



فرع التعليم بالأوسط يقيم برامجه

المرحلة الابتدائية في العام الدراسي 2025/2026 في الإقليم الأوسط قد بلغت 98.5 %، داعياً أولياء الأمور والطلاب والمعلمين بتعزيز مشاركتهم في الجهود الرامية إلى تحسين المخرجات التعليمية.

وفي التقارير التي قدمتها كل وحدة، تم التوضيح بأنه ومنذ بداية الاستثمار في خدمات التعليم التمهيدي لتعزيز الجهود المبذولة لتحسين جودة التعليم والطلاب وتحديد نقاط الضعف وإحداث تغييرات جوهرية، ارتفعت مشاركة الطلاب بنسبة 6 في



عقد فرع وزارة التعليم بالإقليم الأوسط اجتماعاً تقييمياً في الحادي عشر من الشهر الجاري . وذكر مسؤول الشؤون الإدارية والمالية في الفرع، الأستاذ/ مسفن ولدسلأسي في كلمة الافتتاح التي ألقاها، أن نسبة التلاميذ الذين انتقلوا من رياض الاطفال إلى

شرطة المركز الرابع بأسمرأ تدعو لتعزيز دور المواطنين في مكافحة الجرائم والمخالفات



نُظمت في التاسع من أغسطس، في مديرية عداقا حموس بالإقليم الأوسط، حملة توعوية تهدف إلى تعزيز دور المجتمع في الوقاية من الجرائم والمخالفات.

وأوضحت قائدة مركز الشرطة الرابع، النقيب/مريم طاهر، لسكان ضواحي ماي أفراس، حزر وإمباقاليانو، أنه تم خلال النصف الأول من العام تسجيل 147 جريمة و263 مخالفة، داعيةً إلى تعزيز الدور الفاعل للمجتمع في الوقاية من الجرائم والإبلاغ عنها.

وفيما يتعلق بمخالفات قوانين المرور، أشارت إلى تسجيل 3,205 مركبات متهمّة بارتكاب مخالفات موروّبة، من بينها 2,187 دراجة هوائية، مؤكدةً أهمية التزام راكبي الدراجات بقواعد وأنظمة المرور.

من جانبه، دعا مسؤول الوقاية من الجريمة، السيد/تخلت عندوم أفراد المجتمع إلى تعزيز دورهم في كشف الجرائم والمخالفات التي ترتكب ليلاً ونهاراً، والتعاون مع الشرطة.

وأكد المشاركون في التوعية أهمية الإسراع في إصلاح إنارة الشوارع، كما شددوا على ضرورة متابعة أبنائهم

أن التعاون بين المجتمع والشرطة يمثل العامل الأساسي في الوقاية من الجرائم والمخالفات وكشف مرتكبيها، داعيةً الآباء إلى مواصلة توجيه أبنائهم ومتابعتهم بصورة مستمرة.

وتوجيههم بصورة مستمرة، بما يسهم في الحد من السلوكيات والممارسات التي قد تؤدي إلى ارتكاب الجرائم والمخالفات. من جهتها، أكدت مديرة مديرية عداقا حموس السيدة/صالحة محمد،



بما أن التعليم حق أساسي للمواطنين، فإن الحكومة تعمل عليه بإعطائه أولوية واهتمام بالغ، حاثاً على تعزيز دور المدراء والمجتمع لتحسين جودة التعليم والبنية التحتية.

وفي الختام قالت وزيرة التعليم، الدكتورة /حليمة محمد، إن التعليم يُعد حملة ناجحة لبناء الوطن إذا ما تم تنفيذه بأسلوب متكامل، مضيفةً إن نجاح الحملة الرامية إلى إعداد مواطنين أكفاء مسؤولية الجميع.

يجدر بالذكر أنه توجد في الإقليم الأوسط 175 مؤسسة للمرحلة التمهيديّة، و103 مدرسة ابتدائية، و51 مدرسة متوسطة، و22 مدرسة ثانوية، أي ما مجموعه 354 مدرسة.

استشهاد المناضل القديم إياسو يوهنس



استشهد عضو وزارة الزراعة المناضل /إياسو يوهانس تسفو في العاشر من أغسطس جراء مرض ألمّ به عن عمر ناهز الـ 83 عاماً .

التحق إياسو بصفوف قوات التحرير الشعبية عام 1975 وخدم شعبه ووطنه بتفان وإخلاص في مختلف المسؤوليات في الفرع الزراعي بالتنظيم خلال فترة الكفاح المسلح، وبعد الاستقلال، عُيّن مسؤولاً لفرع الزراعة في محافظات حماسين وسنحيت، ثم تم تعيينه بالمكتب المركزي لوزارة الزراعة.

الشهيد المناضل إياسو يوهانس متزوج وأب لثلاثة من الأبناء. ووري جثمانه الثرى ظهر الحادي عشر من أغسطس في مقابر الشهداء بأسمرأ.

وزارة الزراعة إذ تعرب عن بالغ حزنها باستشهاد المناضل /إياسو يوهانس تسفو، تعرب عن خالص تعازيها لعائلته ورفاقه وزملائه.

حريق في عصب يلحق أضرار بالممتلكات



اندلع حريق في إدارة ضاحية بليكنوما مديرية عصب فجر التاسع من أغسطس، أدى إلى وقوع أضرار في الممتلكات.

وقال مسؤول قسم التحقيقات الجنائية في مركز الشرطة الأول بعصب السيد/ جمال طه نور، إن الأضرار الناجمة عن الحريق -الذي بدأ بعد الساعة الثانية صباحاً في منشأة واحدة وامتد ليشمل سبع منشآت ومنازل- تقدر بأكثر من 1.3 مليون نقفة.

وقال ”إن الحريق اضرار اكبر لأن المنازل مبنية من الأخشاب وجدرانها متلاصقة. وقال قائد مركز الشرطة الأول الملازم/ شاوش ولدقابر، إن الوضع كان خطيراً، مشيداً بالسكان والجيش لمساهمتهم في إخماد الحريق بسرعة ، وحث على توخي الحذر لتجنب الحوادث الناجمة عن الإهمال.

البيئة بالأوسط تحت على الإستخدام الأمن لموارد البيئة



أكد القائم بأعمال مسؤول قسم البيئة بوزارة الأراضي والمياه والبيئة، السيد /كبروم أسمر، ضرورة تعزيز الاستخدام الآمن والمستدام لموارد البيئة، باعتبارها موارد قابلة للاستنزاف والتدهور والانقراض.

وأوضح السيد/ كبروم أن البيئة تشمل العناصر المادية الحية وغير الحية، والموارد الطبيعية والمنشآت ، بينها السدود والموانئ والطرق والمباني، إلى جانب الكهوف والجبال والأنهار والسهول والغابات وغيرها.

وأشار إلى أن القسم يعمل على إعداد المعلومات والبيانات المتعلقة بالبيئة ونشرها للمجتمع وفقاً لأهميتها، موضحاً أن دراسة أجريت في السنوات الماضية حول إدارة النفايات الصلبة أظهرت أن نحو 70 بالمائة من النفايات في المدن الكبرى قابلة للتحلل، فيما تشكل المواد البلاستيكية 18 % منها.

وفي إطار الجهود الرامية إلى الحد من استيراد وتصدير وتوزيع واستخدام المواد البلاستيكية، أوضح أن البلاد تعمل على تنفيذ الإخطار القانوني رقم 99/2024 مشيراً إلى أنه بالتعاون مع وزارة الزراعة، تم التخلص خارج البلاد من 364 طناً من المبيدات الزراعية منتهية الصلاحية، إلى جانب دفن وحرق نحو 100 طن من مختلف النفايات. وفيما يتعلق بوجود الهواء في مدينة أسمرا، أوضح أن دراسة أجريت خلال الفترة من 2019 إلى 2024 أظهرت أن مستوى تلوث الهواء لم يكن مقلقاً بصورة عامة، باستثناء بعض الارتفاعات خلال شهري مارس ويونيو وارتفاع تركيز بعض الغازات الضارة. وفي ختام حديثه، دعا السيد/ كبروم إلى مواصلة وتيرة الجهود الرامية إلى حماية المياه و التربة ، والتشجير وإعادة التشجير، وتنظيمها بصورة تضمن مشاركة مختلف شرائح المجتمع، بما يسهم في تعزيز حماية البيئة والاستخدام المستدام لمواردها.

مستشفى عداقا حموس للولادة يوسع خدمات صحة الأمومة والطفولة

أطفالهن باستمرار، وطلب الرعاية الطبية الفورية.

وأخيراً، ذكر أنه بفضل توفير الكوادر المهنية والمعدات الكافية، انخفض عدد النساء الحوامل المحالات إلى مستشفى أوروتا الوطني المرجعي للولادة لتلقي خدمات متقدمة، مضيفاً إن الأطفال الذين يولدون في المستشفى يتلقون جميع أنواع التطعيمات قبل الولادة وبعدها.

ويقدم مستشفى عداقا حموس للولادة خدمات الولادة، وتطعيمات للأطفال دون سن الخامسة، وخدمات ختان الذكور، و14 نوعاً من اللقاحات، وخدمات الصحة الإنجابية.

