

الاحتلال يهدم منزلا في بيت لحم ومستوطنون يعتدون على فلسطينيين بالخليل

رام الله

هدمت قوات الاحتلال الإسرائيلي، الخميس، منزلا في مدينة بيت جالا، غرب مدينة بيت لحم، في الوقت الذي هاجم فيه مستوطنون متطرفون رعاة أغنام واعتدوا عليهم ومنعهم بقوة السلاح من دخول مراعيهم بمنطقة التلعة، في مسافر يطا جنوبي مدينة الخليل.

وقال أمين سر حركة «فتح» في مدينة بيت جالا، محمد حميدة، في بيان، إن قوة كبيرة من جيش الاحتلال اقتحمت منطقة بئر عوتة، وهدمت منزلا مكونا من طابق واحد، تبلغ مساحته 150 مترا مربعا، بحجة عدم الترخيص.

من جهة أخرى، أكد الناشط ضد الاستيطان جنوبي الخليل، أسامة مخامرة، أن مجموعة مسلحة من مستوطني «كرمئيل» الجائفة على أراضي المواطنين شرقي يطا، تابع ص7

أوقات الصلاة

شعر	03:49
ظهر	12:36
عصر	04:17
غروب	07:50
عشاء	09:22

27 ذو القعدة 1444 هـ الموافق 16 حزيران 2023 م

الجمعة

السنة التاسعة

العدد (3126)

«أمانة عمان»: انطلق خدمة نقل المعرفة الإلزامي إلكترونيا

عمان

انطلقت في أمانة عمان الكبرى خدمة نقل المعرفة الإلكترونية عبر بوابة الموظف، كإحدى الخدمات الإلكترونية الخاصة بمديرية الموارد البشرية في الأمانة.

ويأتي ذلك، بحسب بيان للأمانة الخميس، تعزيزاً لمسيرة التحول الإلكتروني في إجراءات وخدمات أمانة عمان كافة على الصعيد الداخلي والخارجي.

ويوفر هذا التحول الإلكتروني للخدمة الوقت والجهد ويعظم التواصل بين الموظفين، بالإضافة إلى تجذير قيم التعلم ونقل المعرفة بينهم.

وجسدت الخدمة الجديدة التكامل بين الأنظمة الإلكترونية العاملة في أمانة عمان من خلال استخدام بوابة الموظف، إضافة لاستخدام نظام تراسل. ويأتي هذا الإنجاز كثمار من ثمار التعاون بين دائرة تخطيط وتطوير الموارد البشرية ودائرة الأنظمة والتحول الإلكتروني، ممثلة بإدارتها وقسم المعرفة وقسم الحكومة الإلكترونية وقسم التحليل وقواعد البيانات فيها، علماً أن الخدمة ستخضع لعملية مراجعة دورية لغايات التحسين والتطوير.

الصفدي يلتقي عدداً من المسؤولين الدوليين على هامش مؤتمر بروكسل السابع

بروكسل

التقى نائب رئيس الوزراء وزير الخارجية وشؤون المغتربين، أيمن الصفدي، على هامش مؤتمر بروكسل السابع حول دعم مستقبل سوريا والمنطقة، الخميس، نائب رئيس الوزراء وزير الخارجية العراقي فؤاد حسين، ووزير الخارجية والمغتربين اللبناني عبدالله بوحيبي.

كما أجرى الصفدي محادثات مع الممثل الأعلى للشؤون الخارجية والسياسة الأمنية في الاتحاد الأوروبي، جوزيب بوريل، أكدت أهمية علاقات الشراكة بين الأردن والاتحاد الأوروبي وتناولت الجهود المبذولة لمواجهة التحديات الإقليمية.

والتقى الصفدي ووزيرة التخطيط والتعاون الدولي، زينة طوقان، المفوض الأوروبي لشؤون التوسع والحوار في الاتحاد الأوروبي، أوليفر فارهيل، في اجتماع بحث الأوضاع والتحديات الإقليمية، وركز على مشاريع التعاون بين الأردن والاتحاد الأوروبي في قطاعات حيوية تشمل المياه والطاقة والتعليم وقطاعات أخرى.

وتمن الصفدي الدعم الذي يقدمه الاتحاد الأوروبي للمملكة، كما التقى الصفدي ووزيرة التخطيط والتعاون الدولي، المبعوث الخاص للأمم المتحدة لسوريا، جير بيدرسون، والمفوض السامي للأمم المتحدة بشؤون اللاجئين فيليبو غراندي، وجرى خلال الاجتماع بحث الجهود المبذولة لحل الأزمة السورية وخطر تراجع الدعم الدولي للاجئين السوريين.

وأكّد الصفدي أهمية تنسيق الجهود العربية والأمنية في مساعي إنهاء الأزمة السورية ومعالجة تبعاتها الإنسانية والأمنية والسياسية، تابع ص7

الفايز يرعى احتفال مجلس رجال الأعمال الأردني الإماراتي بمناسبة زواج ولي العهد وذكرى الاستقلال

عمان

رعى رئيس مجلس الأعيان فيصل الفايز احتفالاً أقامه مجلس رجال الأعمال الأردني الإماراتي في العاصمة الإماراتية أبوظبي، بمناسبة عيد استقلال المملكة، وزفاف سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد.

وحضر الاحتفال، الذي يأتي بمناسبة مرور 20 عاماً على تأسيس مجلس رجال الأعمال الأردني الإماراتي، النائب الثاني لرئيس المجلس الوطني الاتحادي في دولة الإمارات العربية المتحدة ناعمة الشهران، وسفير دولة الإمارات العربية لدى الأردن الشيخ خليفة بن محمد آل نهيان، الرئيس الفخري لمجلس رجال الأعمال الإماراتي، وعدد من المسؤولين في دولة الإمارات.

كما حضره السفير الأردني في الإمارات نصار الحباشنة، وعدد كبير من أبناء الجالية الأردنية ورجال الأعمال والمستثمرين الأردنيين والإماراتيين في دولة الإمارات العربية المتحدة.

ورفع الفايز في بداية الاحتفال، أسمى آيات التهاني والتبريك، لجلالة الملك عبدالله الثاني والشعب الأردني، بمناسبة ذكرى الاستقلال، الذي تحقق، بعد كفاح وتضحيات الأبناء والأجداد، ويعزم وإرادة القيادة الهاشمية، كما رفع التهنئة لجلالة الملك وإلى جلالة الملكة رانيا العبدالله، والأسرة الهاشمية الكريمة والأردنيين، بمناسبة زفاف وفي العهد سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني.

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات الوطنية، تقدم جزيل الشكر والعرفان لأخوة في دولة الإمارات العربية المتحدة الذين يشاركوننا الفرح، ما يؤكد عمق العلاقات الأخوية الأردنية الإماراتية، التي يحرس جلالة الملك عبد الله الثاني، وأخوه رئيس دولة الإمارات سمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، على تنميتها والبناء عليها بمختلف المجالات..

وأكد أن «الأردنيين يعتزون ويفتخرون بعيد الاستقلال، الذي سطر جبرادة قيادتنا الهاشمية وعزمها، وتضحيات شعبنا وجيشنا وأجهزتنا الأمنية، وأن الأردنيين وفي مختلف مناسباتهم الوطنية، فانهم يجددون العزم على مواصلة مسيرة العطاء، ويجددون قسم الولاء لجلالة الملك عبدالله الثاني حامي الاستقلال..» تابع ص7

اطلع على ابتكارات شباب طوروا حلولاً لمواجهة تحديات في القطاع العالي

ولي العهد يفتتح مركز التكنولوجيا المالية

المركز أنشئ استجابة لرؤية التحديث الاقتصادي ويقدم خمس خدمات رئيسية



عمان

مسارها تمكين التكنولوجيا المالية.

ولفت سموه إلى أهمية أفكار الشباب ومهاراتهم في تطوير التكنولوجيا المالية في الأردن، والتي تعدّ عنصراً مهماً في رؤية التحديث الاقتصادي.

وبين سموه في العهد أهمية استثمار القطاع الخاص بالشباب الأردني وإمكاناته، لتطوير الأعمال وتسريع الإنجاز.

ويتبع المركز للشركة الأردنية أنظمة الدفع والنقص (جوباك) التي تعمل على إدارة وتشغيل أنظمة الدفع المختلفة وتطوير حلول مالية رقمية

افتتح سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد، الخميس، مركز التكنولوجيا المالية «جوبان»، الذي يُعنى بتأمين ابتكارات التكنولوجيا المالية (الفينتك) في الأردن.

ويهدف المركز إلى تعزيز الخدمات المالية الرقمية والمساهمة في بناء اقتصاد رقمي مستدام، وقد أنشئ استجابة لرؤية التحديث الاقتصادي التي أطلقت بتوجيهات من جلالة الملك في 2022، وشملت في

إعلان تقويم العام الدراسي المقبل 2024

عمان

والخميس الموافق لـ 16-17/8/2023.

وحسب التقويم، يكون يوم الأحد الموافق 2023/8/20 بدء دوام الطلبة، بينما يكون يوم الثلاثاء الموافق 2023/12/19 إلى السبت 2024/1/6 موعد الاختبارات التحصيلية النهائية للفصل الدراسي الثاني لطلبة المرحلة الثانوية للفصل الدراسي الأول لطلبة مرحلة التعليم الأساسي وطلبة المرحلة الثانوية للصفين الحادي عشر والثاني عشر.

وحدد يوم الأحد 2024/1/7 إلى السبت 2024/1/20 عطلة الشتاء، ويوم الأحد 2024/1/21 بدء دوام الطلبة للفصل الدراسي الثاني.

أعلنت وزارة التربية والتعليم التقويم المدرسي للعام الدراسي المقبل 2023/2024 للمدارس الحكومية، ومدارس الثقافة العسكرية، ومدارس وكالة الغوث للاجئين الفلسطينيين (الأوتروا).

وحسب بيان للوزارة، الخميس، جاء هذا التقويم استناداً إلى الخطة الوطنية للبرنامج العلاجي التي تسند في إجراءات تهدف إلى علاج الفاق التعليمي لدى الطلبة، حيث يبدأ دوام الهيئات التدريسية، يوم الأحد الموافق 2023/8/13 حين يكون تسليم الكتب المدرسية للطلبة، وتسجيل المنقولين منهم وأداء امتحانات الإكمال، يومي الأربعاء

أمير قطر من بغداد: أمن العراق جزء من أمن المنطقة



بغداد

المنطقة، ومن بينها مشروع الربط الكهربائي.

وقال الأمير تميم وقتنا عدداً من مذكرات التفاهم بخصوص التجارة والطاقة، وقد تم التفاهم على التبادل التجاري بين العراق وقطر ويجب أن ينفو.

وأكد رئيس الحكومة العراقية، أن زيارة أمير دولة قطر الشيخ تميم بن حمد آل ثاني للعراق تحمل دلالات مهمة وتعبر عن عمق العلاقة بين البلدين.

وقال السوداني، أن قطر ستبقى واحدة من أكبر حلفائنا في المنطقة، ولدنيا القدرة على التعاون في جميع المجالات ما يمكننا من قدرات كبيرة.

قال أمير دولة قطر الشيخ تميم بن حمد آل ثاني في مؤتمر صحافي مشترك مع رئيس الحكومة العراقية محمد شياع السوداني في بغداد مساء الخميس، «أن زيارتنا لبغداد تعكس عمق العلاقة المتينة بين بلدينا، ونؤكد أهمية العراق وأمنه جزء من استقرار المنطقة.»

وأضاف بجنفاً مع رئيس الحكومة السوداني، تعزيز العلاقات في مجال الطاقة والتجارة والاقتصاد، كما ناقشنا المبادرات الإقليمية لتعزيز العلاقات بين دول

رئيس الوزراء يت رأس اجتماعاً لمجلس الاستثمار

عمان

ترأس رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة اجتماع مجلس الاستثمار الذي عقد في رئاسة الوزراء الخميس.

وأكد رئيس الوزراء أن قانون تعزيز البيئة الاستثمارية عمل على توحيد مرجعية الاستثمار في وزارة الاستثمار والتسهيل على المستثمرين وتبسيط الإجراءات أمامهم وإنجاز معاملاتهم دون الحاجة لمراجعتهم لأي دائرة أو مؤسسة حكومية.

ولفت رئيس الوزراء إلى أن قانون البيئة الاستثمارية خفض من الإجراءات البيروقراطية التي كانت تواجه المستثمرين، مؤكداً أهمية رفع القدرات المؤسسية وبما يكفل تمكن الاستثمار القائم وجذب المزيد من الاستثمارات وتبسيط الإجراءات، وإزالة العقبات أمام المستثمر المحلي والأجنبي.

ووافق مجلس الاستثمار على المنصة الاستثمارية المتكاملة (INVEST.JO) التي تعنى بترويج الاستثمار في الأردن وفق أفضل الممارسات الدولية والتعريف بالبيئة الاستثمارية والمزايا التنافسية للمملكة والفرص الاستثمارية المتوفرة في جميع القطاعات.

وأكد رئيس الوزراء أهمية إطلاق المنصة في وقت قريب لأهميتها في التعريف بالفرص الاستثمارية بالمملكة وتعزيز التواصل مع المستثمرين المحليين والدوليين، لافتاً إلى أهمية تحديث المواقع الإلكترونية للوزارات والمؤسسات الحكومية وبما يسهم في تسهيل الوصول إلى المعلومات والخدمات المقدمة من خلالها، تابع ص2

الصفدي: الأردن تجاوز أكثر من قدراته خلال استضافته للاجئين

بروكسل

أكد نائب رئيس الوزراء وزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، أن الأردن تجاوز قدراته بكثير خلال استضافته للاجئين على أرضه.

وقال الصفدي خلال مؤتمر بروكسل السابع لمستقبل سوريا والمنطقة المنعقد في بروكسل، إن «الدعم الدولي للاجئين يسجل انخفاضاً لافتاً حيث وصل هذا العام إلى 6 بلائة فقط، فيما كان العام الماضي 33 بلائة مقارنة مع 70 بلائة عام 2016.»

وأضاف، «لقد تجاوزنا قدراتنا بكثير، ونحن نقرح جرس الإنذار، والجواب النهائي هو عودة النازحين الطوعية لبلدهم مع ضرورة تسريع الجهود على أساس اقتراحات معقولة لحل الأزمة السورية.»

وبين أنه وبالرغم من الأزمات المتتالية إلا أن الأردن استمر بتقديم جميع الخدمات الأساسية للاجئين السوريين.

وقال، «نحن في الجوار من تتأثر بالأزمة، وهناك 370 كيلو مترا من الحدود بين الأردن وسوريا، وفي الماضي كان التهديد هو الإرهاب والأن أصبح الاتجار بالمخدرات، حيث أن الأوضاع الاقتصادية تتج زيادة الاتجار بها.»

وبين أن الأردن يستضيف أكثر من 1.3 مليون سوري، يعيش 10 بلائة فقط منهم في المخيمات، وعلى الرغم من الضغوط الاقتصادية التي تفاقمت بسبب جائحة كورونا والأزمة الأوكرانية، واصلنا توفير الخدمات الأساسية للاجئين السوريين التي تقدمها للأردنيين، تابع ص2

الحييفات يلتقي عدداً من المزارعين في المملكة

عمان

أكد وزير الزراعة المهندس خالد الحنيفات، التزام الوزارة بالبرنامج الزراعي والدراسة الدائمة للسوق وحماية محصول التفاح والكاكا من خلال خطط التبريد والتخزين والتشجيع والتشجيع على التوسع في هذه الزراعات.

وأشار خلال لقائه الخميس عدداً من المزارعين في مختلف أنحاء المملكة، إلى تحديث الدراسات في الوزارة بما يضمن تعديل تواريخ فتح الاستيراد بما يتناسب والكميات المنتجة.

من جانبه، تمّن رئيس جمعية مزارعي التفاح في الشوبك عيسى الطراونة، تعاون الوزارة ودعمها لحماية محصول التفاح، والتأكيد على مواعيد فتح وإغلاق الاستيراد بما يضمن تسويق المنتج المحلي من التفاح.

وأوضح رئيس جمعية التفاحيات والكاكا فضل الدبيس أهمية التعاون والتهنئة التي يشهدها القطاع حالياً.

وتمن متابعة الوزارة للقطاعات بشكل مباشر وضمن عمل مؤسسي وخطة واضحة بلمس القطاع نتائجها، وكذلك حماية الوزارة لحوصول الكاكا ما يساعد المزارعين على التوسع بهذه الزراعة.

ضبط 8 مروجيين وتجار مخدرات في الرصيفة والبادية الجنوبية

عمان

نفذت إدارة مكافحة المخدرات، حملة أمنية في لواء الرصيفة وعوجان، ألقت القبض خلالها على 7 مروجيين وتجار مخدرات.

وقال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، إن العاملين في إدارة مكافحة المخدرات وبناء على المعلومات التي جمعت حول عدد من الأشخاص ممن يقومون بنشاطات جرمية مرتبطة بالاتجار وترويج المخدرات في مناطق لواء الرصيفة وعوجان في محافظة الزرقاء، فقد نفذوا حملة أمنية موسعة ضمن تلك المناطق.

وأكد أن الحملة أفضت إلى الإلقاء القبض على 7 تجار ومروجيين للمخدرات بعد مدهامة أماكنهم وضبط بحوزتهم كميات متفرقة من المواد المخدرة، ويوشرت التحقيقات معهم تهميلاً لإحالتهم للقضاء. وفي السياق، داهمت قوة أمنية مطلوباً مصنفاً بالخطر وبيحقه 13 طلباً أمنياً بقضايا المخدرات بعد معلومات وردت لإدارة مكافحة المخدرات حول مكان تواجد في إحدى مناطق البادية الجنوبية، إذ ألقى القبض عليه ويوشرت التحقيقات معه.

مؤتمر بروكسل السابع على المستوى الوزاري يبدأ أعماله بمشاركة الأردن

بروكسل

بدأت في العاصمة البلجيكية بروكسل الخميس أعمال مؤتمر بروكسل السابع حول دعم مستقبل سوريا والمنطقة على المستوى الوزاري الذي ينظمه الاتحاد الأوروبي بمشاركة الأردن.

ويترأس الوفد الأردني إلى الاجتماع، نائب رئيس الوزراء وزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، وبمشاركة وزيرة التخطيط والتعاون الدولي زينة طوقان.

ويهدف المؤتمر لبحث ضمان تقديم الدعم للشعب السوري والدول المستضيفة لهم، بما فيها الأردن، وتجديد الدعم السياسي والمالي من جانب المجتمع الدولي ليجيران سوريا، خصوصاً الأردن ولبنان وتركيا، بالإضافة إلى مصر والعراق.

ويستعد المؤتمر إلى ضمان استمرار الدعم للشعب السوري سواء في سوريا أو في المنطقة الأوسع من خلال تعبئة المجتمع الدولي لدعم حل سياسي شامل وموثوق للنزاع السوري يتماشى مع قرار مجلس الأمن الدولي رقم 2254.

ويناقش المؤتمر القضايا الإنسانية الحرجة والمسائل الأساسية المرتبطة بالقدرة على الصمود التي تؤثر على السوريين في سوريا والدول المجاورة، وتلك التي تؤثر على المجتمعات التي تستضيف اللاجئين السوريين في المنطقة.

التطوير الحضري تدعو المستفيدين من مشاريعها لاستكمال إجراءات نقل الملكية

عمان

دعت المؤسسة العامة للإسكان والتطوير الحضري، الخميس، المواطنين المستفيدين من مشاريعها إلى مراجعة المؤسسة لاستكمال إجراءات نقل الملكية.

