وموازن الصراع. أعلنت طهران، مساء الأربعاء، أنها تلقت ردا من واشنطن على «النص النهائي»، الذي قدمه الاتحاد الأوروبي لإحياء الاتفاق النووي. أكدت إيران أنها ستقتل وجهة نظرها إلى الاتحاد الأوروبي، باعتباره منسق المحادثات النووية، بعد استكمال المراجعة للرد. • الاتفاق سيلزم طهران بنسبة محددة لتخصيب اليورانيوم. • لن يسمح لإيران بتخصيب اليورانيوم أعلى من ٣.٦٧ بالمئة. • ستتمتع إيران من تخزين أكثر من ٣٠٠ كغ من اليورانيوم المخصب. • سيتم فرض القيود على البرنامج النووي الإيراني حتى عام ٢٠٣١. • استمرار للمعارضة الإسرائيلية التي ترى بالاتفاق امتيازات جديدة لصالح طهران. • التأكيد مرارا بعدم السماح لإيران بالتحول إلى دولة نووية. • التحويل على سياسة واشنطن الساعية لضمان أمن إسرائيل كحليف استراتيجي. • محادثات فيينا غير المباشرة تعثرت مرارا بسبب طلبات متبادلة بين جميع الأطراف. • أصرت إيران على مطلب تقديم واشنطن ضمانات بعدم التخلي المسبق عن الاتفاق، بالإضافة لطلب أخرى مرتبطة بنسب التخصيب والتقليل من قدرات الوكالة الدولية للطاقة الذرية بالكشف عن المواقع المعنية، وشطب اسم الحرس الثوري من قائمة الإرهاب.

الأمن يتعامل مع أعمال شغب محدودة في لواء البترا

عمان

قال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، إن مجموعة من الأشخاص في لواء البترا، قامت بأعمال شغب محدودة إثر تنفيذ حملة أمنية في اللواء بالتنسيق مع سلطة إقليم البترا لإزالة أية مخالفات في الإقليم. وأضاف، أن قوة الأمنية تحركت إلى المكان على الفور وتم التعامل معهم وإعادة فتح الطريق.

الخارجية تتسلم نسخة من أوراق اعتماد السفارة السويسرية والسفيرة الأيرلندية

عمان

تسلم أمين عام وزارة الخارجية وشؤون المغتربين بالوكالة السفير حازم الخطيب، الخميس، نسخة من أوراق اعتماد سفيرة الاتحاد الكونفدرالي السويسري الصديقة إيميليا جيورجيفا، سفيرا معتمدا مقيما لدى المملكة. وأعرب السفير الخطيب، خلال لقائه في مكتبه السفارة جيورجيفا، عن تمنياته لها بالتوفيق والنجاح في مهامها الجديدة في تعزيز العلاقات الثنائية بين البلدين الصديقين.

كما تسلم نسخة من أوراق اعتماد سفيرة جمهورية أيرلندا الصديقة ماريان بولجر، سفيرا معتمدا مقيما لدى المملكة. وأعرب السفير الخطيب، خلال لقائه في مكتبه السفارة بولجر، عن تمنياته لها بالتوفيق والنجاح في مهامها الجديدة لتعزيز العلاقات الثنائية بين البلدين الصديقين.

سلطة وادي الأردن تزيد حصص مياه الري للمزارعين

عمان

قالت سلطة وادي الأردن، إنها ستزيد حصص كميات مياه الري للمزارعين في مناطق وادي الأردن، نتيجة ارتفاع درجات الحرارة المتوقع خلال الأسبوع القادم. وأضافت السلطة في بيان الخميس، إن الزيادة تأتي لحماية المزروعات والأشجار حتى انتهاء الموجة الحارة، مؤكدة أنها تسعى بكل إمكانياتها، للتسهيل على المزارعين، وتقديم التسهيلات الممكنة لهم، وتمكينهم من القيام بواجبهم على الشكل الأمثل.

وأشارت إلى أنها ستقوم بالتنسيق والمتابعة مع جميع جمعيات الري في الوادي، للتأكد من توزيع مياه الري على جميع مستخدميه مياه الري التي تقوم بإدارة مياه الري بعد موقع التزويد، وتوزيعها على الوحدات الزراعية حسب الحصص المقررة وبما يحسن من الأداء الزراعي.

قطر تبني محطات جديدةتين للطاقة الشمسية بكلفة 632 مليون دولار

الدوحة

أعلنت قطر عن مشروع ضخم لبناء محطتين للطاقة الشمسية الكهروضوئية باستثمارات كبيرة تتجاوز قيمتها ٢,٣ مليار ريال قطري (٦٣٢ مليون دولار)، وقالت قطر للطاقة خلال توقيع عقد المشروع بالدوحة الليلة الماضية، إن المحطتين الجديدتين سيتم بناؤهما في مدينة مسيعبد الصناعية ومدينة راس لفان الصناعية، على أن يبدأ إنتاج الكهرباء بحلول نهاية عام ٢٠٢٤. وستتولى تنفيذ المشروع، شركة سامسونغ سي أند تي الكورية. وقال وزير الدولة لشؤون الطاقة القطري، المهندس سعد بن شريدة الكعبي، إن مشروع محطات الطاقة الشمسية في المدن الصناعية يعد بمثابة خطوة رئيسة على طريق تنفيذ استراتيجية تنوع موارد الطاقة في قطر، وزيادة الاعتماد على الطاقة المتجددة عالية الكفاءة، والتي تعد حجر الزاوية لمستقبل مستدام. وأضاف أن هذا المشروع يؤكد التزامنا تجاه تنفيذ استراتيجية قطر للطاقة للاستدامة وتحقيق هدفنا على المدى المتوسط المتمثل في توليد ٥ غيغاواط من الطاقة الشمسية بحلول عام ٢٠٣٥.



مجلس الوزراء يقر خريطة طريق تحديث القطاع العام والبرنامج التنفيذي لها

عمان

أقر مجلس الوزراء في جلسته التي عقدها الخميس، برئاسة رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة، خريطة طريق تحديث القطاع العام والبرنامج التنفيذي لها للسنوات 2022-2025.

وأكد رئيس الوزراء التزام الحكومة بتحقيق النتائج المرجوة من خريطة تحديث القطاع العام في الوصول إلى قطاع عام كفؤ وفعال، وإعادة الألق لهذا القطاع الذي كان له إسهامات كبيرة في مسيرة التنمية في الأردن والعديد من الدول الشقيقة عبر عقود ماضية.

كما أكد رئيس الوزراء أن خريطة تحديث القطاع العام حبة ومرنة وقابلة للتحديث والتطوير وهي مفتوحة على أي تحسينات إيجابية، لافتاً إلى أنه ستكون هناك وفتات للمراجعة والتحسين على التوصيات التي تتضمنها الخريطة وإعادة النظر بها وفقاً لتقدم سير العمل في تنفيذها وحل أي معوقات قانونية أو مؤسسية أو إدارية أو فنية .

ووافق مجلس الوزراء بهذا الصدد على تشكيل اللجنة الوزارية العليا المتابعة لتنفيذ البرنامج التنفيذي لتحديث القطاع العام للسنوات 2022-2025.

وتضم اللجنة في عضويتها وزير التخطيط والتعاون الدولي، وزير دولة لشؤون رئاسة الوزراء، وزير الاقتصاد الرقمي والريادة، وزير الداخلية، وزير دولة لشؤون الإعلام، وزير دولة للشؤون

القانونية ورئيس ديوان الخدمة المدنية. كما وافق المجلس على استحداث وحدة إدارة وتنفيذ البرنامج التنفيذي لتحديث القطاع العام والتحول الرقمي في رئاسة الوزراء والسير قدماً بإجراءات بدء هذه الوحدة لممارسة أعمالها وتكليف الوحدة بإعداد الخطة التفصيلية السنوية للمرحلة الأولى من خريطة الطريق ورفعها إلى اللجنة العليا لإقرارها من مجلس الوزراء قبل نهاية العام الحالي.

وقرر مجلس الوزراء تكليف وحدة متابعة الأداء الحكومي والإنجاز في رئاسة

الوزراء بمتابعة تقدم سير العمل في البرنامج التنفيذي لتحديث القطاع العام . وكان رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة أعلن في وقت سابق أن خريطة الطريق لتحديث القطاع العام تتضمن برامج تنفيذية على مدى عشر سنوات؛ المرحلة الأولى من هذه البرامج خلال الفترة من 2022 إلى 2025 يليها برنامج تنفيذي على مدى 3 سنوات، وبرنامج آخر وصولاً إلى السنوات العشر .

ويأتي الخُطام لغايات تيسير سُبل الوصول إلى العدالة، وتعزيز سيادة القانون، وتوفير ضمانات المحاكمة العادلة، وتوسيع الفئات المستفيدة من المساعدة القانونية من خلال إعادة النظر بمعايير وأسس استحقاقها. كما أقرّ مجلس الوزراء نظاماً معدّلاً لنظام إدارة المواد والنفايات الخطرة لسنة 2022م، لغايات إعادة تشكيل اللجنة الفنية لإدارة المواد والنفايات الخطرة، وذلك بإضافة ممثل عن كلّ من: وزارة

النقل، وزارة الداخليّة، ومدير مديريّة إدارة النفايات والمواد الخطرة في وزارة البيئة إلى عضويتها. ونظراً لصدور نظام صندوق دعم وتطوير الصناعة رقم (45) لسنة 2022م، ونشره في الجريدة الرسمية، والذي من شأنه أن يسهم في تعظيم استفادة الاقتصاد الوطني من خلال إعطاء المنتجات الأردنيّة ميزة وحوافز تنافسيّة أكبر في الأسواق المحليّة والعالميّة، وافق المجلس على الأسباب الموجبة لمشروع نظام حوافز الأنشطة الصناعية رقم (13) لسنة 2020م.

الحنيفات يفتتح مهرجان منتجات الصيف الزراعية التعاونية

عمان

افتتح وزير الزراعة المهندس خالد الحنيفات الخميس، مندوباً عن رئيس الوزراء بشر الخصاونة، مهرجان منتجات الصيف الزراعية التعاونية في حدائق الحسين، بحضور عدد من الوزراء والسفراء والمنظمات الدولية والجمعيات.

وأكد الحنيفات أن المهرجان يأتي ضمن محور تسويق المنتجات والصناعات الغذائية المحلية، وتعزيز الأمن الغذائي، ضمن سلسلة مهرجانات ومعارض دائمة وأخرى موسمية تعمل عليها الوزارة ووفق روتنظمة تسمح بتسويق المنتجات حسب الموسم والمحصول. وبين أن تشاركية وزارة الزراعة والمؤسسة التعاونية منحت الفرصة لـ100 جمعية للمشاركة في المهرجان بمحاصيل موسمية وصناعات غذائية وحرف مختلفة تعود بالفائدة على المجتمعات الريفية والأسر المنتجة، وتساعد في توفير فرص عمل مباشرة وغير مباشرة ضمن مراحل الإنتاج والتصنيع والتعبئة والتسويق.

وأضاف الحنيفات، إن الوزارة وجهت جزءاً كبيراً من خطتها الإقراضية العام الماضي وهذا العام، لدعم مشاريع التصنيع الغذائي والبرامج الريادية التي تدعم الشباب وتمكين المرأة، الأمر الذي ساعد الجمعيات والأفراد في المحافظات والأطراف والمخيمات.

وأشار إلى آليات ستدعم استدامة عمل الجمعيات من خلال الخطة الوطنية للزراعة



تطوير عمل الجمعيات لمواجهة تحديات الأمن الغذائي وتنمية المحافظات وتوفير فرص العمل. يذكر أن المهرجان سيمتد حتى مساء النوجة، وبين مدير عام المؤسسة التعاونية عبدالفتاح الشلبي أن المهرجان يقدم للعائلة الأردنية فرصة تسوق للمنتجات الزراعية والصناعات الغذائية المحلية المأمونة والمضمونة من المنتج مباشرة ودون أي حلقات تسويقية ضمن أجواء عائلية يسودها الترفية لأفراد الأسرة. وأشار إلى أهمية مشاركة الجميع في المهرجان لما لذلك من أثر على الأسر الريفية ودعم استدامة عملها، مبيناً أن المؤسسة تعمل على

تطوير عمل الجمعيات لمواجهة تحديات الأمن الغذائي وتنمية المحافظات وتوفير فرص العمل. يذكر أن المهرجان سيمتد حتى مساء النوجة، وبين مدير عام المؤسسة التعاونية عبدالفتاح الشلبي أن المهرجان يقدم للعائلة الأردنية فرصة تسوق للمنتجات الزراعية والصناعات الغذائية المحلية المأمونة والمضمونة من المنتج مباشرة ودون أي حلقات تسويقية ضمن أجواء عائلية يسودها الترفية لأفراد الأسرة. وأشار إلى أهمية مشاركة الجميع في المهرجان لما لذلك من أثر على الأسر الريفية ودعم استدامة عملها، مبيناً أن المؤسسة تعمل على

استشارية الاطباء تطالب بسحب مشروع قانون المجلس الطبي

عمان

طالبت الهيئة الاستشارية في نقابة الأطباء، بسحب مشروع قانون المجلس الطبي المعروض على مجلس النواب لإجراء تعديلات عليه بهدف تجويده.

