

الفجر	5:37
الظهر	12:48
المغرب	4:08
العشاء	7:59

## الأردن يدين محاولة استهداف إيران لتركيا وأذربيجان

**عمان**  
دانت وزارة الخارجية وشؤون المغتربين، بأشد العبارات محاولة استهداف إيران للجمهورية التركية الشقيقة وجمهورية أذربيجان الشقيقة، وأكدت رفض الأردن واستنكاره هذه الهجمات التي تمثل انتهاكا صارخا لسيادة الدولتين، وتصعيدا

خطيرا يهدد أمن المنطقة واستقرارها.

كما أكدت الوزارة، تضامن الأردن المطلق مع الجمهورية التركية وجمهورية أذربيجان الشقيقتين، ووقوفها معها في كل ما تتخذانه من خطوات لحماية سيادتهما وأمنهما وسلامة مواطنيهما.

## جلالته يبحث الرئيس السوري والعاهل البلجيكي والرئيس الجيبوتي وشيخ الأزهر الأوضاع الإقليمية الخطيرة

# الملك: حماية المواطنين وصون أمن الأردن وسيادته أولوية

## تكثيف الجهود الدولية للتوصل إلى تهدئة شاملة في المنطقة



**عمان**  
بحث جلالة الملك عبدالله الثاني والرئيس السوري أحمد الشرح مجمل الأوضاع الإقليمية الخطيرة، خلال اتصال هاتفي، الخميس، وجدد جلالة الملك إيداعه لاستهداف المملكة وعدد من دول المنطقة، لافتاً إلى أن حماية المواطنين وصون أمن الأردن وسيادته أولوية.

وجرى خلال الاتصال التأكيد على ضرورة التهديد والاحتكام للحوار لتجنب تفاقم الأزمة الراهنة، كما تم بحث التطورات في الضفة الغربية، إذ تم التأكيد على ضرورة خفض التصعيد وحماية حرية المصلين بالوصول إلى المسجد الأقصى المبارك/ الحرم القدسي الشريف، خاصة في شهر رمضان المبارك، وتلقى جلالته الملك عبدالله الثاني، الخميس، اتصالاً هاتفياً من رئيس جيبوتي إسماعيل عمر جيله، لبحث الأوضاع الخطيرة في المنطقة.

وأكد جلالته ضرورة احترام سيادة الدول وتكثيف الجهود لاستعادة التهدة من خلال الاحتكام للحوار، مشدداً على أن الأردن يواصل اتخاذ ما يلزم لحماية أمنه واستقراره وسلامة مواطنيه.

**عمان**  
بحث جلالته الملك عبدالله الثاني والرئيس السوري أحمد الشرح مجمل الأوضاع الإقليمية الخطيرة، خلال اتصال هاتفي، الخميس، وجدد جلالة الملك إيداعه لاستهداف المملكة وعدد من دول المنطقة، لافتاً إلى أن حماية المواطنين وصون أمن الأردن وسيادته أولوية.

وجرى خلال الاتصال التأكيد على ضرورة التهديد والاحتكام للحوار لتجنب تفاقم الأزمة الراهنة، كما تم بحث التطورات في الضفة الغربية، إذ تم التأكيد على ضرورة خفض التصعيد وحماية حرية المصلين بالوصول إلى المسجد الأقصى المبارك/ الحرم القدسي الشريف، خاصة في شهر رمضان المبارك.

وأكد جلالته الملك عبدالله الثاني، خلال اتصال هاتفي تلقاه من جلالة الملك فيليب، ملك مملكة بلجيكا، ضرورة تكثيف الجهود الدولية للتوصل إلى تهدئة شاملة في المنطقة.

ولفت جلالته إلى أن الاعتداءات الإيرانية على المملكة وعدد من دول المنطقة هو انتهاك لسيادة الدول وتصعيد خطير يندرج بتوسع دائرة الصراع. وجدد جلالته الملك التأكيد على ضرورة حل

## وزير الخارجية يبحث التصعيد الخطير في المنطقة

**عمان**  
وتلقى نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، ووزير الخارجية ليوانيا كوستوبوليس بوردوس، أفاق تجاوز التصعيد الخطير الذي تشهده المنطقة، واستعادة التهدة في المنطقة، وأكد الوزير خلال اتصال هاتفي أهمية اعتماد الدبلوماسية سبيلاً لحل الأزمات، وعلى الأسس التي تضمن احترام سيادة الدول وأمنها واستقرارها وفق القانون الدولي.

كما أكد بوردوس تضامن بلاده مع المملكة في مواجهة الاعتداءات الإيرانية على أراضيها. ودان الوزيران هذه الهجمات والاعتداءات الإيرانية على دول الخليج العربي.

وبحث الوزيران سبل زيادة التعاون بين البلدين الصديقين في مختلف المجالات.

وتلقى نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين، أيمن الصفدي، الخميس، اتصالاً هاتفياً من وزير خارجية جمهورية التشيك بيتز ماتسيكا، جرى خلاله بحث التصعيد الخطير الذي تشهده المنطقة، وأثره على الأمن والسلم الدوليين والإقليميين. وبحث الصفدي وماتسيكا أفاق إنهاء الأزمة واستعادة التهدة وخفض التصعيد واعتماد الحوار سبيلاً لحل الأزمات.

ودان ماتسيكا الاعتداءات الإيرانية على المملكة وعلى دول عربية شقيقة، مؤكداً تضامنه مع الأردن في مواجهة هذه الاعتداءات.

كما أكد الوزيران أهمية علاقات الصداقة بين البلدين.

وشدد الصفدي على الحرص على العمل مع ماتسيكا الذي تولي مسؤولياته وزيراً للخارجية في شهر كانون الأول الماضي من أجل زيادة التعاون في مختلف المجالات.

وهذا الصفدي، ماتسيكا على توليه موقعه الجديد.

**عمان**  
وتلقى نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، ووزير الخارجية ليوانيا كوستوبوليس بوردوس، أفاق تجاوز التصعيد الخطير الذي تشهده المنطقة، واستعادة التهدة في المنطقة، وأكد الوزير خلال اتصال هاتفي أهمية اعتماد الدبلوماسية سبيلاً لحل الأزمات، وعلى الأسس التي تضمن احترام سيادة الدول وأمنها واستقرارها وفق القانون الدولي.

كما أكد بوردوس تضامن بلاده مع المملكة في مواجهة الاعتداءات الإيرانية على أراضيها. ودان الوزيران هذه الهجمات والاعتداءات الإيرانية على دول الخليج العربي.

وبحث الوزيران سبل زيادة التعاون بين البلدين الصديقين في مختلف المجالات.

وتلقى نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين، أيمن الصفدي، الخميس، اتصالاً هاتفياً من وزير خارجية جمهورية التشيك بيتز ماتسيكا، جرى خلاله بحث التصعيد الخطير الذي تشهده المنطقة، وأثره على الأمن والسلم الدوليين والإقليميين. وبحث الصفدي وماتسيكا أفاق إنهاء الأزمة واستعادة التهدة وخفض التصعيد واعتماد الحوار سبيلاً لحل الأزمات.

ودان ماتسيكا الاعتداءات الإيرانية على المملكة وعلى دول عربية شقيقة، مؤكداً تضامنه مع الأردن في مواجهة هذه الاعتداءات.

كما أكد الوزيران أهمية علاقات الصداقة بين البلدين.

وشدد الصفدي على الحرص على العمل مع ماتسيكا الذي تولي مسؤولياته وزيراً للخارجية في شهر كانون الأول الماضي من أجل زيادة التعاون في مختلف المجالات.

وهذا الصفدي، ماتسيكا على توليه موقعه الجديد.

## القبض على ناشر أثار الهلع وطالب المواطنين بإخلاء منازلهم في الأزرق

**عمان**

قال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، إنّه من خلال التحقيقات في المنشور الذي أثار الهلع وطالب المواطنين بإخلاء منازلهم في لواء الأزرق، حيث قام منشوره بترويسه باسم الأمن العام، فقد تم تحديد هوية الشخص الذي قام بإنشائه ونشره والقبض عليه وجرى إحالته للمدعي العام الذي قرر توقيفه في أحد مراكز الإصلاح والتأهيل، وفيما جرى كذلك التعميم عن شخص آخر شاركه بذلك.

## وزير الزراعة يتفقد مديرية محافظة جرش

الطبيعية في محافظة جرش، من جهتها، قدمت مديرية زراعة جرش الدكتور علا المحاسنة، شرحاً حول أبرز مهام المديرية، وبرامجها والإرشادية والرقابية المقدمة للمزارعين، ومشاورتها ومبادراتها لتطوير الإنتاج الزراعي في المحافظة، والتحديات التي تواجه عملها وسبل التعامل معها. وأكدت المحاسنة أن كوادر الحراج تعمل على مدار الساعة لحماية الغابات والثروة الحرجية، بالتنسيق مع الجهات ذات العلاقة، مشيرة إلى أن المديرية تضع ملف الحراج ضمن أولوياتها نظراً لأهميته البيئية والوطنية.

المراجعين وسرعة إنجاز المعاملات، وتفقد قسم الحراج والمراعي في المديرية، واستعرض سير العمل فيه وأليات المتابعة والحماية للمناطق الحرجية، مشدداً على ضرورة تكثيف أعمال المراقبة والمتابوات والدوريات، حفاظاً على الثروة الحرجية ومنع الاعتداءات، وضمان تطبيق القوانين والأنظمة ذات العلاقة.

وأشاد بجهود كوادر المديرية وقسم الحراج، مؤكداً استمرار دعم الوزارة لتعزيز قدرات المديرية وتمكينها من أداء مهامها بكفاءة واقتدار، بما يخدم المزارعين ويحافظ على الموارد

اطلع وزير الزراعة الدكتور صائب الخريسات، اليوم الأربعاء، على سير العمل في مديرية زراعة محافظة جرش، ومستوى الخدمات المقدمة للمزارعين والمراجعي، في إطار حرص الوزارة على المتابعة الميدانية وتعزيز كفاءة الأداء في مديريات المحافظات. وأكد الخريسات، خلال الجولة التفقدية، أهمية تبسيط الإجراءات والارتقاء بجودة الخدمات بما يلبي احتياجات القطاع الزراعي ويسهم في دعم جهود التنمية الزراعية، واستمع إلى ملاحظات الكوادر الفنية والإدارية. واطلع أيضاً على آلية استقبال

## توقيف محاسب سابق بمؤسسة رسمية بجنائية الاختلاس والتزوير

**عمان**

قرر مدعي عام النزاهة ومكافحة الفساد توقيف محاسب سابق في إحدى المؤسسات الرسمية 15 يوماً في مركز إصلاح وتأهيل ماركا على ذمة التحقيق بجنائية استثمار الوظيفة والتزوير واختلاس آلاف الدنانير.

وفي التفاصيل بحسب بيان هيئة النزاهة ومكافحة الفساد اليوم الخميس، بينت التحقيقات أن هذا المحاسب كان يتلاعب لحسابه بالأصول التي يقيضها ويستلمها لتوريدها للشركات التي كانت تتعامل مع هذه المؤسسة.

وكانت هيئة النزاهة ومكافحة الفساد أحالت هذه القضية إلى النيابة العامة في وقت سابق.

## القوات المسلحة الأردنية تنفي تعرض موقعها الإلكتروني لهجوم سيبراني

**عمان**

نفي مصدر عسكري مسؤول في القيادة العامة للقوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي تعرض موقع القوات المسلحة لهجوم سيبراني، مؤكداً أن ما يتم تداوله من أخبار في بعض وسائل التواصل الاجتماعي والمواقع الإلكترونية غير صحيح، وأن الموقع الرسمي يعمل بشكل طبيعي وتحت أعلى معايير الحماية السيبرانية، ولم يتعرض لأي هجوم إلكتروني أثر على سير عمله أو أمن معلوماته.

وأوضح المصدر أن القوات المسلحة الأردنية تقي أمن الفضاء السيبراني أهمية قصوى، وتعمل بالتنسيق مع الجهات المختصة لحماية المواقع الرسمية والبيانات الحكومية من أي تهديدات إلكترونية.

## خبراء وأكاديميون: مصلحة الأردن وسيادته

### هي البوصلة الثابتة للقرار الوطني

المواطن الضمانة الأساسية لمواجهة التحديات، وأوضحوا أن الأردن يتبنى نهجاً عقائدياً يوازن بين المواقف الوطنية والحفاظ على السلم المجتمعي، مع الالتزام المطلق بمبدأ احترام سيادة الدول، بما يضمن بقاءه قوياً وقادراً على تجاوز الأزمات.

2 التفاصيل صفحة

الشعب والتمسك بالقانون الدولي يمثلان قاعدة حاكمة للمواقف الأردنية، محذرين من التبعات الاقتصادية والأمنية للزاعات، وضرورة تغليب الدبلوماسية والحكمة في إقليم مضطرب.

وأشاروا إلى أن تمتين الجبهة الداخلية والالتفاف حول مؤسسات الدولة هو "خط الدفاع الأول" لحماية المصالح العليا، معتبرين وعي

**عمان**  
أكد خبراء وأكاديميون أن مصلحة الأردن وسيادته هي البوصلة الثابتة للقرار الوطني، استناداً لرؤية جلالة الملك عبدالله الثاني في حماية أمن المملكة ومنع اتساع الصراعات الإقليمية.

وشدوا في تصريحات لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، اليوم الخميس، على أن صون سلامة

## لقاء الإخاء والعطاء يجسد روح الأخوة الأردنية العراقية



7 التفاصيل صفحة

## طلبة «التكنولوجيا» ينفذون مبادرات رمضان متنوعة

نفذت الأندية والمبادرات الطلابية بجامعة العلوم والتكنولوجيا، وبدعم من عمادة شؤون الطلبة، حزمة من الأنشطة ضمن حملة "سفرة"، جسدت قيم التكافل والعطاء والعمل التطوعي.

وشملت الفعاليات تنظيم إفطار خيري للمسنين بمشاركة أكثر من 70 طالباً وطالبة، استهدف ما يزيد على 50 مسناً، بتنظيم مشترك من نادي العمل التطوعي، ونادي الإبداع العلمي، ومبادرة "جست فور جست"، ومبادرة "تألق"، ومبادرة "نشأني"، في أجواء إنسانية عكست روح البر والإحسان وأدخلت الفرح إلى قلوب كبار السن.

كما واصلت الحملة مبادراتها الميدانية من خلال توزيع الماء والتمر على الصائمين عند الإشارات المرورية قبيل أذان المغرب، في لفحة تعبير عن روح المشاركة والتراحم خلال الشهر الفضيل، وتعزز ثقافة التطوع والعمل الجماعي بين الطلبة.

وفي سياق متصل، شاركت الجامعة في تجهيز موائد الرحمن في تكية أم علي، حيث مثلها نادي تكنولوجيا الحوسبة (CTC)، وشارك الطلبة المنطوقون في تحضير الوجبات وتزيينها وتقديمها للأسر المستفيدة، في صورة مشرفة تعكس انتماءهم ووعيهم بدورهم المجتمعي.

وأكد عميد شؤون الطلبة بالجامعة الدكتور ماجد مسعدة، أن هذه المبادرات تؤكد على تعزيز حضور الجامعة المجتمعي وترسيخ ثقافة العمل التطوعي لدى الطلبة.

## مستشفى المقاصد يعالج 487 مريضاً بالمجان في الأزرق

**عمان**

عالج مستشفى المقاصد الخيرية، التابع لصندوق زكاة وزارة الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية، 487 مريضاً خلال يوم طبي مجاني أقامه الصندوق في محافظة الأزرق.

وقال مدير عام المستشفى الدكتور بسام الشلول، إن فريقاً طبياً من مختلف التخصصات شارك في فعاليات اليوم الطبي، الذي أقيم ضمن منبديات الوعد والإرشاد برعاية وزير الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية الدكتور محمد الخلايلة.

وأضاف إن الكوادر الطبية أجرت الفحوصات الطبية والمخبرية للمراجعي، وصرفت الأدوية المجانية لهم، كما تم استخدام جهاز الأمواج فوق الصوتية (الأنتراساوند) لفحص السيدات الحوامل وتقديم العلاجات اللازمة لهن. وأشار الشلول إلى أن عدد المستفيدين من الأيام الطبية المجانية التي نفذها المستشفى منذ بداية العام الحالي بلغ 1812 مريضاً خلال 5 أيام طبية مجانية، وبين أن تنظيم هذه الأيام الطبية يأتي ضمن خطة المستشفى لتقديم الخدمات الصحية المجانية للمجتمعات المحلية بدعم من صندوق الزكاة، لافتاً إلى أن المستشفى نفذ 125 يوماً طبياً مجانياً في مختلف محافظات المملكة منذ عام 2018 وحتى اليوم، جرى خلالها علاج أكثر من 69 ألف مريض.

