

قطر وفرنسا تقرران توحيد الجهود لتبديد صعوبات الوصول الى ضحايا الزلزال في سوريا

تابع ص7

ماليزيا تدين بشدة الاستيطان غير القانوني في الضفة الغربية المحتلة

تابع ص7

الأمم المتحدة: موقفنا بعدم شرعية الاستيطان في الأراضي الفلسطينية ثابت

تابع ص7

يومية - سياسية - اقتصادية - شاملة

الشعب

SADA AL-SHAAB DAILY NEWSPAPER

مجلس الأمن يعقد جلسة اليوم بشأن أوكرانيا

نيويورك

يعقد مجلس الأمن اليوم الجمعة، جلسة مفتوحة حول أوكرانيا في إطار بند جدول الأعمال المعنون "التحديات للسلم والأمن الدوليين"، يستمع الأعضاء خلالها إلى إحاطة من الأمين العام المساعد، ميروسلاف ينتشا، حول هذا الشأن. وكانت روسيا طلبت من الاجتماع الاحتفال بالذكرى الثامنة لـ "حزمة إجراءات تنفيذ اتفاقيات مينسك"، والمعروفة أيضا باسم اتفاقية مينسك الثانية، المعتمدة في ١٢ شباط ٢٠١٥، وهي سلسلة من الاتفاقيات الدولية التي سعت إلى إنهاء الحرب في منطقة دونباس في أوكرانيا. ومنذ عام ٢٠١٩، تنظم روسيا اجتماعا سنويا بمناسبة الذكرى السنوية لاتفاق مينسك الثاني، آخرها كان في ١٧ شباط ٢٠٢٢ أي قبل نشوب الحرب الروسية الأوكرانيا بأيام.

أوقات الصلاة

الغبر	06:01
الظهر	12:50
العصر	03:53
الغروب	06:17
العشاء	07:39

27 رجب 1444 هـ الموافق 18 شباط 2023 م

السبت

السنة التاسعة

العدد (3011)

الملك وولي العهد يتلقيان برقيات تهنئة بذكرى الإسراء والمعراج

عمان

أدى عشرات الآلاف صلاة الجمعة في المسجد الأقصى المبارك، رغم الإجراءات العسكرية المشددة التي فرضتها سلطات الاحتلال الإسرائيلي على أبواب المسجد ومداخل البلدة القديمة في القدس المحتلة.

وقدرت دائرة الأوقاف الإسلامية في القدس، أن نحو ٨٠ ألف وصل أدوا صلاة الجمعة في رحاب المسجد الأقصى، من القدس والضفة الغربية وداخل أراضي عام ١٩٤٨. وأفادت وكالة الأنباء الفلسطينية، بأن قوات الاحتلال انتشرت في شوارع المدينة ومحيط المسجد الأقصى، وتمركزت عند بواباته، وأوقفت المصلين ودققت في بطاقتهم الشخصية.

العثور على حثين متغيبين من إربد

عمان

قال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، إن فرق البحث والتفتيش المكلفة بمتابعة البحث عن الحثين المتغيبين في مدينة إربد، تمكنت من تحديد مكانهما والوصول إليهما في منطقة البيادر في العاصمة عمان وهما بصحة جيدة. وأكد، أنه سيتم الاستماع لأقوالهما ومباشرة إجراءات تسليمهما لزوجيهما.

صلح عمان تعقد أولى جلساتها بقضية فساد في أموال الأيتام

عمان

بدأت الهيئة القضائية المختصة بالنظر في قضايا الفساد لدى محكمة صلح جزاء عمان برئاسة القاضي الدكتور عدي الفريجات، بعقد أول جلسات محاكمة 5 أشخاص بينهم موظفون حكوميون بقضية تتعلق بتنمية أموال الأيتام، بقيمة 30 ألف دينار. وعقدت المحكمة جلساتها العلنية الأولى، واستمع خلال جلسات المحاكمة لنحو 14 شاهدا في القضية التي حقق بها مدعي عام هيئة النزاهة ومكافحة الفساد الدكتور يزيد النوافلة، وتم تحويلها للمحكمة المختصة بذلك.

وأسندت النيابة العامة للمتهمين الخمسة تهمة التزوير في مصدقة كاذبة خلافا لأحكام المادة 1/266 من قانون العقوبات وبدلالة المادة 16 من قانون النزاهة ومكافحة الفساد المادة 23 وبدلالة المواد 2 و3 و4 من قانون الجرائم الاقتصادية مكررة 4 مرات لأحد المتهمين ومكرر مرتين منهم آخر.

وقررت النيابة العامة توجيه تهمة استعمال مصدقة كاذبة مزورة مع العلم بأمرها لأربعة متهمين مكررة مرتين لكل منهم، وجنحة استنثار الوظيفة لمتهم مكررة ثلاث مرات، وجنحة الاحتيال لأربعة متهمين، واستعمال ختم إدارة عامة مزور بغرض غير مشروع لمتهم مكرر أربع مرات وملتهم آخر مكرر 6 مرات وملتهم مرتين.

وتشير تفاصيل القضية إلى أن مؤسسة معنية بتنمية أموال الأيتام تمنح تمويلات على نظام المراجعة للأمر بالشراء ولا تقدم قروضا نقدية أي أن الإجراءات المعتاد للراغب في هذا التمويل وفقا لهذا النظام من أجل شراء مواد أن يتقدم بالطلب من أجل تمويل شرائها وبعد ذلك يتم إحضار عرض أسعار للمواد المطلوب شرائها ويقوم مندوب من المؤسسة استلام المواد وتسليمها لطلب التمويل، ثم يتم تسليم الشيك الذي يمثل الفاتورة للتاجر حسب الأصول.

كما تشير تفاصيل القضية إلى أنه تقدمت سيدة بطلب للحصول على التمويل بقيمة 8 آلاف دينار لصالح زوجها المشتكى عليه وقام بالإجراءات وهو المقرض الحقيقي، واتفق مع موظف في الجهة الممولة وهو مشتكى عليه لتسهيل المهمة، وأحضر زملائه بالعمل كشهود على المعاملة، مع العلم برغبته الحصول على المبلغ نقدا، وتواصل الموظف المشتكى عليه مع أحد التجار للحصول على فاتورة بقيمة التمويل، وتم السير بإجراءات المعاملة بطريقة مخالفة للقانون، وحصل الموظف على مبلغ 600 دينار مقابل تسهيل المهمة ومخالفة القانون.

وقام عدد من المتهمين في معاملة ثانية بطلب تمويل مراجعة بقيمة 10 آلاف دينار، وقام نفس الموظف في المعاملة الأولى بمخالفة القانون مرة أخرى وأخذ مبلغا ماليا قيمته 1200 دينار، وتكرر الأمر في معاملة ثالثة قيمتها 10 آلاف دينار، وحصل نفس الموظف على مبلغ قيمته 1300 دينار.

وبحسب التفاصيل، لاحظ موظفون متخصصون في الجهة الممولة عدم ورود اقتطاعات من رواتب الكفلاء لصالح المعاملات الثلاث، وتمت مخاطبة الجهات الرسمية ذات العلاقة بالكفلاء وتبين عدم صحة كتب الاقتطاع، وقام مدير المؤسسة المانحة للتمويل بمخاطبة هيئة النزاهة ومكافحة الفساد بالقضية واتخاذ الإجراءات اللازمة من قبله لتحويل الأموال من المرابحين والكفلاء.

وبلغ مجموع ما تم تسديده لصالح المعاملة الأولى 1691 دينارا وبقي بذمة الكفلاء 11920 دينار، وبلغ مجموع ما تم تسديده من المعاملة الثانية 2548 دينار، وبقي بذمة الكفلاء 9751 دينار، وبلغت قيمة ما تم سداده من المعاملة الثالثة 804 دنانير وبقي في ذمة الكفلاء والمقرض 10874 دينار.

عمان

تلقي جلالة الملك عبدالله الثاني برقيات تهنئة من كبار المسؤولين المدنيين والعسكريين بمناسبة ذكرى الإسراء والمعراج الشريفين، التي تصادف اليوم السبت.

كما تلقى سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، برقيات تهنئة مماثلة بهذه المناسبة.

واعتبر مرسلو البرقيات، أن هذه الذكرى تمثل محطة مهمة في تاريخ الدعوة الإسلامية، التي تجلت فيها عظمة رسالة الإسلام، رسالة المحبة والتسامح والعدل والرحمة.

وأكدوا وقوفهم خلف قيادة جلالة الملك في الجهود الكبيرة التي يبذلها جلالتهم في الدفاع عن قضايا الأمن العربي والإسلامية، وحماية و رعاية المقدسات الإسلامية والمسيحية في القدس، وخصوصاً المسجد الأقصى المبارك/ الحرم القدسي الشريف، مسرى الرسول الكريم، من منطلق الوصاية الهاشمية على هذه المقدسات.

القبض على شبكة جرمية زيفت وروجت ورقة الخمسين دينارا الجديدة

عمان

البلقاء والعاصمة ولواء الرصيفة، مضيافاً أن فرقا تحقيقية في عدد من أقسام المخدرات تولت التحقيق في القضية لكشف الأشخاص وضبطهم. وأكد الناطق الإعلامي، أن التحقيقات والجهود المبذولة وجمع المعلومات قاد المحققين للاشتباه بأربعة أشخاص ألقى القبض عليهم جميعاً في العاصمة داخل مركبة وأحدى الشقق وضبط بحوزتهم ١٨٤ ورقة نقدية مزيفة ٩٢٠٠ دينار وكمية من المواد المخدرة. وبالتحقيق معهم اعترفوا بقيامهم باستلام تلك الأوراق المزيفة من قبل المزور الرئيس الموجود في محافظة العقبة والتوجه للعاصمة

محافظة الوسط والعقبة لترويج تلك العملة مستغلين عدم تداول العملة الجديدة بين التجار بشكل كبير وعدم معرفتهم بها جيدا رغم رداءة تقليدها. وتابع الناطق الإعلامي، أن قوة أمنية في مدينة العقبة توجهت لمكان وجود المزور الرئيس وجرت مدامته والقت القبض عليه وضبط داخل المكان عدد من الأوراق النقدية المزيفة وطابعات وأحبار وأجهزة حاسوب محمول ومعدات تستخدم لتزييف العملة وستتم إحالتهم جميعا لمدي عام محكمة أمن الدولة. تابع ص٢

اتفاقيتان لتنقية محطة الضباوي

عمان

كما وقعت الوزارة اتفاقية الإشراف على التنفيذ بقيمة ١,٢٤ مليون دولار مع ائتلاف شركة المستشار للهندسة وشركة CDM Smith Europe، والتمويل بمنحة من البنك الأوروبي للإعمار والتنمية، وبموجب الاتفاقيتين، ستسئ سلطة المياه محطة التنقية بطاقة استيعابية تقدر بـ ٢٤,٧٥٠ متر مكعب يوميا، حيث تستقبل المحطة صهاريج المياه العادمة عوضا عن محطة المعالجة الأولية في منطقة عين غزال.

وقعت وزارة المياه والري، وشركة أبراج العرب للمقاولات، اتفاقية تصميم وتنفيذ مشروع محطة تنقية المياه العادمة المنقولة بالصهاريج في منطقة الضباوي بقيمة ٧٩,٤٦ مليون يورو، بتمويل مشترك يتضمن قرضا بقيمة ٤١,٣ مليون يورو من البنك الأوروبي للإعمار والتنمية، ومنحة بقيمة ٣٠ مليون يورو من الاتحاد الأوروبي.

نداءات استجابة أعمية لآثار الزلزال في تركيا وسوريا وتحذير من ارتفاع حصيلة الوفيات

عمان

أكد الأمين العام للأمم المتحدة انطونيو غوتيريش، أن النداء الإنساني الذي أطلقته الأمم المتحدة في الرابع عشر من الشهر الحالي بقيمة 397 مليون دولار لمساعدة المتضررين من الزلزال في سوريا، سيغطي الاحتياجات الإنسانية لمدة 3 أشهر.

وتابع نداء الأمم المتحدة بشأن اغاثة متضرري الزلزال في تركيا، نداء آخر بقيمة مليار دولار لمساعدة المتضررين من الزلزال المدمر في تركيا.

وأكد غوتيريش في تصريح صحفي أن الاحتياجات في تركيا وسوريا هائلة والناس يعانون، مشددا على ضرورة عدم إضاعة الوقت، في وقت دعا فيه المجتمع الدولي إلى توفير التمويل الكامل لجهود الاستجابة لواءة من أكبر الكوارث الطبيعية في العصر الحاي.

وكان منسق الأمم المتحدة الإقليمي للشؤون الإنسانية للآزمة السورية مهند هادي قال في تصريحات صحفية، إن عدد القتلى في البلاد جراء الزلزال من المرجح أن يتضاعف، في ظل تواصل عمل فرق الانقاذ لإزالة الأنقاض في المناطق المتضررة بشدة.

وأشاد هادي باستجابة الأمم المتحدة للكارثة، معربا عن أمه بالآ يتضاعف هذا العدد كثيرا، مبينا أن آثار الزلزال والدمار الذي خلفه لا يمتدنا الكثير من الأمل في أن تكون هذه هي المحصلة النهائية.

افتتاح الجسر الرئيسي الثاني لمشروع تقاطع الإرسال

عمان

الحرية باتجاه طريق المطار ونفق بطول ١٣٠ مترا ضمن أربع مسارب وفي كلا الاتجاهين وطرق رئيسية وجدران خرسانية سائنة للممر السفلي وإعادة تأهيل الطرق المحيطة بالكامل بالإضافة إلى إنشاء الأرصفة وأنظمة تصريف مياه الأمطار وأعمال الإنارة وجميع أعمال السلامة العامة وفق أعلى المعايير العالمية المتبعة. ودعت الوزارة المواطنين سالكى الطريق إلى التقيد بتعليمات كوادرها العاملة في الميدان وتعليمات الشركات في مديرية الأمن العام.

للرجوع إلى شارع القدس للاتجاه الآخر. وبينت الوزارة أن نسبة الإنجاز في المشروع بلغت ٩٩ بالمئة، وستستكمل الأعمال النهائية في المشروع وافتتاحه رسميا خلال الفترة القريبة المقبلة. وأشارت إلى أن الأعمال في المشروع شملت إنشاء تقاطع من ٤ مستويات مكون من جسر خرساني بطول ٦٥٠ مترا للسير القادم من عمان باتجاه شارع المطار والبحر الميت على شارع القدس بالاتجاهين وجسر خرساني بطول ٤٧٦ مترا للسير القادم من شارع

باتجاه طريق المطار وناعور من خلال الجسر، أما حركة السير القادم من طريق المطار جسر ناعور باتجاه شارع الحرية ستكون من خلال الجسر الذي تم افتتاحه سابقاً، مروراً من طريق مؤسسة المقاعد العسكريين وكلية تدريب عمان كخيار رئيسي أو سلوك الطريق المحاذي لمديرية الأمن العام باتجاه جامعة البترا كخيار بديل، وأما حركة السير للقادم من طريق المطار وجسر ناعور والرجوع سيكون من خلال طرق الخدمة للجسر الرئيسي الذي تم افتتاحه سابقاً من خلال فتحة التقاطع

أعلنت وزارة الأشغال العامة والإسكان، بالتعاون مع مديرية الأمن العام، عن افتتاح الجسر الرئيسي الثاني ضمن مشروع تقاطع الإرسال، والبالغ طوله ٤٧٦ مترا للسير القادم من المقابلين/ شارع الحرية باتجاه طريق المطار وناعور، السبت المقبل. وقالت الوزارة في بيان صحفي، إن تحويل الإرسال الرئيسية القائمة ستفلق لإكمال منطقة الربط على شارع الحرية، وستكون حركة السير للقادم من شارع الحرية

سياحة الأعيان تلتقي مدراء فنادق البحر الميت وتنزور المغطس

عمان

التقت لجنة السياحة والتراث في مجلس الأعيان، برئاسة العين المهندس عبدالحكيم محمود الهندي، خلال زيارتها إلى موقع المغطس في البحر الميت، اليوم الخميس، مع مدراء فنادق البحر الميت، واستمعت اللجنة، التي ضمت مقرها خالد أبو العز، والأعضاء، عيسى مراد، محمد الأزيادة، خير الدين هاكوز، وعبدالله مطر، وزهير أبو فارس، أمين القطرانة، إلى التحديات التي تواجه فنادق البحر الميت.