جاء ذلك خلال اجتماع للهيئة في الملقي العلمي للنقابة بحضور وزراء صحة وبقاء سابقين ومدراء مستشفيات ورؤساء جمعيات علمية في النقابة وعمداء كليات طب، خصص لمناقشة التحديات التي تواجهها النقابة. وقال نقيب الأطباء الدكتور زياد الزعبي، إن النقابة تواجه تحديات كثيرة، وتسعى للاستفادة من الخبرات الموجودة لحل تلك المشاكل، وأبرزها صندوق التقاعد وصندوق

التكافل والصندوق التعاوني وقانون المجلس الطبي وقانون المسؤولية الطبية والأعداء على الأطباء وتعديل قانون النقابة. وأضاف، أن النقابة بصدد تعديل قانونها لتصبح للهيئة الاستشارية صفة قانونية، وتكون قراراتها تمثل البهوت العامة وحلقة وصل بين النقابة والقطاعات الطبية في محافظات المملكة. وأشار إلى أن قانون المسؤولية الطبية عرض على رئيس المجلس القضائي، حيث طلب تجميد العمل بقانون المسؤولية الطبية، إلى حين وضع الإجراءات التي يحاسب على أساسها الطبيب. وحول قانون المجلس الطبي المعروض على مجلس النواب، بين الزعبي أن النقابة تطالب بسحبه وإعادة صياغته، خاصة أن النقابة لم تستشر عند صياغته، وفيه العديد من المواد

المتناقضة، داعياً إلى تشكيل لجنة لكل ملف من الملفات الساخنة التي تواجه النقابة، وتحديد مواعيد لمناقشتها. من جهتهم، أكد متحدون ضرورة تعديل قانون المجلس الطبي، ولاسيما المادة 17، والحفاظ على البود الأبدن، لأن المساس به يضر بسعة القطاع الطبي والأطباء. وأضافوا أن هناك تحركاً قديماً لتشكيل لجنة للخروج من المأزق الذي سببه مشروع القانون بعد لقاء أصحاب العلاقة، وأن هناك بوادر إيجابية للوصول إلى توافق من خلال التفريق بين منح شهادة المزاولة وشهادة البود، بحيث من يريد ممارسة الاختصاص داخل المملكة يجب إخضاعه لامتحان مزاوله لا علاقة له بشهادة البود.

1350 رسالة تطلب المساعدة والوقاية من الجرائم الإلكترونية عبر منصة طريق

عمان

تلقت منصة التحول الرقمي «طريق» التي أطلقتها منظمة «سايرن أسوسييتس» غير الربحية بالتعاون مع مديرية الأمن العام وجمعية النساء العربيات في محافظة المفرق في الرابع من آب الحالي، 1352 رسالة تطلب المساعدة والتوعية من الجرائم الإلكترونية خلال 20 يوماً. وقالت مديرية التحول الرقمي في المنظمة سارة علاء الدين لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، إن الرسائل المرسله كافة، وشخصية ومرسلها، تم التعامل معها بسرية ولا أحد يستطيع معرفة طالب هذه المساعدة حرصاً على الخصوصية وزيادة الثقة لدى المجتمع بطلب المساعدة في هذا النوع من الجرائم.

وأضافت، إن المنصة تهدف إلى مساعدة زائريها في التعرف على مفهوم الجرائم الإلكترونية وآلية الوقاية منها ومساعدتهم في حال تعرض أي منهم لأي نوع من أنواع هذه الجرائم وتحقق السلامة الرقمية للأشخاص.

وبينت أن المنصة تحتوي على مساعد آلي يقوم على تقنية الذكاء الاصطناعي والذي يقوم بربط الشخص مع مقدم الخدمة وقد تعامل مع 270 شخصاً حتى الآن وهو رقم مباشر يشير إلى حجم الوعي من أجل مواجهة هذا النوع من الجرائم، بالإضافة إلى كل ما يتعلق بهذه الجرائم والأبحاث والدراسات التي تمت بالتعاون مع الجهات المعنية، وتضم أيضاً مركزاً للتعليم.

وأشارت إلى أن بإمكان المنصة إيصال طالب الخدمة بمديرية الأمن العام مع ضمان عدم الكشف عن شخصية طالب الخدمة وبسرية تامة.

ولفت المنسق الحكومي لحقوق الإنسان نذير العومالة خلال مؤتمر وطني عقد في البحر الميت اليوم الخميس، بعنوان: «الحماية الرقمية في الأردن وتحليل واقعا وسيناريوهات المستقبل»، ضمن مشروع توسيع نطاق الحماية في الأردن والمدموم من البرنامج الإقليمي للحماية والتنمية «آر دي بي بي»، إلى أن ظهور الجرائم الإلكترونية بمختلف أنواعها أصبح يهدد استقرار المجتمع ويمثل انتهاكاً صارخاً لحقوق الإنسان ويجب التصدي له من الجهات كافة.

وأضاف، إن من أبرز مظاهر هذه الجرائم عمليات اختراق الحسابات الإلكترونية واستغلال الأطفال وصعوبة تعقب مرتكبيها، وهو ما فرض جهوداً أكبر على الأجهزة الأمنية المختصة التي تتعامل مع هذه الجرائم بأساليب متطورة وحديثة.

ولفت إلى أن الجريمة الإلكترونية تتسبب بقضايا الانتحار والتفكك الأسري وتدمير العلاقات الاجتماعية والإنسانية وأمراض نفسية، وتستهدف أحياناً اختراق الحسابات المالية وخداع الأشخاص من خلال الحسابات الوهمية. وبين أن أهم ما يمكن أن يقوم به من يقع عرضة للجريمة الإلكترونية تقديم صور عن الوثائق والإفادات التي سلبها مرتكب الجريمة مع الشكوى لمساندة الأجهزة الأمنية في الوصول إلى الجاني، وهنا أيضاً يظهر الدور المساند من قبل منظمات المجتمع المدني والعائلة والإسهام ببيت الوعي لمواجهة هذا النوع من الجرائم والوقاية منها.

وأشار إلى أن الأردن يصدر للجريمة الإلكترونية عبر قانون يعاقب مرتكب هذا النوع من الجرائم بالسجن لسنوات بحسب نوع الجريمة، ويحمي القانون البيانات المالية للأفراد والمؤسسات، ويعاقب من يرتكب الذم والفرح والتحقير بحق الآخرين، ولا يتساهل مع مرتكب هذه الجرائم في ما يخص علاقات الأردن الخارجية.

ولاق مدير مديرية الإعلام والشرطة المجتمعية في مديرية الأمن العام العقيد محمود الشباب، إن المديرية أطلقت مشاريع وأعدة من بينها، مشروع «بنبان» والذي استهدف الشباب بمختلف فئاتهم: لبيني مفاهيم الأمن والسلم، واشتمل على برامج ومبادرات لتدريبهم معه الكثيرين من الإيجابيات والسلبيات، مشيراً إلى أن السلبيات وصلت حد ارتكاب الجريمة عبر الفضاء الإلكتروني، ومن هنا جاء بناء قدرات أفراد الأمن العام من خلال هذا البرنامج خاصة في مجال الجرائم الإلكترونية والعنف القائم على النوع الاجتماعي.

وأكد أن التطور التكنولوجي أدى إلى تشكل مجتمع رقمي ظهرت معه الكثير من الإيجابيات والسلبيات، مشيراً إلى أن السلبيات وصلت حد ارتكاب الجريمة عبر الفضاء الإلكتروني، ومن هنا جاء بناء قدرات أفراد الأمن العام من خلال هذا البرنامج خاصة في مجال الجرائم الإلكترونية والعنف القائم على النوع الاجتماعي.

وأكد أن الإحصائيات أشارت إلى ارتفاع ثقة السكان بمديرية الأمن العام وهذا يمثل فرصة لاعتزاز والتقدير والبناء عليه مع المؤسسات الوطنية ومنظمات المجتمع المدني.

وبين المدير الإقليمي لبرنامج (آر دي بي بي) بيتر كوستوهرين، أن هذا المشروع يركز على الجريمة السيبرانية ورفع قدرات الجهات التي تعمل عليه، والتعاون مع المؤسسات والمنظمات والأجهزة كافة للوقاية من الجريمة الالكترونية وبتب الوعي في المجتمعات بمفاهيم الأمن السيبراني. وأكد أن المشروع استمر سنتين ورغم جائحة كورونا التي فرضت ظروفاً مختلفة واستثنائية فقد استطاع المشروع تحقيق أهدافه وهذا ما تم عرضه في المعرض الخاص على هامش المؤتمر.

وقدم مدير شركة «سايرن الأردن» ستيفن بودي الشكر لمديرية الأمن العام على التعاون الكبير خلال فترة المشروع للوصول إلى مجتمع آمن وواع من خلال الشراكة مع المجتمعات المحلية، حيث تم استهداف 6 مواقع في الأردن من بينها حي نزال والخالدية وإيدون والرمنا، منسقة البرامج لدى شركة «سايرن الأردن» رند بطيشت قالت، إن نتيجة البحث الذي تم إجراؤه خلال المشروع بينت أن 80 بالمئة من ضحايا الجرائم الإلكترونية الموجهة ضد الأفراد هم من الفئات والنساء، وأن العنفا القائم على النوع الاجتماعي عبر الإنترنت وغيره كانت تشكل قلقاً للمجتمع.

وأكدت أن من بين النتائج التي توصل إليها البحث ارتفاع مستوى ثقة المجتمع في الإعلانات الرسمية التي تطلقها مديرية الأمن العام والتي وصلت إلى 90 بالمئة من المجتمع.

يشار إلى أن منظمة «سايرن أسوسييتس» منظمة غير ربحية مختصة في مجال الأمن والحماية وإصلاح القطاع العام تعمل في الأردن ولبنان وبريطانيا (بترا-بركات الزويد)

الحوسبة الصحية تنظم محاضرة

حول المعلوماتية الصحية

عمان

تظمت شركة الحوسبة الصحية، يومي الأحد والأربعاء الماضيين محاضرة لنحو 70 طالباً من طالبات كلية الأميرة منى للتريض/الخدمات الطبية الملكية، حول المعلوماتية الصحية والملف الصحي الإلكتروني وبرنامج حكيم بمختلف تطبيقاته.

وقالت الشركة في بيان صحفي الخميس، إن المحاضرة، تأتي ضمن أطر التعاون والتنسيق ما بين كلية الأميرة منى للتريض وشركة الحوسبة الصحية ممثلة في ذراعها التعليمي «أكاديمي حكيم»، للمساهمة في بناء قدرات طالبات التريض وتدريبهن على كيفية استخدام برنامج حكيم عند التحاقهن في مختلف المنشآت الصحية التابعة للخدمات الطبية الملكية التي تطبق البرنامج.

وقال الرئيس التنفيذي لشركة الحوسبة الصحية المهندس عمر عايش حسب البيان، أن «الحوسبة الصحية» وضعت منذ تأسيسها في عام 2008، نصب عينها الارتقاء بقطاع الرعاية الصحية وتعزيز جودة وكفاءة القطاع الصحي والخدمات الصحية المقدمة للمواطنين الأردنيين، بالاعتماد على التكنولوجيا لتوفير حلول تقنية فاعلة، وذلك من خلال العديد من الخدمات والبرامج والتطبيقات التي تم إطلاقها وتطويرها بسواعد أردنية، والتي يأتي في مقدمتها برنامج حكيم البرنامج الوطني لحوسبة القطاع الصحي.

وبين أن تكرار تنظيم هذا النوع من المحاضرات التدريبية لطالبات كلية الأميرة منى للتريض يصب في خدمة أهداف شركة الحوسبة الصحية، بحيث تسهم في الارتقاء بخبرات ومهارات هؤلاء الطالبات ليتعسعن بعد ذلك على أدائهن خلال عملهن في الخدمات الطبية الملكية بعد التخرج.

