

بني مصطفى: الأردن بقيادةه يولي اهتمامًا كبيراً لقطاع الرعاية والحماية الاجتماعية

تابع ص 7

السفير اللوزي: القمة القطرية الأردنية تعكس عمق العلاقات بين البلدين الشقيقين

تابع ص 7

وكالة الأنباء القطرية: زيارة الملك للدوحة تتويج لمسيرة علاقات راسخة

تابع ص 7

يومية - سياسية - اقتصادية - شاملة

الشعب

SADA AL-SHAAB DAILY NEWSPAPER

تحويلات مرورية على طريق المطار من صباح الجمعة لغاية مساء السبت

عمان

أعلنت وزارة الأشغال العامة والإسكان، بالتعاون مع مديرية الأمن العام، عن استكمال أعمال الدهانات العاكسة لجزء من طريق مطار الملكة علياء الدولي، وذلك اعتباراً من صباح الجمعة ولغاية مساء يوم السبت. وذكرت الوزارة، في بيان صحفي، أنه سيتم إجراء تحويلات جزئية في مناطق العمل، مشيرة إلى أن التحويلات المرورية مجهزة بعناصر السلامة العامة كافة، داعية المواطنين سلكي الطريق إلى التقيد بأسس القيادة الآمنة وتعليمات كوادرها العاملة في الميدان وتعليمات الشركاء في مديرية الأمن العام.

أوقات الصلاة

الفجر	06:10
الظهر	12:45
العصر	03:35
المغرب	05:55
العشاء	07:20

5 رجب 1444 هـ الموافق 27 كانون الثاني 2023 م

الجمعة

السنة التاسعة

العدد (2989)

سموه يفتتح مشروع إعادة تأهيل وتطوير مركز صحي برأس العين ولي العهد: تعميم هذا النموذج في مراكز طبية أخرى

عمان

افتتح نائب جلالة الملك، سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد، الخميس، مشروع إعادة تأهيل وتطوير مركز صحي الأميرة بسمة الشامل في منطقة المهاجرين برأس العين بالعاصمة عمان. واستمع سموه إلى شرح قدمته المدير التنفيذية لجمعية "همتتنا" الخيرية الدكتور فادية سمارة حول المركز الذي يخدم ٢٢ مزارع شهريا، وسيستقبل الحالات الطارئة على مدى ٢٤ ساعة طوال الأسبوع. وبيّنت سمارة أن المشروع الذي بادرت جمعية "همتتنا" الخيرية، التي تأسست عام ٢٠١٩، بتأهيله وتطويره بتبرع من القطاع الخاص وبالشراكة مع وزارة الصحة، يأتي ضمن إعادة تأهيل وتطوير ٢٥ مركزا صحيا شاملا بمختلف أنحاء المملكة. ولفتت إلى أن وزارة الصحة قدمت مشروع المركز بدعم اللوجستي والإداري والأجهزة الطبية، وقامت بتعيين كوادر إضافية بمختلف التخصصات اللازمة للتوسع في الخدمات. واعتبر سمو ولي العهد أن مشروع إعادة تأهيل وتطوير المركز يعد نموذجا للمسؤولية المجتمعية، وللتعاون بين القطاعين العام والخاص ومؤسسات المجتمع المدني. ولفت سموه إلى أهمية تعميم هذا النموذج في مراكز طبية أخرى، مبرحا عن تقديره لجمعية همتتنا ولجميع المساهمين في تنفيذ المشروع. وجال سمو ولي العهد في المركز، المقام على مساحة ١٧٠٠ م^٢، ويشتمل على مختلف التخصصات الطبية، ومختبر منظر.



ضبط اعتداءات على مصادر المياه في الزرقاء

عمان

ضبطت وزارة المياه والري، خلال حملة نفذتها بالتعاون مع مديرية الأمن العام، اعتداءات كبيرة على الخطوط الناقلة الرئيسية بواسطة أصحاب المزارع في محافظة الزرقاء/ منطقة الهاشمية. وقالت الوزارة في بيان الخميس، إنه جرى معالجة الاعتداء الذي يغذي مزرعة خاصة بمساحة ٤٥ دونم، وضبط اعتداء من قبل مجهولين على الخط الناقل قرب سور مصنع الحديد، وتم إيقاف الاعتداء. وأكدت الوزارة، مواصلة حملاتها لرصد وإزالة الاعتداءات، داعية الجميع إلى الإبلاغ عن أي شبهة أو اعتداءات على مركز الشكاوي الموحد ١١٧١١٦.

البرلمان اللبناني يخفق في انتخاب رئيس للجمهورية

بيروت

عقد البرلمان اللبناني، الخميس، الجلسة الحادية عشرة لانتخاب رئيس جديد للجمهورية، ولم تقض إلى رئيس، ولم يحدد رئيس البرلمان، نبيه بري، موعدا جديدا للجلسة. وتقول الحكومة الحالية برئاسة الرئيس، نجيب ميقاتي، تصريف الأعمال وسط إشكالات سياسية ودستورية منذ فترة الشغور في منصب الرئيس. وأشار إلى أن الدستور اللبناني لا ينص على آلية محددة لإعلان الترشيح، فيما أعلن عضو البرلمان النائب، ميشال معوض، عن ترشحه مدعوما من غالبية القوى المعارضة لحزب الله، فيما صوت الفريق المؤيد لحزب الله لورقة بيضاء بسبب الخلاف بين مكوناته على مرشح واحد.

مكافحة المخدرات تُطرح بشبكة دولية لتهديب الكوكايين للمنطقة

عمان

وأكد الناطق الإعلامي أنه وبعد كل تلك الإجراءات الدقيقة والمراقبة، جرى تحديد هوية مستلمي المواد المخدرة داخل المملكة، وهما شخصان أردنيان تمت مدهمتها وإلقاء القبض عليهما بالتزامن مع تحرك فرق مداممة أخرى لإلقاء القبض على الشخصين الموجودين بها، وسبل اتصالهم، وأن شخصين منهما، أحدهما أسوي وآخر أميركي جنوبي وصلا للأردن وبحوزتهما كمية من مادة الكوكايين المخدرة. وجرى تحديد موقعيهما داخل المملكة والبحث عنهما، إذ وضعا تحت المراقبة لأيام لمعرفة مكان إخفاء المخدرات والأشخاص الذين سيستلمونها منها.

كشفت الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام تفاصيل مطاحة إدارة مكافحة المخدرات بشبكة دولية لتهديب مادة الكوكايين المخدرة للمنطقة بعد جهود استخبارية وعمل وتنسيق عال على مدى أيام. وأكد الناطق الإعلامي أن فريقا تحقيقيا من إدارة مكافحة المخدرات تولى منذ أيام متابعة معلومات وردت عن شبكة دولية لتهديب مادة الكوكايين المخدرة وقبائها بتهديب كمية منها داخل المملكة. وأضاف الناطق الإعلامي أن عملا وجهدا

وقع الأردن مع مؤسسة "ميد أور" الإيطالية المختصة في التعاون الدولي مع الشرق الأوسط والبحر المتوسط على خطاب نوايا، للتعاون في عدد من المجالات الأكاديمية والمهنية والتقنية التي تتطلبها سوق العمل الأردني. ووقع على خطاب النوايا من جانب مؤسسة "ميد أور" رئيسها ماركو مينيتي، وزير الداخلية الإيطالي الأسبق ورجل الدولة البارز، ونياية عن حكومة المملكة الأردنية الهاشمية ممثلة بوزارة الخارجية وشؤون المغتربين سفيرها في إيطاليا قيس أبو دية. ويتضمن خطاب النوايا التعاون والتدريب في العديد من القطاعات الحيوية، مثل التكنولوجيا المتقدمة والأمن السبيرياني والذكاء الاصطناعي، تكنولوجيا الزراعة الحديثة، الطب وإدارة الصحة، الطاقة المتجددة وإدارة الموارد المائية، إضافة إلى التعاون في مجال السياحة وتمكين قطاع التراث الثقافي، تتضمن توفير مساقات تدريبية وتخصصية في قطاعات السياحة والفنقة وترميم الآثار. وتهدف الاتفاقية التي تعزز التعاون القائم بين مؤسسة "ميد أور" والمملكة، والذي شهد العام الماضي منح المؤسسة تمويلًا لـ ٨٠ دورة في اللغة الإيطالية عبر الإنترنت من خلال شراكة مع مجموعة (ICoN) الإيطالية المعنية بترويج اللغة والثقافة الإيطالية عبر الإنترنت لصالح طلاب وطالبات من الجامعة الأردنية.

مجلس الوزراء يُقرُّ نظام تنظيف البيئة الاستثمارية 2023

عمان

ويشتمل نظام تنظيف البيئة الاستثمارية (١٨) نظاما تم دمجهم في نظام واحد: تسهيلات على المستثمرين، بحيث يبين النظام إجراءات وألية تقديم الطلبات للاستفادة من الخدمات التي تقدم من خلال الخدمة الاستثمارية الشاملة. وتُحدد بموجب النظام المتطلبات اللازمة وواجبات الموظفين والمؤوضين والجهات الرسمية التي يمثلونها، بما في ذلك تحديد مدة يومين لإعلام المستثمر باكمال الطلب أو طلب استكمال النواقص، مع النص على التزام الجهات الرسمية بالرأ خلال ١٥ يوم

أقر مجلس الوزراء في جلسته التي عقدها الخميس، برئاسة رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة، نظام تنظيف البيئة الاستثمارية لسنة ٢٠٢٣، وذلك تنفيذاً لأحكام قانون البيئة الاستثمارية رقم (٢١) لسنة ٢٠٢٢م، الذي دخل حيز النفاذ بتاريخ ١٤/١٢/٢٠٢٣م. ويأتي النظام تنفيذاً للرؤية الملكية السامية للتحديث الاقتصادي، من حيث التوسع في الأنشطة الاقتصادية التي تستفيد من الخدمة الاستثمارية الشاملة.

عمل من تاريخ تقديم الطلب المستكمل، وفي حال عدم الرد تعتبر موافقة تلقائية لإنجاز المعاملة. كما يُحدد النظام الأنشطة الاقتصادية التي قيّدت ملكية أو مساهمة أو مشاركة غير الأردني فيها بنسبة تقل عن ٥٠ بالمئة، وتلك التي لا يجوز له التملك أو المساهمة أو المشاركة فيها بشكل جزئي أو كلي، كما يشتمل النظام على آلية تمكن مجلس الوزراء، بناء على تنسيب الوزير، تخفيف القيد عن الأنشطة المقيدة لأسباب مبررة، تابع

دول خليجية تدين وتستنكر الاعتداءات الإسرائيلية على جنين

عمان

الوحدشي على مدينة جنين في الضفة الغربية المحتلة، الذي أسفر عن استشهاد وإصابة أبرياء عرّ. ودعت وزارة الخارجية الفلسطينية في بيان نقلته وكالة الأنباء العمانية اليوم، المجتمع الدولي إلى تحلّل مسؤولياته نحو وقف التصعيد ودعم الحقوق المشروعة للشعب الفلسطيني بإنهاء الاحتلال وتحقيق السلام العادل والشامل.

لقرارات الشرعية الدولية والقانون الدولي، داعية المجتمع الدولي إلى التحرك السريع والفاعل لوقف هذه الانتهاكات الإسرائيلية المستمرة وتوفير الحماية الكاملة للشعب الفلسطيني الشقيق. كما أعربت سلطنة عُمان عن إدانتها واستنكارها لاعتداءات قوات الاحتلال المستمرة على المدن الفلسطينية، وآخرها العدوان

عن إدانتها واستنكارها الشديدين للعدوان الوحشي الذي شرعت به قوات الاحتلال الإسرائيلي على مدينة جنين في الضفة الغربية المحتلة والذي أسفر عن استشهاد وإصابة أبرياء. وأكدت وزارة الخارجية الكويتية في بيان نقلته وكالة الأنباء الكويتية اليوم الخميس، أن هذا العدوان يعدّ انتهاكاً صارخاً

السعودية الخميس، فقد أكدت الوزارة رفض المملكة التام لما تقوم به قوات الاحتلال من انتهاكات خطيرة للقانون الدولي، مشددة على مطالبتها للمجتمع الدولي بالاضطلاع بمسؤولياته لإنهاء الاحتلال ووقف التصعيد والاعتداءات الإسرائيلية، وتوفير الحماية اللازمة للمدنيين. بدورها، أعربت دولة الكويت

أعربت وزارة الخارجية السعودية عن إدانة واستنكار المملكة العربية السعودية الشديدين، لاقتحام قوات الاحتلال الإسرائيلي لمدينة ومخيم جنين، مما أدى إلى سقوط عدد من الشهداء وإصابة آخرين. وحسب ما نقلت وكالة الأنباء

القوة البحرية والزوارق الملكية تنقذ شخصين في البحر الميت

عمان

تمكن فصيل المراقبات البحري، التابع لقيادة القوة البحرية والزوارق الملكية في منطقة البحر الميت، فجر الخميس، من إنقاذ شخصين تعرضا للغرق فور تلقي داء استغاثة من برج المراقبة في منطقة المسؤولية، وجرى تحريك طاقم بحري مكون من زورق إسعاف وفرق من الضفادع البشرية، وإجراء الإسعافات الأولية لهم والتعامل بهيئة واحترافية وحالتهم الصحية جيدة. أشار إلى أن قيادة القوة البحرية والزوارق الملكية تقوم بعمليات إنقاذ بشكل مستمر من خلال قوارب الإسعاف والطوارئ الجاهزة على مدار الساعة، لتقديم المساعدة في حال حدوث أي طارئ في خليج العقبة والبحر الميت.

الفايز بدين العتداء على مخيم جنين ويطالب المجتمع الدولي بنصرة الشعب الفلسطيني

عمان

دان رئيس مجلس الأعيان فيصل الفايز، الاعتداء الغاشم، الذي ارتكبه قوات الاحتلال الإسرائيلي بحق أبناء مخيم جنين الخميس، وذهب ضحيته حتى الآن 9 شهداء، وإصابة العديد من المواطنين بينهم حالات خطيرة.

وطالب في بيان، المجتمع الدولي بنصرة الشعب الفلسطيني، داعياً الحكومات والبرلمانات العربية والدولية وجميع المؤسسات الحقوقية والقانونية والمجتمع الدولي، بتحمل المسؤوليات القانونية والأخلاقية، والتصدي للاعتداءات الإرهابية بحق الشعب الفلسطيني، والعمل على وقف الممارسات العنصرية والمجازر الوحشية التي يرتكبها جيش الاحتلال الإسرائيلي في جنين وعموم الأراضي الفلسطينية المحتلة، والتي تأتي بموافقة ودعم الحكومة الإسرائيلية اليمينية المتطرفة.

وحيا رئيس مجلس الأعيان نضال الشعب الفلسطيني، في دفاعه عن حقوقه المشروعة، حيث قال "إن سكوت المجتمع الدولي عن هذه الممارسات الهجية والعنصرية الإسرائيلية، والتدمير والقتل المنهج الذي يمارس بحق الشعب الفلسطيني ومقدساتنا الإسلامية والمسيحية في القدس الشريف، هو وصمة عار في جبين الإنسانية، وجرائم حرب يجب عدم السكوت عليها.."

وأضاف الفايز "أننا في الوقت الذي ندين فيه هذه الممارسات الإرهابية والهجية الإسرائيلية، فإننا في مجلس الأعيان نؤكد دعماً المطلق، لكافة الجهود التي يبذلها جلالته الملك عبدالله الثاني، دفاعاً عن القضية الفلسطينية وحق الشعب الفلسطيني بالحرة والاستقلال، وتصدي جلالته الدائم والمتواصل لكافة الإجراءات والقرارات الإسرائيلية التي تستهدف الشعب الفلسطيني، وتستهدف تغيير الوضع القانوني والتاريخي في القدس الشريف والمس بالمقدسات الإسلامية والمسيحية فيها.."

وطالب الفايز بموقف عربي ودولي فاعل، يكون مسانداً للجهود الكبيرة التي يبذلها جلالته الملك عبدالله الثاني على الصعيد كافة، نصرة للقضية الفلسطينية والشعب الفلسطيني.

الغراية يلتقي امين عام مجلس وزراء الداخلية العرب

عمان

بحث وزير الداخلية مازن الغراية لدى لقائه الخميس أمين عام مجلس وزراء الداخلية العرب الدكتور محمد بن علي كومان أوجه التعاون الأمني العربي المشترك، وسبل الارتقاء به إلى أعلى المستويات.

وجرى خلال اللقاء استعراض بنود جدول أعمال الدورة الأربيعون لمجلس وزراء الداخلية العرب المزمع عقدها في تونس خلال شهر آذار المقبل والذي يتضمن العديد من الموضوعات الأمنية منها مكافحة الإرهاب والمخدرات، الجرائم الإلكترونية، والأمن السيبراني.

وأبدى الغراية ملاحظاته حول بعض الموضوعات التي يتضمنها جدول أعمال الدورة، مؤكداً حرص الأردن على تطبيق قرارات المجلس وتوصياته وتقديم جميع أشكال الدعم والمساندة للأمانة العامة للمجلس، معرباً عن ارتياحه للجهود التي يبذلها المجلس لتحقيق التعاون الأمني المنشود والمراحل التي وصل إليها والإنجازات النوعية التي حققها على صعيد مكافحة الجريمة بشكل عام.

من جانبه أشاد كومان بالدور الفاعل للأردن في دعم وتطوير آليات عمل المجلس وأجهزته المختلفة خاصة المكتب العربي لشؤون المخدرات والجريمة، موجهاً خلال اللقاء الدعوة للأردن للمشاركة في اجتماعات الدورة المقبلة للمجلس.

منح دراسية من نيوزيلندا في برنامج الماجستير والدكتوراه

عمان

أعلنت وزارة التعليم العالي والبحث العلمي عن توفر منح دراسية كاملة للطلبة الأردنيين في برنامجي الماجستير والدكتوراه مقدمة من حكومة نيوزيلندا الصديقة للعام الجامعي 2023 / 2024.

واشترطت الوزارة أن يكون عمر المتقدمين للمنحة 18 عاماً فما فوق، وأن يكون مقيماً في الأردن لمدة عامين، كحد أدنى، وأن تكون لديه الخبرات التالية (سنة واحدة من العمل بدوام كامل أو سنتين بدوام جزئي مدفوعة أو غير مدفوعة لأجر أو طوعية).