وأصدرت المؤسسة 1499 سند تسجيل موزعة على مشاريع بيت راس، شفا بردان، العيص بردي، وإفراز جزء من المرحلة الأولى (الوحدات السكنية) ضمن مشروع أبو نصير.

وأكدت المدير العام للمؤسسة الهندسة جمانة العطيوات، أن هناك عدة مشاريع قيد الإفراز حالياً سيعمل عنها حال الانتهاء منها تباعاً، مشيرة إلى أن هذا الجهد جاء بناء على احتياجات المواطنين المستمرة والوقوف على أبرز طلباتهم.

العلوم الإسلامية والملحقية الماليزية تبحثان التعاون

عمان

بحثت رئيس جامعة العلوم الإسلامية العالمية الدكتور جعفر الفناطسة، ومدير الملحقية الثقافية الماليزية في عمان الدكتور رضوان عبد الرشيد، والملحق الثقافي في السفارة الماليزية محمد حنيفة بن علي، سبل تعزيز التعاون سيما في مجال استقطاب الطلبة الماليزيين للدراسة في الجامعة.

وأكد الفناطسة خلال اللقاء، عمق العلاقات التاريخية التي تجمع الأردن والماليزيا في مختلف المجالات، لافتاً إلى أن الجامعة تحرص على تزويد العالمين العربي والإسلامي بمختصين قادرين على إبراز الصورة المشرفة للإسلام والمسلمين في كل ما يتصل بالعقيدة والشريعة والعلوم والفكر والحضارة والفنون والعمارة الإسلامية إسهاماً منها في المشروع الحضاري الإسلامي.

وأشار الفناطسة إلى برنامج الدراسة بعد كليات المذاهب الفقهية والمتضمن 3 تخصصات فقهية هي (الشافعي، المالكي، الحنفي) والمعتمد من قبل وزارة التعليم العالي، كأول برنامج أكاديمي جامعي يدرس كاملاً عن بُعد، ويضطلع عليه من مختلف الجنسيات.

وأشار مساعد رئيس الجامعة الدكتور غالب الحوراني إلى تميز الجامعة وانفتاحها على مستوى جامعات الشرق الأوسط ببرنامجهما البكالوريوس لتخصص الأداء الصوتي والتجويد.

من جهته أعرب عبد الرشيد عن حرص السفارة الدائم على دعم خطط الجامعة وبرامجها واستعدادها للتيسير من أجل استقطاب أكبر عدد من الطلبة، وإمكانية تعزيز التعاون الثقافي، وعقد الفعاليات والأنشطة الثقافية لطلبة الجامعة والمجتمع المحلي.

رابط إلكتروني لتدقيق بيانات المتقدمين لوظائف الفئة الثالثة بـ «المياه»

عمان

قال أمين عام ديوان الخدمة المدنية المهندس مبارك الخلايلة، أن الديوان أنهى فرز وتدقيق الطلبات المقدمة للتنافس على وظائف الفئة الثالثة المعلن عنها سابقاً من خلال سلطة المياه في الصحف اليومية.

وأشار الخلايلة إلى أن بإمكان المتقدمين على هذه الوظائف الاطلاع على حالة الطلب وما إذا كان معتمداً أو غير معتمداً، من خلال الرابط الإلكتروني <http://tasweeq.csb.gov.jo/notes> بدءاً من اليوم وغاية نهاية يوم 17 حزيران الحالي.

كما يمكن المهتمين الاطلاع على مجموع نقاطهم التنافسية وآلية احتسابها وفقاً للمؤلفات العلمية والدراسات التدريبية، وإجراء مزاولة المهنة وشهادات التدريب المهني، والخبرات العملية المصدقة والمسجلة من بيانات المؤسسة العامة للضمان الاجتماعي المرفقة في طلب التوظيف.

وأوضح الخلايلة أنه في حال وجود ملاحظات أو اعتراضات يمكن للمتقدمين إرسالها إلكترونياً من خلال الرابط السابق ذاته، ولن يتم استلام أي ملاحظات أو اعتراضات أو إضافة وثائق جديدة لطلب التوظيف بعد انتهاء المدة المحددة، وذلك لإتاحة الفرصة لتدقيق بيانات المتقدمين، ترسيخاً لنهج الديوان في العدالة والنزاهة وتكافؤ الفرص.

وأضاف، أن ديوان الخدمة المدنية سيعمل بعد دراسة الملاحظات والتنسيق مع سلطة المياه على استكمال مراحل تعبئة هذه الوظائف وفقاً للتعليمات المعمول بها.

وبين أن عدد المتقدمين للتنافس على هذه الوظائف بلغ (1721) منهم (1288) طلباً معتمداً للتنافس، و (433) غير معتمدة مخالفة مقدمتها لشروط إشغال الوظائف المعلن عنها ومجموعها (32) وظيفة.

وتوزعت هذه الوظائف كما يلي: جابى عدد 6، حارس عدد 7، سائق آلية إرشادية عدد 1، سائق فئته سادسة عدد 4، قياس عدد 1، كهربائي تشغيل محطات توليد عدد 6، لحيم كهرباء / أكسجين عدد 4، ماسرجي عدد 1، ميكانيكي مضاخات وضغطات عدد 2.

شركة كهرباء محافظة إربد المساهمة العامه المحدودة إعلان فصل التيار الكهربائي

ستقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الاثنين الموافق 19/6/2023 بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تعترض من خلالها إى فصل التيار الكهربائي عن حوراء - طريق حوراء الرمثا وذلك من الساعة التاسعة صباحاً لغاية الساعة الرابعة مساءً وعن كفراسد، صيدون من الساعة التاسعة صباحاً لغاية الساعة الرابعة مساءً بـ محافظة إربد.

وعن تجميع الشطب، الرمثا التي الجنوبي غرب التصريفية، في مسجد الزبير بن العوام التي الجنوبي الغربي، الرمثا قرب إشارة جابر، مدار الرمثا (إفارة جابر، الجاورين لتصريفية الرمثا من الساعة التاسعة صباحاً لغاية الساعة الخامسة مساءً بـ مدينة الرمثا.

وعن بوضعة العليات، بوضعة المشاقبة، رباب، الدغمية، تلة خليفة، الصفر، حي الأميرة نور، بوضعة العوامدة، أم النعام، التي الشرقي من حريفية الفرق، التجمعات المجاورة إضافة العوش غرب مستشرف الشرق الحكومي من الساعة التاسعة صباحاً لغاية الساعة الثالثة والنصف صباحاً بـ محافظة الفرق.

قسم العلاقات العامة

اطلع على ابتكارات شباب طوروا حلولاً لمواجهة تحديات في القطاع المالي

ولي العهد يفتتح مركز التكنولوجيا المالية

المركز أنشئ استجابة لرؤية التحديث الاقتصادي ويقدم خمس خدمات رئيسية



في برامجه، تشمل الوصول لبنية تحتية متقدمة وللخبراء والشركات وللتحويل والأسواق.

وحسب البهوي، فإن المركز يسعى لإثراء المنظومة المالية الرقمية وخلق فرص عمل وتعزيز مكانة الأردن كبيتة مستقلة للاستثمارات، ويستهدف مبتكرين من داخل الأردن وخارجه، على أن تطبق أفكارهم ومشاريعهم داخل المملكة.

واطلع سموه على حلول وأفكار ريادية لشباب شاركوا في «هاكاثون»، وهي مسابقة تم تنظيمها قبيل الافتتاح الرسمي للمركز بأسابيع، واجتمع فيها مبرمجون ومهندسون وذكوات تقنية وعلمية للقيام بعمل مشروع تقني إبداعي في غضون 48 ساعة.

وعمل الشباب المشاركون في المسابقة، التي شارك فيها 23 فريقاً، على تطوير حلول لمواجهة تحديات في القطاع المالي، إذ فازت ثلاثة فرق بالمسابقة وتأهلت للمشاركة ببرنامج حضامة الأعمال، الذي سينطلق بداية شهر تموز المقبل ضمن 30 فريقاً ريادياً.

وقدمت الفرق المطورة أمام سمو ولي العهد إيجازاً حول الحلول التي طورتها وكيفية مساهمتها في تحسين الخدمات المالية الرقمية وتمكين الوصول إليها من قبل المؤسسات المتوسطة والصغيرة والمتناهية الصغر.

وحضر حفل الافتتاح محافظ البنك المركزي الأردني ورئيس مجلس إدارة شركة جوباك، الدكتور عادل الشركس، ونائب محافظ البنك المركزي الدكتور خالد الوشاح، وممثلون عن البنوك الداعمة للمركز.

عمان

افتتح سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد، الخميس، مركز التكنولوجيا المالية «جوين»، الذي يُعنى بتعزيز ابتكارات التكنولوجيا المالية (الفينتك) في الأردن.

ويهدف المركز إلى تعزيز الخدمات المالية الرقمية والمساهمة في بناء اقتصاد رقمي مستدام، وقد أنشئ استجابة لرؤية التحديث الاقتصادي التي أطلقت بتوجيهات من جلالة الملك في 2022، وشملت في مساراتها تمكين التكنولوجيا المالية.

ولفت سموه إلى أهمية أفكار الشباب ومهاراتهم في تطوير التكنولوجيا المالية في الأردن، والتي تعدّ عنصراً مهماً في رؤية التحديث الاقتصادي.

وبين سمو ولي العهد أهمية استثمار القطاع الخاص بالشباب الأردني وإمكانياته، لتطوير الأعمال وتسريع الإنجاز.

ويتبع المركز للشركة الأردنية لأنظمة الدفع والنقص (جوباك) التي تعمل على إدارة وتشغيل أنظمة الدفع المختلفة وتطوير حلول مالية رقمية مبتكرة، والمملوكة للبنك المركزي الأردني والبنوك العاملة بالمملكة.

واستمع سمو ولي العهد خلال الافتتاح إلى شرح قدمته الرئيسة التنفيذية لشركة (جوباك) مها البهوي حول أهداف وبرامج المركز، الذي يضم حضامة الأعمال ومختبراً لتطبيقاً رقمياً يديره البنك المركزي بالتعاون مع الشركة.

ويقدم المركز خمس خدمات رئيسية للمشاركين

رئيس الوزراء يترأس اجتماعاً لمجلس الاستعمار

عمان



ترأس رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة اجتماع مجلس الاستعمار الذي عقد في رئاسة الوزراء الخميس.

وأكد رئيس الوزراء أن قانون تعزيز البيئة الاستثمارية عمل على توحيد مرجعية الاستثمار في وزارة الاستثمار والتسهيل بين المستثمرين وتبسيط الإجراءات أمامهم وإنجاز معاملاتهم دون الحاجة لمراجعتهم لأي دائرة أو مؤسسة حكومية.

ولفت رئيس الوزراء إلى أن قانون البيئة الاستثمارية خفض من الإجراءات البيروقراطية التي كانت تواجه المستثمرين، مؤكداً أهمية رفع

القدرات المؤسسية وبما يكفل تمكين الاستثمار القائم وجذب المزيد من الاستثمارات وتبسيط الإجراءات، وإزالة العقبات أمام المستثمر المحلي والأجنبي.

ووافق مجلس الاستثمار على المنصة الاستثمارية المتكاملة (invest.jo) التي تعنى بترويج الاستثمار في الأردن وفق أفضل الممارسات الدولية والتعريف بالبيئة الاستثمارية والمزايا التنافسية للمملكة والفرص الاستثمارية

المتوفرة في جميع القطاعات. وأكد رئيس الوزراء أهمية إطلاق المنصة في وقت قريب لأهميتها في التعريف بالفرص الاستثمارية بالمملكة وتعزيز التواصل مع المستثمرين المحليين والدوليين، لافتاً إلى أهمية تحديث المواقع الإلكترونية للوزارات والمؤسسات الحكومية وبما يسهم في تسهيل الوصول إلى المعلومات والخدمات المقدمة من خلالها.

وأطلع مجلس الاستثمار من وزيرة الاستثمار خلود السقايف حول الصورات التي أجريت مع الجهات المعنية من القطاع العام والإلكتروني لديوان التشريع والرأي لتلقي الملاحظات بشأنه، مؤكداً أنه ومع صدور قانون تعزيز البيئة الاستثمارية وبعد إقرار قانون الشراكة بين القطاعين العام والخاص الموجود حالياً في ديوان التشريع والرأي تمهيداً لنسب إجراءات إقراره وإعادته لجلس الوزراء لإقراره بشكل نهائي وإرساله إلى مجلس النواب.

ولفت رئيس الوزراء إلى أنه تم نشر مسودة مشروع قانون

وزير البيئة يري حفل جائزة المصنع الأخضر

عمان

منذ يومين ترأس الوزراء، رعى وزير البيئة الدكتور معاوية الرابدة الخميس، فعاليات الحفل الختامي لمسابقة المصنع الأخضر التي أطلقتها وحدة الطاقة والاستدامة البيئية في غرفة صناعة الأردن، بالتعاون مع مشروع تعزيز الأنشطة الخضراء في المنشآت الصناعية المنفذ من الوكالة الألمانية للتعاون الدولي. وقال الرابدة، خلال حفل الإعلان عن المصانع الثلاثة الفائزة بالمراتب الأولى، إن المسابقة تتوافق مع توجه السياسات الاقتصادية التي تبنتها الحكومة بشراكة حقيقية مع القطاع الخاص، للوصول إلى عمليات تصنيع وإنتاج قائمة على مصادر طاقة نظيفة، تفل من انبعاثات الكربون، وتحد من الآثار البيئية.

وأضاف، إن الجائزة كشفت عن الإبرار المتنامي للقطاع الصناعي الأردني، وأهمية مشاركته في التحول نحو الاقتصاد الأخضر، لدواعي إنتاجية داخلية وخارجية، لافتاً إلى أن المسابقة التي شارك فيها 39 مصنعاً محلياً والتي أطلقت قبل نحو 5 أشهر بالتعاون مع غرفة صناعة الأردن ووزارتي الصناعة والتجارة والثمين والبيئة.

وأشار إلى أن الأردن يدعم عملية التحول نحو الاقتصاد الأخضر عبر عدد من الخطط والاستراتيجيات، انطلاقاً من رؤية التحديث الاقتصادي التي تمثل خارطة طريق للنهوض الاقتصادي للمملكة في السنوات العشر المقبلة، وتشتمل على مزيج من المبادرات الهادفة لتأهيل أصحاب الأعمال في عناصر الاستدامة مثل ممارسات التصنيع الأخضر والتجارة الخضراء وكفاءة استخدام الطاقة وتقليل تكاليف الإنتاج وإعادة التدوير. من جهته، قال رئيس غرفتي صناعة الأردن وعمان المهندس فتحي الجغبير، إن فكرة

الجائزة تتبصر حول تطوير آلية وطنية لتكريم المنشآت الصناعية الرائدة بجمالات الاستدامة الثلاثة: الطاقة والمياه والبيئة، بالإضافة إلى كونها خطوة أولى لتطوير معايير وطنية للصناعة المحلية والالتزام بتطبيق أفضل ممارسات الاستدامة وبما يحقق الأهداف الوطنية ويدعم القدرات التنافسية للقطاع الصناعي.

الصفدي: الأردن تجاوز أكثر من قدراته خلال استضافته للاجئين

بروكسل



أكد نائب رئيس الوزراء وزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، أن الأردن تجاوز قدراته بكثير خلال استضافته للاجئين على أرضه.

وقال الصفدي خلال مؤتمر بروكسل السابع لمستقبل سوريا والمنطقة المتعد في بروكسل، إن «الدعم الدولي للاجئين يسجل انخفاضاً لافتاً حيث وصل هذا العام إلى 6 بلائة فقط، فيما كان العام الماضي 33 بلائة مقارنة مع 70 بلائة عام 2016».

وأضاف، «لقد تجاوزنا قدراتنا بكثير، ونحن نفرح جرس الإنذار، والجواب النهائي هو عودة النازحين الطوعية لبلدهم مع ضرورة تسريع الجهود على أساس افتراضات معقولة لحل الأزمة السورية».

وبين أنه وبالرغم من الأزمات المتتالية إلا أن الأردن استمر بتقديم جميع الخدمات الأساسية للاجئين السوريين.

وقال، «نحن في الجوار من تتأثر بالأزمة، وهناك 370 كيلو متراً من الحدود بين الأردن وسوريا، وفي الماضي كان التهديد هو الإرهاب وأن أصبح الاتجار بالبشر، حيث أن الأوضاع الاقتصادية تتيح زيادة الاتجار بها». وبين أن الأردن يستضيف أكثر من 1.3 مليون سوري، يعيش 10 بلائة فقط منهم في المخيمات، وعلى الرغم من الضغوط الاقتصادية التي تقاومت بسبب جائحة كورونا الأزمة الأوكرانية، واصلنا توفير الخدمات الأساسية للاجئين السوريين التي نقدمها للأردنيين.

وأشار إلى أن هناك أكثر من 150 ألف طالب سوري مسجلون في نظامنا التعليمي الرسمي، ونتيجة لذلك، تعمل أكثر من 200 مدرسة في الأردن الآن على نظام الفترتين، لافتاً إلى أن السوريين يتمتعون بنفس

إمكانية وصول الأردنيين إلى الخدمات الصحية، ففي العام الماضي وحده تمكن أكثر من 320 ألف سوري من الوصول إلى نظامنا الصحي.

وأكد أنه وعلى الرغم من معدل بطالة يبلغ حوالي 24 بالمئة، فقد قدمنا أكثر من 370 ألف تصريح عمل للسوريين، ووضف هذا العدد يعمل بدون تصاريح.

ولفت إلى أن أكثر من 200 ألف طفل سوري ولدوا في الأردن منذ اندلاع الأزمة، ويبلغ معدل الخصوبة بين السوريين 4.7 بلائة، أي ضعف معدل الخصوبة في الأردن البالغ 2.6 بلائة، مبيناً أن أقل من 50 ألفاً سوريا عادوا إلى بلدهم في السنوات القليلة الماضية.

وعدا الصفدي إلى «إنشاء صندوق عالمي لدعم العودة الطوعية والأمنة للاجئين السوريين، مؤكداً أن توفير البيئة المادية التي تضمن الخدمات الأساسية للاجئين في بلادهم أمر لا بد منه ويجب أن تعكس المواقف السياسية الواقع سواء في ظل أيئة التعافي المبكر أو الاستقرار أو أي آلية أخرى. يجب توفير الخدمات الأساسية كي يتمكن اللاجئين من العودة»، مؤكداً أن «مستقبل اللاجئين في سوريا وليس في البلدان المضيفة ويجب أن نبني لهذا المستقبل».

ولفت إلى أن منظمات أممية كالمفوضية العليا للاجئين وبرنامج الغذاء الدولي قصت قصتها، وستوقف برنامج الغذاء العالمي عن تقديم مساعدات ثلثات الألاف من اللاجئين في شهر أيلول المقبل وهو ما سيزيد

من معاناتهم. وقال، أن «الاستثمار في اللاجئين هو استثمار في أمننا الجماعي أما التحدي عنهم وترتكب بحاجة ويأس فلن يبرش بالخير لنا جميعاً ولن توقف الحواجز مخرجهم إلى أوروبا»، موضحاً أن انخفاض الخدمات التي البحث عن حياة أفضل في مكان آخر.

وأشار إلى أن «إحصاءات الأمم المتحدة للعام الماضي، أظهرت زيادة في عدد السوريين الذين غادروا الأردن إلى أوروبا عبر دول ثالثة».

