



اختتام فعاليات اليوبيل الذهبي لتأسيس مدرسة الثورة على مستوى الأقاليم



وتقدير لجميع الجهات والأفراد الذين أسهموا في إنجاح فعاليات الذكرى، وفي مقدمتهم خريجو مدرسة الثورة السابقون، ووزارة التعليم، ومفوضية الثقافة والرياضة، إلى جانب عدد من المؤسسات الحكومية الأخرى. وتم إحياء الذكرى الخمسين لتأسيس مدرسة الثورة من خلال

اختتمت في العشرين من سبتمبر الجاري فعاليات إحياء الذكرى الـ 50 لتأسيس مدرسة الثورة، التي نظمت على مستوى الأقاليم منذ 17 سبتمبر تحت شعار ” ذكرى مجيدة دافع لبناء الوطن. شهدت الفعاليات الختامية، التي أقيمت على مستوى إقليم شمال البحر الأحمر في مصوع، والإقليم الجنوبي في مندفا، وإقليم القاش- بركة في بارنتو، وإقليم عنسبا في كرن، مشاركة مسؤولي الأقاليم وعدد من الجهات المعنية والمندوبين.

تضمنت الفعاليات كلمات تناولت أهمية هذه الذكرى وما تمثله من محطة تاريخية، إلى جانب الإشادة بالقرار الذي اتخذته الجبهة الشعبية قبل خمسة عقود بشأن تأسيس مدرسة الثورة. واختتمت البرامج وسط عروض ثقافية وفنية متنوعة، كما جرى تقديم الجوائز للفائزين في المسابقات التي نظمت بهذه المناسبة. وفي السياق ذاته، قدمت كلمات شكر

معرض الصور المقام في مدينة كرن بمناسبة الذكرى الخمسين لتأسيس مدرسة الثورة، أهمية الاهتمام بالمعرض والعمل على توثيق ونقل التاريخ وتعزيز الوعي الوطني، نظراً للدور الذي يؤديه في هذا المجال. وتعكس الصور المعروضة جوانب مختلفة من حياة مدرسة الثورة، بما في ذلك الظروف التي رافقت فترة «الانسحاب الاستراتيجي»، وعمليات التعليم والتدريس التي كانت تُجرى تحت الأشجار، إلى جانب مختلف الأنشطة التي مارسها الطلاب والمعلمون والمشرفون.

والمالية بمدرسة الكادر، المقدم/برخت ولدي مكثيل، الظروف الطبيعية والصعبة التي رافقت تأسيس مدرسة الثورة، موضحاً أن طلابها الذين يمثلون ثمة المدرسة بلغوا اليوم مستويات متقدمة في التعليم والمهن، وأصبحوا يساهمون في مختلف المجالات ويتولون أدواراً قيادية. نُظم برنامج الذكرى تحت شعار ” ذكرى مجيدة، دافع لبناء الوطن“، وتضمن إيقاد الشعلة، وعروضاً فنية، وسرداً للذكريات طلاب مدرسة الثورة، إلى جانب تقديم أغاني فرقة الورود الحمراء. وفي السياق ذاته، أكد زوار ومنظمو

حيث أوضح مدير مديرية نفقة، السيد/ يعقوب إدريس، أن الاحتفال باليوبيل الذهبي لتأسيس مدرسة الثورة في ظرا التاريخية يحمل دلالات وذكريات خاصة، مشيراً إلى أن تأسيس مدرسة الثورة عكس رؤية ومبادئ الجبهة الشعبية في مجال التعليم وبناء مستقبل الأجيال. من جانبه، استذكر مسؤول الإدارة

برامج متعددة داخل البلاد وخارجها، شملت المعارض الفنية والمادية، والحفلات الموسيقية، والندوات، والمسابقات الرياضية والفنية. كما احتُفل في 17 سبتمبر، بمنطقة ظرا في مديرية نفقة، اليوبيل الذهبي لتأسيس مدرسة الثورة، في احتفال بهيج. شارك في البرنامج سكان مديرية نفقة ومتدربو الدورة الثلاثين لمدرسة الكادر،

جمعية مربّي النحل في الاقليم الاولسط تبحث سبل زيادة إنتاج العسل

نظمت جمعية مربّي النحل في الإقليم الأوسط، يوم 19 سبتمبر، اجتماعاً بحثت خلاله سبل المساهمة في زيادة إمدادات العسل وتحسينه نوعاً وكماً.