ودعت الوزارة الراغبين بالاستفادة من هذه المنح الاطلاع على المعلومات كافة حول آلية تقديم المنحة والامتحانات المقدمة والتخصصات والجامعات المختصة لهذه الغاية، وتقديم طلب المنحة وإرفاق جميع الوثائق المطلوبة إلكترونياً من خلال رابط التطبيق The Manaaki Scholarship International على العنوان: <https://www.nzscholarships.govt.nz/en/new-zealand-scholarships-for-international-tertiary-students/apply-online-for-a-new-zealand-scholarship>

وبينت الوزارة أن السلطات التعليمية النيوزيلندية ستبدأ بتلقي طلبات القبول الإلكترونية خلال الفترة - 28 1 / 2 / 2023 وستتولى كذلك إجراء المقابلات مع الطلبة المتقدمين ومن ثم تحديد الطلبة المرشحين للاستفادة من هذه المنح.

وتوهم الوزارة أنه يشترط على الطلاب الالتزام بتعليمات الاعتراف بمؤسسات التعليم العالي غير الأردنية ومعادلة شهاداتها في وزارة التعليم العالي والبحث العلمي الأردنية.

كما دعت الوزارة الطلبة الراغبين بتقديم الطلبات إلى الإطلاع على قائمة الجامعات النيوزيلندية المعترف بها لدى الوزارة، عبر الدخول على الرابط التالي: <https://rce.mohe.gov.jo/> .RecognizedUniversities

إعلان فصل التيار الكهربائي

شركة كهرباء محافظة إربد
Irbid Electricity
كهرباء إربد

ستقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الإثنين الموافق 30/1/2023 بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تعترض من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن النعمية شرق البلد وذلك من الساعة التاسعة صباحاً ولغاية الساعة الثالثة عصرًا وعن دونار القنطرة شارع البترا من الساعة التاسعة صباحاً ولغاية الساعة الرابعة مساءً في محافظة إربد.

وإن سطرقة الغالدية بالكامل من الساعة التاسعة والنصف صباحاً ولغاية الساعة الثالثة عصرًا في محافظة المفرق.

وعن طريق سوف مقبلة من الساعة التاسعة صباحاً ولغاية الساعة الرابعة عصرًا في محافظة جرش. قسم العلاقات العامة

ولي العهد يفتتح مشروع إعادة تأهيل وتطوير مركز صحي برأس العين



عمان

وزارة الصحة، يأتي ضمن إعادة تأهيل وتطوير 25 مركزاً صحياً شاملاً بمختلف أنحاء المملكة.

ولفت إلى أن وزارة الصحة قدمت لمشروع المركز الدعم اللوجستي والإداري والأجهزة الطبية، وقامت بتعيين كوادر إضافية بمختلف التخصصات اللازمة للتوسع في الخدمات، واعتبر سمو ولي العهد أن مشروع إعادة تأهيل وتطوير المركز يعد أنموذجاً للمسؤولية المجتمعية، وللتعاون بين القطاعين العام والخاص ومؤسسات المجتمع المدني.

ولفت سموه إلى أهمية تعميم هذا النموذج في مراكز طبية أخرى، معرباً عن تقديره لجمعية هممتنا ولجميع المساهمين في تنفيذ المشروع.

افتتح نائب جلالته الملك، سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد، الخميس، مشروع إعادة تأهيل وتطوير مركز صحي الأميرة بسمة الشامل في منطقة المهاجرين برأس العين بالعاصمة عمان.

واستمع سموه إلى شرح قدمته المديرية التنفيذية لجمعية "هممتنا" الخيرية الدكتور فادية سمارة حول المركز الذي يخدم 22 ألف مراجع شهرياً، وسيستقبل الحالات الطارئة على مدى 24 ساعة طوال الأسبوع.

وبينت سمارة أن المشروع الذي بادرت جمعية "هممتنا" الخيرية، التي تأسست عام 2019، بتأهيله وتطويره بتبرع من القطاع الخاص وبالشراكة مع

مالية النواب تناقش موازنة دائرتي الإفتاء العام وقاضي القضاة

عمان



واصلت اللجنة المالية النيابية خلال الاجتماع الذي عقده بحضور رئيس مجلس النواب بالإنابة النائب الدكتور أحمد الخاليلة، ورئيس اللجنة المالية النيابية الدكتور نمر السليجات، الخميس، مناقشة مشروع قانون الموازنة لعام 2023.

وأكد الخاليلة اعتراف مجلس النواب بالمؤسسات الدينية الرسمية المتمثلة بوزارة الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية وادارة قاضي القضاة وادارة الإفتاء العام للمملكة وما تقدمه من خدمات جليلة ونشر للفكر الدعوي والأخلاق الإسلامية الحميدة بين أبناء المجتمع. بدوره، قال السليجات إن اللجنة ناقشت بحضور سماحة مفتي عام المملكة الشيخ عبدالكريم الخصاونة وسماحة قاضي القضاة الشيخ عبدالحافظ الربطة، موازنة دائرتي الإفتاء العام وقاضي القضاة.

وأشاد بدور الإفتاء العام والقائمين عليها من أصحاب الفضيلة ببيان الأحكام الشرعية في القضايا الحياتية للمواطن، ودورها في إصدار الفتوى والتوعية، والإرشاد الأسري وأهميته للمجتمع. وثمن الجهود التي تبذلها دائرة قاضي القضاة في كافة الأعمال المناطة بها من توزيع للمواثيق والزواج والطلاق والإصلاح الأسري وغيرها من الخدمات التي تقدم للمواطنين.

وتحدث السليجات عن التخصصات

مجلس الوزراء يُقرُّ نظام تنظيم البيئة الاستثمارية لسنة 2023

عمان

التخفيض بنسبة 5 بالمئة لمدة سنة واحدة من تاريخ التشغيل الفعلي.

أجراء بالنسبة للحوافز الإضافية، فقد حدّد النظام إجراءات الحصول عليها وفق المعايير التي نصّ عليها القانون والمرتبطة بتشغيل الأردنيين، وتشغيل عمال أردنيين، والأنشطة الاقتصادية التي تستهدف الأسواق التصديرية أو ذات القيمة المضافة المحلية، والأنشطة التي تستهدف نقل المعرفة والتكنولوجيا والتحول الرقمي، والأنشطة الاقتصادية الاستراتيجية، والأنشطة المدرجة ضمن مشروعات الشراكة بين القطاعين العام والخاص، والأنشطة التي تستهدف الأطراف ومناطق الفقر وتنمية وخدمة المجتمع المحلي، إذ ربط النظام بين كل معيار والحوافز التي تمنح له.

وتضمّنت هذه الحوافز: الإعفاء بنسبة محدّدة من بدل بيع، أو إعفاء من بدل إيجار الأراضي المملوكة للخزينة العامّة لغايات إقامة النشاط الاقتصادي شريطة تشغيل المشروع، والمساهمة في تكلفة فاتورة الطاقة الكهربائية أو السماح بتخصيصها من الذمم المستحقة على النشاط الاقتصادي للجهة الرسمية بنسبة محدّدة.

النظام، الإعفاء أو التخفيض من ضريبة الدخل للأنشطة الاقتصادية التي تقام في المناطق الأقل نمواً، أو المشاريع التي تشغل 250 عاملاً أردنياً على الأقل، وتمّ تحديد الأنشطة الاقتصادية المستفيدة بما فيها التعليم وخدمات تكنولوجيا المعلومات وقطاع الريادة والابتكار والإنتاج الفني والإعلامي وصناعة الأفلام تنفيذاً للرؤية الملكية للتحديث الاقتصادي.

كما تمّ تحديد فئات المناطق الأقل نمواً بناءً على التقارير الرسمية المرتبطة بجيوب الفقر بحيث تكون على النحو الآتي: المناطق فئة (أ) وتتضمّن بالإعفاء من ضريبة الدخل المستحقة لمدة (5) سنوات من تاريخ التشغيل الفعلي، والمناطق فئة (ب) وتتضمّن بالتخفيض من ضريبة الدخل المستحقة بنسبة 75 بالمئة لمدة (5) سنوات من تاريخ التشغيل الفعلي، والمناطق فئة (ج) وتتضمّن بالتخفيض من ضريبة الدخل المستحقة بنسبة (50%) لمدة (5) سنوات من تاريخ التشغيل الفعلي.

وتمّ بموجب النظام أيضاً تحديد استعادة المشاريع التي تشغل (250) عاملاً أردنياً على الأقل بالإعفاء من ضريبة الدخل المستحقة لد (4) سنوات، ومن ثمّ

تاريخ تقديم الطلب المستكمل، وفي حال عدم الرد تعتبر موافقة تلقائية لإنجاز المعاملة، كما يُحدّد النظام الأنشطة الاقتصادية التي قُدمت ملكية أو مساهمة أو مشاركة غير الأردني فيها بنسبة تقل عن 50 بالمئة، وتلك التي لا يجوز له التملك أو المساهمة أو المشاركة فيها بشكل جزئي أو كلي، كما يشتمل النظام على آليّة تمكّن مجلس الوزراء، بناءً على تنسيب الوزير، تخفيف القيد عن الأنشطة المقدّمة وأسباب مبرّرة.

ويضع النظام آليّة واضحة وشفافة للحصول على الإعفاءات الأساسية التي نصّ عليها قانون البيئة الاستثمارية والمتضمنة في إعفاء الموجودات الثابتة ومستلزمات ومدخلات الإنتاج وقطع الغيار اللازمة لممارسة النشاط الاقتصادي من الرسوم الجمركية، بالإضافة إلى إخضاعها إلى الضريبة العامة على المبيعات بنسبة الصفر وفق ما نصّ عليه القانون، وبيان إجراءات تقديم الطلب، وآليّة اتّخاذ القرار، بالإضافة إلى تحديد الأنشطة المستفيدة من هذا الإعفاء بالأنشطة الجديدة أو التوسّع والتطوير للأنشطة القائمة.

ومن ضمن الإعفاءات الأساسية التي تُمنح أحكامها في

مندوباً عن الملك.. الأمير

غازي يستقبل وفدًا من

الكنيسة الإنجيلية اللوثرية

في الولايات المتحدة

عمان

مندوباً عن جلالته الملك عبدالله الثاني، استقبل سمو الأمير غازي بن محمد، كبير مستشاري جلالته الملك للشؤون الدينية والثقافية والمبعوث الشخصي لجلالته، الخميس، وفداً من الشخصيات الدينية المؤثرة والمطارنة من الكنيسة الإنجيلية اللوثرية في الولايات المتحدة، بحضور مطران الكنيسة الإنجيلية اللوثرية في الأردن وفلسطين، المطران سني إبراهيم عازر.

وتقل سموه خلال اللقاء، الذي عقد في قصر الحسينية، تحيات جلالته الملك إلى الحضور، مؤكداً حرص جلالته على دعم الوجود المسيحي باعتباره جزءاً أصيلاً لا يتجزأ من النسيج الاجتماعي في المنطقة. وتناول اللقاء الجهود التي يبذلها الأردن، بقيادة جلالته الملك، في حماية المقدسات الإسلامية والمسيحية في القدس الشريف، والتصدي لأيّة محاولات لتغيير الوضع التاريخي والقانوني القائم في المدينة المقدسة.

من جهتهم، أكد الحضور أهمية الصداقة الهاشمية على المقدسات الإسلامية والمسيحية في القدس، بالحفاظ عليها وحمايتها، مثنّين مواقف جلالته الملك في تعزيز مبادئ السلام والوثام، ودعم الوجود المسيحي في الأراضي المقدسة.

القيادة الفلسطينية تعلن وقف التنسيق الأمني مع حكومة الاحتلال

الأمني مع الاحتلال

رام الله

أوقفت القيادة الفلسطينية التنسيق الأمني مع حكومة الاحتلال الإسرائيلي، مؤكدة أنه "لم يعد قائماً اعتباراً من الآن.."

جاء ذلك في بيان صدر عن الاجتماع الطارئ الذي عقدهته القيادة الفلسطينية مساء الخميس برئاسة رئيس دولة فلسطين محمود عباس في مقر الرئاسة بمدينة رام الله، لبحث تداعيات المجزرة التي ارتكبتها قوات الاحتلال الإسرائيلي صباح اليوم في جنين بحق أبناء الشعب الفلسطيني والتي أدت إلى ارتقاء ١١ شهيداً وجرح العشرات.

وقررت القيادة الفلسطينية، وفقاً لبيان تلاه الناطق الرسمي باسم الرئاسة نبيل أبو ردينة خلال مؤتمر صحفي عقد مساء اليوم، بإرام الله، "التوجه الفوري لمجلس الأمن الدولي لتنفيذ قرار الحماية الدولية للشعب الفلسطيني تحت الفصل السابع ووقف الإجراءات أحادية الجانب.."

وأضاف أبو ردينة أن القيادة الفلسطينية قررت التوجه بشكل عاجل للمحكمة الجنائية الدولية، لإضافة ملف المجزرة التي ارتكبتها قوات الاحتلال الإسرائيلي في جنين إلى الملفات التي تم تقديمها سابقاً، والدعوة الفورية لقدم لجنة التحقيق الدولية المستمرة في مجلس حقوق الإنسان، للتحقيق وإحالة مخرجاتها بشأن مسؤولية الاحتلال عن هذه المجزرة المحمكة الجنائية الدولية ومجلس الأمن.

كما قررت القيادة الفلسطينية استكمال الانضمام إلى بقية المنظمات الأممية والدولية، والتحرك على المستويات العربية والإسلامية والدولية من أجل دعم الموقف الفلسطيني.

وقال أبو ردينة، في البيان "إن الرئيس عباس يدعو جميع القوى الفلسطينية لاجتماع طارئ، للاتفاق على رؤية وطنية شاملة ووحدة الصف لمواجهة العدوان الإسرائيلي والتصدي له.."

دراسة: الصيام المتقطع يمكن أن يؤدي للتعافي من داء السكري من النوع ٢



وبلغ ٥٥% من المشاركين، الذين كانوا يعانون من داء السكري لمدة ٦ سنوات على الأقل، مرحلة التعافي من مرض السكري وتوقفوا عن تناول أدويةهم، واستمرت حالة التعافي لمدة سنة واحدة على الأقل. يعتقد الباحثون أن نتائج الدراسة تتعارض مع فكرة أن الأشخاص لا يمكنهم التعافي من الداء إلا إذا أصيبوا بالمرض لفترة أقصر تقل عن ست سنوات، ويرون أن الصيام المتقطع يمكن أن يساعد المرضى على إنقاص الوزن وربما الشفاء من داء السكري من النوع الثاني نتيجة لذلك.

تتير الأبحاث السابقة، مثل مراجعة علمية في عام ٢٠٢٠ بمصدر مونتوق لنحو ٤١ مقالة، إلى أن الصيام المتقطع هو وسيلة لفقدان الوزن وتقليل السمنة. الدراسة الجديدة، أشارت البيانات إلى أن ما يقرب من ٩٠% من المشاركين خفضوا تناولهم للأدوية للسيطرة على مرض السكري، بما يشمل الأفراد الذين يتناولون عوامل خفض السكر في الدم والأنسولين. أكثر من ٦ سنوات

وكالات

تتائج دراسة صينية تدحض فكرة أن التعافي من داء السكري يقتصر على الإصابة به لأقل من ٦ سنوات يمكن أن يؤدي اتباع النظام الغذائي المعروف باسم الصيام المتقطع إلى تعافي المرضى من مرض السكري من النوع ٢، وفقا لدراسة جديدة نُشرت في دورية "Endocrine Society's Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism".

قال بروفيسور دونغوبو ليو، من جامعة هونان الصينية، في بيان صحافي: إن "مرض السكري من النوع الثاني ليس بالضرورة مرضاً دائماً يستمر مدى الحياة. وتظهر نتائج الدراسة أن الصيام المتقطع، وتحديدًا العلاج الغذائي الطبي الصيني CMNT، يمكن أن يؤدي إلى التعافي من داء السكري من النوع ٢".

وفقا لما نشره موقع "Healthline"، أصبح الصيام المتقطع إستراتيجية جديدة بالاهتمام لفقدان الوزن في السنوات الأخيرة. يتضمن تناول الطعام خلال فترات زمنية محددة والصيام لعدد معين من الساعات كل يوم.

أسباب السكري من النوع ٢ يؤثر مرض السكري من النوع ٢ على مئات الملايين حول العالم ويحدث عندما يبني الجسم مقاومة للأنسولين، وهو هرمون ينتجه البنكرياس ويسمح للغلوكوز بدخول الخلايا واستخدامه للحصول على الطاقة. يصاب الأشخاص بداء السكري من النوع الثاني عادةً في وقت لاحق من الحياة، حول أو بعد سن ٤٥ عامًا، ولكن أصبح يصيب الأطفال والمراهقين بشكل متزايد في الآونة الأخيرة.

يقول المركز الأمريكي لمكافحة الأمراض والوقاية منها CDC إن عوامل الخطر الأخرى تشمل:

- زيادة الوزن
- سابقة الإصابة بسكري الحمل، والذي يحدث عند الحوامل اللواتي لم يسبق لهن أن أصبن بمرض السكري من قبل.

هل يتلقى الرجال والنساء نصائح متشابهة للحفاظ على صحة القلب؟



والذين يعتبرون مؤهلين لتلقي الأدوية الخافضة للدهنيات من عائلة الستاتينات (Statins) وقد بلغ عددهم ٢٩٢٤ مريضاً.

تتلقى المقارنة وقام الباحثون بعد ذلك بمقارنته احتمالية تلقي كل من الرجال والنساء للستاتينات بالمجموعة التي أظهر التحليل أن أصحابها مؤهلون لتلقي الستاتينات. وقاموا كذلك بحساب احتمالية تلقيهم نصائح تتعلق بإقاص الوزن وتقليل استهلاك الأطعمة المحتوية على الدهون وممارسة التمارين الرياضية والتقليل من تناول الملح. وقام الباحثون بتعديل التحليل الإحصائي وفقاً للوزن وتقليل استهلاك الأطعمة المحتوية على الدهون وممارسة التمارين الرياضية والتقليل من تناول الملح. الجسم ومعدل ضربات القلب في وضعية الراحة، ودرجة الاحتجاب بالإضافة إلى الحالة التعليمية.

وأظهرت نتائج التحليل أن احتمالية تلقي الرجال للستاتينات أعلى بـ ٢٠% من النساء. في المقابل فإن احتمالية أن تتصح النساء بإقاص أوزانهن تزيد على الرجال بـ ٢٧%. واحتمالية أن ينصحن بممارسة الرياضة تزيد عن الرجال ٣٨%. وفيما يتعلق بالمخاطر الغذائية، فالنصائح كانت للنساء أعلى منها للرجال فيما يتعلق بالتقليل من الملح بنسبة ٢٧% وتقليل الدهون او السعرات الحرارية بنسبة ١١%.