وقال، يجب على الجميع القيام بدورهم. هناك حد لما يمكننا القيام به، وهناك حد يجب أن نتوقعه منا.

وقال، لدينا 378 كيلومتراً من الحدود

الزنجبيل علاج طبيعي فعّال للصداع النصفي



مجموعة من الأعراض المصاحبة للصداع النصفي، والتخلص من الصداع نفسه في أسرع وقت. ويحسب دراسة نُشرت في "جورنال أوف فيثوثيرابي"، توجد أدلة على أن الزنجبيل يقلل من الإحساس بالصداع النصفي. ويملك مضغ شريحة من الزنجبيل للحصول على عصارته بشكل سريع، أو غلي الزنجبيل وتناول الشاي، مع تحسين مذاق بإضافة العسل. لكن تذكر أن شاي الزنجبيل غير مناسب للحوامل ومن يتناولون أدوية مذيبة لجلطات الدم.

وكالات

يصاحب الصداع النصفي مجموعة من الأعراض تزيد الألم سوءاً، مثل الدوخة والقيء والحساسية للضوء والصوت. كما يمكن أن تستمر نوبة الصداع النصفي لساعات، وفي بعض الأحيان لعدة أيام متتالية! ولا يُنصح بالاعتماد على المسكنات دائماً، خاصة أن نوبات هذا الصداع تتكرر كل أسبوعين أو أكثر. لذلك، جُرب الزنجبيل للتغلب على الألم وأعراض هذا الصداع.

ويتمتاز الزنجبيل بأنه غني بمضادات الالتهابات، ما يساعد على تخفيف

اتباع نظام غذائي نباتي يحد من التهاب اللثة

الغنية بمضادات الأكسدة والنترات النباتية والالياف مثل التوت البري والفراولة والفاصوليا والسبانخ والبنجر. ووجد الباحثون أن المجموعة التي تناولت هذا النظام القائم على النبات شهدت انخفاضاً كبيراً في نزيف اللثة، كما أظهرت زيادة في نسب فيتامين "د" و فقدان الوزن، مقارنةً بالمجموعة الأخرى. وقال الدكتور يوهان فولبر، قائد فريق البحث، "تُظهر نتائج الدراسة بوضوح إمكانية الحد من التهاب اللثة بشكل طبيعي عن طريق اتباع نظام غذائي نباتي يعزز الصحة العامة أيضاً". وأضاف أن، "الحمية الغريبة التي تعتمد على تناول كميات كبيرة من اللحوم الحمراء واللحوم المصنعة والمشروبات الغازية والبطاطس المقلية والسكر والحلويات تزيد فرص الإصابة بالتهابات اللثة، ومنها التهاب اللثة". وتجنب الإصابة بالأمراض المتعلقة باللثة، ينصح الباحثون الأشخاص بالاهتمام الكامل بنظافة الأسنان والاعتناء بوضع اللثة الصحي منذ الصغر. عبر تدليكها ومراجعة الطبيب بشكل دوري من أجل الكشف عن أية أمراض لا ترى بالعين المجردة، لكنها موجودة وتظهر فقط عند حدوث الالتهابات المتكررة.

وكالات

كشفت دراسة ألمانية حديثة، أن المواظبة على اتباع نظام غذائي نباتي غني بمضادات الالتهابات الطبيعية يساعد في تقليل التهاب اللثة. الدراسة أجراها باحثون بكلية طب الأسنان جامعة فرايبورغ الألمانية، ونشروا نتائجها، في دورية (Journal of Clinical Periodontology) العلمية. وتعد أمراض اللثة، من أكثر أمراض الفم انتشاراً، وتتسبب أعراضها في الاحترقان والانتفاخ ونزف الدم لأقل سبب، وفي مرحلة لاحقة تشكل الجيوب اللثوية ما يسبب رائحة الفم الكريهة. وللوصول إلى نتائج الدراسة، راقب الباحثون ٣٠ مريضاً بالتهاب اللثة، وأخضعهم لنظام غذائي نباتي، مقارنةً بمجموعة أخرى تناولوا النظام الغذائي المعتاد لهم لمدة ٤ أسابيع. وخضع المشاركون في المجموعة الأولى لنظام غذائي منخفض الكربوهيدرات المعالجة والبروتينات الحيوانية وغني بالمصادر النباتية التي تحتوي على أحماض "أوميغا ٣" الدهنية مثل بذور الكتان ومكسرات الجوز، وفيتامين "سي" مثل الفلفل الأحمر والجوافة والبرنقال، وفيتامين "د" مثل رقائق الجيوب المدعمة والفواكه والخضروات

دراسة: 'استنشاق السكر' يعالج أمراضاً خطيرة

أوضح البروفيسور ماك دونالد أن "أمراض الجهاز التنفسي تسبب معاناة زهيدة في كل من العالم النامي والمتقدم، حيث يتم إدخال مئات الأشخاص إلى المستشفى يومياً في بريطانيا، على سبيل المثال، جراء نوبات الربو. في حين أن الإصابات الطفيلية المميتة المحتملة في الرئتين منتشرة في معظم أنحاء إفريقيا وآسيا". وأضاف "إن فكرة أن تعديل مستويات الجلوكوز في الرئتين قد يكون، يوماً ما، عاملاً حاسماً في علاج هذه الحالات.. من الواضح أننا نحتاج الآن إلى دراسة تأثير الجلوكوز على بلاعم الرئة البشرية".

مانشستر أن البلاعم في الرئتين تحتاج إلى مستوى مناسب من الجلوكوز أو "الوقود" لكي تعمل بشكل صحيح، كما وجدوا أن التحفيز المفرط بالسكر يؤدي إلى التهاب يرتبط غالباً بالحالات المرضية المزمنة، مثل الربو. ويشير البحث كذلك إلى أن حجب مستقبلات السكر على بلاعم الرئة يمكن أن يساعد في كبح العديد من أمراض الرئة. من ناحية أخرى، فإن تحفيز الخلايا التي تحتوي على المزيد من السكر قد يساعد جهاز المناعة على محاربة التهاب الشعب الهوائية المسؤولة عن نوبات السعال والالتهاب الرئوي.

للفضول، بحسب الباحثين، مفادها أن استنشاق السكر قد يحفز جهاز المناعة في الرئة على محاربة العدوى أو الأمراض. وقال كبير العلماء، الأستاذ في جامعة مانشستر أندرو ماك دونالد إن "العلاج بواسطة استنشاق السكر على المدى القصير قد ينجح ذات يوم".

ويجرت الدراسة، التي أجريت على الفئران، في خلايا دم بيضاء متخصصة يطلق عليها اسم "البلاعم"، وهي خلايا تعمل مثل "مكائن تنظيف" لنظام المناعة، وتقوم بتنظيف و"كنس" الكائنات الضارة، والمخلفات في الجهاز المناعي.

ووجد الفريق العلمي في جامعة

وكالات

كشفت دراسة علمية حديثة أن استنشاق السكر يمكن أن يساعد في علاج أمراض الرئة، وفقاً لما ذكرته صحيفة "إندبندنت" البريطانية. وقالت الصحيفة إن العلماء توصلوا إلى هذه النتيجة بعد دراسة لأثر الجلوكوز على خلايا نظام المناعة في الجهاز التنفسي.

ووجد العلماء أن حجب البروتينات "الاستقبلية" الحساسة للسكر يمكن أن يثبط الالتهاب، الذي يلعب دوراً رئيسياً في حالات الحساسية والربو وغيرها. غير أن الدراسة كان لها جانب مثير

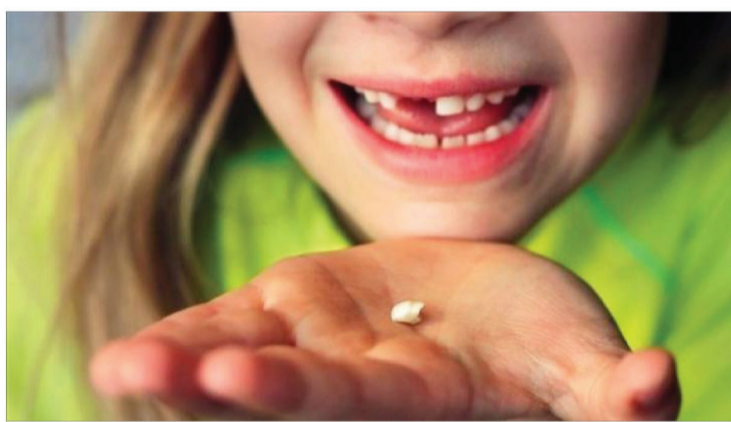
تحذير للحوامل من نوبات العمل المسائية

الصحة المهنية والبيئية، أن ٧٤٠ امرأة أُجهزت من بين ١٠٤٧ امرأة عملن لبعض النوبات الليلية في الفترة بين الأسبوع الثالث والحادي والعشرين من الحمل. أما باقي النساء في الدراسة، اللاتي لم يعملن في نوبات مسائية، وعددهن ١٢٦٩٧، فقد تعرضت ١١٤٩ منهن للإجهاد. وبعد الأخذ في الحسبان لعوامل السن ومؤشر كتلة الجسم والتدخين وعدد الولادات والإجهاد السابقة والوضع الاجتماعي والاقتصادي. وجد الباحثون أن العمل لثوبتين مسائيتين أو أكثر في أسبوع واحد في الفترة من الأسبوع الثامن حتى الثاني والعشرين من الحمل مرتبط بزيادة نسبتها ٣٢ في المئة في خطر التعرض للإجهاد في الأسبوع التالي. لكن زيف وليامز، رئيس قسم طب الغدد الصماء التناسلية والعقم بمركز إرفينج الطبي التابع لجامعة كولومبيا في نيويورك، يرى أن الارتباط الذي خلص إليه الباحثون ليس دليلاً على أن العمل ليلاً يسبب الإجهاد.

وكالات

نبهت دراسة طبية، إلى أن العوامل اللاتي يعملن نوبتي عمل مسائيتين على الأقل في أسبوع واحد قد يصبحن أكثر عرضة لتلاجهن في الأسبوع التالي. وأوضحت الباحثة لويز مولنبرج فيغبرتا التي أشرفت على الدراسة، أن "النساء اللاتي يعملن في نوبات مسائية يتعرضن لضوء في الليل يؤثر على الساعة البيولوجية ويقلل إفراز هرمون الميلاتونين". وأضافت "تبيّنت أهمية هذا الهرمون في نجاح الحمل، ربما يرتبط بحماية وظيفة المشيمة". وقامت بيغتراب، وهي باحثة في قسم طب الصحة المهنية والبيئية في مستشفى بيسبيير وفريديكسبير في كوبنهاجن، وزملائها، برصد الحمل لدى ٢٢٧٤٤ موظفة في القطاع العام، معظمهن يعملن في مستشفيات دتمركية. وأفاد الباحثون في تقرير نشر بمجلة طب

لهذا السبب عليك الاحتفاظ بأسنان طفلك اللبنية



السرطان، ومرض السكري، وإنتاج أنسجة جديدة للعين، والمساعدة على نمو العظام. ويمكن أن يكون استخراج الخلايا الجذعية من نخاع العظام إجراءً مؤثراً للغاية للمرضى، ولكن مع أسنان الأطفال، من ذلك، أنها قابلة للاستخدام حتى بعد مرور ١٠ أعوام. وتمتاز أسنان الأطفال اللبنية بأنها غير معرضة للتلف البيئي، ما يعني أن الخلايا الجذعية التي تستخرج في حالة جيدة بعد وقت طويل، ويمكن استخدامها أيضاً لإصلاح الأسنان التالفة، حسب صحيفة ميرور البريطانية.

وكالات

رغب البعض في الاحتفاظ بأسنان أطفالهم اللبنية بعد سقوطها للذكرى التي يمكن أن يعود لها الأطفال في المستقبل، لكن الأبحاث تشير إلى فوائد غير متوقعة للاحتفاظ بهذه الأسنان. وإذا كان الاحتفاظ بأكثر من سن لبني للطفل أمراً مبالغاً به حسب البعض، إلا أنه يمكنه إنقاذ حياته في يوم من الأيام، حسب ما يقول الباحثون. وتعتبر أسنان الأطفال مخزناً هاماً لنخاع العظم، ويمكن استخدام الخلايا الجذعية المستخرجة منها لعلاج

منظمة الصحة العالمية: وباء الإيبولا يعاود الانتشار بسرعة

ثلاثة أسابيع احتواء حمى الإيبولا النزفية إلى حد كبير، قائلًا إن من الممكن القضاء عليه بحلول سبتمبر. وأشارت إلى أن عدد حالات الإصابة الأسبوعية تراجع إلى نصف ما كان عليه في وقت سابق هذا العام وبلغ نحو ٢٥ حالة. لكن عدد الإصابات وصل إلى رقم قياسي هو ٥٧ حالة في الأسبوع التالي ثم قفز إلى ٧٢ الأسبوع الماضي وفقاً لما قاله كريستيان ليندمير المتحدث باسم المنظمة. وجرى تسجيل قفزات سابقة في أعداد المصابين بالمرض بنحو ٥٠ حالة أسبوعياً في أواخر يناير ومنتصف نوفمبر.

وكالات

قالت منظمة الصحة العالمية إن مرض الإيبولا ينتشر بأسرع وتيرة له حتى الآن في جمهورية الكونغو الديمقراطية، وذلك بعد ثمانية أشهر من ظهوره للمرة الأولى. وظهر خلال الأسبوعين الماضيين عدد قياسي من الحالات الجديدة مما يمثل انتكاسة حادة لجهود التصدي لثاني أكبر تفش للمرض على الإطلاق في الوقت الذي أدى فيه العنف الذي تمارسه الميليشيات ورفض السكان التعاون مع المسعفين إلى عرقلة الوصول إلى المناطق المصابة. كانت منظمة الصحة العالمية أعلنت قبل أقل من

ما علاقة الدورة الشهرية بإصابة النساء بالخرف؟

بالخرف مقارنة بمن لم يخضعن لهذا الإجراء. وعلى الرغم من أن أفراد فريق البحث ما يزالون غير قادرين على فهم الرابط بين سنوات الإنجاب الأقصر وزيادة خطر الإصابة بالخرف، إلا أنهم يعتقدون أن مستويات الهرمونات قد تلعب دوراً في ذلك. وأظهرت الأبحاث السابقة أن الإستروجين لديه خصائص مضادة للالتهابات، ما قد يزيد من خطر الإصابة بالخرف.

في أكثر من ٦ آلاف مشاركة، خضعن لفحوصات طبية وأكملن الاستبيانات التي تتعلق بأول دورة حيض، وما إذا كن قد مررن بمرحلة انقطاع الطمث، أو إذا ما خضعن لاستئصال الرحم أو جزء منه. ووجدت النتائج أن النساء اللاتي بدأن دورة الحيض الأولى في سن ١٦ عاماً أو أكثر، كن عرضة للإصابة بالخرف بـ ٢٣٪ أكثر من أولئك اللاتي بدأن دورة الحيض في سن ١٣ عاماً أو أقل. ووجد الفريق أيضاً أن النساء اللاتي دخلن مرحلة انقطاع الطمث قبل سن

في أكثر من ٦ آلاف مشاركة، خضعن لفحوصات طبية وأكملن الاستبيانات التي تتعلق بأول دورة حيض، وما إذا كن قد مررن بمرحلة انقطاع الطمث، أو إذا ما خضعن لاستئصال الرحم أو جزء منه. ووجدت النتائج أن النساء اللاتي بدأن دورة الحيض الأولى في سن ١٦ عاماً أو أكثر، كن عرضة للإصابة بالخرف بـ ٢٣٪ أكثر من أولئك اللاتي بدأن دورة الحيض في سن ١٣ عاماً أو أقل. ووجد الفريق أيضاً أن النساء اللاتي دخلن مرحلة انقطاع الطمث قبل سن

وكالات

أظهرت دراسة جديدة أن النساء اللاتي يبدين الدورة الشهرية في عمر متأخر، أو يتعرضن لانقطاع الطمث المبكر، يزيد لديهن خطر الإصابة بالخرف. وتقول المعدة الرئيسية للدراسة، الدكتورة باولا جيلزانتز، وهي عالمة في قسم الأبحاث في كايزر بيرمينتي، "من المهم دراسة أي عوامل خطر خاصة بالنساء، حيث أنها قد تتوفرن في نهاية المطاف إلى نقاط تدخل محتملة". ونظر الفريق خلال هذه الدراسة،

هل شرب عصير الرمان أثناء الحمل آمن؟

بأنها تجمع ما بين الحديد وفيتامين "سي" اللازم لامتناس المعدن الهام. وتقيد التقارير الطبية بأن ١٨ بالمائة من الحوامل في المجتمعات المتقدمة تعاني من الأنيميا، ويلعب الحديد دوراً هاماً في توصيل المغذيات للجنين. لذلك من المفيد أكل الرمان أثناء الحمل. وتقيد دراسات أجريت عام ٢٠٠٥ بأن تناول فاكهة الرمان أثناء الحمل يعزز من نمو خلايا دماغ الجنين، ويحميها من تشوهات النمو. لكن وفقاً لدراسات أخرى من جامعة ميريلاند عند تناول الحامل عصير الرمان والذي تعرّضت بذوره للعصر تتزايد احتمالات انقباضات الرحم، ما يهدد بولادة مبكرة. لذلك من الأفضل الحصول على فوائد الرمان من أكله وليس شرب عصيره.

وكالات

تحتوي فاكهة الرمان على مغذيات عديدة تزود الحامل باحتياجات هامة لنمو الطفل وسلامة الحمل. ويعتبر أكل الرمان آمناً تماماً للحامل، لكن وفقاً لدراسة صدرت عام ٢٠١١ ربما من الأفضل عدم شرب عصير الرمان خلال أشهر الحمل قبل التحدث مع الطبيب. الألياف، يحتوي مقدار نصف الكوب من حب الرمان عند أكله على ٥ غرامات من الألياف. وتعتبر الألياف ضرورية لتفادي الإمساك الذي تشكو منه نصف الحوامل تقريباً. وتحت توصيات الحمل على تناول ما بين ٢٥ و ٣٠ غراماً من الألياف. الحديد وفيتامين "سي". تمتاز فاكهة الرمان

ماذا تعرف عن البيات الشتوي لعضلة القلب؟

حدث لأي عضو بالجسم أن يقطع عنه الشريان المغذي له فإنه يكون مثل ورقة الشجر التي تقطع عنها الماء فتتموت، لكن القلب يعيش بما وهبه الله له من قدرة على تخزين الانقباض وتخزين الأكسجين، فلو كانت عضلة القلب تشبه أي عضو بالجسم لما عاش الإنسان بعد الإصابة بالجلطة، فمع منع الغذاء والدم عن عضلة القلب فإنها تظل تعمل ولكن ليس بنفس الكفاءة، إلا بعد إعادة كفاءتها لها بالدعامات أو الجراحة أو الأدوية.