وقال العين الهندي إن الحركة السياحية في البحر الميت تشهد نشاطاً متزايداً، وخاصة مع بدء الموسم السياحي الشتوي، لافتاً إلى دور المنشآت السياحية، سيما الفنادق، الكبير في القطاع، وهو ما يدعو إلى دعمها وتعزيز دورها من أجل تطوير السياحة الأردنية.

وأشار إلى أهمية تصدر البحر الميت في الخطط التسويقية لما يحمله من مزايا تجذب السياح، وأنه يأتي ضمن خطة هيئة تنشيط السياحة للتسويق للأردن كوجهة سياحية، وخاصة السياحة الطبية والعلاجية واستشفائية، مؤكداً أهمية تفعيل مبدأ التشاركية بين القطاعين العام والخاص بهدف تطوير عمل القطاع الفندقي السياحي.

بدوره، تحدث مدراء الفنادق حول أبرز التحديات، التي تواجه فنادق البحر الميت، منها ارتفاع تكلفة الخدمة، وانتشار الحشرات مثل الذباب والبعوض وخصوصاً في فصل الصيف، وعدم رفعة نسبة العمالة الوافدة في الفنادق، عدم وجود عمالة مدربة من أبناء المجتمع المحلي، وعدم وجود مراكز طبية أو مستشفى قريب من المنطقة، إلى جانب ارتفاع كلفة الطاقة.

وخلال زيارة رئيس وأعضاء اللجنة إلى موقع المغطس، استمعوا إلى شرح موجز قدمه مدير عام هيئة موقع المغطس، المهندس رستم مكجيان، عن أهمية موقع المغطس، الذي جرى تعميده السيد المسيح فيه، وهو ما يمثل قيمة إنسانية وحضارية ودينية عالية ويحمل رسائل محبة ووثام بين جميع الأديان.

ولفت إلى أهم المعالم الأثرية التي تم اكتشافها في الموقع، ومنها: تل مار الياس، مغارة يوحنا المعمدان، والكناس الأثرية، التي بنيت بذكرى عماد السيد المسيح عليه السلام، استراحة للحجاج، بركة كبيرة، وكهوف الرهبان، وهو ما يُعزز أهمية الموقع حضارياً وتاريخياً ودينيًا وسياحياً وبيئيًا.

وأكد المهندس مكجيان سعي إدارة الهيئة منذ افتتاح الموقع للزوار، بالتركيز على إبراز قيمة المكان لجذب العديد من الزوار والحجاج، من خلال توفير الخدمات الملائمة التي تتناسب مع خصوصية الموقع والإبقاء على روح المكان، كما شاهد الأبناء والرسل، بعد تعبيره من جهتهم، تحدث رئيس وأعضاء اللجنة عن أهمية موقع المغطس الحضارية والتاريخية والدينية والسياحية والبيئية على مستوى العالم، وولا سيما أنه مسجل ضمن قائمة التراث العالمي، الذي يتحدث عن تاريخ الأردن العميق كمقصد حج للمسيحيين والزوار، مؤكداً أن بعض كتائب الموقع جرى بناؤها بالفترات الإسلامية كرمز ودليل على الوثام والتعايش بين الأديان.

وأشاروا إلى قانون مؤسسة تطوير الأراضي المجاورة لموقع المغطس، الذي يعزز من مكانة الأردن كأحد أهم الوجهات السياحية العالمية الدينية والتاريخية وأكبرها وبما يسهم في رفد السياحة الدينية في المملكة، وهو ما من شأنه دعم المجتمعات المحلية وتدريبها ورفع قدراتها وتوفير فرص عمل لها، إضافة إلى استقطاب الاستثمارات السياحية بأشكالها كافة.

اتفاقيتان لتنقية محطة الغباوي

عمان

وقعت وزارة المياه والري، وشركة أراج العرب للمقاولات، اتفاقية تصميم وتنفيذ مشروع محطة تنقية المياه العادمة المنقولة بالصهاريج في منطقة الغباوي بقيمة 79.46 مليون يورو، بتمويل مشترك يتضمن قرضاً بقيمة 41.3 مليون يورو من البنك الأوروبي للإعمار والتنمية، ومنحة بقيمة 30 مليون يورو من الاتحاد الأوروبي.

كما وقعت الوزارة اتفاقية الإشراف على التنفيذ بقيمة 1.24 مليون دولار مع ائتلاف شركة المستشار الهندسة وشركة CDM Smith Europe، والممول بمنحة من البنك الأوروبي للإعمار والتنمية.

وبموجب الاتفاقيتين، ستشرف سلطة المياه محطة التنقية بطاقة استيعابية تقدر بـ 24.750 متر مكعب يوميا، حيث تستقبل المحطة صهاريج المياه العادمة عوضاً عن محطة المعالجة الأولية في منطقة عين غزال.

ويسهم المشروع في تخفيف الازدحام المروري والروائح في منطقة عين غزال، ما يساعد على تحسين واقع المنطقة بيئياً، ويخفف من الحمل البيولوجي على محطة تنقية الخربة السمر.

يشار إلى أن المشروع من ضمن المشاريع التي تقدمت بها الحكومة إلى مؤتمر لندن عام 2019، والحاثة على الجائزة العالمية البرونزية للمشاريع المستدامة من البنك الأوروبي للإعمار والتنمية.

وقال وزير المياه والري المهندس محمد النجار، إن الوزارة تهدف إلى وضع خطة شاملة لقطاع الصرف الصحي من خلال رفع مستوى الحياة البيئية وحمايتها في كافة المناطق، وإنجاز محطات متطورة للصرف الصحي في عدد من المناطق، وخدمة مناطق جديدة، لتلبية كل المتطلبات العالمية والبيئية والصحية في المملكة، وفقاً لأرقى المستويات الدولية.

وبين أن محطة معالجة مياه صهاريج النضج في الغباوي، ستقام في منطقة بعيدة عن السكان، ويمكن الوصول إليها بسهولة من جميع المناطق، موضحاً أن الوزارة تسعى للاستفادة من كل قطرة ماء بأفضل السبل وتوفير مياه معالجة بمستويات عالية الجودة للزراعة، رغم تراجع كميات المياه المتاحة، وتوفير كميات المياه لغايات الشرب من خلال توفير مصادر للري لغايات زراعة الأعلاف وتربية المواشي وبعض الزراعات المكثفة.

وأوضح أن المياه المعالجة، تعد مورداً مائياً هاماً لأغراض الزراعات المكثفة وللإستخدامات المختلفة في الصناعات التي تحتاج كميات كبيرة من المياه، إضافة إلى دورها المهم بإعادة تغذية المياه الجوفية بمياه معالجة صالحة في ظل التقلبات المناخية التي يشهدها العالم، وتحسين الواقع البيئي للمجتمع المحلي وإيجاد بيئة آمنة مريحة للمجاورين لمحطة عين غزال، كونها حالياً مكبا للصهاريج ونقلها بعد ذلك إلى محطة الخربة السمر.

رئيس المجلس القضائي يتسلم التقرير السنوي لحقوق الإنسان

عمان



بالمعمل المشترك بين المركز الوطني لحقوق الإنسان والمجلس القضائي في جميع المجالات التي تدعم إرساء وتكريس مبادئ حقوق الإنسان، في المملكة، وفقاً لأفضل المعايير الدولية.

القاضي والمحامكات العادلة، وأضافت، إن التقرير السنوي الثامن عشر يرصد التطبيقات العملية لتجربة عقد المحاكمات عن بعد وبرزت التحديات الماثلة أمامها. واستعرض الطرفان خلال اللقاء سبل الارتقاء

تسلم رئيس محكمة التمييز رئيس المجلس القضائي محمد الغزو نسخة من التقرير السنوي الثامن عشر لحقوق الإنسان عن العام 2021.

وأكد الغزو، خلال استقباله في مكتبه بالمجلس القضائي رئيسة مجلس أمناء المركز الوطني لحقوق الإنسان سمر الحاج وميمنة أعمال المركز الدكتورة ريم أبو دليوح ونائب رئيس مجلس الأمناء خلدون الشنور وعضو مجلس الأمناء الدكتور محمد الطراونة، دعم المجلس القضائي لأعمال المركز الوطني لحقوق الإنسان، مشيراً إلى أن المجلس القضائي ينظر باهتمام لهذا التقرير الذي يعكس جهود المملكة في تعزيز منظومة حقوق الإنسان، وأشار الغزو إلى أنه سيتم عرض التقرير على الجهات المختصة في المجلس القضائي للوقوف على أبرز المؤشرات والنتائج التي يتضمنها لدراساتها والوقوف على مختلف المواضيع المتعلقة بسيادة القانون وتعزيز مفاهيم العدالة والمساواة والنزاهة وحقوق الإنسان، مؤكداً أن القضاء سيبقى دائماً الحصن المنيع الذي يحمي حقوق وحريات المواطنين ويذود عنها من أية تجاوزات قد تطالها. وقدمت الحاج حسن خلال اللقاء نبذة عن التقرير السنوي من حيث المنهجية المتبعة في صياغته، ومن حيث أبرز النتائج والتوصيات التي خلص إليها، سيما في الشق المتعلق بالحكام والحق في التقاضي. وأعربت عن اعتزاز المركز الوطني لحقوق الإنسان باستقلالية القضاء الأردني ونزاهته ومدى الانتظام الحاصل في سير إجراءات التقاضي بمختلف درجاته.

وقالت، "إن المركز حريص على تبادل الخبرات وتعزيز التعاون مع السلطة القضائية بوصفها عنوان الحقيقة والملاذ لأهل لكل صاحب حق"، من جانبها قالت

القبض على شبكة جرمية زيفت وروجت ورقة الخمسين ديناراً الجديدة

عمان



قال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، إن العاملين في إدارة مكافحة المخدرات تمكنوا بعد جهود تحقيقية من الإطاحة بشبكة جرمية قامت بتزييف كمية من العملة الجديدة من فئة الخمسين ديناراً وترويجها على عدد من المحال التجارية.

وفي التفاصيل أضاف الناطق الإعلامي، أن معلومات وردت لإدارة عن قيام مجهولين بترويج أوراق مالية مزيفة من فئة الخمسين ديناراً على عدد من المحال التجارية في محافظة البلقاء والعاصمة ولواء الرصيفة، مضيفاً أن فرقاً تحقيقية في عدد من أقسام المخدرات تولت التحقيق في القضية لكشف الأشخاص وضبطهم.

وأكد الناطق الإعلامي، أن التحقيقات والجهود المبذولة وجمع المعلومات قاد المحققين للاشتباه بأربعة أشخاص ألقى القبض عليهم جميعاً في العاصمة داخل مركبة وأحد الشقق وضبط بحوزتهم 184 ورقة نقدية مزيفة بقيمة 9200 دينار وكمية من المواد المخدرة. وبالتحقيق معهم اعترفوا بقيامهم

جميعاً مدعي عام محكمة أمن الدولة. ودعا الناطق الإعلامي الجميع إلى التأكد من العملة قبل استلامها وتداولها ولا سيما مع سهولة اكتشافها بسبب الأوراق النقدية المزيفة وطابعات وأحبار وأجهزة حاسوب محمول ومعدات تستخدم لتزييف العملة وستتم إحالتهم

بإستلام تلك الأوراق المزيفة من قبل المزور الرئيس الموجود في محافظة العقبة والتوجه للعاصمة ومحافظات الوسط والعقبة لترويج تلك العملة مستغلين عدم تداول العملة الجديدة بين التجار بشكل كبير وعدم معرفتهم بها جيداً رغم رداءة تقليدها.

المعهد الملكي يحتفي بأسبوع الوثام في المغطس ومزار الصحابي أبو عبيدة

عمان



بين الأديان طرحت لأول مرة أمام الجمعية العامة للأمم المتحدة في 23 أيلول 2010 من قبل جلالة الملك عبد الله الثاني، وفي تشرين الأول 2010، تم تبني المبادرة بالإجماع من قبل الأمم المتحدة، ليصبح أول أسبوع من شهر شباط كل عام أسبوع الوثام العالمي بين الأديان.

مختلف أتباع الأديان، وضرورة فهم العلاقة بين التراثين الوطني والديني، وتوعية الشباب بتراثهم الديني والروحي، وتوجيههم للتعرف على الشخصيات والنماذج المشرفة التي أسهمت في نشر تعاليم وقيم الرسالات الإلهية. يذكر أن مبادرة أسبوع الوثام العالمي

وشملت الفعالية أيضاً زيارة إلى مزار الصحابي أبو عبيدة عامر بن الجراح في منطقة الغفور، تحدث فيها المستشار الأكاديمي للمعهد الدكتور عامر الحاي، عن رمزية المقام وأهميته. وأكد المشاركون في الفعالية أهمية احترام أماكن العبادة والرموز الدينية

جلسة تعريفية حول جائزة الحسين للعمل التطوعي في الجيزة

الجيزة

تنظمت مديرية تنمية لواء الجيزة جلسة تعريفية حول جائزة الحسين بن عبدالله للعمل التطوعي بمشاركة رؤساء الجمعيات الخيرية التابعة لها في اللواء. وأوضح مدير مديرية تنمية الجيزة عمر الربطة، أهمية التسجيل كمؤسسات وأفراد ومبادرات تطوعية لخدمة المجتمع المحلي، مبيناً آلية التسجيل في الجائزة والشروط الخاصة بالمرشح والعمل التطوعي. وأشار إلى أن مجالات العمل التطوعي تشمل الجوانب الاجتماعية والصحية والجانب التعليمي والتدريسي، وكذلك المجالات الرياضية والفنية والثقافية والبيئية والسياحية والريادة والابتكار. وبين أن الجائزة تشتمل على 3 فئات منها فئة الأعمال التطوعية الفردية، وفئة الأعمال التطوعية الجماعية، وفئة الأعمال التطوعية المؤسسية، وأن نموذج الجائزة يتكون من 4 محاور هي التخطيط للمبادرات التطوعية وحسن التنفيذ والنتائج والأثر والاستدامة.

الثقافي البريطاني يعلن الفائزين بجوائز ذريجي التعليم الجامعي البريطاني

عمان

أعلن المجلس الثقافي البريطاني، أسماء الفائزين بجوائز ذريجي التعليم الجامعي البريطاني لعام 2022-2023 في الأردن.

وقال المجلس في بيان، إنه تم خلال الاحتفالية تكريم 11 خريجاً وخريجة من جامعات المملكة المتحدة على إنجازاتهم

المميزة، بوصفهم محترفين في مجال الأعمال ورواد أعمال وقادة مجتمع، ومساهماتهم في تعزيز روابط التعاون بين المملكة المتحدة والأردن. وجاء الإعلان عن أسماء الفائزين بحضور ممثلين عن قطاع التعليم العالي وعدد من رؤساء الجامعات، وخريجي الجامعات البريطانية.

من جهتها، قالت القائمة بأعمال مدير المجلس الثقافي البريطاني في الأردن رويدا الخليدي، إن توزيع جوائز ذريجي التعليم البريطاني للعام الثاني على التوالي لتكريم قصص نجاح الأردنيين والأردنيات الذين درسوا في المملكة المتحدة والاحتفاء بهم، يشكل مصدراً للفخر والاعتزاز.

وأكدت أن الفائزين يمثلون نطاقاً متنوعاً من القطاعات في الأردن، ومن المهم تسليط الضوء على الإنجازات الإيجابية التي حققوها.

