



مجلس إقليم القاش بركة يعقد إجتماعه الدوري الـ 23



أصدر مجلس إقليم القاش بركة قرارات وتوصيات للدفع بالبرامج التنموية والأمنية في إجتماعه الدوري الـ 23 الذي عُقد في الحادي والعشرين من يناير.

وحدث رئيس المجلس الإقليمي بالقاش بركة السيد/ عثمان محمد علي في كلمته المؤسسات الحكومية الى العمل بجد لإنجاز البرامج الوطنية الموضوعية على المستوى الأقليمي مشيرا الى ان المجلس يتابع سير الاعمال التنموية عبر ممثليه على مستوى المديرية.

وقدمت المؤسسات الحكومية وفرع الوزارات بالاقليم تقارير البرامج التي تم تنفيذها في عام 2025 وتم تناولها وإستعراض التحديات التي واجهته العمل.

وأشار حاكم اقليم القاش بركة

صارمة للمخالفين، والتركيز على أنشطة الحفاظ على المياه والتربة بشكل منظم بالإضافة الى إتخاذ إجراءات تعزز بكفاءة ومشاركة الطلاب في التعليم.

تركز على تنظيم برامج تنموية تضمن المشاركة الفاعلة للمجتمع، وتحمل القرى للمسؤولية حيال المحافظة على الغابات والحياة البرية وإتخاذ إجراءات

الوثيرة ومساهماتهم في الإخلال الإداري والخدمي الذي يلاحظ من حين الى اخر. وأصدر مجلس اقليم القاش بركة في ختام جلسته توصيات وقرارات

السفير/ محمود علي حروي الى أهمية وتأثير مشاركة المجتمع في إنجاز البرامج التنموية والإستدامة المنشودة، وضرورة عمل أعضاء المجلس للدفع على هذه

دعوة لإدخال الأسمدة الطبيعية في مزارع مديرية أغوردات ودقي

منقستو بدوره المزارعين على استخدام الأسمدة الطبيعية بعد إنتاجها محليا مشيرا الى فوائدها البيئية فضلا عن توضيحه لمضار الاسمدة الكيماوية على البيئة وخصوبة الأراضي الزراعية على المدى الطويل.

وحدث مسؤولو مكاتب الزراعة بالمديريتين السيد/ تيدروس قيرماريام والسيد/ تيدروس زقريش أصحاب البساتين للعمل للمحافظة على خصوبة الارض وإثرائها وإتباع أساليب الزراعة الحديثة تماشياً مع توجيهات وإرشادات الخبراء والعمل على إنتاج الأسمدة الطبيعية والإستفادة منها بشكل أوسع.

دعا المزارعون المثاليين الذين قاموا بإختيار الأسمدة الطبيعية المعدة محليا على إدخال عمليات إنتاج وإستعمال الأسمدة الطبيعية نظرا الى فعاليتها في رفع الإنتاج الزراعي وأفضليتها على الطبيعة.

وأشاد مزارعو مديرتي دقي وأغوردات بأهمية التدريبات التي تلقوها حول كيفية إنتاج والإستفادة من الأسمدة الطبيعية التي صنعت من مواد محلية، مؤكداً فعاليتها في تخصيب الأرض ورفع الإنتاج الزراعي بشكل ملحوظ. وأوصى خبير تنمية البساتين في مديرية أغوردات السيد/ مكائيل

وزارة الثروة البحرية تقيم أنشطتها وتضع خطة عمل 2026

وزيادة عائدات الموارد البحرية. وبعد مناقشة التقارير، حث المشاركون على ضرورة معالجة مشاكل إدارة الموارد البحرية والبيئة في وقت مبكر، وتحسين الثغرات في تنمية الموارد البشرية، وتكثيف الأنشطة التي تجعل الموارد البحرية أكثر فائدة للمجتمع. وفي كلمته الختامية، قال وزير الثروة البحرية السيد/ تولدي قلاقي إن نسبة تنفيذ خطط عام 2025 بلغت 86%.

تقريباً عن 2024. وفيما يتعلق بإنتاج الملح والسماد السائل، فقد تم حصاد أكثر من 79000 طن من الملح وإنتاج أكثر من 118000 لتر من السماد السائل. إضافةً إلى ذلك، بُذلت جهودٌ جديرة بالثناء في صياغة خطة وطنية للوقاية من التلوث، وإدخال معدات حديثة للحد من الاستغلال غير القانوني للموارد البحرية، وتسليح وتدريب الصيادين،

عقدت وزارة الثروة البحرية اجتماع تقييمي في مصوع في الـ 17 يناير، إستعرضت فيه البرامج التي نفذت في عام 2025 ، ووضعت خطة عمل عام 2026.

وأفاد رؤساء الأقسام والفروع بوزارة الثروة البحرية بأن الصيادين التقليديين اصطادوا 5000 طن من الأسماك في عام 2025 بفضل الإمداد الكافي من الثلج ومعدات الصيد، بزيادة قدرها 70%

تنظيم دورات مختلفة للشباب في مديرية مندفرا

والموسيقى وصيانة المضخات. وحث المدربين الشباب على الاستفادة من الدورات التي قدمت لهم وإكتساب الخبرات وتبادل المعرفة بين أقرانهم. وأشادة الشابات بالفرص التي قدمها لهن الإتحاد مما اتاح لهن فرص عمل.

انواع من الدورات وانه تم تخريج 3 الاف من الشباب خلال الـ 7 سنوات الماضية. واذاف ان الدورات التي تقدم برسوم رمزية تشمل علم الحاسوب، والتصوير، ومد خطوط الكهرباء وتركيب نظام الطاقة الشمسية، وفنون التجميل،

افاد مسؤول فرع الاتحاد الوطني لشباب وطلبة ارتريا بمديرية مندفرا السيد/ صالح محمد سعيد ان الإتحاد يقوم بتنظيم دورات مهنية وفنية مختلفة لرفع قدرات الشباب وتشجيع مهاراتهم. وأوضح ان الإتحاد يقوم بتقديم 8

المعفية من الفوائد التي تقدم لهم وإستثمارها وإستشارة المختصين لضمان فعاليتها. وذكر المشاركون الفرع على إجراء دراسات للتعرف على المشاكل التي تواجه المقبلين على الاعمال بشكل جماعي أو فردي للحد منها ومواجهتها بشكل مدروس.

تحسين وضعهم المعيشي. وأشارت ممثلة مكتب العمل والرعاية الاجتماعية بالمديرية السيدة/ تابوتو نقوسي الى ان ضمن اولويات وزارة العمل والرعاية الاجتماعية هو العمل على تحسين وضع الأعضاء الإقتصادي والإجتماعي مذكرةً المعاقين بضرورة الإستفادة بشكل جاد من القروض

جهود لتعزيز أنشطة جمعية معاقي الحرب بمديرية أغوردات

إمرأة معاقة، وان الفرع يعمل على تمكين الأعضاء ودعمهم ليعتمدوا على ذاتهم بالانخراط في أنشطة تساهم في

مسؤول فرع الجمعية بمديرية أغوردات السيد/ إدريس فرج للأعضاء والشركاء ان الفرع يضم 210 عضو بينهم 23

عقد جمعية معاقي حرب التحرير إجتماعا في مديرية أغوردات لتعزيز أنشطة الفرع بالمديرية. وأوضح

تنفيذ مشاريع ناجحة في مديرية دباروا بمشاركة واسعة للمواطنين



عقدت ادارة مديرية دباروى اجتماعها التقييمي السنوى في العشرين من يناير الجاري. وذكر مدير المديرية السيد/ فري ونقييل تخلي هيما نوت في الاجتماع انه تم تنفيذ برامج تنمية وبنى تحتية مهمة في مديرية دباروا بمشاركة واسعة من المجتمع والمؤسسات الحكومية.

واشار السيد/ فري ونقييل تخلي انه تم الحصول على نتائج جيدة في التدريبات التي نظمت حول زراعة بذور البطاطس والذرة المختارة بالإضافة الى تربية الدواجن المحلية والنحل بحلول عام 2025.

كما نفذت برامج ناجحة ضمن أنشطة حفظ المياه والتربة، وإنشاء القنوات على مستوى إدارات الضواحي، مضيفاً أنه يجري تنفيذ أعمال صيانة مكثفة للآبار في إدارات ضواحي كساد دعرو، وعدي قتحولا ، وأمادر، ودقي طنعا .

كما إستعرض الاجتماع وناقش التقارير الإحصائية المتعلقة بخدمات التعليم والصحة، بالإضافة إلى برامج دعم أسر الشهداء وتقديم المساعدة للمحتاجين.

إجراء مسح وابحاث حول التراث الثقافي لجزيرة دهلك

اجرى فرع الثقافة في اقليم شمال البحر الأحمر بالتعاون مع متحف الأقليم ووزارة الثروة البحرية، ومؤسسة الغوص والغطس حملة مسح وابحاث تراثية في الشواطئ الجنوبية لجزيرة دهلك والجزر التابعة لمديرية دهلك.

وافاد الباحثين ان الحملة التي اجريت في الفترة من السابع وحتى الـ 17 من الشهر الجاري مسحت شواطئ جزر هواكل، عجوز، ضلقما كبير، ابا عقوبا ، ساريبو وبكاع لبحث الثروات الثقافية والطبيعية، المواقع التاريخية والأثار ، وركزت على مسح ومتابعة هذه الموروثات وهي جزء من حملة مماثلة اجريت العام الماضي في هذا الصدد.

واوضح خبراء الآثار وعلم الحضارة السيد/ إسياس تسفازقي والسيد/ يوتام قزائي انه تم العثور خلال عمليات المسح الجغرافي على 36 موقع تاريخي وأثري مثل القبور، وقرى أثرية، وآبار بالإضافة الى دور عبادة.

وذكروا ان مديرية دهلك تمتلك موارد طبيعية وثقافية غير مستكشفة، مضيفين أن النتائج التي تم التوصل إليها حتى الآن ستشجع على إجراء بحوث متعمقة وستوفر إرشادات حول الأنشطة التجارية والبنية الاجتماعية والثقافية للمجتمع والتاريخ الاستعماري في المنطقة.

سمنار في مديرية سقنيتي لمكافحة العادات الضارة

نظمت اللجنة الإقليمية للقضاء على العادات الضارة سمنار في مديرية سقنيتي ركزت على محاربة ختان الإناث وزواج القاصرات.

وفي السمنار الذي حضره 500 مواطن ضمنهم شخصيات مؤثرة ورجال الدين، أوضح مسؤول فرع الصحة بالاقليم الجنوبي الدكتور/ أمانييل محرتأب أن العادات الضارة تسبب مشاكل صحية ونفسية معقدة، وحث جميع الشركاء العاملين بشكل عام ورجال الدين والإداريين بشكل خاص على المساهمة الجادة في الجهود المتضافرة التي تبذل للقضاء على هذه الظاهرة.

وذكر مسؤول مكتب النيابة العامة بالاقليم الجنوبي السيد/ قبرهيوت تخلو بدوره ان منفذى ختان الإناث وزواج القاصرات يعرضان الى المسائلة القانونية إلى جانب المشاكل الصحية التي تتعرض لها الإناث جراء الممارسات الخاطئة، وحث الآباء على توجيه أطفالهم بطريقة علمية.

واشار مدير مديرية سقنيتي السيد/ عبدالقادر حجي الى ان المحاضرة مهمة لأنها سلطت الضوء على العواقب الوخيمة للممارسات الضارة، وحث المشاركين على غرس المعرفة المستفادة في المجتمع.

وتم تقديم عرض فني يشرح عواقب الممارسات الضارة ضمن المحاضرة.

إعلانات

تقدمت السيدة / أحلام صالح أحمد الى المحكمة بطلب الطلاق من زوجها / مختار عثمان طاهر بأنها تضررت من حيث العشرة والنفقة فعلى المدعى عليه الحضور شخصياً أو من ينوب عنه بجلسة 24 / 3 / 2026م وإلا فالمحكمة سوف تتخذ الإجراء اللازم في غيابك.

محكمة أسمرأ الشرعية

قدمت السيدة/ خديجة محمد إدريس محمد درار عرضاً قالت فيه لقد توفي والدي المرحوم/ محمد إدريس محمد درار بتاريخ 18 / 01 / 2018م وقد ترك من الورثة الشرعيين عدد 4 فقط لا غير وهم:

- 1/ سعادية محمود حجي زوجته
- 2/ مريم محمد ادريس محمد درار ابنته
- 3/ خديجة محمد ادريس محمد درار ابنته
- 4/ ياسر محمد ادريس محمد درار ابنته

وعلى كل من يدعى بالإرث أو من يعترض أن يتقدم إلى المحكمة الشرعية في قندع بتاريخ 17 / 02 / 2026م.

محكمة قندع الشرعية

يوم 18 / 12 / 2025م تقدم إلى محكمة كرن الشرعية السيد/ صالح محمد إدريس بعرض قال فيه لقد توفي إبنني المرحوم/ نصر الدين صالح محمد إدريس بتاريخ 17 / 6 / 2024م وترك من الورثة الشرعيين المذكورين أدناه:

- 1/ صالح محمد إدريس والده
- 2/ حليلة عامر سليمان والدته

وليس له وارث غيرنا وعلى كل من يدعي بالإرث أو سقط إسمه من على الورثة فعليه أن يتقدم إلى محكمة كرن الشرعية خلال شهر من تاريخ نشر الإعلان في الجريدة، ومعه مستندات مايثبت به أنه وارث.

محكمة كرن الشرعية

يوم 15 / 1 / 2026 تقدم إلى محكمة كرن الشرعية السيد/ فرج عبد القادر ناصر بعرض قال فيه لقد توفي والدي المرحوم عبد القادر ناصر بتاريخ 2022م وترك من الورثة الشرعيين المذكورين أدناه:

- 1/ فرج عبد القادر
- 2/ نعمة عبد القادر
- 3/ فردوس عبد القادر

وليس لهم وارث غيرنا وعلى كل من يدعي بالإرث أو سقط إسمه من على الورثة الشرعيين المذكورين فعليه أن يتقدم إلى محكمة كرن الشرعية خلال شهر من نشر الإعلان في الجريدة.