وأوضح شعبان أنه إذا أخذنا عينة منوريد التاجي سنجد أن نسبة الأكسجين فيها أقل نسبة فالحظ دون أن يبذل الإنسان أي مجهود يسحب حوالي ٧٠٪ من الأكسجين الموجود في الدم الشرياني، بحيث لو بذل الإنسان مجهود لا يجد له احتياطي من الأكسجين لكن هناك احتياطي موجود بالشريان التاجي. وتابع شعبان إلى أن عضلة القلب تقوم بما يسمى الانقباض الاستراتيجي أو ما يطلق عليه البيات الشتوي، حيث يصاب الإنسان بجلطة في الشريان التاجي، ولو

بالقدم أو الذراع أن تم استهلاكها في المشي، فيظهر على الإنسان الإرهاق، ولا بد أن يريح عضلة رجليه أو يده لاستئناف السير مرة أخرى. وأكد شعبان إلى القلب على عكس باقي الأعضاء فهو لا يسمح بالراحة فلا بد أن يعمل على مدار الساعة في شكل أوتوماتيكي حتى لو قطع عن هذه العضلة مصدر الطاقة، وذلك لأن لديها مصدر بديل ستظل تعمل حتى مع انقطاع الدم عنها وإن كانت تعمل بشكل بطيء فإنها تظل تعمل ومع عودة الدم لها تعود لتعمل بنفس كفاءتها.

وكالات

قال الدكتور جمال شعبان استشاري قلب وأوعية دموية عميد معهد القلب السابق، إن هناك ما يعرف بالبيات الشتوي لعضلة القلب حيث إن لعضلة القلب خاصية حيوية تساعد القلب على الانقباض والانبساط. وأضاف شعبان في منشور له عبر صفحته الرسمية على فيس بوك، إلى أنه مع إعجاز الخالق سبحانه أن عضلة القلب قد تظل تعمل حتى مع منع عودة عنها أما باقي عضلات الجسم الموجودة

دراسة: إعادة استخدام الزيت يسبب سرطان الثدي

أن زيت القلي المعاد استخدامه يعزز من تحول خلايا سرطان الثدي إلى أنواع شرسة ويزيد من انتشارها. وبحسب الدراسة التي نُشرت في "جورنال أوف كانسر بريفيشنز ريسيرش" يساعد زيت القلي المعاد استخدامه على زيادة نمو سرطان الرئة، لكن تزايد نمو سرطان الثدي بسبب الزيت المعاد استخدامه يبلغ الضعف مقارنةً بأنواع أخرى من الأورام.

وكالات

حذرت دراسة جديدة من إعادة استخدام الزيت الذي سبق قلي الطعام فيه لأنه يزيد من نمو وانتشار خلايا سرطان الثدي. وينطبق ذلك على كل أنواع الزيوت بما فيها الأنواع التي تتحمل الحرارة العالية. وأظهرت تجارب الدراسة التي أجريت في جامعة إلينوي باستخدام عينات من سرطان الثدي

مواد غذائية تحمي من إعتام عدسة العين

الذين يعانون من إعتام عدسة العين بحماية الفواكه والخضروات التي تتميز باحتوائها على نسبة عالية من مضادات الأكسدة، يخفف تكاليف علاجهم من النصف. ويقول الباحثون إن "النتائج التي حصلنا عليها تؤكد على أن الحمضيات والफल الجار والجزر والطماطم والخضروات الخضراء الداكنة، تؤخر بداية إعتام عدسة العين لعدة سنوات وتحمي منه. وتحتوي هذه المواد على فيتامينات A و C و E وبيتا كاروتين، وكذلك مضادات الأكسدة لوتين وزياكسانثين، تعمل كمواد فعالة في حماية البصر".

وكالات

كشفت دراسة حديثة أن تناول مواد غذائية غنية بمضادات الأكسدة، يساعد على تأجيل الإصابة بإعتام عدسة العين لعدة سنوات، ويمنع تطور الإصابة بالمرض. وأظهرت نتائج دراسة علمية أجراها علماء جامعة شيان جياوتونغ الصينية وعلماء جامعة جنوب أستراليا، وجود علاقة مباشرة بين تناول مواد غذائية غنية بمضادات الأكسدة، وخطر تطور مرض إعتام عدسة العين المرتبط بالعمر. وتوصل الباحثون إلى أن التزام

١٠ أنواع 'سحرية' من الفاكهة لخفض الوزن

الجريب فروت علاج مشكلات الهضم والانتفاخ. أظهرت دراسات أن تناول نصف حبة من ال"غريب فروت" قبل الطعام يقلل من دهون البطن ويخفض مستوى الكوليسترول السيء. الليمون يعبر عن الليمون فوائده في إزالة السموم من الجسم وخصوصاً من الكبد، مما يعني التمتع بالقدرة على هضم الطعام وحرق الدهون بكفاءة عالية. التوت يساعد أكل التوتارين في مكافحة السممة ومرض السكري، كما أنها غنية بالفيتامينات المفيدة مثل "أي" و"سي"، فضلاً عن سرعاتها الحرارية المنخفضة. التوت يتمتع التوت بفوائد مضادات الأكسدة ذات التأثير السحري على الدهون، وتسريع عملية "الأبيض"، وحرق السعرات الحرارية. الأفوكادو يحتوي الأفوكادو على نسبة عالية من أحماض "أوميغا" الدهنية ذات التأثير الإيجابي على الدهون، والتي تسرع من عمليات التمثيل الغذائي لتحويل الدهون إلى طاقة. الشمش نظرًا لغناها بالألياف غير القابلة للاندحلال والباعثة على الإحساس بالشبع لفترة طويلة، يعد الشمش طعاماً جيداً يساعد على تخفيف الوزن، خصوصاً لمن يتبعون حمية قليلة الدهون. الأفوكادو يحتوي الأفوكادو على نسبة عالية من أحماض "أوميغا" الدهنية ذات التأثير الإيجابي على الدهون، والتي تسرع من عمليات التمثيل الغذائي لتحويل الدهون إلى طاقة. الشمش نظرًا لغناها بالألياف غير القابلة للاندحلال والباعثة على الإحساس بالشبع لفترة طويلة، يعد الشمش طعاماً جيداً يساعد على تخفيف الوزن، خصوصاً لمن يتبعون حمية قليلة الدهون. الأفوكادو يحتوي الأفوكادو على نسبة عالية من أحماض "أوميغا" الدهنية ذات التأثير الإيجابي على الدهون، والتي تسرع من عمليات التمثيل الغذائي لتحويل الدهون إلى طاقة. الشمش نظرًا لغناها بالألياف غير القابلة للاندحلال والباعثة على الإحساس بالشبع لفترة طويلة، يعد الشمش طعاماً جيداً يساعد على تخفيف الوزن، خصوصاً لمن يتبعون حمية قليلة الدهون.

الشمش نظرًا لغناها بالألياف غير القابلة للاندحلال والباعثة على الإحساس بالشبع لفترة طويلة، يعد الشمش طعاماً جيداً يساعد على تخفيف الوزن، خصوصاً لمن يتبعون حمية قليلة الدهون. الأفوكادو يحتوي الأفوكادو على نسبة عالية من أحماض "أوميغا" الدهنية ذات التأثير الإيجابي على الدهون، والتي تسرع من عمليات التمثيل الغذائي لتحويل الدهون إلى طاقة. الشمش نظرًا لغناها بالألياف غير القابلة للاندحلال والباعثة على الإحساس بالشبع لفترة طويلة، يعد الشمش طعاماً جيداً يساعد على تخفيف الوزن، خصوصاً لمن يتبعون حمية قليلة الدهون. الأفوكادو يحتوي الأفوكادو على نسبة عالية من أحماض "أوميغا" الدهنية ذات التأثير الإيجابي على الدهون، والتي تسرع من عمليات التمثيل الغذائي لتحويل الدهون إلى طاقة. الشمش نظرًا لغناها بالألياف غير القابلة للاندحلال والباعثة على الإحساس بالشبع لفترة طويلة، يعد الشمش طعاماً جيداً يساعد على تخفيف الوزن، خصوصاً لمن يتبعون حمية قليلة الدهون.

وكالات

تتمتع الفواكه باحتوائها على سرعات حرارية منخفضة، كما أنها تبعث شعوراً بالإشباع، فضلاً عن قدرتها على حرق السعرات الحرارية، مما يجعلها غذاءً مثاليًا بـ"مفعول سحري" للباحثين عن الرشاقة. ويشير موقع "فود ورلد" إلى قائمة من الفواكه ذات الفوائد العديدة من ناحية إنقاص الوزن وحرق شحوم الجسم، هي، التوتاح يعد التوتاح من أنواع الفاكهة الغنية بالألياف، التي تلعب دوراً مهماً في تخفيف نسبة الدهون بالجسم وخصوصاً بمنطقة البطن. وبحسب دراسات فإن تناول التوتاح على نحو يومي منتظم لفترة تمتد لخمس سنوات قد قلص نسبة الدهون في البطن بمعدل ٣,٧ في المئة.

مفاجأة . . الكافيين قد يؤثر إيجاباً على الرياضة

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

لروبيرتز 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 حللت عدة دراسات تتعلق بالكافيين والأداء الرياضي.

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

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

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

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.

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

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

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

من المعروف أن فيتامين D ضروري جداً بسبب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماماً. وكشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

نصائح حول المكملات الغذائية للحوامل من منظمة الصحة العالمية



ويعود نصف هذا العبء على الأقل وفقاً للتقديرات إلى عوز الحديد. وتحتاج النساء الحوامل إلى كميات إضافية من الحديد وحمض الفوليك للوفاء باحتياجاتهن الغذائية واحتياجات الجنين الذي ينمو. وفي إمكان عوز الحديد وحمض الفوليك في أثناء الحمل أن يؤثر سلباً على صحة الأم، وعلى حملها، وعلى نمو الجنين. وقد أشارت أحدث البَيِّنَات إلى أن استخدام مكملات الحديد وحمض الفوليك يرتبط بالحد من مخاطر عوز الحديد وقر الدم في النساء الحوامل.

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.

والحجوب 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 الأكثر شيوعاً. وتشير البَيِّنَات الحالية إلى أن إعطاء مكملات حمض الفوليك في الفترة المحيطة بالحمل يمكن أن يحقق الوقاية من عيوب الأنبوب العصبي، سواء قدمت هذه المكملات بفردها أو في توليفة مع فيتامينات ومعادن أخرى يتبغي لجمع النساء أن يتناولن جرعة تكملية من حمض الفوليك (٤٠٠ ميكروغرام من حمض الفوليك في اليوم) ابتداء من سعيهن إلى الحمل حتى الأسبوع الثامن عشر من الحمل.

ويُنصح للنساء اللواتي حملن جنيناً شخصت إصابته بعيب الأنبوب العصبي أو ولدن طفلاً مصاباً بعيب الأنبوب العصبي أن يتلقين المعلومات عن خطر النسكة ويظلمن على خطر التكميل بحمض الفوليك في المرحلة المحيطة بالحمل ويحصلن على جرعة تكملية كبيرة (٥ ملليغرامات من حمض الفوليك في اليوم). الدهون أو الدم والأحماض الدهنية إن الأحماض الدهنية أوميغا ٣ الطويلة السلسلة والعبدة اللاتبضع قد تساعد في عدد من العمليات البيولوجية بما في ذلك العمليات التي تكتسي أهمية أثناء الحمل والوضع. وتُعد الأغذية البحرية مصدرراً غنياً بالأحماض الدهنية أوميغا ٣ الطويلة السلسلة والعبدة اللاتبضع وتشير البَيِّنَات 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 البَيِّنَات الحالية إلى أن التكميل بالأحماض الدهنية أوميغا ٣ الطويلة السلسلة والعبدة اللاتبضع يرتبط بالحد من مخاطر الولادة المبصرة وبعض الزيادة المتواضعة في الوزن عند الميلاد. بروتين تلعب 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 البَيِّنَات المتاحة حالياً على أن مكملات الطاقة والبروتين المتوازنة تحسّن من نمو الجنين، وقد تحدد من مخاطر الإملاص وانخفاض وزن الرضع عند الميلاد والرضع الصغار بالنسبة إلى العمر الحلمي، ولاسيما في صفوف النساء الحوامل اللاتي يعانين من نقص التغذية. ومن المستبعد أن تكون المكملات عالية البروتين مفيدة أثناء الحمل وقد تضر بالجنين. وتشير البَيِّنَات أيضاً إلى أن المشورة التغذوية المقدمة قبل الولادة بهدف زيادة مدخول الطاقة والبروتين للأم قد تتسم بالفعالية في زيادة مدخول البروتين لدى الأم والحد من مخاطر الابتسار.

القيتاميات والمعادن إن اضطرابات فرط ضغط الدم مثل مقدمات الارتجاج والارتجاج هي في عداد الأسباب الرئيسية لوفاة الأمهات والولادة قبل الأوان ولا سيما في البلدان المنخفضة الدخل. وتعتبر الولادة قبل الأوان سبب الرئيسي لوفاة المواليد المبكرة ووفيات الرضع وسبب الأطفال الناجون أكثر عرضة لخطر الإصابة بأمراض تنفسية والمرضاة العصبية في الأمد الطويل. وينخفض ضغط الدم عادة في أوائل فترة الحمل ثم يرتفع ارتفاعاً طفيفاً حتى نهاية فترة الحمل. ومع ذلك، يخلط هذا التوازن ويزداد خطر الإصابة بمقدمات الارتجاج بسبب البداة والسكري والحمل التوأمي أو الحمل في سن المراهقة وانخفاض استهلاك الكالسيوم. ويحسن توفير جرغ 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.

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

يُعالج اجتماع زيت الزيتون مع زيوت أخرى في تأمين من تحتاجه البشرة من تغذية بالعقم. لتحضير هذه الخلطة يكفي أن تنزج في وعاء: ٥٠ مليلتر من زيت الزيتون، ٥٠ مليلتر من زيت الأفوكادو، ٦٠ نقطة من زيت الجيرانيوم الأساسي، ٩قطرات من زيت الفيتامين E. يُنصح بتطبيق القليل من هذه الخلطة على البشرة مساءً قبل النوم لتغذيتها بالعقم خلال الليل.

عناية خاصة يمكن أن يؤمنها زيت الزيتون من خلال تحضير مقشّر فعال 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 ومنمّج للبشرة.

يتميّز زيت الزيتون بغناه بمضادات الأكسدة والحوامض الدهنية التي تؤمّن للبشرة ما تحتاجه من تغذية، وحماية، وترطيب. وهو يناسب كافة أنواع البشرة بما فيها الحساسة. تعرّفوا فيما يلي على ٥ حلول يقدمها زيت الزيتون لحمسة من المشاكل التجميلية 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، ووضع نقاط من عصير الليمون الذي يساعد على التأم الندبات التي تسببها البثور. سماءة هذا القناع يجب أن تكون متوسطة، على أن

٢- يخفف من توسّع المسام: يمكن للمسام المتوسّعة أن تظهر على البشرة الجافة والدهنية على السواء. للمساعدة على انقباضها واكتساب البشرة النعومة المشدودة، يُنصح باعتماد قناع مؤلف من ظرف من الخميرة الكيميائية، وملقحة كبيرة من العسل، وملقحة كبيرة من زيت الزيتون. يُطبق هذا القناع لمدة ١٠ دقائق على البشرة الجافة ولبدة ٢٠ دقيقة على البشرة الدهنية، على أن يتم شطفه بالماء الفاتر والصابون الناعم.

٣- يعتني بالبشرة الفاقدة للحيوية: تحتاج البشرة الفاقدة للحيوية إلى

٤- يحارب الثآليل: تتعرّض بشرة الوجه بشكل يومي للإجهاد ولعدة أنواع من الثآليل بما يتربّحها شاحبة وفاقدة للحيوية. يساعد قناع زيت الزيتون المضاد للثآليل في استعادة نضارة البشرة، ولتحضيره يكفي خلط بيضة طازجة، نصف ملقحة صغيرة من زيت

”child development process“ نموّ الطفل

تنامياً مستمراً للمفردات، واستخداماً متزايداً للتراكيب المفرداتية، وفهماً أولياً لقواعد اللغة وبناء الجملة. وبلوغهم السنّة الثالثة، يميل الأطفال إلى استخدام جُمَل خماسية أو حتى سداسية الكلمات، حتى يتمكّنون من التخطّاب بجُمَل الكبار في الرابعة من عمرهم. أمّا الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين الخامسة والسادسة فيتقنون قواعد اللغة والمعنى المعقّدة. في مرحلة الطفولة المبكرة (٢-٧ سنوات) يتعلّم الأطفال إنجاز عمليّات عقليةً متنوّعة واستخدام التفكير واللغة الرمزيّين لتحويل بيئتهم وتغيير المعلومات التي يجمعونها عن العالم المحيط بهم. ويولد المنطق، بما يتضمّنهم في مرحلة للافكار وفهم الوقت والعدد، في مرحلة الثلاث سنوات. إن بداية التخيّرات الفسيولوجية والعاطفية في سنّ البلوغ، واكتساب العمليّات المنطقيّة للكبار يعلنان نهاية مرحلة الطفولة وبداية مرحلة جديدة: المراهقة.

فيما يأتي نستعرض تطوّر الطفل بإيجاز. يتشكّل ظهور الكلام علامةً على انتهاء مرحلة الرضّاع وبدء مرحلة الطفولة وذلك في السنّة الأولى إلى الثانية. ونلاحظ قصيرة المدى وطويلة المدى، تزداد سرعة وكفاءة استرجاع المعلومات والبحث في حُرْفَة في المعدّة، غثيان، ألم في الصدر وتقيدو الدماغ. قرحة المعدّة والأمعاء الدقيقة يُمكن إبراج نوعا القرحة هنيئً تحت فئة القرحة المدعوة بالقرحة الهيمية (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 المتقدمة فهي تقيد الدم، وجود دماء مصاحبة للبراز، صعوبة التنفس، حدوث تغيّرات في الشهيّة وفقدان الوزن. أما عن أسباب الإصابة بهذا النوع من

الصحية فيما بينهم. يستعرض هذا المقال أشهر أنواع القرحة، أسبابها وأعراضها.قرحة المريء على الرغم من قلّة عدد الإصابات بالقرحة في المريء – وهو الأنوب الواصل من الفم إلى المعدة – إلا أن أسبابها شائعة، أما السبب الأكثر شيوعاً فهو الارتجاع المريئي – وهو الشعور بالحرقة في المنطقة الواصلة بين المعده والمريء-والذي يُمكن أن يتسبب بقرحة يبلغ طولها ٢.٥سم في المريء، قد يستهين البعض بهذا الأمر ظناً منه 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

مراحل النمو للأطفال

يستخدم مصطلح نموّ الطّفل للدلالة على تطوّر القدرات والوظائف الإدراكية والعاطفية والعقلية والسلوكيّة خلال مرحلة الطفولة. ويشير مصطلح الطفولة إلى تلك الفترة من حياة الإنسان بدءاً من اكتسابه اللغة بعمر السنة أو الستين وحتى بداية مرحلة المراهقة بعمر الـ ١٢

القُرْحَة – Ulcers

القرحة، فهي عديدة وأكثرها شيوعاً هو الاستخدام طويل المدى لبعض مسكنات الألم التي لا تستلزم وصفة طبية، مثل الأسبرين، أدوية الأيبوبروفين (Advil) وموترين (Motrin) – أو أقراص نابروكسين صوديوم (naproxen sodium pills) ، بالإضافة لما سبق، فإنّ الثوّت والأطعمة الغنيّة بالتوابل يمكنها جعل القرحة أسوأ وأكثر إبلاماً. تُدعى القرحة الهيمية بـقُرْحَة المعدّة عندما يكون موطنها هو المعدّة. في حين أنّ تلك الموجودة في الجزء العلوي من الأمعاء الدقيقة تُدعى بقرحة الاثني عشر.