شركة كهرباء محافظة إربد إعلان فصل التيار الكهربائي

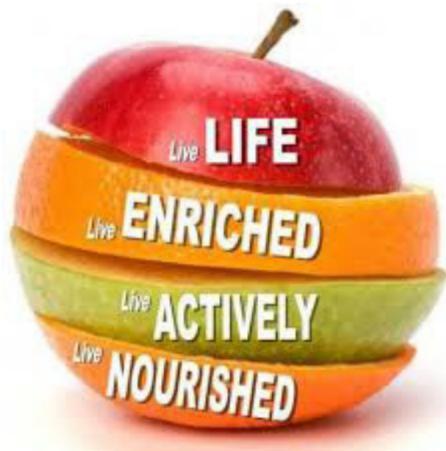
ستقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الثلاثاء الموافق 20/2/2023 بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن بشرى مثلث حكماً وذلك من الساعة التاسعة صباحاً وغاية الساعة الثالثة عصراً وعن منطقة حنيبنا - شارع الزبير بن العوام، منطقة النصر، حي حنيبنا، شارع حسان بن النعمان من الساعة التاسعة صباحاً وغاية الساعة الثالثة والنصف عصراً في محافظة إربد.

وعن الأشرفية، السعاده من الساعة التاسعة صباحاً وغاية الساعة الواحدة ظهراً وعن الغربية السمر، الفيصلية، النمر، الزغلي من الساعة التاسعة والنصف صباحاً وغاية الساعة الثانية ظهراً وعن ضاحية الأمير عبد الله العن الجنوبي، الجاورين لمسجد الحاج عبيد العراش من الساعة التاسعة صباحاً وغاية الساعة الرابعة عصراً في محافظة إربد.

وعن جنوب عنجرة، سرايبس من الساعة التاسعة والنصف صباحاً وغاية الساعة الخامسة مساءً في محافظة عجلون. وعن جرش، منطقة جبل النعمان شارع النبي هود، شارع النعصم، شارع ابن جامع، شارع الفران، شارع أبو عبيدة الجراح، شارع الطائر، شارع الفران، شارع سلطي بطارسة، شارع عمار بن ياسر، شارع محمد بن قاسم من الساعة التاسعة صباحاً وغاية الساعة الثالثة والنصف عصراً في محافظة جرش.

قسم العلاقات العامة

نصائح حول المكملات الغذائية للحوامل من منظمة الصحة العالمية



تلعب الحالة التغذوية للأم في الفترة السابقة للحمل وأثناء الحمل دوراً أساسياً في نمو الجنين ونمائه. فسوء الحالة التغذوية للمرأة في الفترة السابقة للحمل وفي بداية الحمل (حتى ١٢ أسبوعاً من الحمل)، قد تزيد من مخاطر حصول الحمل الضائرة. ولذا فإن الفترة المحيطة بالحمل تُعد فترة مهمة للتدخلات التي تنهض بصحة الأم وبالتالي تزيد من احتمالات الحصول الإيجابية للحمل.

والعيوب الولادية والتشوهات الخلقية هي شذوذات بنوية أو وظيفية موجودة منذ الولادة ويمكن أن يتسبب فيها عدد من العوامل بما في ذلك عوز المغذيات الدقيقة. وتُعد عيوب الأنبوب العصبي مثل السنسنة المشقوقة ضمن التشوهات الخلقية الأكثر شيوعاً.

وتشير البيّنات الحالية إلى أن إعطاء مكملات حمض الفوليك في الفترة المحيطة بالحمل يمكن أن يحقق الوقاية من عيوب الأنبوب العصبي، سواء قدمت هذه المكملات بمفردها أو في توليفة مع فيتامينات ومعادن أخرى يتنبيخ لجميع النساء أن يتناولن جرعة تكهيلية من حمض الفوليك (٤٠٠ ميكروغرام من حمض الفوليك في اليوم) ابتداءً من سعيهن إلى الحمل حتى الأسبوع الثاني عشر من الحمل.

وينبغي للنساء اللواتي حملن جنيناً شخصت إصابته بعيب الأنبوب العصبي أو ولدن طفلاً مصاباً بعيب الأنبوب العصبي أن يتلقين المعلومات عن خطر النكسة ويطلعن على خطر التكميل بحمض الفوليك في المرحلة المحيطة بالحمل ويحصلن على جرعة تكهيلية كبيرة (٥ مليغرامات من حمض الفوليك في اليوم).

الدهن أو الدهن والأحماض الدهنية إن الأحماض الدهنية أوميغا ٣ الطويلة السلسلة والعديدة الالتسبع قد تساعد في عدد من العمليات البيولوجية بما في ذلك العمليات التي تكتسي أهمية أثناء الحمل والوضع.

وتُعدّ الأغذية البحرية مصدراً غنياً بالأحماض الدهنية أوميغا ٣ الطويلة السلسلة والعديدة الالتسبع وتشير البيّنات الصادرة عن الدراسات الرصدية إلى احتمال وجود ارتباط بين استهلاك الأغذية البحرية أثناء الحمل وبين الحد من بعض الحصائل الصحية السلبية مثل مقدمات الارتجاج والابتسار وانخفاض الوزن عند الميلاد.

وتشير البيّنات الحالية إلى أن التكميل بالأحماض الدهنية أوميغا ٣ الطويلة السلسلة والعديدة الالتسبع يرتبط بالحد من مخاطر الولادة المبكرة وبعض الزيادة المتواضعة في الوزن عند الميلاد.

وتلعب الحالة التغذوية للأم في الفترة السابقة للحمل وأثناء الحمل دوراً رئيسياً في نمو الجنين ونمائه. وقد تتعرض النساء الحوامل اللاتي يعانين من نقص التغذية لزيادة مخاطر حصول الحمل الضائرة بما في ذلك ولادة الرضع المنخفضي الوزن عند الميلاد.

وقد ثبت أن تقديم التكميل المتوازن بالطاقة والبروتين (أي المكملات التي يمثل فيها البروتين أقل من ٢٥٪ من محتوى الطاقة الإجمالية) إلى النساء الحوامل اللاتي يعانين من نقص التغذية، يعزز زيادة الوزن أثناء الحمل ويحسن حصائل الحمل.

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

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

وينخفض ضغط الدم عادة في أوائل فترة الحمل ثم يرتفع ارتفاعاً طفيفاً حتى نهاية فترة الحمل. ومع ذلك، يقلل هذا التوازن ويزداد خطر الإصابة بمقدمات الارتجاج بسبب البداة والسكري والحمل التوأمي أو الحمل في سن المراهقة وانخفاض استهلاك الكالسيوم. ويحسن توفير جرعة الكالسيوم المكملة مدخول الكالسيوم ويحد بالتالي من خطر الإصابة باضطرابات فرط ضغط الدم أثناء الحمل حمض الفوليك والحديد

تشير التقديرات إلى أن أكثر من ٤٠٪ من النساء الحوامل على صعيد العالم يعانين من فقر الدم. ووفقاً للتقديرات يعود نصف هذا العبء على الأقل إلى عوز الحديد.

كشفت مراجعة لبحوث سابقة أن تناول الكافيين قبل ممارسة التمارين الرياضية قد يحسن أداء مجموعة واسعة من التدريبات.

وكتب الباحثون في دورية (الطب الرياضي) البريطانية أن الكافيين يمكنه على وجه الخصوص تعزيز

السرعة والطاقة والقوة والتحمل. من جهته، قال قائد فريق البحث من جامعة فيكتوريا في ملبورن باستراليا، جوزو جرجيك، إن "المكملات التي تحتوي على الكافيين شائعة جداً بين الرياضيين. وكشفت دراسة ترجع لعام ٢٠١١ أن نحو

٧٥٪ من عينات بول رياضيين شاركوا في الألعاب الأولمبية يحتوي على مستويات مرتفعة من الكافيين". وعام ٢٠٠٤، رُفِع الكافيين من قائمة الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات كمادة محظور تناولها خلال المنافسات. وذكر جرجيك

لرويتز بالبريد الإلكتروني: "منذ ذلك الحين زاد تناول الكافيين بين الرياضيين ولا توجد مؤشرات على انحسار ذلك". كما أجرى جرجيك وزملاؤه مراجعة شاملة لنتائج مراجعات سابقة خللت عدة دراسات تتعلق بالكافيين والأداء الرياضي.

واكتشفوا أن الكافيين عزز قدرة العضلات على التحمل وقوتها وأداء الكفّر وسرعة أداء التمارين. وأضاف جرجيك: "كقاعدة عامة يكون لتناول كوبين من القهوة قبل نحو ٦٠ دقيقة من بدء التمرين تأثير قوي لدى معظم الأفراد".

احذروا من الإفراط بتناول فيتامين D

الثلاث الأخيرة من عمره، بناء على نصيحة صديق له. ونتيجة لتعرض هذا الرجل للشمس ولغترات طويلة حصل جسمه على كميات كبيرة من فيتامين D، ما أدى إلى ظهور مشكلات في كليتيه، وبعد تلقيه العلاج خلال فترة طويلة، أصبح يعاني من مرض كلوي مزمن.

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

ونوّه الأطباء في حالة مواطن كندي عمره ٥٤ سنة، راجع الأطباء بسبب مشكلات في الجهاز البولي، بدأت بعد عودته من منطقة جنوب شرق آسيا، حيث كان يقضي وقتا طويلا على الشاطئ، ما تسبب في ظهور مشكلات في كليتيه. وأظهرت نتائج الفحص الذي أجراه أخصائيو طب الكلّي أن بنية

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

من المعروف أن فيتامين D ضروري جدا بسب أهميته بالنسبة لتناول الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماما. وكشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكلّيّين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

الجزر.. مشروب سحري مهدئ للسعال ومزيل للبلغم

ثم خلط المزيج في الخلاط بعد أن يبرد وتحليلته بـ٣ إلى ٤ ملاعق كبيرة من العسل الأبيض. وللحصول على عظيم الفائدة ينصح بتناول ٣ - ٤ ملاعق من المزيج يوميا لحين التخلص من السعال، وعادة يستغرق هذا الأمر يومين من الاستخدام المنتظم.

يعمل جيدا على تعزيز الجهاز المناعي للجسم. ولتحضير أفضل مشروب سحري للقضاء على السعال، كل كما عليك هو طهي نصف كيلو من الجزر المقطع مع ملعقتين من صغبرتين من الجزبيل الطازج المبشور في كمية مناسبة من الماء،

K وكذلك البوتاسيوم، مما يساعد أيضا في الحد من ارتفاع ضغط الدم وعلاج السكري. ويعلم خبراء التغذية جيدا منذ فترة طويلة أن فيتامين (A) يلعب دورا كبيرا في القضاء على العدوى والحفاظ على الأسطح المخاطية مثل الرئتين، كما أن فيتامين (C)

الجزر وبعض المكونات الأخرى ويتمتع بفائدة مذهلة في إزالة البلغم وتقيئة الرئة دون أية مواد كيميائية كذلك الموجودة في أدوية السعال.

فالجوز من الخضراوات الغنية بمواد المضادة للأكسدة والفيتامينات كفيتامين A و C و

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

لماذا يؤكد تقرير نشره موقع "ديلي هيلث" المعنى بالصحة عن مشروب سحري يعتمد على الجزر وبعض المكونات الأخرى ويتمتع بفائدة مذهلة في إزالة البلغم وتقيئة الرئة دون أية مواد كيميائية كذلك الموجودة في أدوية السعال. فالجوز من الخضراوات الغنية بمواد المضادة للأكسدة والفيتامينات كفيتامين A و C و

٥ من مشاكل البشرة يعالجها زيت الزيتون

الزيتون، ملقحة كبيرة من الطحين، والقليل من ملح البحر والحليب السائل. يتم تدليك البشرة بهذه الخلطة ثم تركه لمدة ٢٠ دقيقة قبل غسله بماء الفاتر والصابون الناعم.

٥- يقي من الجفاف: يساعد اجتماع زيت الزيتون مع زيوت أخرى في تأمين ما تحتاجه البشرة من تغذية بالعمق. لتحضير هذه الخلطة يكفي أن نمزج في وعاء: ٥٠ مليلتر من زيت الزيتون، ٥٠ مليلتر من زيت الأفوكادو، ٦٠ نقطة من زيت الجيرانيوم الأساسي، ٩ونقاط من زيت الفيتامين E. يُنصح بتطبيق القليل من هذه الخلطة على البشرة مساءً قبل النوم لتغذيها بالعمق خلال الليل.

عناية خاصة يمكن أن يؤمنها زيت الزيتون من خلال تحضير مقشّر فعّال يعيد إليها النضارة. يكفي تدليك البشرة بحركات دائريةً بخليط مؤلف من ٣ ملاعق من زيت الزيتون و٣ ملاعق من السكر. يمكن أن نضيف إلى هذا المقشّر بضع قطرات من زيت اللوز الحلو للحصول على مفعول مجدد ومنعم للبشرة.

٤- يحارب الثلوث: تتعرض بشرة الوجه بشكل يومي للإجهاد ولعدة أنواع من الثلوث مما يتركها شاحبة وفاقة للحوية. يساعد قناع زيت الزيتون المضاد للثلوث في استعادة نضارة البشرة، ولتحضيره يكفي خلط بيضه طازجة، نصف ملعقة صغيرة من زيت

يتميّز زيت الزيتون بغناه بمضادات الأكسدة والمواد الدهنية التي تؤمّن للبشرة ما تحتاجه من تغذية، وحماية، وترطيب. وهو يناسب كافة أنواع البشرة بما فيها الحساسة. تعرفوا فيما يلي على ٥ حلول يقدمها زيت الزيتون لخمسة من المشاكل التحجيلية المزعجة:

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

يتميّز زيت الزيتون بغناه بمضادات الأكسدة والمواد الدهنية التي تؤمّن للبشرة ما تحتاجه من تغذية، وحماية، وترطيب. وهو يناسب كافة أنواع البشرة بما فيها الحساسة. تعرفوا فيما يلي على ٥ حلول يقدمها زيت الزيتون لخمسة من المشاكل التحجيلية المزعجة:

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

”child development process“ نموّ الطفل

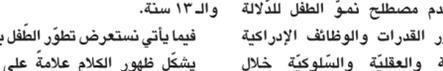
الذاكرة، ويؤدّي نموّ وعي الأطفال الصّغار بحالاتهم العاطفيّة وخصائصهم وقدراتهم إلى التعاطف (القدرة على تقدير مشاعر ووجهات نظر الآخرين) والذي يلعب دوراً مهمّاً، بالإضافة إلى أشكال أخرى من الوعي الاجتماعي، في تطوّر الحسّ الأخلاقي، حيث يمكننا القول أنّ أساس الأخلاق عند الأطفال ينبع من خوف بسيط من العقاب والألم وقلق بشأن حصولهم على استحسان أولياء أمورهم. عامل آخر مهمّ في التطوّر العاطفي لدى الأطفال هو تشكّل مفهومهم لذواتهم، أو هويّاتهم (معرفة من يكونون وما علاقتهم بالأشخاص من حولهم). وتحديداً، تلعب أهمية للوعي بالذات، وعادةً ما تظهر بعمر الثلاث سنوات.

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

تنامياً مستمراً للمفردات، واستخداماً متزايداً للتركيب المفرداتية، وفهماً أولياً لقواعد اللغة وبناء الجملة. ويلبّوهم السنّة الثالثة، يميل الأطفال إلى استخدام جُمَل خماسيّة أو حتى سداسيّة الكلمات، حتى يتكوّن من التخطّاب بجُمَل الكبار في الرابعة من عمرهم. أما الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين الخامسة والسادسة فيتعنون قواعد اللغة والمعنى المعقّدة. في مرحلة الطّفولة المبكرة (٢-٧ سنوات) يتعلّم الأطفال إنجاز عمليّات عقليّة متنوّعة واستخدام التفكير واللغة الرمزيّين لتحويل بيئتهم وتغيير المعلومات التي يجمعونها عن العالم المحيط بهم. ويولد المنطق، بما يتضمّن من تصنيف للأفكار وفهم للوقت والعهد، في مرحلة الطّفولة المتأخّرة (٧-١٢ سنة). وبأطرار، تزداد سعة الذاكرة لديهم لتسند العمليّات الإدراكية الأخرى، ولما تحسّن الذاكرة قصيرة المدى وطويلة المدى، تزداد سرعة وكفاءة استرجاع المعلومات والبحث في

الذاكرة، ويؤدّي نموّ وعي الأطفال الصّغار بحالاتهم العاطفيّة وخصائصهم وقدراتهم إلى التعاطف (القدرة على تقدير مشاعر ووجهات نظر الآخرين) والذي يلعب دوراً مهمّاً، بالإضافة إلى أشكال أخرى من الوعي الاجتماعي، حيث يمكننا القول أنّ أساس الأخلاق عند الأطفال ينبع من خوف بسيط من العقاب والألم وقلق بشأن حصولهم على استحسان أولياء أمورهم. عامل آخر مهمّ في التطوّر العاطفي لدى الأطفال هو تشكّل مفهومهم لذواتهم، أو هويّاتهم (معرفة من يكونون وما علاقتهم بالأشخاص من حولهم). وتحديداً، تلعب أهمية للوعي بالذات، وعادةً ما تظهر بعمر الثلاث سنوات.