مغادرة حالة إخلاء طبي بعد استكمال العلاج بمدينة الحسين

عمان

وصلت اليوم الخميس حالة إخلاء طبي إلى قطاع غزة، بعد مغادرتها المملكة اثر استكمال فترة علاجها في مدينة الحسين الطبية بتوجيهات ملكية سامية. وشارك قائد قوة المستشفى الميداني الأردني غزة 71 العقيد الركن صادق بني نصر أهالي قطاع غزة فرحتهم باستقبال الطفل مصطفى هادي العبيسي، وإطمأن على حالته الصحية.

وأكد العقيد الركن بني نصر، أن دعم ورعاية جلالة الملك عبدالله الثاني، القائد الأعلى للقوات المسلحة ستمتدّ على الدوام للأشقاء في قطاع غزة من خلال المستشفى الميداني الذي يقدم الخدمات الطبية والعلاجية لأهالي القطاع منذ عام 2009. وبين طبيب الأطفال المختص، أن الحالة المرضية كانت تعاني من مرض لوكيميا الدم، وتم إجراء العديد من الجلسات الإشعاعية العلاجية خلال فترة العلاج في مدينة الحسين الطبية، وسيتم متابعة الحالة في المستشفى الميداني الأردني.

من جهتهم، عبر ذوو الطفل عن بالغ شكرهم وتقديرهم لجلالة الملك عبدالله الثاني لما راؤهم من اهتمام ورعاية صحية حظي بها طفلهم، وإجراء ما يلزم له من خلال فريق طبي متخصص، ممنهين ما تقوم به القوات المسلحة الأردنية من جهود طبية وإنسانية في قطاع غزة منذ سنوات.

يذكر، أن عملية الإخلاء تمت بتاريخ 11 أيار الماضي، وتبين بعد إجراء الفحص الأولي من فريق التعزيز الطبي في المستشفى الميداني الأردني ومن خلال المسح الطبي لعدد من الحالات، أن هذه الحالة بحاجة إلى تقديم رعاية طبية عالية المستوى، حيث جاءت التوجيهات الملكية مباشرة بتنفيذ عملية الإخلاء للطفل.

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، وأثبت الدواء، المرخص والمُعتمد، فاعليته وأمانه لعلاج مرضى التهاب الأنف التحسسي، بالإضافة إلى قدرته في مساعدة العديد من المرضى على كبح الأعراض التي يعانون منها، مع خصائص متميزة في التأثير بشكل أسرع وأثار جانبية أقل. وتشمل الاتفاقية الأسواق الرئيسية في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا. وقال نائب رئيس مجلس الإدارة التنفيذي ورئيس منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا لدى شركة الحكمة، مازن دروزة، إن الاتفاقية الجديدة مع شركة «أدالفو» تأتي في إطار

استراتيجية «الحكمة» الرامية إلى تقديم منتجات متنوعة وعالية القيمة، إلى جانب ترسيخ حضورنا التجاري في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا. الرئيس التنفيذي لشركة «أدالفو» أنيل أوكاي، قال إن عقد شراكة مع الحكمة، التي تمتلك سجلاً متميزاً في مجال ابتكار الأدوية عالية الجودة وجعلها في متناول من يحتاجون إليها، يسرّع نومنا على المستوى الدولي، ويؤكد قدرتنا على تقديم منتجات متميزة وعالية القيمة إلى السوق، إلى جانب توسيع نطاق وصول منتجاتنا للحساسية والجهاز التنفسي إلى أسواق جديدة.

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة في مجال أدوية الأمراض التنفسية في منطقة

عمان

أعلنت مجموعة الحكمة، مجموعة الشركات الدوائية متعددة الجسبيات، عن اتفاقية ترخيص حصرية مع شركة «أدالفو» لتسويق بخاخ لألف يستخدم لعلاج التهاب الأنف التحسسي، وهو مرض تنفسي منتشر بشكل متزايد ويعرف بالحساسية الأنفية. وقالت المجموعة في بيان صحفي الخميس، إن اتفاقية الترخيص والتوريد الحصرية مع أدالفو تعزز محفظة شركة الحكمة

البصل يقلل من خطر الإصابة بسرطان الأمعاء

قد تتجنب تناول البصل بسبب رائحة الفم المرتبطة به، لكن بعد هذا الخبر ستغير رأيك بالتأكيد. شاركغرد البصل يقلل من خطر الإصابة بسرطان الأمعاء كشفت دراسة جديدة نشرت في المجلة العلمية (Asia Pacific Journal of Clinical Oncology) أن تناول البصل من شأنه أن يقلل من خطر الإصابة بسرطان الأمعاء. وأشار الباحثون القائمون على الدراسة إلى أن الخضراوات الثومية، والتي تشمل البصل والثوم بأنواعهما المختلفة، تساعد في الحماية بشكل ملحوظ من الإصابة بسرطان الأمعاء، وبالتالي تعزيز صحتها. حيث توصل الباحثون إلى هذه الدراسة بعد أن استهدفوا أكثر من ١,٦٠٠ مشتركاً، ولاحظوا أن أولئك الذين تناولوا هذا النوع من الخضراوات، انخفض لديهم خطر الإصابة بسرطان الامعاء بنسبة وصلت إلى ٧٩٪ تقريباً. وأوضح الباحثون أن هناك مواد نشطة في هذه الخضراوات والتي قد وجد أن لها دور في الحماية من الإصابة من سرطان البروستاتا والقدى أيضاً. هذا وتزيد فرص الحماية من هذه السرطانات مع زيادة كمية الخضراوات المتناوله يومياً من هذا النوع تحديداً. وأخيراً أوضح الباحثون أن طريقة طهي هذا النوع من الخضراوات لها أثر كبير على هذه العلاقة، ووجد أن غليها يقلل من نسبة المواد المفيدة، بينما تناولها نيئة يعد الطريقة الأفضل للتمتع بالفوائد الصحية المرتبطة بها.

تحذير من نوع معين من العسل

تعرف على التحذير الذي نشرته الهيئة العامة للغذاء والدواء السعودية فيما يخص منتج معين من العسل. تدعى شركة الكفاءة الدولية. هذا وأفادت أن التحذير من هذا المنتج جاء بسبب احتواءه على مادة دوائية معنية تدعى (Vardenafil) والتي عادة ما يتم استخدامها تحت الاشراف الطبي وهي تؤثر على مرضى الضغط المرتفع والقلب وكبار السن. إضافة إلى ذلك فإن هذا المنتج من العسل يحتوي على مستوى مرتفع من مادة أخرى وهي هيدروكسي ميثيل فورفورال، والتي تتشكل نتيجة ظروف تخزين سيئة وتعرض المنتج للحرارة المرتفعة، والتي تسبب أضراراً صحية للمستهلك. هذا ونصحت الهيئة المستهلكين بضرورة تجنب هذا المنتج والتخلص منه في حال امتلاكه، وذلك من أجل الحفاظ على سلامة وصحة المواطنين.

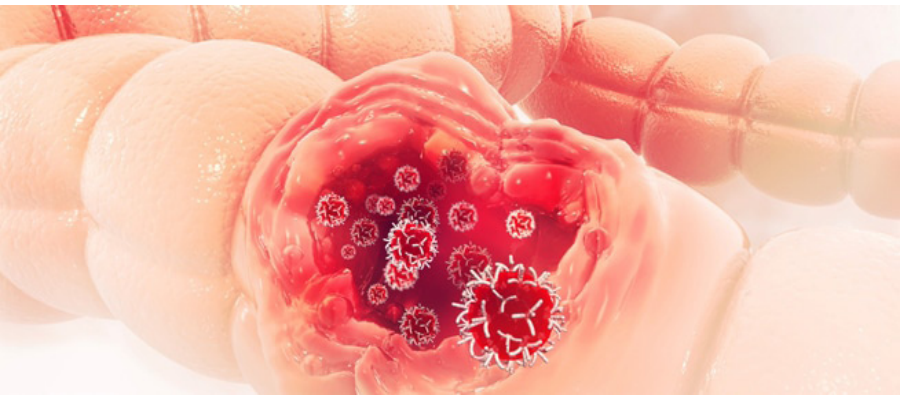
تناول البرتقال يحميك من العمى مع التقدم بالعمر

يمتاز البرتقال بطعمه اللذيذ وغناه بفيتامين C والذي يجعل له العديد من الفوائد الصحية، ولكن ما العلاقة بينه وبين صحة عيونك؟ شاركغرد تناول البرتقال يحميك من العمى مع التقدم بالعمر كشفت نتائج دراسة جديدة نشرت في المجلة العلمية (The American Journal of Clinical Nutrition) أن تناول حبة واحدة من البرتقال يومياً من شأنه أن يقلل من خطر الإصابة بالعمى بنسبة تصل إلى ٦٠٪ تقريباً. وأشار الباحثون القائمون على الدراسة أنه ومع التقدم بالعمر، يرتفع خطر الإصابة بالتنكس البقعي المتعلق بالجيل (Age – related Macular Degeneration) وهو السبب الأكثر إنتشاراً لفقدان الرؤية الحاد لمن هم في الـ ٥٠ عاماً وما فوق، ولكن تناول البرتقال قد يحميهم من ذلك. وفسر الباحثون أن هذه العلاقة تأتي نتيجة احتواء البرتقال على الكثير من الفلافونويدات (flavonoids) والتي تعزز صحة العيون وتحميها من الإصابة بالمرض سابق الذكر. وتعتبر الفلافونويدات من مضادات الأكسدة القوية والتي تمتاز بخصائص مضادة للالتهاب، تعمل على تعزيز كفاءة الجهاز المناعي في الجسم. وبالرغم من تواجد هذه الفلافونويدات في الكثير من الفواكه والخضراوات، إلا أنه من غير الواضح بعد العلاقة بين تواجدها في البرتقال وحماية العيون من العمى. هذا وقد تمكن الباحثون من التوصل إلى هذه النتائج من خلال استهداف ٢,٠٣٧ بالغاً، وصل معدل أعمارهم إلى ٤٩ سنة. وبينت النتائج أن أولئك الذين تناولوا البرتقال بشكل منتظم، انخفض لديهم خطر الإصابة بالعمى مع التقدم بالعمر، مقارنة مع الذين لم يتناولوه. وأكد الباحثون أن تناول حبة برتقال واحدة مرة في الأسبوع كان له أثراً جيداً في هذا الصدد، إضافة إلى فوائده الصحية المختلفة.

تناول المكسرات بانتظام يعزز من صحة الحيوانات المنوية

تعزيز صحة الحيوانات المنوية يعد من أكثر الأمور المهمة لدى الرجال، فهل بالإمكان القيام بذلك عن طريق تناول المكسرات؟ شاركغرد تناول المكسرات بانتظام يعزز من صحة الحيوانات المنوية كشفت نتائج دراسة جديدة عرضت في المؤتمر العلمي (European Society of Human Reproduction and Embryology) أن تناول المكسرات بشكل منتظم من شأنه أن يساهم في تعزيز صحة الحيوانات المنوية. حيث أشار الباحثون القامئون على الدراسة أن الرجال الذين يتناولون ما يقارب الحفنتين من المكسرات (اللوز والجوز والبندق) يومياً لمدة أسبوعين، تحسّن لديهم جودة الحيوانات المنوية وتعدادها. وجاءت هذه الدراسة بعد أن عانى الرجال في العالم الغربي من تراجع في جودة الحيوانات المنوية نظراً للتلوث والتدخين ونمط الغذاء والحياة غير الصحي، مؤكداً على أن التغذية تلعب دوراً هاماً في هذا الموضوع. ومن أجل التوصل إلى النتائج، استهدف الباحثون ١١٩ رجلاً بحالة صحية جيدة، تراوحت أعمارهم بين ١٨ – ٣٥ عاماً، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين على النحو التالي: المجموعة الأولى: تم إضافة ٦٠ غراماً من المكسرات إلى نظامهم الغذائي اليومي. المجموعة الثانية: لم يتم تعديل أي أمر في نظامهم الغذائي. ووجد الباحثون أن الرجال في المجموعة الأولى، أي من تناولوا المكسرات يومياً: ازداد تعداد الحيوانات المنوية لديهم بنسبة ١٤٪ حيوية ونشاط الحيوانات المنوية ارتفعت بحوالي ٤٪ حركة الحيوانات المنوية تحسنت بنسبة ٦٪

ارتفاع في معدلات السرطان في العالم



المتحدة الأمريكية، هنجاريا، الدنمارك، الصين ونيوزيلاندا. ووجد التقرير أن أكثر حالات الوفاة والإصابة بالسرطان لهذا العام تتركز في اسيا.