وأفاد الدكتور/ داويت إنه تم التعامل مع 1,208 حالة ولادة في المستشفى خلال النصف الأول من عام 2026 بينها 340 عملي قيصرية ،مضيفاً أن معظم هذه الحالات كانت قادمة من مديريات تقع خارج مدينة أسمرا مما يدل على تنامي الوعي بأهمية الولادة تحت الإشراف الطبي.

وقال إنه بهدف رفع الوعي العام حول خدمات الرعاية ما قبل الولادة سيتم توفير خدمات طبية واستشارية للفتيات والأزواج الذين يعانون من مشاكل في الخصوبة، بالإضافة إلى فحوصات الكشف عن سرطان عنق الرحم، حاثاً الأمهات على مراقبة سلامتهن وسلامة

أوضح المدير الطبي لمستشفى عداقا حموس للولادة، الدكتور/ داويت استيفانوس بأن المستشفى وعلاوة على خدماته رعاية الحمل والولادة التي ظل يقدمها، أدخل خدمات إضافية للمساعدة في ضمان صحة الأم والطفل لتزويده بمعدات حديثة وكوادر مهنية على فترات متوالية.

شملت الخدمات ، الكشف المبكر عن سرطان عنق الرحم، ومعالجة المشكلات الصحية المرتبطة بالولادة، ومتابعة الخصوبة لدى الأزواج وإجراء الجراحات ذات الصلة لتعزيز الخصوبة، بالإضافة إلى علاج الأطفال دون سن الخامسة.

تخريج أعضاء من القيادة الوسطى في مجالات فنية متنوعة

تخرج ثلاثة وعشرون عضواً من الفرقة التاسعة والأربعين بالقيادة الوسطى ممن تلقوا تدريباً في مجالات فنية متنوعة- في التاسع من أغسطس في ماي-سراو.

وقال السيد/ صالح عبد الله، مسؤول الفرقة الفنية بالفرقة العسكرية، في حفل التخرج ” إن التدريب -الذي استمر لأكثر من شهر وشمل الجانبين العملي والنظري- تضمن الكتابة، وتأليف وإخراج الأعمال الدرامية، فضلاً عن فنون السينما والمكياج.“ وقال الاستاذ/ طعمي أرفايني، أحد المدربين، إن رغبة المتدربين وموهبتهم ساهما بشكل كبير في فعالية الدورة.

من جانبها، أعربت ممثلة المتدربين عن شكرها للجهات القائمة على التدريب وللمدربين على جهودهم لتمكين المتدربين من استيعاب المفاهيم الأساسية خلال فترة وجيزة، مؤكدة عزمهم على مواصلة تطوير المعارف المكتسبة من خلال العمل الميداني. وفي كلمته الختامية، أشار قائد الفرقة إلى دور الفن في انتصار نضالنا التحرري وترسيخ هويتنا الوطنية، حاثاً المتدربين على السعي نحو الارتقاء بالبرامج الثقافية في صفوف قوات الدفاع من خلال تعزيز مهاراتهم وتنظيمهم.

مشتل أتكارو بماي مني يواصل توفير الشتلات لدعم التشجير

يواصل مشتل أتكارو في مديرية ماي مني جهوده الرامية إلى تلبية احتياجات التشجير من الشتلات، والمساهمة في إنجاح برامج التشجير وحماية البيئة في المنطقة. وأوضح السيد/ معشو قويتثوم، ممثل هيئة الغابات والحياة البرية، أن المشتل أعد خلال العام الجاري أكثر من 170 ألف شتلة لدعم أنشطة التشجير، موضحاً أن معظمها ينتمي إلى 22 نوعاً من الأشجار المستوطنة وغيرها الملازمة للظروف البيئية.

وأشار إلى أن الشتلات بدأت بالفعل تُغرس من قبل المزارعين الأفراد والمشاركين في حملة الطلاب الصيفية التنموية، في الأراضي المفتوحة، والأماكن الدينية، بما يعزز جهود زيادة الغطاء النباتي والمحافظة على البيئة.

وفي سياق متصل، يواصل طلاب حملة الطلاب الصيفية التنموية في مديرية ظرونا تنفيذ أنشطة حفظ المياه والتربة، وفقاً لما أوضحه المهندس الزراعي/ زينا قرامي. ويشارك الطلاب في تنفيذ عدد من الأنشطة، من بينها إنشاء وصيانة حواجز المياه، وغرس الشتلات، والعناية بالأشجار، إلى جانب أعمال صيانة المنشآت للحد من انجراف التربة وحفظ المياه.

وقد تمكن الطلاب حتى الآن من تنفيذ نحو 30 كيلومتراً من الحواجز الترابية، وإنشاء 549 متراً مكعباً من الحواجز، إضافة إلى أكثر من 900 حفرة مخصصة لغرس الشتلات.

الزراعة ببارنتو تدرب مزارعين في إعداد واستخدام الأسمدة العضوية



نُظِم في نَفَذ في العاشر من أغسطس بمديرية بارنتو بالقاش- بركة تدريب للمزارعين وأصحاب البساتين حول طرق إعداد واستخدام الأسمدة العضوية، بهدف تعزيز خصوبة التربة ورفع الإنتاجية الزراعية.

شمل التدريب، جوانب نظرية وعملية حول إعداد الأسمدة العضوية واستخدامها في الأنشطة الزراعية.

وأكد مسؤول مكتب الزراعة بمديرية بارنتو، السيد/موسي بهتا، أهمية الأسمدة العضوية في تحسين الإنتاجية الزراعية، داعياً المزارعين إلى توسيع استخدامها والاستفادة من التجارب المحلية وتبادلها مع المزارعين الآخرين. من جانبه، أوضح خبير حفظ المياه والتربة، المهندس/أزيكيا ألفيو، أن الأسمدة العضوية يمكن إعدادها بسهولة من مخلفات الإنتاج الزراعي والنفايات المنزلية، مشيراً إلى أن استخدامها يسهم في إثراء التربة وتحسين إنتاجيتها.

وأعرب المشاركون عن تقديرهم للتدريب، مؤكدين أنه أسهم في توسيع معارفهم المحدودة سابقاً بشأن طرق إعداد الأسمدة العضوية وفوائدها، ودعوا إلى توسيع نطاق تنظيم مثل هذه البرامج التدريبية. وفي ختام التدريب، نُظمت زيارة ميدانية للاطلاع على محاصيل الحبوب والخضروات التي تمت زراعتها باستخدام الأسمدة العضوية.

قطر: المحادثات بين سلطنة عمان وإيران وصلت لمرحلة متقدمة



الجانب الإسرائيلي، وأن قطر تعول على المجتمع الدولي للضغط باتجاه تنفيذ الاتفاق.

وأكد أن الدوحة تواصل جهودها بالتنسيق مع الولايات المتحدة ومصر وتركيا، وقال إن التصعيد الإسرائيلي في الضفة الغربية وقطاع غزة يستدعي موقفا دوليا وردا يتناسب مع استمرار هذا السلوك.

لأداة ضغط سياسي". كما أشار إلى أن شكل إدارة المضيق بعد الأزمة، بما في ذلك مسألة فرض الرسوم، هو شأن يناقشه المعنيون من دول المنطقة، على أن يقوم أي ترتيب على توافق إقليمي واضح واحترام كامل للقانون الدولي.

وفي ما يتعلق باتفاق غزة، قال الأنصاري إن المماثلة الإسرائيلية في تنفيذ الاتفاقات "ممارسة مستمرة" منذ اليوم الأول، مشيرا إلى أن تقدما أحرز عبر الإعلان الأخير لحركة المقاومة الإسلامية (حماس).

وأضاف أن المسؤولية تقع الآن على

أكدت دولة قطر أن المحادثات الجارية بين سلطنة عمان وإيران بشأن الأوضاع الراهنة "وصلت لمرحلة متقدمة"، قائلة إن المفاوضات تقف حاليا في "نقطة مفصلية". وأوضح المتحدث باسم وزارة الخارجية القطرية ماجد الأنصاري، في مؤتمر صحفي عقده في الدوحة أول امس الثلاثاء، أن قطر تلقت "ردود فعل إيجابية من سلطنة عمان وإيران"، مشددا على موقف الدوحة الداعم لـ"كل جهود خفض التصعيد".

وفي ما يتعلق بأزمة الملاحة البحرية، قال المتحدث باسم الخارجية القطرية: "نحن كوسطاء نريد إعادة فتح مضيق هرمز بأسرع وقت ممكن"، مؤكدا أن بلاده "تدعم أي صيغة تضمن أمن مضيق هرمز وحرية الملاحة وعدم تحوله

إيبولا يودي بحياة 2011 شخصا في الكونغو



أعلنت الكونغو الديمقراطية وفاة 2011 شخصا جراء تفشي فيروس إيبولا الأسرع انتشارا على الإطلاق، في ظل معاناة السلطات الصحية لإيصال المساعدات إلى المناطق النائية؛ بسبب الصراع بين المتمردين، وسوء حالة الطرق، وتوقف العمل نتيجة لمشاكل في الأجور.

وأظهرت بيانات حكومية نُشرت أن تفشي الفيروس سجل 4381 حالة إصابة مؤكدة، من بينها 2011 حالة وفاة، ويخضع 704 مريض للعلاج في المستشفيات والعزل.