مراحل النمو للأطفال



يستخدم مصطلح نموّ الطّفّل للدلالة على تطوّر القدرات والوظائف الإدراكية والعاطفيّة والعقليّة والسلوكيّة خلال مرحلة الطّفولة. ويشير مصطلح الطّفولة إلى تلك الفترة من حياة الإنسان بدءاً من اكتسابه اللغة بعمر السنّة أو الستين وحتى بداية مرحلة المراهقة بعمر الـ ١٢

القرحة – Ulcers

في المريء بفعل أسباب أخرى أيضاً، مثل تناول أدوية مُعيّنة، التدخين والإصابة بعدوى طفوية أو فيروسية، مثل فيروس الهيريس (Herpes) أو فيروس السعورّ المعنّاي البشري (AIDS). قد يكون مرض البُهم (Bulimia nervosa) سبباً من أسباب قرحة المريء كذلك، وهو نوعٌ من اضطرابات الأكل التي يقوم فيها الشخص المصاب بتناول كميات طعام كبيرة خلال مدة زمنية قصيرة، ثمّ إتباعها بما يُعرف بعملية التطهير ويعني ذلك التخلّص مما تمّ تناوله عبر التقيؤ الذاتي. لقرحة المريء أعراضٌ عدّة، مثل: المشاكل والآلام المصاحبة لعملية البلع،

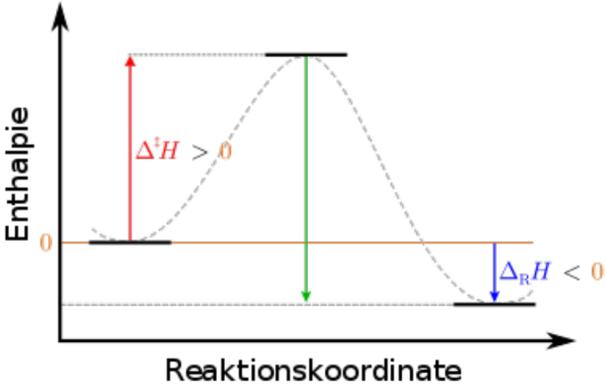
الصحية فيما بينهم. يستعرض هذا المقال أشهر أنواع القرحة، أسبابها وأعراضها. قرحة المريء على الرغم من قلة عدد الإصابات بالقرحة في المريء – وهو الأنبوب الواصل من الفم إلى المعدة – إلا أنّ أسبابها شائعة، أما السبب الأكثر شيوعاً فهو الارتجاع المريئي – وهو الشعور بالحرقة في المنطقة الواسلة بين المعدة والمريء – والذي يُمكن أن يتسبب بقرحة يبلغ طولها ٢,٥ سم في المريء، قد يستهين البعض بهذا الأمر ظناً منهم أنه لن يتسبب بأذى فعلي، إلا أنّه قد يؤدي إلى تآكل بطانة المريء لديهم في حال تكرار حدوث الارتجاع المريئي لأحماض المعدة دونما علاج. يُصاب الأشخاص بالقرحة

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

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

الصحية فيما بينهم. يستعرض هذا المقال أشهر أنواع القرحة، أسبابها وأعراضها. قرحة المريء على الرغم من قلة عدد الإصابات بالقرحة في المريء – وهو الأنبوب الواصل من الفم إلى المعدة – إلا أنّ أسبابها شائعة، أما السبب الأكثر شيوعاً فهو الارتجاع المريئي – وهو الشعور بالحرقة في المنطقة الواسلة بين المعدة والمريء – والذي يُمكن أن يتسبب بقرحة يبلغ طولها ٢,٥ سم في المريء، قد يستهين البعض بهذا الأمر ظناً منهم أنه لن يتسبب بأذى فعلي، إلا أنّه قد يؤدي إلى تآكل بطانة المريء لديهم في حال تكرار حدوث الارتجاع المريئي لأحماض المعدة دونما علاج. يُصاب الأشخاص بالقرحة

الامتزاز الكيميائي



أو من الممكن أن يمر بإعادة هيكلة حيث يتم تغيير تركيب السطح. (5) على سبيل المثال، يستطع الأوكسجين أن يشكل روابط قوية جدا (4eV) مع الفلزات، مثل C(110). يحدث مع كسر جزء من روابط السطح خلال تشكيل روابط بين السطح والمادة الممتزة، ومن الممكن ان يحدث إعادة هيكلة كبيرة بفقدان صف كيميائي في الصورة 2. الامتزاز الكيميائي- التفكك

تمتلك الأنظمة الواقعية الكثير من التجاوزات؛ مما يجعل الحسابات النظرية أكثر تعقيداً؛ بالمقارنة مع الامتزاز الفيزيائي- حيث أن المواد الممتزة تتوضع ببساطة على السطح- تستطيع المواد الممتزة 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 لمعادلة شروينغر لدرجات الحرية الإلكترونية و تفاعلات الأيون، ولا يتضمن هذا التعبير الرياضي أي من الطاقة الانتقالية، الطاقة الدورانية، الإثارات الذبذبية، وأي اعتبارات أخرى يوجد العديد من النماذج لتصف التفاعلات السطحية: آلية لانغمو- هنشلويد 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. ويمكن هذه النقطة أن تحدث أعلى أو أسفل عمود الطاقة- الصفري (مع بعض الاختلاف في طاقة مورس الكامنة) مُمثلة النقص أو الحاجة إلى طاقة التنشيط. تحتاج معظم الغازات البسيطة على أسطح الفلز النظيفة إلى متطلبات طاقة التنشيط.

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

التصادم المطاطي؛ فسوف تلتصق على السطح، مُشكلة طلائع مبربوطة إلى السطح برابطة ضعيفة؛ كما في الامتزاز الفيزيائي. تنتشر الجسيمات على السطح حتى تجد تقييداً كموماً عميقاً للامتزاز الكيميائي. وعندما فإن الجسيمات تتفاعل مع السطح أو ببساطة تَمْتز بعد زمن وطاقة كافيين. يعتمد التفاعل مع السطح على الأنواع الكيميائية المتضمنة، بتطبيق معادلة طاقة غيبس على التفاعلات:

أثبت الديناميكا الحرارية العامة أن التغير في الطاقة الحرة ينبغي أن يكون سالبا للتفاعلات التلقائية على درجة حرارة وضغط ثابتين، ولأن الجسم الحر مقيد إلى السطح - ما لم تكن الذرة السطحية متحركة كثيراً- فإن العشوائية سوف تقل؛ هذا يعني أن حد المحتوى الحراري يجب أن يكون سالبا؛ مما يعني تفاعلاً طارداً للحرارة. . خُصص الامتزاز الفيزيائي كطاقة ليتر-د- جونز الكامنة، بينما خُصص الامتزاز الكيميائي كطاقة مورس الكامنة.

الأنواع الممتزة كيميائياً، بتشكيل روابط مع بعضها البعض، يُنتج (يُمتز) المنتج من السطح. تتجمع ذاتي احادي الطبقات يتشكل التجميع الذاتي احادي الطبقات (SAMs) عن طريق امتزاز الكواشف التفاعلية كيميائياً مع أسطح الفلز، من ضمن أشهر الأمثلة على ذلك: الثيول (RS-H) ممتز على سطح الذهب. تُشكل هذه العملية روابط Au-SR قوية، وتُحسر H. تحمي السطح مجموعات SR المرصوفة بشكل كئيف.

علم حركة الامتزاز كمنموذج على الامتزاز؛ يتبع الامتزاز الكيميائي سير عملية الامتزاز تكون المرحلة الأولى لجسيمات المادة الممتزة لتتلاصق مع السطح. من الضروري أن تُحصَر الجسيمات من دون أن تمتلك طاقة كافية لتترك التقييد الكمي لسطح الغاز، أما إذا تصادمت الجسيمات مطاطياً؛ فإنها سوف تعود إلى كتلة الغاز الأم. وإذا خسرت الجسيمات زخماً كافياً خلال

القوي بين الماز وسطح الركيزة يخلق نوعاً جديداً من الروابط الإلكترونية. على التقييد من الامتزاز الكيميائي، الامتزاز الفيزيائي يتكثف هذه العملية طبقة من الجزيئات أو الذرات التي تراكمت بكثافة على سطح المازات. و يختلف الإدمصاص عن الامتصاص حيث تنتشر المادة في السائل أو الصلب لتشكل محلولاً. يجمع مصطلح اشتراب كلا العليتين : الامتصاص والامتزاز (أو الإدمصاص). العملية العكسية وهي لفظ المادة الممتزة من سطح الماز فتسمى تلك العملية بالحرية الانتزاز.

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

سموم فطرية (Aflatoxin)

لا يوجد ترياق محدد لتسمم الفطري Aflatoxin . رعاية الأعراض والعناية الداعمة مصممة خصيصاً لشدة مرض الكبد قد تشمل على السوائل الوريدية مع سكر العنب dextrose ، وفيتامينات مشتملة K وفيتامين ب ، وحمية غذائية عالية البروتين ومحتوى كاف من الكربوهيدرات . إصابة الانسان هناك نوعين من التقنيات التي استخدمت في معظم الاحيان للكشف عن مستويات ال AFLATOXI في الانسان . الطريقة الاولى ... هي في قياس ال AFB1-guanine adduct في عينة البول . ووجوده يشير لتعرض ال Aflatoxin B1 خلال 24 ساعة الماضية . يقيس هذا الاسلوب فقط الإصابة الجديدة .

في تلك حال منتصف عمر الايض ، مستوى ال AFB1-guanine التي تقاس قد تختلف من يوم لآخر ، اعتمادا على النظام الغذائي ،وهي ليست مثالية لتقييم الإصابة على المدى الطويل . الطريقة الثانية ... قياس مستوى AFB1-albumin في مصل الدم . وهذا النهج يوفر قياس أكثر تكاملاً للإصابة الجوان . مع ذلك خلال أسابيع أو أشهر . في الكلاب ال Aflatoxin لديه القدرة أن يؤدي إلى امراض الكبد . يتطلب التعرض لمستويات منخفضة من السموم الفطرية ال Aflatoxin لفترات مستمرة لعدة أسابيع أو أشهر لتظهر علامات فشل وظائف الكبد . بعض الحالات ابعد اقتراحتها في مستوى السمية في طعام الكلاب هي ما بين 100-300 ppb (جزء في البليون) ويتطلب التعرض المستمر أو استهلاك للبضعة أسابيع إلى أشهر لتطور السموم الفطرية ال Aflatoxin . عدم وجود نظم تنظيمية لرصد السموم الفطرية ال Aflatoxin والسيطرة عليها . 105 أكثر عرضة للتوتق في ال Aflatoxin وانتاج نظام غذائي متتلقم بما في ذلك الخضار مثل الجزر ، والجزر الأبيض ، والكرفس ، والبقدونس قد يقلل من تأثيرات المسرطنة لل Aflatoxin . 166

تعرضهم لسموم الفطرية قد يؤدي إلى توقف النمو وتأخر التطور ، بالإضافة إلى الاعراض المذكورة اثناء 3 المعرض لسموم الفطرية أعلى المستويات يسبب Aflatoxin الكبد ، والذي يؤدي في وقت لاحق إلى تلف الكبد ، أو سرطان الكبد . وأعراض الفشل الكبدي تظهر بترفيف وذمة وتغير في الهضم وتغير في الامتصاص و/ أو تغير في عمليات الايض للأغذية والتغيرات العقلية و/أو غيبوبة .

التعرض المزمن يزيد من خطر الإصابة بسرطان الكبد ، وكما أن ايض السموم الفطرية ال Aflatoxin يمكن ان يفتح ال DNA ويتم الكنت القواعد خلال ال epoxide moiety . ويعتقد أن هذا ما يسبب طفرات في الجين p53 ، موروثة مهمة في منع تقدم دورة الخلية عندما يكون هناك طفرات الحمض النووي DNA أو 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 للوكودون 249 للجين p53 أكثر عرضة للطفرات بواسطة ال Aflatoxin من القواعد القريبة 14 "مزمين" . وتعرض السريري ، لا يؤدي إلى أعراض خطيرة حتى ال Aflatoxin الحاد . ويتأثر التعبير عن الامراض المتعلقة في ال Aflatoxin عن طريق عدة عوامل مثل النوع ، العمر ، التغذية ، الجنس ، امكانية التعرض المتزامن للسموم اخرى . الجهاز المستهدف الرئيسي في الثدييات هو الكبد ، ويتالي 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 . 105

وتابع نظام غذائي متتلقم بما في ذلك الخضار مثل الجزر ، والجزر الأبيض ، والكرفس ، والبقدونس قد يقلل من تأثيرات المسرطنة لل Aflatoxin . 166

علم الامراض Pathology لا يوجد نوع من الحيوانات في أمن من الاثار السمية الحادة الناتجة من السموم الفطرية Aflatoxin ، البشر البالغين لديهم مقدرة عالية المقاومة للسموم الفطرية ال Aflatoxin . ونادرا ما يقع بالغ فريسة للتسمم في ال Aflatoxin الحاد 13.

الموطن الاصلي لل Aspergillus في التربة ، تدهور الغطاء النباتي ، والذين والحبوب التي تتعرض لتدهور من الكائنات الدقيقة microbiological deterioration ، لكنها ايضا تغزو جميع أنواع المواد العضوية كلما سمحت لها الظروف المناسبة لتتنم . تشمل هذه الظروف رطوبة عالية (لا تقل عن 70% "مختلف عليه") وارتفاع درجة الحرارة . تم عزل ال السموم الفطرية Aflatoxin من جميع المحاصيل الحبوب الرئيسية ، ومصادر متفوعة من مثل زبدة الفول السوداني والقنب . وهناك سلع اساسية ملوثة بانتظام بالسموم الفطرية Aflatoxin من مثل الكسافا ، الفلفل الحار ، وبذرة القطن والذخن والفول السوداني والارز وبذور عباد الشمس والمكسرات والقمح ومجموعة متنوعة من التوابل المعدة للاستهلاك البشري أو الاستهلاك الحيواني ال Aflatoxin B1 and B2 ينتجها Aspergillus flavus and parasiticus Aspergillus parasiticus and Aflatoxin G1 تنتجها G2 Aspergillus parasiticus Aflatoxin M1 مستقلب من Aflatoxin B1 (التعرض في مستويات NG قد تأتي من حليب الالم) M2 Aflatoxin من Aspergillus parasiticus Aflatoxin br التي تتغذى على الطعام الملوث 9.

وتم دراسات اجريت في كل من كينيا ومالي أن الممارسات السائدة لتجفيف وتخزين حبوب الذرة ليست بالقدر الكافي لحد من التعرض لل Aflatoxin 111 المحاصيل العضوية التي لا يتم التعامل مع المبيدات الفطرية قد تكون أكثر عرضة للتوتق في ال Aflatoxin 12.

في الامراض Pathology لا يوجد نوع من الحيوانات في أمن من الاثار السمية الحادة الناتجة من السموم الفطرية Aflatoxin ، البشر البالغين لديهم مقدرة عالية المقاومة للسموم الفطرية ال Aflatoxin . ونادرا ما يقع بالغ فريسة للتسمم في ال Aflatoxin الحاد 13.