محكمة كرن الشرعية

قدم السيد/ علي ضرار إسماعيل عرضاً قال فيه:“ توفيت والدتي المرحومة / فاطمة ادريس محمد درار بتاريخ : 15 / 05 / 2000 م وقد تركت من الورثة الشرعيين عدد 1 فقط لا غير

علي ضرار إسماعيل ابنها

وعلى من يدعي بالإرث أو يعترض أن يتقدم إلى المحكمة الشرعية في قندع بتاريخ 17 / 2 / 2026م.

محكمة قندع الشرعية

مستشفى مندفرالمرجعي يقدم خدمات جديدة بالثناء

تساهم المعدات الحديثة والمتكاملة والموارد البشرية في مستشفى مندفرال إقليمي المرجعي بشكل كبير في جودة الخدمات المقدمة بشكل عام وخدمات الأمومة بشكل خاص.

وذكر اخصائي أمراض النساء والتوليد الدكتور/ أبرهام أمانييل ان المستشفى يتمتع بسنوات عديدة من الخبرة في طب التوليد وأمراض النساء، مضيفاً أن قسم الفحص العام يقدم خدمات استشارية في طب التوليد وأمراض النساء، وتنظيم الأسرة والصحة العائلية.

واضاف الدكتور/ أبرهام إنه تم توليد أكثر من 2,200 أم في المستشفى في عام 2025 بفضل زيادة الوعي العام بالرعاية الطبية ما قبل الولادة.

يضم مستشفى مندفرال المرجعي اثنان من كبار أخصائيي التوليد، وممرضات من مختلف المستويات والخبرات، ومعدات تشخيصية ومخبرية حديثة.

وزير الدفاع الصومالي: إسرائيل تنتهك سيادتنا وألغينا جميع الاتفاقيات مع الإمارات



قال وزير الدفاع في جمهورية الصومال الفدرالية أحمد معلم فقي إن بلاده لن تتهاون مع أي طرف ينتهك سيادتها أو يتجاوز حدود احترامها، مؤكداً أن قرار إنهاء جميع الاتفاقيات مع دولة الإمارات جاء بعد "خروقات تمس السيادة الصومالية"، وأن القواعد العسكرية في بلاده يجب أن تخضع للإشراف الكامل للحكومة الصومالية، وتبنى على "الاحترام الكامل للسيادة".

وأضاف الوزير الصومالي -في حوار خاص مع الجزيرة نت- أن دولة الإمارات قدمت دعماً للجيش الصومالي في فترات سابقة، "غير أن هذا الدعم توقف منذ نحو عامين"، مشيراً "إلى أن هذا الدعم لم يكن دائماً موجهاً عبر القنوات الرسمية للدولة، إذ جرى تقديمه في بعض الفترات إلى مجموعات مسلحة محلية في عدد من الولايات الصومالية، في محاولة

وشدد الوزير الصومالي على رفض بلاده المحاولات الإسرائيلية لاستغلال الموقع الاستراتيجي للصومال وانتهاك سيادته عبر الاعتراف بإقليم أرض الصومال، وكذلك محاولاتها نقل فلسطينيين إليه، "وهو ما يتعارض بشكل صريح مع القيم الصومالية الراسخة وثوابتنا الوطنية".

من جانب آخر استعادت قوات الحكومة الصومالية السيطرة على جزيرة كينيا، وذلك بعد يوم واحد من إعلان "حركة الشباب" المسلحة السيطرة عليها. وقالت مصادر محلية إن القوات الصومالية بدعم من قوات "لواء دَنْب"، استعادت السيطرة على جزيرة "كوداي" الواقعة على بعد 130 كم جنوب غرب مدينة كيسمايو عاصمة ولاية جوبالاند، عبر عملية أمنية نفذتها ضد عناصر حركة الشباب.

المجلس العسكري في غينيا بيساو: الانتخابات نهاية العام



أعلن المجلس العسكري الحاكم في غينيا بيساو لأربعاء الماضي أن البلاد ستشهد انتخابات رئاسية وتشريعية في 6 ديسمبر المقبل، في خطوة تأتي بعد شهرين من الانقلاب الذي أطاح بالرئيس عمر سيسوكو إمبالو وأوقف العملية الانتخابية الجارية آنذاك.

وفي مرسوم تلاه أمام الصحافة قائد المجلس العسكري الجنرال هورتا نتام، أكد أن "جميع الشروط لتنظيم انتخابات حرة ونزيهة وشفافة قد توفرت". ويأتي الإعلان بعد نشر ميثاق انتقالي مطلع ديسمبر الماضي، يمنع نتائج نفسه من الترشح للانتخابات المقبلة.

وكان الجيش قد أطاح بالرئيس إمبالو بعد أيام من الجولة الأولى للانتخابات الرئاسية في نوفمبر الماضي، حيث كان يسعى لولاية ثانية. وبرر المجلس العسكري خطوته بأنها جاءت "لتفادي حمام دم بين أنصار المرشحين المتنافسين".

وجاء الإعلان عن موعد الانتخابات بعد زيارة وفد رفيع من المجموعة الاقتصادية لدول غرب أفريقيا (إيكواس)، ضم رئيس سيراليون ورئيس إيكواس جوليوس مادا بيو، والرئيس السنغالي باسرو ديوماي فاي. وقد شدد الوفد على ضرورة أن تكون المرحلة الانتقالية قصيرة وشفافة، وطالب بالإفراج عن المعتقلين السياسيين. ورغم تحديد موعد الانتخابات، يتساءل مراقبون حول قدرة المجلس العسكري على ضمان بيئة سياسية آمنة وتنافسية، في ظل استمرار الاعتقالات وغياب الثقة بين الأطراف السياسية. كما يترقب الشارع المحلي والدول الإقليمية مدى التزام السلطة الجديدة بوعودها، في بلد عرف تاريخاً طويلاً من الانقلابات وعدم الاستقرار السياسي.

ساحل العاج: مامبي يعود إلى رئاسة الحكومة



وفاز في الانتخابات التشريعية الأخيرة بدائرة سونغون في ديسمبر الماضي. وتأتي إعادة تكليف مامبي في سياق سياسي يتطلب سرعة في إعادة تشكيل الحكومة لمواجهة التحديات الاقتصادية

تقديم تشكيلته الحكومية. وكان مامبي (74 عاماً) قد تولى المنصب منذ 2023 حتى حل الحكومة في السابع من يناير الجاري. ويُعد من الشخصيات البارزة في الحزب الحاكم،

أعاد رئيس ساحل العاج الحسن واتارا تكليف روبرت بيغري مامبي برئاسة الحكومة، بعد أقل من أسبوعين على حل الفريق الوزاري السابق. وطلب واتارا من رئيس الوزراء المكلف الإسراع في

أبدى رئيس المجلس الرئاسي اليمني رشاد العلمي، أول أمس الخميس، استغرابه من "ترويج الإمارات بأن إنهاء وجودها في اليمن سيفتح المجال واسعاً أمام تصاعد الإرهاب"، وفق ما أوردته وكالة الأنباء اليمنية "سبأ".

العلمي للإمارات: ممارساتكم باليمن لم تحارب الإرهاب بل غذته



إلى جانب تعزيز الموازنة العامة برواتب موظفي القطاع العام". وفي الشأن السياسي، قال العلمي إن التحضيرات جارية لانعقاد الحوار الجنوبي-الجنوبي برعاية السعودية، ومشاركة مختلف المكونات الجنوبية دون إقصاء أو تهميش.

لحقوق الإنسان التي تم الكشف عنها بعد إنهاء الوجود الإماراتي، لتشمل التعذيب والإخفاء القسري في معتقلات غير قانونية، مضيفاً أن "مثل هذه الممارسات لا تحارب التطرف بل تغذيه". وقال العلمي إن الدولة شرعت في إجراءات جادة لتوحيد القرار الأمني والعسكري، شملت إخراج القوات والتشكيلات المسلحة من العاصمة المؤقتة عدن وعواصم المحافظات. وكشف عن "إتمام السعودية صرف رواتب جميع التشكيلات العسكرية التي كانت ممولة سابقاً من أبو ظبي،

على الإرهاب بل تعيد إنتاجه، مؤكداً أن الدولة تعمل على نقل المواجهة حالياً من إدارة الخطر إلى معالجة جذوره عبر قرار سيادي واحد. وبحسب الوكالة، أشار العلمي إلى "الانتهاكات الجسيمة

وأوضح العلمي خلال لقائه بالعاصمة السعودية الرياض سفراء الدول الراحية للعملية السياسية في اليمن أن التجربة أثبتت أن ازدواجية القرار الأمني وتعدد الولاءات والسجون غير القانونية، لا تقضي

مجلس الأمة الجزائري يصدق على تجريم الاستعمار الفرنسي

الذي أرساه الرئيس الجزائري عبد المجيد تبون. وأوضح أن هذا النهج قائم على المطالبة حصراً بالاعتراف الرسمي بالجرائم الاستعمارية بما يسهم في تحقيق الانسجام بين الموقف السياسي والإطار التشريعي. وفي خطاب أمام البرلمان بغرفتيه في 30 من ديسمبر 2024، أكد تبون أن الجزائر تطالب بالاعتراف الرسمي بالجرائم الاستعمارية، أما ما يتعلق بالتعويض فتوضيحات الشهداء لا تعوضها مليارات الدولارات.

ودعت لجنة الدفاع الوطني، في تقريرها الذي سبق طرح النص للتصديق عليه، إلى عدم التصويت على المواد التي تنص على مطالبة فرنسا بالتعويض والاعتذار عن الجرائم الاستعمارية التي ارتكبتها ضد الشعب الجزائري، خلال الفترة بين 14 من يونيو 1830 و5 من يوليو 1962. وقالت اللجنة في تقريرها إن الدعوة إلى عدم التصديق على هذه المواد يهدف إعادة النظر فيها ومراجعة أحكامها، ولا سيما المتعلقة بالاعتذار والتعويض لعدم انسجامها مع التوجه

صدّق أعضاء مجلس الأمة، أول أمس الخميس، على نص القانون المتعلق بتجريم الاستعمار الفرنسي في الجزائر، مع التحفظ على 13 مادة ولا سيما المتعلقة بمسألتَي التعويض والاعتذار. جاء ذلك في جلسة علنية خصّصت للتصويت على بعض القوانين، من بينها هذا النص الذي سبق أن صدّق عليه المجلس الشعبي الوطني -الغرفة الأولى للبرلمان- في 24 من ديسمبر الماضي. وصوّت أعضاء مجلس الأمة بالإجماع لصالح القانون، مع التحفظ على 13 مادة منه من أصل 27.

أرتريا الحديثة

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

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

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

طباعة ضوئية وتصميم صفحات:

فاطمة محمد إدريس

نورة عثمان محمد

راسلونا على العنوان التالي:

al-hadisa@zena.gov.er

خبرة الخضروات والفواكه في مشروع عيلا برعد الزراعي السيدة/ ظقا زراطين

”مزارع الفواكه والخضروات لدينا توفر فرص عمل موسمية ودائمة لسكان المديرية فضلا عن إسهامها في توفير المنتجات الغذائية على مستوى الوطن“

من حيث تنوع أشجار الفواكه وزيادة نوعية الإنتاج. كما ذكرت بأن مزارع عيلا برعد تعرف بإنتاجها الذي يتمتع بطعم لذيذ وصحي لثمار الفواكه ذات الحجم الكبير .

كما أوضحت بأن مزارع عيلا برعد للفواكه تقدم كميات جيدة من الإنتاج والتي تسهم بدورها في استقرار الأسواق المحلية من إحتياجات الخضروات ،ولا سيما في العاصمة أسمرا .وأضافت بأن المشروع وبإدارة المؤسسة الارترية للمواشي والغلال يسعى إلى مضاعفة زراعة الفواكه من حيث التنوع والجودة وزيادة الإنتاج. وأشارت الى وجود خبراء زراعيين متفانين في العمل ببساتين الفواكه يحفظون على نظافة وصحة أشجار الفواكه وثمارها.

وحول فرص العمل التي توفرها مزارع الفواكه والخضروات لسكان مديرية عيلا برعد أوضحت السيدة/ ظقا بأن المشروع بشكل عام وبساتين الخضروات والفواكه بشكل خاص ظل ولا يزال يستوعب عدد ليس بالقليل من سكان المديرية في مواقع عمله.وأضافت بأن مزارع الفواكه والخضروات توفر فرص عمل موسمية ودائمة لسكان المديرية ، فضلا عن إسهامها في توفير المنتجات الغذائية على مستوى الوطن. كما أشارت إلى أن السكان يستفيدون أيضاً من الحصول على الإنتاج الزراعي من الفواكه والخضروات وكذلك منتجات المواشي عن قرب وعبر موقعي البيع في عيلا برعد اللذان ذكرا أعلاه .

وفي ختام الحوار ناشدت السيدة/ ظقا جهات الإختصاص بتوفير مولدات الطاقة الشمسية للتمكن من حل مشكلة قلة مولدات الري بشكل خاص، ولتفادي المولدات التي تعمل بالوقود كونها عالية التكلفة.وأضافت بأن سد فراغ المولدات لري المزارع يعتبر محورياً لكونه سيمكن من رفع الإنتاج .

شكرت أيضاً وزارة الإعلام وخاصة قسم الصحافة ممثلاً في أسرة صحيفة إرتريا الحديثة على إهتمامهم بمواقع التنمية وقيامهم بتوثيقها ونشرها في الصحف الوطنية، مما يرفع ذلك من معنويات العاملين في المجال التنموي الزراعي وغيره ،ونقل ذلك إلى أجيال الوطن الحاضرة والقادمة للإستفادة من الخبرات والمعارف.وأكدت بمناسبة العام الجديد 2026 على إستعدادها لتعزيز تفانيها وإخلاصها لدفع عجلة تنمية الخضروات والفواكه بمستوى أكبر في المستقبل من خلال توظيف معرفتها وتجربتها في العمل الزراعي الذي لاتزال تمارسه بثقة وهمة.