# وقف العمل بقرار حصر استيراد البضائع الواردة بالحاويات إلى ميناء العقبة



## عمان

قرّر مجلس الوزراء في جلسته التي عقدها، برئاسة رئيس الوزراء الدكتور جعفر حسّان، اتخاذ حزمة من الإجراءات للتعامل مع تداعيات التوتّرات الإقليمية الحاليّة وأثرها المتوقّع على أسعار الوقود وتوفره في السوق العالميّة، وذلك بهدف ضمان استدامة أمن الطاقة والكهرباء وسلاسل التزويد والإمداد.

وتضمّنت حزمة الإجراءات، وقف العمل بقرار مجلس الوزراء الصّادر عام ١٩٧٨م، والمتضمّن حصر استيراد البضائع الواردة بالحاويات في ميناء العقبة، والسّماح باستيرادها عبر المنافذ الحدوديّة البريّة الأردنيّة، لمدة شهر، اعتباراً من تاريخ ٢٠٢٦/٣/٥م؛ وذلك بهدف ضمان وصول الإرساليات المستعجلة من البضائع المحمّلة بالحاويات إلى مقاصدها في المملكة، ولحिन استقرار الأوضاع السّائدة إقليمياً.

وقرّر مجلس الوزراء أيضاً الموافقة على الإغفاء من الرسوم الجمركيّة والضرائب المترتّبة على ما ارتفع من أجور الشحن البحري على البضائع، وشمول جميع البضائع الواردة عبر الشحن البحري بهذه الإعفاءات وذلك لمدة ستة شهور، اعتباراً من تاريخ ٢٠٢٦/٣/٥م، بما فيها ضريبة المبيعات العامة والخاصة.

وتهدف القرارات إلى ضمان استقرار أسعار السّلع والتزود بها، وتقادي أيّ انعكاس على أسعارها بسبب تداعيات الأوضاع الإقليميّة.

كما شملت القرارات السّماح للشركة اللوجستية الأردنية للمرافق النفطية باستيراد مادة الديزل ومادة زيت الوقود لصالح شركة الكهرباء الوطنيّة، والسماح لشركة الكهرباء الوطنيّة باستخدام جزء من مخزون الحكومة الاستراتيجي من مادة الديزل؛ لغايات استدامة توليد الطاقة الكهربائيّة في الحالات الطارئة، على أن تقوم شركة الكهرباء الوطنيّة بتعويض كميات الديزل التي تقوم بسحبها.

وشملت الإجراءات أيضاً إعفاء مستوردي شركة الكهرباء الوطنيّة من مادة الديزل وزيت الوقود من جميع الرسوم والضرائب، بما فيها الضريبة الخاصّة والرسوم الجمركيّة ورسوم طوابع الواردات وأي ضرائب ورسوم أخرى قد تترتب عليها ولهذه الغاية حصر.

وفي إطار دعم الاستثمار وتوفير فرص التّشغيل للأردنيين، قرّر مجلس الوزراء الموافقة على تقديم دعم لإيصال التّيار الكهربائي لأحد المجمّعات الصناعيّة في منطقة القطرانة في محافظة الكرك، شريطة تعيين ٢٠٠٠ موظف أردني على مدى ثلاث سنوات.

وبموجب القرار، ستقوم شركة الكهرباء

## رئيس هيئة الأركان يزور قيادة لواء الملك حسين بن علي الحنيطي: الجاهزية القتالية أولوية قصوى في ظل التحديات الإقليمية الراهنة



### عمان

زار رئيس هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن يوسف أحمد الحنيطي، قيادة لواء الملك حسين بن علي، وكان في استقباله قائد اللواء.

واستمع اللواء الركن الحنيطي إلى إيجاز عسكري قدمه قائد اللواء، تناول سير الأمور العمليّة والتدريبية واللوجستية، ومستوى الجاهزية القتالية، إضافة إلى الخطط المستقبلية والواجبات والمهام التي ينفذها اللواء، والإجراءات المتخذة لتطوير الأداء ورفع الكفاءة، وبما ينسجم مع توجيهات القيادة العامة في التحديث والتطوير.

وأكد رئيس هيئة الأركان المشتركة أن الجاهزية القتالية تمثل أولوية قصوى في ظل ما تشهد المنطقة من تحديات متسارعة، مشدداً على أهمية الاستمرار في تنفيذ البرامج التدريبية النوعية التي تسهم في صقل المهارات وتعزيز القدرات على التعامل مع مختلف التهديدات، التقليدية وغير التقليدية، بكفاءة واقتدار.

وبين اللواء الركن الحنيطي ضرورة المحافظة على أعلى درجات الانضباط والاحترافية، والعمل بروح الفريق الواحد، باعتبارها الركائز الأساسية لنجاح أي مهمة عمليّة، مؤكداً أن تطوير الأداء ورفع كفاءة الأفراد نهج ثابت تنتهجه القيادة العامة للقوات المسلحة، وبما يعزز من قدرتها على تنفيذ واجباتها في مختلف الظروف والأوقات.

وفي سياق متصل، تابع اللواء الركن الحنيطي ترميناً ميدانياً، اشتمل على عرض لاستخدام الطائرات المسيّرة في تنفيذ المهام العمليّة ومكافحتها ضمن بيئة عمليات افتراضية، حيث استمع قبل تنفيذ التمرين إلى إيجاز عن أهدافه ومرامحه التكتيكية، والسيناريوهات العمليّة التي جرى التخطيط لها، والتحديات التي تفرضها طبيعة التهديدات الحديثة، لاسيما في مجال الطائرات المسيّرة وأنظمة مكافحتها التي باتت تشكل محوراً رئيساً في الحروب الحديثة. وتضمنت فعاليات التمرين تنفيذ سلسلة من السيناريوهات تمثلت برصد محاولات تنفيذ هجوم مسلح على نقاط أمنيّة باستخدام آليات مصفحة، حيث جرى اكتشاف الأهداف وتميعتها من خلال الطائرات المسيّرة الاستطلاعية، ومن ثم التعامل معها بواسطة الطائرات المسيّرة القتالية وتحييدها قبل وصولها إلى أهدافها.

كما جرى تنفيذ إجراءات مكافحة الطائرات المسيّرة المعادية باستخدام أنظمة التشويش والسيطرة الإلكترونيّة، ما عكس مستوى الكفاءة والجاهزية العالية التي تتمتع بها مرتبات اللواء، وقدرتهم على اكتشاف التهديدات وتحييدها بكفاءة وسرعة استجابة عالية.

وفي نهاية الزيارة، التقى اللواء الركن الحنيطي بضباط وضباط صف وأفراد اللواء، ونقل لهم تحيات وفتحة واعتزاز جلالته القائد الأعلى للقوات المسلحة، منيئاً بما لمسه من معنويات عالية واثمناه وولاء راسخ للقيادة والوطن، مؤكداً أن القوات المسلحة ماضية في مسيرة التحديث والتطوير بما يضمن حماية الوطن وضون مقدراته.

## وزير البيئة يكرم عامل وطن



### عمان

كرم وزير البيئة الدكتور أيمن سليمان عامل الوطن في منطقة حما كماً لبلدية إربد الكبرى، أحمد عكاوي، تقديراً لجهوده المتميزة في تعزيز ثقافة النظافة والوعي البيئي، وإصداره كتابه "أوراق على الرصيف- رؤية عامل وطن"، الذي استعرض فيه تجربته الميدانية ورؤيته للقضايا البيئية والنظافة العامة.

وأشاد الدكتور سليمان بالمبادرة التي قدمها عكاوي، مؤكداً أنها تمثل نموذجاً مشرفاً للمواطنة الفاعلة والإحساس العالي بالمسؤولية، وتجسد الدور التوعوي الذي يمكن أن يضطلع به الأفراد في ترسيخ السلوك البيئي السليم وتعزيز القيم الإيجابية داخل المجتمع.

وأكد سليمان استعداد الوزارة بالتعاون مع عكاوي وإشراكه ضمن برامجها وأنشطتها التوعوية المرتبطة بالنظافة العامة، وتعزيز السلوك البيئي الإيجابي، مشيراً إلى أن الوزارة ستوفر الدعم اللغوي واللوجستي اللازم لإنجاح هذه الجهود، وبما يسهم في توسيع نطاق أثرها والوصول إلى مختلف فئات المجتمع.

ويأتي التكريم في إطار حرص وزارة البيئة على تنفيذ توجيهات سمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني، ولي العهد، في دعم المبادرات الهادفة، وتعزيز الشراكة المجتمعية، وضمن البرامج التنفيذية لاستراتيجية النظافة والحد من الجائحة، والعنواني للنظافة.

من جانبها، أعرب عكاوي عن شكره وتقديره لهذه الفتحة، مؤكداً جاهزيته بالتعاون مع الوزارة في تنفيذ الحملات الميدانية وإعداد المواد التوعوية، وبما يخدم رسالة الحفاظ على البيئة ويعزز مفهوم النظافة بوصفها قيمة وطنية وسلوكاً حضارياً.

**شركة كهرباء محافظة إربد**  
Irbid Electricity  
إعلان فصل التيار الكهربائي

ستقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الثلاثاء الموافق 2026/03/10 بإجراء أعمال صيانة على شبكة والتي قد تستمر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي في محافظة إربد عن الحصن، الحصن طريق حليم التوبية، الجوارين لمسجد فلان، مجاورين شارع الحصن، مجاورين شارع مركز ابن باني عبيد، الصرّوح، جنوب غرب البلد، الحصن المجاورين للفهلي لانه، طريق إربد الحصن غرب كازية الحامير، الشارع الرئيسي ما بين شارع الحصن، الصرّوح ولفهية ملتصق مستشفى الأمير رند وذلك من الساعة الثامنة والنصف صباحاً ولغاية الساعة الخامسة مساءً.

كما ستقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الأربعاء الموافق 2026/03/11 بإجراء أعمال صيانة على شبكة والتي قد تستمر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي في محافظة إربد عن إربد، شارع القاهر، شارع طليطلة، شارع الشبيبة، شارع ابن حرم، شارع خلدون خنملة، شارع معن العول، شارع هسي رحاب، شارع السلف منطقة الروضة، حي الأندلس وذلك من الساعة الثامنة صباحاً ولغاية الساعة الثالثة مساءً وعن النعمة وطريق البلد، النعمة طريق ساما، النعمة طريق كتم، النعمة الحي الجنوبي، كتم بالكامل، المنطقة المحيطة لمسجد دار السلام، المنطقة المحيطة لمسجد قاسم حسارة من الساعة الثامنة والنصف صباحاً ولغاية الساعة الثالثة مساءً.

وفي محافظة عمّون من الساعة ستاد، ستقوم شركة الكهرباء العمّونية، صرّوح حي الركة من الساعة الثامنة والنصف صباحاً ولغاية الساعة الثالثة مساءً وعن الشبيبة، بلاص، غلة السمر، غرة غرب العمّونية، الرام، كراخج، حي نمر، غلة مسطفي من الساعة الثامنة والنصف صباحاً ولغاية الساعة الرابعة مساءً.

دارة الدرافة والتحكم

السائقين في حال عدم ارتكابهم مخالفات، أقرّ مجلس الوزراء نظام رفع مستوى السلامة المروريّة والحوافز التشجيعية للسائقين لسنة ٢٠٢٦م، بعد إجراء تعديلات عليه أثناء مناقشته في دوان الشّريع والرّأي بعد الموافقة على أسبابه الموجبة الأسبوع قبل الماضي.

ويمنح النّظام السّائقين حوافز وخصومات مستمرة في حال عدم ارتكابهم مخالفات، أو في حال تسديد قيم المخالفات مبكراً، وذلك بهدف التشجيع على الالتزام بقانون السير بما يسهم في تحسين مستوى السلامة على الطرق والحد من الحوادث.

وبموجب النّظام، سيتمّ منح السائق الذي يخطئ عاماً كاملاً دون ارتكاب أي مخالفة من تاريخ ترخيص مركبته خصماً بنسبة ٢٥٪ من الرّسوم والبدلات والأثمان المترتّبة على تجديد ترخيص المركبة، المنصوص عليها في نظام رسوم رخص القيادة وتسجيل وتحويل المركبات.

كما سيتمّ منح كل من ارتكب مخالفة سير خصماً بنسبة ٣٠٪ من قيمة المخالفة في حال تسديدها خلال ٦٠ يوماً من تاريخ ارتكابها. ويشكل النّظام فرصة للسائقين لتسهيل إتمام ترخيص مركباتهم.

ويستفني مشروع النّظام المخالفات الجسيمة من الخصم؛ نظراً لخطورتها مثل: قيادة المركبة بصدوره متهوراً، وتجاوز إشارة الحمراء، واقفال الحوادث المرورية، وفراق السائق من مكان الحادث، والتلاعب بولحات أرقام المركبات، والمخالفة التي ينجم عنها التسبب بوفاة إنسان أو إحداث عاهة دائمة له.

مزاوله النشاط للمؤسسات غير المسجّلة بنسبة ٢٥٪، مع ترصيد أي مبالغ تم دفعها قبل التخفيض في عام ٢٠٢٦م.

ووافق مجلس الوزراء أيضاً على تقديم حوافز لمعالجة الذم العالقة بين سلّطة منطقة العقبة الاقتصاديّة الخاصّة والمكفّين، وتصويب أوضاع المخيمات السياحيّة ماليّاً وتنظيمياً في مناطق: وادي رم وقرى الغوص السياحيّة.

وشملت هذه الحوافز إعفاء المخيمات السياحيّة من بدلات الإيجار لعام ٢٠٢٥م؛ شريطة تسديد الذم السابقة قبل عام ٢٠٢٥م نقداً أو تقسيطها بدفعة أولى بنسبة ٢٥٪، ودفع بقية المبلغ على أقساط شهرية متساوية لمدة أقصاها ٢٤ شهراً، بالإضافة إلى إعفاء المخيمات السياحيّة بنسبة ١٠٠٪ من الإيجارات ورسوم الترخيص للعامين ٢٠٢٤ و٢٠٢٥م، في حال حصولها على "شهادة المفتاح الأخضر" وهي علامة بيئيّة دولية مرموقة تُمنح للمنشآت السياحيّة والفنّديّة التي تلتزم بمعايير بيئيّة

ومنتظمة ومستدامة، مثل: توفير المياه، وتقليل النفايات، وإدارة المياه، وتمنحها على المستوى الوطني الجمعيّة المكيّة لحماية البيئة البحريّة. وسيتم تطبيق هذه الحوافز من تاريخ صدور القرار وحتى تاريخ ٢٠٢٦/١٢/٣١م.

على صعيد متصل، قرّر مجلس الوزراء الموافقة على تخصيص قطعتي أرض لإنشاء مركز دفاع مدني لخدمة القرى المحيطة والمخيمات السياحيّة، ومركز أمني لخدمة قرى وادي رم والديسة.

وعلى صعيد استكمال الإجراءات التشريعيّة لمنح حوافز وخصومات واقتصاد.

واستشهد الكساسبة بالقاعدة الأخلاقية والسياسية التي تعكس قيمة السلم كخير أصيل، مستذكراً قوله تعالى: لا وإن جنحوا للسلم فاجنح لها،. موضحاً أن الأردن يخبرته في تعقيدات الجغرافيا السياسية، يدرك أن آثار الحروب تتجاوز الحدود لتطال الأمن الغذائي، وسلاسل الإمداد، وأسعار الطاقة، والاستقرار المجتمعي.

وحذر من تداعيات المواجهات الواسعة على شعوب المنطقة التي تتطلع للنمو وفرص العمل، بدلا من تحمل أعباء النزوح والأزمات الاقتصادية الإضافية.

ولفت إلى أن الأردن يرسخ نهجا يقوم على تكثيف الجهود الدبلوماسية وتغليب الحلول السياسية والحوار، مؤكداً أن معالجة جذور الأزمات أجدى من إدارة تداعياتها.

وفي خضم التحديات، أبرز الكساسبة أهمية تمتين الجبهة الداخلية وتعزيز التماسك الوطني والالتفاف حول مؤسسات الدولة كعناصر قوة حقيقية.