وتابعت الدكتورة ولانداري والتحليل بمراجعة الأبحاث المنشورة لإيجاد سبب ما يفسر هذه النتائج، لتصل إلى أنه ربما يعزى ذلك إلى الفهم الخاطيء بأن النساء أقل عرضة لأمراض القلب والأوعية الدموية. وأشارت إلى أن النتائج تظهر أهمية زيادة الوعي لدى العاملين بالرعاية الصحية بضرورة تلقي الرجال والنساء النصائح المناسبة وفقاً لأحدث المعلومات المتوفرة للحفاظ على صحة القلب.

توصية الجمعية الأوروبية وللحد من أمراض القلب، توصي الجمعية الأوروبية بأمراض القلب البالغين من كافة الأعمار أن يقوموا بممارسة تمارين رياضية متوسطة الحدة لمدة تتراوح بين ١٥٠ وحتى ٣٠٠ دقيقة أسبوعياً أو ٧٥ إلى ١٥٠ دقيقة من التمارين عالية الحدة، أو خليط من التمارين متوسطة وعالية الحدة تكافئ مجموعها.

وتوصي أيضاً الناس جميعاً بأن يقلعوا عن التدخين، واتباع نظام غذائي صحي مؤكدة على احتوائه على أغذية من أصول نباتية كالحبوب الكاملة والخضار والفواكهة والبقوليات والمكسرات وأن يتم تقليل الملح عن ٥ غرامات في اليوم الواحد.

كما ينصح ذوو الوزن الزائد والذين يعانون من السمنة بإقاص أوزانهم. بإقاص الوزن يساهم بالتقليل من ضغط الدم والدهنيات واحتمالية الإصابة بداء السكري، وبالتالي يساهم في تقليل احتمالية حدوث أمراض القلب والشرايين. ويتم وصف الستاتينات لبعض المرضى بناءً على معايير محددة تشمل العمر وخطورة حدوث أمراض القلب والشرايين لدى الشخص

وكالات

عُرِضت نتائج الدراسة بمؤتمر الجمعية الأوروبية لأمراض القلب/آسيا (ESC Asia) والذي تم عقده بستغافورة ديسمبر/كانون الأول الحالي.

أظهرت دراسة حديثة أن النصائح الطبية -التي توجه للرجال لتقليل خطورة الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية- تختلف عن تلك التي يتم إعطاؤها للنساء، الأمر الذي يخالف التوصيات الطبية. وتُنصح النساء وفقاً للدراسة بأن يحسّن من النظام الذي يتبعنه في حياتهن، في حين ينصح الرجال بأخذ أدوية تُخفّض الدهون من عائلة الستاتينات (Statins).

وعرضت نتائج الدراسة بمؤتمر الجمعية الأوروبية لأمراض القلب/آسيا (ESC Asia) والذي تم عقده في ستغافورة مطلع ديسمبر/كانون الأول الحالي، بتنظيم من الجمعية الأوروبية لأمراض القلب (European Society of Cardiology) وجمعية آسيا والمحيط الهادي لأمراض القلب (Pacific Society of Cardiology) (APSC) واتحاد دول جنوب شرق آسيا لأمراض القلب (AFC) وجمعية آسيا والمحيط الهادي لأمراض القلب (Asian Pacific Society of Cardiology) (APSC) وجمعية آسيا والمحيط الهادي لأمراض القلب (Asian Pacific Society of Cardiology) (APSC) وجمعية آسيا والمحيط الهادي لأمراض القلب (Asian Pacific Society of Cardiology) (APSC).

نصائح لتقليل حدوث الأمراض ووفقاً للمؤلف الأول للبحث الدكتور بريما وولانداري من كلية الطب بجامعة هارفرد ومستشفى ماساتشوستس العام، فإن هذه الدراسة قد أظهرت أنه يتم إخبار النساء بأن عليهن إقاص أوزانهن وممارسة الرياضة والنحس من النظام الغذائي الذي يتبعنه لتقليل خطورة الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، بينما يطلب من الرجال تناول أدوية خافضة للدهون. يأتي ذلك رغم أن التوصيات الطبية نفسها تنطبق على الجنسين.

وقد أظهرت دراسات سابقة أن العلاج المقدم للمصابين بأمراض القلب والأوعية الدموية يكون أقل حدة من ذلك الذي يقدم للرجال. وقد جاءت هذه الدراسة استكمالاً للجهود السابقة لمعرفة ما إذا كانت الفروقات بين الجنسين ممتدة للنصائح اللاحقة لتقليل من خطورة حدوث هذه الأمراض. واستخدمت الدراسة بيانات المرضى المتوافرة من المسح الوطني الأمريكي لفحص الصحة والغذاء (the US National Health and Nutrition Examination Survey) (NHANES) الفترة ما بين ٢٠١٧ و ٢٠٢٠. واشتملت على أكثر من ٨ آلاف رجل وامرأة لا يعانون من أمراض القلب والأوعية الدموية، وتتراوح أعمارهم بين ٤٠ و ٧٩ عاماً. وقد صنّف المرضى بأنهم في عرضة متزايدة لأمراض القلب والأوعية الدموية -وفقاً لقياس الخطورة-

شراب سحري يساعدك على خسارة يلوغرامات إضافية

وكالات

العلاج المبكر هو عبارة عن رذاذ بخاخ للأنف يبقى مجرى الهواء مفتوحاً بشكل فعال طوال الليل.

أظهرت تجربة أولية على البشر نتائج واعدة لعلاج مبتكر لانقطاع التنفس أثناء النوم، هو عبارة عن رذاذ أنفي. وعلى الرغم من أن هذا العلاج لا يزال بعيداً عن الاستخدام السريري، لكن النتائج المبكرة تشير إلى أن استخدام رذاذ الأنف السريع قبل النوم يمكن أن يبقى مجرى الهواء مفتوحاً بشكل فعال طوال الليل، وفقاً لما نشره موقع New Atlas نقلاً عن دورية Chest.

أوضح داني إيكارت، كبير الباحثين في الدراسة الجديدة التي أجرتها جامعة فليندرز، أنه "في الوقت الحالي، لا توجد علاجات دوائية معتمدة لانقطاع النفس الانسدادي أثناء النوم OSA، لكن مع التقدم الذي تم إحرازه فيما يتعلق بفهم الأسباب المختلفة لإصابة الأشخاص بانقطاع النفس الانسدادي أثناء النوم، تزداد إمكانية الحصول على أدوية جديدة فعالة بشكل أقوى كل عام".

علاج تقليدي غير مريح والعلاج الأكثر شيوعاً لانقطاع التنفس أثناء النوم هو جهاز ميكانيكي يسمى CPAP وهو اختصار لـ(ضغط مجرى الهواء الإيجابي المستمر)، ويستخدم هذا الجهاز بشكل أساسي الهواء المضغوط لإبقاء مجرى الهواء مفتوحاً أثناء النوم.

ويمكن أن تكون أجهزة الضغط الإيجابي المستمر في المسالك الهوائية أداة فعالة للغاية لإدارة انقطاع النفس أثناء النوم، لكنها معروفة بأنها ضيقة وغير مريحة.

ويتوقف ما يقرب من واحد من كل ١٠ أشخاص عن استخدام أجهزته بعد ليلة واحدة فقط، في حين أن حوالي ٥٠% لا يستخدمون العلاج لأكثر من عام.

العضلة الموسعة للبلعوم وهناك الكثير من العمل الجاري للبحث عن علاجات عقاقير لمكافحة توقف التنفس أثناء النوم، لكن لم تتم الموافقة رسمياً على أي دواء منها حتى الآن.

وتهدف الدراسة الجديدة إلى اختبار عقار جديد مصمم لزيادة نشاط العضلة الموسعة للبلعوم.

وقالت الباحثة الرئيسية في الدراسة أمل عثمان إن "العقار الذي اختبرناه مصمم لاستهداف مستقبلات معينة يتم التعبير عنها على سطح الشعب الهوائية العلوية، مما يؤدي إلى تنشيطها بسهولة أكبر للعضلات المحيطة بإبقاء مجرى الهواء مفتوحاً أثناء النوم".

وكانت النتائج الأولية للتجارب واعدة، حيث أدى الدواء الجديد إلى فتح مجرى الهواء بشكل مستمر خلال نوم ليلة كاملة. كما كانت النتائج متسقة بغض النظر عن طريقة التطبيق، مما يعني أن بخاخ الأنف البسيط يمكن أن يكون أسهل طريقة لتقديم العلاج لتوقف التنفس أثناء النوم.

وأضافت عثمان أنه "على الرغم من أن الدراسة صغيرة، فإن النتائج التي تم التوصل إليها تمثل أول تحقيق مفصل حول هذا العلاج الجديد لدى الأشخاص المصابين بانقطاع النفس الانسدادي، مع نتائج واعدة".

نتائج واعدة.. بخاخ للأنف قد يعالج انقطاع التنفس أثناء النوم



وكالات

العلاج المبكر هو عبارة عن رذاذ بخاخ للأنف يبقى مجرى الهواء مفتوحاً بشكل فعال طوال الليل.

أظهرت تجربة أولية على البشر نتائج واعدة لعلاج مبتكر لانقطاع التنفس أثناء النوم، هو عبارة عن رذاذ أنفي. وعلى الرغم من أن هذا العلاج لا يزال بعيداً عن الاستخدام السريري، لكن النتائج المبكرة تشير إلى أن استخدام رذاذ الأنف السريع قبل النوم يمكن أن يبقى مجرى الهواء مفتوحاً بشكل فعال طوال الليل، وفقاً لما نشره موقع New Atlas نقلاً عن دورية Chest.

أوضح داني إيكارت، كبير الباحثين في الدراسة الجديدة التي أجرتها جامعة فليندرز، أنه "في الوقت الحالي، لا توجد علاجات دوائية معتمدة لانقطاع النفس الانسدادي أثناء النوم OSA، لكن مع التقدم الذي تم إحرازه فيما يتعلق بفهم الأسباب المختلفة لإصابة الأشخاص بانقطاع النفس الانسدادي أثناء النوم، تزداد

إمكانية الحصول على أدوية جديدة فعالة علاج تقليدي غير مريح والعلاج الأكثر شيوعاً لانقطاع التنفس أثناء النوم هو جهاز ميكانيكي يسمى CPAP وهو اختصار لـ(ضغط مجرى الهواء الإيجابي المستمر)، ويستخدم هذا الجهاز بشكل أساسي الهواء المضغوط لإبقاء مجرى الهواء مفتوحاً أثناء النوم.

ويمكن أن تكون أجهزة الضغط الإيجابي المستمر في المسالك الهوائية أداة فعالة للغاية لإدارة انقطاع النفس أثناء النوم، لكنها معروفة بأنها ضيقة وغير مريحة. ويتوقف ما يقرب من واحد من كل ١٠ أشخاص عن استخدام أجهزته بعد ليلة واحدة فقط، في حين أن حوالي ٥٠% لا يستخدمون العلاج لأكثر من عام.

العضلة الموسعة للبلعوم وهناك الكثير من العمل الجاري للبحث عن علاجات عقاقير لمكافحة توقف التنفس أثناء النوم، لكن لم تتم الموافقة رسمياً على أي دواء منها حتى الآن.

تناول كميات أقل من الطعام ونشاط بدني أكثر.. لن ينقص وزنك!

• اصنع دقيقاً خالياً من الغلوتين، لأنه لا يحتوي على سكر، في حين أنها نصيحة خاطئة تماماً لأن الغلوتين هو في نهاية المطاف بروتين.

الوقاية قبل العلاج وتكتب ياخو أكسفورد أن نتائج الدراسة التحليلية تفيد بأن "الأطباء في الغالب لا يقدمون نصائح فعالة، وبالتالي حتى إذا اتبع المريض النصيحة، فمن غير المرجح أن يفقدوا وزنه، مشيرين إلى أن "تناول طعام أقل، فعل أكثر" ليست إلا مجرد توصية احتياطية يلجأ إليها الأطباء لعدم توفر موارد أخرى. من المفهوم بالتأكيد بدلاً من التركيز على الوقاية، حيث يتم تخصيص القليل من الوقت في إطار مناهج كليات الطب على التغذية والنشاط البدني.

اختصاصيو التغذية تؤكد نتائج الدراسة على أهمية استشارة الخبراء المتخصصين في هذه المجالات، مثل اختصاصيي التغذية والمعالجين الفزيائيين المسجلين، بدلاً من الأطباء الممارسين العامين أو غير المتخصصين. كما يجب اتباع النصائح من الطبيب في حال توفرت له المساحة الزمنية للتعرف على عادات المريض والعوامل الخارجية الأخرى، التي يمكن أن تؤثر على جودة حياته. تقول بروفيسور مادلين ترينمليت، الباحثة الرئيسية في الدراسة والباحثة النوعية في قسم نافيلك لعلوم الرعاية الصحية الأولية في جامعة أكسفورد في إنجلترا: "يحتاج الأطباء غير المتخصصين في التغذية والعلاج الفزيائيين إلى إرشادات واضحة حول كيفية التحدث بشكل مفر مع المرضى، الذين يعانون من السمنة حول فقدان الوزن بغرض تقديم مساعدة فعالة للمرضى الذين يريدون إنقاص الوزن".

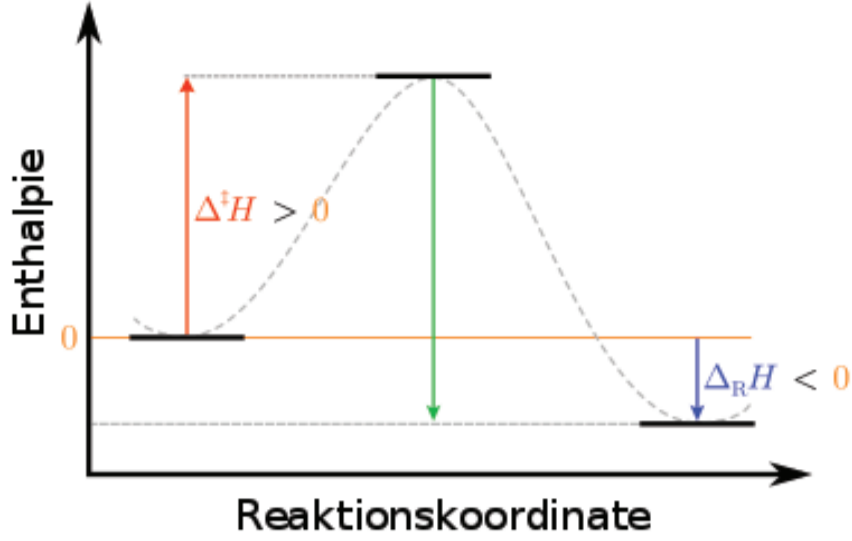
وكالات

بعض الأطباء يقدمون نصيحة "سطحية" للتخسيس يمكن أن تضر أكثر مما تنفع ولا تستند في الكثير من الأحيان أو أدلة علمية تمثل السمنة أو زيادة الوزن مشكلة للعلايين حول العالم، لكن ما توصلت إليه دراسة جديدة تم نشر نتائجها منذ بضعة أيام في دورية "Family Practice"، يشير إلى أنه في معظم الحالات، يقدم الأطباء للمرضى نصائح تتعلق بإقاص الوزن تكون مجردة أكثر من كونها قابلة للتنفيذ، وغامضة للغاية بحيث لا تكون مفيدة، ولا يدعها العلم دأماً، بحسب ما نشره موقع "EatingWell".

شروع النصائح السطحية قام فريق من الخبراء في جامعة أكسفورد في إنجلترا بفحص وتحليل ١٥٩ تسجيلاً صوتياً للاستشارات بين الممارسين العامين ومرضاهم الذين يعانون من مؤشر كتلة جسم ضمن نطاقات الإصابة بالسمنة. وتبين أن النصائح السطحية شائعة، بما يشمل التوجيه بأن الشخص يجب أن "يغير أسلوب حياته قليلاً"، وتضمنت النصائح أو الإرشادات الشائعة توجيهات مجردة، لا تستند إلى أدلة علمية محققة، بل كان بعضها نصائح خاطئة، كما يلي:

- تناول كميات أقل من الطعام وقم بممارسة نشاط بدني أكثر
- اصعد الدرج بدلاً من استخدام المصعد • انتبه لما تأكله • قلل من الكربوهيدرات
- استخدم أحد التطبيقات لتتبع السعرات الحرارية حتى تتمكن من مراقبة السعرات الحرارية الواردة والسعرات الحرارية الخارجة • مارس التمارين الرياضية بقدر ما تسمح به مفاصلك

الامتزاز الكيميائي



أو من الممكن أن يمر بإعادة هيكلية حيث يتم تغيير تركيب السطح (٥) على سبيل المثال، يستطيع الأوكسجين أن يشكل روابط قوية جدا (eV^{-٤}) مع الفلزات، مثل Cu (١١٠)، يحدث مع كسر جزء من روابط السطح خلال تشكيل روابط بين السطح والمادة المُمتزة، ومن الممكن ان يحدث إعادة هيكلية كبيرة بفقدان صف كما يرى في الصورة ٢. الامتزاز الكيميائي-التفكك

تمتلك الأنظمة الواقعية الكثير من التجاوزات؛ مما يجعل الحسابات النظرية أكثر تعقيداً؛ بالمقارنة مع الامتزاز الفيزيائي- حيث أن المواد المُمتزة تتوضع ببساطة على السطح- تستطيع المواد المُمتزة في الامتزاز الكيميائي أن تغير السطح وتركيبه. من الممكن أن يمر التركيب بحالة إرخاء؛ حيث تغير الطبقات الأولى القلائل المسافات بين المستويات بدون تغير تركيب السطح، بالطاقة معادلة شروندنغر لدرجات الحرية الإلكترونية و تفاعلات الأيون، ولا يتضمن هذا التعبير الرياضي أي من الطاقة الانتقالية، الطاقة الدورانية، الأثرات الذبذبية، وأي اعتبارات أخرى يوجد العديد من النماذج لتصف التفاعلات السطحية؛ آلية لانغمو- هنشلود التي يمتز فيها كلا الجسمين المتفاعلين، و آلية إ-ريديل التي يمتز فيها أحدهما بينما يتفاعل الآخر معه.

يوجد هناك نقطة تجاوز بين الامتزاز الكيميائي والامتزاز الفيزيائي؛ تعني نقطة للانتقال. ويامكان هذه النقطة أن تحدث أعلى أو أسفل عمود الطاقة- طاقة مورس الكاملة) مُمثلة النقص أو الحاجة إلى طاقة التنشيط. تحتاج معظم الغازات البسيطة على سطح الفلز لتنظيفه إلى متطلبات طاقة التنشيط.