تم اكتشاف الاصابات المضاعف قبل أكثر من قرن على يد Sergei Nawaschind في كيبف 04. الامبراطورية الروسية، و Léon Guignard في فرنسا. كل منهما قام بالاكشاف بشكل مستقل عن الآخر. Lilium maritima و Fritillaria tenella استخدمت في المشاهدات الأولى للاصابات المضاعف، التي أجريت باستخدام المجهر الضوئي القديم. بسبب محدودية قدرة المجهر الضوئي، كان هناك العديد من

السموم الفطرية سامة ومسرطنة بسبب الكيمواويات 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 وبذرة القطن والذخن والفول السوداني والارز وبذور عباد الشمس والمكسرات والقمح ومجموعة متنوعة من البهارات . عندما تمت معالجة اطعمة من السموم الفطرية وجدت مشعبة في الاطعمة بشكل عام ووجدت في كل من اغذية الانسان والحيوانات الليفة وايضا غذاء حيوانات المزرعة . الحيوانات التي تتغذى على الاطعمة الملوثة تكون بيوضها ولحمها ومنتجاتها ايائها ملوثة بالسموم الفطرية 1.

مأمناً منها . السموم الفطرية هي من بين اكثر المواد المعروفة المسببة للسرطان 4. بعد دخول السموم الفطرية للجسم تتم عملية استقلابها في الكبد الى الايبيوكسيد او ضرار M1 Aflatoxin M2 Aspergillus parasiticus تظهر في مرقق التخمر ال Aspergillus لكن هي و النوع M2 ايضا تنتج عند اصابة وظائف الكبد ب Aflatoxin B1 and B2 ينتجها Aspergillus flavus and parasiticus Aspergillus parasiticus and Aflatoxin G1 تنتجها G2 Aspergillus parasiticus Aflatoxin M1 مستقلب من Aflatoxin B1 (التعرض في مستويات NG قد تأتي من حليب الالم) M2 Aflatoxin من Aspergillus parasiticus Aflatoxin br التي تتغذى على الطعام الملوث 9.

وقد صيغ ذلك في حوالي عام 1960 بعد اكتشاف كسبب مرض تركيا " Turkey X disease" Aflatoxin والسموم الفطرية من أحد التجمعات الرئيسية للسموم Mycotoxin 7.

الانواع الرئيسية للسموم الفطرية وعمليات استقلابها على الاقل هناك 14 صنف مختلف

الاصحاب المضاعف (double fertilization)

الاصحاب المضاعف هو عملية اخصاب معقدة تحدث في النباتات الزهرية (النباتات مغطاة البذور). تتضمن هذه العملية اتحاد الطور الجاميبي الأنثوي أو ما يعرف بالأمشاج الانثوية (الطور الجاميبي الأم، يسمى أيضاً الكيس الجنيني) مع الأمشاج الذكرية (النطف). يبدأ عندما تلتصق حبة اللقاح بميسم الكريهة، عضو التكاثر الأنثوي في الزهرة. تنص حبة اللقاح التي يدخل طرف أنبوب اللقاح المبيض ويخترقه من خلال فتحة التفرغ في البويضة، يتابع أنبوب اللقاح ليحرق النطف في الطور الجاميبي الأنثوي.

أحد النطف سيخصب الخلية البويضية بينما سيقوم الآخر بالاتحاد مع النواتين الكيس الجنيني اندماج البويضة والنطفة المتحكم بها تم اجزائه بالفعل في نباتات الخشخاش. OVD انبات 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 " تلقيح انبوب الاختبار". OAD

الاصحاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضا الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميبي في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب الكبرى في تطوير الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميبي الذكر والانثوي هو حصر النطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاصحاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضا الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميبي في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب الكبرى في تطوير الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميبي الذكر والانثوي هو حصر النطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاصحاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضا الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميبي في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب الكبرى في تطوير الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميبي الذكر والانثوي هو حصر النطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاصحاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضا الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميبي في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب الكبرى في تطوير الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميبي الذكر والانثوي هو حصر النطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاصحاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضا الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميبي في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب الكبرى في تطوير الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميبي الذكر والانثوي هو حصر النطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاصحاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضا الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميبي في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب الكبرى في تطوير الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميبي الذكر والانثوي هو حصر النطف في انبوب اللقاح والبويضة في

طريقة علاج الربو؛ هل تفيد الطرق التكميلية والبديلة؟

يجزّب العديد من الأشخاص علاجات الربو التكميلية والبديلة التي تتراوح من الأعشاب إلى اليوجا. اكتشف أيًا من العلاجات المنزلية للربو تكون أكثر فاعلية على الأرجح.

العلاج بالإبر الصينية

تمارين التنفس

العلاجات العشبية

العلاج بالتدليك والاسترخاء

الفيثامينات والمكملات

الأدلة والأمان

يتراوح علاج الربو بالطب التكميلي والبيديل (CAM) من تمارين التنفس إلى العلاجات العشبية. لسوء الحظ، يصعب تقييم مدى أمان وفاعلية هذه العلاجات نظرًا للافتقار إلى التجارب السريرية جيدة الإعداد. إذا كنت تفكر في علاج الربو لديك بالطب التكميلي والبيديل، فستعرض لك فيما يلي معلومات ينبغي عليك معرفتها.

العلاج بالإبر الصينية

ينطوي العلاج بالإبر الصينية على إدخال إبر رفيعة للغاية في الجلد عند نقاط معينة في الجسم. وتشير بعض الدراسات إلى أن أعراض الربو قد تحسّن باستخدام الإبر الصينية ولكن يتطلب الأمر مزيدًا من الدراسات الحاسمة لتقييم فائدة هذه الطريقة في علاج الربو، بشكل كامل.

إذا قررت تجربة الإبر الصينية، فإذهب إلى اختصاصي العلاج بالإبر الصينية المعتمد وذي الخبرة ويُفضّل أن يكون طبيبياً متخصصاً أيضًا.

تمارين التنفس

تستهدف تقنيات التنفس المستخدمة في حالات الربو، الحد من فرط التنفس وتنظيم التنفس، وهي تشمل تقنيات بوتيكو للتنفس وتقنية التنفس في اليوجا (براناياما). ولكن لا يبدو أن هذه التقنيات تحسّن من رد الفعل التحسسي الأساسي الذي يسبب أعراض الربو. ومع ذلك، ورد في بعض الدراسات أن الأشخاص الذين مارسوا تمارين التنفس ذكروا تحسّن الأعراض لديهم.

العلاجات العشبية

منذ آلاف السنين ويتم استخدام العلاجات العشبية لعلاج مشكلات الرئة في آسيا. وقد أظهرت الأبحاث النتائج الإيجابية لبعضها ولكن هناك حاجة مزيد من الدراسات بهذا الشأن.

عادة ما ينطوي الطب التقليدي الصيني والهندي والياباني على استخدام مزيج من الأعشاب. وقد يكون الجمع بين أعشاب معينة أكثر فاعلية من تناول عشب واحد فحسب.

توخّ الحذر من العلاجات العشبية وناقش دائمًا استخدام هذه الأعشاب أو المكملات الغذائية مع الطبيب. ضع في اعتبارك المخاوف التالية قبل تناول أي علاج عشبي:

الجودة والجرعة: غالبًا ما لا يكون محتوى العلاجات العشبية ذا مقدار موحد وقد يختلف من حيث الجودة والمفعول. ومن الممكن أن تحتوي العلاجات العشبية على مكونات غير مذكورة وقد تحتوي هذه المكونات على مواد ملوثة.

الآثار الجانبية: تتراوح الآثار الجانبية التي تسببها المكملات العشبية من خفيفة إلى حادة ويعتمد ذلك على نوع العشب والجرعة المتناولة. احذر خاصة من علاجات الربو العشبية التي تحتوي على عنب البحر أو المواد الشبيهة به، إذ إنه قد يسبب ارتفاع ضغط الدم وتم الربط بينه وبين حدوث الأزمة القلبية والسكتة الدماغية. وتشمل الأمثلة على ذلك، ماهوانج (محظور في الولايات المتحدة) ونبات النارنج. تفاعلات الأدوية: يمكن أن تتفاعل علاجات عشبية معينة مع أدوية أخرى.

لا تعني هذه المخاوف أن تجربة العلاج العشبي فكرة سيئة بالضرورة بل إنها دعوة للحاجة إلى توخي الحذر. تحدث مع الطبيب قبل تناول أي علاج عشبي للتأكد من أنها آمنة لك.

العلاج بالتدليك والاسترخاء

إلى جانب التدليك، تتضمن تقنيات العلاج بالاسترخاء والتأمل والارتجاع البيولوجي وإرخاء العضلات التدريجي. ومن غير الأكيد ما إذا كانت هذه التقنيات تعود بالفائدة المباشرة على الربو ولكن يبدو أنها تقلل الضغط النفسي وتعزّز الشعور بالراحة.

إذا أدخلت تقنيات الاسترخاء في حياتك إلى جانب التمارين العادية، فقد يساعدك هذا على الشعور بتحسن بشكل عام.

الفيثامينات والمكملات

يتطلب الأمر مزيدًا من الأبحاث لتحديد ما إذا كانت الفيثامينات أو المواد الغذائية الأخرى يمكنها المساعدة في تخفيف أعراض الربو لدى الأشخاص الذين يفقدون إلى هذه الفيثامينات أو المواد الغذائية. توجد ثلاث مواد لها نتائج إيجابية وهي كالتالي:

مضادات الأكسدة: يبدو أن الأشخاص الذين يعانون من الربو الحاد لديهم مستويات منخفضة من المواد الغذائية الوقائية الموجودة في الفواكه والخضراوات. وقد يكون مضادات الأكسدة، مثل المانغنسيوم وفيتامين "ج" وفيتامين "هـ"، بعض التأثير على الربو ولكن هناك حاجة لإجراء مزيد من الأبحاث حول هذا الأمر.

الأحماض الدهنية أوميغا ٣: توجد الأحماض الدهنية أوميغا ٣ في العديد من أنواع الأسماك. ويمكن أن تحد الزيوت الصحية التي تحتوي على هذه الأحماض الدهنية من الالتهاب الذي يؤدي إلى ظهور أعراض الربو. ويبدو أيضًا أن لها عددًا من الفوائد الصحية الأخرى. ليس من الأكيد ما إذا كانت الأحماض الدهنية أوميغا ٣ الموجودة في مصادر الخضراوات، مثل بذور الكتان وزيت الكانولا، لديها الآثار المفيدة ذاتها التي لدى الأحماض الدهنية أوميغا ٣ الموجودة في الأسماك. فيتامين "د": يعاني بعض مرضى الربو من نقص في فيتامين "د". ويحاول الباحثون اكتشاف ما إذا كان فيتامين "د" يمكن أن يقلل من أعراض الربو لدى بعض الأشخاص.

قد تساعد الفيثامينات المتعددة أو المكملات في الحصول على المواد الغذائية ولكن أفضل طريقة للتيقن من أنك تحصل على الكمية المناسبة من المواد الغذائية تتمثل في تناول أغذية غنية بالأطعمة الطازجة غير المعالجة. ليس هناك أي أثر سلبي في زيادة مدخولك من الفواكه والخضراوات والأطعمة الغنية بالأحماض الدهنية أوميغا ٣ مثل أسماك المياه الباردة والمكسرات والخضراوات وبذور الكتان.

مراعاة الأدلة والأمان

هناك ضرورة لإجراء مزيد من الدراسات جيدة الإعداد قبل أن يتمكن الباحثون من البت بشأن أي من علاجات الربو التكميلية والبديلة الذي قد يكون ذا فاعلية على الأرجح. تحدث إلى الطبيب قبل تجربة أي علاج تكميلي أو بديل للربو ولا تتوقف عن استعمال الأدوية الموصوفة طبيًا أو أي علاج طبي آخر.



مختلفة لإصابة الشخص بالإغماء، مثل: الرؤية المفاغحة لأمر صادم وغير محبب مثل الدم التعرض المفاجئ لتجربة غير محببة الصدمة النفسية من قبل مشاعر صادمة مثل تلقي خبر غير جيد الشعور بالخزي بشكل كبير الوقوف لفترة طويلة من الزمن التواجد في مكان مكتظ وحار لفترة طويلة القيام بمجهود بدني كبير لفترة طويلة تغيير الوضعية من الجلوس إلى الوقوف بسرعة كبيرة الإصابة بالجفاف الإصابة بمرض السكري دون السيطرة

الإغماء: أسباب وإسعاف
هل شاهدت من قبل حادثة لإغماء شخص ما؟ هل عرفت كيف السبب لذلك أو كيفية التصرف السليمة في هذه الحالة؟ تعرف على ذلك الآن.

الإغماء (Fainting) عبارة عن مصطلح يشير إلى فقدان المفاجئ، والمؤقت لوعي الإنسان، وعادة ما يكون نتيجة انخفاض مستوى الأكسجين الواصل إلى الدماغ.

تعرف على أهم أسباب الإغماء وطرق الإسعاف المهمة في هذه الحالة.

للأكسجين أهمية كبيرة في جسم الإنسان، وعدم وصوله إلى المناطق المختلفة من شأنه أن يسبب الضرر، تمامًا مثلما يحدث في حالة الإغماء.

هناك عدة أسباب قد تكون كاملة وراء قلة وصول الأكسجين إلى الدماغ وبالتالي إصابة الإنسان بالإغماء. ومن ضمنها انخفاض ضغط الدم.

في معظم الحالات لا يشكل الإغماء إي حالة طبية طارئة، ولكن إن كان الشخص يعاني من الإغماء المتكرر من الضروري استشارة الطبيب بشكل فوري.

لماذا نصاب بالإغماء

جدير بالذكر أن الإغماء عبارة عن الية دفاعية للجسم، من أجل بقاء الإنسان على قيد الحياة.

هل تغير السلوك والتصرفات هو مشكلة نفسية؟

الأمراض الجلدية الأكثر شيوعاً في الصيف

تؤدي شدة الحرارة في فصل الصيف إلى الإصابة بالفطريات والعديد من الأمراض الجلدية، ولذلك يجب أن تتبعد عن الأمور التي تؤدي إلى هذه الإصابات المزعجة. يأتي موسم الصيف حاملاً معه الترفيه والإستمتاع بالعلطات والنزهات وسط الطبيعة، ولكن تأتي معه بعض الإصابات الجلدية التي يجب أن نقي أنفسنا منها، تعرف على أهمها الآن.

تزداد فرص هذه الأمراض نتيجة ارتفاع درجة الحرارة وإنتشار الفيروسات في الجو، ومن أكثر هذه الأمراض شيوعاً:

١- تصبغ البشرة وحروق الجلد وذلك نتيجة التعرض إلى أشعة الشمس لفترات طويلة في موسم الصيف، مما يؤدي للإصابة بحروق شديدة في الجلد وبالتالي يؤدي هذا إلى تقشر البشرة.
ينصح بتجنب الجلوس تحت أشعة الشمس المباشرة بعد الساعة العاشرة صباحاً وحتى الرابعة عصرًا، إذ تكون الأشعة فيها أكثر قوة، لذا من المهم البحث عن أماكن مظلة.
يجب أيضاً استخدام واقي الشمس بالدرجة المناسبة للوقاية من حروق الجلد وتصبغه، وإعادة تطبيقه على البشرة كل فترة.
٢- التينيا الملوثة
هي إصابة فطرية تظهر نتيجة التعرق

٧ من أهم أسباب ألم الركبة

المغصلي ليصبح المغصل مؤلماً وقاسياً. الجدير بالذكر أن خطر الإصابة بالفصال العظامي يرتفع مع التقدم بالعمر.

٤- التهاب المفاصل

تسبب الإصابة بالتهاب المفاصل بالعديد من الأعراض المختلفة، مثل الألم والتورم والتعب وصعوبة تحريك الركبة أيضاً. تعد الإصابة بالمرض متعبة ومزعجة، نظراً لارتباطها بالعديد من الأعراض والمضاعفات، ولكن الاعتناء الجيد بعظامك خلال هذه الفترة، من شأنه أن يساعد في تخفيف ألم الموضوع.

٥- التهاب الجراب (Bursitis)
الجراب عبارة عن قرص مليء بسائل مائي، يستخدم كوسيلة للتخفيف من حدة الاحتكاك بين الأوتار والعضلات وبين العظام، وعادة ما تكون في منطقة المفاصل،

الركبة في بداية الإصابة، ولكنك تتوقف عن القيام بذلك تدريجياً.
٢- تمزق الأربطة
ممارسة بعض أنواع الرياضات مثل كرة القدم من شأنه أن يسبب تمزق الأربطة في منطقة الركبة.
هذا الأمر ينتج عنه ألم شديد في الركبة وتورم وعدم القدرة على استخدام القدم المصابية.