وأعلن عن تفشي المرض في 15 مايو الماضي، لكن السلطات الصحية تقول إن التسلسل الجيني أظهر أنه بدأ قبل ذلك بأشهر، في فبراير الماضي. واستغرق تفشي المرض حوالي 9 أسابيع لتسجيل أول 1000 حالة وفاة، ولم يستغرق الأمر سوى 3 أسابيع تقريبا ليتضاعف هذا الرقم، مما يدل على أن الأزمة الصحية تتفاقم بوتيرة أسرع من جهود تتبعها وإدارتها.

ويُعد هذا التفشي ثاني أكبر تفشٍ للمرض.

في التاريخ، بعد تفشي المرض في غرب أفريقيا بين عامي 2014 و2016 الذي سجل أكثر من 28 ألف حالة، من بينها أكثر من 11 ألف حالة وفاة. ويختلف تفشي الإيبولا الحالي عن معظم حالات التفشي السابقة؛ إذ لا توجد لقاحات أو علاجات معتمدة لفيروس بونديبوجيو النادر المسبب له. وقد بدأت التجارب السريرية لهذه اللقاحات والعلاجات في مقاطعة إيتوري، بؤرة التفشي، شرق الكونغو.

ويقول عمال الإغاثة إن تفشي المرض لا يزال يتجاوز سرعة الاستجابة التي تتوسع لتشمل المقاطعات الشرقية الخمس المتضررة.

وقد أضرب العديد من العاملين في المجال الصحي احتجاجا على عدم حصولهم على أجورهم منذ إعلان تفشي المرض.

مجلس الشعب الصومالي ينتخب عبد القادر محمد نور رئيسا له



مهام الرقابة على الحكومة والمشاركة في عمليات صنع القرار السياسي في البلاد. ولد عبد القادر محمد نور في 21 أكتوبر 1985 بمدينة بيدوا الصومالية، ودرس العلوم السياسية في جامعة أنقرة بمنحة دراسية، وتخرج عام 2016.

كما عمل في سفارة الصومال لدى تركيا بين عامي 2012 و2016، ثم في وكالة الاستخبارات والأمن الوطنية الصومالية. وتولى لاحقا عددا من المناصب الحكومية، بينها وزارتا الدفاع والعدل، قبل أن يشغل منصب وزير الموانئ والنقل البحري الذي كان يتولاه عند انتخابه رئيسا لمجلس الشعب.

انتخب مجلس الشعب الصومالي يوم الاثنين الماضي وزير الموانئ والنقل البحري عبد القادر محمد نور رئيسا جديدا له، بعد حصوله على 142 صوتا في جلسة انتخابية عقدت بمقر البرلمان في العاصمة مقديشو.

وتفوق نور على منافسه النائب عبد القادر عمر معلم، الذي حصل على 30 صوتا، قبل أن يؤدي الرئيس الجديد اليمين الدستورية عقب إعلان نتيجة الاقتراع.

ويتكون البرلمان الفدرالي الصومالي من مجلسي الشعب والشيوخ، ويتولى مجلس الشعب، إلى جانب سن التشريعات،

إدانة عربية لإعتراف كولومبيا بسيادة إسرائيل على الجولان

قوانينه وولايته وإدارته على الجولان يُعد باطلا ولاغيا ودون أي أثر قانوني". وجددت الخارجية "موقف دولة قطر المبدئي الثابت بأن هضبة الجولان أرض عربية محتلة"، مؤكدة "ضرورة امتثال الاحتلال الإسرائيلي لقرارات الشرعية الدولية بالانسحاب من كافة الأراضي العربية المحتلة، بما فيها هضبة الجولان"، ومحذرة "من أن أية قرارات أحادية للاعتراف بسيادة الاحتلال على الجولان ستشكل عائقا كبيرا أمام السلام المنشود في المنطقة".

الدول والمنظمات الدولية إلى الاضطلاع بمسؤولياتها في احترام القانون الدولي وقرارات الأمم المتحدة. وأدانت دولة قطر في بيان لوزارة الخارجية الخطوة الكولومبية، قائلة إن "مساعدة الاحتلال على إزراء القرارات الأممية ذات الصلة بهضبة الجولان المحتلة، وخصوصا قرار مجلس الأمن رقم 497 لسنة 1981 لن تغير من حقيقة أن الهضبة أرض عربية محتلة، وأن فرض الاحتلال الإسرائيلي



أدانت سوريا وقطر والسعودية والعراق ومصر وجامعة الدول العربية أول امس الثلاثاء اعتراف كولومبيا بسيادة إسرائيل على هضبة الجولان السورية المحتلة، معتبرين إياه انتهاكا صارخا لميثاق الأمم المتحدة والقرارات التي تعتبر الجولان أرضا سورية محتلة. وقالت وزارة الخارجية السورية في بيان الثلاثاء إن "الجمهورية العربية السورية تدين بأشد العبارات البيان الصادر عن وزارة العلاقات الخارجية في جمهورية كولومبيا المتضمن الاعتراف بما سماه السيادة الإسرائيلية على الجولان السوري المحتل، استنادا إلى ذرائع أمنية لا تتسجم مع أحكام القانون الدولي وقرارات الأمم المتحدة ذات الصلة".

وأكدت سوريا أن "الجولان جزء لا يتجزأ من أراضيها"، وأن بيان الحكومة الكولومبية "يشكل انتهاكا صارخا لميثاق الأمم المتحدة، ولتصريحات أمينها العام السيد/ أنطونيو غوتيريش، التي أكد فيها أن الجولان أرض سورية وأن الأمم المتحدة تعترف دون تحفظ بأنه جزء من سوريا".

وجددت في الوقت نفسه "رفضها القاطع" لاستمرار التوغلات الإسرائيلية داخل الأراضي السورية، داعية جميع

أرتريا الحديثة

رئيس التحرير
محمد نور يحيى
نائب رئيس التحرير
حواء سليمان عبد القادر
هاتف 117099

أخبار خارجية
عربي محمد قينا
ص.ب: 247
فاكس: 127749

هاتف التوزيع: 200454
هاتف الاعلانات: 125013
ص.ب: 1284

طباعة ضوئية وتصميم صفحات:
فاطمة محمد إدريس
نورة عثمان محمد

راسلونا على العنوان التالي:

al-hadisa@zena.gov.er

من هنا وهناك

إعداد/ أسماء
عبدالله صالح

كتبت قصيدة عن ابنها... فوجدها ضمن أسئلة امتحانه!

أمام موقف غير مألوف خلال الامتحان. إذ تردّد في البداية حول ما إذا كان ينبغي أن يجيب عن السؤال بصيغة المتكلم، لكونه مصدر إلهام القصيدة، قبل أن يقرّر الإجابة بصيغة الغائب.

نشرت القصيدة للمرة الأولى في صحيفة «آيريش تايمز» ضمن زاوية «قصيدة الأسبوع»، قبل أن تُضمّ لاحقاً إلى المجموعة الشعرية الثالثة لكونها بعنوان «الشرط التام». وتعود إلى مرحلة صعبة من حياتها، كانت خلالها والدتها في المستشفى، فيما كانت تشعر بأن كثيراً من الأمور تسير في الاتجاه الخطأ.

وفي أحد الأيام، بينما كانت تُنادي ابنها لتناول العشاء، لفت انتباهها ما كتبه بالطباشير على الرصيف قرب المنزل: «العالم رائع». وقالت: «رفعت هذه الرسالة معنوياتي طوال ذلك اليوم. كانت الكلمات التي احتجت إليها تماماً لأتذكر أن الجمال موجود من حولنا، وتفصيل الحياة اليومية تحمل كثيراً من العجائب». وأضافت أن القصيدة وُلدت فوراً من تلك اللحظة: «شعرت كأنها كتبت نفسها بنفسها».

من ابنها لي، بعدما رأت رسالة كتبها بالطباشير على الرصيف عندما كان في الثامنة من عمره.

وتقول الشاعرة،

المقيمة ضمن برنامج «ميسكل» في جامعة ليمريك، إنها لم تستوعب ما حدث في البداية.

وأضافت: «كانت لحظة مذهلة. شعرت كأنني انتقلت إلى بُعد آخر. تساءلت: هل يحدث هذا فعلاً؟ هل يجيب ابني البالغ 15 عاماً عن سؤال يتعلّق بقصيدة كتبته أنا؟».

وأوضحت أنها سارعت إلى احتضان ابنها قبل أن تتصل بأفراد عائلتها لتشاركهم الخبر.

وأكدت كونها أنها لم تكن تعلم مسبقاً أن القصيدة اختيرت للامتحان، مشيرة إلى أنها علمت لاحقاً من شعراء آخرين ظهرت أعمالهم في امتحانات رسمية أنّ مثل هذه الاختبارات تبقى سرّية حتى موعد الاختبار. أما ابنها لي، فوجد نفسه



عندما اصطحبت إميلي كون ابنها بعد امتحان اللغة الإنجليزية، ظنّت أن الابتسامة العريضة على وجهه تعني أنّ الامتحان سار على ما يرام. لكن الشاعرة الأيرلندية كانت على موعد مع مفاجأة غير متوقّعة؛ إذ اكتشفت أن قصيدة كتبها قبل 7 سنوات، مُستوحاة من ابنها، ظهرت ضمن أسئلة امتحانه.