كشف تقرير عالمي جديد أن هناك ارتفاع ملحوظ في معدلات الإصابة بمرض السرطان بالعالم أجمع، حيث يتوقع تسجيل ١٨,١ مليون حالة جديدة ووفاة ٩,٦ مليون إصابة خلال هذا العام. وأشعار التقرير الذي قامت به (The International Agency for Research on Cancer) أنه سجل إصابة ١٤,١ مليون إصابة و٨,٢ مليون حالة وفاة بالسرطان في عام ٢٠١٢ في العالم، إلا أن الارتفاع القادم قد يكون جزءاً منه بسبب كثرة أعداد كبار السن والشيوخه. حيث تشير الأرقام في التقرير أن واحد من كل خمسة رجال وامرأة من

كل ستة سيصابون بالسرطان. هذا وأوضح التقرير عدداً من المعطيات المهمة والضرورية، من بينها أن غنى بعض الدول يزيد من أعداد المصابين بالسرطان الناتج عن نمط الحياة، في حين أنه بالدول الفقيرة تكون حالات الإصابة ناتجة عن الفقر.

ومن أجل التوصل إلى هذه النتائج، درس الباحثون ما يقارب الـ ٣٦ نوعاً من السرطان في ١٨٥ دولة حول العالم.

ومن خلال هذه الدراسة، وجد الباحثون بعض النقاط الهامة، والتي تتمثل في:

سرطان الرئة، والخدي لدى النساء، والأمعاء مسؤولون عن



شاركغرد هل تسبب الشعيرية سريعة التحضير السرطان؟ سريعة التحضير السرطان؟ نشرت الهيئة العامة للغذاء والدواء السعودية توضيحاً على حسابها الرسمي على موقع التواصل

اجتماعي تويتر، حول موضوع تناول الشعيرية سريعة التحضير والإصابة بمرض السرطان. حيث أشارت الهيئة أن المعلومة المنتشرة التي تنص بأن الشعيرية

عرف منذ سنوات عن الشعيرية سريعة التحضير بأنها مسببة للسرطان، ولكن ماذا أشارت الهيئة العامة للغذاء والدواء السعودية حول الموضوع؟

تناول الشاي الساخن مع تدخين السجائر قد يصيبك بالسرطان

السرطان انتشاراً في العالم وفقاً للصندوق العالمي لبحوث السرطان الدولية. ووفقاً لهذه الدراسة، فإن تناول الشاي الساخن بشكل يومي قد يرفع من خطر الإصابة بسرطان المريء، وبالأخص بين المدخنين ومتناولي الكحول. وأوضح الباحثون أن التبغ والكحول والمواد الموجودة في الشاي بدرجات حرارة مرتفعة، تتفاعل مع بعضها لتؤثر بشكل سلبي على صحة الإنسان. وتمكن الباحثون من التوصل إلى هذه النتائج عن طريق استهداف ٥٥٦,١٥٥ بالغاً، تراوحت أعمارهم بين ٣٠ – ٧٩ سنة، وتم تتبعهم لفترة ٩ سنوات تقريباً. خلال فترة الدراسة، وجد الباحثون ما يلي: أصيب ١,٧٣١ شخصاً بسرطان المريء

مشاكل صحية خطيرة. حيث أوضح الباحثون القائمون على الدراسة، أنه وبالرغم من فوائد الشاي العديدة، إلا أن تناوله على درجة حرارة مرتفعة جداً من شأنه أن يؤثر على الصحة سلبياً. إذ لاحظ الباحثون أن تناول الشاي الساخن بهذه الحرارة، ومن قبل فئة معينة من الأشخاص قد يرفع من خطر الإصابة بسرطان المريء، وهو ثامن أكثر أنواع

في فصل الشتاء يكثر تناول الشاي ساخن بهدف تدفئة النفس والجسم، ولكن هل ينطوي ذلك على بعض المشاكل الصحية؟ شاركغرد تناول الشاي الساخن مع تدخين السجائر قد يصيبك بالسرطان كشفت نتائج دراسة علمية جديدة نشرت في المجلة (Annals of Internal Medicine) أن تناول الشاي الساخن قد ينطوي على

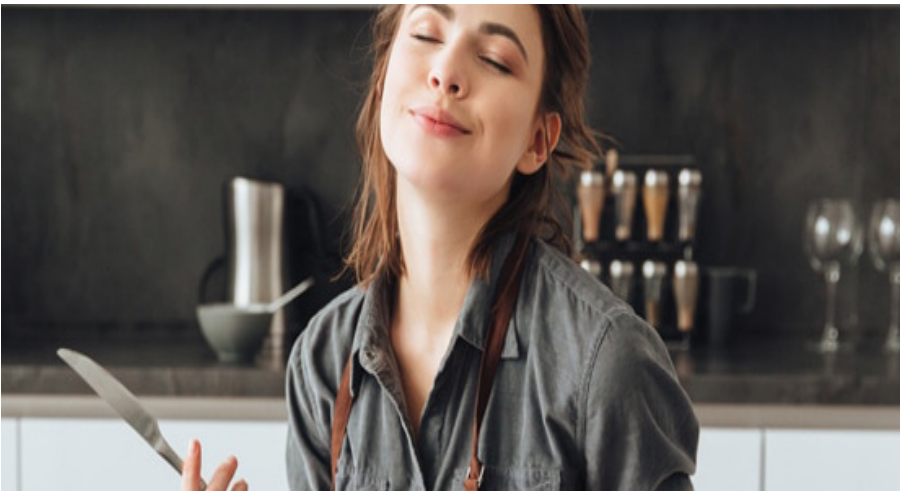
بذرة الأفوكادو قد تكون أكثر أجزاء الثمرة فائدة

من قبل شركات الأدوية. في المقابل، من الضروري أن يتم استخدام هذه البذور باعتدال، فقد أشارت دراسات علمية مختلفة أن الإفراط بتناوله من شأنه أن يسبب انار سلبية عديدة على الصحة. هذا ولقد استخدمت بذور الأفوكادو منذ سنوات عديدة عن طريق غليها وطحنها، كمادة تساعد في علاج مرض السكري ومشاكل الجهاز الهضمي، بالإضافة إلى التهاب البنكرياس. أما في الدراسة الحالية، فقد لاحظ الباحثون إن خلاصة بذور الأفوكادو تعمل على قمع الإصابة بالالتهابات، وهذا يعني انخفاض خطر الإصابة بالعديد من الأمراض

حيث أشار الباحثون القائمون على الدراسة من جامعة (Penn State University) أن خلاصة بذرة الأفوكادو تعمل على خفض خطر الإصابة بالالتهابات. وأوضح الباحثون أن هذه النتائج تشير بضرورة استخدام مستخلص هذه البذور كطعام أو دواء يتم صنعه

في المرة الثانية التي تتناول فيها الأفوكادو، لا ترمي البذرة، فهي ذات فائدة عالية جداً. شاركغرد بذرة الأفوكادو قد تكون أكثر أجزاء الثمرة فائدة كشفت نتائج دراسة جديدة أن بذرة الأفوكادو تعتبر من أكثر أجزاء هذه الثمرة فائدة.

تناول السمك يعزز الصحة



بالالتهاب الرئوي بنسبة ٢٠٪ انخفاض خطر الوفاة بأمراض الكبد بنسبة ٣٧٪. أما بالنسبة للنساء، فكانت النتائج كالتالي: انخفاض خطر الوفاة بأمراض

إضافة إلى: انخفاض حوالي ١٠٪ بالوفاة نتيجة أمراض القلب.

انخفاض خطر الوفاة بالسرطان بنسبة ٦٪ انخفاض خطر الوفاة نتيجة الإصابة

السلك العديد من الفوائد الصحية المختلفة، كما أن أخصائيي التغذية يدعون لتناوله بشكل منتظم، فما هي أهم الاكتشافات حول ذلك.

شاركغرد تناول السمك يعزز الصحة كشفت دراسة نشرت في المجلة العلمية (Journal of Internal Medicine) أن تناول السمك من شأنه أن يعزز صحة الإنسان ويطيل عمره. فالأسماك غنية بالفيتامينات والمعادن الضرورية لصحة وجسم الإنسان وبالأخص

وكتشفت دراسات علمية مختلفة أن تناول السمك يساهم في التقليل من خطر الإصابة بالسرطان، ويحسن من الصحة

سرطان الجلد والفياجرا: ما العلاقة؟

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

شاركفرد سرطان الجلد والفياجرا: ما العلاقة؟

كتفت 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 لمن يتناول 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 لويب 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، ويرأيها 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 بصديق جيد، مسكن الألم، ولكن إذا لم يستطع هذا القرص إزالة الألم، فربما كنت لا تتناوله بشكل صحيح. ينبغي علينا أن نعرف كيفية تناول مسكنات الالم بطريقة صحيحة، وإلا فإنها لن تكون مجدية.

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

إذا كان مسكن ألم واحد يساعد، فإن الاثنین 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 "الكوكتيل" (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 قمتم 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 الالم

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 التشنش، 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 الالم 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 التشوش، ومن المعروف أن رداث الفعل أو التأثيرات الجانبية للأدوية تختلف من شخص إلى آخر.

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

تقاسم الأدوية مع الآخرين

غالباً يتشارك الناس مسكنات الألم التي تستلزم وصفة طبية، من أفراد العائلة للأصدقاء للجيران. علينا أن ندرك 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 بملامئة 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، فالتشرة لا تكون مكتوبة دائماً بشكل مفهوم وبعض المعلومات ليست واردة فيها أصلاً.

عند وصولكم للمزل قد تدركون أن نشرة التعليمات غير واضحة، وليس هناك من تستطيعون التشاور معهما 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 اية تساؤلات – فيمكن أن توجهوها إلى الصيدلي.

تخزين مسكنات الألم "لحالات الطوارئ"

يميل الكثيرون إلى "تخزين" الأدوية لتكون في المنزل، في متناول 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، تحققوا بعناية من تاريخ انتهاء صلاحيتها، وتأكدوا من عدم استخدام المسكنات المنتهية صلاحيتها.

كسر الأقراص بالقوقة

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

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

هل خطر لك أن إزالة شعر العانة

قد ينطوي على بعض المخاطر الصحية؟ رجلاً كنت أم امرأة، هذا الخبر لك؛شاركفرد تحذيرات وحقائق جديدة حول إزالة شعر العانة!نشرت الجمعية الطبية الأمريكية (The American Medical Association) مؤخراً تقريراً أظهر أن ربع الأمريكيين على الأقل يلحقون الضرر 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

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

الإصابات 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 فرص النقاط

الأمراض المنقولة جنسياً. بعض الجراحات التي اضطر الأطباء لإجرائها لأشخاص تضرروا من إزالة شعر العانة،

تضمنت معالجة خراج تكون في منطقة العانة وتقليب الجروح.

إن حلق شعر العانة بشفرات غير نظيفة، قد يتسبب بإصابة بصيلات الشعر في تلك المنطقة

بمرض بكتيري يدعى بالتهاب الجريبات (Folliculitis). تصائح لإزالة 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

تعليمات للكشف عن حساسية العطور

أولاً والانتظار 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

توئتر 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

تناول الطماطم يومياً يحارب سرطان الجلد

ولا تقتصر فوائد الطماطم على محاربة سرطان الجلد، بل تشمل: تساعد في تنظيف 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 تقليل حجم السرطان.

وعقب الباحثون أن الطعام لا يعد

بديلاً عن الأدوية ولكن تناول الطعام

الصحي والجيد على مدار فترة

طويلة من الزمن من شأنه أن يساعد في محاربة الإصابة ببعض الأمراض.

فوائد الطماطم

جميع الفئران تعرضت للأشعة فوق

البنفسجية، وهي من أحد عوامل الإصابة بسرطان الجلد.

ولاحظ الباحثون أن الفئران

اللاتي تناولت بوبرة 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 للقائمون 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 بوبرة الطماطم يومياً ولمدة

٣٥ أسبوعاً تقلص حجم سرطان

الجلد لديهم، وأفاد الباحثون أن

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 واخبار الطبيب عن أي تغيير يطرأ في حجم او شكل او لون او ملمس الشامات الموجودة". وأكدت بأنه يجب النظر إلى جميع انحاء الجسم للتأكد من ظهور شامات جديدة وتغيير الموجودة بالأصل وليس فقط على الذراع اليمنى.

الذراع اليمنى كانت دليلاً قوياً على

ارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد

مقارنة مع الأجزاء الأخرى من

الجسد. النساء التي تمتلك أكثر من

سبع شامات على ذراعهن اليمنى

ملكن عدداً من الشامات على جسنهن

أكثر بتسع مرات من غيرهن، ووصل

إجمالي هذه الشامات إلى ٥٠.