٣- الفصال العظامي
عند إصابتك بالفصال العظامي تشع بصعوبة في نني ركبتك، فتكون خشنة ومتحجرة، وقد تلاحظ تورمها بعد تحريكها.

والفصال العظامي ما أو يعرف باسم خشونة الركبة، عبارة عن اضطراب مزمن يحدث فيه تفكك تدريجي في الغضروف

يؤدي بكم إلى السكر، ودمجها مع مسكن الألم، الذي يحتوي على المواد التي يمكن أن تسبب التشنج، يمكن أن يكون خطيراً جداً.
حتى لو شربتم كمية قليلة من الكحول، مع مسكن للألم – فمن الأفضل ألا تقودوا السيارة، بشكل عام، يوصى بعدم شرب الكحول سوية مع المسكنات في نفس الوقت.
دمج مسكنات الألم مع أدوية أخرى كثيرةون يتناولون مسكنات الألم من دون التفكير في الأدوية، الأعشاب الطبية، المكملات الغذائية الأخرى التي يتناولونها بانتظام.
مثل هذا الخلط يمكن أن يؤدي إلى تعطيل فاعلية أحد الأدوية.

يتخفيف الألم، ربما يكون هذا العمل خطيراً وقد يشكل خطراً عليكم.
عدم قراءة التعليمات المصنفة في كثير من الأحيان، نحن نشترى المسكنات من دون وصفة طبية ومن دون قراءة نشرة التعليمات المرفقة، أي أننا لا نعرف ما الذي نتناوله.

فيإذا قتم بخلط هذه الأدوية مع أدوية كثيرةون يتناولون مسكنات الألم من دون التفكير في الأدوية، الأعشاب الطبية، المكملات الغذائية الأخرى التي يتناولونها بانتظام.
مثل هذا الخلط يمكن أن يؤدي إلى تعطيل فاعلية أحد الأدوية.

الواقع، في بعض المسكنات، إذا كان قرص واحد لا يزيل الألم، فإن تناول القرص الثاني والثالث قد يلغي كلياً عمل القرص الأول.
لذلك، في حال تناولتم مسكن الألم معينا ولم يساعدكم بما فيه الكفاية – توجهوا إلى الطبيب للتشاور معه حول هذا الموضوع، وربما تكونون بحاجة إلى تغيير الدواء.
كل مادة مسكنة مكونة من مادة فعالة مختلفة، وتعمل بشكل مختلف. إذا كان لديك عدة أنواع من المسكنات في المنزل وتكنتم تعتقدون أن "الكوتكول" (أو مزيج منها قد يضمن تخفيف الألم – فكروا في الأمر مجدداً. ليس فقط لأنه من المحتمل ألا تشعروا

بطريقة صحيحة، وإلا فإنها لن تكون مجدية.
لذلك جهزنا لكم لائحة الأخطاء الشائعة عند تناول المسكنات، إذا كنتم ترتكبون خطأ او أكثر منها فمن الغدراول تغيروا عاداتكم.

إذا كان مسكن ألم واحد يساعد، فإن الاثنين يساعدان بقدر مضاعف
عندما يصف لكم الطبيب مسكناً للألم، فإنه يلائم الجرعة التي من شأنها أن تمنح التخفيف الأقصى للألم. مضاعفة الجرعة مرتين أو ثلاث مرات لا تضمن المزيد من تخفيف الألم أو التأثير الأسرع للقرص.

لذلك قد يزيد تغيير الجرعة، أغلب الأحيان، من الآثار الجانبية السلبية، في

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



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

٩ علامات مميزة للشيوخ

إذن، ما هو الجديد؟ في العقد الماضي أو نحو ذلك، توصل العلماء إلى تسع "علامات مميزة" أو أسباب للشيوخة، 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
- الابتعاد عن إهلاك الكروموسومات الواقية أو ما يسمى بـ "التيلوميرات"
- تعديلات على الجينوم الذي يتحكم في الجينات، ويحدد الجينات الواجب تشغيلها أو إيقافها
- تراجع معدلات صيانة البروتين الصحي، والمعروفة باسم الاستتباب البروتيني
- تحدر المغذيات الناتج عن التغيرات الأيضية
- ضعف الميتوكوندريا
- تراكم خلايا خاملة ضارة تؤدي لالتهاب الخلايا السليمة
- استنفاد الخلايا الجذعية
- اضطراب الاتصالات بين الخلايا وإنتاج الجزيئات الالتهابية

تفاصيل معقدة

ربما تكون هذه التفاصيل معقدة بعض الشيء ولذا 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 الحرض النووي، لذلك ويمرور الوقت، يشعر الجسم بالتهاب Hayflick، وهو الحد الذي تشخص الخلايا بالـ "شيخوخة" عندما تصل إليه.

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

ماهية شيخوخة الخلايا

ربما يتساءل البعض 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 رونري، أستاذ الطب الكاملي الشهير، في إشارة مبسطة حول أبحاث مكافحة الشيخوخة الجديدة، قائلًا: "الشيخوخة هي القامد والإهلاك، إذ عندما يقوم شخص بفعل شيء ما مراراً وتكراراً، فإن الأجزاء تتعرض للتلف وينتهي المطاف. وبالإضافة إلى ذلك، فإن هناك الكثير من البروتينات السيئة، التي يتم صنعها داخل خلايا الجسم طوال الوقت؛ كما أن هناك الكثير من الأقطاب والبقايا المتولدة، لكن عندما يكون الجسم أصغر سناً، فإنه يكون لديه القدرة على تصحيح الأخطاء". ويستظهر 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 رونري؟ الإجابة تعود إلى حقبة تمتد منذ الخمسينيات وحتى الثمانينيات، حيث سادت النظرية الراديكالية الحرة للشيخوخة، والتي يصفها بروفيسور دينهام هارمان، قائلًا: إن النظرية تنص على أن الكائنات الحية تنشيخ، أي يتقدم بها العمر، نتيجة لتراكم الأضرار التأكسدية التي تسببها أنواع الأكسجين التفاعلية، أو الجذور الحرة، ومن المفترض أن تؤدي هذه الجذور الحرة إلى إتلاف الحمض النووي والبروتينات، فضلاً عن إحداث الفوضى في جميع أنحاء الجسم.

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

وبحسب تقرير ستيفاني إيكيلكامب، المتخصصة في مجال الصحة والتغذية والذي نشرته بموقع "mbg Health" ضمن سلسلة تتعلق بعلم جديد يعني بأبحاث مكافحة الشيخوخة، فإنه تم تحقيق نتائج لاكتشافات غير مسبوقة، رغم أنها في مراحل مبكرة، تثقب 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 بيته وكتابه الجديد "دورة الحياة: ماذا نشيخ مع التقدم بالعمر؟ ولماذا يتحتم علينا ألا نصاب بالشيخوخة؟"، سؤالاً على أحد موظفي غوغل قائلًا: "ماذا لو قلت لك إنه 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".

حياة طويلة بصحة جيدة

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

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

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

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

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

ويقول بروفيسور سينكلير أنه ربما يكون هناك محرك مشترك واحد لكل هذه العمليات أو العلامات المميزة" التسع التي تلخص نظرية الشيخوخة، حيث يقول: "تقترح النظرية أن جميع أسباب الشيخوخة التي تصيب الجميع هي، سواء نتج عن فقدان الميتوكوندريا أو الخلايا الخاملة أو حتى قصور التيلومير، ليست إلا مظاهر لمبدأ بسيط للغاية، وهو ما يعرف بفقد المعلومات الإبيجينومية epigenomics أو التخلقية، وهي وفقاً لعلم ما فوق الجينات أو الإبيجينومي، الذي يدرس بشكل رئيسي العوامل الخارجية والبيئية التي تنشط أو تثبط عمل الجينات، تعني فقد الخلايا القدرة على كيفية القراءة الصحيحة للجينات في الوقت المناسب، مثلما يحدث، على سبيل المثال، عندما تحدث خدوش على قرص مضغوط فيتعرض للتلف ولا يمكن تشغيل المادة المحفوظة عليها"، حيث إن الإبيجينوم هو الجزء المسؤول بشكل أساسي على إخبار الجينوم بما يجب القيام به من وظائف.

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

علامة مميزة

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

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

ضمادة ذكية تكشف الالتهابات البكتيرية.. بهذه الطريقة

مادة كيميائية لإضعاف البكتيريا
وفي حالة الفئران المصابة ببكتيريا مقاومة للمضاد الحيوي، تحولت بكتيريا إلى اللون الأحمر بعد ملاصقتها لإزيم ينتج عن الميكروبات المقاومة. ويظهر اللون الأحمر، قام الباحثون بكشف الضمادة للضوء، مما تسبب في إطلاق مادة كيميائية تعمل على إضعاف البكتيريا وجعلها أكثر استجابة للعلاج.
إلى ذلك يقول الباحثون إن استشعار وعلاج الالتهابات البكتيرية بسرعة يمكن أن يساعد في تحسين تعافي المرضى، إضافة إلى كبح انتشار الميكروبات المقاومة للمضادات الحيوية.



مادة لتقييم بيئة البكتيريا

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

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 عملهم ربما يساعد على تمهيد الطريق لترشيح استهلاك المضادات الحيوية، التي يتم عادة استخدامها كإجراء وقائي حتى تتحقق نتائج سريعة، كما يشير إلى أن هناك في بعض الأحيان إساءة لاستخدام المضادات الحيوية دون وجود ضرورة حقيقية، حيث يمكن أن تتسبب البكتيريا بمرور الوقت مقاومة طبيعية للمضادات الحيوية.

وقيات بالآلاف حول العالم

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

العلم يحذر من مخاطر استخدام الأطفال للهواتف

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

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

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

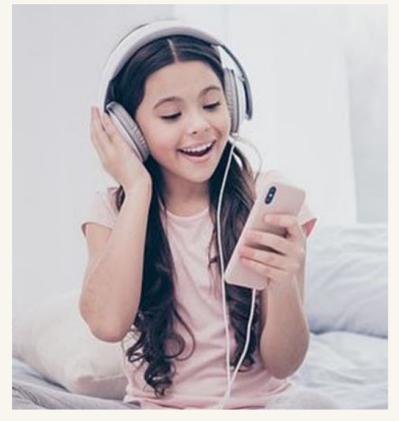
توتر وقلق

وأفادت نتائج الدراسة أن أكثر من ٧٠٪ من الأطفال،

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 كمنهج يختلف من بلد لآخر بحسب عوامل متعددة، ووجدت 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 الشريان مرتفعة جداً، وربما تؤدي إلى الإصابة بأمراض القلب أو النوبات القلبية أو السكتة الدماغية، والتي ربما يترتب عليها الإصابة بإعاقة.

من جانبه، يقول بروفيسور سانجيف باتيل، وهو طبيب قلب في معهد ميورال 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 تنتقلها معك إلى المنزل.

٢- قلل قنوات الاتصال قدر الإمكان

ربما تستخدم البريد الإلكتروني وسلاك وغيرها من قنوات الاتصال مع مختلف زملاء العمل والشركاء التجاريين، وهذا بالتأكيد لا يساعد في تقليل عملية الإرهاق التي تتعرض لها، حيث وجد استطلاع للمحترفين العاملين أن ما يقرب من نصف المستطلعين شعروا أن قنوات الاتصال المتعددة جعلتهم يشعرون بأنهم أقل إنتاجية 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 من المنزل، وزودت شركتك بجهاز حاسب محمول، فحاول دائماً تركه في مكتبك مع نهاية اليوم، حيث يوفر لك حاسب العمل فرصة جيدة لحذف البرامج ذات الصلة بالعمل من حاسبك في المنزل حتى

الأمم المتحدة في الذكرى السنوية الثمانين لقيامها

نيويورك

أكدت الأمم المتحدة، على لسان نائب ناطقتها الإعلامي فرحان الحق الجمعة على أن موقفها بعدم شرعية الاستيطان في الأراضي الفلسطينية ثابت وأن أي قرار يتخذه المجلس بهذا الشأن مرحب به.

ومن المقرر أن يصوت مجلس الأمن الدولي يوم الاثنين، خلال الجلسة الشهرية بشأن فلسطين على مشروع قرار عربي يؤكد على عدم شرعية الاستيطان وتعارضها مع القانون الدولي. وحول موقف الأمين العام من عرض مشروع القرار على المجلس، قال الحق إنه "قاعدة عامة، ندعم دائماً البيانات القوية الموحدة من قبل مجلس الأمن بشأن الأمور والتهديدات التي نتعامل معها، مثل الحالة المتعلقة بالمستوطنات.. وأضاف الحق أن "موقفنا من المستوطنات واضح؛ أنها تتعارض مع القانون الدولي ولا تساعد في عملية السلام. وهكذا، فقد تمسكنا بهذا الموقف ونرحب بالتأكيد بأي دعم نحصل عليه لهذا الموقف.."

الاحتفال بالذكرى السنوية الثمانين لقيامها

عمان

ارتفعت حصة القتلى جراء الهزات الأرضية القوية التي وقعت يوم الاثنين من الأسبوع الماضي في تركيا إلى 39672 قتيلًا.

وقال وزير الداخلية التركي سليمان صويلو اليوم الجمعة، في تصريحات متلفزة نقلتها وكالة الأناضول، إن حوالي 82 ألف بناية إما انهارت أو تضررت بشدة نتيجة للزلازل في تركيا. وأشار صويلو إلى أن عدد الأبنية التي أنهت فرق البحث والإنقاذ عملها فيها تجاوز 20 ألف بناية.

الأمم المتحدة في الذكرى السنوية الثمانين لقيامها

عمان

دانت ماليزيا بأشد العبارات، ورفضت القرار الأخير الذي اتخذته الاحتلال بإضافة تسع مستوطنات غير قانونية في الأراضي الفلسطينية المحتلة بالضفة الغربية.

وأكدت الخارجية الماليزية في بيان نقلته وكالة الأنباء الماليزية (برناما) الجمعة، أن قرار إيجاد المستوطنات غير القانونية وتوسيعها كان ينتهك بوضوح القانون الدولي والقانون الإنساني، ويشمل ذلك اتفاقية جنيف عام 1949 المتعلقة بحماية المدنيين وقت الحرب، والعديد من قرارات مجلس الأمن الدولي، لا سيما القرار رقم 2334 (2016).

وأوضح البيان، أن مجلس الأمن الدولي يتحمل المسؤولية الأساسية عن ضمان احترام الالتزام بقراراته، موضحاً أن الضفة الغربية بما في ذلك القدس الشرقية، جزء لا يتجزأ عن الأراضي الفلسطينية المعترف بها دولياً.

استئناف رئيس البنك الدولي مع محسنة

واشنطن

أعلن رئيس البنك الدولي، ديفيد مالبايس، استقالته من منصبه في 30 حزيران، أي قبل عام من انتهاء ولايته، في أوج إصلاحات تشهدها هذه المؤسسة المالية التي تواجه ضغوطاً لئلا يزيد من الجهود بشأن المناخ.

وبحسب واشنطن بوست، قال مالبايس، في بيان، إن المجموعة "متينة في أساسها، وقابلة للبقاء مالياً وفي وضع جيد لزيادة تأخيرها على التنمية في مواجهة الأزمات العالمية الملحة"، مؤكداً أن استقالته "فرصة للانتقال لسلس للقيادة". وعين مالبايس (66 عاماً)، وهو الرئيس الثالث عشر للبنك الدولي، في هذا المنصب في نيسان 2019 لولاية مدتها 5 سنوات، بناءً على اقتراح من دونالد ترمب، ولم تحدد أسباب رحيله بعد.

من جهته، قال البنك الدولي إن مالبايس ركز خلال فترة ولايته على البحث عن سياسات أقوى لزيادة النمو الاقتصادي، وخفض الفقر وتحسين مستويات المعيشة وتقليل عبء الدين العام، مضيفاً أن البحث عن رئيس للمؤسسة خلفاً له سيبدأ الآن وستقرر الولايات المتحدة مرشحاً.