من جانبه، أكد الرئيس التنفيذي للمجمعيّة الأردنيّة لريادة الأعمال الدكتور بلال الوادي، أن مصلحة الأردن الوطنيّة العليا هي معيار القرار في التعامل مع أيّ تصعيد إقليمي، مشدداً على أن حماية أمنه واستقراره وسيادته أولوية قصوى.

وقال الدكتور محمد معاقبة، إن المملكة بقيادة الهاشمية، تضع صون مقدرات الوطن وحماية نسجه الاجتماعي في ظل الظروف الإقليمية المعقدة.

وأشار معاقبة إلى أن استخدام الصواريخ والمسيرات يعتبر انتهاكا صارخا للسيادة الجوية للأردن، وتهديدا مباشرا للمواطنين الأردنيين، وخطرا يمس المرافق والمؤسسات المدنية والعسكرية، واصفا هذا الفعل بأنه تصعيد عسكري غير مبرر يهدد السلم والأمن الإقليمي والدولي على حد سواء.

وأكد أن تعزيز التماسك الوطني في هذه المرحلة يعد "خط الدفاع الأول" في مواجهة التحديات الراهنة، بما يضمن بقاءه قويا وقادرا على تجاوز الأزمات.

وفي هذا الصدد، قال أسناد الدراسات الاستراتيجية في جامعة الحسين بن طلال، البروفيسور حسن الدعجة، إن الأردن يبث مجددا، في ظل التصعيد المتسارع والتحوّلات العسكريّة والسياسيّة المعقدة التي تشهدها المنطقة، أن مصلحته أولا، وهي البوصلة التي توجه القرار الوطني في كل الظروف.

وأضاف أن حماية أمن المملكة واستقرارها وصون سيادتها وسلامة شعبها ليست مجرد شعارات، بل هي قاعدة حاكمة لكل موقف سياسي أو تحرك دبلوماسي أو إجراء أمني، مشدداً على أيّ قراءة للشهد الإقليمي لا يمكن أن تنفصل عن هذه الأولويات التي تشكل جوهر الرؤية الأردنيّة في التعامل مع الأزمات.

وبين أن دعوة جلالته الملك إلى وقف التصعيد ومنع اتساع رقعة الصراع تنطلق من حرص استراتيجي عميق يستند إلى خبرة طويلة في إدارة التوازنات الدقيقة في إقليم مضطرب، لافتاً إلى إدراك الأردن بأن الحروب عندما تتوسع تخرج عن حسابات بداياتها، وتتحول إلى دوائر متشابكة من العنف يصعب ضبطها، فضلا عما يمثله اتساع المواجهات من تهديد لأمن الدول المجاورة، وفتح المجال أمام فوضى عابرة للحدود وتنامي الجماعات

المسلحة والتدخلات الخارجية.

وأشار الدعجة، إلى أن الأردن يؤكد بشكل ثابت أن تكثيف الجهود الدبلوماسية وتغليب الحلول السياسية والحوار يمثل الخيار الراسخ، حيث تثبتت الخبرات الدولية أن النزاعات مهما بلغت حدتها لا تنتهي إلا عبر تسويات سياسية، مؤكداً أن استمرار العمليات العسكرية يستنزف الموارد ويعمق الاقتسامات ويؤخر فرص التعافي الاقتصادي.

وحذر من التداعيات الاقتصادية والأمنية لأيّ مواجهة واسعة، مؤكداً أن أثر التصعيد يمتد ليشمل قطاعات الطاقة والتجارة والنقل والاستثمار والسياحة، وما يتبع ذلك من ضغوط مالية وموجات نزوح وتحديات أمنية عابرة للحدود، تفرض أعباء إضافية على دول المنطقة.

وفيما يتعلق بالشأن الداخلي أكد الدعجة، أهمية تمتين الجبهة الداخلية وتعزيز التماسك الوطني باعتباره خط الدفاع الأول، مبيّناً أن قوة الدولة تكمن في وعي شعبيها وثقتها بمؤسساتها، وأن المرحلة الراهنة تتطلب وعياً جماعياً يوازن بين التعبير المشروع عن المواقف وبين الحفاظ على السلم المجتمعي وحماية المصالح الوطنيّة العليا.

وأكد أن الرؤية الأردنيّة تقوم على معادلة واضحة: حماية الوطن أولاً، والعمل من أجل استقرار المنطقة؛ ثانياً، عبر الدبلوماسية والحوار، انطلاقاً من إدراك عميق بأن الأمن لا يتجزأ، وأن الحكمة وضبط النفس هما الطريق الآمن لعبور هذه المرحلة.

كما شملت حزمة قرارات تسديد المتأخرات تسديد ١٠٠ مليون دينار للجامعات الحكوميّة، وتسديد مديونيّة البالغة قيمتها ٤٠ مليون دينار، ومديونيّة مستشفى الجامعة الأردنيّة بقيمة ١٠ ملايين دينار.

وكانت النّتائج الماليّة النهائيّة لعام ٢٠٢٥م التي نشرتها وزارة الماليّة مطع الأسبوع الجاري قد بيّنت أنّ الحكومة قامت خلال عامي ٢٠٢٤ - ٢٠٢٥ بتسديد ٦٢٠ مليون دينار من المتأخرات المتراكمة عن سنوات سابقة، ويتوقّع أن تصل قيمة المتأخرات المسدّدة إلى ٩٢٠ مليون دينار مع نهاية ٢٠٢٦م.

وفي إطار دعم الاستثمار وتحفيز الأنشطة الاقتصاديّة وتحسين الخدمات وتسهيل الإجراءات التنظيميّة في منطقة العقبة الاقتصاديّة الخاصّة، قرّر مجلس الوزراء الموافقة على جملة حوافز تشجيعيّة في العقبة، تتسجم مع أهداف رؤية التحديث الاقتصادي.

وشملت الحوافز، تقديم تسهيلات لتسجيل الشّركات، وذلك بإعفاؤها من رسوم التسجيل للشركات لأول مرّة في سلّطة منطقة العقبة الاقتصاديّة الخاصّة، البالغة قيمتها ١٠٠٠ دينار، إلى جانب تخفيض رسوم تسجيل كل نشاط اقتصادي إلى ٣٠٠ دينار بدلاً من ٥٠٠ دينار.

كما شملت تخفيضاً على بدلات شهادات

## خبراء وأكاديميون: مصلحة الأردن وسيادته هي البوصلة الثابتة للقرار الوطني

### عمان

أشار الخبراء وأكاديميون أن مصلحة الأردن وسيادته هي البوصلة الثابتة للقرار الوطني، استناداً للرؤية جلالته الصراعات الإقليمية.

وشدوا في تصريحات لوكالة الأنباء الأردنيّة (بترا)، اليوم، الخميس، على أن صون سلامة الشعب والتمسك بالقانون الدولي يمثّلان قاعدة حاكمة للمواقف الأردنيّة، محذرين من التبعات الاقتصاديّة والأمنيّة للنزاعات، وضرورة تغليب الدبلوماسية والحكمة في إقليم مضطرب.

وأشاروا إلى أن تمتين الجبهة الداخلية والالتفاف حول مؤسسات الدولة هو "خط الدفاع الأول" لحماية المصالح العليا، معتبرين في وعي المواطن الضمانة الأساسية لمواجهة التحديات.

وأوضحوا أن الأردن يبنّي نهجا عقلانياً يوازن بين المواقف الوطنيّة والحفاظ على السلم المجتمعي، مع الالتزام المطلق بمبدأ احترام سيادة الدول، بما يضمن بقاءه قويا وقادرا على تجاوز الأزمات.

وفي هذا الصدد، قال أسناد الدراسات الاستراتيجية في جامعة الحسين بن طلال، البروفيسور حسن الدعجة، إن الأردن يبث مجددا، في ظل التصعيد المتسارع والتحوّلات العسكريّة والسياسيّة المعقدة التي تشهدها المنطقة، أن مصلحته أولا، وهي البوصلة التي توجه القرار الوطني في كل الظروف.

وأضاف أن حماية أمن المملكة واستقرارها وصون سيادتها وسلامة شعبها ليست مجرد شعارات، بل هي قاعدة حاكمة لكل موقف سياسي أو تحرك دبلوماسي أو إجراء أمني، مشدداً على أيّ قراءة للشهد الإقليمي لا يمكن أن تنفصل عن هذه الأولويات التي تشكل جوهر الرؤية الأردنيّة في التعامل مع الأزمات.

وبين أن دعوة جلالته الملك إلى وقف التصعيد ومنع اتساع رقعة الصراع تنطلق من حرص استراتيجي عميق يستند إلى خبرة طويلة في إدارة التوازنات الدقيقة في إقليم مضطرب، لافتاً إلى إدراك الأردن بأن الحروب عندما تتوسع تخرج عن حسابات بداياتها، وتتحول إلى دوائر متشابكة من العنف يصعب ضبطها، فضلا عما يمثله اتساع المواجهات من تهديد لأمن الدول المجاورة، وفتح المجال أمام فوضى عابرة للحدود وتنامي الجماعات

المسلحة والتدخلات الخارجية.

وأشار الدعجة، إلى أن الأردن يؤكد بشكل ثابت أن تكثيف الجهود الدبلوماسية وتغليب الحلول السياسية والحوار يمثل الخيار الراسخ، حيث تثبتت الخبرات الدولية أن النزاعات مهما بلغت حدتها لا تنتهي إلا عبر تسويات سياسية، مؤكداً أن استمرار العمليات العسكرية يستنزف الموارد ويعمق الاقتسامات ويؤخر فرص التعافي الاقتصادي.

وحذر من التداعيات الاقتصادية والأمنية لأيّ مواجهة واسعة، مؤكداً أن أثر التصعيد يمتد ليشمل قطاعات الطاقة والتجارة والنقل والاستثمار والسياحة، وما يتبع ذلك من ضغوط مالية وموجات نزوح وتحديات أمنية عابرة للحدود، تفرض أعباء إضافية على دول المنطقة.

وفيما يتعلق بالشأن الداخلي أكد الدعجة، أهمية تمتين الجبهة الداخلية وتعزيز التماسك الوطني باعتباره خط الدفاع الأول، مبيّناً أن قوة الدولة تكمن في وعي شعبيها وثقتها بمؤسساتها، وأن المرحلة الراهنة تتطلب وعياً جماعياً يوازن بين التعبير المشروع عن المواقف وبين الحفاظ على السلم المجتمعي وحماية المصالح الوطنيّة العليا.

وأكد أن الرؤية الأردنيّة تقوم على معادلة واضحة: حماية الوطن أولاً، والعمل من أجل استقرار المنطقة؛ ثانياً، عبر الدبلوماسية والحوار، انطلاقاً من إدراك عميق بأن الأمن لا يتجزأ، وأن الحكمة وضبط النفس هما الطريق الآمن لعبور هذه المرحلة.

# متى تكون مناعة الجسم ضعيفة؟



كشفت الدكتورة لودميلا لوبا المدير العام لمركز خودنوف للتصحيح المناعي العلامات التي تشير إلى ضعف منظومة المناعة.

وتشير الطبيبة في حديث لإذاعة "سبوتنيك" إلى أن الإصابة بالأمراض المعدية ليست العلامة الوحيدة التي تشير إلى ضعف منظومة المناعة. وتشول، "العلامة الأولى لضعف منظومة المناعة هي تكرار إصابة الشخص بالمرض. أما العلامات الأخرى فهي رد فعل حساسية الحساسية، والشعب، والتعب. وسيلان في الأنف واحتقان الأنف وحكة في العين. ونوع من الطفح الجلدي، واحمرار في العين. هذه إشارة من منظومة المناعة إلى وجود خلل ما بها".

ووفقا لهذ الالتهابات غير المعالجة ونوبات الحساسية والأنظمة الغذائية غير السليمة يمكن أن تؤثر سلبا في منظومة المناعة. وتشول، "يزداد عدد المصابين بالحساسية وكل اتصال بحساسيات الحساسية يؤدي إلى ضعف منظومة المناعة. والسبب الثاني هو بؤر العدوى المزمنة. فمثلا إذا أصيب الشخص بالانفلونزا أو كوفيد، ويقت "أثارها" الفيروسية، أي ما يسمى بـ "العدوى المستمرة" يمكن أن تستقر في أي خلية من خلايا الجسم. وهذه تتعب الجسم وترهق منظومة المناعة. كما أن نزلات البرد والخضاض حرارة الجسم والتسمم والسيام والأنظمة الغذائية غير السليمة - كلها تضعف منظومة المناعة".

ووفقا لها، يمكن استعادة مستوى منظومة المناعة فقط تحت إشراف طبيب مختص. وتشول، "إذا مرض الشخص

أكثر من 2-3 مرات في السنة، فهذا سبب وجيه لاستشارة أخصائي أمراض المناعة والحساسية، الذي بعد الاختبارات اللازمة سيكتشف سبب إرهاب منظومة المناعة. وأسباب الحساسية التي تضعف منظومة المناعة، أو سيبحث عن عدوى فيروسية مستمرة. لأنه إذا لم تعالج الحالة، فقد يحدث تلف في الأعضاء. وخاصة في البلعوم والحنجرة والبرونش.

أكثر من 2-3 مرات في السنة، فهذا سبب وجيه لاستشارة أخصائي أمراض المناعة والحساسية، الذي بعد الاختبارات اللازمة سيكتشف سبب إرهاب منظومة المناعة. وأسباب الحساسية التي تضعف منظومة المناعة، أو سيبحث عن عدوى فيروسية مستمرة. لأنه إذا لم تعالج الحالة، فقد يحدث تلف في الأعضاء. وخاصة في البلعوم والحنجرة والبرونش.

## دخض اضطراب شائعة حول الأمراض المناعية الحساسية



أعلنت طبيبة الأعصاب الأيرلندية سوزان أوسوليفان، أن الأمراض المناعية الحساسية ليست نتيجة للوسواس المرضي - وهو الشعور المؤلم بالقلق بشأن احتمال الإصابة بمرض خطير أو أكثر. وتشير في حديث لـ Live Science إلى أن الأمراض المناعية الحساسية هي فرع من فروع الطب وعلم النفس، تدرس كيف تؤثر الأحاسيس والانفعالات في الصحة الجسدية للشخص. وتتميز الأمراض المناعية الحساسية بوجود خلل في عمل الأعضاء والأنظمة الداخلية تسببه الاضطرابات النفسية. ووفقا لها، يخلق التعبير الشائع "كل الأمراض تبدأ من الرأس" مفهوما خاطئا عن الاضطرابات

النفسية الجسدية. لأنه في كثير من الأحيان، لا ينجم الألم عن تدهور الصحة النفسية، بل عن مشكلات صحية حقيقية. وبالإضافة إلى ذلك، ليس الأشخاص الذين يعانون من أمراض نفسية جسدية مصابين بالوسواس المرضية. وتتفاقم الحالة النفسية والجسدية للشخص نتيجة تعرضه لضغوط مستمرة بسبب الخوف من الإصابة بالمرض. وبالإضافة إلى ذلك لا تظهر لدى المصابين بالأمراض المناعية الحساسية، في كثير من الأحيان أعراض القلق أو الاكتئاب. أما الاحساس بالألم فيظهر بشكل مستقل، ويكون حقيقيا، وليس طائرا أو مقترضا.

### تقارين تحسن الذاكرة

يساعد التدريب المعرفي المنتظم في مرحلة البلوغ لمدة 20-30 دقيقة يوميا في الحفاظ على الذاكرة وتحسينها. وتشول البروفيسورة إيرينا روتينا من قسم علم النفس العصبي وعلم النفس المرضي للمؤسسة العلمية السريرية في جامعة موسكو في حديث لـ "Gazeta.Ru"، "من بين هذه التدريبات تقنية فيبونا تشي، التي تتضمن أن يقول الشخص بينه وبين نفسه سلسلة رقمية، بحيث كل رقم جديد هو مجموع الأرقام السابقة. كما أن تقنية فيثاغورس فعالة أيضا. ووفقا لطريقة فيثاغورس من الضروري في المساء أن تتذكر جميع الأحداث التي حدثت على مدار اليوم بالتفصيل دون الإخلال بتسلسلها. والتسريع الآخر يتضمن تذكر أكبر عدد من الكلمات التي تبدأ بكل حرف من الحروف الأبجدية".

## بسبب خطورتها تحذير طبي من هذه المكملات الغذائية



مكملات البيوتين بهدف الحصول على شعر وأظافر أكثر صحة، ويقولون إن البيوتين، وهو فيتامين ب، معروف بدوره في تعزيز خلايا الشعر والأظافر الجميلة، لكن الإفراط في تناوله يؤدي إلى تحريف نتائج الاختبارات العملية، مما يؤدي إلى التشخيص الخاطئ".