من امتلكت ١١ شامة على أقل

على ذراعها اليمنى، كان إجمالي عدد

الشامات عى جسمها أكثر من ١٠٠

شامة، أي ارتفاع خطر إصابتها

بسرطان الثدي أكثر بخمس مرات

من غيرها.

اكتشاف ما اذا كانت الزيادة في عدد

الشامات في منطقة معينة من الجسم

ترفع خطر الإصابة بالمرض بشكل

أكبر من غيرها.

كيف جرت الدراسة؟

استهدف الباحثون بدراستهم

٣,٥٩٤ امرأة، وقامت بعد الممرضات

باحصاء عدد الشامات في ١٧ منطقة

من جسم كل مشتركة، مع الكشف عن

نوع الجلد والشعر ولون العيون. من

ثم كرر الباحثون التجربة نفسها على

ما يقارب ٤٠٠ رجلاً وامرأة.

ووجد الباحثون ما يلي:

عدد الشامات الموجودة على

القائمون على الدراسة من جامعة

King's College London

أن سرطان الجلد مسؤول عن أكثر

الوفيات بالسرطان، وأكدوا بأن

الشامات تعتبر أمراً أساسيا في

الإصابة بسرطان الجلد، فكلما زاد

عددها ارتفع خطر إصابة الشخص

بالمرض.وتبعاً لما أوضحته الباحثة

الرئيسية في الدراسة الدكتورة

سليمون 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



متابعتهم لمدة ١٨,٣ عاماً.

ووجد الباحثون بأن إستهلاك

الكحول بشكل عام يزيد من خطر

الإصابة بسرطان الجلد بنسبة

١,٤٪. وبنسبة ١٣٪ من يستهلكون

فقط النبيذ الأبيض بشكل يومي.

ووجدت الدراسة أيضاً أشكالاً

يحاول الباحثون من جامعة

براون تحديد مدى العلاقة بين

إستهلاك الكحول وزيادة خطر

الإصابة بسرطان الجلد، وقد

قام الباحثون باستخدام البيانات

من ثلاث دراسات كبيرة أجريت

على ٢١,٠٠٠ شخص وقد تمت

من المعروف أن شرب الكحول

يؤثر على الصحة ولكن هذه

الدراسة تؤكد العلاقة بين شرب

النبيذ الأبيض وسرطان الجلد

شاركفرد دراسة جديدة تشير

إلى أن النبيذ الأبيض يزيد من

خطر الإصابة بسرطان الجلد

دراسة جديدة تشير إلى أن النبيذ الأبيض

يزيد من خطر الإصابة بسرطان الجلد

الأكسدة والتي بدورها تقلل من فاعلية الأسيتالدهيد. هذا ولا تزال الأهمية السريرية والبيولوجية لهذه النتائج غير محددة ولكنها تؤثر على من تكون لديهم نسبة الخطر للإصابة بسرطان الجلد عالية. وهناك أهمية كبيرة لتوعية الناس بشأن أضرار الكحول وكذلك يحتاجون إلى وضع إستراتيجية ملائمة للحد من المخاطر التي تزيد من خطر الإصابة بسرطان الجلد وأنواع عديدة أخرى من السرطان. وينصح إيونيونغ شوو بمراجعة الفوائد الصحية للمشروبات الكحولية بالمقارنة ولكن مع أن نسبة الأسيتالدهيد متساوية في النبيذ الأحمر والأبيض ولكن الفرق هو احتواء النبيذ الأحمر على مضادات

أخرى من إستهلاك الكحول لا

تزيد بشكل كبير من خطر الإصابة

بسرطان الجلد.

ويقول الباحث إيونيونغ 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 احتواء

النبيذ الأحمر على مضادات

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



ويقول بروفيسور رونري "وبالتالي، إذا اقتنعت واتبعت هذه النظرية، فربما تقن أنه يجب تناول أكبر عدد ممكن من مضادات الأكسدة مثل الفيتامينات C و E والزنك والسيلينيوم وأن هذا سيمنع من التقدم في السن". ويردف موضحاً "باستثناء ما فعله الباحثون O 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 ستتطور على الأرجح في المستقبل. وأن الفكرة هي أنه إذا استطعنا معالجة هذه المشكلات، فيمكننا إبطاء الشيخوخة، ومنع الأمراض، وإضافة سنوات صحية لحياة الشخص. وتشتمل هذه "العلامات المميزة" ما يلي:

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

السليمة

- استنفاد الخلايا الجذعية
- اضطراب الاتصالات بين الخلايا وإنتاج الجزيئات الالتهابية

تفاصيل معقدة

ربما تكون هذه التفاصيل معقدة بعض الشيء ولذا سننتقل سريعاً وببساطة إلى أكثر "العلامات المميزة" التي حصلت على مزيد من الاهتمام مؤخراً، وتأتي على رأسها الخلايا الخاملة، حيث تبين أن هناك حداً أقصى لعدد المرات التي يمكن للخلية أن تتكاثر فيها، والتي يطلق عليها حد هايفليك Hayflick. وهو الحد الذي تشخص الخلايا بالـ "شيخوخة" عندما تصل إليه.

هذا ويستعرض بروفيسور سينكلير فيما يلي نتائج أحدث الأبحاث العلمية حول ما يدفع فعلياً لحدوث الشيخوخة على المستوى الجزيئي، وما هي الابتكارات التي سيشهدها هذا المجال في المستقبل القريب، بهدف الوصول إلى حياة طويلة وصحية.

ماهية شيخوخة الخلايا

ربما يتساءل البعض قائلاً: ما هي الشيخوخة بالضبط؟ من المؤكد أنهم يربطون بينها وبين المرض والوهن، ولكن ما الذي يجعل شخصاً أكثر عرضة لفقدان كتلة العضلات وحالات الانخفاض الكبير في الطاقة، والإصابة بالسرطان في سن ٧٠ بدلاً من سن ٢٥؟ يبدو أنه ينبغي أن يكون تفسيراً بسيطاً، لكنه معقد تماماً، لاسيما وأن وجهات نظر الخبراء حول الأسباب التي تؤدي لحدوث الشيخوخة تغيرت قليلاً على مر السنين.

من جانبه، يشرح بروفيسور روبرت رونري، أستاذ الطب التكاملي الشهير، في إشارة مبسطة حول أبحاث مكافحة الشيخوخة الجديدة، قائلاً: "الشيخوخة هي التقدم والإهلاك، إذ عندما يقوم شخص بفعل شيء ما مراراً وتكراراً، فإن الأجزاء تتعرض للانهيار والتلف بنهاية المطاف. وبالإضافة إلى ذلك، فإن هناك الكثير من البروتينات السيئة، التي يتم صنعها داخل خلايا الجسم طوال الوقت؛ كما أن هناك الكثير من الأتقاض أو البقايا المتولدة، لكن عندما يكون الجسم أصغر سناً، فإنه يكون لديه القدرة على تصحيح الأخطاء". ويستدر قائلاً: "لذلك وبشكل أساسي، فإنه يوجد أخطاء وضمر، ومع التقدم في العمر تزداد وتتراكم الأخطاء داخل الخلايا التي تكون أقل قدرة على التعافي من التلف".

فوضى في الجسم

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

فوضى في الجسم

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 للقاء عليها، وفق صحيفة "دايلي ميل" البريطانية. ويقول فريق العلماء من الأكاديمية الصينية للعلوم إن عملهم ربما يساعد على تمهيد الطريق لترشيح 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 حقيقية، حيث يمكن أن تتسبب البكتيريا بمرور الوقت مقاومة طبيعية للمضادات الحيوية.

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

أكد تقرير حديث إمكانية كبح الإصابة بالشيخوخة حتى وإن بلغ عمر الإنسان ١٢٠ عاماً. وبحسب تقرير ستيفاني إيكيلكامب، المتخصصة في مجال الصحة والتغذية والذي نشرته بموقع "mbg Health" ضمن سلسلة تتعلق بعلم جديد يعني بأبحاث مكافحة الشيخوخة، فإنه تم تحقيق نتائج لاكتشافات غير مسبوقة، رغم أنها في مراحل مبكرة، تقلب فكرة الشيخوخة رأساً على عقب، بالاعتماد على مفهوم جديد لأسباب حدوث عملية الشيخوخة على مستوى الجزيئات والخلايا.

هذا ويقول العلماء إنه تم التوصل إل 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 وكتابته الجديد "دورة الحياة: ماذا 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 بأمراض خلال حياة الأشخاص، كما كشف بحثه العلمي الأخير – وكذلك أبحاث خبراء آخرين في هذا المجال – والتي تدور جميعها حول ممارسات نمط الحياة الرئيسية والمواد الغذائية التي تستهدف نفس مسارات طول العمر في الجسم.

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

الكثيرون يشكون من اكتساب الوزن الزائد، بالرغم من محاولاتهم الحثيثة البعد عن المأكولات والمشروبات التي تزيد الوزن. كما أن البعض ربما يتبعون أنظمة غذائية لإنقاص الوزن، إلا أنهم لا يقدون عدد الكيلوغرامات التي ترضى 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 سكاى" Boldsky المعنى 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. فشرب كوب واحد أو اثنين من الماء، وحيداً لو 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. فشرب 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 لإنقاذ الوزن، كما أنها تزيد من الشهية. ويمكن استبدال هذه الأطعمة المصنعة بالفواكه أو الشوفان أو المكسرات مثلاً.

ضمادة ذكية تكشف الالتهابات البكتيرية.. بهذه الطريقة



مادة كيميائية لإضعاف البكتيريا
وفي حالة الفئران المصابة ببكتيريا مقاومة للمضاد الحيوي، تحولت الضمادة إلى اللون الأحمر بعد ملامستها لإزيم ينتج عن الميكروبات المقاومة. وبظهور 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 استئصال 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: "بعد استئصال 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 لاستئصال المقاومة"، خاصة وأن الأساليب التقليدية محدودة لأنها تستغرق وقتاً طويلاً وتتطلب أدوات باهظة الثمن.

الدقيقة، ثم دمجها في الضمادات واختبارها على الجروح في الفئران. وأجريت تجارب على فئران إما مصابة ببكتيريا الإشريكية القولونية E.coli الحساسة للعقاقير أو تعاني من بكتيريا مقاومة للعقاقير والمضادات الحيوية. وفي حالة الفئران المصابة بـE.coli، تحولت الضمادة من الأخضر إلى الأصفر وأفرزت مضاداً حيوياً لقتل الميكروبات.

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 شيائو قانغ كو وفريقه البحثي بتطوير مادة يمكنها تقييم تلك البيئات

العلم يحذر من مخاطر استخدام الأطفال للهواتف

المحتمل أن يكونوا متصلين بالإنترنت، لذا فإنه من المتوقع أن تؤدي تلك الظاهرة إلى تغيير مدة المحتوى الذي يشاهده الأطفال".
وأوضح ليفيت: "إن نتائج الدراسة تؤثر إلى ظهور حقبة جديدة للمحتوى والمواد التفرزيونية وإنه من المحتمل أن تؤدي تلك الظاهرة إلى إنتاج محتوى إعلامي قصير أو أقصر كثيراً ليناسب أساليب العرض الجديدة".
يوتيوب الأكثر شعبية
كشفت الدراسة أن موقع "يوتيوب" مازال مهيمناً، حيث يقول الأطفال إنهم يقضون في المتوسط نحو ساعتين ونصف الساعة يومياً في متابعة مواد على موقع "يوتيوب".

الذين يمتلكون هواتف يتصلون أيضاً بالإنترنت. وبشكل عام، يقضي الأطفال في المتوسط نحو ثلاث ساعات و٢٠ دقيقة كل يوم في المراسلة والعب ومتابعة مقاطع فيديو على موقع "يوتيوب".
محتوى إعلامي يواكب التطور
وأشار ساميون ليفيت، مدير الأبحاث في تشايلد وايز: "يتمتع الأطفال الصغار بإمكانية أكبر للوصول إلى الهواتف المحمولة ويستخدمونها لفترات زمنية أطول عاماً بعد عام، حيث ارتفع متوسط الاستخدام اليومي بين الأطفال، الذين تتراوح أعمارهم بين ٧ و١٠ سنوات لمدة ساعة تقريباً يومياً. ومع وجود عدد أكبر من الأطفال الذين لديهم هواتف، ويستخدمونها بشكل متكرر، ومن

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

توتر وقلق

وأفادت نتائج الدراسة أن أكثر من ٧٠٪ من الأطفال،

كشفت دراسة استقصائية أن ٥٣٪ من الأطفال يمتلكون هاتفاً محمولاً بعمر سبع سنوات، بحسب ما نشرته صحيفة "ديلي ميل" البريطانية. شملت الدراسة ٢١٦٧ من الأطفال، الذين تتراوح أعمارهم بين ٥ و١٦ عاماً في بريطانيا كتموزج يختلف من بلد لآخر بحسب عوامل متعددة، ووصفت 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 تقريباً، منتشرة بمجرد أن يلتحق الأطفال بالمدارس الثانوية، وفقاً لنتائج



هذه مخاطر وأسباب ارتفاع ضغط الدم.. وطرق الوقاية والعلاج



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" الأمريكي، 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 النوبات القلبية أو السكتة الدماغية، والتي ربما يترتب عليها الإصابة بإعاقة.