وقالت كون، وهي من مدينة غالواي، وفق ما نقلت عنها «بي بي سي»: «رأيت الابتسامة على وجهه فقلت لنفسي: هذا جيّد، لا بد أنه تذكر بعض اقتباسات شكسبير». لكن ابنها فاجأها بقوله: «لن تصدقي يا أمي... القصيدة التي كتبتهاني جاءت في الامتحان». «تزامن لا يتكرّر إلا مرة واحدة» ظهرت القصيدة، التي تحمل عنوان «خاتمة بالطباشير»، في امتحان اللغة الإنجليزية للمرحلة الإعدادية في أيرلندا، وهي قصيدة استوحتها كون

طفل يربك رحلة يوماً كاملاً

وبعد إنزال الطفل وولي أمره وأمتعتهما، احتاجت الشركة إلى استكمال إجراءات إضافية، بينها إعادة تقديم خطة الرحلة وإنجاز الأوراق اللازمة قبل الإقلاع.

لكن هذه الإجراءات استغرقت وقتاً طويلاً، لتتجاوز الساعة 12:30 بعد منتصف الليل، وهو الموعد الذي يُغلق فيه مدرج مطار فيكتوريا أمام الرحلات.

وأدى ذلك إلى اضطراب بقية المسافرين إلى قضاء الليل في المدينة، قبل إعادة حجز الرحلة في اليوم التالي.

وقدمت شركة «بورتر إيرلاينز» اعتذارها للمسافرين عن التأخير والتأثير الذي خلّفته الواقعة عليهم، مؤكدة أن الرحلة غادرت في اليوم التالي متجهة إلى تورونتو.

وبحسب بيانات موقع «فلايت أوير»، أقلعت الرحلة في اليوم التالي عند الساعة 10:49 صباحاً بالتوقيت المحلي، ووصلت إلى تورونتو عند الساعة 6:16 مساءً



ألغيت رحلة جوية تابعة لشركة «بورتر إيرلاينز» الكندية من مدينة فيكتوريا إلى تورونتو، بعد رفض طفل صغير الجلوس في مقعده وربط حزام الأمان، مما دفع طاقم الطائرة إلى العودة إلى مبنى الركاب وتأجيل الرحلة إلى اليوم التالي.

وكانت الرحلة «بي دي 444» قد غادرت مبنى الركاب في مطار فيكتوريا الدولي، وهي في طريقها إلى مدرج الإقلاع، عندما لاحظ أفراد الطاقم أن الطفل يقف على مقعده ولا يلتزم بربط حزام الأمان.

وقالت شركة «بورتر إيرلاينز»، في تصريح لموقع «سي تي في نيوز» الكندي، إن ولي أمر الطفل وأفراد الطاقم حاولوا تثبيته في مقعده وربط حزام الأمان، لكنهم لم يتمكنوا من ذلك.

وأضافت الشركة أن الطائرة «لم يكن بإمكانها الإقلاع في هذه الحالة غير الآمنة»، لذلك قرر الطاقم العودة إلى مبنى الركاب وإنزال جميع المسافرين من الطائرة.

قصة ولادة نادرة لـ5 توائم تبهج تعز..!

العلاجية. وأشار حمود، إلى أن التعامل الطبي ارتكز على بدء العلاج والتغذية التدريجية، حتى الاستغناء عن الأدوية والاكتفاء بالتغذية الفموية، إلى أن تكملت الجهود بإخراج التوائم الخمسة بسلامة وعافية.

وتشير تقارير وبيانات أممية إلى أن معدل المواليد في اليمن يُعد من أعلى المعدلات إقليمياً وعالمياً، حيث يبلغ إجمالي معدل الخصوبة نحو 4.59 أطفال لكل امرأة، وفق ما أوردت وكالة رويترز.

ويُحذر صندوق الأمم المتحدة للسكان من أن هذه النسبة المرتفعة تصاحبها مخاطر في الحمل والولادة، وسط انهيار الخدمات الصحية ونقص حاد في التمويل.

وقال مكتب الصندوق باليمن، في بيان هذا العام، إن «اليمن يعاني معدلات وفيات عالية بين الأمهات، ومع انخفاض التمويل، سيصبح الحمل والولادة أكثر خطورة من أي وقت مضى في جميع أنحاء البلاد، وسترتفع هذه المعدلات بشكل أكبر».



في حدث طبي استثنائي أثار اهتماماً واسعاً في اليمن وخارجه، شهدت محافظة تعز (جنوب غربي البلاد) نجاح عملية قيصرية نادرة لامرأة وضعت 5 توائم خلال شهر يوليو 2026، في قصة أمل وتحديّ برزت من قلب الظروف المعيشية والصحية الصعبة التي تعيشها البلاد.

وكشفت الأستاذة في كلية الطب بجامعة تعز، الدكتورة / سميرة الخليدي، أن التنسيق الطبي أُعدّ في البداية على أساس أن الأم حامل بـ4 توائم فقط.

وأوضحت، أنه بعد إخراج الأطفال الأربعة بحالة ممتازة، تفاجأ الفريق الطبي أثناء استخراج المشيمة بوجود طفل خامس بحالة صحية جيدة.

وأكدت الطبيبة أن الأم وأطفالها جميعاً غادروا الحاضنة بسلام وهم بصحة جيدة، مناشدة تقديم المساعدة والدعم لوالد التوائم لمواجهة متطلبات رعايتهم الكبيرة في ظل الأوضاع القاسية بالبلاد.

من جانبه، أكد أخصائي طب الأطفال في مستشفى الحكمة بتعز، الدكتور / فاخر حمود، أن التنسيق المسبق كان المحرك الأساسي لنجاح إنقاذ الأطفال، بدءاً من تأمين الحاضنات وحتى توفير الرعاية

عمال نظافة يساعدون الفائز في إيجاد تذكرة يانصيب



الأرقام التي كانت تختارها دائماً قد ربح، وفق ما ذكرته «هيئة الإذاعة البريطانية (بي بي سي)».

وقال توسكانو إن موظفيه قضوا بعد ذلك ساعات في غربلة محتويات شاحنة نفايات في مرفق للفرز، بعد أن تتبعوا مسار القمامة التي تم جمعها من منفذ بيع اليانصيب.

وأخيراً، اكتشف أحد الموظفين التذكرة، التي كانت لا تزال سليمة، في كيس قمامة ممزق بين العديد من تذاكر اليانصيب التالفة.

وأشار توسكانو إلى أن عملية البحث استمرت يومين. وأضاف: «هناك شيء رائع في هذه القصة». ومن المقرر أن تتحمل الفائزة تكاليف عملية البحث، بعد أن وقّعت إقراراً تتعهد فيه بتغطية التكاليف.

تمكن عمال نظافة إيطاليون من استعادة تذكرة يانصيب بقيمة مليون يورو (نحو 1.16 مليون دولار) بعد غربلة أكياس القمامة لساعات، وإعادة إدخالها إلى «المالكة المحظوظة» التي كانت قد أُلقت بالتذكرة في القمامة، بعد أن افترضت خطأ أنها لم تفز، حسبما ذكرت وسائل إعلام محلية.

وتركت المرأة، المقبلة من بلدة بيتونو، جنوب شرقي إيطاليا، التذكرة لأنها سُجلت على أنها «غير قابلة للصرف».

حسبما أفادت به وكالة الأنباء «أنسا»، نقلاً عن خدمة جمع النفايات المحلية.

ومع ذلك، كانت التذكرة «غير قابلة للصرف»، بسبب مبلغ الفوز الكبير، حيث إن جائزة المليون يورو تُعد مبلغاً ضخماً لا يمكن صرفه مباشرة في منفذ البيع، حسبما قال رئيس شركة إدارة النفايات «إس إيه إن بي»، روبرتو نيكولا توسكانو، لوكالة «أنسا».

وأضاف أن الفائزة لم تدرك قيمة التذكرة إلا بعد عودتها إلى المنزل.

وبحلول ذلك الوقت، كانت التذكرة قد انتهت بالفعل في القمامة. ولم تدرك المرأة أنها تخلصت من التذكرة الفائزة إلا بعد أن أشار أحد أقاربها إلى أن

إعداد / هاجر حامد



الأسرة

همسة في أذنك



الممرض / مسقون يوهانس تخلي

”الصحة العقلية أساس صحة الإنسان، والمظلة الأساسية لنمط حياتنا“

اعزائنا القراء في هذا المقال، سنقدم لكم محتوى الحوار الذي أجريناه مع الممرض / مسقون يوهانس تخلي، والذي تطرقنا فيه إلى الحالة الذهنية والصحة العقلية للأطفال، وكيفية اتباع الطرق الصحيحة لجعل أبنائنا يكبرون بطرق سليمة في المستقبل. ولأن أساس نضوجهم يرتكز بالدرجة الأولى على الأسرة، فقد قدم لنا الممرض مسقون شرحاً وافياً عن معنى الأسرة والعوامل الأساسية في تكوين أسرة ناجحة. وسنسلط الضوء أيضاً على أهمية الخطوات التي يجب أن تفعلها الأسرة لإنجاب طفل صحي ومعافى من كافة النواحي. ننقلكم إلى مضابط الحوار:

الذات: ويعني ذلك معرفة تقييمك لنفسك، وفي أي معيار تضعها بالمقارنة مع أصدقائك أو زملائك، وإن كنت ترى نفسك في مرتبة أعلى أو منخفضة مقارنة بهم. هنا، كل شخص يمتلك معياره الخاص لشخصه، وفي أي خانة من الخانات يضع نفسه استناداً إلى مؤهلاته وقدراته.