الدكتور من تناول مكملات الحديد دون التوجيه المناسب. وشدد على أنه "ما لم ينصحك طبيبك على وجه التحديد بتناول الحديد، فإنه يمكن أن يلحق الضرر بقلبك".

الأشخاص يتناولون مكملات فيتامين E لخصائصه المضادة للأكسدة، مبرزا "لكن الجرعات العالية منه في الواقع مرتبطة بارتفاع معدلات الإصابة بالسرطان".

## الذكور أضعف مناعة مقارنة بالإناث؟

"عندما تصاب النساء بالعوامل العدوى من الأشخاص المحيطن بهن فيمكنهن نقلها إلى ذريتهن في الرحم عبر المشيمة. الضغوط التطورية تعني أن النساء وأطفالهن يبقون على قيد الحياة بشكل أفضل إذا قامت أجسام الأمهات باستجابة مناعية قوية لسببات الأمراض، لحماية النسل باكثر قدر ممكن من الفعالية".

لكنه يقول إن النساء يمكن أن يدفعن في بعض الأحيان ثمنا صحيا مؤقلا لهذه القدرة على حماية أطفالهن الذين لم يولدوا بعد.

وفي الوقت نفسه، يمكن للرجال أن يدفعوا ثمنا باهظا بسبب استجاباتهم المناعية الأضعف، كما يشيف أوبيدا دي تورييس، وهذا يمكن أن يذهب إلى ما هو أبعد من "انفلونزا الرجال".

ويقول، "ينتج الرجال استجابة أضعف ويكونون أكثر عرضة لخطر الإصابة بالعديد من أنواع السرطان مقارنة بالنساء. وهذا لأن الاستجابة المناعية الأضعف تعني أن مسببات الأمراض قادرة على إصابة الرجال لفترة أطول. ما يمنع الفيروسات أو البكتيريا مزيدا من الوقت للتلاعب بجينات الخلايا التي تصيها. وهذا يساعد على انتشار العدوى عبر أجسام الرجال. ولكنه يزيد أيضا من خطر تكرار الخلايا بسرعة خارج نطاق السيطرة والتحول إلى سرطان".



يجهز مناعة أقوى من الرجال؟ من منظور تطوري، فإن وجود جهاز مناعة قوي، يمكن المرأة من حماية الجنين بشكل أفضل من العدوى التي تنتقل منها إلى الطفل في الرحم. كما يقول فرانسيسكو أوبيدا دي تورييس، أستاذ علم الأحياء الرياضي الذي يدرس التطور والصحة في Royal Holloway جامعة لندن، ويقول،

الحديد، الحديد معدن أساسي وضروري لنقل الأكسجين في الدم. ومع ذلك، يحفز فيتامين إي، فيتامين إي، يوضح تشارلز أن العديد من عناصرنا غذائيا مهما للحفاظ على صحة الجلد والرؤية، لكن الإفراط في تناول المكملات الخاصة به يصبح مضرا. مضيفا "يمكن أن يتراكم في جسمك ويسبب تلف الكبد".

فيتامين إي، فيتامين إي، يوضح تشارلز أن العديد من

### كيف تسبب الأقدام المبللة مشكلات في القلب؟



يمكن أن تنخفض درجة حرارة الجسم بسبب الأقدام المبللة، ما يؤدي إلى ضعف منظومة المناعة وبالتالي إلى أمراض القلب والأوعية الدموية المختلفة. وتشول الدكتورة أناتاسيا فوميتشيفا أخصائية أمراض القلب والأوعية الدموية في حديث لـ "Gazeta.Ru"، "بالطبع، الأقدام المبللة وحدها لا يمكن أن تؤدي إلى مشكلات في القلب. لأن السبب الرئيسي للمرض هو عدوى فيروسية أو بكتيرية. ولكن عند انخفاض حرارة الجسم، قد يؤدي إلى إضعاف منظومة المناعة، ما يسمح بدخول مسببات المرض إلى الجسم، ونتيجة لذلك، مثلا يمكن أن يتطور التهاب الشغاف المعدي. هذه أمراض التهابية في الشغاف (البطانة الداخلية للقلب) مع ترسب الكائنات الحية الدقيقة على صمامات القلب". ووفقا للطبيبة، يمكن أن يحدث أيضا التهاب عضلة القلب الفيروسي أو احتلال عضلة القلب الالتهابي. ويتسبب العامل الفيروسي، الذي يخترق الجسم، في تلف خلايا عضلة القلب ويحدث تفاعل التهابي موضعي وإطلاق عمليات المناعة الذاتية. وتشول، "الأقدام المبللة والتشققات في الجلد هي نقاط دخول للعدوى الفطرية، والتي يمكن أن تكون سببا في التهاب عضلة القلب. كما يمكن أن يؤدي تبريد المساقين وتشنج الأوعية الدموية إلى تفاقم مسار القصور الشرياني أو الوريدي المزمن في المساقين وإثارة متلازمة الودمة، وتجنب مثل هذه المضاعفات في الجسم، يجب الحفاظ على دفء القدمين".

### الذكور أضعف مناعة مقارنة بالإناث؟

ناقش العلماء، لعقود من الزمن، ما إذا كانت ظاهرة "انفلونزا الرجال" التي تشير عن ضعف مناعة الذكور مقارنة بالإناث، حقيقية أم لا. وفي كتاب جديد بعنوان "كيف تحافظ على صحتك"، تقول خبيرة التغذية جينا هوب إن "الأدلة تظهر أن جهاز المناعة الأنثوي أقوى من جهاز المناعة الذكري". وتشير إلى أن الأمر يرجع إلى الهرمونات، حيث تميل الهرمونات الجنسية الأنثوية، البروجسترون والإستروجين، إلى دعم جهاز المناعة. في حين أن هرمون التستوستيرون الذكري يمكن أن يثبط المناعة. ولم تسليط الضوء على دور هرمون الإستروجين في مناعة الإناث من قبل علماء المناعة في جامعة جونز هوبكنز في بالتيمور، ميريلاند. وقاموا بإصابة خلايا من بطانات أنوف الرجال والنساء بفيروس الانفلونزا الشائع، قبل إضافة الشكل الأكثر شيوعا من هرمون الإستروجين لدى النساء، والذي يسمى "أسترايول"، إلى جميع الخلايا. وفي الخلايا لدى النساء، أدى هرمون الإستروجين إلى انخفاض كبير في مستويات فيروس الانفلونزا. لكن مستويات الفيروس في خلايا الرجال قلت دون تغيير، حسيا أدوات المجلة الأمريكية لعلم فسيولوجيا الرئة الخلوية والجزيئية. وينتج كلا الجنسين "أسترايول"، حيث يوجد بكميات صغيرة في الجسمين لدى الرجال (ربما للمساعدة في إنتاج الحيوانات المنوية). بينما تفرز النساء كميات كبيرة من البيضين، وذلك بشكل أساسي لبناء جهازهن التناسلي. وعلى النقيض من ذلك، يبدو أن هرمون التستوستيرون يثبط الدفاعات المناعية، ربما لأنه يحرك الأنتسلة، مثل بناء العضلات التي تتطلب الطاقة. لذا تتمتع النساء



## مرض السكري من النوع الثاني

مرض السكري من النوع الثاني

أعلنت منظمة الصحة العالمية أن الفيروس التاجي المستجد تكيف مع الإنسان، ومع ذلك هو مستمر في التحور. وتقول ميلينا فونوفيتش ممثلة منظمة الصحة العالمية في روسيا في حديث لوكالة نوفوستي الروسية للأنباء: "اكتشف الفيروس التاجي المستجد قبل 4 سنوات وما زال مستمرا في الانتشار. ومن الواضح أن الفيروس تكيف مع البشر من أجل الاستمرار في الوجود. وبدأت مسببات أمراض الجهاز التنفسي الأخرى في الانتشار إلى جانب "كوفيد-19" مع حلول فصل الشتاء في أوروبا وآسيا الوسطى. مع العلم، لا يزال الفيروس التاجي المستجد منتشرا على نطاق واسع ويسبب إصابات شديدة ووفيات".

ووفقا لها، إن ما يقرب من نصف البلدان التي تقدم بيانات عن العلاج في المستشفيات لمنظمة الصحة العالمية تشهد زيادة في الإصابات وخاصة في فنلندا وسلوفاكيا وإيطاليا. وتقول، "كما نلاحظ لا يزال هذا الفيروس يتحور ويضد حياتنا".

ويذكر أن وزير الصحة الروسي ميخائيل موراخكو. كان قد أعلن في وقت سابق أن الفيروس التاجي المستجد مستمر في التحور، بيد أن متغيراته الجديدة لا تتميز بالعدوانية، بل هناك بعض التغيير في سرعة انتشاره ولكنها ليست عصبية.

## مرض السكري من النوع الثاني

اكتشف فريق من العلماء ألية جديدة لتكيفية انتشار مرض السكري من النوع الثاني.

ويجرب على فئران بالتحليل، أظهر الباحثون أن حجب إنزيم معين يمكن أن يفتح طريقا جديدا لعلاج المرض. وفق ما نقل موقع New Atlas عن دورية The Cell.

يبدأ مرض السكري من النوع الثاني عندما يتوقف الجسم عن الاستجابة للأنسولين. ويقعد في نهاية المطاف القدرة على إنتاج ما يكفي من الهرمون. وبالتالي تقل مستويات الجلوكوز في الدم مرتفعة وقد تسبب مجموعة من المشاكل الصحية الخطيرة.

غير أن العلماء ما زالوا لا يفهمون تماما سبب توقف نظام الأنسولين عن العمل في المقام الأول.

### إنزيم "سكان"

في الدراسة الجديدة، حدد فريق الباحثين من جامعة كيس ويسترن ريزيرف، إنزيمًا يلعب دورا مهما. والإنزيم، المعروف باسم SCAN، هو حامل يربط أكسيد النيتريك بالبروتينات، بما يشمل الإنزيم الذي يعمل كمستقبل لعمل الأنسولين.

إن أكسيد النيتريك هو ناقل كيميائي رئيسي في الجسم، يساعد الدورة الدموية وينظم الهرمونات، بما يشمل الأنسولين. لكن الفريق اكتشف نشاطا متزايدا لإنزيم "سكان" في كل من الفئران والبشر المسنين بدءا من السكري. وعلى العكس من ذلك، بدأ أن الفئران المعدلة وراثيا التي تقلل عن الإنزيم "سكان" محمية من تأثيرات مرض السكري.

في السياق قال جوناثان ستامر، الباحث الرئيسي في الدراسة، "قد أظهرنا أن حجب هذا الإنزيم يحمي من مرض السكري، إلا أن الآثار تعدد للعديد من الأمراض التي يحتمل أن تكون ناجمة عن الإنزيمات تضيف أكسيد النيتريك، مشيفا أن "حجب هذا الإنزيم قد يقدم علاجا جديدا".

### مراحل مبكرة للغاية

وتم ربط المستويات العالية من أكسيد النيتريك بالعديد من الحالات الصحية، مثل مرض الشريان التاجي، لكن كونه جزءا نشاعيا يجعل من الصعب استهدافه بشكل مباشر.

غير أن نتائج الدراسة الجديدة تظهر أن البحث عن إنزيم ذي صلة يمكن أن يفتح طريقة جديدة تماما لعلاج السكري والأمراض الأخرى. بيد أنه لا يزال البحث مبكرا للغاية ويترجم القيام بالكثير من العمل للتحقيق في كيفية استهداف إنزيم "سكان".

## دراسة "حالات" تكشف انكماش الدماغ

تقيد المرض حتميا لا علاج له

نشر خبراء في الأكاديمية الأمريكية لطب الأعصاب، مؤخرا، بحثا يشير إلى أن الاستيقاظ باستمرار طوال الليل قد يكون مرتبطا بتطور الخرف لاحقا.

وخلصت الورقة البحثية، التي نُشرت في مجلة علم الأعصاب على الإنترنت، إلى العلاقة بين انتظام النوم والخرف الناتج عن الحوادث وحجم الدماغ.

وجاء في مقدمة البحث، "كان الهدف من هذه الدراسة هو تقييم العلاقة بين انتظام النوم، أي الاتساق اليومي في أنماط النوم والاستيقاظ وخطر الإصابة بالخرف والأنماط الداخلية المرتبطة بالتصوير بالرنين المغناطيسي للدماغ".

وتابعت الدراسة أكثر من 88 ألف مشارك في المملكة المتحدة لمدة 7 سنوات، وكان متوسط عمر المشاركين 62 عاما.

ووجدت النتائج أن الأشخاص الذين يعانون من عدم انتظام نومهم كانوا أكثر عرضة بنسبة 53 بالمئة للإصابة بالخرف، مقارنة مع أصحاب النوم المنتظم.

وقال مؤلف الدراسة مايكو يول بيس، من جامعة موناش في ميلبورن الأسترالية، إن الأشخاص الذين يعانون من عدم انتظام النوم قد يحتاجون إلى تحسين انتظام نومهم للوقاية من الخرف، وأضاف أن هناك "حاجة لأبحاث مستقبلية تأكيد النتائج التي توصلنا إليها". من جهتها، ذكرت الأكاديمية الأمريكية لطب الأعصاب، "الدراسة لا تثبت أن عدم انتظام النوم يسبب الخرف، إنها تظهر فقط العلاقة".



# علماء يوضحون تأثير النوم الزائد أيام العطل في الصحة



خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. ويتصح الأطباء لوقاية من هذه الأمراض بالتوم 7-8 ساعات يوميا. ويذكر أن دراسات سابقة أظهرت أن ساعة أو ساعتين إضافيتين من النوم في عطلات نهاية الأسبوع يمكن أن تمنح قلة النوم في أيام العطل، إزاد لديهم

ووفقا لنتائج هذه الدراسة، إن الأشخاص الذين لم يحصلوا بانتظام على قسط كاف من النوم خلال أيام العمل في الأسبوع ثم ناموا بضع ساعات إضافية في أيام عطلة نهاية الأسبوع، انخفض لديهم خطر الإصابة بالنبويات القلبية بنسبة 63 بالمئة. أما الأشخاص الذين لم يعضوا قلة النوم في أيام العطل، إزاد لديهم

التصح للعلماء أن النوم الإضافي، في عطلة نهاية الأسبوع، يمكن أن يخفض من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. وتشير صحيفة Daily Mail إلى أن باحثين من جامعة نانجينغ الطبية الصينية، تابعوا حالة 3100 شخص لتحديد كيفية تأثير دورات النوم في الصحة.

## ما علاقة "التصفح السلبي" لوسائل التواصل الاجتماعي بالصحة العقلية؟



وكتب الفريق، "يميل الناس إلى تصوير أنفسهم بطرق مفرطة في الإطراء على منصات التواصل الاجتماعي، الأمر الذي قد يؤدي للمستخدمين السلبيين إلى الوقوع دون وعي في معضلة المقارنات الاجتماعية التصاعدي عندما يرون تحديثات أصدقائهم. لقد وجدت الدراسات السابقة أيضا أن الأفراد الذين يستخدمون خدمات الشبكات الاجتماعية بشكل سلبي لديهم غير أعلى وانخفاض احترام الذات. على وجه الخصوص، يمكن أن يؤدي الاستخدام السلبي لخدمات مواقع التواصل الاجتماعي إلى تفكير انفرادي (أفكار تكرارية تتولد من خلال محاولات لمواجهة التناقض الذاتي) يتعلق بالعلاقات الشخصية، ما يؤدي بسهولة إلى تفاقم أعراض القلق الاجتماعي".

ووجد الفريق أنه عندما يستخدم المستخدمون المنصات بنشاط، فإنهم يشعرون بالراحة في تصوير أنفسهم للأخرين وتلقي التعليقات. وأضافت الدراسة، "بالإضافة إلى ذلك، أصبح الأفراد أكثر ثقة في قدرتهم على الحفاظ على عدد كبير من الروابط الضعيفة، ونتيجة لذلك، يمكن للأفراد جميع رأس المال الاجتماعي بشكل أكثر فعالية، وكتابة احتياجات الارتباط، وتطوير تصور إيجابي للذات".

وكتبت الدراسة بشدة. وتضمنت بعض هذه العبارات، "أرى نفسي شخصا مبتكرا" و"أرى نفسي شخصا يتمتع بخيال نشط". وكان القياس التالي، الاستخدام النشط والسلبي لوسائل التواصل الاجتماعي، عبارة عن استبيان مكون من تسعة عناصر يسأل عن مقدار أنشطة المشاركين، مثل الإعجابات والتعليقات. وأشارت الدراسة إلى أن "الاستخدام النشط يشير إلى سلوكيات توليد المعلومات التي تعزز التواصل، مثل نشر تحديثات الحالة أو التعليقات".