توفر مولدات الري بالعدد الكافي.

وحول عدد الخبراء الزراعيين اللذين يعملون بجانبها في متابعة مزارع الخضروات والفواكه في المشروع، أشارت إلى وجود أكثر من 15 خبير زراعي تم توزيعهم من كلية حملمالو بعد تخرجهم بالمجال الزراعي المتعلق بتنمية الخضروات والفواكه.وقالت أن وجود الخبراء الزراعيين بالعدد الكافي يسهم في رفع مستوى الإنتاج الزراعي في المشروع خاصة في الخضروات والفواكه.

أضافت أيضاً بأن أكثر من 150 عامل يعملون في مزارع الخضروات بشكل دائم ،وهم من مديرية عيلا برعد ويتقاضون رواتب معقولة تساعدتهم في تسيير حياتهم المعيشية.كما ذكرت أيضاً وجود عمال موسمين يعملون في المشروع خلال موسمي غرس شتول الخضروات وحصادها.

وفيما يتعلق بتنمية الفواكه في المشروع اوضحت السيدة/ ظقا بأن المشروع إشتهر منذ تأسيسه بزراعة الفواكه ،وبه في الوقت الحاضر أنواع عديدة من اشجار الفواكه التي تشمل البرتقال والمانجو والليمون والبن واليوسفي والأناناس.وأشارت إلى أن مزارع الفواكه في عيلا برعد شهدت استبدال الاشجار القديمة للفواكه التي كان قد مضى على غرسها وقت طويل وتراجع إنتاجها نتيجة ذلك .وأضافت بأن مزارع الفواكه آخذة في التطور أكثر

بأنهم على متابعة مستمرة لمعالجة اي وضع يعيق نمو الخضروات ولاسيما في حال ظهور اي آفات زراعية ،وانهم يمتلكون القدرات والمعدات والأدوية الكافية لمحاربة الآفات . كما أوضحت بأنهم يتبعون عملية تعاقب المحاصيل مع إنتهاء حصاد أي نوع من الخضروات

والمواشي، حيث يقدم منتجاته للمواطنين في الأسواق المحلية بأسعار معقولة وبجودة أفضل.وذكرت بأن المشروع يرسل الخضروات كل ثلاث ايام من الإِسْبوع إلى اسمرا ولديه محلان في عيلا برعد لبيع الخضروات والفواكه على حد سواء.

سليمان محمد سعد
تصوير/صالح عبدالقادر

تجولنا في مشروع عيلا برعد الزراعي خلال رحلة عمل وترفيه نظمتهما أسرة تحرير صحيفة إرتريا الحديثة إلى هناك ، في العاشر من يناير الحالي مناسبة العام الجديد 2026م.وعند وصولنا في ساعات الصباح إلى عيلا برعد تجولنا في مزارع الفواكه والخضروات التابعة للمشروع برفقة أعضاء المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال التي تتولى حالياً إدارة تنمية المشروع الذي يحتوي بالإضافة الى ذلك على أبقار الألبان ومصنع الألبان وكذلك تربية الخنازير والأحصنة .وفي أثناء تجوالنا لمشاهدة كافة أنشطة المشروع وقفنا في الأماكن المزروعة بالخضروات والفواكه وحاورنا خبيرة تنمية الخضروات والفواكه السيدة/ ظقا زراطين التي إنضمت إلى المشروع في عام 2007 بعد تخرجها من كلية حملمالو الزراعية بدرجة الدبلوم في تخصص تنمية للخضروات والفواكه.في هذا العدد من الصحيفة نقدم التوضيحات القيمة التي تفضلت بها السيدة/ ظقا حول زراعة الخضروات والفواكه في المشروع ،آملين أن تعم الفائدة والمعرفة الجميع.

وفيما يتعلق بأنواع الخضروات المزروعة في المشروع ومستوى نموها أوضحت، بأنها تشمل الطماطم والملفوف والجزر والفلفل وأنواع متعددة أخرى. وأشارت إلى أن الخضروات المزروعة في المشروع تنمو بشكل متواصل ومثمر وأنها تساهم في إثراء توفر الإحتياجات من الخضروات في الأسواق. كما ذكرت بأن الخضروات تتم تنميتها في مساحة تبلغ أكثر من سبعة هكتار، وأن هناك خطط لتوسيعها في المستقبل القريب.

وحول العناية الزراعية التي يتبعوها في تنمية الخضروات وحمايتها من الآفات الزراعية ،أوضحت السيدة/ ظقا

ويستخدمون أيضاً السماد الطبيعي المجهز من روث المواشي ومواد طبيعية أخرى للحفاظ على إستمرارية خصوبة التربة وضمان الإنتاج الزراعي الوفير. وأضافت بأنهم يتبعون النظافة والري المنظم لمحاصيل الخضروات ماساعدهم في الوقاية من الآفات الزراعية.

وحول مدى توفر الماء الكافي لري مزارع الخضروات والفواكه بشكل خاص،أشارت إلى توفر جيد للمياه في الخزانات المبنية بشكل متطور ومستوى يحميها من الإمتلاء بالطيني.وذكرت بأن المشروع الزراعي في عيلا برعد ليس لديه مشكلة نقص مياه، لكن لديه قصور في



زراعة وإقتصاد

المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال... جهود حثيثة للإنتقال بالزراعة الى النمط الحديث

الخبرات الفنية والمدخلات الأساسية تقريباً من مصادر محلية.

ومن خلال تقليل الاعتماد على الواردات وخدمات الاستشارات الأجنبية تقلل المؤسسة من الإنفاق الوطني وتُبقي الموارد داخل الاقتصاد المحلي. وإلى جانب خدمة المؤسسات الوطنية، تُفيد المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال عامة الناس من خلال توفير المنتجات الغذائية عبر منافذها الدائمة وشاحنات التوزيع المتنقلة مما يُساعد على استقرار أسعار السوق علاوة على ذلك، تلعب المؤسسة دوراً حيوياً في خلق فرص العمل حيث تُوفر آلاف الوظائف في المناطق الريفية والحضرية من خلال عملياتها الزراعية والتصنيعية والنقلية الواسعة النطاق.

يُدمج هذا النهج متعدد الأوجه أهداف التنمية الوطنية مع الرفاه الاجتماعي مما يُعزز المرونة الاقتصادية على المستويين المؤسسي والمجتمعي وتتجاوز المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال نطاق تأثيرها إلى جانب الإنتاج واسع النطاق، من خلال تقديمها نظام دعم حيوي للمزارعين أصحاب الحيازات الصغيرة وكجزء من مهمتها الأوسع، تقوم المؤسسة بتوزيع بذور مختارة عالية الجودة وتقديم خدمات بيطرية احترافية مجاناً، مما يخفف الأعباء المالية عن المنتجين الريفيين.

كما يتم نشر خبراء المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال مباشرة في المجتمعات الزراعية لتقديم إرشادات عملية ودعم فني، مما يضمن تبني الممارسات الزراعية الحديثة بفعالية على المستوى الشعبي.

يمكن هذا النموذج الداعم المزارعين من زيادة الإنتاجية والدخل مع توفير إمكانية حصول الجمهور الأوسع على منتجات غذائية بأسعار معقولة من خلال تحمل تكاليف الخدمة، تربط المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال أهداف الاكتفاء الذاتي الوطنية بالرفاه الاقتصادي للمزارعين الأفراد.

وقد حقق مشروع حلحلى تقدماً ملحوظاً في تنويع الزراعة حيث تجهز في المشروع مجموعة واسعة من الشتلات، بما في ذلك المانجو والحمضيات والبابايو والرمان وأشجار النخيل، داخل بيت محمي تم إنشاؤه حديثاً وقد جهز المشروع 8000 شجرة أفوكادو، بالإضافة إلى 1000 شتلة أخرى جاهزة للتوزيع في المستقبل وقد دخل أول محصول من الأفوكادو بالفعل إلى السوق، مما ييشر ببداية واعدة للإنتاج التجاري. علاوة على ذلك، غرس ما يقرب من 27000 شجرة بن على سفح تل يُعتبر بالقرب من مشروع حلحلى، وجميعها تنمو بشكل جيد. كما غرس المشروع 500 شجرة زيتون، وهي في حالة جيدة، مما يعكس تنوعاً ناجحاً للمحاصيل. بالإضافة إلى ذلك، تم إدخال تربية النحل كمبادرة تجريبية لتعزيز التلقيح وإنتاج العسل بشكل عام و تُبرز هذه المبادرات مجتمعة نهج المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال لتوسيع الزراعة المستدامة.



الرئيس كيراب أبراهام

للمؤسسة هذه الكليات والمدارس التقنية و المدارس الداخلية والمرافق الصحية التابعة لقوات الدفاع الإرترية ومراكز التدريب على الخدمة الوطنية وغيرها من المؤسسات الحكومية. وإدراكاً لأهميتها للاقتصاد الوطني، تُزود المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال أيضاً شركات التعدين العاملة داخل البلاد بالمنتجات الغذائية ويؤكد إطار الإمداد المتكامل هذا على الدور المحوري للمؤسسة في دعم البرامج الحكومية وتعزيز الأمن الغذائي الوطني.

لا يزال تطوير رأس المال البشري محورياً لنجاح المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال حيث يؤكد الرئيس كيراب أبراهام، المدير العام للمؤسسة الإرترية للمواشي والغلال ، أن الموارد البشرية تشكل أهم أصول المؤسسة، واصفاً القوى العاملة بأنها العمود الفقري للتنمية الزراعية الوطنية ويتجلى ذلك بوضوح في مشروع حلحلى، التي تطور



مشغل مشروع حلحلى الزراعي

من مجرد موقع إنتاج زراعي إلى مركز رائد للتدريب التقني وبناء القدرات و على مر السنين، طورت المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال كوادر من المهنيين ذوي المهارات العالية، الذين اكتسبوا خبراتهم من خلال التجربة العملية وينتشر هؤلاء المهنيون الآن في جميع أنحاء البلاد لتقديم المساعدة التقنية للمزارعين المحليين وللمزيد من تعزيز هذه القدرات، تدعو المؤسسة خبراء دوليين مؤهلين لإجراء برامج تدريبية متخصصة من خلال الجمع بين التعليم النظري المتقدم والخبرة العملية الميدانية والبناء على التعليم الذي توفره الكليات الوطنية، حيث ان المعاهد ومؤسسات التعليم العالي بإرتريا لعبت دوراً كبيراً في تنمية قوة عاملة قوية وكفؤة قادرة على قيادة مستقبل الزراعة في إرتريا مستقبلاً.

لقد مكن هذا التركيز الاستراتيجي على رأس المال البشري المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال من تحقيق مستوى عالٍ من الاكتفاء الذاتي التشغيلي مع توفير جميع

النشاط الزراعي في مشروع حلحلى الزراعي التابع للمؤسسة ومن خلال هذا المورد المائي الحيوي، تواصل المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال تجربة مبادرات مبتكرة وتوسيع المزارع القائمة بما يضمن المرونة والنمو المستدام.

وعن جهود المؤسسة في الانتقال بالزراعة من النمط التقليدي الى النمط الحديث وادخال نظام القيمة المضافة يقول الرئيس كيراب أبراهام ” إلى جانب توفير غذاء آمن وحماية الأراضي الزراعية، يُعدّ توسيع نطاق ممارسات الزراعة الحديثة بين المزارعين المحليين أحد المبادئ الأساسية للمؤسسة الإرترية للمواشي والغلال ، ويشمل ذلك الانتقال من أساليب الزراعة التقليدية - التي غالباً ما تفشل في الاستخدام الأمثل للأراضي والمياه - إلى تقنيات حديثة آمنة وفعالة واقتصادية. كما تُولي الشركة اهتماماً كبيراً لإضافة القيمة، وتحويل المنتجات الزراعية الخام إلى سلع متنوعة ذات قيمة أعلى، بدلاً من بيعها في صورتها غير المُعالجة وتُقدّم القيمة المضافة فوائد اقتصادية وغذائية كبيرة من خلال تحسين جودة المنتج وقدرته على التسويق والأهم من ذلك، تُخفف القيمة المضافة من خسائر ما بعد الحصاد، والتي قد تصل إلى 40% للمنتجات الطازجة، من خلال إطالة مدة صلاحيتها عبر عمليات مثل بسترة الحليب والطحن والتجفيف وإلى جانب المكاسب

المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال، هي واحدة من المؤسسات الرائدة في إرتريا والتي ظلت ولا تزال تلعب دوراً كبيراً في توفير المنتجات الزراعية بأسعار معقولة، فضلاً عن بذل جهود حثيثة للإنتقال بالزراعة من النمط التقليدي الى النمط الحديث. للتعرف على المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال والانشطة التي تنفذها عن قرب كنا قد التقينا بالرئيس كيراب أبراهام مدير المؤسسة فيلإى محتوى الحوار :

محمود عبدالله /أبوكفاح

يقول الرئيس كيراب أبراهام في سياق تعريفه بالمؤسسة والهدف من إنشائها ” الهدف من إنشاء المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال هو توفير منتجات زراعية آمنة وصحية وذات جودة عالية للمواطنين بأسعار مناسبة، وعند الحديث عن المواشي والغلال بإعتبارها من الأحياء ينبغي ان توفر لها المواد التي تحتاج اليها من اغذية وادوية واسمدة وطرق ري وطاقة وغيرها من المدخلات الزراعية ،وبالرغم من التحديات والعوائق التي تواجه البلاد الا ان الدولة ظلت تبذل قصارى جهدها للنهوض بالقطاع الزراعي بشقيه النباتي والحيواني ،وهذا في إعتقادي أمر ليس بالقليل حيث يؤكد ذلك مدى قوة و عزمة الشعب والحكومة .

اضف الى ذلك تهدف المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال الى نقل وإرساء وترسيخ الزراعة الحديثة في اوساط الشعب للحصول على إنتاجية عالية ،وكذا زيادة القيمة المضافة للمنتجات عبر تصنيعها في المصانع التي تديرها المؤسسة.