أثبت الديناميكا الحرارية العامة التجريبية، تُحدد كمية الامتزاز لنظام معين بقيمة احتمالية الانتصاق. ومع ذلك من الصعب جدا وصف الامتزاز الكيميائي بنظرية، يستخدم سطح الطاقة الكامنة (PES) متعدد الأبعاد المشتق من نظرية الوسط الفعال لوصف تأثير السطح على الامتزاز، لكن فقط أجزاء محددة منه تستعمل بناء على ما يتم دراسته، مثال بسيط على (PES) والذي يأخذ مجموع الطاقة كاقتران في الموقع؛ حيث أن القيمة الذاتية المتعلقة

الأنواع المُمتزة كيميائياً، بتشكيل روابط مع بعضها البعض، يُنقِظ (يُنتَز) المنتج من السطح. يتشكل التجميع ذاتي أحادي الطبقات (SAMs) عن طريق امتزاز الكواشف التفاعلية كيميائياً مع أسطح الفلز، من ضمن أشهر الأمثلة على ذلك؛ الثيول (RS-H) مُمتز على سطح الذهب. تُشكل هذه العملية روابط Au-SR قوية، وتُحرس H. تحمي السطح مجموعات SR المرصوفة بشكل كثيف. علم حركة الامتزاز

القوي بين الماز و سطح الركيزة يخلق نوعاً جديداً من الروابط الإلكترونية. على النقيض من الامتزاز الكيميائي، الامتزاز الفيزيائي يترك الأنواع الكيميائية من المادة المُمتزة تقليدياً أن العتبة النشطة التي تفصل طاقة الارتباط للامتزاز الفيزيائي عن الامتزاز الكيميائي قيمتها حوالي ٠.٥ فولت الكترولي لكل نوع ممتز. نظراً للخصوصية، تختلف (الامتصاص)، العملية العكسية وهي لفظ المادة المُمتزة من سطح الماز فتقسمي تلك العملية بالعربية الانتزاز .

الامتزاز الكيميائي نوع من أنواع الامتزاز الذي يتضمن تفاعلاً كيميائياً بين السطح والمادة المُمتزة، وتتولد روابط كيميائية جديدة على سطح الماز. تتضمن الأمثلة ظاهرة مايكروسكوبية، التي من الممكن أن تشمل جزيئات تتفاعل مع بعضها البعض عن طريق تشكيل الوسائط الممتزة كيميائياً، و بعد أن تدمج

تستلزم هدرجنه الألكين على محفز صلب امتزازاً كيميائياً لجزيئي الهيدروجين وللكين، والذي يشكل روابط مع الذرة السطحية. المحفزات غير المتجانسة أحد أهم الأمثلة على الامتزاز الكيميائي والتي تشمل جزيئات تتفاعل مع بعضها البعض عن طريق تشكيل الوسائط الممتزة كيميائياً، و بعد أن تدمج

سموم فطرية (Aflatoxin)

لا يوجد ترياق محدد لتسمم الفطري Aflatoxin . رعاية الأعراض والعناية الداعمة مصممة خصيصاً لشدة مرض الكبد قد تشمل على السوائل الوريدي مع سكر العنب dextrose و فيتامينات منشطة k وفيتامين ب ، وحمية غذائية عالية البروتين ومحتوى كاف من الكربوهيدرات .
اصابة الانسان
هناك نوعين من التقنيات التي استخدمت في معظم الأحيان للكشف عن مستويات ال AFLATOXI في الانسان.
الطريقة الاولى ... هي في قياس ال AFB₁-guanine adduct وجوده يشير لتعرض ال B₁ Aflatoxin خلال ٢٤ ساعة الماضية . يقيس هذا الاسلوب فقط الاصابة الجديدة
مع ذلك خلال منتصف عمر ال ايض ، مستوى ال AFB₁-guanine التي تقاس قد تختلف من يوم لآخر ، اعتمادا على النظام الغذائي ،وهي ليست مثالية لتقييم الاصابة على المدى الطويل .
الطريقة الثانية ... قياس مستوى AFB₁-albumin في مص للدم . وهذا النهج يوفر قياس أكثر تكاملاً للاصابة على مدى عدة اسابيع أو أشهر .
اصابة الحيوان
في الكلاب ال Aflatoxin لديه القدرة أن يؤدي الى امراض الكبد . يتطلب التعرض لمستويات منخفضة من السموم الفطرية ال Aflatoxin لظهور أعراض مستمرة لعدة اسابيع أو أشهر لتظهر علامات فشل وظائف الكبد .
مستوى السمية في طعام الكلاب هي ما بين ١٠٠-٣٠٠ ppb (جزء في البليون) ويتطلب التعرض المستمر أو استهلاك لبضعة أسابيع الى أشهر لتطور السموم الفطرية ال Aflatoxin .
لا معلومات تشير الى توقعات تعطي أن الكلاب ستخضع لاحقا الى مرض ناجم عن ال Aflatoxin
الديك الرومسي للغاية معرضة للتسمم الفطري ال Aflatoxin .
كشفت الدراسات الحديثة أن هذا يعود الى السايكوتروم P٤٥٠ وهو التمثيل الغذائي الوسيط Mediated metabolism للمسمم الفطري B₁ Aflatoxin في كبد الديك الرومي ونقص S-glutathione

الاعراض المذكورة ادناه
التعرض للسموم الفطرية Aflatoxin في أعلى المستويات يسبب النخر الكبدي ، والذي يؤدي في وقت لاحق الى تلف الكبد ، أو سرطان الكبد .
وأعراض الفشل الكبدي تظهر بزيغ وزدمة وتغير في الهضم وتغير في الامتصاص و/ أو تغير في عمليات الايض للأغذية والتغيرات العقلية و/أو غيبوبة بحاجة لمصدر .
التعرض المزمن يزيد من خطر الاصابة بسرطان الكبد ، وكما أن ايض السموم الفطرية ال Aflatoxin يمكن ان يقحم ال DNA وتتمثل القواعد خلال ال epoxide moiety . ويعتقد أن هذا ما يسبب طفرات في الجين p٥٣ ، مورثة مهمة في منع تقدم دورة الخلية عندما يكون هناك طفرات الحمض النووي DNA و يشير الى signaling apoptosis (موت الخلية المبرمج) . وهذه الطفرات يعتقد أنها تؤثر على بعض مواقع أزواج القواعد أكثر من غيرها على سبيل المثال القاعدة الثالثة لنيكوتين ٢٤٩ للجين p٥٣ أكثر عرضة للطفرات بواسطة ال Aflatoxin من القواعد القريبة ١٤ «مزمّن ، وتعرض السريري ، لا يؤدي الى أعراض مثيرة حتى ال Aflatoxin الحاد .

ويؤثر التعبير عن الامراض المتعلقة في ال Aflatoxin عن طريق عدة عوامل مثل النوع ، العمر ، التغذية ، الجنس ، إمكانية التعرض المتزامن للسموم الأخرى . الجهاز المستهدف الرئيسي في الثدييات هو الكبد ، ويتباي تسمم ال Aflatoxin هو في المقام الاول مرض الكبد . شروط تزيد من احتمال حدوث التسمم ال Aflatoxin للانسان ، محدودية توافر الغذاء ، الظروف البيئية التي تشجع نمو العفن على المواد الغذائية ، عدم وجود نظم تنظيمية لرصد السموم الفطرية ال Aflatoxin والسيطرة عليها .
١٥»
اتباع نظام غذائي منظم بما في ذلك الخضار مثل الجزر ، والجزر الابيض ، والكرفس ، والبقدونس قد يقلل من تأثيرات المسرطنة لل Aflatoxin
١٦»
Aflatoxin B₁ يمكن ان يسبب ضعف المناعة، والتعرض له يزيد من الحمل الفيروسي في فيروس نقص المناعة البشرية HIV
١٧»
١٨»

الاسم الفطرية سامة ومسرطنة بسبب الكيماويات التي تنتجها والتي تسبب العفن (molds) مثل aspergillus flavus ، and aspergillus parasiticus وهي تنمو في التربة وتحلل النباتات والقش والقمح ، وتوجد بشكل اساسي في السلع الاساسية المخزنة بطرق خاطئة مثل الكسافا والفلفل الحار والذرة و بذور عباد الشمس والمكسرات والقمح ومجموعة متنوعة من التوابل المعدة للاستهلاك البشري أو الاستهلاك الحيواني تم العثور على نواتج التحول الناتجة من ال Aflatoxin في البيض ومنتجات الالبان و اللحوم وهذه عند تغذية الحيوانات بالحبوب الملوثة
١٩»
ومالي أن الممارسات السائدة لتجفيف وتخزين حبوب الذرة ليست بالقدر الكافي للحد من التعرض لل Aflatoxin
١٩»
المحاصيل العضوية التي لا يتم التعامل مع المبيدات الفطرية قد يكون أكثر عرضة للتلوث في ال Aflatoxin
١٢»
علم الامراض Pathology لا يوجد نوع من الحيوانات في مأمّن من الاتار السمية الحادة الناتجة من السموم الفطرية Aflatoxin ، البشر البالغين لديهم مقدرة عالية لمقاومة السموم الفطرية ال Aflatoxin وتنادرا ما يقع بالغ فريسة للتسمم في ال Aflatoxin الحاد
١٣»
لكن الاطفال يتأثرون بشكل خاص

من هذه السموم توجد في الطبيعة
Aflatoxin B₁ وهو الأكثر سمية وتنتجها كلا من Aspergillus و Aspergillus parasiticus
Aflatoxin M₁ تظهر في مرقق التخمير ال Aspergillus par siticus
النوع M₂ ايضاً تنتج عند اصابة وظائف الكبد ب B₁ Aflatoxin and B₂ Aflatoxin B₁ ينتجها Aspergillus flavus and Aspergillus parasiticus
G₁ Aspergillus and Aflatoxin G₁ تنتجها ال Aspergillus parasiticus
Aflatoxin M₁ مستقلب من Aflatoxin B₁ في الانسان والحيوان (التعرض في مستويات NG قد تأتي من حليب ال ام)
Aflatoxin M₂ المستقلبة من Aflatoxin by الحليب الماشية التي تتغذا على اطعام الملوثة
٩»
Aflatoxin Q₁ (AFQ₁) المستقلب من AFB₁ في خارج الكبد استعداداً للفقايات الاعلى
١٠»
شروط الاصابة
السموم الفطرية تنتجها ال Aspergillus flavus and Aspergillus parasiticus

مأمّن منها . السموم الفطرية هي من بين اكثر المواد المعروفة المسببة للسرطان
٤»
بعد دخول السموم الفطرية للجسم تتم عملية استقلابها في الكبد الى الايوكسيد او الهيدروكسيل لتصبح السموم الفطرية اقل ضرارا
m١١ السموم الفطرية بلعها اكثر شيوعا لكن النوع الأكثر سمية الفطر b₁ حيث يتخلل من خلال الجلد
٥»
٦» ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FDA) حددت مستوى نشاط السموم الفطرية التي تظهر في الغذاء والاعلاف هي ٣٠٠-٢٠٠ ppb
ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FAD) اعلنت عن مناسبة لتذكير كارجاء وقائي لمنع تعرض كل من غذاء الانسان والحيوان للاصابة .
اسم السموم الفطرية aflatoxin مشتق من اسم احد انواع الفطريات mold التي تنتجها Aspergillus flavus
٧»
وقد صيغ ذلك في حوالاي عام ١٩٦٠ بعد اكتشافه كسبب لمرض تركيا "Turkey X disease" والسموم الفطرية Aflatoxin
٨»
بعض التجمعات الرئيسية للسموم الفطرية
٩»
ومعلمات استقلابها
على الاقل هناك ١٤ صنف مختلف

السموم الفطرية سامة ومسرطنة بسبب الكيماويات التي تنتجها والتي تسبب العفن (molds) مثل aspergillus flavus ، and aspergillus parasiticus وهي تنمو في التربة وتحلل النباتات والقش والقمح ، وتوجد بشكل اساسي في السلع الاساسية المخزنة بطرق خاطئة مثل الكسافا والفلفل الحار والذرة و بذور عباد الشمس والمكسرات والقمح ومجموعة متنوعة من البهارات . عندما تمت معالجة الاطعمة من السموم الفطرية ووجدت مشبعة في الاطعمة بشكل عام ووجدت في كل من اغذية الانسان والحيوانات الاليفة وايضاغذاء حيوانات المزرعة . الحيوانات التي تتغذا على اطعمة الملوثة تكون بيوضها ولحومها ومنتجات البانها ملوثة بالسموم الفطرية
١»
التركيبية الكيميائية لأفلاتوكسين ب١ مثل تلوث اعلاف الدواجن وبعزا السبب لوجود نسبة عالية من عينة السموم الفطرية اصابته لحوم وبيوض الدواجن في الباكستان
٢»
الاطفال خاصة يتأثرون للاصابة في السموم الفطرية حيث تؤدي الى توقف النمو وتأخر التطور .
٣»
وفشل الكبد ، وسرطان الكبد .
البالغين اقل عرضة للاصابة ، لكن ايضا خطر . لا يوجد صنف حيواني في

السموم الفطرية سامة ومسرطنة بسبب الكيماويات التي تنتجها والتي تسبب العفن (molds) مثل aspergillus flavus ، and aspergillus parasiticus وهي تنمو في التربة وتحلل النباتات والقش والقمح ، وتوجد بشكل اساسي في السلع الاساسية المخزنة بطرق خاطئة مثل الكسافا والفلفل الحار والذرة و بذور عباد الشمس والمكسرات والقمح ومجموعة متنوعة من البهارات . عندما تمت معالجة الاطعمة من السموم الفطرية ووجدت مشبعة في الاطعمة بشكل عام ووجدت في كل من اغذية الانسان والحيوانات الاليفة وايضاغذاء حيوانات المزرعة . الحيوانات التي تتغذا على اطعمة الملوثة تكون بيوضها ولحومها ومنتجات البانها ملوثة بالسموم الفطرية
١»
التركيبية الكيميائية لأفلاتوكسين ب١ مثل تلوث اعلاف الدواجن وبعزا السبب لوجود نسبة عالية من عينة السموم الفطرية اصابته لحوم وبيوض الدواجن في الباكستان
٢»
الاطفال خاصة يتأثرون للاصابة في السموم الفطرية حيث تؤدي الى توقف النمو وتأخر التطور .
٣»
وفشل الكبد ، وسرطان الكبد .
البالغين اقل عرضة للاصابة ، لكن ايضا خطر . لا يوجد صنف حيواني في

الاخصاب المضاعف (double fertilization)

الانثوي يوجد(واحد او)اثنتان من الاغشية، التي تشكل فحة تسمى الفقير. الطور الجاميئي الانثوي الذي هو عادة أحادي المجموعة الكروموسومية، ينشأ من (عادة ثنائي المجموعة الكروموسومية) خلية بوغية كبرى تسمى الخلية البوغية الأم. الأحداث التالية تختلف، اعتمادا على النوع، ولكن في معظم الأنواع، الأحداث التالية تحصل.

الخليط الجيني اندماج البويضة والنطفة المتحكم بها تم انجازها بالفعل في نباتات الخشخاش. O٧٠ انبثاق اللقاح، دخول انبوب اللقاح ، وعملية الاخصاب المضاعف جميعها تم مشاهدتها تعمل بشكل طبيعي. في الواقع هذه التقنية تستخدم بالفعل للحصول على بذور العديد من النباتات الزهرية وسميت "تلقیح انبوب الاختيار".
٥٨»
التراكيب والوظائف المتعلقة بالاخصاب المضاعف
الطور الجاميئي الانثوي
الطور الجاميئي الانثوي الذي يشارك في الاخصاب المضاعف في النباتات مغطاة البذور يسمى أحياناً الكيس الجنيني. الذي يكون بداخل البويضة، محاط بالبيوض الخلوية بوغية الأم تنقسم ثلث الاسامات متساوية منتجة سبع خلايا ولثان انوية احادية المجموعة الكروموسومية (الخلية المركزية تمتلك ثواتر، تسمى ثواتر قطبيتان).