وأوضح الفريق في ورقة بحثية، "يشير الاستخدام السلبي إلى سلوكيات تصفح المعلومات التي تقلل من التواصل، مثل عرض الصفحات الرئيسية أو الصور الخاصة بالأخرين". وطلب جزء التقييم الذاتي من المشاركين الموافقة أو عدم الموافقة على عبارات مثل، "أعتقد أنني شخص ذكي". وركز الاستبيان النهائي على القلق الاجتماعي مع عينة من العناصر بما في ذلك "المجموعات الكبيرة تجعلني مسيئا" و"يستغرق الأمر وقتا لتلقب على خلجي في الواقع الجديد".

ثم طلب من المشاركين ترتيب العناصر من "ليس مثلي على الإطلاق" إلى "يشبهني كثيرا". وكشفت الدراسة أن أولئك الذين أبلغوا عن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل سلبي كانوا أكثر عرضة لانتاج معتقدات مختلة.

كشفت دراسة جديدة أن تصفح وسائل التواصل الاجتماعي دون الإعجاب أو التعليق على المنشورات قد يرتبط بوجود حالة صحية عقلية مقلقة. ووجد باحثون من جامعة الصين المركزية للعلمين أن الذين يستخدمون المنصات الاجتماعية "بشكل سلبي" هم الأكثر ميلا للمعاناة من القلق الاجتماعي مقارنة بالذين يستخدمونها بنشاط، مثل وأجرى الفريق استطلاعا للرأي شمل أكثر من 600 طالب جامعي حول صحتهم العقلية واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي، ووجد أن "المنسحين" كانوا أكثر خوفا من المواقف غير المألوفة في حياتهم الواقعية.

ومن ناحية أخرى، وجد الفريق أن أولئك الذين استخدموا وسائل التواصل الاجتماعي بنشاط كان لديهم المزيد من الدعم الاجتماعي وتحسين نوعية الصداقة.

وشملت الدراسة، التي نُشرت في مجلة BMC Psychology، نحو 671 طالبا من مقاطعة شانشي ومقاطعة هوبي في الصين في الفترة من ماي إلى يونيو 2022. وأكملت المجموعة استبيانات تقيس الانفتاح والاستخدام النشط والسلبي لوسائل التواصل الاجتماعي والتقييم الذاتي والقلق الاجتماعي.

ولقياس الانفتاح، طلب من المشاركين ترتيب سلسلة من العبارات، واحدة تشير إلى عدم الموافقة بشدة وأخرى تشير

## تأثيرات الأسنان

مع تقدمنا في السن

تضع أسناننا، مثل أجسادنا، للتغيرات المرتبطة بالعمر.

فماذا يحدث لها فعلا مع مرور الوقت، وكيف يمكن الحفاظ على صحتها بشكل جيد؟

كشفت الخبراء أن تاج السن يغطى بطبقة من المينا الصلبة التي تحيط بالعاج البني الناعم، الذي يحمي اللب في المركز. وتتكون المينا من خيوط هشة متجمعة على شكل قرص تتفاعل مع الضوء لتجعل الأسنان تبدو براقا.

ويشكل العاج الموجود تحت المينا معظم تاج الأسنان وجذرها. ويتكون من الكولاجين والمعادن والماء والبروتينات، كما يحتوي اللب على أوعية دموية وأعصاب تتواصل مع باقي أجزاء الجسم.

ويوجد في معدن العاج والكولاجين أنابيب صغيرة مترابطة لتشكل بواسطة خلايا متخصصة تسمى الخلايا السنوية، التي تستمر حول اللب بمجرد أن تشكلت أسناننا بالكامل.

كيف تتغير أسناننا مع تقدمنا في السن؟ بسبب عدم قدرتها على التجدد، تصبح أسناننا هشة وعرضة للكسر، خاصة تلك التي تحتوي على خطوط متشققة أو حشوات كبيرة.

ومع مرور الوقت، يرق السطح الخارجي للمينا ليكشف عن العاج اللين نسبيا، الذي يصبح داكنا مع تقدمنا في العمر. ويصبح العاج داكنا لأن نسيج الكولاجين يتصلب وينكمش، ويمتلئ السائل الموجود في الأنابيب بالمعادن.

وتعلا جزينات الطعام والشرب الضخمة الدقيقة وخطوط الشقوق الدقيقة المرتبطة بالعمر، والتي تمتد إلى أعلى وأسفل المينا لتغير لونها وتصفيها.

وفيما يلي سبع نصائح لتجنب تراجع الأسنان: «تجنب الأطعمة الصلبة» «تجنب استخدام أسنانك لتفتيح العصبونات أو طحن الأطعمة الصلبة جدا» «الضغ بالتمساي بين الأسنان» إذا كنت تقصد الأخراس أو الضواحه، فينبغي مضغ الطعام بدقة شديدة بحيث يمكن استخدام الأسنان النقية. ويمكن عدم عملية الضغ من خلال استبدال الأسنان المفقودة بالجسور أو الغرسات أو أطعم الأسنان.

### الحفاظ على المينا

قلل من فقدان المزيد من المينا وعاج الأسنان عن طريق اختيار فرشاة أسنان ذات شعيرات ناعمة ومعايير أسنان جيدة.

ويمكن لبعض معاجير الأسنان المبيضة أن تكون كاشطة، ما قد يؤدي إلى خشونة وتآكل أسطح الأسنان. كما ينبغي الحد من التعرض للأحماض الموجودة في الطعام (مثل الليمون أو خل التفاح) أو المرض (الارتجاع أو القيء)، حينما أمكن ذلك للحفاظ على المينا ومنع تآكلها.

### تعزيز اللعاب

يعد اللعاب مهما لتعزيز عملية الضغ والبع والتحدث. لكن نوعية وكمية اللعاب لدينا تنخفض بسبب التغيرات المرتبطة بالعمر في الغدد اللعابية، وكذلك بعض الأدوية الموسوفة لعلاج الأمراض المزمنة، مثل الاكتئاب وارتفاع ضغط الدم.

تحدث إلى طبيبك حول خيارات الأدوية المتاحة لتحسين اللعاب أو إدارة مرض الارتجاع لمنع التآكل.

### علاج أمراض اللثة

من الناحية الجمالية، يؤدي علاج أمراض اللثة إلى تقليل الكماش اللثة (الحسارها) الذي يكشف عادة جذور الأسنان الداكنة نسبيا.

## دراسة تربط بين "القلق المزمن" والتهيجات المزمنة

ربطت دراسة جديدة بين جاذبة الطاعون الثالثة، المعروفة باسم لوت الأسود، والتغيرات في الميكروبات الحيوية الفموية البشرية.

وكشفت نتائج الدراسة أن الموت الأسود ربما ساهم في حينا للوجبات السريعة اليوم.

وأدت جاذبة الطاعون الثانية في منتصف القرن الرابع عشر إلى مقتل ما يصل إلى 60٪ من سكان أوروبا. وتسببت في الحمى والتعب والتيه بالإضافة إلى تورمات كبيرة ومؤلمة تسمى الدبل في الضلخين والرقبة والابطين والفخذ.

ولم توثق تداعيات حدث الوبائيات المعاصرة هذا جيدا، لكن دراسة حديثة من ولاية بنسلفانيا وجامعة أديلايد تلقي ضوءا جديدا على إرث الموت الأسود وأشارت إلى أنه قد يكون مرتبطا بجينا للوجبات السريعة اليوم، بسبب التغيرات الجسدية في النظام الغذائي والنظافة خلال تلك الفترة.

وكشفت تحليل لويحات الأسنان المتكسدة من الهياكل العظمية التي تمتد لآلاف السنين أن البكتيريا السائدة الموجودة في أفواهنا اليوم ترتبط بالأنظمة الغذائية منخفضة الألياف وعالية الكربوهيدرات، وكذلك استهلاك الألبان. وقالوا إن كل هذه العوامل تميز الأنظمة الغذائية الحديثة، مثل الوجبات السريعة. وربما تكون الأحداث العالمية، مثل الموت الأسود، قد أدت إلى هيمنة هذه البكتيريا.

ويعتقد أن التغيرات في النظام الغذائي والنظافة في جميع أنحاء المناطق التي شهدت الطاعون قد أثرت على الميكروبيوم الفموي لدينا، وهو مجتمع الكائنات الحية الدقيقة، ومعظمها من البكتيريا، الموجودة في أفواهنا.

ومن المعروف أن هذا الخليط من البكتيريا داخل الجسم مرتبط بصحة المناعة والقلب والدماغ، ولكن يمكن أن يرتبط أيضا بأمراض معينة. وقالت البروفيسورة لورا ويريش، من ولاية بنسلفانيا، "ترتبط الميكروبيومات الحديثة بمجموعة واسعة من الأمراض المزمنة، بما في ذلك السمنة وأمراض القلب والأوعية الدموية وضعف الصحة العقلية. إن الكشف عن أصول هذه المجتمعات الميكروبية قد يساعد على فهم هذه الأمراض وإدارتها".

وقامت لورا وفريقها بجمع مواد من أسنان 235 شخصا دفنوا في 27 موقعا أثريا في إنجلترا واسكتلندا من نحو 2200 قبل الميلاد إلى 1835 بعد الميلاد.

ويعد فحص العينات، حدودا 454 نوعا ميكروبيا في مجتمعين مختلفين من البكتيريا، وسيطر على أحدهما جنس "المكورة العقدية" (Streptococcus)، وهي شائعة في أفواه الأشخاص المعاصرين، والأخر سيطر عليه جنس Methanobrevibacter، الذي يعتبر الآن منقرضا إلى حد كبير لدى الأشخاص الأصحاء.

### دراسة حديثة تكشف عن الأسباب الرئيسية للإصابة بالإنجاب في وقت لاحق من الحياة

وجدت دراسة جديدة أن ٧٤ مشكلة صحية ترتبط بعدم الإنجاب في وقت لاحق من الحياة، عند تشخيص إصابتك بها في وقت مبكر.

وحدد الباحثون في جامعتي هارفارد وأكسفورد أن مشاكل الصحة السلوكية، مثل إدمان الكحول والغمص، كان لها التأثير الأكبر على عدم الإنجاب بين الرجال الذين تم تشخيصهم في العشرينات من العمر.

وتبين أن النساء لا ينجبن إطلاقاً على الأرجح بسبب أمراض القناة العنقية والتهابات مثل التهاب المثانة والتعدد واضطرابات القلب والأوعية الدموية ومرضى السكري من النوع ٢. عند تشخيصهم في أوائل العشرينات من عمرهم.

وتتكون القائمة الطويلة من ٧٤ حالة مختلفة تزيد من احتمالات عدم الإنجاب في وقت لاحق من الحياة، بما في ذلك اضطرابات سلوكية وإصابات مثل الغصام والنشل الدماغية وإدمان الكحول والخدرات واضطراب الشخصية المعادية للمجتمع.

وتشمل الحالات الأخرى غير العقلية التي ارتبطت أيضاً بزيادة معدلات عدم الإنجاب، ارتفاع ضغط الدم واضطرابات تخثر الدم والعدوى المهبيلة وعدم انتظام فترات الحيض.

وشملت أقوى العوامل المؤثرة على القدرة على الإنجاب في المستقبل، العيوب الخلقية والاضطرابات الأخرى منذ الولادة، ومشكلات الصحة العقلية والاضطرابات التي تؤثر على الجهاز العصبي، مثل مرض التصلب العصبي المتعدد والتهاب المخاض عند الأطفال.

وفي الدراسة، حلل الباحثون بيانات ١.٤ مليون امرأة - ولدن بين عامي ١٩٥٦ و١٩٧٣ - و١.١ مليون رجل - ولدوا بين عامي ١٩٥٦ و١٩٦٨.

وكانت النساء اللاتي تراوحت أعمارهن بين ١٦ و ٢٠ عاماً عندما تم تشخيص إصابتهن بالسمنة، أكثر عرضة لتعلم مقارنة بالنساء اللاتي تم تشخيصهن في مرحلة البلوغ المبكر. وقال الباحثون إن المشاكل العقلية كانت الأكثر تأثيراً بين الرجال، بينما شكلت المشاكل الأيضية والغدد الصماء مثل مرض السكري، التأثير الأكبر على معدلات عدم الإنجاب لدى النساء.

وقالت الدكتورة أندريا جانا، مديرة معهد الطب الجزئي بفنلندا (FIMM)، "من خلال تقييم دور العديد من أمراض الحياة المبكرة في عدم الإنجاب لدى ٢.٥ مليون شخص في جميع أنحاء فنلندا والسويد، تمهد هذه الدراسة الطريق لتعلم أفضل لحالة العقم".

وقال الدكتور أوكسينغ ليو، المعد الرئيسي للدراسة والباحث في جامعة هلسنكي، "تؤدي عوامل مختلفة إلى زيادة معدلات عدم الإنجاب في جميع أنحاء العالم، حيث يكون تأجيل الإنجاب مساهماً كبيراً قد يزيد من خطر العقم".

### كورونا: الطبيب يحسب ويكشف طبيعة العقم 1.1 مليون وخطورتها

في نهاية غشت ٢٠٢٣، تم اكتشاف منحور جديد فيروس كورونا في الولايات المتحدة، يحمل اسم JN.١. وتهدد العديد من البلدان ارتفاعاً كبيراً في عدد الإصابات بهذا المنحور.

والطبيب والباحث في السياسات والتنظيم الصحية، الطبيب حمضي، يقدم تحليلاً شاملاً حول هذا المنحور وتأثيره على المجتمع والاقتصاد.

وسلط حمضي الضوء، في تصريح لوقع "أس إن آر تي نيوز"، على منحور JN.١ وبين حجم انتشاره السريع في بعض البلدان، مما يشير إلى أن مدى تأثيره على الصحة العامة.

وأوضح الطبيب حمضي أن منحور JN.١ هو فرع من سلالة أوميكرون، ويصنف على أنه منحور غير لاهتمام. يشرح أيضاً التطورات التي أدت إلى تصنيفه باعتباره منحوراً كاملاً وقدرته على التهرب من الاستجابة المناعية.

تشير المعلومات الواردة إلى أن أعراض منحور JN.١ تشبه سلالات أوميكرون الأخرى. ولكن لا يوجد دليل على زيادة في خطورته. وتناول الطبيب أيضاً تأثيراته المحتملة وما إذا كانت اللقاحات الحالية قادرة على التصدي له.

وأكد حمضي أن التلقيح ما زال يقي من الأمراض الشديدة والوفيات، وشدد على أهمية التلقيح لجميع الفئات العمرية. ومع ذلك، يشير حمضي إلى أنه قد يزيد انتشار المنحور JN.١ من إمكانية إصابة الأفراد حتى وإن كانوا تلقوا اللقاح.

وسلط الضوء على التحديات المتوقعة في الأسابيع المقبلة في المقرب وأماكن أخرى مشيراً إلى احتمال انتشار منحور JN.١ إلى أمراض الشتاء الأخرى، ووضع الإجراءات الوقائية الممكنة. حيث قدم حمضي نصائح لفئات العرضة للخطر، مشدداً على أهمية حماية الأفراد الأكثر ضعفاً. كما شدد على ضرورة اتخاذ الشباب إجراءات وقائية للحفاظ على سلامتهم وحماية الأشخاص حولهم.

وكشف حمضي الآثار المحتملة على الحياة الاجتماعية والاقتصادية نتيجة لتزايد الإصابات بمنحور JN.١. وسلط الضوء على أهمية احترام الإجراءات الوقائية لتقليل تأثيرها، ودعا إلى تحسين الإجراءات الوقائية، وشدد على ضرورة التلقيح والتزام الجميع بالإرشادات الصحية للحفاظ على سلامة المجتمع في مواجهة تحديات منحور JN.١.

### البحر الأبيض المتوسط مع الإفطار في الصباح

وجدت دراسة جديدة أن الإفطار يمكن أن يسبب أعراضاً طويلة الأمد مماثلة لأعراض "كوفيد".

وكان المرضى الذين دخلوا المستشفى بسبب الإنفلونزا الموسمية أو "كوفيد"، أكثر عرضة لخطر الوفاة خلال الأشهر الـ ١٨ التالية. وكانت مشاكل الجهاز التنفسي هي الأكثر شيوعاً، مع احتمال دخول المرضى إلى المستشفى مرة أخرى إذا عانوا من أي من الحالتين. وقال الخبراء، إن ذلك يظهر أهمية التطعيمات السنوية، خاصة لدى كبار السن والأكثر ضعفاً.