ثالثاً: فهو التعاطف: أي القدرة على فهم مشاعر الآخرين، ورؤية الأمور من منظورهم، وتخيل نفسك مكانهم لتشعر بما يشعرون به من ألم أو فرح، دون أن تفقد الحدود الفاصلة بين مشاعرهم ومشاعرهم.

أما رابعاً: اليات التكيف: فهي الطرق، والأساليب، والأفعال التي يستخدمها الإنسان لكي يتعامل مع الضغوطات النفسية، أو المشاعر الصعبة مثل (القلق، والغضب، والحزن)، أو المواقف الحياتية المؤلمة. وهناك مصاعب لا يمكنك التحكم بها، كالمشاكل الوراثية أو الخلقية، والحل الأمثل يبدأ من تقبلها لها أولاً، ثم السعي للاستفادة منها لصالحك، فأسلوب تفكيرك أثناء التعامل مع هذه الأزمات وكيفية إيجادك للحلول يعكس بشكل مباشر مدى صحتك العقلية.

على الأسرة أن تهتم بالصحة العقلية للطفل. فإذا بدأنا بتعريف الصحة العقلية، يمكننا القول بشرح مبسط أنها الأساس لجميع الجوانب الأخرى من صحة الإنسان، وهي بمثابة المعيار الأساسي لنمط حياتنا. أما إذا تحدثنا عن الأشياء التي تضر بها، فإن الإجابة تكمن أولاً في الفطرة أو العوامل الوراثية للوالدين، والتي يمكن أن تؤثر سلباً على صحة الطفل العقلية.

وعندما نتحدث عن الصحة العقلية، فإنه يمكننا تقسيمها إلى أربعة أعمدة رئيسية:

الأول: هو أن يكون لدى الإنسان معرفة كافية عن نفسه وعن مشاعره، فمثلاً، يجب أن تعرف في أي المواقف تشعر بالغضب، أو الحزن، أو السعادة. إذا استطعت الإجابة عن هذه الأسئلة بنفسك، فأنت تمتلك المعرفة الكافية عن ذاتك. أما إن قام شخص آخر بإخبارك بالمواقف التي تحزنك أو تغضبك، فهذا يعني أنه تفحصك المعرفة الكافية بمشاعرك، وبالتالي، فإن هذا النقص قد يؤثر سلباً على صحتك العقلية.

ثانياً: الاحترام الشخصي أو تقدير



الممرض / مسقون يوهانس تخلي

البعض لإنشاء هذه المؤسسة ولتكون ناجحة أيضاً.

ويتصل مع ذلك عملية الإنجاب بمشيئة الله بعد الزواج، حيث يكون الأبناء هم أفراد هذه الأسرة. ولكي يخرج هؤلاء الأبناء من هذه الأسرة سليمين، يجب على الأم والأب أن يكون بينهما تفاهم تام في كيفية العناية بابنهما، لكي ينشأ سليماً ومعافى في المستقبل. لأنهم إن لم يهتموا بهذه التفاصيل، فيجب عليهم أن يعرفوا أن ابنهم هو من سيدفع الثمن في صحته وحياته.

لذا، إن جمعنا كل هذه الأمور المهمة، يكون الهدف الأسمى الذي ينبثق منه إخراج طفل سليم جسدياً، ونفسياً، وعقلياً، واجتماعياً. ولتحقيق ذلك، يجب

وحدة أسرية مستقرة تدعم تماسك المجتمع. وإذا تساءلنا عن الخطوة الأولى والمسار الصحيح لبناء هذه المنظومة، فإن الأمر يبدأ من الإدراك والوعي. فبينما تلعب الصدفة والقدر الدور الأكبر في إيجاد ذلك التوافق الأولي بنسبة تتجاوز الثمانين بالمائة، فإن النسبة المتبقية هي الأهم على الإطلاق. إنها المساحة التي تتطلب جهداً واعياً، وتواصل مستمر، وحواراً عميقاً بين الشريكين، ليتسنى لهما جسر الفجوات وتحويل التقارب الأولي إلى علاقة راسخة ومستدامة، تفيض بالتفاهم، وتزدهر بالفرح والسعادة.

ولذلك، فإن الأشياء التي يجب على هذين الإثنين فعلها هي إجراء بعض الدراسات وبناء تفاهم حقيقي بينهما. وأهم ما في ذلك هو التواصل في جميع النواحي، ومنها: مشاعرهما، والتحدث عن مستقبلهما، وكيفية إدارة الأسرة التي ينويان بنائها لتكون أسرة ناجحة وسعيدة. ولهذا السبب، يجب أن تكون لديهما معرفة عميقة وثرية عن هذه العلاقة، وعدم إخفاء أي معلومة مهما كانت عن شريك الحياة؛ أي يجب أن يمتلكا معلومات كافية عن بعضهما

حاورته / هاجر حامد الجزء الأول

في البدء هلا عرفت القراء عن نفسك؟

اسمي مسقون يوهانس تخلي، وأعمل بوزارة الصحة في ضاحية قزا باندا في الإقليم الأوسط، أعمل كرئيس قسم الخدمات الصحية، عملت في مجالي هذا لمدة احد عشرة عاماً في البدء عملت في مستشفى بمدينة نقفة بعد ذلك في مركز صحي بعدي قعداد، بعد ذلك انتقلت الى بيت مضاء والان اعمل كمسؤول لتقديم الخدمات في مكتب وزارة الصحة بالإقليم الاوسط لمديرية قزا باندا .

مامعنى الاسرة وما العوامل الاساسية لتكوين اسرة ناجحة؟

الاسرة هي الخلية الاساسية وأصغر وحدة بناء في المجتمع. وتتأسس هذه المنظومة بناءً على توافق تعاقدي بين طرفين أو عائلتين لإطلاق ميثاق الزواج، والذي يُصنف كأهم مؤسسة اجتماعية. ويتطلب تشييد هذه المؤسسة اقتران الذكر والأنثى على أساس من الانسجام العاطفي والتقارب الفكري والسلوكي، مما يضمن نجاح هذه الشراكة في بناء

صحة

11 فائدة صحية لتناول الثوم

مستويات الجلوكوز في الدم أثناء الصيام ويحسن حساسية الأنسولين، مما يجعله مفيداً لمرضى السكري أو المعرضين لخطر الإصابة به.

10. يُحسّن صحة البشرة: تساعد مضادات الأكسدة الموجودة في الثوم على حماية البشرة من أضرار الجذور الحرة، التي قد تساهم في الشيخوخة المبكرة. كما تساعد خصائصه المضادة للبكتيريا في علاج حب الشباب والتهابات الجلد الأخرى.

11. يخفف أعراض البرد والإنفلونزا: يُعد الثوم علاجاً طبيعياً لأعراض البرد والإنفلونزا. فخصائصه المضادة للفيروسات والبكتيريا تساعد على تقليل حدة هذه الأمراض ومدتها. تناول الثوم عند الإصابة بالبرد أو الإنفلونزا يخفف الأعراض ويسرع الشفاء.

يساهم تناول الثوم بانتظام في تعزيز صحة الجهاز الهضمي.

7. يدعم صحة العظام: تساهم المستويات العالية من المنغنيز وفيتامين ب6 في الثوم في الحفاظ على صحة العظام. هذه العناصر الغذائية أساسية لتكوين العظام ويمكن أن تمنع أمراض العظام مثل هشاشة العظام والتهاب المفاصل.

8. يعزز فقدان الوزن: يُعد الثوم إضافة قيمة لرحلتك نحو إنقاص الوزن، فهو يساعد على تحسين عملية الأيض، وتقليل الشهية، وزيادة حرق الدهون في الجسم. لذا، فإن إدراج الثوم في نظامك الغذائي يمكن أن يدعم جهودك في إنقاص الوزن.

9. ينظم مستويات السكر في الدم: ثبت أن للثوم تأثيراً إيجابياً على التحكم في مستوى السكر في الدم. فهو يخفف

تناول الثوم بانتظام قد يساعد في تقليل احتمالية الإصابة بأنواع معينة من السرطان، بما في ذلك سرطان القولون والمستقيم، وسرطان المعدة، وسرطان البروستاتا. تتمتع مركبات الكبريت العضوية

الموجودة في الثوم بخصائص مضادة للسرطان، حيث تثبط نمو الخلايا السرطانية.

6. يُحسّن الهضم: يُستخدم الثوم كدواء للهضم منذ قرون. فهو يُنشط إنتاج الإنزيمات الهاضمة، ويُحسّن صحة الأمعاء، ويُساعد في تخفيف اضطرابات الجهاز الهضمي مثل الانتفاخ وعسر الهضم. يمكن أن



من الأمراض العصبية مثل الزهايمر والخرف. كما تساعد خصائص الثوم المضادة للأكسدة على تقليل الإجهاد التأكسدي والالتهاب في الدماغ، مما يعزز الوظائف الإدراكية.

4. مكافحة العدوى: يتمتع الثوم بخصائص قوية مضادة للميكروبات تساعد في مكافحة العديد من أنواع العدوى، مثل العدوى البكتيرية والفيروسية والفطرية. وقد استخدم لقرون كعلاج طبيعي لالتهابات الجهاز التنفسي، والتهابات الجلد، وحتى التسمم الغذائي.