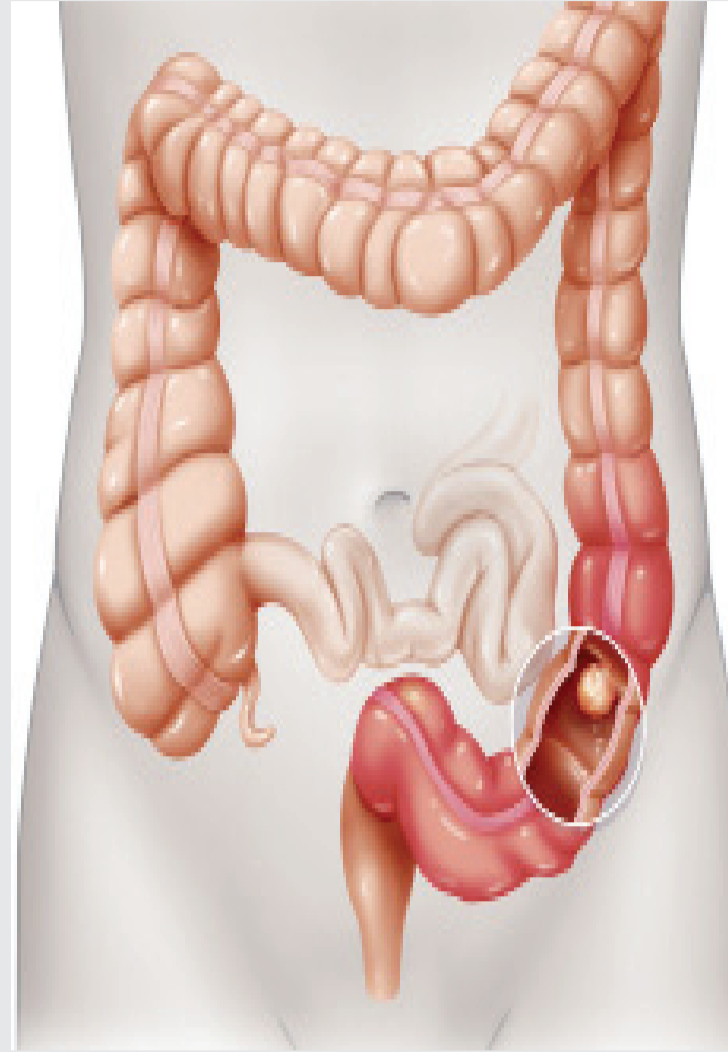
في المريء بفعل أسباب أخرى أيضاً، مثل تناول أدوية مُعيّنة، التدخين والإصابة بعدوى فطرية أو فيروسية، مثل فيروس الهيريس (Herpes) أو فيروس العوزّ المناعيّ البشري (AIDS). قد يكون مرض الشبّام (Bulimia nervosa) سبباً من أسباب قرحة المريء كذلك، وهو نوعٌ من اضطرابات الأكل التي يقوم فيها الشخص المصاب بتناول كميات طعام كبيرة خلال مدة زمنية قصيرة، ثم اتباعها بما يُعرف بعملية التطهير ويعني ذلك التخلّص مما تم تناوله عبر التقيؤ الذاتي. لقرحة المريء أعراض عدة، مثل: المشاكل والأمّام المصاحبة لعملية البلع،

العلامات المُنبذرة بخطر وجود القرحة لا شك أنّ الانتهاب الخارجي المغنوح يكون مؤلماً وقابلاً للتُهَيّج بسهولة، إلا أنّ للانتهابات الخارجية جانباً مُشرباً ألا وهو حقيقة كونها مكشوفة وظاهرة للعيان، مما يُسهل علاجها بإحدى الطرق العديدة مثل استخدام الضمادات أو الأدوية الموضعيّة؛ في المقابل، يزداد أمر الانتهابات تعقيداً في حال كانت داخلية، ولعل أشهر تلك الانتهابات وأكثرها إزعاجاً هو القرحة. تتعدّد أنواع القرحة بتعدد مواطن تشكّلها، إلا أنّ لها جميعها قاسماً مُشتركاً واحداً، وهو كونها مزعجة جداً إضافةً لتربصها بالجمع بعض النظر عن الاختلافات في الحالة

الصحية فيما بينهم. يستعرض هذا المقال أشهر أنواع القرحة، أسبابها وأعراضها.قرحة المريء على الرغم من قلّة عدد الإصابات بالقرحة في المريء – وهو الأنوب الواصل من الفم إلى المعدة – إلا أن أسبابها شائعة، أما السبب الأكثر شيوعاً فهو الارتجاع المريئي – وهو الشعور بالحرقة في المنطقة الواصلة بين المعده والمريء-والذي يُمكن أن يتسبب بقرحة يبلغ طولها ٢.٥سم في المريء، قد يستهين البعض بهذا الأمر ظناً منه 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 المُنبذرة بخطر وجود القرحة لا شك أنّ الانتهاب الخارجي المغنوح يكون مؤلماً وقابلاً للتُهَيّج بسهولة، إلا أنّ للانتهابات الخارجية جانباً مُشرباً ألا وهو حقيقة كونها مكشوفة وظاهرة للعيان، مما يُسهل علاجها بإحدى الطرق العديدة مثل استخدام الضمادات أو الأدوية الموضعيّة؛ في المقابل، يزداد أمر الانتهابات تعقيداً في حال كانت داخلية، ولعل أشهر تلك الانتهابات وأكثرها إزعاجاً هو القرحة. تتعدّد أنواع القرحة بتعدد مواطن تشكّلها، إلا أنّ لها جميعها قاسماً مُشتركاً واحداً، وهو كونها مزعجة جداً إضافةً لتربصها بالجمع بعض النظر عن الاختلافات في الحالة

تعديل غذائي يحمي الرجال تحديداً من هذا المرض الخطير



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

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

والتشخيص المبكر
وأجرى الدراسة باحثون من الولايات المتحدة
وكوريا الجنوبية، ونشرت في مجلة "بي إم سي
ميديسين" (BMC Medicine)،
الأطعمة النباتية الصحية
ووجد الباحثون أن النظام الغذائي -الغني
بالأطعمة النباتية الصحية- لدى الرجال يرتبط
بانخفاض خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم،
ومن الأطعمة النباتية الصحية: البقول
والخضار والفواكه الطازجة والحبوب الكاملة،
ومعظم الذين تم تشخيصهم بسرطان القولون
والمستقيم فوق سن الخمسين، ويمكن أن يؤثر على
الشباب أيضاً،
وفي السنوات الأخيرة، بدأت الحالات لدى كبار
السن بالانخفاض، لكن الإصابة بين الشباب أخذت في
الازدياد، ومع ذلك، قد تكون هذه التغييرات بسبب أن
فحص السرطان أصبح أكثر فعالية،
٢٧، ١٣٣ مشاركا ينتمون لمجموعات عرقية متنوعة،
وجاءت النتائج بعد متوسط وقت متابعة يزيد قليلاً
على ١٩ عاماً، ووجدت أن الرجال الذين اتبعوا
نظاماً غذائياً صحياً يعتمد على النباتات كانت لديهم
معدلات أقل من سرطان القولون والمستقيم.

٣ أسرار حتى تعمرك لـ ١٠٠ عام



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

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

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

اضطرابات النوم وصحة النساء.. مشاكل خطيرة تستدعي الانتباه

مخاطر الإصابة والحوادث والمرض وحتى الموت، وفقاً للمؤسسة
النوم،
ربطت الدراسات الحديثة بين اضطرابات النوم وسوء
التبويض وعدم انتظام الدورة الشهرية وضعف الخصوبة لدى
النساء،
يسرد TIMESOFINDIA بعض تأثيرات اضطرابات
النوم على صحة المرأة على النحو التالي:
١- مشاكل الخصوبة
النوم الجيد ليلاً أمر حيوي لعلاج العقم لعدة أسباب، حيث
يرتبط النوم والتكاثر ارتباطاً وثيقاً ويتبعان إيقاعات الساعة
البيولوجية،
لا ينتج الدماغ هرمونات تناسلية بطريقة إيقاعية طوال اليوم
؛ لذلك، فإن أي اضطراب في النوم أو إيقاع الساعة البيولوجية
يمكن أن يتداخل مع الإنتاج الطبيعي لهذه الهرمونات ووظيفتها،
حتى ليالٍ قليلة من الحرمان من النوم يمكن أن تعطل إنتاج
الهرمونات وتحمل الإجهاد،
٢- عدم التوازن الهرموني
يمكن أن يؤدي قلة النوم إلى عدم كفاية إنتاج بعض الهرمونات
التناسلية المعززة للخصوبة، تلعب الهرمونات دوراً مهماً في
الإباضة، وهي الخطوة الأولى للحمل،
ينتج جهاز الغدد الصماء كل ليلة بعض الهرمونات الأساسية
المرتبطة بالحمل، بما في ذلك هرمون الاستروجين والبروجسترون
والهرمون الملوتن (LH) والهرمون المنبه للجريب (FSH)،
قلة النوم تتعارض مع هذه الهرمونات، مما يجعل الحمل
بشكل طبيعي أكثر صعوبة،
بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن تؤدي الاختلالات الهرمونية إلى
انخفاض الرغبة الجنسية وتقلبات مزاجية شديدة والتعب،
٣- انخفاض جودة البيض
السهر وعدم الحصول على قسط كافٍ من النوم يمكن أن
يمنع إفراز الميتاتونين الذي يحفز النوم ويحمي البويضات أثناء
الإباضة من خلال التأثيرات المضادة للأكسدة، مما يؤدي إلى
ضعف جودة البويضات وضعف الخصوبة،

اكتشاف بكتيريا تكسر النيكوتين وتقلل من احتمالية الإصابة بمرض الكبد الدهني



وتنتمي إلى تليف الكبد وسرطان الخلايا
الكبدية في بعض الحالات،
بكتيريا تكسر النيكوتين في أحشاء الفئران
وجد الباحثون أنه عندما يدخل الناس
(أو الفئران في التجربة) السجائر، فإن بعض
النيكوتين يمتص بطريقة إلى الأمعاء، ويؤدي ذلك
إلى زيادة خطر الإصابة بمرض الكبد الدهني
المرتبطة بالندبات، وكذلك الإصابة بسرطان الكبد
في بعض الحالات،
وفي الدراسة المنشورة في دورية "نيتشر"
(Nature)، تصف المجموعة البحثية كيف
عزل الباحثون البكتيريا وماداً يمكن أن يقلل
اكتشافهم من حالات الإصابة بمرض الكبد
الدهني لدى البشر، حيث وجدوا أن نوعاً معيناً
من البكتيريا يكسر النيكوتين في أحشاء الفئران،
ومن ثم يقلل من احتمال الإصابة بمرض الكبد
الدهني،
وقاس الباحثون كمية النيكوتين التي تنشق
طريقها إلى القناة الهضمية من خلال مقارنة
عينات البراز من ٣٠ مدخناً و٣٠ من غير
المدخنين، ثم فعلوا الشيء نفسه مع الفئران
ووجدوا النتائج متشابهة
بعد ذلك، عثروا على أحشاء العديد من فئران
التجارب، وتم التخلص من البكتيريا الموجودة
فيها، ثم أجروا تجربة النيكوتين مرة أخرى،
ووجدوا أن الفئران ذات الأحشاء المعقمة
تحتوي على قدر أكبر من النيكوتين في أنظمتها،
مما يشير إلى أن نوعاً واحداً على الأقل من بكتيريا
الأمعاء يعمل على تكسير النيكوتين،
بعد ذلك، ومن خلال عملية الإزالة، تمكنوا
من تحييد نوع من البكتيريا يعرف باسم
"بكتيريا بكتيرويديس" (Bacteroides
xylanisolvens)، وظهر أن هذه البكتيريا
هي المسؤولة عن تكسير النيكوتين، وتقليل
أضراره داخل أحشاء الفئران، حيث كانت تنتج
الإصابة بمرض الكبد الدهني لديهم
إزيمياً يكسر النيكوتين..

وكشفت البحوث أن نوعاً معيناً من البكتيريا
يكسر النيكوتين في أحشاء الفئران ويقلل من
احتمالية الإصابة بمرض الكبد الدهني وسرطان
الكبد، ويخطط الباحثون لتطوير دواء من
الإنزيمات التي تنتجها هذه البكتيريا لتقليل
فرض الإصابة بالأمراض لدى المدخنين،
وبالإضافة إلى ارتباطه بأمراض الرئة، فقد تم
ربط تدخين السجائر أيضاً بمرض الكبد الدهني،
ووجد الباحثون أن نوعاً معيناً من البكتيريا
يكسر النيكوتين في أحشاء الفئران، ومن ثم يقلل
من احتمال الإصابة بأمراض الكبد الدهنية،
وحسب تقرير نشر على موقع "ميديكال
إكسبريس" (Medical Xpress) في ٢٤
نوفمبر/تشرين الثاني الجاري، قام فريق دولي
من الباحثين المنتمين إلى مؤسسات متعددة في
الصين والولايات المتحدة بعزل نوع من البكتيريا
التي تكسر النيكوتين في أحشاء الفئران،
علاقة التدخين بمرض الكبد الدهني
يرتبط تدخين التبغ بمرض الكبد الدهني غير
الكحولي، لكن الآلية الكامنة وراء هذا الارتباط
غير واضحة، ومرض الكبد الدهني غير الكحولي
هو أحد أنواع مرض الكبد، ويشمل مجموعة
واسعة من الأمراض التي تتطور عادة من تنكس
دهني بسيط إلى تليف الكبد وسرطان الخلايا
الكبدية في بعض الحالات،
بكتيريا تكسر النيكوتين في أحشاء الفئران
وجد الباحثون أنه عندما يدخل الناس
(أو الفئران في التجربة) السجائر، فإن بعض
النيكوتين يمتص بطريقة إلى الأمعاء، ويؤدي ذلك
إلى زيادة خطر الإصابة بمرض الكبد الدهني
المرتبطة بالندبات، وكذلك الإصابة بسرطان الكبد
في بعض الحالات،
وفي الدراسة المنشورة في دورية "نيتشر"
(Nature)، تصف المجموعة البحثية كيف
عزل الباحثون البكتيريا وماداً يمكن أن يقلل
اكتشافهم من حالات الإصابة بمرض الكبد
الدهني لدى البشر، حيث وجدوا أن نوعاً معيناً
من البكتيريا يكسر النيكوتين في أحشاء الفئران،
ومن ثم يقلل من احتمال الإصابة بمرض الكبد
الدهني،
وقاس الباحثون كمية النيكوتين التي تنشق
طريقها إلى القناة الهضمية من خلال مقارنة
عينات البراز من ٣٠ مدخناً و٣٠ من غير
المدخنين، ثم فعلوا الشيء نفسه مع الفئران
ووجدوا النتائج متشابهة
بعد ذلك، عثروا على أحشاء العديد من فئران
التجارب، وتم التخلص من البكتيريا الموجودة
فيها، ثم أجروا تجربة النيكوتين مرة أخرى،
ووجدوا أن الفئران ذات الأحشاء المعقمة
تحتوي على قدر أكبر من النيكوتين في أنظمتها،
مما يشير إلى أن نوعاً واحداً على الأقل من بكتيريا
الأمعاء يعمل على تكسير النيكوتين،
بعد ذلك، ومن خلال عملية الإزالة، تمكنوا
من تحييد نوع من البكتيريا يعرف باسم
"بكتيريا بكتيرويديس" (Bacteroides
xylanisolvens)، وظهر أن هذه البكتيريا
هي المسؤولة عن تكسير النيكوتين، وتقليل
أضراره داخل أحشاء الفئران، حيث كانت تنتج
الإصابة بمرض الكبد الدهني لديهم
إزيمياً يكسر النيكوتين..

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

والذي يمكن أن يكون خطيراً على المدى الطويل،
تقول شينا ديري، دكتوراه في الطب، قسم الصيدلة
السريية، جامعة أكسفورد، المملكة المتحدة: "لقد عرفنا
منذ فترة طويلة أن المرضى الذين يتناولون الأسبرين
معرضون لخطر الإصابة بنزيف الجهاز الهضمي،"
ومع ذلك، لا يوجد دواء بدون آثار جانبية، لذلك،
وفقاً للباحثين، حتى الجرعات المنخفضة من الأسبرين
يمكن أن تزيد من خطر حدوث نزيف في الجهاز الهضمي،
والأسبرين والاكنتاب والفلوكس،
يمكن أن تؤدي ليلة واحدة من الحرمان من النوم إلى النعاس
أثناء النهار وضعف الذاكرة والتركيز وضعف الأداء في المدرسة
والعمل، في حين أن الحرمان المزمن من النوم يمكن أن يزيد من

المغرب يدعو فيسبوك لحماية المعطيات الشخصية لمواطنيه

لدراسة المقترحات المتعلقة بأفضل الممارسات للشبكات الاجتماعية التي يمكن أن تترى المحتوى التحريري للمنصة المخصصة لحماية الحياة الخاصة الرقمية للأطفال والمراهقين في المغرب، والتي سيتم وضعها قريباً على الإنترنت من طرف اللجنة الوطنية.

وأشار البلاغ إلى أن اللجنة أكدت، أيضاً، على تبادل الرؤى مع الشركة، حول التطورات الحالية والمستقبلية في العالم واستخدامات التكنولوجيا الرقمية (الاستخدامات الجديدة، تصنيف الخوارزميات الخاصة للتفسير، الذكاء الاصطناعي المسؤول، مصير حسابات الأشخاص بعد الوفاة...). وخلص المصدر ذاته إلى أن اللجنة الوطنية طلبت من ممثلي شركة فيسبوك أن تتم دراسة مختلف طلباتها، وأن تفتح خطة عمل فعالة قادرة على الاستجابة لمختلف هذه المواضيع.



الوطنية والمتعلقة بالماساء بالحياة الخاصة وبالسمنة أو الأخلاقيات

وبانتحال الصفة، وبالحق في النسيان، وتحديد الموقع الجغرافي، وبالتنميط

الوطنية والمتعلقة بالماساء بالحياة الخاصة وبالسمنة أو الأخلاقيات

وبانتحال الصفة، وبالحق في النسيان، وتحديد الموقع الجغرافي، وبالتنميط

وكالات

طالبت لجنة مغربية لمراقبة حماية المعطيات ذات الطابع الشخصي، شركة "فيسبوك" إلى ضرورة تواجد مراكز المعطيات (داتا سنتر) التي تستضيف المعطيات الشخصية للمواطنين والمقيمين في المغرب، في بلدان تضمن مستوى حماية كاف للحياة الشخصية.

جاء ذلك في اجتماع عقده رئيس اللجنة الوطنية لمراقبة حماية المعطيات ذات الطابع الشخصي (رسمية)، عمر السغروشني، بمعية خبراء اللجنة الوطنية، مؤخراً، مع ممثلين من شركة فيسبوك، خصص لتدارس مجموعة من الأليات القانونية والعملية لحماية المعطيات الشخصية، بحسب ما أفادت وكالة المغرب العربي للأنباء.

كما طالبت اللجنة، في بلاغ لها، أن تضع شركة "فيسبوك" آليات للتعامل بفعالية مع الشكايات الموجهة إلى اللجنة

هكذا تنوي غوغل بناء أسرع كابل إنترنت يعبر «الأطلسي»

وكالات

نشرت مجلة "يوبيلار ساينس" الأمريكية تقريراً تحدثت فيه عن خطة غوغل التي تتمثل في بناء أسرع وأكبر كابل إنترنت سيحيط المحيط الأطلسي.

وبالإضافة إلى الكابلات الموجودة في قعر البحر، التي تنقل المعلومات من الولايات المتحدة إلى أوروبا عبر الألياف الزجاجية، والتي يبلغ عددها قرابة ٣٧٨ كابل، سيكون الكابل الجديد من غوغل قادراً على نقل كم هائل من البيانات عبر المحيط.