ويقول أستاذ الفيروس الرئيسية المستخدمة من "كوفيد" إن العدوى التي كان يعتقد في البداية أنها تسبب مرضاً قصيراً فقط، يمكن أن تؤدي أيضاً إلى مرض مزمن. ما دفع الباحثين من كلية الطب بجامعة واشنطن، إلى النظر في النتائج طويلة المدى لمرض "كوفيد" (إلى جانب الإنفلونزا).

وحلوا أكثر من ٩٠ ألف سجل للمرضى لمدة تصل إلى ١٨ شهراً بعد الإصابة بأي من الفيروسين، مع مقارنة مخاطر الوفاة ودخول المستشفى، و٩١ نتيجة صحية ضارة تتعلق بالظلمة الأعضاء الرئيسية في الجسم.

## صدمة الطفولة تزيد من خطر الإصابة بأحد الأسباب الرئيسية للإعاقة في العالم



أظهر باحثون أن الإيذاء الجسدي أو الجنسي أو العاطفي أو الإهمال، سواء كل منها على حدة أو مع حالات أخرى من صدمات الطفولة، يزيد من خطر الألام المزمن والإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتؤكد هذه النتائج الجديدة على الحاجة الملحة لمعالجة تجارب الطفولة السلبية (ACE)، وهي الأحداث المؤلمة المحتملة التي تحدث قبل سن ١٨ عاماً، واتخاذ خطوات للتخفيف من تأثيرها طويل الأمد على الصحة.

وتستعرض الدراسة الأبحاث التي تم إجراؤها على مدار ٧٥ عاماً، والتي شملت ٨٢٦٤٥٢ شخصاً بالغاً، وتكشف أن الذين تعرضوا لأشكال مختلفة من الأحداث الصادمة في مرحلة الطفولة هم أكثر عرضة لخطر الإصابة بالألم المزمن والإعاقة المرتبطة بالألم في مرحلة البلوغ، وخاصة أولئك الذين تعرضوا للإيذاء الجسدي.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسيو، من كلية العلاج الطبيعي والتمهي بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نضط بعد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

### تظهر الأبحاث أن

تظهر الأبحاث أن احتباس السوائل في الجسم لأسباب مختلفة، بدءاً من اتباع نمط حياة غير صحي وانتهاءً باضطرابات خطيرة في عمل أعضاء وأجهزة الجسم.

ووفقاً للدكتور كاميليا تابيبيغا أخصائية الغدد الصماء والغلب الوقائي ومكافحة الشيخوخة، يمكن أن تظهر الأدمة بسبب اضطراب عمل القلب والأوعية الدموية والجهاز البولي والغدد الليمفاوية والصماء والجهاز الهضمي.

وتقول في مقابلة مع Gazeta.RU، "تظهر الأدمة غالباً بسبب قصور الوريدية وأمراض القلب - انتفاخ الأوردة (الدوالي). وأمراض القلب التي تسبب عدم انقباض عضلة القلب بالدرجة المطلوبة. ويحول المساء، يزداد تورم الساقين بسبب قصور القلب، وقد يكون مصحوباً بضعف أو عدم انتظام ضربات القلب أو ضيق في التنفس حتى أثناء الراحة أو عند بذل نشاط بدني بسيط".

ووفقاً لها، يمكن أن تظهر الأدمة بسبب أمراض الكلى في الصباح وتختفي في المساء. ولكن في حالة وجود اضطرابات حادة في عمل الكلى يمكن أن تبقى طوال اليوم، وتكون مصحوبة عادةً بشحوب الجلد وجفافه.

وتقول، "أما في حالة أمراض الجهاز الهضمي، فتظهر الأدمة بسبب اضطراب تدفق الدم، وغالباً ما تظهر على الأطراف، ويزداد التورم في المساء ويختفي عملياً في الصباح بعد الراحة".

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد، احتباس السوائل في الجسم، بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" (المسؤول عن الاحتفاظ بالماء في مجرى الدم). وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والخصيتين والبنين بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات الغدد الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد ويتنشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد، احتباس السوائل في الجسم، بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" (المسؤول عن الاحتفاظ بالماء في مجرى الدم). وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والخصيتين والبنين بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات الغدد الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد ويتنشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد، احتباس السوائل في الجسم، بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" (المسؤول عن الاحتفاظ بالماء في مجرى الدم). وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والخصيتين والبنين بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات الغدد الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد ويتنشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد، احتباس السوائل في الجسم، بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" (المسؤول عن الاحتفاظ بالماء في مجرى الدم). وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والخصيتين والبنين بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات الغدد الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد ويتنشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد، احتباس السوائل في الجسم، بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" (المسؤول عن الاحتفاظ بالماء في مجرى الدم). وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والخصيتين والبنين بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات الغدد الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد ويتنشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد، احتباس السوائل في الجسم، بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" (المسؤول عن الاحتفاظ بالماء في مجرى الدم). وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والخصيتين والبنين بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات الغدد الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد ويتنشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد، احتباس السوائل في الجسم، بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" (المسؤول عن الاحتفاظ بالماء في مجرى الدم). وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والخصيتين والبنين بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات الغدد الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد ويتنشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد، احتباس السوائل في الجسم، بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" (المسؤول عن الاحتفاظ بالماء في مجرى الدم). وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والخصيتين والبنين بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات الغدد الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد ويتنشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد، احتباس السوائل في الجسم، بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" (المسؤول عن الاحتفاظ بالماء في مجرى الدم). وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والخصيتين والبنين بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات الغدد الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد ويتنشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد، احتباس السوائل في الجسم، بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" (المسؤول عن الاحتفاظ بالماء في مجرى الدم). وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والخصيتين والبنين بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات الغدد الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد ويتنشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد، احتباس السوائل في الجسم، بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" (المسؤول عن الاحتفاظ بالماء في مجرى الدم). وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والخصيتين والبنين بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات الغدد الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد ويتنشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد، احتباس السوائل في الجسم، بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" (المسؤول عن الاحتفاظ بالماء في مجرى الدم). وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والخصيتين والبنين بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات الغدد الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد ويتنشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد، احتباس السوائل في الجسم، بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" (المسؤول عن الاحتفاظ بالماء في مجرى الدم). وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والخصيتين والبنين بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات الغدد الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد ويتنشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

## تطوير لقاح لخفض الكوليسترول!



وقال الدكتور برايس تشاكرايان، الباحث الرئيسي والأستاذ في قسم الوراثة الجزيئية والأحياء الدقيقة في جامعة نيويورك، "لنعتقد أن يكون هذا اللقاح تأثيراً عالياً، وأما أن يكون متاحاً للبشر في السنوات العشر المقبلة".

ويعد اللقاح علاجاً جديداً يمكن استخدامه للقاح مرة واحدة في السنة، إذا وصل إلى رفوف الصيدليات.

ويعد اللقاح علاجاً جديداً يمكن استخدامه للقاح مرة واحدة في السنة، إذا وصل إلى رفوف الصيدليات. ويمكن أن تؤدي الأطعمة الدهنية والتدخين وعدم ممارسة التمارين الرياضية إلى رفع نسبة الكوليسترول الضار، على الرغم من أن بعض الأشخاص قد يكون لديهم استعداد وراثي لذلك.

وقال الدكتور برايس تشاكرايان، الباحث الرئيسي والأستاذ في قسم الوراثة الجزيئية والأحياء الدقيقة في جامعة نيويورك، "لنعتقد أن يكون هذا اللقاح تأثيراً عالياً، وأما أن يكون متاحاً للبشر في السنوات العشر المقبلة".

ويعد اللقاح علاجاً جديداً يمكن استخدامه للقاح مرة واحدة في السنة، إذا وصل إلى رفوف الصيدليات. ويمكن أن تؤدي الأطعمة الدهنية والتدخين وعدم ممارسة التمارين الرياضية إلى رفع نسبة الكوليسترول الضار، على الرغم من أن بعض الأشخاص قد يكون لديهم استعداد وراثي لذلك.

### تطوير لقاح لخفض الكوليسترول

يؤثر العقم على نحو ١٨ مليون من الأزواج في جميع أنحاء العالم ويمكن أن يكون له أسباب مختلفة. وفي نحو ١ إلى ٢ من الحالات، تكون المشكلة ناجمة عن فشل المبيضين في إطلاق البويضات.

ونسفط دراسة جديدة أجراها علماء في جامعة سينغهاوا بالبرين، الضوء على سبب أساسي جديد قد يشرح حالة العقم هذه عند النساء.

وتم تحديد التغيرات في جين معين يسمى Eif2f1f1 كمتحرك تشكيلة في المبيضين تجعل الحمل شبه مستحيل. واكتشف العلماء أن التعبير الجيني المشين يسبب مشكلة في خلايا البويضات لمنع المبيضين من إطلاق البويضات بانتظام.

ومن دون إطلاق البويضات (عملية الإباضة) لا يمكن أن يحدث الإخصاب، وعلى وجه التحديد، يؤثر النمط الضار للحض النووي على عمل الميتوكوندريا (عضية خلوية مزدوجة الغشاء تتواجد لدى معظم الكائنات حقيقية النوى) داخل خلايا البويضة - "القوة" التي تحول الوقود إلى طاقة.

وفي حديثه عن النتائج، قال البروفيسور كيهوكي كي، من جامعة سينغهاوا في الصين، والذي ساعد في قيادة الدراسة، إن العلاقة بين Eif2f1f1 والميتوكوندريا لم يتم تحديدها من قبل، ومن الناحية الطبية، تعرف مشاكل إنتاج وإطلاق البويضات باسم قصور المبيض الأولي وقصور المبيض المبكر.

وتشير هذه المصطلحات إلى حقيقة أن المشكلة تحدث قبل انتظام الحمل الذي يتوقف فيه الإباضة بشكل طبيعي.

وفي عام ٢٠١٩، صادف علماء سينغهاوا تعاني من قصور المبيض المبكر، وكان لديها جميعاً تغيرات في الجين Eif2f1f1. وقام الفريق بإعادة إنتاج هذا التعبير الجيني في الفئران لمعرفة مدى تأثيره على خصوبة الأنسان.

وسمحو للفئران بالتمتع بقرابة خصوبتها بالفئران التي لم يتم تعديل حمضها النووي. ووجدوا نمطاً مميزاً من التغيرات في الميتوكوندريا في البيض. وانخفض متوسط عدد الجريبات الكلية، وهي الكياس الصغيرة الموجودة على سطح المبيض والتي تحتوي على البويضات النامية، بنسبة ٥٠ تقريباً في الفئران الأكبر سناً والمعدلة وراثياً. كما انخفض متوسط عدد الجراء في كل فترات بمقدار ٥٣٣، حيث أنه عندما تنمو في طبق الحثيرة، فإن نحو نصف البويضات المخصبة لا تبقى على قيد الحياة بعد المراحل الأولى من التطور.

وتشير هذه المصطلحات إلى حقيقة أن المشكلة تحدث قبل انتظام الحمل الذي يتوقف فيه الإباضة بشكل طبيعي.

وفي عام ٢٠١٩، صادف علماء سينغهاوا تعاني من قصور المبيض المبكر، وكان لديها جميعاً تغيرات في الجين Eif2f1f1. وقام الفريق بإعادة إنتاج هذا التعبير الجيني في الفئران لمعرفة مدى تأثيره على خصوبة الأنسان.

وسمحو للفئران بالتمتع بقرابة خصوبتها بالفئران التي لم يتم تعديل حمضها النووي. ووجدوا نمطاً مميزاً من التغيرات في الميتوكوندريا في البيض. وانخفض متوسط عدد الجريبات الكلية، وهي الكياس الصغيرة الموجودة على سطح المبيض والتي تحتوي على البويضات النامية، بنسبة ٥٠ تقريباً في الفئران الأكبر سناً والمعدلة وراثياً. كما انخفض متوسط عدد الجراء في كل فترات بمقدار ٥٣٣، حيث أنه عندما تنمو في طبق الحثيرة، فإن نحو نصف البويضات المخصبة لا تبقى على قيد الحياة بعد المراحل الأولى من التطور.

## حظر نشر محتوى العمليات الدفاعية يُحصّن الجبهة الداخلية أمام التضليل

الحصول على المعلومات من مصادرها الرسمية، وقد لاحظنا أيضاً انتشار ظاهرة إعادة نشر فيديوهات لأحداث سابقة على أنها وقعت اليوم، وهذا يخالف آداب وأخلاقيات العمل الصحفي، كما يتعارض مع المعايير الدولية ذات الصلة. ودعا المومني مختلف وسائل الإعلام، وخصوصاً منصات التواصل الاجتماعي، للتأكد من صحة المعلومات، والاعتماد على البيانات الملاحقة القانونية.

### عمان

يحصن تعميم هيئة الإعلام، بحظر تداول فيديوهات أو معلومات العمليات الدفاعية للوقاية المسلحة، وحدة الجبهة الداخلية في المملكة، في خطوة استباقية تتوخى الانضباط المهني، وحماية الأمن الوطني والوعي العام من فوضى التضليل الرقمي، واضعا المخالفات تحت طائلة الملاحقة القانونية.

وأرجع أهمية التعميم إلى اعتباره إجراء وقائياً يهدف إلى حماية الأمن الوطني في مرحلة تتسم بتوتر إقليمي وعالمي، منعا من استغلال المواطن أو الإعلام كمصدر للمعلومات قد تستغل بشكل يضر بمصالح الدولة أو يؤثر في سلامة القوات المسلحة والأجهزة الأمنية.

وأشار لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) إلى أن التعميم يسهم كذلك في ضبط المشهد الإعلامي لمنع الاجتهادات الفردية أو نشر معلومات غير صحيحة، ويعزز مبدأ المرجعية الرسمية للمعلومة، بما يضمن وصول أخبار دقيقة وموثوقة للرأي العام عبر القنوات المعتادة.

وأكد الجندي أن أهمية التعميم لا تقتصر على الجانب الأمني، بل تمتد إلى حماية الوعي العام، وتعزيز المسؤولية المهنية في التعامل مع القضايا ذات الطابع الوطني الحساس، والمقترنة بإحباط أي مؤامرات تستغل حرية الصحافة والإعلام لتحقيق أجندات ضد الدولة.

وقال "تبرز الأهمية القصوى للقرار بوصفه إجراء وقائياً يمنع استغلال المنصات الإعلامية أو الأفراد كمصادر لمعلومات قد تضر بسلامة القوات المسلحة، خاصة في مرحلة تتسم بحساسية أمنية عالية تتطلب ضبطاً صارماً للمشهد المعلوماتي ومنع الاجتهادات الفردية".

وجاء في التعميم، أنه "في ضوء ما يشهده المنطقة من تداعيات صراع مسلح بين أطراف خارجية، وما لها من تأثيرات على المملكة، ونظراً لحساسية العمليات الدفاعية التي تقوم بها القوات المسلحة - الجيش العربي، وفي ضوء قيام البعض غير المسؤول وغير المصرح لهم بالتصوير وممارسة العمل الإعلامي بدون ترخيص ينشر ويث المعلومات والأخبار المضللة وغير الصحيحة، الأمر الذي يلحق الضرر بأمن المملكة، فقد تقرر، وبالتنسيق مع القوات المسلحة/ الجيش العربي ومديرية الأمن العام، حظر نشر أي فيديوهات أو معلومات تخص العمليات الدفاعية للمملكة، وتحت طائلة الملاحقة الجزائية من قبل أجهزة الدولة".

وفيما يتعلق بوسائل الإعلام المرخصة والفرق الزائرة المصرح لها بالتصوير من قبل هيئة الإعلام، تمتن الهيئة، المهنية العالية التي تتمتع بها وحسبها بالمسؤولية الوطنية، مشيدة بدورها الوطني ودعمها لرسالة الدولة الإعلامية. وأكدت الهيئة في هذا الصدد إدانة التنسيق مع مديرية الإعلام العسكري/ الجيش العربي، وإدارة الإعلام والشرطة المجتمعية/ مديرية الأمن العام، وباقي وزارات ومؤسسات الدولة في عمليات التغطية الإعلامية وفق قنوات الاتصال المتاحة، مشيرة إلى أهمية الشراكة في محاربة كافة أشكال مخالفة القانون، والتنسيق مع الهيئة للإبلاغ عن أي محتوى مخالف لهذا التعميم ليصار إلى اتخاذ الإجراءات المقضى.