5. يقلل من خطر الإصابة بالسرطان: أشارت العديد من الدراسات إلى أن

إعداد /
أبو الدرس

الفضاءات الخضراء... متنفساً طبيعياً للمدن الذكية

المدن ليست مساحة للعيش فقط ولكنها مرآة تعكس سلوك الإنسان ومؤشراً على مسار تطور المجتمعات، والمدن الذكية ليست مجرد شبكات من البيانات والتجهيزات، بل هي فضاءات صُممت لتحتضن الإنسان وتستجيب لتطلعاته. لذا تتمحور خارطة طريق التنمية المستدامة في المدن الحديثة، حول ضرورة إستخدام التكنولوجيا الذكية في حياتنا بشكل مبتكر وفَعَّال، يدمج بتوازن، مبادئ الإستدامة البيئية مع الأنشطة الإقتصادية الأخرى وذلك لبناء مستقبل أكثر استدامة ورفاهية للأجيال الحالية والقادمة. ومن هنا تبرز البصمة البيئية باعتبارها حقيقة ملموسة تؤثر على حياتنا ومستقبل الأجيال القادمة، فالمدن تتنفس وتلبس ثوبها القشيب من خلال خضرتها ومياهها ونوافيرها ومنتزهاتها بالإضافة إلى نظافتها وحسن تنظيمها. كما يؤكد الخبراء بأنه بات هناك اعتراف عالمي متنام بأن الفضاءات العامة الحاضنة للجميع، والتي كثيراً ما لا يلتفت إليها ولا تُعطى ما تستحقه من قيمة، إنما هي القلب النابض للمفعم بالحيوية لمدن العالم. ولذا يعدّ تيسير الوصول إليها وجعلها آمنة حقاً إنسانياً. والواقع يؤكد مجدداً بأن هنالك العديد من الثغرات التي ما زالت فاعرة فاهها، مترقبة إنزال استراتيجيات المدن المستدامة على أرض الواقع. فما هي الإنجازات التي حققت في هذا المضمار؟ وما هي التحديات التي تواجه المجتمعات فيها؟ وكيف السبيل إلى تزييلها؟ وغير ذلك من المحاور ذات الصلة سنبحر معها عبر ضفاف هذه الصفحة إن شاء الله.



إن مستقبل المدن لا يتحدد بما يُشيد فيها من إسمنت وطرق فحسب، بل بقدرتها على أن تكون فضاءً عادلاً شاملاً ومزدهراً، ومرناً قادراً على الصمود أمام تحديات العصر، خاصة وأن التحول العميق الذي تصنعه التقانة الرقمية في حياة الناس كبير جداً. فالمساحات الخضراء في المدن على سبيل المثال، ليست مجرد حدائق للزينة، بل هي مصاف طبيعية، تمتص غاز ثاني أكسيد الكربون، وتطلق الأكسجين، فتمنح المدينة فرصة لإستعادة أنفاسها. هذا وقد أقر أكد قادة المجتمع الدولي ضمن أجندة التنمية المستدامة لعام 2030، بأن تنمية المناطق الحضرية وإدارتها بطريقة مستدامة شرط حاسم للارتفاع بنوعية حياة الناس وصحة الكوكب. والعمل مع السلطات والمجتمعات المحلية من أجل تجديد المدن والمستوطنات البشرية وتخطيطها على نحو يقلص الآثار السلبية الناجمة عن الأنشطة الحضرية والتي تهدد الصحة البشرية والسلامة البيئية. وفي مستهل موضوع اليوم، لا بأس من أن نعرف البصمة البيئية، والتي هي عبارة عن الكمية الإجمالية من الغازات الدفيئة كثاني أكسيد الكربون، التي تنبعث في الغلاف الجوي نتيجة للأنشطة البشرية غير المرشدة. وبالتالي فهي مقياس دقيق لحجم التأثير البيئي الذي يترتب على أسلوب حياتنا الحديث، فهي تشكل من عمليات يومية، يبدو بعضها بسيطاً لكنه يحمل في طياته تأثيراً عميقاً على التوازن البيئي. ومن هذا التعريف يمكننا القول أن المدن البيئية هي مدن صممت مع مراعاة الأثر البيئي، والتي يقطنها شعب مخصص لتقليل المدخلات المطلوبة من إنتاج الطاقة والمياه والمواد الغذائية والنفايات من الحرارة وتلوث الهواء والميثان وتلوث المياه. ومن الجدير بالذكر أن البندان السادس والسابع من الهدف الحادي عشر من أهداف التنمية المستدامة 2030، ينصان على ضرورة الحد من الأثر البيئي السلبي الفردي للمدن، بما في ذلك عن طريق إيلاء اهتمام خاص لنوعية الهواء وإدارة النفايات وغيرها، بالإضافة إلى توفير سبل استفادة الجميع من مساحات خضراء وأماكن عامة آمنة وشاملة للجميع، ويمكن الوصول إليها، ولا سيما بالنسبة للنساء والأطفال وكبار السن والأشخاص ذوي الإعاقة بحلول عام 2030.

وعلى الرغم عزيزي القارئ الكريم، من أننا لم نصل في بلادنا إلى مصاف المدن الذكية أو الرقمية، أي تلك المدن التي تعتمد على التقنيات المتقدمة والأتمتات في تسيير حياتها ومعيشتها وتعاملاتها اليومية، إلا أن ذلك يضع حتماً أمامنا، تحديات تفرض علينا أن نتعرف على ما وصل إليه العالم من تقنيات رقيقة، لأننا قد نضطر إلى التعامل معها. في ذات الوقت الذي نضع فيه توفير سبل تلك الحياة غايات منشودة على المدى البعيد وأن نستفيد من تجارب بعض الدول في هذا المجال وما تعانیه من تأثيرات سلبية على الحياة البشرية. ويشير الخبراء إلى أن المدن الذكية هي محور الابتكار الحديث في التخطيط الحضري. والمدن الذكية تتطور بسرعة بفضل تلك الابتكارات في تقنيات البنية التحتية الحديثة. أما في السطور التالية، فلا بأس من أن نتجول بين طيات البعض من مظاهر البصمة البيئية والإنسانية في المدن الذكية وذلك على سبيل المثال لا الحصر:

1- خفض الانبعاثات، حيث يتم استخدام نظم النقل الذكية والمباني الخضراء لتقليل استهلاك الوقود الأحفوري، وانبعاثات غازات الدفيئة.

2- إدارة الطاقة، حيث تعتمد على الشبكات الذكية لدمج مصادر الطاقة المتجددة، كالطاقة الشمسية والرياح بكفاءة عالية. خاصة وأن تكامل هذه المصادر في البنية التحتية للمدن والمنازل.

3- ترشيد الموارد، حيث تستغل الحساسات وإنترنت الأشياء، لمراقبة شبكات المياه وتقليل الهدر وتسريبات البنية التحتية.

4- إدارة النفايات، حيث تُشغل حاويات قمامة ذكية لتحسين مسارات جمع النفايات ودعم برامج إعادة التدوير.

حيث يتم استخدام تقنيات الروبوتات الذكية لفصل المواد القابلة لإعادة التدوير وتسهيل إعادة تدويرها بشكل فعال.

5- جودة الحياة، حيث توفر بيئات عيش صحية وآمنة، عبر مراقبة جودة الهواء وتقليل التلوث الضوضائي والبصري. بالإضافة إلى أن التكنولوجيا الذكية تقدم أدوات تحليلية لفهم وتقييم وتحليل الآثار البيئية للأنشطة البشرية، مما يساهم في تنبؤ الجهات المسؤولة، بالتغيرات البيئية وتحديد السلوكيات غير المستدامة وبالتالي اتخاذ قرارات أفضل لحماية البيئة.

6- الشمولية وسهولة التنقل، من حيث تيسير خدمات النقل العام والمرافق العامة لذوي الاحتياجات الخاصة وكافة فئات المجتمع. بالإضافة إلى أن المدن الذكية، تشجع السكان على استخدام وسائل النقل المستدامة مثل الدراجات والمركبات الهوائية مما يقلل من الانبعاثات الضارة ويحسن من جودة الهواء.

7- تستخدم أنظمة النقل الحديثة في المدن الذكية، الذكاء الاصطناعي لتحليل

حركة المرور وتحسين تدفقها، مما يقلل من الإختناقات المرورية ويحسن من كفاءة استخدام الوقود.

8- المشاركة المجتمعية، حيث تتيح منصات رقمية تمنح السكان صوتاً مباشراً في التخطيط الحضري وصنع القرار المحلي.

9- تحديات الخصوصية، حيث تفرض كثافة جمع البيانات عبر الكاميرات والحساسات، مخاوف بشأن حماية الحياة الشخصية.

10- توعية المجتمع والمشاركة الاجتماعية، حيث تساهم التقنيات الذكية في تعزيز الوعي البيئي وتشجيع المشاركة الاجتماعية في جهود الحفاظ على البيئة. وحتماً يمكن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وتطبيقات الهواتف الذكية لتوعية الناس بالقضايا البيئية، وتشجيعهم على اتخاذ إجراءات فردية وجماعية للمحافظة على البيئة.

11- تسمح الأجهزة المتصلة بالإنترنت للمسؤولين باتخاذ قرارات مدروسة بناءً على المعلومات الفورية، كما يمكن لنظام الإنذار الذي يكشف عن الحرائق أو الكوارث الطبيعية وتنبه الجهات ذات الصلة بسرعة، مما يعزز من السلامة العامة.