وقالت المجلة في تقريرها الذي ترجمته "عربي21"، إن غوغل ستطلق على الكابل اسم "دونات". تيمناً بمؤسس الصليب الأحمر، هنري دونات، وسيتمد هذا الكابل من الولايات المتحدة إلى فرنسا على مسافة ٣٩٧٧ ميلاً تقريباً.

ونظراً لأن شركة غوغل هي صاحبة المشروع، فمن غير المستغرب أن هذا الكابل سيكون جزءاً من شبكة غوغل، لربط مراكز البيانات معاً، ونقل البيانات الداخلية.

في الواقع، ستكون هذه الكابلات ذات طاقة عالية، وستكون قادرة على نقل ٢٥٠ تيرابايت من البيانات في الثانية الواحدة، وذلك مقارنة بكابل آخر تحت سطح البحر، يسمى "ماريا"، والذي يستطيع نقل ١٦٠ تيرابايت في الثانية. وتعمل الشركة على تحقيق هذا المشروع بطريقة بسيطة ومعتدة في الوقت ذاته.

وأوضحت المجلة أن الجزء البسيط يتمثل في وجود الكابلات البحرية، على غرار "ماريا"، التي تنقل بياناتها عبر ٨ أزواج من حبال الألياف الضوئية، أي ما مجموعه ١٦ حبلًا. في المقابل، سيكون كابل "دونات" قادراً على نقل المزيد من البيانات لأنه سيضم عددًا أكبر من الألياف، المتمثلة في ١٢ زوجًا، أي ٢٤ حبلًا.

في هذا السياق، قد تضاف إضافة المزيد من الألياف إلى الكابلات، من أجل تمكينها من نقل المزيد من المعلومات، استراتيجياً واضحة، ولكن تصميم المعدات لتعمل على عمق كبير تحت الماء وسنوات طويلة، من شأنه أن يخلق بعض المشكلات على غرار التكلفة والصعوبة والطاقة الكهربائية.

وأضافت المجلة أن إرسال البيانات عبر الكابلات الطويلة يفتقد الإشارة قوتها، ومن هذا المنطلق، صمّم مهندس قسم هندسة الشبكات والهندسة البصرية في "غوغل كلاود"، فيجاي فوسريكالو، أن إحدى المبادئ التوجيهية لتقيد بأن "الإشارة تفقد ٩٩ بالمئة من قوتها" كل ٦٢ ميلاً.

وذكرت المجلة أن هذه الكابلات تهدف إلى حل هذه المشكلة، وذلك عن طريق المكورات التي يُطلق عليها اسم "المدرع". وقد صُمم هذا المكرر ليكون مقاوماً للماء ويتحمل الضغوط الهائلة في قاع

تعرف إلى المبلغ الكبير الذي تنفقه «فيسبوك» لحماية زوكربيرغ

وكالات

كشفت بيانات نشرتها شركة "فيسبوك" حجم الانفاق الكبير لحماية المدير التنفيذي مارك زوكربيرغ وعائلته، خلال العام ٢٠١٨. وبحسب بيانات الشركة، فإن مجموع ما أنفق لحماية زوكربيرغ وعائلته بلغ ٢٢,٦ مليون دولار، في ارتفاع كبير عن العام ٢٠١٧، الذي وصل إلى ٩ ملايين دولار.

وبحسب "فيسبوك"، فإن زوكربيرغ أنفق ٢,٦ مليون دولار لاستخدام طائرات خاصة كجزء من برنامج حمايته. وتأتي هذه الأرقام الفلكية في الوقت الذي تعلن فيه "فيسبوك" أن زوكربيرغ حصل على راتب أساسي قدره دولار واحد على مدار الأعوام الثلاثة الماضية.

كيتي بومان.. أيقونة مشروع الثقب الأسود

وكالات

خلال اليومين الماضيين، انتشر بالتوازي مع صورة الثقب الأسود صورة أخرى لفتاة في نهاية عشرينياتها، تضع يديها على وجهها وهي في قمة سعادتها.

هذه الفتاة كانت العالمة الشابة ذات ٢٩ عاماً، كيتي بومان، الحاصلة على زمالة أبحاث ما بعد الدكتوراه، والتي شاركت في مشروع "الثقب الأسود"، وأدت الخوارزمية التي كتبها إلى الوصول إلى الصورة.

وقالت الدكتورة بومان، بحسب ما نقلت "نيويورك تايمز"، إنها لم تكن بأي حال المسؤولة الوحيدة عن هذا الاكتشاف، الذي كان نتاج إسهامات من علماء من أنحاء العالم عملوا جنباً إلى جنب، وصولاً إلى هذه الصورة من خلال شبكة من هوائيات الراديو.

وكان المشروع، الذي قاده شيفرد دوليمان عالم الفلك في مركز هارفارد-سميثونيان للفيزياء الفلكية، ثمرة عمل ما يزيد على ٢٠٠ باحث، ٤٠ منهم سيدات، حسبما ذكرت مبادرة جامعة هارفارد للثقب الأسود.

وقالت سارة عيسون، التي تخرجت في جامعة رادبود النيوزيلندية وشاركت في البحث، "هناك نساء شاركن في كل خطوة من هذا المشروع الرائع، باعتباري سيدة في مجال (ستيم)، من الجيد أن تكون هنالك نماذج تحتذي بها الفتيات الصغيرات

توقف بخدمات موقع فيسبوك وتطبيقاته في العالم

وكالات

قالت تقارير صحفية الأحد إن عطلا أصاب موقع فيسبوك في العالم، وطال العطل تطبيقات واتساب وانستغرام وفيسبوك ماسنجر.

ولم يتمكن المستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن أعطال منقطعهم من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما عرّذ المستخدمين حول العالم عن الموضوع، فوصلت وسوم #whatsappdown و#instagramdown و#FacebookDown" إلى الأكثر تداولاً

لهذا السبب.. كن حذرا عند استخدام السماعات الذكية

وانها لا تعلق إلا على عدد صغير جدا من تسجيلات سماعات أليكسا.

جاء في البيان، "تساعدنا هذه المعلومات في تمرين أنظمة التعرف على النطق والتعرف على اللغات التي نستخدمها، من أجل أن تكون سماعات أليكسا أكثر استجابة لربغياتكم وضمان أن الخدمة تعمل بجودة بالنسبة للجميع".

ومضت الشركة للقول، "نطبق معايير تقنية وعملية صارمة، ولا نتسائل مع أي محاولة للاساءة لأمنيتنا. الموظفون ليس لديهم أي سبيل للتوصل إلى معلومات قد تكشف لهم شخصية المشترك أو الحساب".

ولكن ماذا عن أبل وسيري؟ مثلها مثل أمازون، لشركة أبل مراجعون يسبقون بالتأكد من أن محرك التعرف على النطق سيري يضرر الطلبات بشكل صحيح. يذكر أن سيري تسجل الطلبات الصوتية التي يطلبها المشاركون من خلال هواتف آيفون وسماعات هوم بود.

وتنص الضوابط الأمنية لأبل على ضرورة أن تكون التسجيلات الصوتية خالية من أي إشارات إلى مصادرها وأن تكون مرتبطة برقم عشوائي يعاد خلقه كلما يطفئ جهاز سيري.

ويتم تخزين أي تسجيل لأكثر من ٦ شهور دون الرقم العشوائي. وتقول أبل إن مراجعيتها ليس

وانها لا تعلق إلا على عدد صغير جدا من تسجيلات سماعات أليكسا.

جاء في البيان، "تساعدنا هذه المعلومات في تمرين أنظمة التعرف على النطق والتعرف على اللغات التي نستخدمها، من أجل أن تكون سماعات أليكسا أكثر استجابة لربغياتكم وضمان أن الخدمة تعمل بجودة بالنسبة للجميع".

ومضت الشركة للقول، "نطبق معايير تقنية وعملية صارمة، ولا نتسائل مع أي محاولة للاساءة لأمنيتنا. الموظفون ليس لديهم أي سبيل للتوصل إلى معلومات قد تكشف لهم شخصية المشترك أو الحساب".

ولكن ماذا عن أبل وسيري؟ مثلها مثل أمازون، لشركة أبل مراجعون يسبقون بالتأكد من أن محرك التعرف على النطق سيري يضرر الطلبات بشكل صحيح. يذكر أن سيري تسجل الطلبات الصوتية التي يطلبها المشاركون من خلال هواتف آيفون وسماعات هوم بود.

وتنص الضوابط الأمنية لأبل على ضرورة أن تكون التسجيلات الصوتية خالية من أي إشارات إلى مصادرها وأن تكون مرتبطة برقم عشوائي يعاد خلقه كلما يطفئ جهاز سيري.

ويتم تخزين أي تسجيل لأكثر من ٦ شهور دون الرقم العشوائي. وتقول أبل إن مراجعيتها ليس

وانها لا تعلق إلا على عدد صغير جدا من تسجيلات سماعات أليكسا.

جاء في البيان، "تساعدنا هذه المعلومات في تمرين أنظمة التعرف على النطق والتعرف على اللغات التي نستخدمها، من أجل أن تكون سماعات أليكسا أكثر استجابة لربغياتكم وضمان أن الخدمة تعمل بجودة بالنسبة للجميع".

ومضت الشركة للقول، "نطبق معايير تقنية وعملية صارمة، ولا نتسائل مع أي محاولة للاساءة لأمنيتنا. الموظفون ليس لديهم أي سبيل للتوصل إلى معلومات قد تكشف لهم شخصية المشترك أو الحساب".

ولكن ماذا عن أبل وسيري؟ مثلها مثل أمازون، لشركة أبل مراجعون يسبقون بالتأكد من أن محرك التعرف على النطق سيري يضرر الطلبات بشكل صحيح. يذكر أن سيري تسجل الطلبات الصوتية التي يطلبها المشاركون من خلال هواتف آيفون وسماعات هوم بود.

وتنص الضوابط الأمنية لأبل على ضرورة أن تكون التسجيلات الصوتية خالية من أي إشارات إلى مصادرها وأن تكون مرتبطة برقم عشوائي يعاد خلقه كلما يطفئ جهاز سيري.

ويتم تخزين أي تسجيل لأكثر من ٦ شهور دون الرقم العشوائي. وتقول أبل إن مراجعيتها ليس

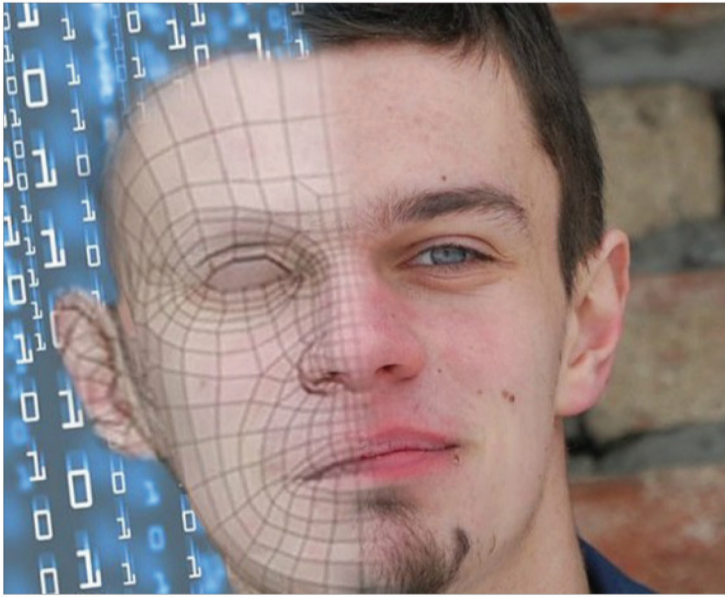
أثار مخاوف.. الذكاء الاصطناعي بات يحاكي السلوكيات البشرية

بعد يوم. وكمثال على هذا التطور، تمكنت بعض برامج الذكاء الاصطناعي من إنشاء وجوه وبصمات مزيفة للعبت بسجلات الشركات والمستندات الحكومية في بعض الأحيان. وفي الوقت الحالي، تقترب هذه الخوارزميات أخطأ كفيلاً بتمكننا من التقنن إليها فور التدمج فيها، حيث سبق لبرمجية "باخ" للتعن الموسيقي اقتراح بعض الأخطاء التي يمكن لأي خبير موسيقي اكتشافها وتحديدها.

وعلى سبيل المثال، تسمح هذه البرمجية بإدخال فواصل موسيقية كان باخ نفسه يتجنبها، مما يحدس وجه الشبه بين المقطوعة الجديدة ومقطوعات المؤلف الألماني. وأضاف روتشمان أن برمجية غوغل خرقت القواعد الموسيقية على مستوى تنسيق الألحان، ناهيك عن كتابة برنامج "أوين أي إي" لتوليد النصوص عبارة "الجرانق التي تشب تحت الماء"، والتي لا يمكن تبين معنى واضح لها. وخلال عمل المطورين على إبداعاتهم، ستصبح الأخطاء أكثر ندرة إذ دامت خوارزميات الذكاء الاصطناعي أخذت في التطور والتعلم باستمرار.

وأفادت الكاتبة أن تحسن تقنيات التعلم الآلي ستكون ذات فائدة كبرى، بما في ذلك توفير رعاية صحية أفضل وجعل مهنة الطب أكثر ديمقراطية. في المقابل، لا يمكن لنا تكرار حقيقة أن منح الباحثين حرية تطوير هذه الخوارزميات يعني الانفتاح على مخاطر تطوير طرق أكثر تقدماً لخلق الخداع والشاكال الاجتماعية الأخرى.

وخلصت الكاتبة إلى أن الحد من أبحاث الذكاء الاصطناعي قادر على كبح هذا التقدم نحو مستقبل مجهول، حيث أن السماح للتكنولوجيات الذكية بالنمو والتطور دون رقابة ينطوي على حدوث حالات سوء استخدام تتجاوز مجرد مقطوعة موسيقية سيئة، حيث يمكن لمداها أن يشمل خداع الملايين من الأشخاص.



أفادت الكاتبة أن الذكاء الاصطناعي يسمح بإنشاء مقاطع فيديو وصور احترافية للغاية، حيث سبق للممثل والمخرج السينمائي، جوردان بيل، إنشاء مقطع فيديو يظهر خلاله الرئيس الأمريكي السابق باراك أوباما وهو يصدد القود أشياء لم يقلها أبداً، وهو ما يطرح العديد من التساؤلات حول المخاطر التي تشكلها هذه التقنيات.

وفي مطلع سنة ٢٠١٩، انتشرت العديد من الصور التي تظهر السياسة الأمريكية ألكساندريا أوكاسيوكورتيز وهي عارية، يظهر بعد ذلك أنها مزيفة وتهدف إلى الإطاحة بها في الانتخابات. من جهتها، بدأت وكالات الأنباء العالمية مثل رويترز بتدريب صحافييها على رصد وتمييز هذه المعلومات الزيفة والخاطئة.

وذكرت روتشمان أن ما يثير القلق حقا هو عدم قدرة المستخدمين على تعلم الخدع التي يمكن للذكاء الاصطناعي القيام بها، لا سيما وأن هذه القدرات تنمو بوتيرة سريعة وتصبح أكثر تطوراً وتقيداً يوماً

وانها لا تعلق إلا على عدد صغير جدا من تسجيلات سماعات أليكسا.

جاء في البيان، "تساعدنا هذه المعلومات في تمرين أنظمة التعرف على النطق والتعرف على اللغات التي نستخدمها، من أجل أن تكون سماعات أليكسا أكثر استجابة لربغياتكم وضمان أن الخدمة تعمل بجودة بالنسبة للجميع".

ومضت الشركة للقول، "نطبق معايير تقنية وعملية صارمة، ولا نتسائل مع أي محاولة للاساءة لأمنيتنا. الموظفون ليس لديهم أي سبيل للتوصل إلى معلومات قد تكشف لهم شخصية المشترك أو الحساب".

ولكن ماذا عن أبل وسيري؟ مثلها مثل أمازون، لشركة أبل مراجعون يسبقون بالتأكد من أن محرك التعرف على النطق سيري يضرر الطلبات بشكل صحيح. يذكر أن سيري تسجل الطلبات الصوتية التي يطلبها المشاركون من خلال هواتف آيفون وسماعات هوم بود.

وتنص الضوابط الأمنية لأبل على ضرورة أن تكون التسجيلات الصوتية خالية من أي إشارات إلى مصادرها وأن تكون مرتبطة برقم عشوائي يعاد خلقه كلما يطفئ جهاز سيري.

ويتم تخزين أي تسجيل لأكثر من ٦ شهور دون الرقم العشوائي. وتقول أبل إن مراجعيتها ليس

وانها لا تعلق إلا على عدد صغير جدا من تسجيلات سماعات أليكسا.

جاء في البيان، "تساعدنا هذه المعلومات في تمرين أنظمة التعرف على النطق والتعرف على اللغات التي نستخدمها، من أجل أن تكون سماعات أليكسا أكثر استجابة لربغياتكم وضمان أن الخدمة تعمل بجودة بالنسبة للجميع".

ومضت الشركة للقول، "نطبق معايير تقنية وعملية صارمة، ولا نتسائل مع أي محاولة للاساءة لأمنيتنا. الموظفون ليس لديهم أي سبيل للتوصل إلى معلومات قد تكشف لهم شخصية المشترك أو الحساب".

ولكن ماذا عن أبل وسيري؟ مثلها مثل أمازون، لشركة أبل مراجعون يسبقون بالتأكد من أن محرك التعرف على النطق سيري يضرر الطلبات بشكل صحيح. يذكر أن سيري تسجل الطلبات الصوتية التي يطلبها المشاركون من خلال هواتف آيفون وسماعات هوم بود.

وتنص الضوابط الأمنية لأبل على ضرورة أن تكون التسجيلات الصوتية خالية من أي إشارات إلى مصادرها وأن تكون مرتبطة برقم عشوائي يعاد خلقه كلما يطفئ جهاز سيري.

ويتم تخزين أي تسجيل لأكثر من ٦ شهور دون الرقم العشوائي. وتقول أبل إن مراجعيتها ليس

والصبيان".

وكان للدكتورة بومان دور بارز في عملية معالجة الصور، التي تضمنت أيضا تقسيم الباحثين إلى فرق لربط البيانات ومقارنة الصور التي بنوها واختبارها.

وبينما قادت هي فريق تطوير مجموعة خوارزمية لالتقاط صورة للثقب الأسود، وهو الجهد الذي كان موضوع محاضرة ألقاها في منصة TED Talk عام ٢٠١٦، قال زملاؤها أن هذه التقنية لم تستخدم في النهاية لبناء هذه الصورة تحديدا.

ونشرت بومات منشورا على "فيسبوك" قالت فيه: "لم تصنع خوارزمية واحدة، ولا شخص واحد هذه الصورة. إذ تطلب ذلك المهارة الرائعة لفريق من العلماء من أنحاء العالم"، مضيفة: "كان شرفا لي حقا، وأنا محظوظة جدا؛ لأنه سنحت لي فرصة العمل معهم جميعاً".

وفي رسالة نصية مساء الخميس، قالت بومان إنها اضطرت إلى إغلاق هاتفها من كثرة الرسائل التي تلقتها.

وكتبت: "أنا سعيدة جدا؛ لأن الجميع على القدر نفسه من الحماسة التي تشعر بها، ويرى الناس أن قصتنا مهمة. ومع ذلك، ينبغي أن نسيطر الضوء على الفريق وليس على شخص واحد، فالتركيز بهذا الشكل على شخص واحد لا يساعد أي أحد، ولا حتى أنا".