وقال نقيب الصحفيين الأردنيين الزميل طارق المومني لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) "تؤيد تماماً ما ذهب إليه التعميم؛ لأنه في نهاية المطاف، وحتى في ظل الظروف الصعبة، تبقى الحاجة قائمة، خاصة في أوقات الأحداث كما يجري اليوم في المنطقة، إلى استقاء المعلومات من مصادرها الرسمية، وعدم الاجتهاد في ذلك، أو الاعتماد على ما يتداول في وسائل التواصل الاجتماعي، الأمر الذي قد يؤدي إلى نشر إشاعات تؤثر في المجتمعات".

وأضاف أن الأساس في مثل هذه الظروف هو

## الأعلى لذوي الإعاقة يطلق سلسلة أفلام «ذات» لتمكين ذوات الإعاقة

### عمان

أطلق المجلس الأعلى لحقوق الأشخاص ذوي الإعاقة سلسلة أفلام قصيرة بعنوان "ذات"، بمناسبة اليوم العالمي للمرأة، لتوثيق نماذج واقعية لنساء ذوات إعاقة يعملن في قطاعات متنوعة، بعضها غير تقليدي، ضمن طرح مهني يركز على الكفاءة والإنجاز والأثر.

وتتكون السلسلة من خمسة أفلام قصيرة، تتناول قصصاً في مجالات المشاريع الصغيرة، والإدارة والإشراف، والحرف اليدوية، والعمل الصناعي، إضافة إلى تجارب أصحاب مؤسسات في توظيف الأشخاص ذوي الإعاقة، لما ذلك من أثر اقتصادي واجتماعي مباشر على النساء وأسرهن، وانعكاس الدمج على ثقافة المؤسسة والإنتاجية.

وقالت مديرة مديرية العيش المستقل في المجلس الهندسة رشا العدوان، إن السلسلة تمثل ثمرة مسار بدأ بتأسيس لجنة المرأة ذات الإعاقة والتركيز على محور التمكين الاقتصادي كأولوية عملية قابلة للقياس.

وأكدت أن قصص "ذات" تثبت أن توفير البيئة المهيأة والدعم المناسب يتيح لذوات الإعاقة ليصبحن قيادات ومنتجات ومبتكرات، وبما يعزز حضورهن الفاعل في المشهد الاقتصادي الوطني.

من جهتها قالت رئيسة لجنة المرأة في المجلس روان بركات، أن تمكين النساء ذوات الإعاقة اقتصادياً يشكل أولوية في عمل اللجنة من خلال شمولهن في البرامج والخطط والسياسات الوطنية القائمة، بدلاً من عزل قضاياهن في مسارات منفصلة، مشيرة إلى بناء شراكات مع جهات حكومية وقطاع خاص ومؤسسات مجتمع مدني لتعزيز الدمج في بيئة العمل.

وأضافت، إن إطلاق "ذات" جاء استجابة لتوصيات لقاءات وطنية مع القطاعين الخاص والمجتمع المدني، ويعكس توجهها قائماً على الحقوق والكفاءة، وترسيخ نهج الشراكة والإنتاج.

بدوره، قال الإعلامي وعضو لجنة المرأة في المجلس رامي زلوم، إن "ذات" تهدف إلى إعادة تشكيل الصورة الذهنية حول مهارات وكفاءات النساء ذوات الإعاقة في سوق العمل، وإبراز نماذج ناجحة للتمكين الاقتصادي القائم على الاستقلالية والإنتاج، وتعزيز وعي القطاعين العام والخاص بأثر الدمج على بيئة العمل ومستوى الأداء.

وأضاف، إن السلسلة تسلط الضوء على دور التدريب وبناء القدرات ومدرب العمل في دعم نجاح تجارب الدمج، وبما يعزز استدامتها ويكرس بيئة عمل أكثر شمولاً، مؤكداً أن السلسلة تمثل مبادرة إعلامية توثيقية تدعم الجهود الوطنية الرامية إلى تعزيز الحقوق الاقتصادية للأشخاص ذوي الإعاقة، وبخاصة النساء، وترسخ الانتقال من النظرة الرعائية إلى نهج قائم على الحقوق والشراكة والإنتاج.

## خلال لقائه فعاليات رياضية وشبابية وإعلامية ومجتمعية

# العيسوي: الأردن بقيادة الملك نموذج للاستقرار والتحديث بالمنطقة

## المتحدثون: نفف صفا واحدا خلف القيادة الهاشمية... ولاء راسخ وثقة مطلقة



وثنّى العيسوي الدور الكبير الذي تقوم به القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي والأجهزة الأمنية في صون أمن الوطن وحماية منجزاته، مؤكداً اعتزاز الأردنيين بكفاءة منتسبها وجهودهم المتواصلة في الذود عن سماء المملكة وأرضها.

واستحضر العيسوي ذكرى تعريب قيادة الجيش العربي، القرار التاريخي الذي اتخذته جلالة المغفور له بإذن الله الملك الحسين بن طلال، والذي شكل محطة مفصلية في مسيرة بناء الدولة وترسيخ استقلال القرار الوطني. وأكد أن المؤسسة العسكرية تواصل مسيرة التطوير والتحديث بتوجهيات من جلالة الملك، من خلال تعزيز قدراتها الدفاعية ورفع جاهزيتها بما يواكب التطورات التقنية والعسكرية الحديثة ويعزز منظومة الأمن الوطني.

وأشار العيسوي إلى الجهود التي تبذلها جلالة الملكة رانيا العبدالله في دعم قطاع التعليم وتمكين المجتمعات وتعزيز القيم الإنسانية، إضافة إلى الدور الحيوي الذي يضطلع به سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، وفي العهد، في دعم الشباب وتشجيع المبادرات والابتكار وتعزيز الشراكات الاقتصادية.

وجدد العيسوي التأكيد على ثبات الموقف الأردني تجاه القضية الفلسطينية، باعتباره القضية المحورية في المنطقة، ودعم الأردن لحق الشعب الفلسطيني في إقامة دولته المستقلة وعاصمتها القدس الشرقية، وفق قرارات الشرعية الدولية، واستمرار جلالة الملك في أداء دوره التاريخي في رعاية المقدسات الإسلامية والمسيحية في إطار الوصاية الهاشمية. وفي مداخلتهم، عبّر المتحدثون عن اعتزازهم العميق بالقيادة الهاشمية، مؤكداً أن جلالة الملك يمثل عنوان الحكمة والاعتزاز في قيادة الدولة، وأن الأردنيين يقفون صفاً واحداً خلف قيادته في خندق الوطن، ثابتين على العهد والوعد، ماضين بعزم وإيمان في مسيرة البناء

وثنّى العيسوي الدور الكبير الذي تقوم به القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي والأجهزة الأمنية في صون أمن الوطن وحماية منجزاته، مؤكداً اعتزاز الأردنيين بكفاءة منتسبها وجهودهم المتواصلة في الذود عن سماء المملكة وأرضها.

واستحضر العيسوي ذكرى تعريب قيادة الجيش العربي، القرار التاريخي الذي اتخذته جلالة المغفور له بإذن الله الملك الحسين بن طلال، والذي شكل محطة مفصلية في مسيرة بناء الدولة وترسيخ استقلال القرار الوطني. وأكد أن المؤسسة العسكرية تواصل مسيرة التطوير والتحديث بتوجهيات من جلالة الملك، من خلال تعزيز قدراتها الدفاعية ورفع جاهزيتها بما يواكب التطورات التقنية والعسكرية الحديثة ويعزز منظومة الأمن الوطني.

وأشار العيسوي إلى الجهود التي تبذلها جلالة الملكة رانيا العبدالله في دعم قطاع التعليم وتمكين المجتمعات وتعزيز القيم الإنسانية، إضافة إلى الدور الحيوي الذي يضطلع به سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، وفي العهد، في دعم الشباب وتشجيع المبادرات والابتكار وتعزيز الشراكات الاقتصادية.

وجدد العيسوي التأكيد على ثبات الموقف الأردني تجاه القضية الفلسطينية، باعتباره القضية المحورية في المنطقة، ودعم الأردن لحق الشعب الفلسطيني في إقامة دولته المستقلة وعاصمتها القدس الشرقية، وفق قرارات الشرعية الدولية، واستمرار جلالة الملك في أداء دوره التاريخي في رعاية المقدسات الإسلامية والمسيحية في إطار الوصاية الهاشمية. وفي مداخلتهم، عبّر المتحدثون عن اعتزازهم العميق بالقيادة الهاشمية، مؤكداً أن جلالة الملك يمثل عنوان الحكمة والاعتزاز في قيادة الدولة، وأن الأردنيين يقفون صفاً واحداً خلف قيادته في خندق الوطن، ثابتين على العهد والوعد، ماضين بعزم وإيمان في مسيرة البناء

### عمان

التقى رئيس الديوان الملكي الهاشمي، يوسف حسن العيسوي، الخميس، وقد من هيئة رواد الحركة الرياضية والشبابية، إلى جانب ممثلين عن جمعية الأغوار الشمالية الثقافية للفلكلور الشعبي والمسرح.

وأكد العيسوي، خلال اللقاء، الذي عقد في الديوان الملكي الهاشمي، أن الأردن، بقيادة جلالة الملك عبدالله الثاني، يواصل تنفيذ برنامج تحديث وطني شامل يستند إلى رؤية إصلاحية تستهدف تطوير أداء المؤسسات وتعزيز منعة الدولة واستقرارها، بما يمكنها من التعامل بمرونة مع التحولات المتسارعة في الإقليم والعالم.

وأشار إلى أن السياسة التي ينتهجها جلالة الملك عززت مكانة الأردن الإقليمية والدولية، ورسخت حضوره كطرف يحظى بالاحترام لدوره المزن وقدرته على الموازنة بين التمسك بالثوابت الوطنية والانفتاح على التطوير ومواكبة متطلبات المرحلة.

وبيّن العيسوي أن جلالة الملك يتابع باهتمام بالغ التطورات الجارية في المنطقة، مؤكداً أن الأردن يضع في مقدمة أولوياته حماية أمنه الوطني والحفاظ على استقراره، إلى جانب دعمه المستمر لكل الجهود الدولية والإقليمية الرامية إلى تهدئة الأوضاع ومعالجة الأزمات عبر الحلول السياسية.

ولفت إلى أن الحراك الدبلوماسي الذي يقوده جلالة الملك مع قادة الدول يحس ثقة المجتمع الدولي بدور الأردن، مشدداً على أن المملكة ترفض أي مساس بسيادتها أو محاولة الزج بها في صراعات المنطقة، وأن أمنها واستقرارها أولوية لا يمكن التهاون بها.

كما أكد أن الأردن يدعو باستمرار إلى اعتماد الحوار والتفاهم كطريق لمعالجة النزاعات، مشيراً إلى أن احترام سيادة الدول والالتزام بالقانون الدولي يمثلان أساساً للحفاظ على أمن المنطقة واستقرار شعوبها.

# لقاء الإخاء والعطاء يجسد روح الأخوة الأردنية العراقية



المجتمعية التي تعكس روح العطاء والإصرار.

وشهد اللقاء حضوراً لافتاً ونوعياً ضمّ عدداً من أعضاء من السلك الدبلوماسي المعتمدين لدى المملكة، إلى جانب شخصيات نيابية وأكاديمية، وأصحاب المبادرات الإنسانية وأصحاب الهمم تقديراً لإرادتهم الملهمة ومساهماتهم

الداعية إلى المحبة والتسامح. وشهد اللقاء تكريماً قامت به الجمعية لسمو الأميرة سناء عاصم تقديراً لرعايتها ودعمها المتواصل للعمل الإنساني، كما كرمت سموها عدداً من الشخصيات الداعمة وأصحاب المبادرات الإنسانية وأصحاب الهمم تقديراً لإرادتهم الملهمة ومساهماتهم

القيادة الأردنية تمثل ربان السيفينة ليس على المستوى الوطني فحسب، بل في الفضاء العربي والشرق الأوسط، معرباً عن أمله بأن يعم السلام المنطقة. ولفت إلى دلالة تزامن الصوم المسيحي مع شهر رمضان المبارك، بما يحمله ذلك من رسالة روحية مشتركة تؤكد وحدة القيم السماوية

## انطلاق المنتدى الرمضاني الأول حول إدارة البيانات ودورها في دعم القرار الحكومي

مؤسسات القطاع العام، من خلال إنشاء وحدات متخصصة لإدارة البيانات، وتنفيذ عمليات جمع البيانات، وتطوير المعايير الوطنية للتحويل الرقمي، بما في ذلك معايير إدارة البيانات، مشدداً على أن جودة البيانات والأمن السيبراني يشكلان الأساس لأي تحول رقمي حكومي ناجح.

### عمان

أطلق معهد الإدارة العامة، أعمال المنتدى الرمضاني الأول، حول إدارة البيانات ودورها في دعم القرار الحكومي، برعاية وزيرة الدولة لتطوير القطاع العام، الهندسة بديرة الجليسي، وبمشاركة أكثر من ٩٠ موظفاً وموظفة من القطاع العام من مختلف الوزارات والدوائر الحكومية. وأكدت مدير عام المعهد، الهندسة سهام الخوالدة، خلال افتتاح المنتدى أهمية إدارة البيانات في دعم عملية صنع القرار الحكومي في ظل التحول الرقمي المتسارع، مشيرة إلى أن هذا المنتدى يأتي انسجاماً مع توجهات تطوير القطاع العام، وحرص المعهد على تعزيز وعي القيادات والكوادر الحكومية بأهمية البيانات كأصل استراتيجي، وبما يسهم في تحسين جودة السياسات العامة، ورفع كفاءة الأداء المؤسسي، وترسيخ ثقافة القرار المبني على الأدلة.

من جهته، أكد مدير التحول الرقمي في رئاسة الوزراء، سليم سلامة، أن الحكومة تعمل على إضفاء الطابع المؤسسي على إدارة البيانات في

وإضافة إلى أن هذا المنتدى يهدف إلى تعزيز وعي القيادات والكوادر الحكومية بأهمية البيانات كأصل استراتيجي، وبما يسهم في تحسين جودة السياسات العامة، ورفع كفاءة الأداء المؤسسي، وترسيخ ثقافة القرار المبني على الأدلة. من جهته، أكد مدير التحول الرقمي في رئاسة الوزراء، سليم سلامة، أن الحكومة تعمل على إضفاء الطابع المؤسسي على إدارة البيانات في

# أنشطة مجتمعية لتعزيز القيم الدينية والوطنية وبناء قدرات الشباب



تطلعت مؤسسات وبلديات ومراكز شبابية، اليوم الأربعاء، مجموعة أنشطة بهدف تعزيز القيم الدينية والوطنية، وتنمية المهارات الرقمية والمهنية، وتمكين الشباب، وتعزيز الشراكة المجتمعية، وترسيخ الانتماء والمسؤولية المجتمعية.

ففي إربد، عقدت مديرية التربية والتعليم للواء الطيبة والوسطية، وبالتعاون مع دائرة الإفتاء العام ومديرتي صحة وأوقاف إربد، المجلس الرمضاني الأول، ضمن البرامج التربوية الهادفة إلى تعزيز القيم الدينية والتوعوية خلال شهر رمضان المبارك.

وأكد مدير التربية الدكتور زياد الجراح أهمية عقد المجالس الرمضانية لما تحمله من مضامين إيمانية وتربوية تسهم في ترسيخ القيم الإسلامية السمحة وتعزيز مفاهيم الاعتدال والوسطية والوعي الديني لدى الطلبة.

وقدم مفتي إربد الدكتور عبدالله الربابعة محاضرة حول الأحكام الفقهية في شهر رمضان المبارك، فيما استعرض الدكتور عبدالله الخشاشنة أبرز الأحداث والمناسبات الرمضانية، وتناول الدكتور إحسان مطلق أثر الصيام على صحة الإنسان، إضافة إلى الإجابة عن أسئلة واستفسارات المشاركين. وأشاد الجراح بجهود إدارة المدرسة وقسم الإشراف التربوي ومشرفي ومعلمي التربية الإسلامية في الإعداد والتنظيم، مؤكداً أهمية مواصلة تنفيذ البرامج التوعوية الهادفة خلال شهر رمضان المبارك.

تطلعت مديرية أوقاف لواء الكورة محاضرة دينية في مدرسة تبتة الثانوية للبنين، ضمن مبادرة "حملاؤنا"، التي أطلقتها المديرية بهدف تعزيز منظومة القيم الدينية والوطنية والأخلاقية لدى الطلبة.