بالإضافة الى ذلك تحرص المؤسسة على الآنية في توفير المدخلات وكذا تقديم منتجاتها الحيوانية والنباتية، وتعمل من خلال تقديم الأولويات في تنفيذ انشطتها الزراعية ،حيث تأتي السلامة الوطنية في المقدمة ،مع العلم بأن الحكومة ظلت ولا تزال تدعم السلع الإستهلاكية الأساسية وكذا الخدمات الإجتماعية الأخرى للمواطنين وتحرص على وصولها الى الجميع “.

وعن المبادئ التي تعمل عليها المؤسسة يقول الرئيس كيراب أبراهام ” تعمل المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال وفقاً لمبادئ تنموية أساسية تتمحور حول ضمان توفير منتجات آمنة وعالية الجودة للجمهور، مع تحقيق الأمن الغذائي الوطني المستدام، ولتحقيق هذه الغاية، فإن المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال تسعى لتسخير الإمكانيات الزراعية لإرتريا من خلال ممارسات حديثة وفعالة، تشمل توسيع الأراضي المروية، وإدخال بذور عالية الجودة، وتعزيز ميكنة المزارع، ودعم الخدمات البيطرية، وتنمية الموارد البشرية الماهرة وتركز جهود

السماذ العضوي، كسماذ عضوي يُخصب التربة بشكل طبيعي كما يقلل هذا النهج من الاعتماد على الأسمدة الكيماوية، التي غالباً ما تكون مكلفة و ضارة بالبيئة على المدى الطويل، مع تعزيز صحة التربة على المدى الطويل. كما يضمن استخدام الأسمدة العضوية منتجات أكثر أماناً للاستهلاك البشري والحيواني، ويدعم الصحة العامة ومعايير الزراعة العضوية بالإضافة إلى ذلك، فإن الاستخدام الاستراتيجي لسد مسلام في مديرية دياروا قد عزز بشكل كبير تطوير



حظائر تربية أبقار الألبان

المالية المباشرة، تُساهم هذه الممارسات في استقرار تقلبات الدخل الموسمية، وتُتيح الوصول إلى الأسواق المحلية والدولية و بالنسبة للمستهلكين، تُعزز المنتجات ذات القيمة المضافة الأمن الغذائي من خلال ضمان توافرها على مدار العام وتحسين جودتها الغذائية عبر تحسين حفظها وتدعيمها وعلى الرغم من التحديات الوطنية ومحدودية الموارد، تظل المؤسسة الإرترية للمواشي والغلال ثابتة في مهمتها بصفتها المورد الرئيسي للمنتجات الغذائية الأساسية في البلاد.

وبخصوص الجهات المستفيدة من منتجات المؤسسة يقول الرئيس كيراب” من خلال تحديد الأولويات الاستراتيجية، تضمن المؤسسة حصول المؤسسات الوطنية الرئيسية - بما في ذلك المؤسسات التعليمية ووزارة الدفاع والصناعات الاقتصادية الحيوية - على إمدادات غذائية ثابتة وموثوقة.

حيث تدعم شبكات التوزيع التابعة

قراءنا الكرام

نقدم لكم صفحة واحة الطفل . بعد غياب في ثوب جديد وقد تنوعت فيها كل ألوان المعلومات والطرائف والحكاوي ، وركن قصص مصورة، والألغاز وغيره من أنواع الترفيه التي تجذب المهتمين كل في مجاله آمليين متابعتكم المستمرة وتقديم ملاحظاتهم ومقترحاتكم بما يساهم في تطوير الصفحة من حيث المحتوى والتصميم . بإرسال رسالة على صندوق بريد الصفحة : ص-ب 247 .

واحة الطفل

إعداد هاجر حامد

مديرة روضة اوكام السيدة/ سارا فسهايي على اولياء الأمور ان ينتبهوا الى مايشاهده ابنائهم في المنزل على اجهزتهم الإلكترونية...

دخول الطفل الى الروضة هي اسعد ايام والدين لانه يعنى ان ذاك المخلوق الصغير الذي كان يحبو ويضحك اصبح تلميذاً سيبدأ بالالتزم بالقوانين واللوائح التي تضعها الروضة والتي لم يعرفها في حياته القصيرة المليئة بالصخب والضوضاء. والتعامل مع مثل هؤلاء الاطفال ومحاولة توجيههم وتعريفهم بالمعرفة والعلم بأسلوب شيق ومحبب يحتاج الى تفاني وخبرة وحس لهذه المهنة التي تضع الأساس المهم لمسيرة طويلة في المستقبل، وإذا أضيف الى هذه العوامل السابق ذكرها وجود إدارة ناجحة فستكون هي الأدوات الضرورية لتمييز هذا الصرح. أجرينا حوار مع مديرة روضة اوكام الكاتبة بجوار مدرسة ساليبا بحي قزباندا طليان ،وهي السيدة/ سارا فسهايي والتي عملت في مجال رياض الأطفال مايقارب الست سنوات حيث بدأت مجالها كمعلمة في روضة "إيدال" وحالياً تعمل كمديرة روضة اوكام ، لتخبرنا عن كيفية ادارتها للأطفال والمعلمات وكيفية ايجادها حلول في حال مواجهة احدى المعلمات اي مشكلة اثناء تعليمها الاطفال،بالإضافة الى كيفية تواصلها مع اولياء امور التلاميذ.اعزائنا القراء ننقلكم إلى مضابط الحوار:-

حوار/ هاجر حامد الجزء الأول

كيف تديرون الأطفال وبالأخص المعلمات في
كيفية ادارتهن للطلاب؟

جميع المعلمات الذي يعملن هنا في الروضة هن من افضل المعلمات ولديهن خبرة في مجال تدريس رياض الأطفال. وان تكون معلمة روضة أطفال فهذا يعنى انها بمثابة أم لهؤلاء الأطفال وتعرف كيفية التعامل معهم ولأن لديهن خبرة فليست لدينا أي مشكلة فيما يتعلق بإدارتهن. وبالنسبة لأولياء الامور، لدينا يوم مخصص ليجتمعوا بالمعلمين وهو يوم الخميس من كل اسبوع لمناقشة اوضاع ابنائهم الدراسية وسلوكهم وغيره.

ماذا ان واجهت إحدى المعلمات مشكلة مع
التلاميذ كيف تساعدونها لحل تلك المشكلة؟

الطفل هو طفل ليس شخصاً بالغاً لذلك من المعروف انه قد تواجه المعلمات اي مشكلة في التعامل معه، لكن ولأنها ستحفظ طبعه وسلوكه عن قرب في الفصل فهذا يساعدنا في معرفة المشكلة فور حدوثها.على سبيل المثال هناك

أطفال عندما يبدأون يومهم الأول في الروضة يكونون في غاية الحماس ولكن مع مرور بعض الوقت نلاحظ عليهم نوعاً من التباطؤ والفتور عندها نتواصل مع اولياء الأمور لنجد حلاً لتلك المشكلة، لأن الطفل يحمل معه سلوكه من المنزل الى المدرسة. واذا كانت هناك مشاكل في اسلوب تعامل المعلمة مع التلاميذ وان لم يحدث هذا كثيراً فاننا نعقد اجتماعاً معهم وتبحث في المشكلة ونوجد لها حلاً.



مديرة روضة اوكام الأستاذة/ سارا فسهايي

هل هناك ماتودين قوله لأولياء الامور سواء في
تعاملهم مع ابنائهم في البيت والذي بدوره يمكنه
مساعدتهم هنا في الروضة؟

على اولياء الامور اعطاء ابنائهم الوقت الكافي
وخاصة في مرحلتهم العمرية هذه، لان التعامل

مع الاطفال يحتاج الى الصبر
والاهتمام ويحتاجون

الى من يستمع
اليهم، وغالباً

الأم هي
من تتولى

مسؤولية
الأطفال في المنزل،

ولذلك على الاب ان
يفهم أن مسؤولية الأبناء لا تقع على

عاتق الأم فقط بل يجب يقوم بدوره كأب ويساهم
في تحمل عبء مسؤولية وتربية الأبناء إلى جانب

الأم، عبر إعطائه الوقت الكافي للإستماع اليه. وكون
هذا الجيل هو جيل عصر التكنولوجيا، فعلى اولياء

الأمر ان ينتبهوا الى مايشاهده ابنائهم في المنزل
على اجهزتهم الإلكترونية، لا اقول ان يمنعهم عن

استخدام الأجهزة الإلكترونية كون هذا عصرهم، بل
متابعة مايشاهدونه من محتويات في هذه الأجهزة،

والانتباه الشديد في هذا الامر
لأهميته. عندما ينجب الآباء

الابناء يجب عليهم ان يولوهم
الأهتمام الذي يحتاجونه، وهناك

بعض اولياء الامور الذين اود ان
اوجه لهم شكري على اهتمامهم

بأبنائهم ومتابعتهم ونزولهم الى
مستوى أبنائهم، وأنصح باقي

الآباء أن يحتذو بهم.



قصص ميكى المصورة الثلاثي المتماثل (الجزء الثالث)



- ما هو الشي الذي في رأسه
سبع فتحات؟

- من هي بنت خال بنت والدك؟

- ما الذي يوقف سقوط الشعر؟

- مصنوع من الحديد والكل
بحكمه راضي؟

حل اللغز في العدد القادم

- الماء

- جزر لانجرهانز.. في

البنكرياس

- جرح الشعور

- الخبز

الغاز

حل

لغز

العدد

الفات





الثروة البحرية

ترجمة/محمود إدريس سليم
إعداد/تسفامريام أرفي

على الرغم من امتلاك المحيطات والبحار موارد طبيعية وبيئة نظيفة، إلا أننا نشاهد ونسمع مع تطور الأنشطة البشرية تناقص هذه الموارد باستمرار وتلوث البيئة. لا شك أن التقدم التكنولوجي قد سهّل حياة الإنسان بشكل كبير، لكن الآثار السلبية للاستغلال غير المستدام للثروات البحرية والتلوث البيئي تتزايد ويُعد التلوث بالنفط أو الوقود من أكثر أسباب التلوث شيوعاً في البحار والمحيطات.

يُقصد بتلوث البحر بالنفط أوالوقود تصريف أو تسرب النفط أو الوقود السائل إلى البيئة البحرية نتيجة للأنشطة البشرية. وتختلف هذه الملوثات اختلافاً كبيراً في تركيبها ونوعها، بدءاً من النفط الخام عالي الإنتاجية وصولاً إلى أنواع الوقود الخفيف المكرر مثل البنزين والديزل، فضلاً عن رذاذ النفط الناتج أثناء رحلات السفن وغيرها.

يحدث التلوث النفطي من مصادر متعددة، لكن أهمها ناقلات النفط الخطرة، والمياه الملوثة بالنفط المتسربة من السفن، والمياه الموجودة في خزانات النفط، وحقول النفط البحرية، والأنهار التي تصب في البحر، والمصانع والمنشآت البحرية مثل محطات توليد الطاقة ومرافق تخزين النفط، بالإضافة إلى النفط المتسرب طبيعياً إلى البحر من الصخور تحت سطح البحر. ونجد الكثير من النفط في البحر نتيجة أخطاء بشرية، أو كوارث طبيعية، أو مشاكل فنية، أو إلقاء متعمد للنفايات وتشير دراسات مختلفة إلى أن من 30 إلى 50% من التلوث النفطي ينتج بشكل مباشر أو غير مباشر عن أخطاء بشرية، بينما ينتج

تلوث البحر بالنفط والوقود

بالصحة العامة نتيجة تلوث الهواء. وقد أودت هذه الحوادث بحياة العديد من الأشخاص في أنحاء متفرقة من العالم. فعلى سبيل المثال، في عام 2010، تسبب تسرب نفطي في مقتل 11 شخصاً وإصابة 17 آخرين بجروح خطيرة في حريق اندلع في حقل نفطي قبالة سواحل الولايات المتحدة.

كما تُهدد التسربات النفطية بتلويث مياه الشرب النظيفة، ففي عام 2013، تلوثت مياه الشرب لأكثر من 300 ألف شخص في ماليزيا، بينما تلوثت مياه الشرب لأكثر من 80 ألف شخص في الإكوادور، مما أدى إلى نقص حاد في مياه الشرب. وتجدر الإشارة إلى أن هذه الظاهرة قد لا تقتصر على البحر، بل قد تنشأ أيضاً من خزانات النفط البرية، وتنتقل عبر الأنهار

20 إلى 40% منه عن أضرار في الممتلكات أو المعدات.

يُشكل ما بين 40 و50% من النفط المتسرب إلى البحر صخوراً متسربة طبيعياً، ويُقدر حجمها بنحو 600 ألف طن سنوياً على مستوى العالم. ورغم هذه الكمية الكبيرة من النفط المتسرب من مصادر طبيعية، فإن تأثيره البيئي ليس مقلقاً، إذ تعالجه البيئة عبر عمليات طبيعية ومن هذه العمليات وجود أعداد كبيرة من البكتيريا التي تتغذى على النفط في هذه البيئة، والتي تتغذى على النفط وتُجفّفه مبكراً، فلا يُؤثر على البيئة.

إضافةً إلى ذلك، تُعرف السفن المستخدمة لأغراض أخرى، كالشحن والحرب والصيد والرحلات البحرية، بأنها مصادر للتلوث النفطي خلال أنشطتها اليومية أو في حالات الطوارئ. وأفادت دراسة أجريت عام 2006 أن 21% من الملوثات النفطية المنبعثة من السفن في البحر تنتج عن أنشطتها اليومية، وهو رقم أقل بنسبة 50% مما كان عليه في عام 1990، ولكنه لا يزال يُعدّ إهمالاً يُخالف القانون الدولي ورغم أن كمية النفط المنبعثة بهذه الطريقة قد تبدو كبيرة، إلا أنها لا تُحدث أثراً بيئياً بالغاً لأنها تختلط بالماء وتتشتت بسهولة نظراً للتخلص منها بكميات صغيرة من السفينة. ومثّل هذه الكمية ما بين 8 و13% من حالات التسرب النفطي في البحر الناجمة عن حوادث ناقلات النفط.