وكالات

نشر موقع "ساينس ألرت" الأمريكي مقال رأي للأستاذة المساعدة في قانون الطعاع الصحي في جامعة سانت لويس الأمريكية، أنا سانتوس روتشمان، تطرقت من خلاله إلى تنامي قدرات خوارزميات الذكاء الاصطناعي بشكل لا يصدق في العقود الأخيرة، لتصبح قادرة على تأليف المقطوعات الموسيقية والقيام بأمر إبداعية لظالمًا كانت حكرًا على بني البشر. ويبدو أن تطور هذه الخوارزميات بات مندرًا بقدراتها على القيام بما يتجاوز مجرد قراءة النوتات.

وقالت روتشمان، في مقالها الذي ترجمته "عربي21"، إن دراسة أجرتها أثبتت المخاطر الأخلاقية للذكاء الاصطناعي، ويمكن القول إن قدرة الخوارزميات المتطورة لأحد برامج غوغل على دمج الدرجات الموسيقية مع موسيقى يوهان سيباستيان باخ لإنشاء مقطوعات موسيقية تبعث على الشعور بالخوف إزاء ما يمكنها فعله في المستقبل.

وأشارت الكاتبة إلى تمكن الحاسوب من محاكاة بعض القدرات الإبداعية لبشر حقيقيين تعتبر أمرًا مريبًا ومثيرًا للريبة بشكل خاص.

الجدير بالذكر أن غوغل أنشأت برنامجها الموسيقي من خلال تحليل ٣٠٦ مقاطع للمؤلف الموسيقي الألماني سيباستيان باخ وتبنت النمط الذي سار عليه وجعله متنغمًا مع الملاحظات والادخالات الخاصة بالمستخدمين.

وذكرت روتشمان أن تطبيق "باخ" يعتبر جديدًا، لكن التكنولوجيا التي قادت إلى التوصل إليه موجودة منذ فترة طويلة، وهي تتمثل في الخوارزميات المدربة على التعرف على الأنماط واتخاذ القرارات بعد النظر في مجموعة من الاحتمالات.

ويكمن بعض هذه الخوارزميات معقدًا بشكل يجعل معظم الناس عاجزين عن تبين سبب اتخاذها لقرار معين.

وزير الخارجية: الدعم الدولي للدول المستضيفة للاجئين تراجع بشكل خطير

بروكسل

أكد نائب رئيس الوزراء وزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، إن الدعم الدولي للدول المستضيفة للاجئين تراجع بشكل خطير. ودعا الصفدي في تصريحات صحفية قبيل انطلاق بروكسل (7)، المجتمع الدولي إلى تحمل مسؤولياته تجاه اللاجئين؛ لأنه لم يعد ممكناً التعامل بنفس الآلية القديمة لحل الأزمة السورية. وقال إن الأردن أكبر دولة مستضيفة للاجئين نسبة لعدد السكان في العالم، وهناك 1.3 مليون سوري يعيشون في الأردن، يتلقون جميع الخدمات، وإننا سنقترح إنشاء صندوق خاص لتوفير بيئة آمنة لعودة اللاجئين.

وأشار إلى أن هناك منظمات أممية كالمفوضية العليا للاجئين وبرنامج الغذاء العالمي قسوا خدماتهم في الأردن. وستتوقف برنامج الغذاء العالمي عن تقديم مساعدات لمئات الآلاف من اللاجئين في شهر أيلول المقبل. وأوضح أن هناك 200 ألف سوري ولد في الأردن منذ بداية الأزمة السورية، وأكثر من 155 ألف طالب سوري في المدارس الأردنية، وأن 50 بالمئة من السوريين في الأردن أعمارهم تقل من 15 سنة.

دول الخليج تستحوذ على الشركات الأقوى في الشرق الأوسط لعام 2023

عمان

سيطرت شركات دول مجلس التعاون الخليجي على 91 بالمئة لأقوى 100 شركة في الشرق الأوسط لعام 2023، وفقاً لتقرير قائمة فوربس الذي أوردته شبكة «سي إن إن» اليوم الخميس.

وكانت السعودية هي الأكثر تفضيلاً بوجود 33 شركة منها، تليها الإمارات بـ28 شركة، ثم قطر بـ16 شركة، والكويت بـ9 شركات. واحتفظت شركة أرامكو، التي تعتبر أكبر عملاق في مجال النفط والغاز عالمياً، بالمرتبة الأولى في القائمة من حيث الإيرادات التي بلغت 604.4 مليار دولار، وقيمة السوق التي تقدر بحوالي 2.1 تريليون دولار. وتلتها شركة سابك ومجموعة QNB القطرية والبنك الوطني السعودي في المراكز الثانية والثالثة والرابعة على التوالي.

بوريل يؤكد أهمية دعم الأردن لتمكينه من الاستمرار باستضافة اللاجئين

بروكسل

أكد الممثل الأعلى للشؤون الخارجية والسياسة الأمنية في الاتحاد الأوروبي جوزيب بوريل، أهمية دعم الأردن لتمكينه من الاستمرار باستضافة اللاجئين السوريين وتقديم الخدمات لهم. وقال بوريل في مؤتمر صحفي الخميس على هامش مؤتمر بروكسل السابع حول دعم مستقبل سوريا والمنطقة، «نذكر أن الأردن أكبر دولة مستضيفة للاجئين ونعرف أن 200 ألف طفل سوري ولدوا في الأردن رفعا عدد السكان ويطلبون خدمات تعليمية وصحية، ونعرف أيضاً الوضع الاقتصادي الصعب في الأردن نتيجة لذلك»، موضحاً أن هذا المؤتمر سوف يأتي بجواب على ذلك ويعلم عن تعهدات.

وأضاف، «نعرف كذلك أن حجم الدعم للأردن انخفض ولذلك يجب سد هذه الفجوة وعندما يتم الإعلان عن مبالغ التعهدات أرجو أن يكون هناك وضع للأردن»، مؤكداً استمرار الدعم الإنساني والالتزامات للاحتياجات الإنسانية للسوريين ومساعدتهم على إعادة إعمار بلداهم، وأهمية إيجاد حل سياسي للأزمة السورية. وكان بوريل أعلن خلال جلسات المؤتمر عن تعهد الاتحاد الأوروبي بتقديم دعم مالي للاجئين السوريين والمنطقة بقيمة ملياري يورو. وقال، إن الاتحاد الأوروبي يريد التقدم في العملية السلمية التي يقودها المبعوث الخاص للأمم المتحدة بموجب القرار الأممي 2254 نحو حل سياسي وشامل للأزمة السورية. وأضاف، «يجب العمل على حل طويل الأمد لوضع اللاجئين السوريين»، رافضاً استخدام اللاجئين لأسباب سياسية، «حيث أن الظروف للعودة الآمنة والكرامة والطوع إلى سوريا غير متوفرة حالياً». وأشار إلى استمرار دعم الاتحاد الأوروبي للمجتمعات المستضيفة للاجئين السوريين، مؤكداً أنه يجب المحافظة على الالتزام بالعدالة.

ولفت إلى أن الاتحاد الأوروبي يدرس إمكانية دعم آلية جديدة لاكتشاف مصير وأماكن المفقودين.

غوتيريس يحذر من تقويض أجندة المناخ

نيويورك

أعرب الأمين العام للأمم المتحدة، أنطونيو غوتيريس عن بالغ القلق بشأن موقف العالم من المناخ. وحذر غوتيريس، في مؤتمر صحفي من تقويض أجندة المناخ وتزايد الفجوات في العمل المناخي في وقت ينبغي فيه تسريع العمل، مشيراً أن السياسات الحالية ستؤدي إلى ارتفاع درجات حرارة العالم بمقدار 2.8 درجة مئوية بحلول نهاية القرن، مقارنة بعصر ما قبل الصناعة، الأمر الذي قال إنه يندر بكارثة. وقال غوتيريس، إن الحد من ارتفاع درجة الحرارة العالمية إلى 1.5 درجة مئوية لا يزال ممكناً، لكن ذلك سيتطلب خفض انبعاثات الكربون بنسبة 45 بالمئة بحلول عام 2030.

أمين عام الناتو: دول الحلف تبحث الردع النووي

عمان

قال أمين عام حلف شمال الأطلسي الناتو، ينس ستولتنبرغ، الخميس، إن الدول الأعضاء بالحلف تستعد لبحث الردع النووي وتعزز تخزين ذخيرة خطيرة، وذلك خلال الاجتماع المقبل لوزراء دفاع الناتو في بروكسل. وبحسب وكالة يورونيوز الأوروبية، قال ستولتنبرغ، إن الاجتماع سيناقش التوسع في القدرات الإنتاجية للأسلحة والذخائر الحيوية، وهي من النقاط التي سيتم اتخاذ قرار بشأنها في القمة المقبلة للحلف في تموز المقبل. وأشار إلى ذخيرة المدفعية عيار 155- مليمتر كمثل على الذخيرة المطلوبة بصورة ملحة، كما يدرس الناتو في هذه الفئة صواريخ أنظمة الدفاع الجوي ومقذوفات دقيقة التوجيه، إذ تهدف الخطة إلى التخلص من العجز سريعاً وضمان كون الذخيرة موحدة القياس.

السعودية: وصول 585 ألف حاج إلى المدينة المنورة

عمان

بلغ عدد الحجاج الذين وصلوا إلى المدينة المنورة حتى الخميس، 585 ألف حاج من عدة جنسيات قدموا عبر المنافذ الجوية والبرية السعودية لآداء فريضة حج هذا العام. وبحسب إحصائية أوردتها وكالة الأنباء السعودية (واس)، للجنة الحج، أكدت أن العدد الإجمالي للحجاج الواصلين أمس الأربعاء بلغ 28531 حاجاً، منهم 25267 حاجاً وصلوا إلى مطار الأمير محمد بن عبدالعزيز الدولي بالمدينة المنورة، واستقبل مركز الهجرة 80 رحلة تقل 2882 حاجاً، واستقبل مركز حجاج البر 10 رحلات تقل 382 حاجاً. وأشارت الإحصائية إلى أن عدد الحجاج الذين غادروا اليوم في طريقهم إلى المشاعر المقدسة بمكة المكرمة بلغ 471051 حاجاً، فيما بلغ عدد الحجاج الذين بقوا في المدينة المنورة حتى اليوم 114830 حاجاً من جنسيات مختلفة.

الصفدي يلتقي عدداً من المسؤولين الدوليين على هامش مؤتمر بروكسل السابع



المتحدة لشؤون اللاجئين فيليبو غراندي.

وجرى خلال الاجتماع بحث الجهود المبذولة لحل الأزمة السورية على مواجهة التحديات الاقتصادية والإنسانية والأمنية والسياسية.

وأكد الصفدي أهمية تنسيق الجهود العربية والأمنية في مساعي إنهاء الأزمة السورية ومعالجة تبعاتها الإنسانية والأمنية والسياسية. وأجرى الصفدي، على هامش المؤتمر، محادثات مع وزير الدولة للشؤون الخارجية الياباني كينجي يامادا، أكد قوة علاقات الصداقة بين البلدين الصديقين، وسبل تنفيذ مخرجات زيارة جلالة الملك عبدالله

والتقى الصفدي وزيراً التخطيط والتعاون الدولي، زينة طوقان، المفوض الأوروبي لشؤون التوسع والجوار في الاتحاد الأوروبي، أوليفر فارهيلي، في اجتماع بحث الأوضاع والتحديات الإقليمية، وركز على مشاريع التعاون بين الأردن والاتحاد الأوروبي في قطاعات حيوية تشمل المياه والطاقة والتعليم وقطاعات أخرى.

وثن الصفدي الدعم الذي يقدمه الاتحاد الأوروبي للمملكة. كما التقى الصفدي ووزيرة التخطيط والتعاون الدولي، المبعوث الخاص للأمم المتحدة لسوريا، جير بيدرسون، والمفوض السامي للأمم

المبذولة لمواجهة التحديات الإقليمية.

والتقى الصفدي وزيراً التخطيط والتعاون الدولي، زينة طوقان، المفوض الأوروبي لشؤون التوسع والجوار في الاتحاد الأوروبي، أوليفر فارهيلي، في اجتماع بحث الأوضاع والتحديات الإقليمية، وركز على مشاريع التعاون بين الأردن والاتحاد الأوروبي في قطاعات حيوية تشمل المياه والطاقة والتعليم وقطاعات أخرى.

وثن الصفدي الدعم الذي يقدمه الاتحاد الأوروبي للمملكة. كما التقى الصفدي ووزيرة التخطيط والتعاون الدولي، المبعوث الخاص للأمم المتحدة لسوريا، جير بيدرسون، والمفوض السامي للأمم

التقى نائب رئيس الوزراء وزير الخارجية وشؤون المغتربين، أيمن الصفدي، على هامش مؤتمر بروكسل السابع حول دعم مستقبل سوريا والمنطقة، الخميس، الخميس، نائب رئيس الوزراء وزير الخارجية العراقي فؤاد حسين، ووزير الخارجية والمغتربين اللبناني عبدالله بوحبيب.

كما أجرى الصفدي محادثات مع الممثل الأعلى للشؤون الخارجية والسياسة الأمنية في الاتحاد الأوروبي، جوزيب بوريل، أكدت أهمية علاقات الشراكة بين الأردن والاتحاد الأوروبي وتناولت الجهود

بروكسل

الاحتلال يهدم منزلاً في بيت لحم ومستوطنون يعتدون على فلسطينيين بالخليل

رام الله

هدمت قوات الاحتلال الإسرائيلي، الخميس، منزلاً في مدينة بيت جالا، غرب مدينة بيت لحم، في الوقت الذي هاجم فيه مستوطنون منطرون رعاة الأغنام واعتدوا عليهم ومنعهم بقوة السلاح من دخول مراعيهم بمنطقة الثغلة، في مسافر يطا جنوبي مدينة الخليل.

وقال أمين سر حركة «فتح» في مدينة بيت جالا، محمد حميدة، من جهة أخرى، أكد الناشط ضد الاستيطان جنوبي الخليل، في بيان، إن قوة كبيرة من جيش الاحتلال اقتحمت منطقة بشر عونة، وهدمت منزلاً مكوناً من طابق واحد، تبلغ مساحته 150 متراً مربعاً، بحجة عدم الترخيص.

وأضاف أن المستوطنين أدخلوا قطعان ماشيتهم إلى حقول المواطنين، ما أدى إلى إتلافها. وأشار إلى أن الاحتلال ومستوطنيه يصعدون من اعتداءاتهم بحق الرعاة والمزارعين في هذا الوقت من العام، لحرامتهم من المراعي وزراعة أراضيهم، وضرب الثروة الحيوانية التي تشكل مصدر دخل أساسي لهم، والتضييق عليهم وتجهيزهم عن أراضيهم لتسهيل الاستيلاء عليها، لصالح توسعة الاستيطان الإسرائيلي.

وفي السياق، قال الناطق الرسمي باسم الرئاسة الفلسطينية، نبيل أبو رديته، إن حكومة الاحتلال تصر على جز المنطقة إلى التصعيد ودوام العنف من خلال جرائمها المتواصلة ضد شعبنا الفلسطيني، التي كان آخرها اقتحام مدينة نابلس واستشهاد مواطن فلسطيني، وتجزير منزل أحد المواطنين، وإصابة العشرات بجروح.

وأوضح أن سياسة العقاب الجماعي التي يمارسها الاحتلال، سواء من خلال هدم المنازل أو قتل المواطنين أو حصار جنين ونابلس وغيرها من المدن الفلسطينية، أو الإجراءات المرفوضة في القدس، هي جرائم حرب حسب القانون الدولي، ويجب معاقبة الاحتلال عليها واتخاذ سياسات جديدة لوقفها قبل فوات الأوان.

وأكد أن استمرار هذه الجرائم الإسرائيلية بحق شعب فلسطين وأرضه ومقدساته يجعل المنطقة تفرق في دوامة من العنف، ويخلق حالة من الفوضى، ما يتوجب على المجتمع الدولي التحرك فوراً لوقفها وتوفير الحماية للشعب الفلسطيني الأزل، ومحاسبة المسؤولين عنها وتقديمهم إلى العدالة.

الفايز يرعى احتفال مجلس رجال الأعمال الأردني الإماراتي بمناسبة زواج ولي العهد وذكرى الاستقلال

عمان

المقيمين على أرضها، متمنياً لها دوام الأمن والاستقرار والمزيد من التقدم والازدهار، في ظل القيادة الحكيمة لسمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان.

كما قدم التهنئة لمجلس رجال الأعمال الأردني الإماراتي بمناسبة مرور 20 عاماً على تأسيسه، متمنياً حرصه المتواصل على التشبيك مع رجال الأعمال الأردنيين والإماراتيين لإقامة استثمارات مشتركة في الأردن، وعلى حرصهم الدائم على إحياء مناسباتنا الوطنية.

بدورها قدمت الشهران التهنئة لجلالة الملك عبدالله الثاني والشعب الأردني بمناسبة عيد استقلال المملكة، ورفاق سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد.

وأكدت خلال كلمتها في الحفل على عمق العلاقات الأخوية الأردنية بمختلف المجالات السياسية والاقتصادية والثقافية والبرلمانية، التي تسعى قيادتنا للبلدين الشقيقين إلى تميئتها والبناء عليها خدمة لمصالح البلدين والشعبين الشقيقين وقضايا الأمة العربية العادلة.

من جانبها، ألقى رئيس مجلس رجال الأعمال الأردني الإماراتي محمد المعاينة، كلمة رحب فيها بالحضور من أبناء الجالية الأردنية والمستثمرين ورجال الأعمال الأردنيين والحضور من دولة الإمارات العربية المتحدة. وتخلل الاحتفال تقديم فقرات فنية وأغان وطنية ودكات شعبية أردنية، وعبر الحضور عن اعتزازهم الشديد بوطنهم ولولاهم المطلق لقيادتهم الهاشمية ممثلة بجلالة الملك عبدالله الثاني.



ويجدون قسم الولاء لجلالة الملك عبدالله الثاني حامي الاستقلال».

وقال إن جلالة الملك يقود اليوم مسيرة الإصلاح الشامل، بأبعاده السياسية والاقتصادية والإدارية، حيث حرص جلالة على تعزيز المسيرة الديمقراطية وبناء الأردن الجديد، وصولاً إلى مرحلة متميزة من الإصلاح السياسي، والدفاع عن قيم الحرية والعدالة الاجتماعية، وقيم المساواة والتسامح واحترام حقوق الإنسان، وترسيخ دولة القانون والمؤسسات.

وقدم الفايز في ختام كلمته الشكر لدولة الإمارات العربية، على ما تقدمه من رعاية واهتمام للأردنيين

الوطنية، تقدم جزيل الشكر والرفقان لأخوة في دولة الإمارات العربية المتحدة الذين يشاركوننا الفرح، ما يؤكد عمق العلاقات الأخوية الأردنية الإماراتية، التي يحرص جلالة الملك عبد الله الثاني، وأخوه رئيس دولة الإمارات سمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، على تميئتها والبناء عليها بمختلف المجالات».

وأكد أن «الأردنيين يعتزون ويفتخرون بعيد الاستقلال، الذي سطر بياردة قيادتنا الهاشمية وعزمها، وتضحيات شعبنا وجيشنا وأجهزتنا الأمنية، وأن الأردنيين وفي مختلف مناسباتهم الوطنية، فانهم يجدون العزم على مواصلة مسيرة العطاء،

كما حضره السفير الأردني في الإمارات نصار الجباشنة، وعدد كبير من أبناء الجالية الأردنية ورجال الأعمال والمستثمرين الأردنيين والإماراتيين في دولة الإمارات العربية المتحدة.