الاسئلة التي لم يتم الإجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضاعف، ولكن مع تطور الجهاز التناسلي ، العديد من الاسئلة أجبت. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكري لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح
٥٦»
الاخصاب المضاعف في المختبر
الاخصاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزيئي وأيضاً الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميت في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب التي تطورت الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميت الذكري والانثوي هو حصر النطف في انبوب اللقاح والبويضة في

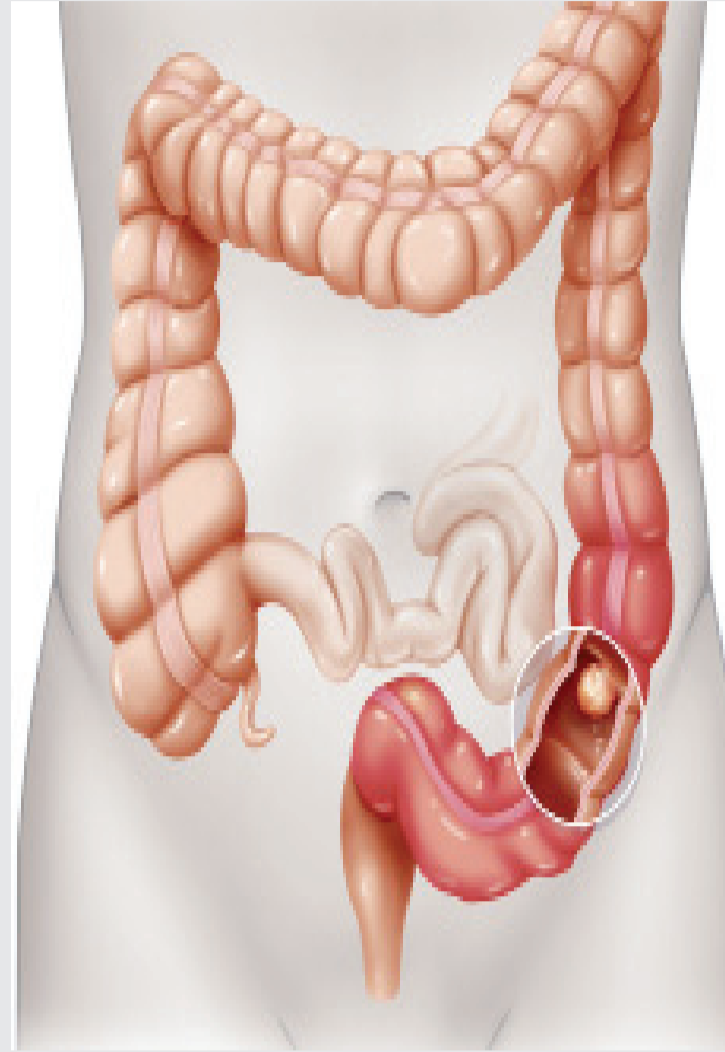
تم التقرير عنها.
٥٣»
أجزاء الزهرة الناضجة
الاخصاب المضاعف
الاخصاب المضاعف في Arabidopsis نبات مختصرة
تم اكتشاف الاخصاب المضاعف قبل أكثر من قرن على يد السير نواس Sergej Nawaschintzoff الروسي، و Léon Guignard في فرنسا. كل منهما قام بالاكشاف بشكل مستقل عن الآخر.
٥٥»
Lilium martagon Fritillaria tenella نباتات استخدمت في المشاهدات الأولى للاخصاب المضاعف التي أجريت باستخدام المجهر الضوئي القديم. بسبب محدودية قدرة المجهر الضوئي، كان هناك العديد من

القطيبتين للخلية المركزية الكبرى في الطور الجاميئي الانثوي. النطفة أحادية المجموعة الكروموسومية والبويضة أحادية المجموعة الكروموسومية سيحدثان لتكون الزايجوت ثنائي المجموعة الكروموسومية، بينما النطفة الأخرى ونواتا الخلية المركزية الكبرى أحاديات المجموعة الكروموسومية (الانثوي في الطور الجاميئي الانثوي يشكلان نواة ثلاثية المجموعة الكروموسومية (اتحاد ثلاثي). بعض النباتات يمكن ان تشكل نواة عديدة المجموعة الكروموسومية. الخلية الكبرى للطور الجاميئي الانثوي ستشكل الإندوسبيرم، تنسج غني بالغذاء الذي يوفر التغذية للجنين المتكون. البيض الذي يحيط بالبويضة سوف يكون الفرعة التي تحمي البذور ويمكن ان تعمل على انتشارها.
٥١»
السنواتامن من الخلية المركزية

معددة تحدث في النباتات الزهرية (النباتات مغطاة البذور). تتضمن هذه العملية اتحاد الطور الجاميئي الانثوي أو ما يعرف بالأشماج الانثوية (الطور الجاميئي الأم، يسمى أيضاً الكيس الجنيني) مع الأمشاج الذكرية (النطف) . يبدأ عندما تتصلق حبة اللقاح ببسم الكرنبة، عضو التكاثر الانثوي في الزهرة. تمتص حبة اللقاح الرطوبة وتبدأ بالإنبات مكونة أنبوب اللقاح الذي يمتد للأسفل باتجاه المبيض من خلال القلقم. ثم يدخل طرف أنبوب اللقاح المبيض ويخترقه من خلال فحة التقير في البويضة ، يتابع أنبوب اللقاح ليحدر النطف في الطور الجاميئي الأنثوي.

أحد النُطف سيخصب الخلية البيضية بينما سيقوم الآخر بالاتحاد مع الثواتر

تعديل غذائي يحمي الرجال تحديداً من هذا المرض الخطير



الإرهاق المتواصل،
التقيؤ والغثيان،
وسائل تشخيص سرطان القولون
فحص الدم الخفي في البراز،
الفحوصات الرقمية للمستقيم،
تنظير القولون السيني لفحص القولون
والمستقيم،
أما المرضى المصابون بسرطان القولون، أو
توجد شكوك للإصابة به، فهناك تقنيات تشخيصية
للكشف عن السرطان وتشتمل:
حقنة الباريوم الشرجية للغايرة المزودة
(صورة أشعة سينية خاصة للأمعاء)،
تنظير القولون لدراسة الورم بدقة،
صورة رنين مغناطيسي أو صورة الأمواج فوق
الصوتية للمستقيم،
تصوير مقطعي للصدر والبطن والحوض
للكشف عن انتشار السرطان،
المستضد السرطاني المضعف (-Carcino-
embryonic antigen) وهو فحص
دم مهم يعمل كمؤشر للمرض، ويجب أن تخفص هذه
المؤشرات مع العلاج الكيميائي الفعال،
علاج سرطان القولون
يمكن أن يتضمن علاج سرطان القولون الجراحة،
العلاج الكيميائي أو الإشعاعي، علاج الأضداد
وحيدة النسيلة، رعاية ما بعد العلاج، وتعتبر
الجراحة غير فعالة للمرضى بالمرحلة المتقدمة من
سرطان القولون الذي قد انتشر، في هذه الحالة يلجأ
الأطباء إلى الرعاية التلطيفية، وفق مؤسسة الحسين
للسرطان في الأردن.

والم تشهد النساء المشمولات بالدراسة نفس
الفائدة،
ووجد الفريق أن الرجال الذين يتناولون أكثر
الأطعمة النباتية صحية تقل لديهم مخاطر الإصابة
بسرطان القولون والمستقيم بنسبة ٢٢٪،
الخضار والفواكه والحبوب الكاملة
بشكل عام، ارتبطت النظم الغذائية النباتية
-خاصة الأنظمة الغذائية الصحية- بانخفاض خطر
الإصابة بسرطان القولون والمستقيم لدى الرجال،
ولكن ليس لدى النساء، ولا يبدو أن النظم الغذائية
النباتية غير الصحية تقلل من المخاطر،
وتوصي جمعية السرطان الأمريكية بأنه لتقليل
مخاطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم، يجب
على الشخص تناول الكثير من الخضار والفواكه
والحبوب الكاملة، والحد من كمية اللحوم التي
يتناولونها،
ويقول البروفيسور جيبي كيم، من جامعة كيونغ
هي، وهو أحد مؤلفي الدراسة -في تصريح لموقع
ميدكال نيوز تودي- إن مضادات الأكسدة الموجودة
بالأطعمة كالفواكه والخضراوات والحبوب الكاملة
يمكن أن تسهم في تقليل مخاطر الإصابة بسرطان
القولون والمستقيم عن طريق قمع الالتهاب المزمن
الذي يمكن أن يؤدي إلى السرطان،
وتابع "نظراً لأن الرجال معرضون لخطر
الإصابة بسرطان القولون والمستقيم أعلى من
النساء، فإننا نقترح أن هذا يمكن أن يساعد في تفسير
سبب ارتباط تناول كميات أكبر من الأطعمة النباتية
الصحية بتقليل خطر الإصابة بسرطان القولون
والمستقيم لدى الرجال وليس النساء"،
ما هو سرطان القولون والمستقيم؟

وكانت
توصلت دراسة طبية حديثة إلى أن تعديلاً معيناً
في النظام الغذائي يقلل خطر إصابة الرجال بمرض
خطير، فما هو المرض؟ وما هذا التعديل؟
المرض هو سرطان القولون والمستقيم، أما
التعديل المطلوب فهو تناول المزيد من الحبوب
والفواكه الطازجة والخضراوات،
وأجرى الدراسة باحثون من الولايات المتحدة
وكوريا الجنوبية، ونشرت في مجلة "بي إم سي
ميديسين" (BMC Medicine)،
الأطعمة النباتية الصحية
ووجد الباحثون أن النظام الغذائي -الغني
بالأطعمة النباتية الصحية- لدى الرجال يرتبط
بانخفاض خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم،
ومن الأطعمة النباتية الصحية: البقول
والخضار والفواكه الطازجة والحبوب الكاملة،
ومعظم الذين تم تشخيصهم بسرطان القولون
والمستقيم فوق سن الخمسين، ويمكن أن يؤثر على
الشباب أيضاً،
وفي السنوات الأخيرة، بدأت الحالات لدى كبار
السن بالانخفاض، لكن الإصابة بين الشباب أخذت في
الازدياد، ومع ذلك، قد تكون هذه التغييرات بسبب أن
فحص السرطان أصبح أكثر فعالية،
١٧٣،٤٢٧ مشاركاً ينتمون لمجموعات عرقية متنوعة،
وجاءت النتائج بعد متوسط وقت متابعة يزيد قليلاً
على ١٩ عاماً، ووجدت أن الرجال الذين اتبعوا
نظاماً غذائياً صحياً يعتمد على النباتات كانت لديهم
معدلات أقل من سرطان القولون والمستقيم.

٣ أسرار حتى تعمرك لـ ١٠٠ عام



وتبدو بيرداسدوفوجو كأي قرية أخرى في إقليم
سردينيا الإيطالي، لكنك ستشعر بالدهشة بالبالغة
عندما تعلم، أنه يوجد بهذه القرية المغفورة أكبر
عدد من المعمرين الذين بلغوا الـ ١٠٠ عام، مقارنة
بأي مكان آخر في العالم، فما سرهم؟
رغم أن قرية بيرداسدوفوجو التي يبلغ عدد
سكانها ١٧٨٠ نسمة، تزدهر بإيراجها في موسوعة
غينيس للأرقام القياسية لتسجيلها أكبر عدد من
المعمرين عالمياً، فإن الطريق المؤدي إليها لا يحمل
علامات تشير إلى شهرتها،
وتقديرها، لما اشتهر به سكانها من طول العمر،
أطلق أحد متاجر البيرة ميدان القرية على نفسه
اسم "بيتزا لوجيفيتا" أي "الحياة الطويلة".
الطعام الصحي والهواء النقي والابتعاد عن
الضغوط
وأصبح المسنون مصدر فخر لسكان القرية،
وهناك صور فوتوغرافية بالأبيض والأسود
للمعمرين الذين بلغوا ١٠٠ عام، معلقة على
جدران البيوت على طول الطريق الرئيسي،
وأسماءهم مسجلة تحتها وكذلك العام الذي ولدوا
فيه،
وعلى سبيل المثال نجد صورة فينوتوري لاي
الذي ولد في ١٢ فبراير/شباط ١٩٢٢، وتظهر
صورته رجلاً يتبسم في خجل، ويرتدي قبعة
ملونة وسترة شتوية، وقميصاً أبيض اللون
وربطة عنق كالفراشة (بايرون).

من سكانها هذا العمر، ولكن لا يبدو أنه ستقام
احتفالات بهذه المناسبة خلال العام الجاري
حسبما يقول مورا، ويضيف قد يقام احتفال في
العام المقبل ببلوغ أحد السكان ١٠٠ عام من عمره،
ويقول ماسيمو وهو نال بمقهي كائن ميدان
"أوروبا" بوسط البلدة، وهو يقدم الطلبات
للزبائن، "لا يمكنك أن ترى مثل هذا العدد الكبير
من المعمرين، الذين تجاوزوا الـ ١٠٠ من العمر
ويتمتعون بالنشاط والحيوية في أي مكان آخر".
وترتفع درجة الحرارة عادة خلال فصل
الصيف، ولا يتمتع جميع السكان بالعافية، فمثلاً
تقيم امرأة تعاني من عدم القدرة على الحديث في
دار لرعاية المسنين، حسبما يقول ماسيمو،
طريقة سكان سردينيا الحياتية
وفي تفسيره لطول عمر سكان القرية، يقول
ماسيمو إن "الفضل في ذلك يرجع ببساطة إلى
طريقة سكان سردينيا الحياتية". ويضيف أنه
يشكل علم لا يتناول أحد منهم أي عقاقير كما
يتناولون أطعمة صحية، ويعيشون حياة هادئة
تتسم بالبساطة،
ويسمى العلماء أيضاً إلى فهم طول عمر
سكان جزيرة سردينيا، ويخطط مشروع شارك
فيها جامعة ساساري بالجزيرة، في وضع طبقات
متتالية من ١٣ ألف عينة، من الحمض النووي
لسكان مقاطعة أولجياسترا، وفقاً لما ذكرته وكالة
أنباء أنسا الإيطالية، بينما يقول نائب رئيس
الجامعة جافينو ماريوتي، "أمل أن نبرهن على
أن السكان يعيشون حياة جيدة في سردينيا،
ويكون ذلك أيضاً وسيلة لتسويق بلدنا".

صورتها رجلاً يتبسم في خجل، ويرتدي قبعة
ملونة وسترة شتوية، وقميصاً أبيض اللون
وربطة عنق كالفراشة (بايرون)،
وأصغر معمر في قرية بيرداسدوفوجو أنونزياتا
ستوري، التي احتفلت بعيد ميلادها المئوي، في ١٦
أغسطس/آب الماضي، وقام العمدة برونو تشلوفي
شخصياً بتقديم التهنئة لها
في القرية عمراً، أن الزراعة كانت دائماً هي النشاط
الاقتصادي الرئيسي في القرية،
وقال لحظة "راي" التلفزيونية، إن "السكان
يعملون على الدوام وسط الهواء النقي"، ويبلغ
بروندو من العمر ١٠٤ أعوام، ولا تزال بشرته
مشدودة دون تهرلات ولوحجتها أشعة الشمس
قليلاً، وليس ثمة ما يشير إلى عمره الحقيقي سوى
سقوط أسنانه الأمامية،
بينما يقول سلفاتورري مورا وهو مؤرخ وعضو
بالمجلس المحلي بقرية بيرداسدوفوجو، إن ثمة
عدة عوامل تقصر طول عمر سكان القرية، أحدها
العوامل الوراثية، إلى جانب أن السكان المحليين
يتناولون أطعمة لا يبعد مكانها عن بيوتهم حيث
ترجع أساساً في حدائق منازلهم،
ويشير مورا إلى أهمية التواصل والقراب
الاجتماعي بين سكان القرية، ويقول "من المعتاد
أن يحيط أفراد العائلة ببعضهم بعضاً حتى آخر
يوم في حياتهم"، مؤكداً أن هذا الاتجاه يساعدهم
على الحفاظ على صحتهم ولياقتهم البدنية
والذهنية،
وتحتفل القرية بالعيد المئوي لكل من يبلغ

اضطرابات النوم وصحة النساء.. مشاكل خطيرة تستدعي الانتباه

مخاطر الإصابة والحوادث والمرض وحتى الموت، وفقاً للمؤسسة
النوم،
ربطت الدراسات الحديثة بين اضطرابات النوم وسوء
التبويض وعدم انتظام الدورة الشهرية وضعف الخصوبة لدى
النساء،
يسرد TIMESOFINDIA بعض تأثيرات اضطرابات
النوم على صحة المرأة على النحو التالي:
١- مشاكل الخصوبة
النوم الجيد ليلاً أمر حيوي لعلاج العقم لعدة أسباب، حيث
يرتبط النوم والتكاثر ارتباطاً وثيقاً ويتبعان إيقاعات الساعة
البيولوجية،
لا ينتج الدماغ هرمونات تناسلية بطريقة إيقاعية طوال اليوم
؛ لذلك، فإن أي اضطراب في النوم أو إيقاع الساعة البيولوجية
يمكن أن يتداخل مع الإنتاج الطبيعي لهذه الهرمونات ووظيفتها،
حتى ليالٍ قليلة من الحرمان من النوم يمكن أن تعطل إنتاج
الهرمونات وتحمل الإجهاد.

والذي يمكن أن يكون خطيراً على المدى الطويل،
تقول شينا ديري، دكتوراه في الطب، قسم الصيدلة
السريية، جامعة أكسفورد، المملكة المتحدة: "لقد عرفنا
منذ فترة طويلة أن المرضى الذين يتناولون الأسبرين
معرضون لخطر الإصابة بنزيف الجهاز الهضمي،
وإنزيمياً يكسر النيكوتين..

اكتشاف بكتيريا تكسر النيكوتين وتقلل من احتمالية الإصابة بمرض الكبد الدهني



وتنكشف البحوث أن نوعاً معيناً من البكتيريا
يكسر النيكوتين في أحشاء الفئران ويقلل من
احتمالية الإصابة بمرض الكبد الدهني وسرطان
الكبد، ويخطط الباحثون لتطوير دواء من
الإنزيمات التي تنتجها هذه البكتيريا لتقليل
فرض الإصابة بالأمراض لدى المدخنين،
وبالإضافة إلى ارتباطه بأمراض الرئة، فقد تم
ربط تدخين السجائر أيضاً بمرض الكبد الدهني،
ووجد الباحثون أن نوعاً معيناً من البكتيريا
يكسر النيكوتين في أحشاء الفئران، ومن ثم يقلل
من احتمال الإصابة بأمراض الكبد الدهنية،
وحسب تقرير نشر على موقع "ميديكال
إكسبريس" (Medical Xpress) في ٢٤
نوفمبر/تشرين الثاني الجاري، قام فريق دولي
من الباحثين المنتمين إلى مؤسسات متعددة في
الصين والولايات المتحدة بعزل نوع من البكتيريا
التي تكسر النيكوتين في أحشاء الفئران،
علاقة التدخين بمرض الكبد الدهني
يرتبط تدخين التبغ بمرض الكبد الدهني غير
الكحولي، لكن الآلية الكامنة وراء هذا الارتباط
غير واضحة، ومرض الكبد الدهني غير الكحولي
هو أحد أنواع مرض الكبد، ويشمل مجموعة
واسعة من الأمراض التي تتطور عادة من تنكس
دهني بسيط إلى تلف الكبد وسرطان الخلايا
الكبدية في بعض الحالات،
بكتيريا تكسر النيكوتين في أحشاء الفئران
وجد الباحثون أنه عندما يدخل الناس
(أو الفئران في التجربة) السجائر، فإن بعض
النيكوتين يمتص بطريقة إلى الأمعاء، ويؤدي ذلك
إلى زيادة خطر الإصابة بمرض الكبد الدهني
المرتبط بالندبات، وكذلك الإصابة بسرطان الكبد
في بعض الحالات،
وفي الدراسة المنشورة في دورية "نيتشر"
(Nature)، تصف المجموعة البحثية كيف
عزل الباحثون البكتيريا وماداً يمكن أن يقلل
اكتشافهم من حالات الإصابة بمرض الكبد
الدهني لدى البشر، حيث وجدوا أن نوعاً معيناً
من البكتيريا يكسر النيكوتين في أحشاء الفئران،

ومن ثم يقلل من احتمال الإصابة بمرض الكبد
الدهني،
وقاس الباحثون كمية النيكوتين التي تنشق
طريقها إلى القناة الهضمية من خلال مقارنة
عينات البراز من ٣٠ مدخنًا و٣٠ من غير
المدخنين، ثم فعلوا الشيء نفسه مع الفئران
ووجدوا النتائج متشابهة
بعد ذلك، عقموا أحشاء العديد من فئران
التجارب، وتم التخلص من البكتيريا الموجودة
فيها، ثم أجروا تجربة النيكوتين مرة أخرى،
ووجدوا أن الفئران ذات الأحشاء المعقمة
تحتوي على قدر أكبر من النيكوتين في أنظمتها،
مما يشير إلى أن نوعاً واحداً على الأقل من بكتيريا
الأمعاء يعمل على تكسير النيكوتين،
بعد ذلك، ومن خلال عملية الإزالة، تمكنوا
من تعقب نوع من البكتيريا يعرف باسم
"بلايسولفنز بكتيروبيدس" (Bacteroides
xylanisolvens)، وظهر أن هذه البكتيريا
هي المسؤولة عن تكسير النيكوتين، وتقليل
أضراره داخل أحشاء الفئران، حيث كانت تنتج
الإصابة بمرض الكبد الدهني لديهم
إنزيمياً يكسر النيكوتين..