على الرغم من أن تأثير التلوث النفطي في البحر يتأثر بمحتواه وكميته والبيئة والظروف البحرية، إلا أنه يُسبب أضراراً اجتماعية واقتصادية وصحية وبيئية جسيمة للحياة البحرية. على سبيل المثال: التأثير على الإنسان: غالباً ما تتسبب تسربات النفط في حرائق، لا تُعرض حياة الناس وممتلكاتهم للخطر فحسب، بل تلحق أيضاً أضراراً بالغة

جزور أشجار الشورى مغطاة بالزيوت والوقود



كما قد تلجأ إلى تناول الأعشاب البحرية وأشجار الشورا المغطاة بالنفط. كيف تتم معالجة التلوث النفطي في حال انسكابه في البحر؟ تُعدّ معالجة هذه الظاهرة بالغة الصعوبة وتتطلب تكاليف باهظة وتقنيات متطورة وجهوداً بشرية كبيرة، لذا يُفضّل الوقاية منها مبكراً بدلاً من معالجتها بعد وقوعها. مع ذلك، يمكن ذكر بعض الطرق الشائعة لتنظيف التلوث النفطي، نظراً لشيوع هذه الظاهرة في الأنشطة البشرية اليومية تتأثر جودة التلوث النفطي/الوقودي بعوامل مختلفة، مثل نوع النفط وكميته، ودرجة حرارة البحر، وحالة البحر (الأمواج/الرياح)، وأنواع الشواطئ، وغيرها.

1. المعالجة الحيوية: تتضمن هذه الطريقة إنتاج كميات كبيرة من البكتيريا المُتغذية على النفط في المختبر، ثم رشها في الموقع.
2. إيقاف انتشار النفط قبل أن يتشتت، وحرق النفط/الوقود إذا كانت المنطقة آمنة، مع مراعاة اتجاه الرياح.
3. يُرش مُشتت النفط على النفط المنسكب، مما يؤدي إلى تكتله وغرقه في البحر لهذه العملية آثار جانبية، وتتطلب حذراً تقتل هذه المادة الكيميائية بيض الحيوانات البحرية الصغيرة، وإذا لامس النفط الأعشاب البحرية، فلا يُنصح باستخدامها بكميات كبيرة شديداً
4. تُعد المراقبة دون تدخل في المناطق الحساسة خياراً آخر.

يُعدّ البحر الأحمر من أهم المناطق الملاحية وأكثرها ازدحاماً في العالم، وهو مُعرّض للتلوث الزيتي والنفطي. ولمكافحة هذه المشكلة، من الضروري أن تتخذ جميع الدول المطلة على البحر الأحمر، بما فيها إريتريا، إجراءات استباقية مكثفة وأن تتعاون فيما بينها لمنع التلوث البحري كما يُعدّ من المهم إبلاغ السلطات الحكومية المختصة فوراً بأيّ تسرب نفطي أو زيتي في البحر الأحمر الإرتري .

نفوق الحيوانات مباشرةً، مثل الطيور البحرية التي تموت بعد تلطخها بالنفط المتسرب لصعوبة تنظيم درجة حرارة أجسامها، كما أن تلطخ أجنتها بالنفط يجعلها فريسة سهلة، فيموت عدد كبير من الطيور سنوياً بسبب هذه الحوادث في مختلف أنحاء العالم، وهي

موت السرطانات البحرية نتيجة التلوث الزيتي



حتى الآن نادرة على ساحل البحر الأحمر في إريتريا. عندما تدفع الأمواج النفط المتسرب ويستقر على الشاطئ بين الرمال والأعشاب البحرية وأشجار الشورا أي المنغروف والصخور، تصبح العديد من اللاقاريات البحرية فريسة سهلة. هذه الظاهرة شائعة، حيث يهاجم النفط/الوقود هذه الحيوانات بسهولة، وخاصة تلك التي لا تتحرك وتتشبث بالصخور أو الأعشاب وأشجار الشورا. تحدث هذه الظاهرة في أي مكان في العالم، وفي بلدنا أيضاً، تُعتبر بعض الحيوانات ضحايا لتسربات النفط.

إن حقيقة تسبب النفط/الوقود في أضرار جسيمة للحيوانات تجعله ساماً أيضاً للحيوانات التي تتناوله مع طعامها. ورغم أنه لم يُعرف بعد مقدار النفط الذي يُحدث هذا التأثير، إلا أنه يُسبب مشاكل في الكبد والكلى والجهاز الهضمي للطيور أو الثدييات البحرية الأخرى التي تتغذى عليه. إضافةً إلى ذلك، قد تُصاب الحيوانات المغمورة بالنفط بالعمى.

إلى البحر أو البحيرات والسدود.

يمكن أن يتسبب التلوث النفطي/الوقود في اضطرابات اقتصادية كبيرة تتجاوز تأثيره المباشر على حياة الإنسان. فعلى سبيل المثال، لا يمكن ممارسة أنشطة الصيد في المناطق الملوثة، مما يؤثر بشكل مباشر على الصيادين اقتصادياً وعلى دخل الدولة. كما أن للتلوث النفطي تأثيراً كبيراً على الأنشطة السياحية، إذ ينتشر في جميع أنحاء البحر ويصل في النهاية إلى الشواطئ

الأثر البيئي: عندما يتسرب النفط إلى البحر، فإنه يُحدث أثراً بالغاً على الحياة البحرية من حيث تركيبه الفيزيائي والكيميائي. بعض التسربات النفطية تكون شديدة لدرجة أنها تطفو على سطح البحر، فيؤدي إلى

مركب تم إخراجها بسلام حتى لا تلوث البحر



صفحات من التاريخ



المناضل أفورقي برهي ، دراماتيكية التحول من راعي إلى حاصل على درجة الماجستير

شمندي عقبا مكنيل
ترجمة وإعداد / محمد عمر ناير
الجزء الثلاثون

عندما كانت وحدتنا الصحية التابعة للواء الرابع في منطقة سلمونا ، ظلت تقدم خدمات إضافية إلى عدد من المقاتلين الجرحى والمرضى ، التابعين لجبهة تحرير تجراي . وفي هذه الصدد ، تعود بي الذاكرة إلى أحد أفراد التنظيم المشار إليه يدعى قعوش ، الذي كان قد تعرض لإصاباتٍ إحداهما في ساق قدمه اليمنى ، والأخرى في الجهاز البولي . كانت حالة إصابته خطيرة إلى درجة أنه كان على وشك أن يفارق الحياة ، جراء إحتباس كميات كبيرة من البول في مسالكه البولية ، وحدث تورم في قنوات مجرى البول ، إلا أنه بعد وصوله إلى العيادة أجريت له عملية إسعافات أولية عل نحو عاجل بجانب خضوعه لعملية قسطرة تنفس على إثرها الصعداء ، حيث بدأ البول ينساب بشكل شبه عادي ، وقد فاقم حالة الجرح وصوله إلى العيادة بعد مضي إسبوعين من تاريخ إصابته . ذلك لإنعدام وسيلة مواصلات سريعة ، من شأنها نقله للوحدة الصحية لتلقي العلاج في الوقت المناسب ، فقد قدم إلينا ، محمولا تارة على اكتاف المقاتلين بواسطة نقالة ، وتارة أخرى على ظهور الدواب ، وذلك لجُعد المسافة ووعورة الطريق المؤدي إلى النقطة الصحية . وبعد فترة علاج قضاها تحت إشراف ورقابة أفراد الوحدة الصحية لمدة إسبوع ، إستعاد وعيه ، ذلك أنه كان في حالة غيبوبة تامة لدى قدومه إلى العيادة ، كما إلتأم جرحه وتحسن وضعه الصحي ، عندها قال بلهجة تجراوية : ” الآن أبدوا وكأني ولدتُ من جديد ” . لم تكن تلك نهاية المطاف لحالته الإستشفائية ، بل تم تحويله إلى المستشفى المركزي لمواصلة علاجه . كانت الجبهة الشعبية لتحرير إرتريا ، قد نقلت آنذاك غالبية وحداتها العسكرية ومكاتب أقسامها التنظيمية وبقية الأجهزة التابعة لتلك الأقسام إلى منطقة الساحل .

يُذكر أن أجهزة إعلام العدو وأبواقه الدعاوية في ذلك الوقت ، قد وظفت تلك التطورات لإقناع الرأي العام المحلي والعالمي ، بأنه قد آن الأوان للقضاء على الجبهة الشعبية لتحرير إرتريا بشكل خاص والثورة الإرترية على وجه العموم ، حيث من السهولة بمكان محاصرتها وفرض الخناق عليها في ذلك الشريط الضيق بهضاب منطقة الساحل . ومن ثم الإجهاز على بقية قواها المُثقلة والمنهكة بالمتاعب ، والقضاء عليها مرة وإلى الأبد ، ليتم تسجيل إسمها في مدونة القضايا الخاسرة . هذا هو ديدن الأنظمة التي تعاقبت على الحكم في إثيوبيا في عديها الإمبراطوري الإقطاعي التوسعي والعسكري والمتعطر الذي يتسم بضاحلة أفق البعدين الفكري والسياسي .

وفي سياق المحافظة على معنويات جماهير شعبنا من جهة ، ودحض ترهات العدو وأكاذيبه ، والدفع به باتجاه تغيير لهجته ، عمدت الجبهة الشعبية لتحرير إرتريا ، على تنفيذ عمليات عسكرية ناجحة في فيما وراء خطوطها الخلفية . وفي هذا الإطار ، عاد لوائنا في العام 1979 م ، إلى



أسرى جيش العدو في معارك ذُقب وعدي حوشا 100 أسير . لم نقضي نهائياً أو ليلية في بلدة ذُقب ، بل عبرنا باتجاهه منطقة سحرتي ، حيث تم توزيع وحداتنا على عدد من القرى والبلدات ، أذكر منها على سبيل المثال : قابر درغتو ، عدي عادا و كودافلاس . وفي إطار مبادرة من قبل التنظيم في إظهار حسنة النية ، ومراعاة للجوانب الإنسانية المتعلقة بالأسرى وعائلاتهم ، أطلق سراح أولئك الأسرى ، حيث كُلفت بعض الوحدات بمرافقتهم حتى لحظة عبورهم نهر مرب باتجاه إقليم تجراي ، ولما تلقت قوات العدو في مدينة مندفرا من مصادر عليمة وثيقة الصلة بها ، وتُحظى لديها بالإحترام والمصادقية هذا الخبر ، أعلنت حالة التأهب والإستنفار والجاهزية القصوى ، خشية من مغبة وقوع هجوم محتمل ، يمكن أن تشنه عليها قواتنا في أي لحظة . وفي الوقت الذي وصلت فيه بعض عناصر وحداتنا إلى القرى والبلدات الواقعة في الناحية الجنوبية الشرقية لمدينة مندفرا ، قدمنا خدمات صحية وعلاجية لجرحانا ، من قبيل الإسعافات الأولية ، متمثلة في نظافة وتعقيم وتضميد الجروح ، والتعامل مع حالات الكسور عبر إجرا العمليات الجراحية وبقية أشكال الإصابات الأخرى في مختلف أجزاء الجسم .

بعد ذلك تولينا مهمة حمل الاسلحة والعتاد والأجهزة والمعدات الطبية ، والأدوية والمستلزمات الصيدلانية والإسعافية على ظهور الجمال والبغال ، ومن ثم قطعنا الطريق الرئيسي بين مدينتي مندفرا وعدو خالا إلى الجهة الغربية . في



بل والفرار باتجاه عدي حوشا ، لتجد نفسها على حين غرة بين فكي كمين ، نصبه المقاتلون بإحكام في تخوم عدي حوشا . وقد كانت محصلة الهجومين التوأمين وقوع أفراد قوات الدرق بين قتيل وأسير وهارب . وبما أن الوقت كان ليلاً ، لم تستطع قوات الدرق المتخذة خلف دفاعاتها في عدي حوشا من التحرك ، لمساندة رديفتها التي تم سحقها في أطراف البلدة ، رغم سماعها بوضوح دوي صدى الأسلحة التي أستخدمت في تلك المعركة . وقد بلغ عدد

أنه لم تكن هناك نية لدى قوات الدرق أو مشروع خطة مسبقة للتحول غربا ، إلا أنه على إثر تعرض بعض مواقع وحداته العسكرية في كل من بلدي عزرا وعدي براخ للهجوم من قبل قواتنا ، دفع بحشود وأرتال من الوحدات العسكرية المقاتلة ، من أجل تعزيز موقف بقية قواته في المواقع التي تمت الإشارة إليها .

وبينما كان جيش الدرق يتقدم غربا وقع في حصار من قبل قواتنا ، إلا أن الهجوم المدفعي ” بالماشقا ” الذي إستهدفت به جبهة التحرير الإرترية مواقعنا في عزرا ، إنطلاقاً من إراتكازاتها في الناحية الغربية لبلدة عدي براخ ، قد أجبر وحداتنا لفك ذلك الحصار . وهكذا أفلت جيش العدو من طوق الحصار المذكور ، وقد كانت تلك بمثابة سانحة مكنت العدو من إتقاط انفاسه والشعور بالأمان ، بعد أن كان منخرطاً في حسابات المقارنة بين كُلفتي المواجهة والإستسلام . في تلك الآونة ، كانت وحدة الجراحة التابعة للتنظيم ، والتي كان على رأسها المناضل كحساى ، تقوم بأنشطة صحية وعلاجية في مجال العمليات الجراحية ، لبعض المصابين من ذوي الحالات التي تطلبت تدخلا جراحيا عاجلا . وفي خواتيم معركة براخي ، كان لزاما علينا أن نتحرك ناحية المحور الشرقي لمدينة مندفرا ، وقد كان العدو وقت ذاك في وضعية سباق محموم مع الزمن ، لقطع طريق مندفرا - عدو خالا ، ولذلك ، كان من الأهمية بمكان عبور قواتنا إلى الناحية الشرقية لطريق الاسفلت قبل ان يسيطر عليه جيش العدو . وبالفعل كان لوحداثا ما أرادت ، فقد تسنى لها عبور الطريق إلى الدفة الأخرى قبل أن يكون هناك أي تواجد لقوات الدرق في تلك الناحية ، وفي هذا الصدد ، إتجهت بعض تشكيلاتنا بشكل عاجل إلى وجهتها الجديدة ، قبل أن يفيق بعض الجرحى الذين كانت قد أجريت لهم عمليات

جراحية من تأثير حالات التخدير ، وما ادل على ذلك من تقدير خطورة الموقف في حال تمكن العدو من الوصول إلى بلدات قابر درغتو وعدي عادا ، و قطع الطريق أمام قواتنا التي كانت تتجه إلى ناحيته الشرقية . عندما شاهد سكان بلدة براخ عدد من جثث قتلى جيش الدرق في ضواحي البلدة ، إعتبروا ذلك بمثابة أخذ الثأر لشهائهم ، الذين قتلهم العدو بدم بارد لمجرد الإشتباه بأن لهم علاقة مع الثورة ، فقد قال بعضهم في هذا المنوال : ” إعتاد جيش الدرق على التنكيل بالمواطنين والزح بهم في سجونهم سيئة الصيت ، وقتلهم لأنفه الأسباب ، ولم يحدث ان تعرض لمثل هذه المشاهد منذ فترة طويلة ” .