وأوضح رئيس الجمعية، السيد/هبتئاب غهاد، في كلمة له، أن الهدف الرئيسي من الاجتماع يتمثل في حث المزارعين ومربي النحل على الاضطلاع بالمهام المطلوبة منهم، بما يساهم في تنفيذ توجهات وزارة الزراعة، ولا سيما البرامج المتعلقة بتطوير الإنتاج الزراعي وتعزيز الإنتاجية.

ودعا المزارعين، إلى جانب الاستفادة من العائدات المالية التي يحققونها، إلى الاسترشاد بالإرشادات والتدريبات الفنية التي تقدمها الجمعية ووزارة الزراعة، والعمل على ضمان إنتاج عسل ذي جودة، مع التركيز على تحسين تنوع المنتجات.

من جانبهم، قدم أعضاء مجلس إدارة الجمعية شرحاً حول الأنشطة والجهود الجارية لزيادة إنتاج العسل، وتوسيع منافذ تسويقه بأسعار مناسبة، إلى جانب البرامج الرامية إلى تعزيز قدرات أعضاء الجمعية وتطوير مهاراتهم.

وقدم المشاركون، استناداً إلى التقرير والورقة النقاشية المقدمة خلال الاجتماع، عدداً من الأفكار والمقترحات الهادفة إلى تعزيز دور الجمعية وتطوير أنشطتها.

وفي كلمته الختامية، أوضح ممثل قسم الزراعة والأراضي في الإقليم الأوسط، السيد/أسرات هيلي، أن عدد مربّي النحل يشهد تزايداً مستمراً بالتوازي مع جهود وزارة الزراعة في تشجيع المزارعين النموذجيين، مشيراً إلى أن انخفاض أسعار العسل الملحوظ حالياً يرتبط، من بين عوامل أخرى، بزيادة عدد المنتجين وتوسع الإنتاج.

دعوة لمقدمي خدمات السياحة بأغردات للتعريف بالمواقع التاريخية

دعا رئيس جمعية مقدمي خدمات السياحة في مديرية أغردات، السيد/ظقي أسرات، المؤسسات العاملة في مجال تقديم الخدمات السياحية إلى تكثيف جهودها للتعريف بالمواقع والأحداث التاريخية والموروثات التراثية في المنطقة. جاءت الدعوة خلال زيارة قام بها ملاك وموظفو المؤسسات السياحية للتعرف على المواقع التاريخية والتراثية الموجودة في محيط المنطقة. من جانبه، أكد سكرتير الجمعية، السيد / محمود محمد صالح، أن التعريف بالمواقع التاريخية والتراثية ليس مهمة تقتصر على جهات محددة، داعياً مؤسسات تقديم خدمات السياحة إلى القيام بدورها بجدية في هذا المجال. وأشار المشاركون إلى أن الجولة تساهم بصورة إيجابية في تعزيز السياحة الداخلية، مؤكداً استعدادهم للاضطلاع بالمهام والمسؤوليات المطلوبة منهم.

جمعية معاقى الحرب تتلقى دعماً مالياً

تلقت الجمعية الوطنية لمعاقى الحرب، دعماً مالياً من إرتريين مهتمين ومساهمين مقيمين في عدد من البلدان.

وأوضح السيد/محمد نور إدريس، مسؤول قسم التنظيم والإعلام بالجمعية، في تصريح لوكالة الأنباء الأرتيرية، أن قيمة الدعم تجاوزت مليون نقفة إلى جانب 7750 يورو وعملات أخرى، بما يعادل نحو 942 ألف نقفة.

وأشار إلى أن التبرعات قدمها أفراد ولجان وطنية في مدينتي هايدلبرغ وهوفنهايم بألمانيا، وإرتريون مقيمون في مدينتي ميلانو وروما بإيطاليا، وأعضاء الإتحاد الوطني للمرأة الأرتيرية في عدد من المدن الألمانية، إضافة إلى إرتريين مقيمين في أستراليا ونيوزيلندا.