استخدام الأسبرين المنتظم يمكن أن يؤدي إلى نزيف في المعدة.. اعرف كيفية تجنبه

والذي يمكن أن يكون خطيراً على المدى الطويل،
تقول شينا ديري، دكتوراه في الطب، قسم الصيدلة
السريية، جامعة أكسفورد، المملكة المتحدة: "لقد عرفنا
منذ فترة طويلة أن المرضى الذين يتناولون الأسبرين
معرضون لخطر الإصابة بنزيف الجهاز الهضمي،
وإنزيمياً يكسر النيكوتين..

ومع ذلك، لا يوجد دواء بدون آثار جانبية، لذلك،
وفقاً للباحثين، حتى الجرعات المنخفضة من الأسبرين
يمكن أن تزيد من خطر حدوث نزيف في الجهاز الهضمي،

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



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

٩ علامات مميزة للشيخوخة

إن، ما هو الجديد؟ فيما تظن أنه 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. وتشمل هذه "العلامات المميزة" ما يلي:

- عدم الاستقرار الجيني الناتج عن تلف بالحمض النووي
- الإبتعاد 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
- تحلل المغذيات الناتج عن التغييرات الأيضية
- ضعف الميتوكوندريا
- تراكم خلايا خاملة ضارة تؤدي للإتهاب الخلالي السليمة
- استنفاد الخلايا الجذعية
- اضطراب الاتصالات بين الخلايا وإنتاج الجزيئات الالتهابية

تفاصيل معقدة

ربما تكون هذه التفاصيل معقدة بعض الشيء ولذا سننقل 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 هايكل 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 الإبتكارات التي سيشهدها هذا المجال في المستقبل القريب، بهدف الوصول إلى حياة طويلة وصحية.

ماهية شيخوخة الخلايا

ربما يتساءل البعض قائلًا: 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 رونترى، أستاذ الطب التكاملي الشهير، في إشارة مبسطة حول أبحاث مكافحة الشيخوخة الجديدة، قائلًا: "الشيخوخة هي التآكل والإهلاك، إذ عندما يقوم شخص بفعل شيء ما مراراً وتكراراً، فإن الأجزاء تتعرض للتآكل 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 الأخطاء أو البقايا المتولدة، لكن عندما يكون الجسم أصغر سناً، فإنه يكون لديه القدرة على تصحيح الأخطاء"، ويستطرد قائلًا: "لذلك وبشكل أساسي، فإنه يوجد أخطاء وضرب، 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 رونترى؟ الإجابة تعود إلى حقبة تمتد منذ الخمسينيات وحتى الثمانينيات، حيث سادت النظرية الراديكالية الحرة للشيخوخة، والتي يصفاها بروفيسور دينهام هارمان، قائلًا: إن النظرية تنص على أن الكائنات الحية تشيخ، 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.

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 يعلم جديد يعني بأبحاث مكافحة الشيخوخة، فإنه تم تحقيق نتائج لاكتشافات غير مسبوقة، رغم أنها في مراحل مبكرة، تقلب فكرة الشيخوخة رأساً على عقب، بالاعتماد على مفهوم جديد لأسباب حدوث عملية الشيخوخة على مستوى الجزيئات والخلايا.

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

الشيخوخة مرض يمكن علاجه

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

وأضاف بروفيسور سينكلير قائلًا: "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".

لعمارة طويلة بصحة جيدة

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

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

الكثيرون يشكون من اكتساب الوزن الزائد، بالرغم من محاولاتهم الحثيثة البعد عن المأكولات والمشروبات التي تزيد الوزن. كما أن البيض ربما يتبعون أنظمة غذائية لإنقاص الوزن، إلا أنهم لا يفقدون عدد الكيلوغرامات التي تُرضي طموحاتهم في الحصول على جسم مثالي. خبراء التغذية يُرجعون ذلك إلى انتشار بعض العادات الصباحية، التي قد تكون هي المتسببة في عدم فقدان الوزن بالطريقة المثلى. وعلى ذمة موقع "بولد 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. فشراب 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. فشراب الماء في الصباح يعزز من عملية الأيض ويقلل من الشهية.
- تناول أطعمة مصنعة على الفطور
- إن تناول بعض الأطعمة المصنعة على الفطور يعتبر من أسوأ العادات التي تبدأ بها يومك، حيث إنها قد تدمر أي نظام غذائي لإنقاص الوزن. فالأطعمة المصنعة غنية بالدهون والسكريات والملح، وبالتالي فهي تعيق أي محاولات لإنقاص الوزن، كما أنها تزيد من الشهية. ويمكن استبدال هذه الأطعمة المصنعة بالفواكه أو الشوفان أو المكسرات مثلاً.

ضمادة ذكية تكشف الالتهابات البكتيرية.. بهذه الطريقة



طور فريق علمي ضمادة ذكية تساعد في تشخيص الالتهابات البكتيرية عن طريق تغيير اللون عندما تستشعر وجود بكتيريا في موضع الإصابة بالجسم وتقوم بإفراز الدواء اللازم للقضاء عليها، وفق صحيفة "دايلي ميل" البريطانية. ويقول فريق العلماء من الأكاديمية الصينية للعلوم إن معلمهم ربما يساعد على تهيئ 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، بحيث يمكن أن تكتسب البكتيريا بمرور الوقت مقاومة طبيعية للمضادات الحيوية.

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

مادة لتقييم بيئة البكتيريا

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

مادة كيميائية لإضعاف البكتيريا

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

إلى ذلك يقول الباحثون إن 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: "يعد 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.

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 تُؤشر إلى ظهور حقبة جديدة للمحتوى والمواد التلفزيونية وإنه من المحتمل أن تؤدي تلك الظاهرة إلى إنتاج محتوى إعلامي قصير أو أقصر كثيراً ليناسب أساليب العرض الجديدة".

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

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

محتوى إعلامي يواكب التطور وأشعار 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

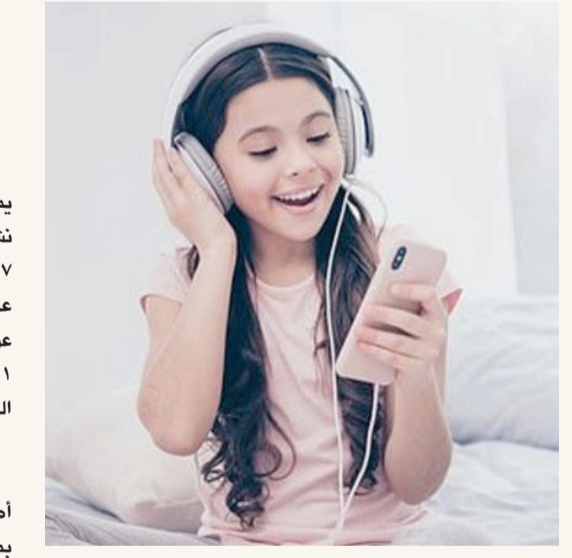
الذين يمتلكون هواتف يتصلون أيضاً بالإنترنت. وبشكل عام، يقضي الأطفال في المتوسط نحو ثلاث ساعات و٢٠ دقيقة كل يوم في المراسلة والعباب ومتابعة مقاطع فيديو على موقع "يوتوب".

محتوى إعلامي يواكب التطور وأشعار 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

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

على مستوى العالم

كما أوضحت الدراسة أيضاً أن ملكية الهاتف المحمول أصبحت حالياً على مستوى العالم 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 التوبات القلبية أو السكتة الدماغية، والتي ربما يترتب عليها الإصابة بإعاقة.

من جانبه، يقول بروفيسور سانجيف باتيل، وهو طبيب قلب في معهد ميموريال كير للقلب والأوعية الدموية في مركز أورنج 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 تتقلها معك إلى المنزل.

٢- قلل قنوات الاتصال قدر الإمكان ربما تستخدم البريد الإلكتروني وسلاك وغيرها من قنوات الاتصال مع مختلف زملاء العمل والشرقاء 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 وتقدمهم التركيز أيضاً.

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

فيما يلي خطوات لتجنب الإرهاق في العمل:

- ١- دع حاسوبك في العمل إذا كنت لا تعمل في 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

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

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

وكالة الأنباء القطرية وزيارة الملك
للوحدة التشريعية السورية حالاً

الدوحة

أكدت وكالة الأنباء القطرية (قنا)، أن زيارة جلالة الملك عبد الله الثاني إلى الدوحة، تأتي تنويجا لمسيرة العلاقات الثنائية وتعزيزا للتنسيق والتشاور بين البلدين تجاه مختلف القضايا وفتح آفاق جديدة للتعاون المشترك.

وقالت الوكالة في تقرير موسع لها الخميس، تناول مسيرة العلاقات الثنائية بين البلدين الشقيقين، إن زيارة الملك عبد الله الثاني إلى الدوحة، تأتي في إطار تعزيز الروابط الأخوية والعلاقات الثنائية الوطيدة بين قطر والمملكة الأردنية الهاشمية.

ويحث الشيخ تميم بن حمد آل ثاني وأخوه جلالة الملك عبدالله الثاني، خلال اللقاء الذي عقد مساء أمس الأربعاء، سبل تعزيز علاقات التعاون بين البلدين في مختلف المجالات، السياسية والاقتصادية والاستثمارية، بما يحقق التطلعات المشتركة للشعبين الشقيقين.

كما جرى مناقشة أبرز المستجدات الإقليمية والدولية ذات الاهتمام المشترك وأوجه تعزيزها بما يحقق الاستقرار والأمن والتنمية في المنطقة.

وأضافت أن زيارة الملك للدوحة كتسبب أهمية خاصة، كونها تأتي في سياق سلسلة من اللقاءات العربية على مستوى القادة والزعماء نظرا للتطورات والمستجدات المتصلة بالمفاتيح والقضايا على الساحتين العربية والدولية، وفي مقدمتها تطورات القضية الفلسطينية والاعتداءات الإسرائيلية المتواصلة على الشعب الفلسطيني والمقدسات الإسلامية والمسيحية بمدينة القدس، بالإضافة إلى آخر تطورات وتداعيات الحرب في أوكرانيا.

وقالت الوكالة، إن من المنتظر أن تسهم زيارة جلالة الملك عبد الله الثاني لقطر في زيادة التنسيق والتواصل والتشاور بين البلدين حيال مختلف القضايا والمفاتيح الراهنة، ودعم وتعزيز العلاقات الثنائية ودفعها إلى مجالات أرحب من التعاون والتفاعل وبما يخدم المصالح المشتركة للبلدين والأمة العربية وحقوقها وقضاياها المصرية.

وأشارت إلى أن العلاقات الثنائية بين قطر والأردن، شهدت منذ انضمامها على مستوى السفارة قبل خمسين عاما وتحديدا عام ١٩٧٢، تطورا ونموا كبيرا في جميع المجالات، وعلى كافة المستويات خاصة الاقتصادية والتجارية منها، بفضل الرؤى الحكيمة لقيادتي البلدين، حتى أصبحت نموذجا للعلاقات العربية التي تعمل على خدمة قضايا الأمن والاستقرار في المنطقة. وأكدت أن العلاقات بين البلدين تميزت من خلال سلسلة من الزيارات المتبادلة على مستوى القمة، حيث زار الشيخ تميم بن حمد الأردن في آذار عام ٢٠١٤، وفي آذار ٢٠١٧ لضور القمة العربية في دورتها الثامنة والعشرين التي عقدت في عمان، كما زار الأردن في شباط عام ٢٠٢٠، وقام جلالة الملك عبدالله الثاني بالعديد من الزيارات لدولة قطر كان آخرها زيارة جلالة الملك في تشرين الثاني الماضي ليجسور حفل افتتاح بطولة كأس العالم "فيفا قطر ٢٠٢٢"، وقبلها في تشرين الأول عام ٢٠٢١، كما أكدت وكالة الأنباء أن هناك تنسيقا بين الجانبين على أعلى المستويات تجاه قضايا المنطقة المهمة، وعلى رأسها القضية الفلسطينية وعملية السلام ومكافحة الإرهاب، فضلا عن تشجيع فض المنازعات الدولية بالطرق السلمية ودعم حق الشعوب في تقرير مصيرها وعدم التدخل في الشؤون الداخلية للدول والتعاون مع الأمم المتحدة المحبة للسلام.

وبينت أن العلاقات بين قطر والأردن، شهدت على مر السنين زخما في الزيارات الرسمية المتبادلة للوزراء وكبار المسؤولين ورجال الأعمال والوفود التجارية والاقتصادية، التي نتج عنها توقيع العديد من الاتفاقيات الثنائية ومذكرات التفاهم التي تعزز العلاقات الثنائية القوية بين البلدين الشقيقين، حيث تغطي هذه الاتفاقيات ومذكرات التفاهم، التعاون الثنائي في المجالات العسكرية والأمنية والقانونية والجمركية والاستثمارية والحماية المتبادلة للاستثمارات، والأعضاء المتبادل من التأشيرة لإحلام جوازات السفر الدبلوماسية والخاصة، وقطاعات التجارة والثقافة والشباب والرياضة والنقل الجوي والبحري والازدواج الضريبي والشؤون البلدية والتعاون السياحي، كما تنامت أوجه التعاون وتبادل الخبرات بين البلدين، وتابعت، وفي مؤشر على خصوصية العلاقات القطرية الأردنية وعمقها وتميزها، جاءت مبادرة الشيخ تميم بن حمد خلال شهر حزيران عام ٢٠١٨، بتوفير ٢٠ ألف فرصة عمل في قطر للشباب الأردني، واستثمار ٥٠٠ مليون دولار في مشاريع البنية التحتية والسياحة في الأردن، الأمر الذي من شأنه إنعاش الاقتصاد الأردني والمساهمة في تنميته بشكل مستدام. وأشارت الوكالة في تقريرها إلى أنه بالإضافة للأنشطة الرسمية، يعمل القطاع الخاص في البلدين على تعزيز التعاون الثنائي في شتى قطاعات الأعمال، حيث يتبادل الطرفان الزيارات بشكل منتظم وصولا إلى بناء شركات اقتصادية حقيقية تعكس قوة العلاقات القائمة، وتلبى طموح الشعبين الشقيقين، موضحة أن حجم التبادل التجاري بين قطر والأردن، بلغ نحو ٦٢٤ مليون ريال في العام ٢٠٢١، ويتطلع البلدان لتطوير علاقات التعاون من خلال تفعيل مجلس الأعمال المشترك وتكثيف الزيارات المتبادلة

وعقد الاجتماعات التي تستهدف بحث كافة السبل لتعزيز التعاون المشترك وزيادة التبادل التجاري والنهوض بالعلاقات الاقتصادية المشتركة. وقالت وكالة الأنباء القطرية، إن دولة قطر واحدة من أكبر الدول استثمارة في الأردن، حيث ارتفعت استثماراتها هناك لتتخطى حاجز ٤,٥ مليار دولار، موزعة بين قطاعات العقارات والخدمات السياحية والبنوك والصحة والطاقة، إضافة لاستثمارات بالقطاعات الصناعية والمشتقات النفطية، منها ٥٥٠ مليون دولار للقطاع الخاص القطري، و٩٥٠ مليونا في السوق المالية وبورصة عمان، بينما توزعت بقية الاستثمارات على قطاعات متنوعة. وأضافت، شهدت الاستثمارات القطرية في مجال الطاقة توسعا خلال السنوات الماضية في مجالات عدة أبرزها محطة كهرباء شرق عمان، ومشروع توليد الكهرباء من الخلايا الشمسية الكهروضوئية (مشروع شمس معان) الذي تنفذه شركة نيراس للطاقة، وهو استثمار قطري ياباني يقيم على مساحة مليوني متر مربع. وأشارت الوكالة إلى أن هناك نحو ١٥ شركة مملوكة بالكامل لأردنيين تعمل بالسوق القطرية، في حين يبلغ عدد الشركات القطرية العاملة في قطر ١٥٥٠ شركة، تعمل في قطاعات متنوعة أبرزها التجارة والممولات والإنشاءات والتصميم الداخلي والصيانة وتنظيم المؤتمرات، والوساطة العقارية والخدمات والتعليم والتجارة والطبخ الجاهزة وغيرها.

بني مصطفى: الأردن بقيادةه يولي اهتماماً كبيراً لقطاع الرعاية والحماية الاجتماعية

الدوحة

قالت وزيرة التنمية الاجتماعية، وفاء بني مصطفى، إن الأردن بقيادة جلالة الملك عبد الله الثاني يولي اهتماماً كبيراً لقطاع الرعاية والحماية الاجتماعية، ومواصلة تنفيذ قرارات مجلس وزراء الشؤون الاجتماعية العرب. وأضافت بني مصطفى، في كلمة لها خلال أعمال الدورة ٤٢ لاجتماع مجلس وزراء الشؤون الاجتماعية العرب في دولة قطر، أن الحكومة أولت جل اهتمامها بهذا القطاع من خلال القيام بتنفيذ العديد من الأمور التي تعزز دوره.

وأشارت إلى أن مجلس الوزراء وافق على إنشاء المركز العربي لدراسات السياسات الاجتماعية والقضاء على الفقر متعدد الأبعاد في الدول العربية، والمصادقة على النظام الأساسي للمركز، والذي يأتي تبعا لقرار مجلس جامعة الدول العربية، ومجلس وزراء الشؤون الاجتماعية العرب بإنشائه في الأردن، ليمثل آلية فنية إقليمية تدعم جهود الدول العربية الرامية إلى القضاء على الفقر بمختلف الأبعاد، ووضع السياسات الاجتماعية الداعمة لذلك، بما يسهم بتحقيق جهود التنمية المستدامة، داعية جميع الدول العربية الشقيقة للمصادقة على النظام الأساسي للمركز ليدخل حيز النفاذ، ولما يساهم في دعم كبير للجهود العربية الموحدة للقضاء على الفقر بإبعاده المختلفة.