كان أفراد وحداتنا قد تعرضوا للإغواء والإرهاق نتيجة مشاركتهم في العديد من العمليات العسكرية المتتالية ، عطفاً على الترحال والتنقل من مكان إلى آخر ، وفق ضرورات ومقتضيات الأوضاع العسكرية والأمنية ، ولذلك كان قادة القطاعات العسكرية يصدرن أوامر وتعليمات على أن يتفقد المقاتلون زملائهم ، وأن يُجري رؤساء المجموعات والوحدات والكتائب عمليات تمام من حين لآخر ، خشية أن يغدر النعاس ببعضهم ، ويتخلفوا عن الركب عند تحرك القوات من موقع إلى

آخر . عملية قوقاي : كان العدو في ذلك الوقت يستعد لخوض معارك الحملة الخامسة ، وبما أن إقليم الساحل كان ساحة المواجهة العسكرية ، كان على سلطات العدو العسكرية والأمنية أن توجه أعداد ضخمة من القطاعات العسكرية تجاه تلك المنطقة . وفي المقابل ، تمثلت إستراتيجية الجبهة الشعبية لتحرير إرتريا في إستنزاف العدو وهو في طريقه إلى الساحل ، من خلال شن عمليات عسكرية نوعية على قواته ، وتكبيدها خسائر كبيرة في الأرواح والعتاد ، طوال مسيرة رحلتها الطويلة إلى هناك ، بحيث تصل إلى وجهتها إذا قُدر لها ذلك ، وهي منهكة ومثقلة بالهزائم ، مما من شأنه أن يُصعب بل ويعقد مهمتها في تحقيق أهداف ذات جدوى من شأنها تلبية طموحاتها وتحقيق اهدافها . وفي سياق تلك المهمة ، كانت وحدات لوائنا ترابط في منطقة قوقاي . تجدر الإشارة إلى أنه كانت لدينا وحدات اجهزة إتصال في منطقة عقمبوسا ، لما تمثله قمة جبالها من



موقع إستراتيجي هام ، حيث كان تتم من خلاله عمليات رصد ومراقبة تحركات العدو ، عبر خط مسحليتي ، حملماو ، طباب ووادي عنسبا . كانت عمليات قوقاي تتطلب قدرا عاليا من الصبر والجلد ، ذلك ان العدو كان على علم مسبق ، بأن الطريق نحو الساحل سيكون محفوف بجملة من المخاطر والمهددات ، وأن هناك ثمة عوائق ومتاريس ستعترض طريقه ، ولذلك ، لم تكن تحركاته تتسم بالعفوية والعشوائية ، بل إتخذ من مقومات الحيلة والحذر ما يلزم .

وفي هذا الإطار ، كان لوحداث سلاح الإشارة في قمة جبل عقم بوسا أدوار مقدرة في مدنا بالمعلومات الخاصة بتحركات العدو في وقت مبكر ، تمكنا من إتخاذ بعض الخطوات الإحترازية والوقائية ، قبل وصول قوات العدو إلى منطقة قوقاي . منها : مغادرة مخابئنا في الوادي ، والإتجاه نحو المواقع الدفاعية في قمم التلال الواقعة على جانبيه . وهكذا إستمر بنا الحال لمدة إسبوع ، ونحن متحصنين خلف دفاعاتنا ، إنتظاراً لإكتمال لحظة الحقيقة ، وهي مرور قوات الدرق من أمام دفاعاتنا ، لتُصبح هدفا مشروعاً ومتاحاً أمام مرمى أسلحتنا .

لماذا نصاب بارتعاش اليدين بعد الاكثار من القهوة؟



يؤثر على عقلك ، وغالبًا ما يشار إلى الكافيين على أنه عقار ذو تأثير نفسي. ويوجد الكافيين بشكل طبيعي في البذور أو المكسرات أو أوراق بعض النباتات، ثم يتم حصاد هذه المصادر الطبيعية ومعالجتها لإنتاج الأطعمة والمشروبات التي تحتوي على الكافيين. أحد الطرق للتخلص من آثار الكافيين في الجسم يكون بتناول كميات كبيرة من الماء، وهي مهمة أيضاً للتخلص من السموم، والبقاء رطباً طوال اليوم، وقد وجد من التجارب القصصية أن الماء يقلل من التوتر الناتج عن الكافيين، وبعد الكافيين مدر للبول؛ وبالتالي يزيد الإفراط في تناوله من خطر الإصابة بالجفاف.



الأدينوزين ، وهو ناقل عصبي يريح الدماغ ويجعلك تشعر بالتعب . وعادةً ما تتراكم مستويات الأدينوزين على مدار اليوم ، مما يجعلك أكثر إرهاقاً وتسبباً في الرغبة في النوم. هذا المزيج يحفز الدماغ بشكل أكبر ويعزز حالة اليقظة والتركيز. نظرًا لأنه

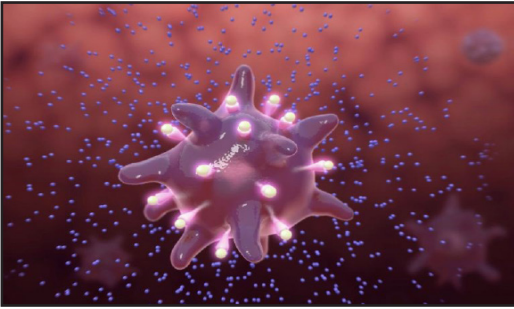
ساعات للتخلص تمامًا من الكافيين، وبالتالي يفضل تجنب تناوله قبل النوم بفترة تتراوح من 6 إلى 8 ساعات. وبمجرد تناول الكافيين ، يقوم الجسم بامتصاصه عن طريق الأمعاء إلى مجرى الدم، ومن هناك ، ينتقل إلى الكبد ويتم تقسيمه إلى مركبات يمكن أن تؤثر على وظائف الأعضاء المختلفة. ومع ذلك ، فإن التأثير الرئيسي للكافيين يكون على الدماغ. ويعمل الكافيين على منع تأثيرات

كما يدخل الكافيين في تركيبة بعض الأدوية، مثل مسكنات الصداع، والشقيقة، وأدوية علاج الحساسية والركام. يؤثر تناول القهوة بشكل كبير في نشاط الجهاز العصبي المركزي ويؤدي إلى الإصابة بالارتجاف والرعشة في اليدين. وتستمر تأثيرات الكافيين في الجسم لعدة ساعات، وتظهر التأثيرات التحفيزية بعد تناول الكافيين خلال 45 دقيقة، وتستمر لمدة تتراوح من 3 إلى 5 ساعات، ومن الجدير بالذكر أن الجسم قد يستغرق مدة تصل إلى 10

حواء سليمان عبد القادر

الكافيين هو محفز عصبي يستخدم كدواء طبي ومنبه منذ آلاف السنين عن طريق استهلاك نباتات البن والشاي لكن تم اكتشاف الكافيين وعزله كمادة كيميائية نقية من قبل طبيب شاب المالني يدعى فريدليب رونج في 1819. يوجد الكافيين بشكل طبيعي في بعض الأطعمة والمشروبات، مثل القهوة والشاي، والتي نتناولها لتقليل الشعور بالتعب والتعبس وزيادة اليقظة،

فرامل "طبيعية" داخل أجسامنا.. اكتشاف قد يغير التعامل مع آلام التهابات المزمّة



ويأمل الباحثون أن تؤدي هذه النتائج -بعد دراسات أوسع- إلى تطوير علاجات أكثر أماناً لمرضى القلب والمفاصل وغيرهم من المصابين بالتهابات المزمّة، بعيداً عن الآثار الجانبية للمسكنات التقليدية التي قد ترهق المعدة أو تضعف المناعة.

المتطوعين الذين ارتفعت لديهم مستويات هذه الجزيئات شعروا بتلاشي الألم بوتيرة أسرع، وانخفضت لديهم الخلايا المسببة للالتهاب، بينما ظل نظامهم المناعي في حالة تأهب طبيعية. ورغم أن هذه النتائج ما تزال أولية وتعتمد على تجارب محدودة على متطوعين أصحاء، فإنها تعزز فكرة أن الجسم يملك آليات داخلية دقيقة لتنظيم الالتهاب يمكن الاستفادة منها طبيًا. يفتح هذا الاكتشاف الباب أمام جيل جديد من الأدوية التي لا تكتفي بتسكين الألم، بل تستفيد من آليات الجسم الطبيعية لإنهاء "معاركه الداخلية" بذكاء.

الوحيدة الوسيطة"، وتغذي استمرار الالتهاب وتسهم في تحوله إلى حالة مزمنة. الدراسة التي نشرتها دورية "نيتشر كومونيكيشنز" كشفت عن وجود جزيئات دهنية صغيرة تسمى "إيبوكسي أوكسيليبيين تعمل بمثابة "صافرة النهاية" للجهاز المناعي والالتهاب أن هذه الآلية الطبيعية -بخلاف كثير من الأدوية المستخدمة حالياً- تخفف الألم والالتهاب الضار وتبقي على قدرة الجسم على محاربة الجراثيم، إذ تظل مظاهر الالتهاب الطبيعي المفيد -كالاחרار والتورم الموضعي- قائمة. لم يكتفِ العلماء بالتجارب المخبرية، بل طبقوا الدراسة على متطوعين أصحاء وأظهرت النتائج أن



نجح علماء بريطانيون في تحديد "مكبج طبيعي" يستخدمه الجسم لإيقاف الالتهابات الضارة وتسكين الألم دون المساس بقوة الجهاز المناعي. فقد وجد الباحثون في كلية لندن الجامعية أن السر يكمن في نوع من الخلايا المناعية تسمى "الخلايا

مرضى السكتات الدماغية يستعيدون قدرتهم على الحديث بفضل هذا الابتكار

الهندسة بجامعة كامبريدج دور الجهاز في علاج المرضى معتبرا أن الجهاز يساعد كلا من المريض والمعالج على وضع خطة علاجية أكثر فعالية لاستعادة القدرة على الكلام، أو الطلاقة في الكلام، حسب تقرير لوكالة الأنباء الألمانية.

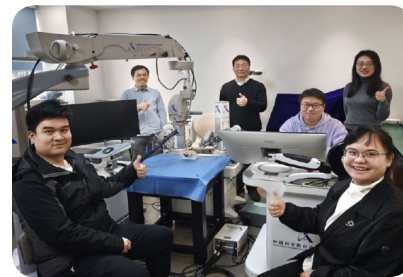


كما رحبت الرئيسة التنفيذية لجمعية السكتة الدماغية جوليت بوفيري بالابتكار الجديد مؤكدة أنه مفيد لأكثر من 1.3 مليون مصاب بالسكتة الدماغية في المملكة المتحدة وحدها. وأضافت أنه قد يكون لهذا الجهاز تأثير كبير على الثقة بالنفس والعلاقات والاستقلالية بعد الإصابة بالسكتة الدماغية. ورحبت بويري بالبحوث الأولية التي قالت إنها تستكشف طرقاً جديدة لدعم الناجين من السكتة الدماغية الذين يعانون من صعوبات في التواصل. ويؤكد تقرير الوكالة الألمانية أن الفريق البحثي ينوي التوسع في دراسته على الجهاز قبل اعتماد التقنية بشكل نهائي وتقديمها للمستخدمين، وذلك لإثراء التجربة الفعلية للنموذج.