ورفع الفايز في بداية الاحتفال، أسمى آيات التهنئة والتبريك، لجلالة الملك عبدالله الثاني والشعب الأردني، بمناسبة ذكرى الاستقلال، الذي تحقق، بعد فلاح وتضحيات الآباء والأجداد، وبعزم وإرادة القيادة الهاشمية، كما رفع التهنئة لجلالة الملك وإلى جلالته الملكة رانيا العبدالله، والأسرة الهاشمية الكريمة والأردنيين، بمناسبة زفاف ولي العهد سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني.

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

الصحة العالمية تدعو لفرض ضرائب أكثر فعالية على التبغ للحدّ من استهلاكه

عمان

المتوسط، الدكتور أحمد المنظري: «إن فرض الضرائب على التبغ يؤدي دوراً حيوياً في الحدّ من استهلاكه، وإننا ملتزمون تماماً بدعم البلدان في تنفيذ السياسات المسندة بالبيّنات واتخاذ الخطوات اللازمة لحماية الصحة العامة في إقليم شرق المتوسط».

وذكرت المنظمة، أن المشاركين في الاجتماع الافتراضي انخرطوا بفعالية في مناقشات شاملة عن أهمية تنفيذ تدابير ضريبية وسعوية من أجل الحدّ من استهلاك التبغ، وانصبّ التركيز على الوفاء بالالتزامات البيئية في المادة 6 من اتفاقية منظمة الصحة العالمية الإطارية بشأن مكافحة التبغ المعينة بالتدابير السعوية والضريبية الرامية إلى الحدّ من استهلاك التبغ.

وأكدت المناقشات في الاجتماع كذلك على أهمية تبادل أفضل الممارسات فيما يتعلق بالسياسات الضريبية، واستعراض البيّنات المتعلقة بفعالية فرض الضرائب على التبغ، وتحديد الخطوات اللازمة على المستوى الوطني لتنفيذ المادة 6 من اتفاقية المنظمة الإطارية وتوصياتها بصورة كاملة.

وأكدت المنظمة، أنها ستواصل تقديم الدعم إلى بلدان الإقليم في تنفيذ تدابير فعالة لمكافحة التبغ من خلال استراتيجيات فرض الضرائب، وتبني نهج شامل يضم قطاعات متعددة، والعمل على تحقيق الغاية العالمية المتمثلة في خفض تعاطي التبغ بنسبة 30 بالمئة بحلول عام 2030.

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

وقال الفايز، أنه وفي الاحتفالية بالمناسبات

قمة كروية تجمع الرمثا والوحدات بدرع المثوية اليوم

وكالات

يشهد ملعب الأمير محمد بالزرقاء، عند الساعة التاسعة والنصف من مساء اليوم الجمعة، قمة كروية تجمع فريقتي الرمثا والوحدات، في إطار منافسات الجولة السادسة من بطولة درع المثوية لكرة القدم. ويسعى الفريقان لتحقيق الفوز في هذه المباراة، نظرا لحاجة الفريقين لنقاط المباراة كاملة، للمحافظة على الحفظ بالمناصفة على لقب البطولة.

كما يشهد يوم غد عند السادسة مساء وعلى نفس الملعب، مباراة لفريقي عمان والأهلي.

وتتعلق منافسات الجولة السادسة من درع المثوية اليوم الخميس، بقاء شباب الأردن مع شباب العقبة، عند السادسة مساء، تليها عند التاسعة والنصف مساء مباراة لفريقي السلط ومغير السرحان. وتختتم منافسات الجولة السبت المقبل، بقاء الجليل وسحاب عند السادسة مساء، والحسين مع الفيصل عند التاسعة والنصف، حيث أن جميع مباريات البطولة تقام على ستاد الأمير محمد بالزرقاء. ويتصدر الفيصلي ترتيب الفرق برصيد ١٥ نقطة، يليه الرمثا ١٣، الحسين ١١، الوحدات ١٠، مغير السرحان وشباب العقبة ٩، الأهلي ٥، سحاب وشباب الأردن ٤، عمان ٣، والجيل والسلط بنقطة واحدة.

شباب الأردن يدرك تعادلا قاتلا أمام شباب العقبة بدرع المثوية



وكالات

حرم فريق شباب الأردن منافسه شباب العقبة من الفوز وفرض عليه التعادل "١-١" في وقت قاتل من المباراة التي جرت الخميس على ملعب الأمير محمد بالزرقاء، في افتتاح الجولة السادسة لدرع المثوية بكرة القدم.

وتقدم فريق شباب العقبة بهدف السبق في الدقيقة ١٩، من ضربة جزاء نفذها غيث المداحة بنجاح.

ونجح فريق شباب الأردن في تسجيل هدف التعادل في الدقيقة ٢٠، عندما وصلت الكرة لجمزة النعيم يسدها بقوة داخل الشباك.

وبالعودة إلى مجريات المباراة، فقد بدأ شباب العقبة بفضفضته نسبية، وفي الدقيقة ١٨، سد فرج الزيني كرة قوية ارتطمت بيد البرازيلي دوجلاس ليحتسبها حكم اللقاء ضربة جزاء نفذها أنس أبو طعيمة وتصدى لها الحارس، لكن الحكم طلب باعادتها، ليتقدم لها غيث المداحة ويترجمها بنجاح.

ولاحظ عدة فرص خطيرة للفريقين، حيث فوت المداحة فرصة تعزيز تقدم شباب العقبة، فيما كان لاعب شباب الأردن صلاح الحسانت يسد الكرة وهو على بعد خطوة فوق الرمي.

وفي الدقيقة ٢٠، كانت الكرة تتهدى أمام حمزة النعيم لاعب شباب الأردن يسدها بقوة استقرت في رمي شباب العقبة. وكان شباب الأردن قريباً من تسجيل هدف الفوز بعدما انفراد دوجلاس في الرمي وسد كرة حسب الأصول أخرجها مدافع شباب العقبة محمد عصفور قبل أن تجتاز خط الرمي.

وتقدم فريق شباب العقبة للمركز الخامس برصيد "١٠" نقاط، وقفز فريق شباب الأردن للمركز الثامن بـ "٥" نقاط.

الأميرة آية تلتقي وفد الأردن للدورة الرياضية العربية

وكالات

أعلنت اللجنة الأولمبية الأردنية، الخميس، عن مشاركة بعثتها في النسخة الخامسة عشرة من دورة الألعاب العربية والتي تستضيفها الجزائر خلال الفترة من ٥ إلى ١٥ تموز/ يوليو القادم.

وتترأس الأميرة آية بنت فيصل، عضو مجلس إدارة اللجنة الأولمبية الأردنية، ورئيسة الاتحاد الأردني لكرة الطائرة، البعثة الأردنية المشاركة في دورة الجزائر.

ويمثل الأردن في الدورة العربية ما يقارب الـ ١٢٠ لاعبا ولاعبة يُتلون ١٧ رياضة وهي: ألعاب القوى والريشة الطائرة وكرة السلة ٣٣٣ (رجال وسيدات) والملاكمة والمبارزة ورفع الأثقال والجمباز والكراتيه والمصارعة وكرة الطائرة للسيدات والسباحة والجمباز والشطرنج وكرة الطاولة وكرة اليد وكرة الجرس وألعاب القوى لذوي الهمم.

وأقيم مساء اليوم الخميس في قاعة عمان بمدينة الحسين للشباب اجتماع البعثة الأردنية بحضور الأميرة آية بنت فيصل والدكتور ساري حمدان والدكتور خالد عطيات، نائبا رئيس اللجنة الأولمبية الأردنية، وناصر الجوالي الأمين العام للجنة الأولمبية الأردنية والمنتخبات الوطنية المشاركة في الدورة العربية القادمة.

ورحبت الأميرة آية بنت فيصل بالبعثة الأردنية المشاركة في دورة الجزائر وأشادت بجهود المنتخب طيلة الأشهر الماضية خلال مرحلة التحضير والتدريب وذلك من أجل تمثيل الأردن بأفضل صورة.

وإشتمل اجتماع البعثة على شرح التعليمات الواجب الالتزام بها في دورة الألعاب العربية وذلك من خلال الفرق الإدارية والطبية والإعلامية.

وتعد دورة الألعاب العربية إلى الواجهة من جديد بعد انقطاع طويل دام ١٢ عاما منذ النسخة الأخيرة والتي استضافتها العاصمة القطرية الدوحة في عام ٢٠١١.

ويعتبر الأردن الدولة الوحيدة التي لم تغب عن الدورات العربية منذ انطلاقتها للمرة الأولى في مدينة الإسكندرية المصرية عام ١٩٥٣.

وحققت البعثات الرياضية الأردنية خلال مشاركتها في الدورات العربية الماضية ما مجموعه ٣٧٧ ميدالية من بينها ٧٢ ميدالية ذهبية و١٠٣ ميدالية فضية و٢٠٢ ميدالية برونزية.

حصيلة الجولة الثانية لغرب آسيا: تاهل عمان.. تألق النشامى ووداع نسور قاسيون

وكالات

شهدت مباريات الجولة الثانية من بطولة غرب آسيا للمنتخبات الأولمبية، التي جرت مساء الاربعاء للمجموعات الثلاث، عن اقتراب الأردن من التأهل للدور نصف النهائي، بعد أن تمكن النشامى من عبور الإمارات بنتيجة (٢-١)، ليرفع الأردن رصيده إلى ٤ نقاط ويقتفز لصدارة الترتيب للمجموعة الأولى، فيما نجح منتخب عمان من كسب البطاقة الأولى المؤهلة للمربع الذهبي بعد تخطفه لمنافسه اليمني (٣-٠).

ويصبح الأحمر العماني أول منتخب يجمع ٦ نقاط وضعته في مقدمة المجموعة الثالثة.

وحقق المنتخب الإيراني بداية قوية بعد أن تمكن من هزيمة سوريا (٣-١) في المباراة التي جرت بملعب كربلاء الدولي، بينما أصبح نسور قاسيون أول المنتخبات المغادرة مبكراً برصيد خال من النقاط.

جولة مثيرة

وحفلت هذه الجولة بمبارقات وأرقام جديدة، إذ نجحت الكتيبة الأردنية بقيادة عبد الله أوزمغ من قلب تأخرها بهدف أمام الأبيض الإماراتي إلى الانتصار بهدفين رغم النقص العددي بعد تعرض دانيال عفانة إلى الطرد، ليصبح أول لاعب في هذه النسخة ينال البطاقة الحمراء.

وحضرت الأهداف العكسية بطريقة "النيران الصديقة" مرتين في هذه الجولة، إذ تسبب مدافع الإمارات نواف الحارثي بهدف بالخطأ بمرمي فريقه في اللحظات القاتلة من اللقاء، لينجح التفوق النشامى. وتكرر المشهد في لقاء اليمن وعمان، عندما أهدى محمد الفيلى هدف التقدم



لنفاسه العماني في الدقائق الأولى من اللقاء عبر رأسية عكسية عاقت شبك الحارس لؤي عطية.

أفضلية إيرانية

شهدت هذه المباراة إهدار قائد اليمن أحمد الوجيه لركلة جزاء في الشوط الثاني تصدى لها بسهولة الحارس العماني مازن اباد. وتمكن المنتخب الإيراني من تسجيل أفضل أسبقية في البطولة حتى الآن، بعد تسجيله لثلاثية في غضون ٥

دقائق في أول ربع ساعة من المباراة، إذ تمكن ياسر سلماني من تسجيل الهدف الأول في الدقيقة ١٠، وأضاف أحمد شهرزادي الهدف الثاني بالدقيقة الـ ١٥.

وعلى صعيد أفضل لاعبي المباريات، حصد لاعب المنتخب العماني خالد القطري جائزة الأبرز في مواجهة فريقه أمام اليمن، بينما نال الإيراني ياسين سلماني الجائزة بعد مساهمته بفوز فريقه على سوريا، وكسب الأردني فيصل أبو شنب على التقييم الأعلى في لقاء فريقه ضد الإمارات.

فوز ثمين لمغير السرحان على السلط في درع المثوية

وكالات

انتصر مغير السرحان على نظيره السلط بنتيجة ٢-١، الخميس، على ملعب الأمير محمد بالزرقاء، في الجولة السادسة لدرع المثوية الأردني.

تقدم مغير السرحان بهدف السبق في الدقيقة ١٣، بعدما انقرد صهيب أبو ههش، وسدد بنقطة داخل مرمى الحارس قتيبة ديسان. وقبل نهاية الشوط الأول، توج السلط بجهود باحراز هدف التعادل من كرة رأسية سكتت مرمى مغير السرحان.

وسجل هدف الفوز لمغير السرحان، ساند خزاعلة، حيث استثمر كرة داخل منطقة الجزاء، وسدد في المرمى بالدقيقة ٦٨.

وقفز فريق مغير السرحان للمركز الثالث برصيد ١٢ نقطة، فيما بقي السلط يتبدل الترتيب برصيد نقطة واحدة.

السلط يفسخ عقد مدربه.. ويبحث عن بديل

وكالات

قررت إدارة نادي السلط، فسح عقد المدير الفني عدنان عوض، بعد الخسارة التي مني بها أمام مغير السرحان (١-٢) في بطولة درع المثوية.

وينتظر أن تتعاقد إدارة السلط مع مدرب جديد، خلال الأيام القليلة المقبلة، حيث سيتم دراسة عدة خيارات تدريبية محلية. وجاء قرار فسح عقد عدنان عوض إثر التراخي الكبير في أداء وتنازع الفريق ببطولة درع المثوية.

وخاض فريق السلط ٦ مباريات في بطولة الدرع، حيث خسر ٥ مباريات، وتعادل في مباراة واحدة مع الحسين اربد.

وعانى الفريق كذلك من محدودية قدراته الهجومية، حيث لم يستطع خلال المباريات الـ ٦ سوى من تسجيل هدف واحد.

ويعتبر عدنان عوض أول المدربين الذين يتم فسح عقدهم في الموسم الجديد.

وكان عوض قد تسلم مهمة تدريب فريق السلط في أواخر الموسم الماضي، ليتم تجديد الثقة به مع انطلاق الموسم الجديد.

الفيصلي يتعاقد مع حارس المرمى اللبناني خليل

وكالات

أعلن النادي الفيصلي التعاقد مع حارس مرمى المنتخب اللبناني لكرة القدم ونادي العهد مهيدي خليل، للعب في صفوف الفريق على سبيل الإعارة لمدة موسم.

وذكر الفيصلي، على موقعه الرسمي، أنه جرى التوقيع داخل مقر نادي العهد في بيروت، بحضور نائب رئيس النادي الفيصلي أحمد الوريكات وأمين سر نادي العهد محمد عاصي.

وسينضم الحارس اللبناني إلى صفوف الفيصلي لتمثيله محلياً وآسيوياً.

الأهلي يتعاقد مع محترف موريتاني

وكالات

تعاقد النادي الأهلي مع المحترف الموريتاني البشير سيدي، لتعزيز صفوف فريقه لكرة القدم خلال منافسات المحترفين موسم ٢٠٢٣-٢٠٢٤.

وأعلن الموقع الرسمي للنادي الأهلي، أن النادي تعاقد مع المحترف الموريتاني، بحثاً عن نتائج مميزة في المنافسات المحلية خاصة دوري المحترفين لكرة القدم.

وكان الأهلي عزز صفوفه بعدد من نجوم الكرة المحلية الذين انخرطوا في الفريق، وبدأوا بمشاركته منافسات بطولة درع المثوية.

الأردني مجدي عطار يحترف في الرفاع البحريني



وكالات

تعاقد نادي الرفاع الغربي البحريني، مع اللاعب الأردني مجدي عطار ليمثل فريق كرة القدم لمدة موسم واحد.

ويعتبر عطار أحد اللاعبين المميزين على صعيد الكرة الأردنية حيث يشغل مركز الجناح الايمن، ولعب دورا مهما في الموسم الماضي بقيادة فريق الفيصلي للفوز بلقب بطولة دوري المحترفين.

وتم إنجاز الاتفاق من خلال شركة بنيان للخدمات الرياضية ووكالات اللاعبين الموكلة من قبل اللاعب.

وبدأ عطار مسيرته مع فريق الصريح ومنه انتقل لصفوف الفيصلي، قبل أن يخوض مؤخرا رحلة احتراف قصيرة مع العين السعودي.

وتلقى عطار في الأسابيع الماضية عروضاً للعب بصفوف فريقتي الوحدات والفيصلي لكنه فضل مواصلة احترافه الخارجي.

المنتخب الوطني في اختبار ودي قوي أمام صربيا



وكالات

يخوض منتخب الأردن، في التاسعة والنصف مساء الجمعة، مواجهة ودية مرتقبة مع صربيا، في إطار التحضيرات لخوض النهائيات الآسيوية المقررة مطلع العام المقبل في قطر، وتصفيات مونديال ٢٠٢٦ أواخر العام الجاري.

ووضعت قرعة النهائيات الآسيوية منتخب النشامى في المجموعة الخامسة، إلى جانب كوريا الجنوبية والبحرين وماليزيا، فيما حدد "فيفا" موعد سحب قرعة تصفيات كأس العالم ٢٠٢٦ والنهائيات القارية ٢٠٢٧، يوم ٢٧ يوليو/ تموز المقبل.

ويشارك المنتخب الأردني في تصفيات المونديال ابتداءً من الدور الثاني والذي يضم ٣٦ منتخباً، سيتم تقسيمها إلى ٩ مجموعات، بحيث يتأهل متصدر ومضيف كل مجموعة للدور الخامس، مع ضمان عبورهم إلى نهائيات آسيا ٢٠٢٧.

وكان المنتخب الأردني قد وصل النمسا قبل يومين وخضع لتدريب مكثف بقيادة العراقي عدنان حمد، ارتكزت على تنفيذ بعض الخطط في الشقين الدفاعي والهجوم.

ويبحث المنتخب الأردني عن تحقيق نتيجة إيجابية أمام صربيا والخروج بفوائد فنية تعزز من تطاعته في الوصول إلى الجاهزية المطلوبة فنياً وبدنياً.

وتعج صفوف منتخب الأردن بلاعبين على سوية عالية معظمهم يحترفون في الخارج، حيث سيحتشدون في سبيل تقديم أداء يليق بسمة الكرة الأردنية.

وأكد حمد في تصريحات سابقة على أهمية معسكر النمسا ومواجهتي صربيا وجامايكا، ضمن مرحلة الأعداد لتصفيات المونديال والنهائيات القارية.

وأضاف: "لدينا برنامج إعداد مكتمل للاستحقاقات المقبلة، يتضمن بعد معسكر النمسا، مواجهة الترويج وأذربيجان في سبتمبر/ أيلول المقبل، قبل خوض البطولة الرباعية الدولية

في تشرين الأول في الأردن بمشاركة منتخبات قطر، إيران، والعراق".

وأوضح: "نتطلع بنقطة لتحقيق أهدافنا في تصفيات المونديال والنهائيات القارية، حيث تجاوزنا المرحلة الصعبة بعد تغيير الأجددة المحلية وعودة عجلة البطولات للدوران

وأوضح: "نتطلع بنقطة لتحقيق أهدافنا في تصفيات المونديال والنهائيات القارية، حيث تجاوزنا المرحلة الصعبة بعد تغيير الأجددة المحلية وعودة عجلة البطولات للدوران