وتابعت أن الأردن قام بإقرار الاستراتيجية الوطنية للأمن الغذائي ٢٠٢٢-٢٠٣٠، وقانون حقوق الطفل، وشرع في إعداد قانون عصري للتنمية الاجتماعية، وبرنامج مزاول مهنة العمل الاجتماعي، تنفيذاً للإطار الاستراتيجي لمهنة العمل الاجتماعي العربي للأعوام ٢٠٢٣-٢٠٢٧، والاستراتيجية الوطنية للمرأة الأردنية للأعوام ٢٠٢٠-٢٠٢٥، وإنشاء صندوق لدعم كبار السن، وإنشاء نظام للمساعدات الاجتماعية الموحدة والنافذة التمويلية الموحدة للإفراض متناهي الصغر، وبشكل يضمن تحويل متلقي الخدمات من خلال تمكينهم إلى منتجين، بدلاً من متلقين للمعونات.

وأوضحت أن التحولات والتغيرات الاجتماعية التي طرأت على المنطقة العربية خاصة، والعالم كافة، نتيجة الأزمات الصحية والاقتصادية والسياسية، بدأت آثارها جلية على فئات المهتمين والضعيفة، وشكلت تحديات تنفيذية، خاصة المرتبطة بالقضاء على الفقر والجوع، والسعي نحو المساواة بين الجنسين، وكذلك على سياسات الحماية الاجتماعية وخاصة للفئات الأكثر هشاشة، وكشفت الأزمات أسوأ أوجه عدم المساواة بإبعاده المختلفة.

وبينت أن المجلس ناقش العديد من مشاريع القرارات المهمة التي تمثل أولويات العمل العربي الاجتماعي المشترك، ويتقاطع معظمها مع أهداف التنمية المستدامة ٢٠٣٠ بشكل عام، وبشكل خاص تلك التي تتعلق بالتقرير العربي للقضاء على الفقر متعدد الأبعاد في المنطقة العربية، وحماية الأشخاص ذوي الإعاقة ودمجهم في مجتمعاتهم، وتعزيز العيش المستقل لهم في إطار التنمية المستدامة، وتعزيز المساواة بين الجنسين، وتمكين النساء والفتيات، والحد من العنف القائم على النوع الاجتماعي، والمواضيع ذات الصلة بكبار السن والخطة الخمسية

الدوحة

قال السفير الأردني في الدوحة زيد مفلح اللوزي، إن زيارة جلالة الملك عبدالله الثاني ابن الحسين إلى قطر وعقدته قمة مع أخيه الشيخ تميم بن حمد آل ثاني، تعكس عمق وتجنز العلاقات التاريخية بين البلدين الشقيقين، كما تؤكد التنسيق الدائم بين قيادتي البلدين تجاه العلاقات الثنائية وقضايا المنطقة والعالم.

وأضاف اللوزي في تصريحات للخبر، إن الزيارة الملأ إلى الدوحة كتسبب أهميتها من الظروف الدقيقة والحساسة التي تمر بها المنطقة، والتي تتطلب التشاور والتعاون لمواجهة مختلف التحديات.

وأشار إلى أن القمة الأردنية



لمجلس وزراء الشؤون الاجتماعية العرب للأعوام ٢٠٢٣-٢٠٢٧، والعقد العربي للأشخاص ذوي الإعاقة ٢٠٢٣ - ٢٠٢٢، وغيرها من المشاريع والقرارات التي ستم مناقشتها من قبل المجلس.

وأكدت أنه يقع على عاتق مجلس وزراء الشؤون الاجتماعية العرب الدور الكبير في دعم وتنفيذ أنشطة ومشاريع وبرامج العمل الاجتماعي من خلال النزاع التنفذي له، وهو الصندوق العربي للعمل الاجتماعي، فضلاً عن أهمية تعزيز الشراكات والتنسيق مع وكالات الأمم المتحدة والهيئات والمنظمات الداعمة وتوسيع تلك الشراكات مع المعاهد والجامعات العربية المهتمة بالشأن الاجتماعي، متمنية للاجتماع التوفيق والنجاح والخروج بالنتائج والقرارات المهمة التي تحم المصالح الوطنية للدول

والتي تتواءم مع التزامات الأردن مع الأثار والتداعيات التي أحدثتها الكثير من الأزمات والتي كان آخرها الصراع الروسي الأوكراني وجائحة كورونا.

وترأس الأردن خلال الفترة بين كانون الأول ٢٠١٩ وحتى كانون أول ٢٠٢٢، المكتب التنفيذي لمجلس وزراء الشؤون الاجتماعية العرب، وشهدت تلك الفترة تداعيات وأثار كبيرة نتيجة للصراع الروسي الأوكراني وجائحة كورونا، والتي أثرت برمتها على العالم والمنطقة العربية، وشهدت تحديات كثيرة وتوقف بعض أنشطة عمل المكتب التنفيذي للمجلس، واستكمل الأردن بنجاح خلال ترأسه المكتب التنفيذي أنشطة مهمة وضرورية في إطار التعاون والتنسيق مع الجامعة العربية والأمانة الفنية لمجلس وزراء الشؤون الاجتماعية العرب بهدف تحقيق أهداف التنمية المستدامة ٢٠٣٠.

وعلى هامش الدورة ٤٢ لاجتماع مجلس وزراء الشؤون الاجتماعية العرب، واجتماع الدورة ٧٨ للمكتب التنفيذي لمجلس وزراء الشؤون الاجتماعية العرب في دولة قطر، التقت وزيرة التنمية الاجتماعية وفاء بني مصطفى، مع وزيرة العمل اليمني البرنامج الخليج العربي للتنمية عددا من المواضيع ذات الاهتمام المشترك في مجال التنمية الاجتماعية.

كما بحثت الوزيرة مع الرئيس التنفيذي لبرنامج الخليج العربي للتنمية "أجند"، ناصر القحطاني، دعم الأسر محدودة الدخل، وعدد من المواضيع ذات الاهتمام المشترك، ومنها تعزيز دور وعمل المركز العربي لدراسات السياسات الاجتماعية والقضاء على الفقر في الدول العربية.

وتحدثت بني مصطفى مع مديرة منظمة الاسكوا، رولا دشتي، وبحثا أوجه التعاون في دعم المركز العربي للسياسات الاجتماعية وخفض الفقر.

وبحثت مع وزير الشؤون الاجتماعية والعمل اليمني الدكتور محمد الزعوري، عددا من المواضيع ذات الاهتمام المشترك في مجال التنمية الاجتماعية.

كما بحثت الوزيرة مع الرئيس التنفيذي لبرنامج الخليج العربي للتنمية "أجند"، ناصر القحطاني، دعم الأسر محدودة الدخل، وعدد من المواضيع ذات الاهتمام المشترك، ومنها تعزيز دور وعمل المركز العربي لدراسات السياسات الاجتماعية والقضاء على الفقر في الدول العربية.

وتحدثت بني مصطفى مع مديرة منظمة الاسكوا، رولا دشتي، وبحثا أوجه التعاون في دعم المركز العربي للسياسات الاجتماعية وخفض الفقر.

وبحثت مع وزير الشؤون الاجتماعية والعمل اليمني الدكتور محمد الزعوري، عددا من المواضيع ذات الاهتمام المشترك في مجال التنمية الاجتماعية.

كما بحثت الوزيرة مع الرئيس التنفيذي لبرنامج الخليج العربي للتنمية "أجند"، ناصر القحطاني، دعم الأسر محدودة الدخل، وعدد من المواضيع ذات الاهتمام المشترك، ومنها تعزيز دور وعمل المركز العربي لدراسات السياسات الاجتماعية والقضاء على الفقر في الدول العربية.

السفير اللوزي: القمة القطرية الأردنية

تعد القمة القطرية الأردنية، التي عقدت أمس، تحمل رسائل هامة، فهي تؤكد زخم العلاقات الوثيقة بين البلدين الشقيقين، حيث ظلت العلاقات الثنائية على الدوام قوية وتاريخية ومتجددة، كما تؤكد أن كلا من الدوحة وعمان على تواصل مباشر وتنسيق مستمر تجاه القضايا العربية والإسلامية، لافتا إلى أن الزيارات المتبادلة بين قيادتي البلدين الشقيقين، تتجسد قوة العلاقات التي تشهد تطورا وتvasعادا مستمرين.

كما أشار إلى أن الزعيمين يحرصان على الارتقاء بالعلاقات الثنائية وتعزيزها في شتى المجالات، فالدوحة وعمان تدفعان نحو توطئتين الأمن

الدوحة

القطرية التي عقدت أمس، تحمل رسائل هامة، فهي تؤكد زخم العلاقات الوثيقة بين البلدين الشقيقين، حيث ظلت العلاقات الثنائية على الدوام قوية وتاريخية ومتجددة، كما تؤكد أن كلا من الدوحة وعمان على تواصل مباشر وتنسيق مستمر تجاه القضايا العربية والإسلامية، لافتا إلى أن الزيارات المتبادلة بين قيادتي البلدين الشقيقين، تتجسد قوة العلاقات التي تشهد تطورا وتvasعادا مستمرين.

كما أشار إلى أن الزعيمين يحرصان على الارتقاء بالعلاقات الثنائية وتعزيزها في شتى المجالات، فالدوحة وعمان تدفعان نحو توطئتين الأمن

وزير الداخلية العراقي يعكس أهمية تعزيز التعاون الأمني المشترك بين البلدين الشقيقين الأردن والعراق

بغداد

أكد وزير الداخلية العراقي عبدالامير الشمري، أهمية تعزيز التعاون الأمني المشترك بين البلدين الشقيقين الأردن والعراق.

وأشار خلال لقائه الوفد الاعلامي الأردني الذي يزور بغداد بدعوة رسمية من نقابة الصحفيين العراقيين، إلى أهمية الدور المحوري الذي يقوم به الأردن وحرصه المستمر على التنسيق المستمر مع العراق؛ للسيطرة على المنافذ الحدودية ومنع عمليات التهريب والقضاء على بؤر الإرهاب.

واستعرض عددا من المحاور المتعلقة بالوضع الأمني وتوطيد العلاقات بين البلدين، مبينا أن العراق أصبح يمتلك خبرات كبيرة في مجال مكافحة الإرهاب.

وبين الشمري أن هناك تعاوناً مع الأردن في مجال التدريب العسكري والأمني والحدودي، مشيراً إلى أنه سيجري زيادة عدد تأشيرات الدخول وتحديث آلية التقديم لها بحيث تكون إلكترونية لتسهيل على المواطنين.

وشدد على أهمية تشكيل اللجنة الإعلامية المشتركة نظراً لأهمية دور الإعلام في إبراز الجهود والإنجازات مختلف المؤسسات، مثنياً تعاون نقابة الصحفيين العراقيين الإيجابي مع الوزارة.

بدوره، أكد السفير الأردني في العراق منتصر العقلة، عمق العلاقات التي تربط الأردن بالعراق الشقيق، مبيناً أنه سيكون هناك استمرارية لرفع أعلى درجات التشبيك بين الأطراف كافة، لدعم ومساندة مواقف ومبادئ العراق.

وقال نقيب الصحفيين العراقيين، ورئيس اتحاد الصحفيين العرب، مؤيد اللامي، إن التواصل مستمر للتشبيك مع المؤسسات الإعلامية في الأردن، ويجري دعوتها لمزيد من تبادل الخبرات، وإبراز الخطى الاستباقية للعراق ليعرفها العالم جميعاً.

وأعرب أعضاء الوفد الاعلامي الأردني خلال اللقاء الذي حضره أمين سر نقابة الصحفيين العراقيين حسن العبودي، وعضو مجلس نقابة الصحفيين العراقيين بان القبطان، عن مدى اعتزازهم بهذه الزيارة واللقاءات مع مسؤولين وقيادات دولة العراق مؤكداً أن جلالة الملك حريص دوماً على زيادة الروابط بين البلدين الشقيقين.

ويضم الوفد الاعلامي الأردني مدير عام وكالة الأنباء الأردنية (بترا)، فيروز مبيضين، ومدير عام مؤسسة الإذاعة والتلفزيون إبراهيم البواريد، ورئيس لجنة الحريات في اتحاد الصحفيين العرب عبد الهواب زغيلات، ورئيس تحرير صحيفة الراي الالكتروني خالد الشقران، ورئيس تحرير صحيفة الدستور مصطفى ريلات، ورئيس تحرير صحيفة الفد مكرم الطراونة، ومدير عام صحيفة الأنباط حسين الجفيري، وعضو مجلس نقابة الصحفيين الأردنيين أمجد سنيد، والنطاق الإعلامي لنقابة الصحفيين الأردنيين علي فريحات.

السفير اللوزي يشكر مجلس النواب العراقي على استضافة الوفد القطري

عمان

استقبل رئيس المجلس الشعبي الوطني الجزائري إبراهيم بوغالي، في العاصمة الجزائر، رئيس مجلس النواب أحمد الصفدي، والذي يشارك على رأس وفد برلماني أردني بأعمال الدورة الـ (١٧) لاتحاد مجالس الدول الأعضاء في منظمة التعاون الإسلامي.

ووفق تصريح صادر عن مكتب رئيس مجلس النواب، فإن القضية الفلسطينية والوصاية الهاشمية على المقدسات الإسلامية والمسيحية في القدس، وتعزيز التعاون الاقتصادي الأردني الجزائري، ستكون أبرز الملفات التي تتصدر أجندة الوفد البرلماني والملفات التي سيقدمونها خلال مشاركتهم في اللجان الدائمة التي يشارك بها مجلس النواب الأردني كعضو رئيسي، إضافة إلى يتتبع القضايا التي تهم الأردن ومؤتمر النساء البرلمانيات، وجمعية الأمان العامين.

وخلال اجتماع لجنة فلسطين في الاتحاد، طالب النائب جعفر الربابعة عضو لجنة فلسطين في البرلمان الإسلامي، بأن يتضمن البرنامج الختامي التأكيد على أن المسجد الأقصى المبارك / الحرم القدسي الشريف بكامل مساحته البالغة ١٤٤ دومتاً هو مكان عبادة خالص للمسلمين، محمي بالقانون الدولي وبالمواضع التاريخية والقانوني القائم فيه، وأن إدارة أوقاف القدس وشؤون المسجد الأقصى المبارك / الحرم القدسي الشريف التابعة لوزارة الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية الأردنية هي الجهة المحولة بإدارة شؤون المسجد الأقصى المبارك / الحرم القدسي الشريف، والتأكيد على أهمية دور الوصاية الهاشمية التاريخية على المقدسات الإسلامية والمسيحية في القدس بحماية المقدسات وهويتها والوضع التاريخي والقانوني القائم فيها؛ والتي يحمل أمانتها جلالة الملك عبد الله الثاني.

السفير اللوزي يشكر مجلس النواب القطري على استضافة الوفد القطري

نيويورك

أعربت اللجنة الدولية للصليب الأحمر عن بالغ قلقها إزاء الأحداث التي وقعت، صباح الخميس، في جنين، والتي أسفرت عن سقوط العديد من الشهداء والجرحى.

وقال مدير البعثة الفرعية للجنة الدولية في الضفة الغربية، أرنو ميغر، إن عدد الشهداء والجرحى من المدنيين نتيجة تصاعد العنف في أجزاء من الضفة الغربية، زاد بشكل ملحوظ خلال الأسابيع الماضية.

وأضاف، في بيان صحفي، "إننا نذكر جميع الجهات المسلحة بالتزاماتها باتخاذ جميع الإجراءات الممكنة لاحترام المدنيين والممتلكات والبنية التحتية الضرورية لبقاء السكان على قيد الحياة.."

اتحاد المبارزة يقيم حفلا تكريمياً لإياد عودة

وكالات

كرم اتحاد المبارزة، الخميس، البطل العالمي نجم المنتخب الوطني، إياد عودة، الحاصل على الميدالية البرونزية لبطولة كأس العالم التي جرت مؤخراً في العاصمة البحرينية المنامة.

وأقام الاتحاد حفلاً في مدينة الحسين للشباب، برعاية رئيس الاتحاد الدكتور خالد العطييات.

وجدد العطييات مباركته للبطل عودة، واصفاً فوزه بالميدالية البرونزية بـ "إنجاز كبير لرياضة المبارزة"، مؤكداً على المستوى الفني المتطور الذي وصل إليه لاعبو المبارزة الأردنية، وقدرتهم على مجاراة ومناصفة أبطال العالم.

وقال العطييات إن التخطيط السليم والإشراف المتميز من الكوادر التدريبية الوطنية، والمتابعة المتواصلة من مجلس إدارة الاتحاد، يسهم في نيل الانتصارات وتحقيق الإنجازات.

وأكد العطييات سعي الاتحاد لتحقيق مثل هذه الإنجازات، مشيراً إلى العمل على رفع المستويات الفنية للاعبين ولأعبات المنتخبات الوطنية كافة من خلال البرامج والمسكرات التدريبية والمشاركات القوية.

وشهد الحفل أيضاً تكريم مدرب المنتخب الوطني علي أبو زمع وحسان القنة.

الأرثوذكسي يحقق فوزاً على حلب السوري في بطولة غرب آسيا

وكالات

تفوق فريق النادي الأرثوذكسي، ممثل كرة السلة الأردنية، مساء الخميس، على فريق اتحاد أهلي حلب السوري.

وفاز الأرثوذكسي في اللقاء الذي أقيم على صالة الأمير حمزة بمدينة الحسين للشباب، ضمن منافسات الجولة الرابعة من المجموعة الأولى من بطولة دوري سوبر غرب آسيا لكرة السلة، بـ ١٠ نقطة مقابل ٨٥.

ورفع الأرثوذكسي رصيده في المجموعة التي تضم بيروت اللبناني ودوب أصفهان الإيراني وأهلي حلب السوري، إلى ٦ نقاط.

منتخب الشابات يباشر تحضيراته لمواجهة نظيره الهندي وديا

وكالات

باشر المنتخب النسوي الوطني تحت سن ١٧ لكرة القدم الخميس، تحضيراته الفنية والبدنية استعداداً لمواجهة نظيره الهندي وديا مرتين، خلال الشهر المقبل في عمان، تحضيراً لخوض النهائي القارية أواخر نيسان المقبل في مدينة العقبة.

وإستدعى الجهاز الفني للمنتخب بقيادة المدربة أسيل بربراوي، قائضة أولية ضمت ٢٦ لاعبة، سيلين سيف، ساجدة عيسى، ونين أبو سرور، سما شيكات، لي الحسان، جنة متوق، جنان الصاحب، هيا أبوعلوي، زينة الداود، ليلى الساحلي، كاريس أبو طير، نور الكوايت، مبرأ الفطاري، مايا الشيخ، أروى البطاينة، راما الخاشوك، مايا عوض الله، ليان المومني، كريستين حجازي، ملاك خضراوي، رغد النعيمي، حلا الرمانية، ریحانة سليمان، ليلى أبو بكر، جيداً كمال، ريتال سلامة.