وهو ما يسهل عليه التقاط الذبذبات مباشرة من عضلات العنق والحنجرة. ويعمل الجهاز مباشرة عبر التقاط حركات العضلات والشفاه، إذ يمكن للمريض أن يحاول الحديث دون إخراج صوت ليقوم الجهاز بإخراج الصوت نيابة عنه، بينما يقوم الذكاء الاصطناعي بتحليل البيانات المتعلقة بالمشاعر ونبرة الصوت ليعطي لمسة بشرية للصوت الناتج. كما نجح الجهاز في تجربة مصغرة أجرتها الجامعة على 5 مرضى مصابين بعسر التلفظ المصاحب للسكتات الدماغية، ووصلت نسبة نجاح الجهاز إلى أكثر من 95% في حالة الكلمات و97% في حالة الجمل. ومن جانبه أوضح أحد أعضاء الفريق البحثي وهو لويجي أوتشيبينتي من قسم

نجح فريق بحثي تابع لجامعة كامبريدج البريطانية في إعادة أصوات المصابين بسكتات دماغية وفقدوا القدرة على الحديث وذلك عبر سوار ذكي معزز بالذكاء الاصطناعي يرتديه المصاب في عنقه. وأطلق الفريق على الجهاز الجديد اسم "ري فويس" (Revoice) في إشارة واضحة لمزايا التقنية التي من شأنها أن تلغي الحاجة إلى الجراحات الدماغية لزراعة الشرائح. ويعمل الجهاز الجديد عبر المزج بين تقنيات الذكاء الاصطناعي والمستشعرات لالتقاط إشارات الحديث والمشاعر من المريض مباشرة، ثم ترجمتها إلى جمل وكلمات مسموعة يمكن فهمها. ويأمل الفريق في استخدام الجهاز مع المرضى المصابين بأمراض عصبية أخرى إلى جانب السكتات الدماغية، ومن بينهم المصابون بمرض باركنسون ومرض العصبون الحركي حسب تقرير صحيفة "ذي إندبندنت" (The Independent) البريطانية. ويمتاز السوار بتصميمه الأنيق فضلاً عن ملمسه الناعم والمرن للغاية،

باحثون صينيون ينجحون في تطوير روبوت لجراحة العيون



طور فريق من الباحثين الصينيين نظاماً روبوتياً ذاتياً قادراً على إجراء حقن دقيقة داخل العين البشرية، مما يحسن دقة وسلامة العمليات الجراحية المستخدمة لعلاج أمراض الشبكية. وقد نجح الروبوت الجراحي، الذي طوره فريق من معهد الأتمتة التابع للأكاديمية الصينية للعلوم، في إجراء حقن تحت الشبكية وداخل الأوعية الدموية في التجارب على الحيوانات بنسبة نجاح بلغت 100%، وذلك وفقاً لدراسة نشرت مؤخراً في مجلة "ساينس روباتكس". وتعد جراحة العيون، وخاصة تلك التي تشمل الشبكية، بالغة الصعوبة نظراً لصغر حجمها ودقة تركيبها، ويستخدم النظام الجديد مجموعة من الخوارزميات للإدراك المكاني ثلاثي الأبعاد، وتحديد المواقع بدقة متناهية، والتحكم في المسار لتوجيه ذراع روبوتية. وأظهرت التجارب التي أجريت باستخدام نماذج محاكاة للعين، وعين خنزير خارج الجسم الحي، وعين حيوانية داخل الجسم الحي، أن

الروبوت المستقل قلل بشكل ملحوظ متوسط أخطاء تحديد المواقع بنسبة تقارب 80% مقارنة بالجراحة اليدوية، وبنسبة تقارب 55% مقارنة بالجراحة الروبوتية التي يجريها الجراح، وذلك وفقاً للدراسة. وتبرهن هذه النتائج على الجدوى السريرية لروبوت جراحة العيون المجهرية المستقل، وقدرته على تحسين دقة الحقن وسلامته واتساقه. وأوضح الباحثون أنه يمكن لمثل هذا النظام الآلي تعزيز اتساق الإجراءات الجراحية وسلامتها، وتقليل مدة تدريب أطباء الجراحة، والتمكين من إجراء عمليات معقدة للعين في المناطق النائية أو البيئات القاسية التي لا يتوفر فيها أطباء جراحة متخصصون.

إعداد

جعفر محمود أحمد

jafermahmud2018@gmail.com

جدول
مباريات

السبت 2026/01/24

الدوري الإنجليزي الممتاز

15:30 وست هام --- سندرلاند

18:00 بيرنلي --- توتنهام

هوتسبير

18:00 فولهام --- برايتون

18:00 مانشستر سيتي ---

وولفرهامبتون

20:30 بورنموث --- ليفربول

الدوري الإسباني

16:00 رايو فايكانو ---

أوساسونا

18:15 فالنسيا --- إسبانيول

20:30 إشبيلية --- أتلتيك بيلباو

23:00 فياريال --- ريال مدريد

الدوري الإيطالي

17:00 كومو --- تورينو

20:00 فيورنتينا --- كالياري

22:45 ليتشي --- لاتسيو

الأحد 2026/01/25

الدوري الإنجليزي الممتاز

17:00 برينتفورد --- نوتنجهام

فوريست

17:00 كريستال بالاس ---

تشيلسي

17:00 نيوكاسل يونايتد ---

أستون فيلا

19:30 آرسنال --- مانشستر

يونائيد

الدوري الإسباني

16:00 أتلتيكو مدريد --- مايوركا

18:15 برشلونة --- ريال أوفيديو

20:30 ريال سوسيداد ---

سيلتا فيجو

23:00 ديبورتيفو ألافيس ---

ريال بيتيس

الدوري الإيطالي

14:30 ساسولو --- كريمونيزي

17:00 أتالانتا --- بارما

17:00 جنوى --- بولونيا

20:00 يوفنتوس --- نابولي

22:45 روما --- ميلان

الاثنين 2026/01/26

الدوري الإنجليزي الممتاز

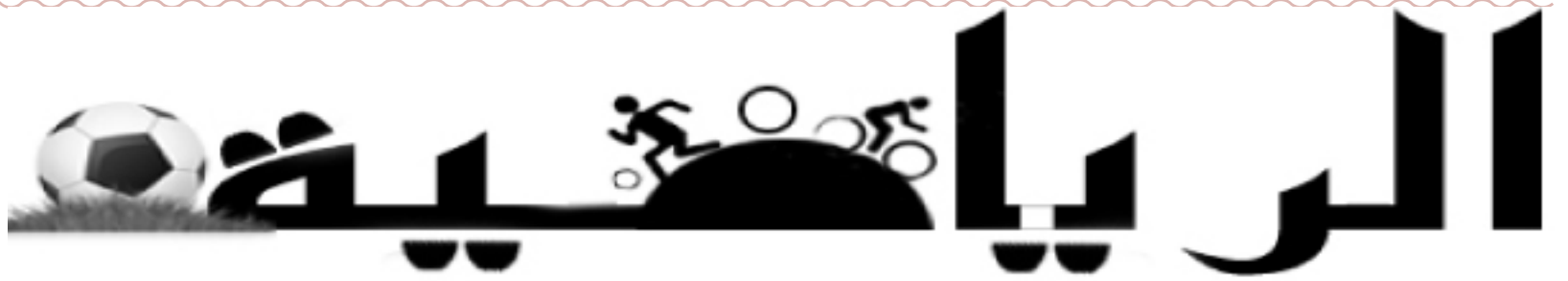
23:00 إيفرتون --- ليدز يونايتد

الدوري الإسباني

23:00 جيرونا --- خيتافي

الدوري الإيطالي

22:45 فيرونا --- أودينيزي



ثورة الميركاتو.. السعودية تستهدف 50 نجمًا في صيف 2026



يستهدف صناع القرار في سوق الانتقالات بدوري روشن السعودي، التعاقد مع 50 لاعبًا أجنبيًا في قمة عطائهم، خلال الصيف المقبل، مع توقعات بحدوث تحركات كبيرة عقب كأس العالم 2026. وذكرت شبكة TalkSPORT في تقرير لها، أن القائمة تضم عددًا محدودًا من النجوم الأكبر سنًا، الذين قد يتم التقدم لهم بعروض من الشرق الأوسط، قبل انطلاق سوق الانتقالات الصيفي. ويأتي على رأس الأسماء

في السعودية، متمسكين بفكرة ضمه، مع بقاء قنوات الحوار مفتوحة، رغم تأكيد مقربين من اللاعب أن أي قرار لن يتخذ قبل كأس العالم.

ويُعد كاسيميرو، هدفًا قديمًا منذ صيف 2023، وسيصبح لاعبًا حرًا بنهاية الموسم بعد تأكيده رحيله عن مانشستر يونايتد. وأبدى القادسية (الذي يديره بريندان رودجرز)، واتحاد جدة، اهتمامهما بالتعاقد مع كاسيميرو، لكن سن اللاعب (34 عامًا الموسم المقبل) ومطالبه المالية، جعلتا بعض الأندية السعودية متحفظة. كما يُنظر إلى النصر كمنافس جاد لضم جابريل مارتينيلي، مع استعداد آرسنال للبيع، خاصة مع بحث المدير الرياضي أندريا بيرتا عن جناح أيسر جديد لموسم 2026-2027. وخارج إنجلترا، يبقى فينيسيوس جونيور، الهدف الأبرز، حيث يُتوقع أن يحصل أهلي جدة، على تمويل ضخّم لمحاولة إتمام الصفقة، إذا أبدى اللاعب البرازيلي، رغبة في الرحيل. وقد تم عرض عقد على فينيسيوس بقيمة لا تقل عن مليار يورو لخمس سنوات، في وقت يسعى فيه ريال مدريد لتجديد عقده سريعًا أو التفكير في بيعه. أما روبرت ليفاندوفسكي، فيمتلك خيارات سعودية وأخرى في الدوري الأمريكي، مع اهتمام من الاتحاد والشباب، إلى جانب شيكاغو فاير.

من جهة أخرى قدم المهاجم النرويجي إيرلينج هالاند، بداية نارية خلال الموسم الحالي مع مانشستر سيتي، لكن هذا السيل التهديفي، تعرض لخلل مفاجئ. فعلى الرغم من أن هالاند سجل رقمًا مذهلاً بلغ 39

المستهدفة، كل من محمد صلاح، برونو فيرنانديز، فينيسيوس جونيور، كاسيميرو وروبرت ليفاندوفسكي. حيث أجرى مسؤولو دوري روشن السعودي، استفسارًا مبدئيًا بشأن محمد صلاح، عقب تصريحاته بعد التعادل مع ليدز في ديسمبر الماضي، حين كشف أن علاقته بالمدرّب آرنو سلوت قد وصلت إلى طريق مسدود. ولا يخطط ليفربول لبيع صلاح خلال الميركاتو الشتوي الجاري، وقد تم إبلاغ 3 أندية سعودية بذلك، وهي الهلال، نيوم والقادسية، بحسب TalkSPORT. ، ويُصر ليفربول على بقاء صلاح حتى نهاية عقده في صيف 2027، لكن رحيله في 2026 قد يكون مناسبًا لجميع الأطراف، خاصة إذا تعاقد النادي مع جناح أيسر جديد. وكان اتحاد جدة قد تقدم بعرض قيمته 150 مليون جنيه إسترليني لضم صلاح في صيف 2023، وتم رفضه، لكنه قد يعيد إحياء اهتمامه بالنجم المصري.

من جانب ذكرت شبكة TalkSPORT أن اتحاد جدة يعد ضمن 3 أندية سعودية تفكر في التعاقد مع قائد مانشستر يونايتد، برونو فيرنانديز. وقد تواصل العميد مع اللاعب البرتغالي خلال الصيف الماضي، كما فعل الهلال والنصر بقيادة كريستيانو رونالدو. ويملك برونو فيرنانديز، شرطًا جزائيًا بقيمة 60 مليون يورو للأندية غير المنتسبة للدوري الإنجليزي. وكان اللاعب قد وافق مبدئيًا على عقد يقرب من 700 ألف جنيه إسترليني أسبوعيًا، قبل أن يقرر أن توقيت الانتقال ليس مناسبًا من الناحية الرياضية والعائلية. ولا يزال صناع القرار

يوفنتوس يُسرّع الخطى نحو نجم الأهلي السعودي



يوسف النصيري، بمغادرة فرنخشة، والانتقال إلى صفوف يوفنتوس، خلال الميركاتو الشتوي الحالي. ذكرت صحيفة كوريري دي فيرونا، أن هيلاس فيرونا تواصل مع نادي ميشلن

البلجيكي، من أجل ضم قلب الدفاع المغربي، رضوان حلحال، البالغ من العمر 22 عامًا. ولفت رضوان حلحال، أنظار بعض الأندية الأوروبية، بسبب مستواه المميز مع ميشلن. وخاض رضوان حلحال 16 مباراة في الدوري البلجيكي، ويعد من الركائز الأساسية في تشكيلة ميشلن.

الكالتشيو عام 2022 قبل انتقاله إلى برشلونة ثم الأهلي صيف 2023. وجاء انضمامه إلى الدوري السعودي في صفقة بلغت قيمتها 12.5 مليون يورو، بعد عام واحد فقط من انتقاله إلى الفريق الكتالوني مجانًا عقب نهاية عقده مع ميلان. وشارك اللاعب الإفريقي في 11 مباراة في الدوري السعودي للمحترفين هذا الموسم، مسجلًا هدفًا واحدًا وممرًا كرة حاسمة. وبشكل عام، خاض اللاعب المولود عام 1996، 98 مباراة في الدوري السعودي، فاز خلالها بكأس السوبر السعودي مرة واحدة ودوري أبطال آسيا مرة واحدة.

ويواصل نادي هيلاس فيرونا، تحركاته في سوق الانتقالات الشتوية، لتعزيز الخط الدفاعي للفريق. يأتي ذلك وسط تقارير صحفية تربط المهاجم المغربي

في عالم كرة القدم الذي لا يعرف الركود، يبرز اسم فرانك كيسي مجددًا كواحد من أبرز الأسماء التي تشغل بال عشاق الدوري الإيطالي والسعودي على حد سواء. هل يغادر كيسي إلى الدوري السعودي؟ تبذل إدارة نادي يوفنتوس جهودًا ملموسة للحصول على خدمات الدولي الإفريقي فرانك كيسي نجم أهلي جدة، في صفقة انتقال حر متوقعة مع انتهاء عقده مع فريقه السعودي بنهاية الموسم. وأوضح الصحفي الإيطالي جيانلوكا دي مارزيو، خبير انتقالات اللاعبين، أن كيسي يجذب اهتمام "السيدة العجوز" بقوة كخيار استراتيجي لتعزيز الوسط في الموسم المقبل. يمتلك اللاعب الإفريقي خبرة كبيرة في الدوري الإيطالي، حيث لعب لصالح أتالانتا ثم ميلان، وتوج بلقب

يتذيل هيلاس فيرونا، جدول ترتيب الدوري الإيطالي هذا الموسم، برصيد 14 نقطة، بعد خوض 21 جولة. وعلى مدار 21 مباراة، لم يحقق هيلاس فيرونا، الفوز، سوى في مباراتين فقط، مقابل 11 هزيمة و8 تعادلات. وسجل لاعبو هيلاس فيرونا 17 هدفًا خلال 21 جولة بالكالتشيو، مقابل استقبال 34 هدفًا.