ومن الجدير بالذكر أن العديد من الخبراء، يشيرون إلى أنه "في عالمنا الذي تتزايد رقمنته، تعيد التكنولوجيا تشكيل الحياة الحضرية فيه". ويمكن للأدوات الرقمية، تحسين الخدمات الأساسية وتعزيز القدرة على الصمود وخلق

مساحات أكثر اخضراراً للجميع. ولن يفوتنا حتماً ضرورة استخدام التكنولوجيا الذكية التي تركز على الإنسان لتحسين الخدمات الأساسية، وتعزيز قدرة المدن على مواجهة التحديات مثل أزمة المناخ. وفي السطور التالية لا بأس من ذكر البعض من الملامح العامة للمدن الذكية كما يراها الخبراء في هذا المجال، وذلك على سبيل المثال لا الحصر:

1- المدن كمحركات للابتكار والنمو، حيث تؤكد الرسالة أن المدن تعد محركات رئيسية للنمو الاقتصادي والابتكار، مما يضعها في قلب جهود تحقيق أهداف التنمية المستدامة.

2- تستخدم المدن الذكية، كخطوط دفاع أولى للمواجهة المباشرة للتحديات، مثل أزمة المناخ.

3- دور التكنولوجيا الذكية، حيث يتم التركيز على أهمية استغلال التكنولوجيا الرقمية لتحسين الخدمات الأساسية في المدن، مع التركيز على المدن الذكية المتمحورة حول الإنسان.

4- المدينة الذكية حقاً هي التي يكون محور تركيزها الإنسان، وخاصة الفئات الأكثر ضعفاً، فأزمة الإسكان العالمية وهو المستوطنات العشوائية يتركان حالياً بلايين البشر دون سكن لائق.

5- المدن هي منابع للفرص، فعندما يكون الإنسان هو محور التركيز، يمكن أن يساعد الابتكار الرقمي في تحقيق العدالة والاستدامة للجميع، فدعونا نجعلها أيضاً مدناً خضراء عادلة تحتوي الجميع.

إعداد

عبد الله محمد علي

kazamamme5@gmail.com

الرياضة

اختتام منافسات سباق نصف ماراثون للرجال والسيدات 2026 في مندفا

وفي سباق السيدات لمسافة 5 كيلومترات، فازت ديانا شيشاي من الإقليم الأوسط بزمن قدره 16 دقيقة و43 ثانية، بينما جاءت زميلتها أستير يبيي ثانية بفارق 17 ثانية، وحصلت قسّنت تولدبرهان من نادي دندن على المركز الثالث بفارق 22 ثانية. وفي سباق الميل للرجال، أحرز فظوم أبرهام من الإقليم الجنوبي المركز الأول بزمن قدره 4 دقائق و4 ثوانٍ، متقدماً على فتحي زايد ودابرا ناصر من الإقليم الأوسط. أما في سباق السيدات لمسافة 1.6 كيلومتر، فقد فازت كناري تخلي ماريام من الإقليم الأوسط بزمن قدره 4 دقائق و46 ثانية، تلتها إليتا مكثيل من نادي دندن ولوام أنغسوم من الإقليم الجنوبي. يُذكر أن نسخة العام الماضي من هذا السباق أقيمت في مدينة بارتنو بإقليم القاش بركة، وشهدت أيضاً مشاركة عدائين من ذوي الإعاقة مستخدمي الكراسي المتحركة.



دندن، وترحاس مكثيل من الإقليم الجنوبي، فجاءت في المراكز التالية. وفي السباقات المصاحبة، التي شملت سباق 5 كيلومترات وسباق (ميل واحد)، حقق عداؤو إقليم الوسط نتائج لافتة، فيما برز الإقليم الجنوب في سباق الميل. وفي سباق 5 كيلومترات للرجال، حقق إيوبيل زري من الإقليم الأوسط المركز الأول بزمن قدره 14 دقيقة و14.3 ثانية، متقدماً على زميله سامون تسفاقرقيش وفانثيل محاري بفارق ثانية وثانيتين على التوالي. وكان داويت سعري من الإقليم الأوسط قد أحرز لقب السباق في العام الماضي.

وبهذا الفوز، احتفظ الإقليم الجنوبي بلقب نصف الماراثون على أرضه، بعدما كان العداء عوت هبتي قد أحرز لقب النسخة الماضية التي أقيمت في مدينة بارتنو.

وفي سباق السيدات، وعلى الرغم من محدودية عدد المشاركات، جاءت المنافسة مثيرة، مع بروز واضح لعداءات نادي دندن، غير أن اللقب ذهب إلى إقليم القاش بركة عبر العداءة الأولمبية نازريت ولدو، التي أنهت السباق في ساعة و19 دقيقة وثانية واحدة.

ويأتي هذا الفوز بعد عودة نازريت إلى منافسات الجري في مارس الماضي، حيث واصلت تحقيق نتائج بارزة في السباقات المحلية التي شاركت فيها منذ ذلك الحين. وحلت عداءة دندن ميكال ظغزآب ودولشي تسفو في المركزين الثاني والثالث، بفارق ثانيتين وأربع ثوانٍ على التوالي. أما ناظنت أمانثيل من الإقليم الجنوبي ، ويوردانوس هبتي سلاسي من نادي



وفي الأمتار الأخيرة، تمكن عداء الإقليم الجنوبي ماجور تيدروس من حسم اللقب بعد أن سجل زمناً قدره ساعة و4 دقائق و41 ثانية. وجاء زميله تخلي هيمانوت برهاني في المركز الثاني بفارق ثانيتين، بينما احتل عداء نادي دندن سامون مبرهتو وموسبي كفلي المركزين الثالث والرابع، بفارق ثلاث ثوانٍ عن صاحب المركز الثاني. وجاء العداء مقوص شوماي من الإقليم الجنوبي خامساً بفارق 21 ثانية، فيما حل مرهاوي كستي من القاش بركة سادساً بفارق 26 ثانية.

اختُتِمت يوم الأحد 9 أغسطس 2026 في مدينة مندفا بالإقليم الجنوبي، منافسات سباق نصف ماراثون للرجال والسيدات 2026، بمشاركة ممثلين عن أقاليم الجنوبي، والقاش بركة، والأوسط، إلى جانب نادي دندن التابع لوزارة الدفاع، وعدد من العدائين الفرديين. ولم تشارك في المنافسات أقاليم عنسبا، وشمال البحر الأحمر، وجنوب البحر الأحمر.

وشهد سباق نصف الماراثون لمسافة 21 كيلومتراً منافسة قوية، حيث بلغت مسافة اللفة الواحدة 5.25 كيلومترات، وقطع المتنافسون المسار أربع مرات بين موقف الحافلات وفندق مربٍ بمدينة مندفا.

وفي منافسات الرجال، بدأ عدد من العدائين المعروفين والوجوه الصاعدة السباق بوتيرة قوية، قبل أن يتراجع بعضهم في المراحل المبكرة. كما اضطر العداء أرون كفلي، الذي حل ثالثاً في نسخة العام الماضي، إلى الانسحاب من المنافسة.

انطلاق بطولة الكرة الطائرة للناشئين تحت 17 عاماً في إقليم عنسبا

وفي مستهل المنافسات، تمكن فريق كرن للرجال من تحقيق الفوز على فريق عدي تكليزان بنتيجة 3-0، قبل أن يحقق فريق أسماط للرجال الانتصار بالنتيجة نفسها أمام فريق هبرو. وفي منافسات السيدات، التقى فريقاً أسماط وهبرو، وتمكن فريق أسماط من حسم المباراة لصالحه بنتيجة 3-0، ليواصل مشواره في البطولة.

وتأتي هذه البطولة ضمن الأنشطة الرياضية الهادفة إلى توسيع قاعدة ممارسة الكرة الطائرة، وإتاحة الفرصة للناشئين والناشئات لإظهار مواهبهم واكتساب الخبرة التنافسية، بما يساهم في إعداد جيل جديد من لاعبي الكرة الطائرة في إقليم عنسبا.

انطلقت في مدينة كرن يوم العاشر من أغسطس منافسات بطولة الكرة الطائرة للناشئين تحت 17 عاماً على مستوى إقليم عنسبا، بمشاركة عدد من فرق المديرية، في إطار الجهود الرامية إلى اكتشاف المواهب الناشئة وتطوير مهاراتها الرياضية. وتتواصل البطولة حتى 16 أغسطس، بمشاركة فرق تمثل كرن، أسماط، هبرو، حلحل، عيلابرعد، وعدي تكليزان، فيما تعذر على فرق حملمالو، قلب، وحقات المشاركة لأسباب فنية. وشهد حفل افتتاح البطولة حضور رئيس اتحاد الكرة الطائرة في إقليم عنسبا، الأستاذ عقباي هيلي، إلى جانب مسؤولي لجان الثقافة والرياضة في المديرية، ومسؤولي الاتحادات الرياضية، ومدربي الفرق، ومحبي الرياضة والفرق المشاركة.



إيفرتون وكريستال بالاس يبرمان صفقة تبادل نادرة

وتكتسب الصفقة طابعاً لافتاً لكونها عملية تبادل مباشر بين ناديين في الدوري الإنجليزي، وهو نموذج أقل شيوعاً في سوق الانتقالات الحديثة، التي تعتمد في معظمها على الصفقات المالية المنفصلة.