وتأتي المبادرة في إطار تعزيز الشراكة المجتمعية والتكامل في العمل التربوي والدعوي بين وزارة الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية ووزارة التربية والتعليم، ممثلة بمديرية التربية والتعليم للواء الكورة.

واختتم مركز اكساب للتنمية المستدامة وبالشراكة مع "بوت الأردن" برنامجاً تدريبياً بعنوان "بناء تطبيقات الهواتف الذكية"، ضمن برنامج "المهارات الرقمية" لمستقبل أفضل، والمنفذ من قبل دوت الأردن، بالشراكة مع وزارة الاقتصاد الرقمي والريادة، وبدعم من منظمة اليونيسف العالمية.

وهدف البرنامج إلى بناء وتطوير المعرفة العلمية والعملية للمشاركين بالمهارات الرقمية، وبناء قدرات المشاركين في برمجة تطبيقات الهواتف الذكية المتخصصة، وإكساب المتدربين المهارات والأدوات اللازمة لتطوير تطبيقات تعمل بتطبيقات "أندرويد ويوندوز وأي أو أس"، لتمكينهم من دخول سوق العمل بكفاءة وقدرة ولتقت. واستقبل رئيس لجنة بلدية سهل حوران المهندس وليد القرعان، في مبنى البلدية، عدداً من طلبة قسم التصميم والتخطيط الحضري من جامعة العلوم والتكنولوجيا.

وشملت الزيارة على جولة ميدانية لعدد من مناطق البلدية، بهدف الاطلاع على المقومات الطبيعية في المنطقة ودراسة فرص تطوير مشاريع سياحية تسهم في دعم الاقتصاد المحلي وتعزيز الاستثمار في القطاع السياحي.

وأكد القرعان أن منطقة سهل حوران تتميز بطبيعة خلابة وتضاريس متنوعة تشكل مقومات سياحية واعدة، مشيراً إلى أهمية إعداد خطط استثمارية مدروسة تسهم في إبراز جمال المنطقة وتحولها إلى وجهة سياحية جاذبة.

من جانبها، أوضحت مساعد عميد كلية العمارة والتصميم في الجامعة الهندسة ديمة الشبول أن الجولة الميدانية تأتي تمهيداً لإعداد دراسات متخصصة باستخدام برامج هندسية متقدمة، بهدف وضع تصورات علمية لمشاريع سياحية تنموية تسهم في تحقيق تنمية مستدامة في المنطقة.

وفي عجلون، تطلعت مديرية التنمية المحلية في البلدية وبالتعاون مع لجنة "إفطار صائم"، وجمعية منتدى نبض الثقافي، ولجنة صحة عجلون، إفطاراً جمعياً للأطفال الأيتام من المجتمع المحلي ودوهم في مقر القرية الحضرية.

واشتمل الفعالية سلسلة من المسابقات الحماسية والفقرات التفاعلية وتوزيع جوائز عينية وهدايا للأطفال.

وأكدت البلدية استدامة مثل هذه المبادرات التي لا تقتصر على تقديم وجبات الإفطار فحسب، بل تمتد لتشمل الدعم النفسي والاجتماعي ورعاية الطفولة بشتى الوسائل المتاحة، وبناء جسور التواصل مع كافة أطراف المجتمع.

وفي جرش، نظم مركز شباب ساكب فعالية مجتمعية بعنوان: "خليك إيجابي" ضمن برنامج حضور الذي يقذف بالتعاون مع هيئة أجيال السلام وبلدية الحضرية في مدرسة بلال بن رباح، بمشاركة 170 شاباً وحشد من أبناء المجتمع المحلي.

وأكد مدير شباب جرش عبد الإله المشاقبة، أهمية الشراكة بين المؤسسات الشبابية والمجتمع المحلي في دعم المبادرات الهادفة. وتهدف الفعالية إلى تعزيز مفاهيم الصحة النفسية وترسيخ ثقافة الإيجابية والعمل التشاركي بين الشباب ومؤسسات المجتمع المحلي.

وفي الكرك، افتتح مدير التربية والتعليم اللواء المزار الجنوبي الدكتور علي الفقرا ورشة متخصصة استهدفت مسؤولي الإعلام في مديريات التربية الإقليم الجنوب، وخصصت لبحث آليات العمل الخاصة بمبادرة "مدرستي أنتمي".

وأكد الفقرا أهمية الدور المحوري الذي يضطلع به مسؤولو الإعلام في نقل الصورة الحقيقية للبيئات التربوية، وتبسيط الضوء على المبادرات النوعية والأنشطة الهادفة التي تنفذها المدارس ضمن مبادرة "مدرستي أنتمي"، مشدداً على ضرورة توحيد الرسائل الإعلامية بما يعكس الأهداف الوطنية والتربوية للمبادرة.

وتناولت الورشة آليات إعداد الخطة الإعلامية للمبادرة، وأسس كتابة الخبر الصحفي التربوي، وتوثيق الأنشطة بالصور والفيديو وفق معايير مهنية، إدارة منصات التواصل الاجتماعي الرسمية. وأنهت بلدية النسيم أعمال تعبيد وتأهيل شوارع استراتيجية في منطقة قفقفا في محافظة جرش.

وبيئت البلدية أن الشوارع الذي تم الانتهاء من تعبيدها تعد شرياناً حيوياً يخدم عدداً منشآت ومراكز حيوية تضم كادر بشري وقوى عاملة واسعة بالإضافة إلى خدمة التجمعات السكنية والمواطنين في المنطقة.

وفي الطفيلة، بدأت في مركز شابات عين البيضاء دورة التجميل الشاملة، بالتعاون مع معهد التدريب المهني، وبمشاركة زهاء 20 شابة من منتسبات المركز. وتضمنت الدورة التي تشرف عليها

المدرسة إسرء المحيسن من معهد التدريب المهني برنامجاً تدريبياً يبدأ من الأساسيات وصولاً إلى مستوى الاحتراف، ويشمل تطبيقات عملية على أحدث تقنيات التجميل واستخدام الأدوات وفق أساليب معتمدة في سوق العمل.

وبين مدير معهد التدريب المهني المهندس محمد المراتي، أن الدورة تأتي ضمن جهود المركز الرامية إلى دعم وتمكين الشابات وفتح مسارات مهنية أمامهن، بما يعزز فرص العمل ويساهم في تنمية قدراتهن العملية. وفي الرمثا، افتتح مدير التربية والتعليم الدكتور فيصل الحوامدة، معرضاً فنياً لطى الورق "الأوريغامي" بمشاركة عدد من مدارس اللواء.

وأكد الحوامدة أهمية المعارض والمشاريع المدرسية في دعم الكتاب المدرسي وتقريبه لأذهان الطلبة وخدمة الأهداف التعليمية المتنوعة، أهمية إتقان الطالب المهارة القراءة السليمة باعتبارها ركيزة أساسية في إنجاح مسيرته التعليمية.

وقال إن إتقان القراءة يورث في الطالب حب التعلم، ويغرس فيه الثقة بالنفس والرغبة بتتبع المعارف خارج حدود المنهاج الدراسي، فضلاً عن تعزيز طاقته وروح المبادرة لديه، ورفع قدرته على التركيز والانضباط.

وفي الزرقاء، أطلقت مديرية أوقاف الرصيفة فعاليات المسابقات الرمضانية القرآنية ضمن برنامج "أهل القرآن" الذي تنظمه المديرية خلال شهر رمضان المبارك. وقال مدير الأوقاف الدكتور بشير الخوالدة إن البرنامج يهدف إلى تحفيز الناشئة والشباب على الإقبال على كتاب الله حفظاً وتدبيراً، وإحياء ليالي الشهر الفضيل بالذكر والمنافسة الشريفة لإبراز المواهب القرآنية في اللواء وتكريم المتفوقين.

وأشار إلى أن هذه المسابقات تأتي ضمن خطة المديرية لتعزيز الدور الدعوي والتربوي للطلاب، وربطهم بالمساجد ودور القرآن الكريم.

## «أوقاف البلقاء»

### تعقد المجلس العلمي الهاشمي الثاني

عين الباشا 4 آذار (بترا) - عقدت مديرية أوقاف البلقاء، اليوم الأربعاء، المجلس العلمي الهاشمي الثاني في لواء عين الباشا بعنوان: "السنة النبوية ثاوي المصادر فيها البيان والتبيين"، بحضور متصرف اللواء حاكم العلاونة، وتناول مفتي اللواء الدكتور علي القادري موضوع حجبة السنة النبوية ودورها في بيان أحكام القرآن الكريم ومسؤولية العلماء والمؤسسات الدينية في بيانها للناس بما يراعي مقاصد الشريعة، وجمع بين النص والفهم الرشيد، ويحفظ ثوابت الدين ويواكب متغيرات العصر. وقال إن السنة النبوية تمثل "نظام الدين" وحصنه المنين، داعياً إلى مزيد من العناية بالسنة علمياً ومنهجياً، وتعزيز حضور السنة في الحياة العامة.

### مذكرة تعاون بين «جدارا» و«العلوم المالية»

وقّع رئيس جامعة جدرا، الدكتور حابيس الزبون، مع نائب رئيس جامعة العلوم المالية، الدكتور عبد الرحمن محمد، اليوم الأربعاء، مذكرة تعاون أكاديمية، بما يعزز حضورها في المشهد الأكاديمي الدولي، ويدعم مسيرتها نحو التميز المؤسسي والعالمي. وأكد الزبون أن هذه الخطوة تأتي انسجاماً مع استراتيجية الجامعة في بناء تحالفات علمية فاعلة مع جامعات ذات تصنيف متقدم، بما يساهم في تطوير البرامج الأكاديمية، وتعزيز البحث العلمي، والارتقاء بمستوى المخرجات التعليمية.

من جانبها، أوضحت نائب الرئيس الدكتورة إيمان البشيتي أن جامعة العلوم المالية تعد من الجامعات البحثية الرائدة في ماليزيا، وحاصلة على برنامج التسريع نحو التميز، ما يعكس ريادتها في مجالي البحث والابتكار، مشيرة إلى أن الاتفاقية ستفتح المجال أمام إطلاق مشاريع بحثية مشتركة، وتنظيم محاضرات وندوات علمية افتراضية، وتفعيل برامج التبادل الأكاديمي والطلابي.

### «الهاشمية» تفتح القبول المباشر

#### للبرنامج الموازي في 8 تخصصات

أعلنت وحدة القبول والتسجيل في الجامعة الهاشمية اليوم الأربعاء، عن فتح باب القبول المباشر لدرجة البكالوريوس في البرنامج الموازي للفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 2025-2026، اعتباراً من صباح يوم غد الخميس. وقالت الوحدة في بيان، إن التقديم سيستمر لحين استكمال الشواغر المتاحة في 8 تخصصات علمية وإنسانية، داعية الطلبة الراغبين بالالتحاق إلى مراجعة المكتبين (201 و 202) في مبنى وحدة القبول والتسجيل بالبحر الجامعي لاستكمال إجراءات التقديم.

وبيّنت الوحدة أن التخصصات المتاحة تشمل كلاً من: الهندسة المدنية، الهندسة الكهربائية، الجيولوجيا والبيئة، إدارة الأراضي والمياه، إدارة الموارد التراثية والمتاحف، إدارة المياه والبيئة، علم المحافظة على الآثار، والأدب والدراسات الثقافية باللغة الإنجليزية. وأكدت الوحدة ضرورة استيفاء الطلبة للشروط المحددة للقبول في البرنامج الموازي، مشددة على أهمية المبادرة إلى التقديم نظراً للعدد المحدود من المقاعد المتاحة.

### إعادة تشغيل جهاز الماموغرام

#### بمستشفى البادية الشمالية

أعلنت إدارة مستشفى البادية الشمالية الحكومي الانتهاء من أعمال صيانة جهاز الماموغرام وعودته إلى الخدمة مع بداية الشهر الحالي، مؤكدة استئناف تقديم خدمة تصوير الثدي من يوم الأحد إلى الخميس ضمن أوقات الدوام الرسمي. وأكدت إدارة المستشفى في بيان اليوم الأربعاء، أهمية فحص الماموغرام في الكشف المبكر عن سرطان الثدي، مشيرة إلى أن التشخيص المبكر يساهم بشكل كبير في زيادة فرص العلاج والشفاء لا سيما لمن تجاوز سن الأربعين. وشددت على أن المستشفى يوفر خدمات تشخيص دقيقة وأمنة للثدي باستخدام أحدث التقنيات، ضمن بيئة طبية تراعي الخصوصية والراحة للمراجعات، ويأشراف كوادر طبية مؤهلة.

### إطلاق مشروع تعزيز الابتكار في الاقتصاد الأزرق

انطلقت في مدينة البترا أولى لقاءات مشروع تعزيز الابتكار في الاقتصاد الأزرق من خلال المشاركة المجتمعية وريادة الأعمال، والذي تنفذه مؤسسة نهر الأردن وبدعم من سفارة مملكة هولندا في الأردن، بالتعاون مع سلطة إقليم البترا التنموي السياحي. وحضر الإطلاق مفوض التنمية المستدامة في سلطة إقليم البترا الدكتورة فاطمة الهلال، ووفد مرافق من المؤسسة مكون من مدير مركز الملكة رانيا لتمكين المجتمعات في العقبة أحمد غنيمات ومدير المشروع

## جامعة الزرقاء توقع اتفاقيتين مع نقابة أطباء الأسنان وشركة قادة البرمجة



وقع رئيس جامعة الزرقاء، الدكتور نضال الرمحي، مع نقيب أطباء الأسنان، الدكتورة آية عبدالله الأسمر، مذكرة تعاون، بهدف التعاون الأكاديمي والمهني، ورفع مستوى التدريب العملي لطلبة الكلية طب الأسنان، بما يواكب أحدث المعايير العلمية والممارسات الطبية المعتمدة.

وأكدت عميد كلية طب الأسنان في الجامعة الدكتورة نسرین السالم، أن المذكرة تمثل خطوة نوعية نحو توسيع التعاون بين الجانبين، بما يساهم في تطوير البرامج الأكاديمية والتدريبية، ويعزز كفاءة الطلبة ويصقل مهاراتهم السريرية، انسجاماً مع متطلبات سوق العمل. وأشارت إلى أن الكلية تحرص على بناء شراكات فاعلة مع المؤسسات المهنية، بما يعكس إيجاباً على جودة مخرجاتها التعليمية، ويعزز حضورها الأكاديمي والمهني على المستوى الوطني، مبيّنة أن هذا التعاون سيوفر فرصاً متميزة للتدريب والتأهيل وتبادل الخبرات.

كما وقع رئيس الجامعة مع ممثل شركة قادة البرمجة للبرمجيات والتدريب، روان العتوم، اتفاقية تعاون، بهدف تنفيذ برامج ودورات تدريبية، والتعاون في مجالات البرمجة والتقنيات الحديثة، بما يساهم في تطوير مهارات الطلبة وتأهيلهم لسوق العمل. وقال عميد كلية تكنولوجيا المعلومات الدكتور هائل خفاجة، بحضور رئيس قسم الذكاء الاصطناعي الدكتور راند الأزيادة، إن الاتفاقية تأتي في إطار حرص الكلية على مد جسور التعاون مع مؤسسات القطاع الخاص، بما يتيح للطلبة فرصاً نوعية للتدريب العملي واكتساب الخبرات التطبيقية في مجالات البرمجة والذكاء الاصطناعي والتقنيات الرقمية الحديثة.

وأكد أن الكلية تسعى باستمرار إلى تحديث خططها الدراسية بما يتواءم مع التطورات المتسارعة في قطاع تكنولوجيا المعلومات، وتعزيز الشراكات التي تساهم في إعداد خريجين يمتلكون المهارات التقنية والمهنية المطلوبة.

كما نظمت الجامعة معرضاً لتبادل الكتب الدراسية في مبنى عمادة شؤون الطلبة، بهدف تمكين الطلبة من الحصول على المراجع والكتب الأكاديمية بطرق ميسرة، وتعزيز ثقافة المعرفة والعمل التشاركي. وأكد عميد شؤون الطلبة الدكتور مخلد الزعبي، حرص الجامعة على رعاية وتنظيم الأنشطة التي تنمي الجوانب الفكرية والثقافية لدى الطلبة، مشيداً بمستوى التنظيم والإقبال الملحوظ، وبالوعي الذي أظهره الطلبة بأهمية الكتاب ودوره في مسيرتهم الأكاديمية.