من جانبه، يقول بروفيسور سانجيف باتيل، وهو طبيب قلب في معهد ميوميرال 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.

لتجنب الإرهاق في العمل.. إليك هذه النصائح

لا تميل للعمل في المنزل، كما حاول أن تجعل من العمل في المكتب عادة فقط لا تنتقلها 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 عملية 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 وتقدهم التركيز أيضاً.

٣- اضبط المهام الإضافية

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

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

وعلى الرغم من أنه قد يكون من الضروري أن تكون متصلاً بالإنترنت على مدار الساعة وطوال أيام الأسبوع من أجل تحقيق تقدم مهني، إلا أن أسلوب العمل المستدام 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- دح حاسوبك في العمل

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

عشرات المستوطنين المتطرفين يقتحمون باحات الاقص

القدس

اقتحم عشرات المستوطنين المتطرفين اليهود صباح الخميس، باحات المسجد الأقصى المبارك – الحرم القدسي الشريف بمدينة القدس المحتلة. وأفادت دائرة الاوقاف الإسلامية العامة وشؤون المسجد الأقصى بالقدس، في بيان، بأن عشرات المستوطنين اقتحموا باحات المسجد الأقصى المبارك من جهة باب المغاربة ، على شكل مجموعات متتالية، ونفذوا جولات مشبوهة وأدوا طقوسا تلمودية استغزائية في باحاته وسط حراسة مشددة من شرطة الاحتلال الاسرائيلي الخاصة المدججة بالسلاح حيث تصدى لهم المرابطون والمصلون وحراس الأقصى بالطرد وهنافات التكبير الاحتجاجية . وكانت جمعيات استيطانية متطرفة، قد أطلقت مساء الأربعاء، دعوات لتنفيذ اقتحامات واسعة للمسجد الأقصى المبارك.

ويأتي ذلك وسط دعوات لشد الرجال إلى المسجد الأقصى والرباط فيه بعد تزايد اعتداءات المستوطنين على المسجد.

ويتعرض الأقصى يومياً عدا الجمعة والسبت، لاقحامات المستوطنين بحماية قوات الاحتلال، على فترتين صباحية ومساءنية، في محاولة لتقسيمه زمنياً.

ماكرون يصل الجزائر «لإعادة بناء العلاقات الثنائية»

الجزائر

وصل الرئيس الفرنسي، إيمانويل ماكرون، إلى الجزائر، في زيارة رسمية مرتقبة تستمر لثلاثة أيام، هدفها «إعادة بناء» العلاقات الثنائية. وحطّت طائرة إيمانويل ماكرون في الساعة ١٥:٣٠ (١٤:٣٠ بتوقيت غرينيتش) في مطار هواري بومدين بالعاصمة، حيث يستقبله نظيره الجزائري عبد المجيد تبون.

وأعلنت الرئاسة الفرنسية في وقت سابق، عقب مكالة هانفية بين ماكرون وتبون، أن «هذه الرحلة ستساعد في تعميق العلاقات الثنائية التي تتطلع إلى المستقبل، وتعزيز التعاون الفرنسي الجزائري في مواجهة القضايا الإقليمية ومواصلة العمل على تضخيم الذكريات».

وكان تبون قد دعا ماكرون إلى زيارة الجزائر، في رسالة تهنئة بعث له بها بمناسبة إعادة انتخابه رئيسا للجمهورية الفرنسية في أبريل الماضي.

وفي الرسالة، قال تبون: «الرؤية الجديدة المبينة على الشدية وتوازن المصالح، فيما يتعلق بالذاكرة وبالعلاقات الإنسانية والمشاورات السياسية والاستشراف الاستراتيجي والتعاون الاقتصادي والتفاعلات في كافة مستويات العمل المشترك، من شأنها أن تفتح لبلدينا آفاقا واسعة من الصداقة والتعايش المتناغم في إطار المنافع المتبادلة»، حسبما نقلت وكالة الأنباء الجزائرية.

أوكرانيا تبغ وكالة الطاقة بعودة الكهرباء إلى محطة زابوريجا

كييف

أبلغت أوكرانيا الوكالة الدولية للطاقة الذرية بأن آخر خط منظم يوفر الكهرباء لمحطة زابوريجا النووية التي تسيطر عليها روسيا عاد للعمل مجددا بعد انقطاعه وقت سابق يوم الخميس.

ونقلت رويترز عن الوكالة في بيان «أوكرانيا أبلغت الوكالة الدولية للطاقة الذرية بأن محطة زابوريجا، أكبر محطة طاقة نووية في أوروبا، انفصلت مرتين على الأقل عن خط الكهرباء خلال الشهر قبل اتصالها به مجددا»، مضيفة أنه لم تتوفر بعد المعلومات عن السبب المباشر لانقطاع التيار الكهربائي.

وتتبادل موسكو وكييف الاتهامات منذ أسابيع بشأن ضربات استهدفت محطة زابوريجا النووية التي تضم ستة مفاعلات قدرتها الإجمالية تبلغ ٦٠٠٠ ميجاواط وتسيطر عليها القوات الروسية منذ مارس.

وتتهم أوكرانيا روسيا بتخزين أسلحة ثقيلة في محطة زابوريجا وباستخدامها كقاعدة لشن ضربات على مواقع أوكرانية.

وتنفي موسكو من جهتها نشر أسلحة في المحطة، وتؤكد عدم وجود سوى وحدات توفر الأمن فيها. وتتهم روسيا بدورها القوات الأوكرانية بتنفيذ ضربات بطائرات مسيرة على الموقع.

ودعت الأمم المتحدة إلى إنشاء منطقة منزوعة السلاح حول المحطة لضمان أمن الموقع والساح بعملیات تفقيش.

دوي انفجارات في محيط مدينة مصياف السورية



دمشق

من مصدرها.

في غضون ذلك، قال المرصد السوري لحقوق الإنسان، إن الانفجارات العنيفة التي دوت في ريف حماة الغربي ناجمة عن غارات إسرائيلية جديدة.

وأظهرت صور متداولة، اشتعال النار وتصادع الدخان في منطقة مصياف من جراء الغارات التي نفذت يوم الخميس.

السودان.. احتجاجات جديدة للمطالبة بـ«الحكم المدني»

الخرطوم

وترى القوى السياسية المشاركة في الاحتجاجات، أن حل الأزمة يكمن في «إنهاء كافة ما ترتب على إجراءات ٢٥ أكتوبر، والاستمرار في تفكيك تمكين نظام الإخوان، وتوحيد الجيش، وفقا لأسس مهنية مننق عليها، وتحقيق العدالة لقتلى الاحتجاجات الحالية، إضافة إلى المئات ممن قتلوا في فض اعتصام المحتجين أمام القيادة العامة للجيش في الخرطوم في الثالث من يونيو ٢٠١٩».

وتأتي الاحتجاجات الجديدة هذه بعد رفض قطاعات واسعة من السودانيين لمبادراتي «أهل السودان»، و«التوافق الوطني»، معتبرين أنهما «تجاهلتا بشكل كامل القضايا الجوهرية ومطالب الشارع، وأسستا لإعادة إنتاج نظام الإخوان وواجهاته».

ونصت مبادرة «أهل السودان» على «منح الجيش جميع السلطات السيادية العليا في البلاد، من خلال مجلس أعلى للدفاع».

كما أقرت «إعادة أموال وأصول وأراضي تقدر قيمتها بمليارات الدولارات، نهبتها

ضربات أميركية جديدة تستهدف ميليشيا موالية لإيران

وكالات

ذكرت مصادر عسكرية محلية، أن الجيش الأميركي قصف، الخميس، عدة أهداف في مدينة الميادين السورية، الواقعة بمناطق خاضعة لسيطرة الحكومة بمحافظة دير الزور، في اليوم الثالث من المناوشات مع جماعات مدعومة من إيران.

وقالت المصادر إن «ما لا يقل عن ٣ أعضاء من ميليشيا متحالفة مع إيران قُتلوا، عندما استهدفتهم طائرة مروحية أميركية، بينما كانوا على وشك تجهيز قاذفة صواريخ»، في البلدة الواقعة على الضفة الغربية لنهر الفرات، حسب ما ذكرت وكالة رويترز.

وتتمتع الجماعات المسلحة الإيرانية بوجود قوي في البلدة، ولطالما استهدفت «حقل العمر» النفطى القريب على الضفة الشرقية للنهر، حيث توجد أكبر قاعدة للحلفاء الأميركي في سوريا.

– استُهدفت القاعدة المعروفة أيضا باسم «القرية الخضراء» ليلة الأربعاء، في اليوم الثاني على التوالي من الاشتباكات بين الجيش الأميركي والمسلحين المدعومين من إيران.

– الاشتباكات أدت إلى إصابة جندي أميركي واحد على الأقل، ومقتل ما يصل إلى ٤ مسلحين، وفقا للجيش الأميركي.

– الضربات جاءت بعد يوم من تصريح الرئيس الأميركي، جو بايدن، بشأن ضربات جوية أميركية في سوريا، استهدفت مستودع ذخيرة ومنشآت أخرى تستخدمها جماعات موالية للحرس الثوري الإيراني.

الهند تقيّد صادرات دقيق القمح لتهدئة الأسعار في السوق المحلية

عمان

قالت الحكومة الهندية في بيان الخميس، أنها وافقت على تقييد صادرات دقيق القمح لتهدئة الأسعار في السوق المحلية.

وحظرت الهند صادرات القمح في منتصف أيار إذ أدت موجة حر حارّ ظا إلى تقليص الإنتاج ووصلت الأسعار المحلية إلى مستوى قياسي.

وقالت الحكومة إن الحظر المفروض على صادرات القمح عزز الطلب على دقيق القمح الهندي وقفّزت صادرات الدقيق في البلاد بنسبة ٢٠٠ بالمئة خلال الفترة من نيسان إلى تموز ٢٠٢٢ مقارنة بنفس الفترة من العام الماضي، كما أدى إلى ارتفاع الأسعار في السوق المحلية، وفق ما نقلته شبكة (سي ان بي سي) الاقتصادية . وأضافت، «كانت هناك سياسة تقضي بعدم حظر أو وضع أي قيود على تصدير دقيق القمح، لذلك كان من الضروري إجراء تعديل جزئي في السياسة لضمان الأمن الغذائي وضبط الأسعار المتصاعدة».

وقد قفّزت أسعار القمح المحلي في الهند إلى مستوى قياسي بلغ ٢٤٥٠٠ روبية ما يعادل نحو ٣٠٦,٧١ دولار للطن هذا الأسبوع. ويمثل هذا ارتفاعا بنحو ٢٠ بالمئة عن المستويات المنخفضة الأخيرة التي أعقبت الحظر المفاجئ للحكومة للصادرات في ١٤ أيار، مما أنهى الآمال في أن تتمكن الهند من سد فجوة السوق التي خلفها انخفاض الصادرات من منطقة البحر الأسود في أعقاب الحرب الروسية الأوكرانية في ٢٤ شباط.

اعتقال 18 فلسطينيا في الضفة الغربية المحتلة

رام الله

اعتقلت قوات الاحتلال الإسرائيلي الخميس، ١٨ فلسطينيا من مناطق مختلفة في الضفة الغربية المحتلة.

وقال نادي الأسير الفلسطيني إن قوات الاحتلال الإسرائيلي اقتحمت وسط إطلاق كثيف للثيران مناطق متفرقة في مدن الخليل ورام الله والبريرة ونابلس وجنين، واعتقلت المواطنين بزعم أنهم مطلوبون.

كما أصيب اليوم، مواطن فلسطين برصاص قوات الاحتلال، وكذلك العشرات بحالات اختناق، خلال مواجهات اندلعت في مخيم عايدة شمالي مدينة بيت لحم.