كما تحمل الصفقة مفارقة خاصة بالنسبة لماكنيل، إذ كان قريباً من الانتقال إلى كريستال بالاس في فبراير الماضي، قبل انهيار الصفقة في الساعات الأخيرة من سوق الانتقالات الشتوية.

وذكرت هيئة الإذاعة البريطانية "بي بي سي" حينها أن ماكنيل كان قد اجتاز الفحص الطبي، بينما كان الاتفاق يتضمن انتقاله من إيفرتون إلى بالاس على

سبيل الإعارة مع التزام بشرائه مقابل 20 مليون جنيه إسترليني، إلا أن الصفقة لم تكتمل بسبب عدم إنهاء الإجراءات المطلوبة في الوقت المحدد.

وبعد نحو 6 أشهر، عاد كريستال بالاس ليضم اللاعب، لكن هذه المرة ضمن صفقة تبادل مباشرة أرسلت جونسون في الاتجاه المعاكس إلى إيفرتون.

وتضيف روزنامة الدوري الإنجليزي مفارقة أخرى للصفقة، إذ لن ينتظر اللاعبان طويلاً لمواجهة فريقيهما السابقين، بعدما أوقعت الجولة الافتتاحية إيفرتون وكريستال بالاس وجها لوجه يوم 22 أغسطس على ملعب هيل ديكنسون.



في خطوة نادرة في سوق انتقالات الدوري الإنجليزي الممتاز، أتم ناديا إيفرتون وكريستال بالاس صفقة تبادل مباشر بين لاعبين، انتقل بموجبها الويلزي برينان جونسون إلى إيفرتون، مقابل انتقال دوايت ماكنيل إلى صفوف كريستال بالاس.

وبحسب وكالة رويترز، أعلن الناديان، إتمام الصفقة، ليحصل كل منهما على جناح جديد قبل انطلاق الموسم الجديد من الدوري الإنجليزي الممتاز.

ووقع جونسون، البالغ من العمر 25 عاماً، عقداً لمدة 4 سنوات مع إيفرتون، بعدما أمضى فترة قصيرة مع كريستال بالاس، الذي انضم إليه قادماً من توتنهام هوتسبير في يناير الماضي.

وخاض الدولي الويلزي 26 مباراة في مختلف المسابقات بقميص كريستال بالاس، قبل أن تنتهي تجربته مع النادي اللندني بعد نحو 7 أشهر فقط من انضمامه إليه. وكان بالاس قد تعاقد مع جونسون في يناير في صفقة قياسية للنادي قادماً من توتنهام.

وفي الاتجاه المعاكس، انتقل ماكنيل، البالغ من العمر 26 عاماً، إلى كريستال بالاس بعقد يمتد حتى عام 2030، منهياً بذلك مسيرته مع إيفرتون التي بدأت عام 2022.

وسجل ماكنيل 15 هدفاً وصنع 19 خلال 128 مباراة خاضها مع إيفرتون في مختلف المسابقات، بحسب رويترز.

إعداد
نورة عثمان

حنو عات

حكمة
اليوم

”كن كالطرء..
أينما وقع نفع،
لا يطلب شكراً
من أحد، بل
يترك أثراً طيباً
ويمضي.“

في مثل
هذا
اليوم

- في الثالث عشر من أغسطس عام 1913 - اختراع مادة الستايينليس ستيل على يد المخترع الإنجليزي هاري بيرلي.
- في الثالث عشر من أغسطس عام 1960 - أفريقيا الوسطى تعلن استقلالها عن فرنسا.
- في الثالث عشر من أغسطس عام 1964 - مجلس الوحدة الاقتصادية العربية التابع لجامعة الدول العربية يوافق على اتفاقية السوق العربية المشتركة.
- في الثالث عشر من أغسطس عام 2004 - بدء دورة الألعاب الأولمبية الصيفية التي تستضيفها اليونان.
- في الثالث عشر من أغسطس عام 2014 - منتخب العراق للأشبال يتوج ببطولة آسيا للواعدة تحت 14 عاماً لسنة 2014.
- في الثالث عشر من أغسطس عام 2015 - عالم آثار أمريكي يقول باحتمال العثور على قبر نفرتيتي الذي حير مكانه العلماء طيلة سنوات، وأنه يقع في حجرة سرية خلف قبر توت عنخ آمون.

بعد 20 عاماً.. تتزوج شقيق طفل أنقذ حياتها



مشيرة إلى أنها تعيش حياتها بفضلها، وتسعى إلى تكريم ذكرها بأفضل صورة ممكنة.

رغبته في التبرع بأعضائه، لذلك قررت أسرته تحقيق رغبته وإنقاذ حياة آخرين. وبعد العملية، نشأت علاقة صداقة بين بروكلين وشقيق مايكل الأصغر نوح ووترز، تطورت مع مرور السنوات إلى علاقة عاطفية، قبل أن يعلن خطوبتهما ويقرر الزواج في سبتمبر المقبل. وقال نوح إن شقيقه الأكبر كان يتمتع بروح العطاء منذ صغره، معرباً عن دهشته من أن تبرع مايكل لم ينقذ حياة بروكلين دوتسون فقط، بل قادها أيضاً إلى أن تصبح شريكة حياته المستقبلية. وأكدت بروكلين دوتسون أنها تشعر بالامتنان لمايكل،

تستعد شابة من ولاية كنتاكي الأمريكية للزواج من شقيق الطفل الذي أنقذ حياتها قبل أكثر من 20 عاماً، بعدما تبرع لها بكبد عقب وفاته في حادث، في قصة إنسانية جمعت بين التبرع بالأعضاء والوفاء بذكرى المتبرع. وكانت بروكلين دوتسون طفلة رضيعة عام 2003 عندما شُخصت بمرض نادر في الكبد، وأبلغ الأطباء أسرته بأنها لن تعيش سوى أيام قليلة دون عملية زرع عاجلة. وبعد العثور على متبرع مناسب، خضعت لعملية زراعة كبد في مستشفى سينسيناتي للأطفال، ما أنقذ حياتها. وتبين لاحقاً أن المتبرع كان مايكل ووترز، الطفل البالغ من العمر 10 سنوات من ولاية أوهايو، الذي توفي بعد تعرضه لحادث سير. وكان مايكل قد أبدى في وقت سابق

حكم
فلسفي

عن الحياة والوجود

سقراط:

”الحياة غير المختبرة
لا تستحق العيش.“

أرسطو:

”معرفة نفسك هي
بداية كل حكمة.“

أبيركامو:

”في وسط الشتاء،
علمت أخيراً أن هناك
بداخلي صيفاً لا
يقهر.“

فريدريك نيتشه:

”من يملك لماذا يعيش
من أجلها، يمكنه
تحمل أي كيف
تقريباً.“

نسي زوجته في محطة وقود..!



التي غادراها. وعندها أدرك شنديلر أنه واصل رحلته من دون زوجته، فعاد بسيارته إلى المكان الذي تركها فيه. واستغرقت رحلة العودة نحو ست ساعات، قبل أن يصل الزوج إلى محطة الوقود ويلتقي زوجته مجدداً، لتنتهي الواقعة بعودة الزوجين إلى بعضهما واستكمال رحلتهما باتجاه تركيا. وتناقلت وسائل إعلام تفاصيل القصة، التي أثارت تعليقات متباينة بسبب استمرار الزوج في القيادة لمسافة طويلة دون ملاحظة غياب زوجته، بينما ركزت تعليقات أخرى على الطريقة التي تمكنت بها الزوجة من التواصل مع ابنتها رغم وجود هاتفها داخل السيارة. وبعد اللقاء، استأنف الزوجان رحلتهما إلى تركيا، فيما واصلت القصة انتشارها عبر منصات التواصل الاجتماعي.

وخلال توقفهما في إحدى محطات الوقود بـكرواتيا، نزلت الزوجة من السيارة متجهة إلى دورة المياه، بينما بقي زوجها منشغلاً بإجراءات التزود بالوقود. وبعد انتهاء الزوج من التوقف، استقل السيارة وغادر المكان، من دون أن ينتبه إلى غياب زوجته. وعندما عادت المرأة إلى المحطة، فوجئت بعدم وجود السيارة، كما اكتشفت أن هاتفها المحمول تركته داخلها، فلم تتمكن من الاتصال بزوجها.

واصل رجل ألماني رحلته إلى تركيا قبل أن يكتشف أنه ترك زوجته خلفه في محطة وقود بـكرواتيا. تحولت رحلة زوجين من ألمانيا إلى تركيا إلى واقعة لافته، بعدما غادر الزوج محطة وقود في كرواتيا دون زوجته، واستمر في القيادة لنحو ست ساعات قبل أن يعرف أنها لم تكن داخل السيارة. وكان حسنو شنديلر، البالغ من العمر 68 عاماً، يقود سيارته برفقة زوجته البالغة 65 عاماً، في رحلة برية من ألمانيا باتجاه تركيا.

عن الصداقة الحقيقية

المواقف لا الكلمات: الصديق الحقيقي ليس من يواسي في الأحزان فقط، بل من يفرح بنجاحك دون غيرة.
مرآة الروح: الأصدقاء هم العائلة التي نختارها بأنفسنا لنواجه بها تقلبات الأيام.
عمق المسافة: الصداقة الحقيقية لا تقاس بقرب المسافات، بل بعمق الأثر وبقاء العهد رغم الغياب.

راقبت
لي