وبموجب تقاضيه غير مكتوب، يتولى أميركي رئاسة البنك الدولي، وأوروبي إدارة صندوق النقد الدولي.

والبنك الدولي تأسس في 1944، ويعد مشاريع التنمية، يضم حالياً 189 دولة عضو وأكثر من عشرة آلاف موظف في جميع أنحاء العالم.

مشروع قرار الأمم المتحدة بشأن فلسطين

نيويورك

يقعد مجلس الأمن الدولي جلسته الشهرية بشأن الوضع في الشرق الأوسط، وبشكل خاص قضية فلسطين، يستمع خلالها إلى إحاطة من منسق العملية السلمية.

وكان المجلس عقد العام الماضي 12 جلسة بشأن فلسطين، بواقع مرة كل شهر، إلا أنه لم يصدر أي قرار أو أي بيان رئاسي بهذا الملف لكن جلسة يوم الاثنين قد تكون مختلفة.

ويتوقع أن يتم التصويت على مشروع قرار عربي تقدمت به الإمارات العربية المتحدة يؤكد "مطالبة إسرائيل بوقف الاستيطان في الضفة الغربية بما فيها القدس الشرقية، وعدم شرعية إنشاء إسرائيل للمستوطنات في الأرض المحتلة منذ عام 1967.."

وفي نهاية العام 2016، أصدر مجلس الأمن الدولي القرار الشهير رقم (2234) الذي حث على وضع نهاية للمستوطنات الإسرائيلية في الأراضي الفلسطينية، وحصل على تأييد 14 عضواً، فيما امتنعت الولايات المتحدة فقط عن التصويت.

البطانية يقدم أوراق اعتماده سفيرا فوق العادة للمملكة لدى جمهورية فنلندا



هلسنكي

قدم السفير يوسف البطانية أوراق اعتماده إلى رئيس جمهورية فنلندا، ساولي نينيسكو، سفيرا فوق العادة ومفوضا غير مقيم للمملكة لدى جمهورية فنلندا. وجرى تسليم أوراق الاعتماد في مقر الرئاسة الفنلندية في هلسنكي.

بحضور عدد من كبار المسؤولين في رئاسة الجمهورية ووزارة الخارجية الفنلندية. ونقل البطانية خلال لقائه الرئيس الفنلندي نينيسكو، تحيات جلالة الملك عبدالله الثاني، وتمنيات جلالاته للرئيس والشعب الفنلندي الصديق بمزيد من التقدم والازدهار.

من جانبه، طلب الرئيس نينيسكو من السفير البطانية نقل تحياته إلى جلالة الملك، معرباً عن اعتزازه بعلاقات الصداقة المتينة مع جلالاته، وارتياح بلاده للعلاقات الاستراتيجية الراسخة مع المملكة، مشيداً بالجهود التعاونية بين البلدين في المجالات المختلفة.

انطلاق أولى جلسات مؤتمر ميونخ الدولي للأمن في ألمانيا

عمان

انطلقت الجمعة أولى جلسات مؤتمر ميونخ الدولي للأمن في ألمانيا، في دورته الـ 59، والتي تتزامن مع مرور عام على حرب أوكرانيا، وتجمع نسخة هذا العام، أكثر من 40 من صناعات القرار رفيعي المستوى وقادة الرأي البارزين من جميع أنحاء العالم، بما في ذلك رؤساء الدول والوزراء وقادة المنظمات الدولية والمنظمات غير الحكومية، وكذلك القادة من قطاع الأعمال والإعلام والبحوث والمجتمع المدني.

ودعا المستشار الألماني أولاف شولتس، الدول القادرة على إرسال دبابات قتالية إلى أوكرانيا إلى أن "تفعل ذلك الآن"، في وقت تصل الشحنات التي وعد بها الحلفاء بشكل أيضاً من المتوقع، وفق ما أوردته شبكة يورونيوز الإخبارية الأوروبية. وأكد شولتس في كلمة ألقاها في مؤتمر ميونخ للأمن، أن الدعم العسكري لأوكرانيا يجب أن يستمر، وبالتالي

على أولئك الذين يمكنهم إرسال مثل هذه الدبابات القتالية أن يفعلوا ذلك الآن.. ووعد المستشار الألماني الذي تعرض لانتقادات متكررة بسبب الدعم الألماني الخجول لكيف، بقيادة "حملة مكثفة" لحض الحلفاء على التحرك في هذا السياق، خلال أيام مؤتمر ميونخ الثلاثة.

بدوره قال الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون، "نحن جاهزون لنساز طولياً معركتنا، سرعة في القرارات لحد من القدرة الروسية. لا بدليل عن السرعة لأن عليها تعتمد الحياة.."

وينصب التركيز الرئيسي للمؤتمر هذا العام على الحرب الروسية الأوكرانية، والتي تقترب من حلول الذكرى السنوية الأولى لها في 24 شباط الجاري. كما ستناقش الوفود التداعيات العالمية بعيدة المدى للحرب، على قضايا تتراوح من إمدادات الطاقة إلى أسعار المواد الغذائية.

الصحة العالمية؛

انخفاض ملحوظ لإصابات ووفيات كورونا



عمان

تحدثت منظمة الصحة العالمية عن تراجع ملحوظ في حالات الإصابة بوباء كوفيد 19 في أرجاء العالم، وانخفاض الوفيات إلى النصف في الأيام 28 من 16 كانون الثاني إلى 12 شباط الجاري. ووفقاً للتحديث الذي تصدره المنظمة العالمية أسبوعياً، فقد "تم على الصعيد العالمي تسجيل أكثر من 6.7 مليون إصابة جديدة وما يزيد عن 64 ألف حالة وفاة، أي ما يعادل انخفاضاً بنسبة 92 بالمئة و47 بالمئة على التوالي مقارنة بالأيام 28 السابقة لها"، مبيناً أنه "منذ بدء انتشار الوباء حتى 12 شباط، هناك أكثر من 750 مليون حالة إصابة مؤكدة وأكثر من 6.8 مليون حالة وفاة"، وفق ما نقلته وكالة آكي الإيطالية للأبناء اليوم الجمعة. وأكدت منظمة الصحة من مقرها في جنيف أن "المعطيات الحالية لا تنقل العدد الحقيقي لحالات العدوى أو الإصابات المكررة بفيروس سارس. كوف. 2، ويرجع ذلك جزئياً إلى انخفاض أعداد تحاليل الكشف والتأخير في الإبلاغ عنها

في بلدان عديدة". وذكرت المنظمة، أن "البيانات المقدمة قد تكون غير كاملة، وبالتالي يجب تفسيرها بحذر"، كما أشارت الوكالة التي تقوم الآن برصد التغييرات في الاتجاهات الوبائية، بإجراء مقارنات على الوباء..

الاحتفال بالذكرى السنوية الثمانين لقيامها

واشنطن

قالت وزارة الخارجية الأمريكية إن سيف العدل، مصري الجنسية المقيم في إيران، صار زعيم تنظيم القاعدة بعد مقتل أمين الظواهري في تموز 2022، وبحسب "واشنطن بوست" قال المتحدث باسم الوزارة إن "تقييمنا يتوافق مع تقييم الأمم المتحدة وأن الزعيم الفعلي الجديد للقاعدة سيف العدل موجود في إيران.."

وكانت الأمم المتحدة أصدرت تقريراً الثلاثاء رده فيه أن الرأي السائد للدول الأعضاء هو أن سيف العدل أصبح زعيم التنظيم.

وسيف العدل (62 عاماً) هو ضابط سابق في القوات الخاصة المصرية وشخصية بارزة في الحرس القديم للقاعدة.

الاحتفال بالذكرى السنوية الثمانين لقيامها

عمان

قرر الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون وأمير قطر الشيخ تميم بن حمد آل ثاني خلال لقائهما في باريس توحيد جهودهما لتبديد صعوبات الوصول إلى ضحايا الزلازل في سوريا، بحسب ما أعلن قصر الإليزيه اليوم الخميس.

وقالت الرئاسة الفرنسية غداة اجتماعهما "لقد اتفقا على مواصلة وتوحيد الجهود التي تبذلها فرنسا وقطر لمساعدة ضحايا الزلازل في تركيا وسوريا، ولتبديد صعوبات الوصول خصوصاً إلى السكان السوريين في شمال البلاد في أسرع وقت، وفق ما نقلته وكالة الأنباء الفرنسية.."

وأشاد ماكرون وتميم "بتعميق الشراكة الاستراتيجية بين فرنسا وقطر، وبتشاورهما حول كل الموضوعات الإقليمية والدولية"، بحسب بيان الإليزيه.

الاحتفال بالذكرى السنوية الثمانين لقيامها

عمان

أعلنت الشرطة البلغارية اكتشافها لشاحنة مهجورة وبها 18 جثة يبدو أنها لأشخاص ماتوا اختناقاً داخلها في محاولة منهم للهجرة غير الشرعية. وكشفت الشرطة في بلغاريا عن الشاحنة التي احتوت حجرة سرية تحت حمولة من الخشب، وقالت وزارة الداخلية، إنه وفقاً للمعلومات الأولية، كانت الشاحنة تقل نحو 40 مهاجراً وتم نقل الناجين إلى المستشفيات لتلقي العلاج. وقال وزير الصحة البلغاري أسين ميرزيفيد، إن معظم الناجين من المهاجرين في حالة سيئة للغاية بعد أن عانوا من نقص الأكسجين لفترة طويلة "ملايسهم مبللة ومتجمدة، ومن الواضح أنهم لم يأكلوا منذ أيام"، وفق ما نقلته وكالة سبوتنيك، وعثر على الشاحنة قرب العاصمة صوفيا على أحد الطرق السريعة، دون سائق، والشرطة اكتشفت الركاب في حجرة سرية أسفل الخشب الذي كانت السيارة تحمله أيضاً.

الاحتفال بالذكرى السنوية الثمانين لقيامها

نيويورك

أكد الأمين العام للأمم المتحدة، أنطونيو غوتيريس، أن الأمم المتحدة ليس لديها أجندة أو هدف بشأن ليبيا إلا ضمان حق الشعب الليبي في العيش بسلام، والتصويت في انتخابات نزيهة ومشاركة ثمار رخاء بلدهم. وقال غوتيريس، في كلمته في أديس أبابا أمام لجنة الاتحاد الأفريقي رفيعة المستوى حول ليبيا، إن هذا الهدف، أولوية لكل من الأمم المتحدة والاتحاد الأفريقي، مضيفاً أن المطلوب بشكل عاجل، هو الإرادة السياسية لكسر الجمود السياسي طويل الأمد، وتحقيق التقدم على عدة أصعدة. وشدد غوتيريس على ضرورة، أن تعمل الأمم المتحدة والاتحاد الأفريقي معاً مع الأطراف والمنظمات الإقليمية الرئيسية لدعم الشعب الليبي في تحقيق تطاعته المشروعة لمستقبل أكثر سلاماً وازدهاراً. وأكد غوتيريس، أهمية إجراء انتخابات رئاسية وبرلمانية تاريخية وبدونها يتعين "اقتراح آليات بديلة" بالتعاون الوثيق بين الأمم المتحدة والأطراف الليبية الرئيسية والاتحاد الأفريقي والشركاء الدوليين، مستدركاً أن لا "بدائل عن الانتخابات التي تبقى المسار الوحيد المصادقية للحكم الشرعي المدعوم بالوحدة.."

وتضم اللجنة الرفيعة المستوى للاتحاد الأفريقي حول ليبيا، الكونغو (برازيل)، رئيساً وعضوية كل من: الجزائر ومصر وتونس وتشاد والنيجر وموريتانيا ونيجيريا، بالإضافة إلى مفوض الاتحاد الأفريقي.

الاحتفال بالذكرى السنوية الثمانين لقيامها

الأمم المتحدة في الذكرى السنوية الثمانين لقيامها

نيويورك

دعت منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة (اليونسكو) جميع الدول إلى انتاج سياسة التعليم متعدد اللغات، ونصحت باعتماد اللغة الأم في تعليم الأطفال خلال السنوات الأولى من دراستهم. وتظهر قاعدة بيانات اليونسكو العالمية بشأن التفاوت في مجال التعليم، أن الأطفال "الذين يتلقون التعليم باللغة التي يتكلمون بها في المنزل، يزيد احتمال إتمامهم لمهارة فهم النصوص المقررة في نهاية المرحلة الابتدائية بمقدار 30 بالمئة عن الأطفال غير الناطقين بلغة التدريس على مستوى العالم.. وقالت اليونسكو في بيان صحفي بمناسبة اليوم الدولي للغة الأم، الذي يصادف 21 شباط، إن الأدلة تظهر أن التعلم باللغة الأولى أو باللغة الأم يحسن مهارات الأطفال الاجتماعية، شديدة على أهمية صون لغات الشعوب الأصلية، إذ أن 40 بالمئة من اللغات المنطوقة بالعالم، والتي يفوق عددها 7000 لغة، مهددة بالاندثار على المدى البعيد، نظراً لقلّة عدد الناطقين بها.

مواجهات قوية بدوري السلة
السعودي للسيدات

وكالات

تنطلق منافسات الموسم الجديد من دوري السلة السعودي للسيدات الإثنين المقبل، المقرر إقامته على مجموعتين مناطقياً، في الرياض وجدة.

ونشر الاتحاد السعودي لكرة السلة، الجمعة، عبر حسابه الرسمي على "تويتر"، جدول مباريات الدوري النسائي، وتحديدًا مجموعتي الرياض وجدة، حيث سيشارك في الدوري في كلا المجموعتين ٧ فرق. ويتواجد في مجموعة الرياض ٣ فرق، هي الهلال والنصر والعاصمة، وفي مجموعة جدة تتواجد فرق الاتحاد والأهلي وجدة يونايته والنورس، حيث ستواجه الفرق بين بعضها ٣ مرات.

وكشف اتحاد السلة أن صاحب المركز الثالث بمجموعة الرياض سيلقي فريق القادسية، من المنطقة الشرقية، بنظام الفوز بمبارتين من ٣، والفائز يتأهل للدور النهائي.. والأمر ذاته ينطبق على صاحب المركز الثالث بمجموعة جدة والذي سيلقي فريق العلاء، من المدينة المنورة.

وتتركز أظان الدوري على فريق جدة يونايته، لأنه سيدخل المنافسات بعد هزته بالميدالية الذهبية في دورة الألعاب السعودية ٢٠٢٢ في نوفمبر/تشرين الثاني الماضي في الرياض، إذ يعتبر جدة يونايته من أندية قطاع الخاص.

وأشأت وزارة الرياضة السعودية، في ٢١ يونيو/حزيران ٢٠٢١، منصة "نافس" المعنية بدخول المستثمرين والشركات لقطاع الرياضة عبر الأندية الخاصة، والتي يسمح لها بخوض المنافسات الرسمية بالبلاد ومنافسة الأندية الحكومية.

وتشهد مجموعة جدة أيضاً وجود فريق آخر من قطاع الخاص فريق النورس، الذي تأهل إلى مجموعة جدة، بعد تفوقه بالمباراة الفاصلة على فريق أكاديمية المستقبل (٣٥-٢٦).

بيع مانشستر يونايتد
يدخل مرحلة الجسم

وكالات

تنتهي المهلة النهائية للمرشحين لشراء نادي مانشستر يونايتد، الجمعة، بعروض يتصدرها الملياردير جيم راتكليف مالك مجموعة (اينيسو).

وأعلن مالك النادي الإنجليزي، نيتهم البيع في نوفمبر/تشرين الثاني الماضي، ومنذ ذلك الحين كشف راتكليف، أحد أثرى أغنياء بريطانيا، عن اهتمامه بشراء اليونايتد.

وتمتلك النادي حالياً عائلة جلايزر التي اشترته في ٢٠٠٥ مقابل ٩٠٠ مليون يورو، لكن صفقة البيع لن تقل عن ٤ مليارات، رغم أن التقارير الواردة من إنجلترا تتحدث عن رغبة العائلة في الحصول على ٥.٥ مليار يورو.