وأفادت جمعية الهلال الأحمر الفلسطيني بأن شابا أصيب في القدم خلال مواجهات اندلعت مع قوات الاحتلال، والعشرات بحالات اختناق جراء إطلاق جيش الاحتلال الرصاص الحي والمظاظ وقنابل الغاز السام المسيل للدموع صوب أهالي المخيم.

محافظ الخليل يثمن دور الأردن في دعم القضية الفلسطينية

رام الله

ثمن محافظ الخليل جبرين البكري دور المملكة الأردنية الهاشمية في دعم القضية الفلسطينية على المستويات كافة، مشيدا بالعلاقات التاريخية التي تربط الشعبين الشقيقين.

جاء ذلك خلال استقبال محافظ الخليل، وفدا أردنيا رفيع المستوى يترأسه وزير الزراعة الأردني خالد الحنيفات، بحضور وزير الزراعة الفلسطيني رياض العطاري.

وفمن البكري زيارة الوزير الأردني لحافظة الخليل، مستعرضا آخر المستجدات في المحافظة على مختلف الصعد، وخصوصا اعتداءات الاحتلال الإسرائيلي ومستوطنيه، واستهداف الاحتلال للقطاع الزراعي وعمليات التدمير المتواصلة، واقتلاع الأشجار وتخريب المزروعات.

بدوره، تحدث العطاري عن افتتاح الشركة الأردنية الفلسطينية لتسويق المنتجات الزراعية في المنطقة الزراعية الصناعية جنوبي مدينة أريحا، قائلا: إن إنشاء هذه الشركة يعكس الإرادة السياسية الفلسطينية الأردنية، والتي تعتبر شركة حكومية فلسطينية أردنية مشتركة، بالتعاون مع القطاع الخاص.

من جانبه، عبر الحنيفات عن سعادته بزيارة الخليل، مؤكدا موقف المملكة الأردنية الهاشمية الثابت والداعم لحقوق الشعب الفلسطيني. وأشار إلى افتتاح الشركة الأردنية الفلسطينية لتسويق المنتجات الزراعية، والتي ستساهم في تعزيز التبادل التجاري بين فلسطين والأردن، ودعم الاقتصاد الفلسطيني، وتعزيز الأمن الاقتصادي.

كهرباء إربد

شركة كهرباء محافظة إربد المساهمة العامه المحدودة

إعلان فصل التيار الكهربائي

ستقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الاثنين الموافق ٢٩/٨/٢٠٢٢ بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن شارع مكة لور، شارع الهاشمي، شارع بشرى، شارع محمد الفاتح، دوار الدرة ومجاوريه وذلك من الساعة التاسعة صباحا ولغاية الساعة الثامنة صباحا وعن تجميع ريف التيمعة غرب جنوب القيعية وذلك من الساعة التاسعة صباحا ولغاية الساعة الواحدة ظهرا في محافظة إربد.

وعن حي العليجات، الفرق التي الجنوبي، شويكة، حي الأمير حمزة، حي الهاشمي، الرزة، اسكان ايدون بني حسن، حي الزهور، شارع العشرين من الساعة التاسعة والنصف صباحا ولغاية الساعة الثالثة عصرا وعن عمرة وعيمرة، أريجيه من الساعة التاسعة والنصف صباحا ولغاية الساعة الرابعة عصرا في محافظة الفرق .

وعن سفرة، كفرخل، صخرة طريق كفرخل، خلة الدالية، تيمعات الغضري، ريف عيكل، اسكان الاسر القفيرة مسفرة من الساعة التاسعة صباحا ولغاية الساعة الثالثة عصرا في محافظة عجلون . قسم العلاقات العامة



بغداد

على وقع تصاعد الأزمة السياسية بالعراق والتي وصلت لحد تعطيل مجلس القضاء الأعلى لعمله، بعد اعتصام أنصار التيار الصدري أمام مقره ببغداد وعودته عن ذلك القرار بعد فلك الاعتصام .

عقدت الرئاسة العراقية الأربع،

اجتماعا استضافه رئيس الجمهورية برهم صالح، وضم رئيس الوزراء مصطفى الكاظمي، ورئيس مجلس النواب محمد الحليوبي، ورئيس مجلس القضاء الأعلى القاضي فائق زيدان، درس التطورات الأخيرة في البلد والتدابيع المترتبة عليها. وأكد الاجتماع وفقا لبيان صادر عن رئاسة الجمهورية، أن «استمرار حالة الاضطراب السياسي تؤثر سلبا على الجهود الوطنية الرامية لترسيخ الأمن والاستقرار وحفظ أمن وسلامة المواطنين، ويستدعي ذلك موقفا فاعلا وجادا من الجميع لمنع التصعيد واعتماد الحوار الوطني كطريق وحيد لحل الأزمات».

وأشار الاجتماع إلى «ضرورة اتخاذ كل الخطوات لاستئناف الحوار الفاعل الملزم بأسس المصلحة الوطنية العليا وحماية السلم الأهلي والاجتماعي وطمأنية المواطنين، واتخاذ الإجراءات اللازمة لتدارك الأزمة الراهنة».

وأكد على «ضرورة حماية مؤسسات الدولة كافة والحفاظ على هيبتها واستقلالها وفق السياقات القانونية والدستورية». ولفت البيان الرئاسي إلى أن «التظاهر السلمي والتعبير عن الرأي حق مكفول دستوريا، مع ضرورة الالتزام بالضوابط والقوانين وحفظ الأمن العام والممتلكات العامة، وأن يكون التعامل مع المطالب وفق الأطر القانونية والدستورية».

الأخرى بذلك، وبالتالي فالضغط على القضاء لا بد منه أحيانا لكن ليس على حساب تعطيل السلطة القضائية والتدخل في شؤونها وتعطيل مصالح المواطنين». مستدركا: «هناك الكثير ولا شك من الملاحظات على القضاء العراقي حيث يعتقد البعض مثلا أنه لم يكن منصفا مثلا مع ضحايا حراك تشرين، ولم يكن حازما في بعض ملفات الفساد والقتل وسرقة المال العام، لكن هذا لا يعني التناول على هذه السلطة والحط من شأنها».

وعن سبل الحل لوقف هذا التخازم والتدهور، يرد العزاوي: «ما طرحه رئيس الوزراء مصطفى الكاظمي من ضرورة البدء بحوار وطني مباشر بين كافة الأطراف السياسية، هو الحل الأمثل لإخراج العراق من أزمتة الخائفة هذه، أما الركوز للشارع وتحريكه وتأجيجه فهو أمر خطير ولعب

ويحذر مراقبون من أن العراق الذي يعضى نحو المجهول في ظل الانسداد السياسي الحاد وتعطل البرلمان، ليس قادرا على تحمل المزيد كتعطيل السلطة القضائية، بما يحمله ذلك من مخاطر حدوث انهيار دستوري واضمحلال مؤسسات الدولة وقوانينها . وتعليقا على بيان الرئاسة الأربع ومآلات الأزمة الحالية، يقول رئيس مركز الأمصار للدراسات الاستراتيجية رائد العزاوي، في حوار مع موقع «سكاي نيوز عربية»: «لا شك أن الاحتجاج والتظاهر السلمي أمر طبيعي وحق مكفول دستوريا، لكن ما يتم الآن هو تعطيل مختلف السلطات التنفيذية والتشريعية والقضائية، وهذا يدفع باتجاه ضبابية المشهد ويقود البلاد نحو المجهول، فالتيار الصدري يريد بشكل ما حل البرلمان عن طريق القضاء بعد فشله في إقناع القوى

أبو عمارة يثير الشكوك قبل مباراة شباب الأردن



أصبح منذر أبو عمارة نجم الوحدات، مرشحا للغياب عن لقاء شباب الأردن، الجمعة على ستاد الملك عبد الله الثاني بالقيسيمة، بالجمولة 15 لبطولة دوري المحترفين.

وعلم «كوورة» من مصدر خاص أن أبو عمارة يعاني من وجود استئالة بالعضلة، مما سيدفع باتجاه منحه مزيدا من الراحة، بعدما غاب مؤخرا عن لقاء الكأس أمام الحصن.

وأوضح المصدر أن الفريق سيخوض مساء اليوم مرانا سيتم فيه الوقوف على مدى جاهزية أنس العوضات وأحمد سمير حيث ستكون مشاركتهما واردة في حال اضطر الجهاز الفني للاستعانة بهما في المباراة.

ويعتبر غياب أبو عمارة مؤثر للغاية، وبخاصة أنه يعد النجم الأبرز بصفوف فريقه حيث ساهم بقيادته لتحقيق عدة انتصارات. وسيضم أبو عمارة إلى قائمة الغائبين عن مباراة الغد وهم أحمد ثائر وعبد الله الفاخوري وخالد عصام بسبب الإيقاف.

غيابان مؤثران في صفوف الحسين إرد أمام السلط

يعاني فريق الحسين إرد من غيابات مؤثرة في مباراته المرتقبة التي يخوضها مساء الجمعة أمام ضيفه السلط والمقررة على ستاد الحسن بإربد، ضمن الجولة 15 لبطولة دوري المحترفين.

وعلم كوورة من مصادره الخاصة، أن المدافع الدولي رواد أبو خيزران ومحمد أبو عرقوب، مرشحان للغياب عن المباراة بسبب الإصابات.

ويبحث فريق الحسين إرد عن فوزه الخامس على التوالي في مباراة السلط، بما يعزز من حظوظه في المنافسة على لقب البطولة. ويستقر فريق الحسين إرد بالمركز الثاني برصيد 29 نقطة، خلف المنصرين الفيصلي والوحدات ولكل منهما 31 نقطة، فيما يحتل السلط المركز السادس برصيد 17 نقطة.

الحسين إرد يسقط الديون المترتبة على أعضائه

قررت الهيئة الإدارية لنادي الحسين إربد، الموافقة على تحويل قروض الأعضاء السابقين والحاليين، من حساب القروض الدائنة إلى حساب التبرعات، بهدف الانتهاء من الديون المترتبة على النادي.

ووفقا لبيان صادر عن النادي، قررت الهيئة الإدارية الموافقة على تصويب الأخطاء الإدارية والمالية السابقة، وتحويل الذمم الدائنة إلى تبرع، وتكليف أمين الصندوق والمدير المالي للنادي بتنفيذ قرار الهيئة الإدارية.

كما قررت الهيئة الإدارية، إسقاط أسماء الأعضاء الذين تخلفوا عن تصويب أوضاعهم خلال الفترة المعلن عنها بتاريخ 26 حزيران 2022.

وأشار البيان إلى أنه تم استحداث نظام إداري ومالي إلكتروني جديد، يربط جميع الأجهزة الفنية والإدارية للنادي بهذا البرنامج والذي يعتبر الأول من نوعه في الأردن.

تتويج لاعبة أبو ربيع بالمركز الأول

بمنافسات المسدس الهوائي

توجت لاعبة أسماء أبو ربيع بالمركز الأول في منافسات المسدس الهوائي ببطولة المملكة المفتوحة للرماية، والتي نظمتها الاتحاد الملكي الأردني للرماية في نادي الرماية الملكي.

وتأتي هذه البطولة ضمن أجندة الاتحاد السنوية، والذي يحرص من خلالها على على إتاحة الفرصة للرماة خاصة الجدد للمنافسة فيما بينهم وقياس مستوياتهم.

وتوجت لاعبة الأولمبية، أبو ربيع بالمركز الأول برصيد 569 نقطة، فيما حلت لاعبة هبة الكيلاني في المركز الثاني برصيد 557 نقطة، وجاء «مانن خبازة» ثالثا برصيد 513 نقطة.

وتستكمل منافسات البطولة التي تشهد مشاركة 75 لاعبا ولاعبة يومي الجمعة والسبت المقبلين، حيث ستقام منافسات التراب والسكيت.

البرازيل تحتفظ بعرش التصنيف

العالمي.. والمغرب في الصدارة عربيا

ظلت المراكز العشرة الأولى في تصنيف الاتحاد الدولي لكرة القدم (فيفا) للمنتخبات كما هي دون تغيير، بحسب النسخة الأحدث من التصنيف، الصادرة اليوم الخميس.

وحافظ منتخب البرازيل على موقعه في صدارة التصنيف العالم، برصيد 1837.56 نقطة، يليه منتخب بلجيكا في المركز الثاني برصيد 1821.92 نقطة.

وجاء منتخب الأرجنتين في المركز الثالث ثم فرنسا في المركز الرابع، ثم إنجلترا في المركز الخامس وإسبانيا في المركز السادس وإيطاليا في المركز السابع وهولندا في المركز الثامن والبرتغال في المركز التاسع والدنمارك في المركز العاشر.