ويلتقي المنتخب نظيره الهندي عند الثالثة عصر الاثنين ٦ شباط، على ملعب البولو في مدينة الحسين للشباب، فيما يتجدد اللقاء الخميس ٩ بالوقت نفسه وعلى الملعب ذاته.

الأمير علي رئيساً للجنة التنفيذية لاتحاد غرب آسيا لكرة القدم



وكالات

جندت الجمعية العمومية لاتحاد غرب آسيا لكرة القدم، فقهاً بسمو الأمير علي بن الحسين لرئاسة اللجنة التنفيذية للاتحاد لولاية جديدة تمتد حتى عام ٢٠٢٧.

واحتفظ سموه برئاسة الاتحاد بالتزكية، بعد ترشحه وحيداً لمنصب الرئيس في انتخابات اللجنة التنفيذية، التي أقيمت على هامش الاجتماع العادي الثالث عشر للجمعية العمومية الذي احتضنته العاصمة عمان، الخميس.

وشهدت انتخابات اللجنة التنفيذية كذلك فوز الفريق جبريل الرجوب بالتزكية بمنصب نائب الرئيس لترشحه وحيداً لهذا المنصب.

وقبل ذلك كان الشيخ علي بن خليفة آل خليفة رئيس الاتحاد البحريني وبرايمس القاسم أمين عام الاتحاد السعودي أعلن انسحابهما من خوض انتخابات عضوية اللجنة التنفيذية البالغ عددها ٧ مقاعد، والتي فاز بها بالتزكية أيضاً كل من: يوسف السهلاوي من الإمارات، صلاح الدين رمضان من سوريا، الشيخ محسن المسوري من عمان، أحمد البوعيين من قطر، محمد فليح

الشمري من الكويت، سمعان الدويهي من لبنان، حسن باشنغر من اليمن.

وبالمقابل، أفشرت الانتخابات فوز عدنان درجال رئيس الاتحاد العراقي وبالتزكية بالمقعد المخصص لعضوية المكتب التنفيذي في الاتحاد الآسيوي لكرة القدم، مندوباً عن اتحاد غرب آسيا، وذلك بعد انسحاب عبدالله الشاهين (الكويت) وحسن باشنغر (اليمن) وعبدالله الجنيني (الإمارات).

ولم تسلم الأمانة العامة للاتحاد طلبات ترشيح عن المنصب الثاني لنائب الرئيس والعضو أنثى، لتقوم اللجنة التنفيذية لاحقاً بالموافقة على تنصيب سمو الأمير علي بن الحسين لاحقاً باختيار الشيخ علي بن خليفة آل خليفة رئيس الاتحاد البحريني لمنصب نائب الرئيس، ولياء بهيان مديرة إدارة كرة القدم النسوية في الاتحاد السعودي لمنصب العضو الأنثى.

وحضر الاجتماع إلى جانب أعضاء ممثلي الجمعية العمومية وفد الاتحاد الآسيوي الذي يضم حيد كرذاني نائب الأمين العام ومحمد العوبة وكريم حيدر وماري فوجي، والعميد من الضيوف وهم رؤساء اتحاد شرق آسيا واتحاد الآسيان ورؤساء الاتحادات اليابان وماليزيا والفلبين وكوريا الجنوبية ومصر.

وأقيم اجتماع اللجنة التنفيذية بحضور الأعضاء: الفريق جبريل الرجوب (سلططين) النائب الأول للرئيس، والأعضاء: الشيخ علي بن خليفة آل خليفة (البحرين)، العميد حاتم الغايب (سوريا)، محمد فليح الشمري (الكويت)، أحمد البوعيين (قطر)، إبراهيم القاسم (السعودية)، الدكتور حميد الشيباني (اليمن). وخلال الاجتماع عرض الأمين العام للاتحاد خليل السالم، تقريراً تناول نشاطات الاتحاد طيلة الفترة الماضية ولغاية الآن. وأكد السالم أن أجندة الاتحاد كانت زاخرة بالبطولات والمنافسات التي تكثفت جميعها بالنجاح بفضل دعم واتحادات الأهلية. وإلى جانب ذلك، استعرضت فرح الشياح من الدائرة المالية، ومدير التسويق حمزة عبد الهادي، ومديرة المسابقات عبير الرنتيسي، محاضر اجتماعات الجان المالية والإعلام والتسويق والمسابقات والنسوية، وهو ما صادقت عليه اللجنة التنفيذية. وفي هذا السياق، أشادت اللجنة التنفيذية بحجم العمل الذي قام به الاتحاد في الفترة الأخيرة، وأكدت ضرورة الاستمرار بذات النهج والبناء على المكتسبات لتحقيق المزيد من التطور والتقدم. كما طمعت اللجنة التنفيذية من قبل مديرة الشؤون الإدارية والاتحادات عروبة الحسيني، على التحضيرات النهائية لاجتماع الجمعية العمومية الذي يشهد على هامشه انتخاب اللجنة التنفيذية للدورة القادمة، إلى جانب انتخاب عضو المكتب التنفيذي للاتحاد الآسيوي عن غرب آسيا.

الأمير علي يشيد بجهود تنفيذية اتحاد غرب آسيا لكرة القدم

وكالات

عبر سمو الأمير علي بن الحسين، رئيس اتحاد غرب آسيا لكرة القدم، عن شكره وتقديره لأعضاء اللجنة التنفيذية للاتحاد بجهودهم الكبيرة في دعم مسيرة الاتحاد والحرص على استمرارية تقدمه وتعزيز حضوره.

وترأس سموه، الأربعاء، الاجتماع ٢٩١ والأخير للجنة التنفيذية الحالية، التي انتهت ولايتها، قبيل انتخاب لجنة تنفيذية جديدة للدورة القادمة التي تمتد حتى ٢٠٢٧، وذلك خلال اجتماع الجمعية العمومية ١٣١ والمقرر يوم غد الخميس.

وقال سموه إن أعضاء اللجنة التنفيذية شكلوا طيلة توليهم مهامهم عاملاً رئيسياً لما تحققت من نجاحات لاتحاد غرب آسيا، وحملوا مسؤولياتهم بكل أمانة وإخلاص، مؤكداً أن الخبرات المتراكمة لدى جميع أعضاء اللجنة وتسخيرها من قبلهم لخدمة الاتحاد وبرامجه، أسهمت بمواصلته للاتحاد لتأدية رسالته وتنفيذ واجباته تجاه دعم وتطوير كرة القدم في الإقليم بشكل عام.

وبحسب بيان لاتحاد غرب آسيا، فإن سموه أثنى كذلك على ما يقوم به أعضاء اللجنة التنفيذية من أدوار مهمة في اتحاداتهم الأهلية، والعمل بموازة وتناغم مع اتحاد غرب آسيا لتلبية التطلعات والأهداف المشتركة، وهو ما عزز من أواصر التعاون والتفاعل المتبادل والدائم.

وتمنى الأمير علي، التوفيق لأعضاء اللجنة في مسؤولياتهم خلال مهامهم العملية المقبلة، مؤكداً استمرارية تواصل اتحاد غرب آسيا معهم والاستفادة من خبراتهم الكبيرة وتجاربهم.

بالمقابل، عبر أعضاء اللجنة التنفيذية عن امتنانهم للعمل ضمن منظومة اتحاد غرب آسيا خلال الدورة الماضية.

وأكدوا اعترازهم بالنجاح الذي ميز الفترة الأخيرة، متمنين استمراريته وتعزيزه، كما اعتبروا أنهم سيقبضون على مقربة من الاتحاد.

وأقيم اجتماع اللجنة التنفيذية بحضور الأعضاء: الفريق جبريل الرجوب (سلططين) النائب الأول للرئيس، والأعضاء: الشيخ علي بن خليفة آل خليفة (البحرين)، العميد حاتم الغايب (سوريا)، محمد فليح الشمري (الكويت)، أحمد البوعيين (قطر)، إبراهيم القاسم (السعودية)، الدكتور حميد الشيباني (اليمن).

وخلال الاجتماع عرض الأمين العام للاتحاد خليل السالم، تقريراً تناول نشاطات الاتحاد طيلة الفترة الماضية ولغاية الآن. وأكد السالم أن أجندة الاتحاد كانت زاخرة بالبطولات والمنافسات التي تكثفت جميعها بالنجاح بفضل دعم واتحادات الأهلية.

وإلى جانب ذلك، استعرضت فرح الشياح من الدائرة المالية، ومدير التسويق حمزة عبد الهادي، ومديرة المسابقات عبير الرنتيسي، محاضر اجتماعات الجان المالية والإعلام والتسويق والمسابقات والنسوية، وهو ما صادقت عليه اللجنة التنفيذية. وفي هذا السياق، أشادت اللجنة التنفيذية بحجم العمل الذي قام به الاتحاد في الفترة الأخيرة، وأكدت ضرورة الاستمرار بذات النهج والبناء على المكتسبات لتحقيق المزيد من التطور والتقدم. كما طمعت اللجنة التنفيذية من قبل مديرة الشؤون الإدارية والاتحادات عروبة الحسيني، على التحضيرات النهائية لاجتماع الجمعية العمومية الذي يشهد على هامشه انتخاب اللجنة التنفيذية للدورة القادمة، إلى جانب انتخاب عضو المكتب التنفيذي للاتحاد الآسيوي عن غرب آسيا.

الفيصلي يجدد عقد السمارنة

وكالات

أعلن النادي الفيصلي تجديد عقد اللاعب عبدة السمارنة، لمواسم اللعب في صفوف فريق كرة القدم خلال الموسم الكروي المقبل. كما أعلن الفيصلي تسديد مستحقات المدرب خالد اللاعي والأعب محمد طنوس في إطار حرص النادي على تسديد التزاماته تجاه اللاعبين والمدربين، تمهيداً للحصول على الرخصة الآسيوية التي تخوله المشاركة في بطولة دوري أبطال آسيا.

منتخب الشباب لكرة القدم يبدأ معسكره التدريبي في تركيا

وكالات

بدأ المنتخب الوطني للشباب تحت سن ٢٠ لكرة القدم الخميس، تدريباته في تركيا، في إطار المعسكر التدريبي الذي يقبمه في مدينة اضاليا ويستمر حتى يوم ٥ الشهر المقبل، تاهبا لخوض النهائيات الآسيوية مطلع آذار المقبل.

ويتخلل المعسكر عدة لقاءات ودية، حيث يلتقي المنتخب نظيره العراقي يوم الأحد المقبل، ثم يواجه فيرغيزستان يوم الثلاثاء المقبل، قبل أن يختم مبارياته بقاء أحد الأندية الأوزبكية يوم السبت ٤ شباط.

يذكر أن فرقة المنافسات القارية التي تقام في أوزبكستان، وضعت المنتخب الوطني بالمجموعة الثالثة، حيث يفتتح مشواره بقاء طاجيكستان الخميس ٢ آذار، ويلتقي كوريا الجنوبية الأحد ٥ آذار، ويختم الدور الأول بمواجهة عمان الأربعاء ٨ الشهر ذاته.

وكان منتخب الشباب وصل إلى تركيا فجر اليوم، بقيادة المدير الفني اسلام ذيابات.

بطولة العالم لكرة اليد: مشوار مصر يتوقف عند ريع النهائي

وكالات

انتهى مشوار المنتخب المصري عند الدور ربع النهائي في بطولة العالم لكرة اليد، بخسارته أمام نظيره السعودي المضيف ٢٦-٢٢ في العاصمة ستوكهولم.

وكان المنتخب المصري يأمل في بلوغ الدور نصف النهائي للمرة الثانية فقط في تاريخه والأولى منذ العام ٢٠٠١ عندما حل رابعاً، إلا أن حلمه تبدد أمام وصيف نسخة ٢٠٢١ التي أقيمت في مصر.

وكانت مصر تأمل في تكرار الفوز على المنتخب السعودي على غرار دور المجموعات في أولمبياد طوكيو في صيف ٢٠٢١ عندما حلت رابعة.

والكرواتي إيفانو ياليتش.. أفضل من لاسم كرة اليد في العارضة وقام "الفرعنة" بالانطلاق جيدة للمباراة وتقدموا ٧-٥ ومن ثم ٨-٩، إلا أنهم فشلوا في تسجيل الأهداف في الدقائق الخمس الأخيرة من الشوط الأول مقابل ستة تواليًا للحصم لتدخل السويد الاستراحة متقدمة ٩-٤.

وجاء انطلاق الشوط الثاني متوازيًا بين المنتخبين قبل أن يتمكن المنتخب المصري من تسجيل أربعة أهداف متتالية مقلصًا الفارق إلى ١١-٨، إلا أن السويد حاملة اللقب أربع مرات عرفت كيف تأخذ المباراة إلى بر الأمان، وكان حسن قرداح أفضل مسجل للمنتخب المصري في المباراة برصيد خمسة أهداف.

ديمبلي يرسل برشلونة لنصف نهائي كأس الملك



وكالات

منح هدف عثمان ديمبلي في الشوط الثاني الفوز لبرشلونة ١-٠ صفر أمام عشرة من لاعبي ريال سوسيداد في دور الثمانية بكأس ملك إسبانيا لكرة القدم ليتجنب الخسارة للمباراة ١٢ على التوالي.

دخل سوسيداد المتألق المباراة بعد تسعة انتصارات متتالية بجميع المسابقات وكان قريباً من التسجيل في الدقيقة ٢٩ حين سدّد الياباني الصاعد تاكي كويوي في العارضة.

لكن أماله في تحقيق مفاجأة في كامب نو تبذرت حين تعرض المهاجم برايس منديز لطرد مباشر في الدقيقة ٤٠ بعد تدخل عنيف ضد سيرجيو بوسيكيتس.

كان برشلونة الطرف الأفضل في معظم فترات اللقاء لكنه سجل فقط من هجمة مرتدة رائعة لكلها رجل المباراة ديمبلي في الدقيقة ٥٢.

وانطلق الجناح السريع من الجهة اليمنى بعد تلقيه تمريرة طويلة ممتازة من مواطنه الفرنسي جول كوندي وسدد كرة لا تصد بقدمه اليمنى في أعلى الشباك.

برشلونة أم ريال مدريد... من الأقرب إلى اللقب رقم ٩١٠٠

وكان يمكن للزوار التعادل بعد سبع دقائق لكن ألكسندر سوزلوف أهدر فرصة فخرية على بعد خطوات من المرمى عندما سدّد في السماء بعد تمريرة كويوي.

ويعد من سدد جايي في العارضة عقب تمريرة عرضية رائعة من ديمبلي في الدقيقة ٦٨ ضغط ريال متأخراً وكان بإمكانه التسجيل من ثلاث فرص على الأقل لكن الجارس مارك-أندرية تيرشتينج حافظ على الانتصار.

وقال رونالد أراوخو مدافع برشلونة لمحنة مقيساتا بولس "واجهنا صعوبة بعد النقص العددي لأنهم أحكموا

إغلاق المساحات ودافعوا بشراسة.. وفي أوضاع "أنا متأكد من أن المدرب تشابي سيعاتبنا، كان من الممكن أن نحسم اللقاء مبكراً، يجب أن نصحح الأخطاء الآن ونمضي قدماً، أنا سعيد لأننا فزنا وأتيتيك بيلباو والخميس.

على أرضنا وواصلنا مسيرة جيدة.. وفي دور الثمانية أيضاً يلعب إشبيلية ضد أوساسونا ويلتقي ريال مدريد غريمه أتليتكو مدريد كما يتواجه بلنسية وأتلتيك بيلباو والخميس.

مان يونايتد على مشارف نهائي كأس الرابطة

وكالات

وضع مانشستر يونايتد قدماً في نهائي كأس الرابطة الإنجليزية لكرة القدم، بفوزه ٣-٠ على مضيفه نوتنغهام فوريس في ذهاب الدور نصف النهائي.

وواصل ماركوس راشفورد فورته الرائعة وافتتح التسجيل بهدف هردي جميل (٦)، فيما وقع الوافد الجديد الهولندي فاوت فيجهورست على أول أهدافه مع يونايتد بعد وصوله مطلع العام (٤٥) قبل أن يضيف البرتغالي برونو فرنانديش الثالث (٨٩)، ويطمح يونايتد بلوغ نهائي كأس الرابطة للمرة العاشرة في تاريخه والأولى منذ ٢٠١٧ عندما توج باللقب بقيادة المدرب البرتغالي جوزيه مورينيو، وكان العام الأخير الذي يتوج فيه بأي لقب.

في حال تأهله، سيلتقي في النهائي مع نيوكاسل أو ساوثامبتون، علماً أن الأول وضع قدماً في المباراة القمّة بفوزه ١-٠ خارج معقله الثلاثاء.

ودخل يونايتد المباراة بعد خسارته القاتلة في الدقيقة الأخيرة أمام مضيفه آرسنال ٣-٢ متصدر الدوري ضمن منافسات البريميرليغ الأحد.

ودفع المدرب الهولندي إريك تين هاغ بتشكيلة أساسية كاملة، من بينهم البرازيلي كازيميرو الذي غاب عن مباراة آرسنال للأيلاف. صخرة مانشستر يونايتد.. بين تين هاغ وكريستيانو رونالدو

افتتح راشفورد التسجيل بهدف رائع عندما انطلق على الرواق الأيسر منفرداً وتوغل إلى منطقة الجزاء وسدد بيسراه في الزاوية الضيقة القريبة، مسجلاً هدفه العاشر في ١٠ مباريات في جميع المسابقات منذ استئناف المنافسات بعد موندنال قطر، وهو اللاعب الوحيد في الدوريات الخمسة الكبرى يحقق ذلك.

وبات راشفورد أول لاعب يسجل خمسة أهداف في موسم واحد في كأس الرابطة لصالح يونايتد منذ الأرجنتيني كارلوس تيفيس (٦ في موسم ٢٠٠٨-٢٠٠٩).

وألغى هدف نوتنغهام فوريس لسام سورديج بداعي تسلل على الأخير بعد العودة إلى حكم الفيديو المساعد "في إيه آر" (٢٤).

وسجل فيجهورست الذي وصل إلى يونايتد على سبيل الإعارة حتى نهاية الموسم من شيكاجا التركي الذي كان معازاً إليه من بيرلي الإنجليزي، الهدف الثاني بعد أن تصدى الحارس لتسديدة قوية للبرازيلي أنتوني من مشارف المنطقة، لتنتهي الكرة أمام الهولندي تابعها في الشباك (٤٥).

أجرى تين هاغ العديد من التغييرات في الشوط الثاني مريحاً راشفورد وأنتوني وغيرهما، وأحرز فرناندش الهدف الثالث بتسديدة منخفضة على الطائر من مشارف المنطقة زاحفة في الشباك (٨٩). وتقام مواجهة الإياب على ملعب أولد ترافورد الأربعاء المقبل.