ويسعى آل جلايزر لبيع النادي الإنجليزي العريق مقابل مبلغ لا يقل عن صفقة تشيلسي، الذي اشتراه الثري تود بولي، مقابل ٤.٩٧٠ مليون يورو مؤخرًا.

ويعد راتكليف الخيار المفضل بالنسبة للجمهور حسبما أظهر استطلاع أعدده موقع (أثليتك)، خاصة أنه مشجع عتيق لليونايتد منذ نعومة أظفاره.

ومن بين الخيارات الأخرى، إضافة إلى العروض الواردة من الولايات المتحدة، تأتي قطر ضمن المرشحين المحتملين وتحديدًا ناصر الخليفي رئيس باريس سان جيرمان.

لكن هذه الإنكاسية ضعيفة الحدوث نظراً لأن لوائح الاتحاد الأوروبي لكرة القدم (بيوفا) لا تجيز لنفس المالك شراء ناديين قد يلعبان في نفس البطولات.

ويتطبق الوضع على السعودية التي تملك بالفعل نادي نيوكاسل يونايته.

تعادل مخيب بين المريخ والزمالك
في موقعة الفرص الضائعة

وكالات

فرض التعادل دون أهداف كلمته على مواجهة المريخ السوداني وضيفه الزمالك المصري، الجمعة، على ملعب شهداء بنينا بمدينة بنغازي الليبية، ضمن الجولة الثانية للمجموعة الرابعة بدوري أبطال إفريقيا.

ورفع المريخ، بقيادة المدرب البرازيلي هيرون ريكاردو، رصيده إلى نقطة واحدة، وهو نفس رصيد الزمالك بقيادة البرتغالي جوسلفا لوفيرا، بينما يتقاسم الترتيب الثالث بين شباب بلوزداد الجزائري صدارة الترتيب، قبل المواجهة التي تجمعهم غدا السبت.

المباراة في مجملها جاءت متوسطة المستوى، وسنحت العديد من المحاولات على مرعى الفريقين، لكن عدم استقلال الفرص، أدى لخروج اللقاء بالتعادل.

حاول المريخ في الدقائق الأولى الاستحواذ وتبادل التمريرات في وسط الملعب، لكن الدفاع السوداني ارتكب خطأ في التمرير لم يستغله لاعب الزمالك سيف جعفر.

وأضاع الفريق السوداني فرصة خطيرة، بعد هجمة سريعة انتهت بكرة عرضية سددها باولو سيرجيو، فوق العارضة.

أرسل المريخ كرة عرضية أخرى أبعدھا دفاع الزمالك، ووجه باولو سيرجيو تسديدة قوية أنقذھا الدفاع الأبيض.

وضاعت فرصة خطيرة للمريخ بتسديدة فوق العارضة، من كرة عرضية متقنة.

وأفقد حارس المريخ انضراد من الجزيري، بعد تمريرة سيف جعفر، قبل أن يضيع الجزيري فرصة قريبة بتسديدة فوق العارضة.

ووجه ما تيوزينهو تسديدة قوية مرت بجوار القائم، بينما عانى الزمالك في استقلال المساحات في دفاع المريخ.

وأمسك الحارس محمد مصطفى ضربة رأس من دونج مع نهاية الشوط الأول، الذي انتهى بالتعادل السلبي بين الفريقين.

ووجه زيزو تسديدة بجوار القائم مع بداية الشوط الثاني، قبل أن يطلق دونجاً تصويبة قوية ومباغتة أنقذھا الحارس مصطفى.

وضاعت محاولة خطيرة من المريخ، بتسديدة أبعدھا عواد، لترتد إلى اللاعب التاج يعقوب الذي صوب فوق العارضة.

أشرك الزمالك الثاني مصطفى شليبي وعمر جابر، بدلا من سيد عبد الله وشيكابالا، بعد مرور ٥٧ دقيقة.

وضاعت محاولة للمريخ من كرة عرضية انتهت بتسديدة فوق العارضة، بينما تطور الأداء الهجومي للمزمالك مع كرة عرضية من عمر جابر أبعدھا الحارس، قبل أن يرد القائم تسديدة سيف جعفر.

وأشرك المريخ الثاني رمضان صعب والسماوي الصاوي، لتنشيط صفوفه، وتصدى الحارس محمد عواد لفرصة خطيرة من تسديدة صعب الرائحة.

ووجه حسام عبد المجيد تسديدة بجوار القائم، قبل أن يبعد دفاع الزمالك كرة عرضية سريعة من رمضان صعب.

وأشرك الزمالك الثاني إبراهيم نداي ومحمد أشرف روقة، بدلا من سيف جعفر ومحمد طارق، كما شارك عمار طيفور في صفوف المريخ، بينما أبعد عبد الشايع كرة عرضية للفريق السوداني مع نهاية اللقاء بالتعادل.

ناشئو الأردن في بروفة قوية أمام رومانيا



وكالات

يلتقي منتخب الأردن للناشئين (مواليد ٢٠٠٨) نظيره الروماني وديا، عصر اليوم السبت، في مباراة ودية على ملعب جامعة العلوم التطبيقية في عمان.

وأنتهى المنتخب الأردني تدريبه الجمعة بقيادة المدرب عبدالله القططي، على ملعب البيولو في مدينة الحسين للشباب.

وتضم قائمة منتخب الأردن، كلا من، قصي الجلاحلة، محمد الشول، رؤيم الدباية، عبد الرحمن بني سعيد، خزرج القاسم، أحمد ملكاوي، حسام السجلاوي، عز الدين المصري، ياسر الحمبوز، هشام محمد، مهند مصطفى، سعد أبو طوق، قيس الشواشرة، محمود الطمزي، محمد أبو رمح، ماجد العدوان،

زيد أبو دهيم، زيد الخالدي، محمد أبو الغنم، حمزة يفنم، زيد عرفة، بهاء الدين عبيدات، أحمد فريتح..

ويتجدد اللقاء بين المنتخبين الثلاثاء المقبل في نفس التوقيت وعلى ذات الملعب. بدوره، أكد القططي أن مواجهة المنتخب الروماني، ستحقق العديد من الفوائد في مستهل مشوار صفار النشأ.

وقال القططي، "ننظر بأهمية كبيرة لهذا اللقاء والذي يأتي في بداية مرحلة التجمع واعداد النشأ، حيث أن مواجهة فريق قوي بحجم رومانيا، يضعنا أمام تصور كامل حول مستوى المنتخب ونقاط قوته واحتياجاته، إلى جانب الوقوف على المستوى الفني لهذه الفئة العمرية.."

وأضاف في تصريحات لموقع الاتحاد خطورة، باستثناء تسديدة محمد فوزير للرائد، ورأسية مهاجم الوحدة دايفيد بوغويل، التي ارتطمت بحمد سالم وخرجت ركنية.

ونجح أنيسيلمو في افتتاح التسجيل من خلال عرضية محمد الدوسري للمهاجم جوليو تفرانس، التي وجهها برأسه إلى داخل الشباك في الدقيقة ٣٤، لينتهي الشوط الأول (٠-١).

بدأ مدرب الوحدة سييرا الشوط الثاني بعدة تبديلات، من خلال الزج بهزاع الهامدي مكان حمد الجيزاني، وحسين العيسى بدلا من بوغويل.

وعزز الرائد تقدمه بهدف ثان، من عرضية فوزير التي سجلها تفرانس بالدقيقة ٥٣.

ونجح أنيسيلمو في خارج المنطقة، سكت شبك الحارس سيلفيو، في الدقيقة ٦١.

تحرك بعدها مدرب الرائد، ليسحب فوزير ويحجج بالهجوم كريم البركاوي، الذي فشل في تعزيز النتيجة، حين تصدى الحارس عبد القدوس لتسديدته، قبل أن يبعتها الدفاع.

وتمكن فرسان مكة من التعديل، عبر ركنية نفذها فيصل فجر ووصلت للبدل علاء حجي، الذي أسكنها الشباك برأسه في الدقيقة ٧٢.

وكاد فيصل فجر أن يسجل هدف فوز الوحدة في وقت قاتل، من كرة ثابتة تصدى لها الحارس، لتنتهي المباراة بالتعادل (٢-٢).

وتنضم خطة الإعداد للمنتخب، معسكرات داخلية وخارجية، استعدادا للتصفيات الآسيوية التي تقام في أكتوبر/تشرين الأول ٢٠٢٤.

حارس الرمثا؛ سعيد برفض الإدارة لطلبي

وكالات

أكد مالك شلبية حارس الرمثا ومنتخب الأردن، أن إدارة النادي رفضت فسخ عقده.

وقال شلبية، في تصريح لقناة "رؤيا"، "طلبت فسخ عقدي أكثر من مرة، لشعوري بالإجهاد جراء التنقل من عمان إلى الرمثا، حيث إن الطريق تستغرق ذهابا وإيابا ٤ ساعات في اليوم الواحد.."

وتابع، "رئيس نادي الرمثا خالد الزعبي رفض طلبي، وأكد أنه لن يتم الاستغناء عني لأي سبب كان، وله كل المحبة والتقدير.."

وأوضح، "اعتز وأفخر بنادي الرمثا وجماهيره، حيث عشت معه أجمل أيامي عندما توجنا قبل موسمين بلقب الدوري بعد غياب امتد ٤٠ عاما.."

ولفت شلبية إلى أن عقده مع الرمثا ينتهي بعد موسمين، وأنه سعيد بالاستمرار مع الفريق في المرحلة المقبلة بعد رفض طلبه بفسخ عقده.

وختم شلبية حديثه، "نعم تلقيت عدة عروض محلية ومن أندية المقدمة، لكن في النهاية سألتزم بعقدي مع فريق الرمثا.."

فوز تاريخي للاعب التنس شلبية

وكالات

نجح لاعب التنس الأردني عبدالله شلبية، الجمعة، في تحقيق فوز تاريخي ومهم على حساب اللاعب الأسترالي جيسون كويلر المصنف ٧٩ عالمياً في بطولة وزارة الداخلية، إحدى جولات تشالنجر للتنس التابعة لرابطة اللاعبين المحترفين ATP والمقامة في البحرين ليتأهل إلى الدور نصف النهائي.

وتمكن شلبية والذي يبلغ من العمر ١٩ عاماً والمصنف ٣٩٩ عالمياً، من تحقيق الفوز بواقع مجموعتين لواحدة، حيث استمرت المباراة لمدة ساعتين و٥٠ دقيقة.

ويعد هذا أول فوز للاعب أردني بتاريخ التنس على لاعب يحتل إحدى المراكز الـ ١٠٠ الأولى بترتيب رابطة اللاعبين المحترفين ATP.

وأظهر عبدالله شلبية مستوى متألماً في هذه المباراة أمام لاعب صاحب خبرة، حيث كان توج "كويلر" الشهر الماضي بلقب بطولة أستراليا المفتوحة بفضة الزوجي وهي إحدى البطولات الأربعة الكبرى.

ويلتقي شلبية في مباراة الدور نصف النهائي مع اللاعب الإيطالي سالفاتوري كاروسو.

شاموسكا؛ خسرنا من النصر
بسبب تسلل رونالدو

وكالات

أكد البرازيلي بريكليسي شاموسكا، مدرب التعاون، أن فريقه خسر أمام مضيفه النصر (٢-١)، بهدف من حالة تسلل واضحة على كريستيانو رونالدو.

وتقلب النصر بصعوبة على حساب التعاون بنتيجة (١-٢)، الجمعة، ضمن منافسات الجولة ١٧ من دوري روشن للمحترفين.

وقال شاموسكا في المؤتمر الصحفي عقب مباراته أمام النصر، "بإزك لوزارة الرياضة والحكومة السعودية على خطوة التعاق مع النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو والذي يعكس على قوة الدوري وجمايلته وإثارته، ويمثل إضافة كبيرة للدوري السعودي بكل تأكيد.."

وأضاف، "فريقنا هو الأصغر على مستوى متوسط العمر في الدوري، وهذه فلسفتنا بتقديم اللاعبين الشباب.."

وتابع، "المباريات الكبيرة يكون فيها التحفيز مختلف للاعبين، واليوم كان التحفيز إضافيً بالعب أمام لاعب كبير مثل كريستيانو رونالدو.."

وعن الهدف الثاني للنصر، أشار، "لأ حبا التحدث عن التحكيم، لكن الهدف الثاني كان كريستيانو رونالدو أمام الحارس وهو بحالة تسلل، لكن القرار النهائي لحكم المباراة.."

وختم شاموسكا، قائلاً، "فريقنا قدم مباراة مميزة اليوم، ونلعب اليوم بنقص والنصر يلعب بصوف مكملة.."

إيجابية كريستيانو أمام التعاون
تعيد النصر لصدارة الدوري

وكالات

واصل النصر نتائجه الإيجابية بعد أن حقق فوزاً صعباً على حساب ضيفه التعاون (١-٢)، الجمعة، في المباراة التي جمعتهما على ملعب مرسلون خارج منطقة الجيزة ١٧ من دوري روشن للمحترفين.

سجل شنابيه "العالمي" عبد الرحمن غريب في الدقيقة (١٧)، وعبد الله مادو (٧٨)، بينما أحرز هدف التعاون ألفارو ميدران (٤٧).

وحافظ النصر بهذا الفوز على صدارة الترتيب، بعد أن رفع رصيده إلى ٤٠ نقطة، فيما تجدد التعاون عند ٣٠ نقطة في المركز الخامس.

جاء الشوط الأول بمستوى متوسط، وباستثناء تسديدة كريستيانو رونالدو نجم النصر، كان فريق الاتحاد قد قفز، وألقى حكم المباراة هدف التعاون

روشن، عند الدقيقة ٦٧ بعد العودة لتقنية الفيديو، لوجود حالة تسلل على الكاميروني تاومبا.

سوء تمرکز الحارس نواف العقيدي، وفي الدقيقة ٤٩، أنقذ حارس التعاون مايلسون مرمام من هدف محقق، بعدما أبعد تسديدة كريستيانو من على حدود خط المرمى.

وألقى حكم المباراة هدف التعاون الثاني، عند الدقيقة ٦٧ بعد العودة لتقنية الفيديو، لوجود حالة تسلل على الكاميروني تاومبا.

ومتح عبدالله مادو نقاط المباراة للنصر بعد تسجيله الهدف الثاني في الدقيقة ٧٨ بفضل تسديدة قوية من داخل منطقة الجزاء.

كان فريق الاتحاد قد قفز، إلى صدارة ترتيب دوري الخميس، عند الدقيقة ٦٧ بعد العودة لتقنية الفيديو، لوجود حالة تسلل على الكاميروني تاومبا.

العدالة يرافق الروضة
إلى ممتاز اليد

وكالات

توج فريق الروضة بكأس بطولة دوري أندية الدرجة الأولى لكرة اليد، الجمعة، بعد صدارة الترتيب برصيد ٣٥ نقطة، رغم تعادله مع الفيحاء (٢٨-٢٨)، في المباراة التي جمعتهما على صالة وزارة الرياضة بالدمام.

ورافق فريق الروضة جاره العدالة ليتأهل إلى بطولة الدوري الممتاز لكرة اليد بداية من الموسم القادم ٢٠٢٣-٢٠٢٤، بعد أن حجز ثاني البطاقات المؤهلة للممتاز عقب تحقيقه الانتصار على السلام (٢٨-٣٦)، ووصوله إلى النقطة ٣٣ التي جعلته في المركز الثاني. وفي باقي مواجهات الجولة

الأخيرة، حقق الخويلدية الفوز على النقبه (٢٧-٣٥)، وحقق الهداية الفوز على الجبل (٢٨-٣٤)، وكسب الفتح نظيره هجر (٣٣-٣٤)، وتقلب الجزيرة على النجوم (٣٠-٢٤).

وعلى إثر هذه النتائج، هبطت فرق، الفيحاء والجيل والجزيرة والنجوم لبطولة المناطق لأندية الدرجة الثانية، بعد حلولهم في المراكز الأخيرة. وفي الترتيب النهائي العام للبطولة، تصدر الروضة سلم الترتيب ٣٥ نقطة، ثم جاء العدالة في الوصافة ٣٣ نقطة، وبعده الخويلدية ثالثاً ٣٢ نقطة، ثم الهداية رابعاً برصيد ٣١ نقطة.