وحافظ منتخب السنغال بطل أفريقيا على صدارة تصنيف المنتخبات الأفريقية محتلا المركز الـ18 عالميا، يليه منتخب المغرب (23) في المركز الثاني وتونس (30) ونيجيريا (31) والكاميرون (38) ومصر (40) في المركز السادس.

وتربع منتخب إيران على صدارة تصنيف منتخبات القارة الآسيوية، بحلوله في المركز الـ23 عالميا، يأتي بعده مباشرة منتخب اليابان (24)، كوريا الجنوبية (28)، أستراليا (39)، قطر (48)، السعودية (53)، الإمارات (69) والعراق (70).

وبذلك يتصدر منتخب المغرب التصنيف على المستوى العربي، ويأتي خلفه منتخب تونس ثانيا، ثم مصر ثالثا وخلفها مباشرة الجزائر في المركز الرابع، بينما جاء المنتخب القطري في المركز الخامس، واحتل الأخضر السعودي المركز السادس ثم الإمارات والعراق وعمان والبحرين والأردن.

وسيشهد شهر سبتمبر/أيلول المقبل فترة توقف دولي، والتي من المؤكد أن تسفر عن تعديلات بالجملة في تصنيف المنتخبات، عقب خوض مباريات استعدادا لكأس العالم «قطر 2022».

ورغم التوقف في أغسطس/آب الجاري، أقيمت 58 مباراة دولية في منافسات الرجال، أغلبها في قارتي آسيا وإفريقيا، حسب الموقع الرسمي للفيفا.

تشيلسي يخطط لمفاجأة كبرى قبل نهاية الميركاتو

أكد تقرير صحفي إيطالي، الخميس، أن تشيلسي يستهدف التعاقد مع البرتغالي رافاييل لياو، جناح ميلان، قبل نهاية الميركاتو الصيفي الجاري.

ويسعى تشيلسي لتعزيز صفوفه هجومه قبل نهاية فترة الانتقالات، حيث دخل بالفعل في مفاوضات مع برشلونة لضم بيير إيمريك أوباميانج.

وبحسب صحيفة «لا جازيتا ديلو سبورت» الإيطالية، فإن تشيلسي يستعد لدفع مبلغ ضخم، من أجل إقناع ميلان بالتخلي عن لياو.

وأضافت الصحيفة، أن لياو يحظى بإعجاب كبير من جانب تشيلسي، ويعتقدون أنه قادر على تعويض رحيل الفناشي روميلو لوكاكو وتيمو فيرنر.

ورغم عدم ترجيح ميلان ببيع لياو، إلا أنهم قد يعيرون موقعهم في ظل انتهاء عقد اللاعب عقب موسم فقط.

وأشارت الصحيفة، إلى أن الصفقة قد ترتفع قيمتها إلى 150 مليون يورو، كون اللاعب مطالب بسداد 16.5 مليون يورو لفريقه الأسبق سبورتينج لشبونة، بعد إنهاء العقد من جانب واحد.

كما سيكون ميلان مطالبا بسداد 15% من قيمة إعادة البيع إلى ليل، وفقا لبنود التعاقد.

فريق الوسطى يظفر بلقب بطولة الخماسي العسكري

ظفر فريق المنطقة العسكرية الوسطى، بلقب بطولة القوات المسلحة الأردنية الجيش العربي للخماسي العسكري للموسم 2022 التي اختتمت الخميس.

وشهدت مديرية الاتحاد الرياضي العسكري تتويج فريق الوسطى باللقب، والفائزين في المسابقات الفردية التي شهدت إثارة وتنافسا قويا بين المشاركين.

وجاء فريق الوسطى في المركز الأولي، بعد أن جمع 17423 نقطة، ثم في المركز الثاني فريق المنطقة العسكرية الشمالية الذي جمع 16834.8 نقطة، فيما احتل فريق المنطقة العسكرية الشرقية ثالثا برصيد 13988.6 نقطة.

وعلى صعيد المسابقات الفردية، حل اللاعب رقيب أول أيمن كامل السردى، بالمركز الأول فردي في سباق الضاحية (8 كم)، وجمع 1163 بزمن 25.17 دقيقة من فريق المنطقة العسكرية الشرقية.

وحل في المركز الأول فردي في مسابقة الرماية على مسافة 200 متر اللاعب الرقيب أحمد جمال علي، وجمع 983 من فريق قيادة المنطقة العسكرية الوسطى، وفي المركز الأول في مسابقة رماية الدقة (القنابل) اللاعب والرقيب الأول إسماعيل خالد، وجمع 177 نقطة من فريق قيادة سلاح المدفعية الملكي.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول فردي في مسابقة الرماية على مسافة 200 متر اللاعب الرقيب أحمد جمال علي، وجمع 983 من فريق قيادة المنطقة العسكرية الوسطى، وفي المركز الأول في مسابقة رماية الدقة (القنابل) اللاعب والرقيب الأول إسماعيل خالد، وجمع 177 نقطة من فريق قيادة سلاح المدفعية الملكي.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

وحل في المركز الأول في مسابقة السباحة 50 مترا بزمن 32.50 ثانية، اللاعب جندي أول عبد الرحمن رسمي من فريق الأردننية.

الدوري الأوروبي لكرة القدم يخطف اهتمام الشارع الرياضي المحلي

بات الشارع الرياضي المحلي، يتجه بشكل أكبر لمتابعة البطولات والدوري الأوروبي لكرة القدم؛ بحثا عن الإثارة والأداء الفني العالي الذي تتمتع به هذه البطولات.

وكان لافتا في الفترة الأخيرة، إقبال الشارع الرياضي على متابعة الدوري الأوروبي بنسب متفاوتة، حيث نال الدوري الإنجليزي نصيبا كبيرا من المتابعين في ظل الإثارة والندية التي تحفل بها أغلب المباريات، كما بدا واضحا إقبال المتابع الأردني على رصد ومشاهدة مباريات الدوري الإسباني لوجود القطبين؛ ريال مدريد وبرشلونة، كما توجه الشارع المحلي لمتابعة أيضا الدوري الإيطالي، ثم الدوري الألماني وكذلك الفرنسي.

ونجحت هذه البطولات الأوروبية في خطف اهتمام الشارع الرياضي الأردني الذي بات يتابع بشغف وحماس المباريات الأوروبية.

وبدا اهتمام الأردنيين بالدوري الأوروبي واضحا من خلال الحديث الدائم عن المنافسات، ومتابعة جميع انتقالات اللاعبين، والاتفاق على تجمعات في المقاهي والمنازل لحضور المباريات القوية بشكل جماعي؛ مثل مباراة ريال مدريد وبرشلونة، ومباريات ليفربول ومانشيستر سيتي ومانشيستر يونايتد في إنجلترا، ومباريات فرق يوفنتوس واسب ميلان وإنتر ميلان ونابولي في إيطاليا، وبايرن ميونيخ ودورتموند في ألمانيا، وفريق باريس سان جيرمان في فرنسا.

وأكد متحدثون لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، أن الفروقات واضحة في المستويات الفنية بين الدوري المحلي أو العربي من جهة، والدوري الأوروبي من جهة أخرى، ما دفعهم للإقبال بشدة على الدوري الأجنبية للاستمتاع بالأداء والإثارة والتنافس القوي على الألقاب.

ويؤكد وسام الصمادي أن اهتمامه بدا أكبر في الآونة الأخيرة بالدوري الأوروبي، خاصة الدوري الإنجليزي الذي ينصف بالإثارة والندية، كما أنه يضم أيضا اللاعب العربي المصري محمد صلاح الذي يلعب في فريق ليفربول.

الدكتور حسان عبدالمجيد المغرم بكرة القدم، أكد حرصه على متابعة الدوري الإسباني لتشجيع فريقه المفضل ريال مدريد، كما أنه يتابع عددا كبيرا من مباريات الدوري الإنجليزي الذي اعتبره الدوري الأوروبي الأهم والأكثر إثارة.

أما أحمد العاصي صاحب أحد المقاهي، فأكد أن ارتفاع أعداد الأردنيين المهتمين والمتابعين للمباريات الأوروبية، ينعكس إيجابا على عمل المقهى الذي يستقبل الكثير من الزبائن خلال المباريات القوية، خاصة التي تلعب في إسبانيا وإنجلترا.

المنتخب الوطني لكرة القدم في المركز 86 عالميا

احتل المنتخب الوطني لكرة القدم المركز 86 عالميا، وفق التصنيف الدوري الصادر الخميس، عن الاتحاد الدولي لكرة القدم «فيفا».

وحافظ المنتخب الوطني على نفس المركز في التصنيف قبل الأخير للاتحاد الدولي الذي حل فيه المنتخب أيضا في المركز 86.

كما حافظ المنتخب، وفق التصنيف الصادر على المركز 13 على الصعيد الآسيوي، والمركز 11 عربيا.

ومن المنتظر أن ينظم اتحاد الكرة دورة رباعية الشهر المقبل، بمشاركة المنتخب الوطني ومنتخبات سورية، العراق وسلطنة عمان، خلال فترة التوقف الدولية المعتمدة.

يذكر أن المنتخب الوطني سبق وأن تأمل رسميا لنهائيات آسيا التي تقام العام المقبل.

مشاركة أردنية بتحدي عربات كروس كارت في لبنان

يشارك سائقون أردنيون في أول تحد من نوعه في منطقة الشرق الأوسط بquam في لبنان، ومخصص للسائقين الشباب لخوض تجربة المنافسة بعربات كروس كارت على مسار حصوي وترابي لمدة 3 أيام.

وتتطلق فعاليات السباق الذي ينظمه النادي اللبناني للسيارات والسياحة، بدعم من الاتحاد الدولي للسيارات (فيا) اليوم الجمعة. وتقام الفعالية بمشاركة 16 سائقا من قبرص والأردن ولبنان على شكل معسكر تدريبي على مدى 3 أيام في حلبة «مزار موتور بارك» في منطقة كفرديان، وتبدأ الجمعة اختيار عربات الكروس كارت وضبط المقاعد لتناسب السائقين، وتليها في اليوم نفسه أولى حصص التجارب ليدخل المشاركون في أجواء المنافسات والاعتدائ على المسار.

وفي اليوم التالي يخضع السائقون لجلسات تدريبية على يد المدرب البريطاني سايمون فينتش، حيث يتعرفون أكثر على أهمية اتباع نظام حياة السائق المحترف وآلية التطور إضافة إلى تلقي إرشادات وتعليمات حول النظام الغذائي، وعلى تقنيات عربات الكروس كارت والقوانين التي ترعاها من قبل الاتحاد الدولي للسيارات.

ويدخل السائقون يوم الأحد المقبل غمار التحدي والتنافس في سلسلة من السباقات الإصصائية، ليتوج مع نهاية اليوم أبطال تحدي كأس كروس كارت الأول في الشرق الأوسط.

وقال رئيس لجنة رياضة السيارات في النادي اللبناني للسيارات والسياحة عماد لحود: «نواصل سعينا باستمرار لتطوير ثقافة رياضة المحركات وسباقات السيارات في المنطقة ونعمل على تطوير المواهب وفتح آفاق جديدة لهم، هذه المرة يتخذ هذا الحدث طابعا فريدا كونه يقام على مسار تراجي بمواصفات عالمية ويعتبر مخصصا لعربات الكروس كارت».

وتابع في تصريح صحفي اليوم الأربعاء، أن «الهدف من هذه المنافسات لا يقتصر على التسابق فقط، بل وضعنا برنامجا تعليميا وتدريبيا مع أهم المختصين العالمين لتطوير مواهب السائقين في هذا النوع من السباقات على صعيد اللياقة البدنية والتغذية وتقنيات القيادة وغيرها الكثير، ليلمس المشاركون مستوى آخر من الاحترافية، إضافة إلى الاحتكاك بسائقين من جنسيات وخبرات أخرى، وستواصل العمل باستمرار بالتعاون مع الاتحاد الدولي للسيارات على تنظيم مزيد من فعاليات رياضة المحركات».

وتعرف عربات الكروس كارت بأنها فئة مخصصة لسباقات المسارات الترابية والحصىة والتلجية، لتشكل أولى عتبات سلم التقدم في عالم الراليات والراالي كروس والسباقات على مسارات تلجية، ويمكن البدء بالتردد في هذا النوع من السباقات بعمر الـ10 سنوات.

وتتوقع فئات عربات الكروس كارت لتتناسب جميع الأعمار وتواكب تطور مسيرة السائقين، وتلقى شعبية وإقبالا متزايدا حول العالم.