إعداد

عبد الله محمد علي

kazamamme5@gmail.com

الرياضية

أندية مؤسسة الغلال والمواشي ودندن يواصلان التألق في دوري الدرجة الأولى بالإقليم الأوسط



المركز الرابع:- سمبل 6 نقاط
المركز الخامس:- مؤسسة الغلال
والمواشي 4 نقاط
المركز السادس:- التحرير 4 نقاط
هذا وسوف تتواصل منافسات البطولة الإقليمية اليوم غداً الأحد من خلال مواجهتين تجمع الأولى بين عدوليس ومصنع البيرة ، بينما تدور الثانية بين سمبل والبحر الأحمر.
إلى ذلك ، ستجري اليوم منافسات بطولة كرة القدم النسوية بالإقليم الأوسط ، حيث سيستضيف استاد اسمرا الدولي ثلاث مباريات تجمع الأولى بين سقن للبناء وقودايف ، بينما تدور الثانية بين دندن سمبل ، أما الثالثة فستجمع بين عداقحموس والتأمينات.

ونال اللاعب روبييل كبروم من فريق مؤسسة الغلال والمواشي على جائزة أفضل لاعب في المباراة.
في المواجهة الثانية التي دارت بين فريقا دندن وشركة سقن ، حيث إنتهى الشوط الأول سلباً دون أهداف.
في الشوط الثاني ، إقتنص اللاعب سيم مدحن هدف الفوز واقتلاع النقاط الثلاث لفريق دندن في المواجهة ، ليقود فريقه دندن الى فوز بهدف مقابل لاشئ.
ونال اللاعب سيم مدحن على جائزة أفضل لاعب في المباراة.
بهذه النتيجة ، يتصدر فريق البحر الأحمر جدول الترتيب برصيد عشرة نقاط ، يليه دندن بالمركز الثاني وله 9 نقاط ، أما المركز الثالث فيحله فريق عدوليس بـ 7 نقاط.

مؤسسة الغلال والمواشي بهدفين مقابل لاشئ.
في الشوط الثاني ، قلص فريق التحرير النتيجة بالهدف الذي أحرزه اللاعب أبيل كفلي في الدقيقة 65 ، ورغم مساعي فريق الشرطة ، إلا أنه لم يستطع إدراك التعادل ليتلقى الخسارة بهدفين مقابل هدف واحد.

التحرير ومؤسسة الغلال والمواشي ، جاءت مجريات المباراة على عكس التوقعات ، فتقدم فريق مؤسسة الغلال والمواشي الصاعد حديثاً ولأول مرة في تاريخه الى مصاف الكبار ، في الدقيقتين 28 و37 عن طريق ميرون أرودي وروبييل كبروم على التوالي ، لينتهي الشوط الأول بتقدم فريق

تواصلت أول أمس الخميس منافسات دوري الدرجة الأولى لكرة القدم بالإقليم الأوسط للموسم الرياضي 2024 / 2025م من خلال مواجهتين إحتضنها إستاد اسمرا الدولي حقق فهما فريقا مؤسسة الغلال والمواشي ودندن الانتصار. ففي المباراة الأولى التي جمعت بين

مان يونايتد يستعد لتجديد عقد كوبي ماينو رحيل كاسيميرو بنهاية الموسم الحالي

التي فاز بها مانشستر يونايتد 2 - 0 على جاره اللدود مانشستر سيتي في ديربي المدينة الإنجليزية.
إلى ذلك ، يغادر البرازيلي كاسيميرو صفوف «مانشستر يونايتد» في نهاية الموسم الحالي، عقب انتهاء عقده، وفقاً لما أعلنه نادي «الشياطين الحمر» .
وانضم قائد المنتخب البرازيلي إلى «يونايتد» قادماً من «ريال مدريد» الإسباني في عام 2022، وخاض مع الفريق 146 مباراة في مختلف المسابقات، سجل خلالها 21 هدفاً.
وقال لاعب الوسط البرازيلي: «سأحمل مانشستر يونايتد معي طوال حياتي».

وأضاف: «منذ اليوم الأول الذي وطئت فيه قدماي هذا الملعب الجميل، شعرت بشغف أولد ترافورد، وبالحب الذي أنشأه، اليوم، مع جماهيرنا تجاه هذا النادي المميز».
وتابع: «لم يحن وقت الوداع بعد، فما زال هناك كثير من الذكريات التي تنتظرنا خلال الأشهر الأربعة المقبلة».



رغم التقارير التي أشارت إلى رغبة اللاعب الدولي الإنجليزي في استكشاف إمكانية إعارته من «أولد ترافورد» ، هذا الشهر، للحصول على المزيد من وقت اللعب، أكدت «سكاي سبورتنس» أن مانشستر يونايتد لن ينظر في هذا الاحتمال، وأن ماينو لا يزال عنصراً أساسياً في مستقبل النادي العريق.
ولم يشارك ماينو أساسياً في أي مباراة بالدوري الإنجليزي الممتاز هذا الموسم تحت قيادة أموريك، قبل أن يتم استدعاؤه في أول فرصة من قبل المدرب الجديد مايكل كاريك في نهاية الأسبوع الماضي.
وظهر ماينو بشكل رائع في المباراة

يبدو فريق مانشستر يونايتد الإنجليزي لكرة القدم حريصاً على تجديد عقد لاعب الوسط كوبي ماينو، حسبما أفاد تقرير صحافي .
وكشف الموقع الإلكتروني الرسمي لشبكة «سكاي سبورتنس» الإخبارية أن هناك تواصلاً مبدئياً جرى بين إدارة مانشستر يونايتد ووكلاء ماينو، بهدف عقد اجتماع لمناقشة تفاصيل عقد جديد ومحسّن، يضمن له راتباً أقرب إلى رواتب زملائه في الفريق.
وباعتباره أحد خريجي أكاديمية مانشستر يونايتد، يعتبر راتب ماينو ضمن الأقل بين جميع لاعبي الفريق الأول، لكن نظراً لعدم وجود اللاعب الشاب (20 عاماً) ضمن خطط المدرب السابق البرتغالي روبن أموريك، ومع تبقي 18 شهراً على عقده الحالي، بالإضافة لخيار التمديد لسنة أخرى، لم يعتبر النادي فتح مفاوضات جديدة معه أولوية.
وكان نابولي ضمن العديد من الأندية الأوروبية الكبرى المهتمة بماينو، ولكن

ركبة الفرنسي كامارا تحرمه من أستون فيلا... و«كأس العالم»

خسر «أستون فيلا»، ثالث «الدوري الإنجليزي»، جهود لاعب وسطه الدولي الفرنسي بوبكر كامارا، للفترة المتبقية من الموسم، بعد خضوعه لجراحة في ركبته اليسرى بمدينة ليون، وفقاً لمصادر طبية.
كان كامارا قد تعرّض للإصابة، خلال فوز فريقه على توتنهام هوتسبير 1-2 في «كأس إنجلترا»، في العاشر من الشهر الحالي.
وسيواصل الدولي الفرنسي مرحلة التأهيل مع النادي اللندني، لكن الإصابة تقضي عملياً على أي فرصة له في زيادة عدد مشاركاته الدولية الخمس، أو الانضمام إلى منتخب فرنسا في نهائيات كأس العالم المقررة هذا الصيف.
وانتقل اللاعب، البالغ من العمر 26 عاماً، إلى «أستون فيلا» قادماً من «مرسيليا» في عام 2022، وسجل هدفاً واحداً في 18 مباراة بـ«الدوري الإنجليزي»، هذا الموسم، في حين صعد فريق المدرب الإسباني أوناي إيمري إلى المركز الثالث في الترتيب، بفارق 7 نقاط عن المتصدر «آرسنال».

إعداد
فاطمة حمد

حنو عات

حكمة
اليوم

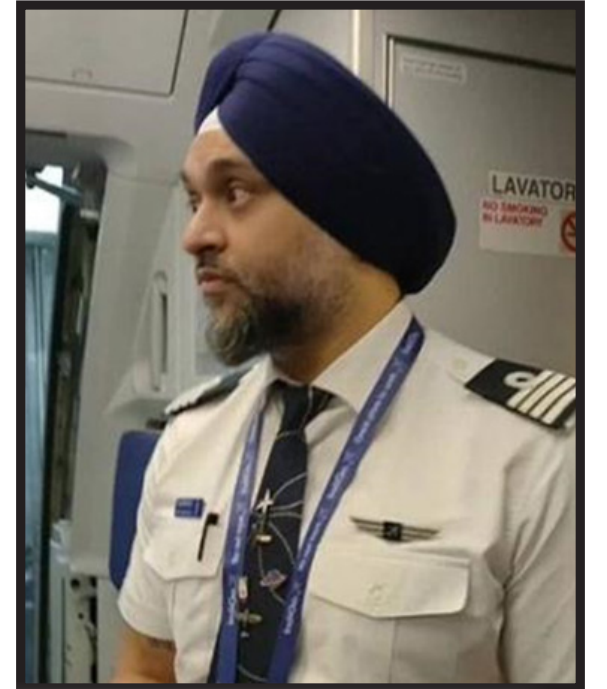
تريد أن تصبح الأفضل في مجال ما، هذا ممكن، تريد أن تتعلم لغة جديدة، ممكن أيضاً، فالذين تعلموها ليسوا بأفضل منك، ولا أكثر ذكاء، بل كانوا لديهم الالتزام والتركيز والعمل الجاد حتى تحقيق هدفهم..

في
مثل
هذا
اليوم

- في الرابع والعشرين من يناير عام 1848 - اكتشاف الذهب في ولاية كاليفورنيا.
- في الرابع والعشرين من يناير عام 1924 - تغيير اسم مدينة سانت بطرسبرغ إلى لينينغراد.
- في الرابع والعشرين من يناير عام 1943 - فرانكلين روزفلت وونستون تشرشل يختتمان اجتماعهما في الدار البيضاء بالمغرب وذلك أثناء الحرب العالمية الثانية.
- في الرابع والعشرين من يناير عام 1946 - الجمعية العامة للأمم المتحدة تصدر قراراً توصي فيه بالاستخدام السلمي للطاقة النووية وذلك بعد قيام الولايات المتحدة بتفجير قنبلتين نوويتين فوق مدينتي هيروشيما وناغازاكي اليابانيتين.
- في الرابع والعشرين من يناير عام 1983 - سقوط القمر الصناعي السوفيتي «كوزموس» في المحيط الهادئ.
- في الرابع والعشرين من يناير عام 2020 - زلزال بقوة 6.7 درجة يضرب ولاية معمورة العزيز في شرق الأناضول في تركيا، ووفاة 22 شخصاً وإصابة المئات.
- في الرابع والعشرين من يناير عام 2022 - بدء التصويت في انتخابات الرئاسة الإيطالية لاختيار الرئيس الثالث عشر للجمهورية الإيطالية.

طيار يفاجئ ابنته على متن رحلة طيران

فاجأ طيار هندي يعمل لدى شركة «IndiGo» ركاب رحلته المتجهة من ممباي إلى ناغبور بخروجه عن البروتوكول الرسمي، ليقدم لابنته وزميلاتها في الصف السادس تحية خاصة عبر مكبر الصوت، في لفظة إنسانية أشعلت منصات التواصل الاجتماعي. فقد بدأ الطيار غوردش سينغ إعلانة الروتيني كالمعتاد، قبل أن يغير نبرته ليعلن بفخر عن وجود أميرته الصغيرة ورفيقاتها في رحلتهم المدرسية على متن الطائرة، موجهاً تحية حارة للمعلمين والمشرفين. ومازح الطيار ابنته «كرم» أمام الركاب بلهجة أبوية مرحة قائلاً: «من فضلكِ تصرفي بهدوء، والدك هو من يقود هذه الطائرة».



«حين لا تحب المكان، بدّله... حين يؤذيك الأشخاص، غادرهم... حين تمّل، ابتكر فكرة جديدة... وحين تُحبّط، اقرأ بشغف... المهم في الحياة ألا تقف متفرّجاً.»
بمعنى:

تشيخوف لا يقدّم نصائح تحسين ذات، بل يضع مبدأ وجودياً واضحاً: المعاناة الطويلة غالباً ليست قدرًا، بل نتيجة سكون. البقاء في مكان لا يشبهك، أو علاقة تستنزفك، أو حالة ذهنية راكدة، هو اختيار غير مُعلن بالاستمرار.

نفسياً، النص يهاجم ما يُسمّى العجز المتعلّم: حين يعتاد الإنسان الألم فيتوقف عن الفعل، لا لأنه عاجز، بل لأنه اعتاد. القراءة هنا ليست هروباً، بل إعادة تشغيل للعقل، والفكرة الجديدة ليست ترفاً، بل فعل مقاومة. الحياة، في جوهرها، تُكافئ من يتحرّك... لا من يراقب.

يقول
أنطون
تشيخوف

إن خفت من فراق ،
فادخل به وفارق ، لتعرف
أنه ليس بالأمر الجلل ..

إن خفت من خسارة ،
اتقن فن الخسارة وكن فناناً
، لكي تعلم أنك لم تخسر
شيئاً حقاً ..

إن شعرت أن الرحيل أكبر
منك ، فارحل ، لتعلم أنك
هناك أينما ذهبت وأينما
كانت وجهتك ، وأن الغربة
هي اغترابك عن ذاتك ولو
كنت في قلب وطنك..

إن خفت من الألم ، فاخلع
حذاءك وامشي في حقول
من الشوك ، لكي تعلم أنه
ليس هنالك ألم لا تستطيع
الإهتمام به لاحقاً ومداواته
..

إفعل أي شيء يجعلك
تدرك ماهية ما تخاف منه ،
لتدرك أنه وهم مهما كلفك
الأمر..

ولكن إياك ، إياك أن
تخاف..

إياك أن تصنع أصناماً
تجاه أشخاص أو أماكن أو
مفاهيم تحول بينك وبين
ماهيته الحقيقية الصافية
، وتشوش عقلك وترددات
قلبك ..

إن خفت ، أدخل بخوفك
وأصدمه باستماتتك مع
حضور واع بالكامل منك ..

مهما كلف الأمر ولو كان
موتك ، فالخوف على صعيد
الروح والنفس أسوأ بكثير
من الموت ، لأنه شلل مطلق
لكل ما هو جميل وهام ..