وفي ختام تصريحه، أعرب السيد/ محمد نور، باسم الجمعية الوطنية لمعاقى الحرب، عن شكره وتقديره لجميع الذين قدموا الدعم المالي وأسهموا في مساندة أنشطة الجمعية.



قسم الثقافة والرياضة بشمال البحر الأحمر يقيم محتوى البرامج والفعاليات المقدمة في المناسبات الوطنية



أكد اجتماع تقييمي عُقد في إقليم شمال البحر الأحمر عن أهمية الموروثات الثقافية التي تُقدّم خلال الاحتفالات والمهرجانات الوطنية إلى دراسات وبحوث معمقة، بما يسهم في توثيقها وتقديمها بصورة أكثر دقة وشمولاً.

وجاء ذلك خلال اجتماع عُقد في مدينة مصوع يوم 22 سبتمبر، لمراجعة محتوى البرامج والفعاليات المقدمة في الاحتفالات والمهرجانات الوطنية، ونظمه قسم الثقافة والرياضة، بمشاركة ممثلي الثقافة والرياضة في المديريات، إلى جانب مسؤولي فروع الوزارات والجمعيات الوطنية.

وأوضحت المديرية العامة لقسم الثقافة والرياضة بالإقليم، السيدة /زينب عمر، في كلمتها، أن إقليم شمال البحر الأحمر يضم عدداً من القوميات التي تتميز بتنوع وثراء واسع في العادات والتقاليد، مشيرة إلى أن إجراء دراسات شاملة ومعمقة حول هذا الموروث يتطلب موارد وجهوداً كبيرة.

وأكدت أن الدراسات المتعلقة بالموروث الثقافي تُجرى بالتعاون مع إدارات المناطق الفرعية والشركاء المعنيين، وأن هذه الجهود ستواصل بهدف توسيع نطاق البحث والتوثيق.

من جانبهم، أشار المشاركون إلى أن المحتويات التراثية التي يتم تقديمها من حين إلى آخر تحظى بالتقدير، إلا أن هناك العديد من المناطق والموروثات والموارد الثقافية التي لم تحظ بالبحث والتوثيق الكافي، داعين إلى إيلائها مزيداً من الاهتمام خلال المرحلة المقبلة. من جهتها، أكدت حاكم إقليم شمال البحر الأحمر، السيدة/ أسمرت أبرها، تقديرها للجهود التي بُذلت حتى الآن، رغم محدودية الإمكانيات، في مجال استكشاف وتوثيق الموروثات الثقافية.

حملة مكافحة الملاريا في فورتو ساوى

تواصل في مديرية فورتو ساوى، أنشطة النظافة والوقاية للحد من الأمراض المعدية التي تنتشر نتيجة تدني مستوى النظافة، بمشاركة سكان إدارة ضاحيتي، وأفراد قوات الدفاع، وموظفي الحكومة.

وأوضح مدير بلدة فورتو فورتو-ساوى، السيد /منصور عثمان، أن الحملة، التي نُظمت بقيادة مختصين وتركز بصورة خاصة على مكافحة انتشار مرض الملاريا، شملت تجفيف تجمعات المياه الراكدة، وردم الحفر التي تتجمع فيها المياه، ورش المبيدات الحشرية لمكافحة البعوض.

وأشار السكان إلى أن الأنشطة التي ينفذونها بالتعاون مع موظفي الحكومة وأفراد قوات الدفاع تسهم بصورة كبيرة في الحد من انتشار الملاريا الذي يتزايد سنوياً خلال موسم الأمطار، مؤكداً استعدادهم لمواصلة تنفيذ مثل هذه البرامج الوقائية وتعزيز مشاركة المجتمع في جهود النظافة والصحة العامة.

إعلان من وزارة الإعلام

تُعلن وزارة الإعلام أن جميع خدمات الإعلان في الصحف والتلفزيون والإذاعة ليس في فورتو (المقر المركزي للوزارة) بل في مكتب التسويق بوسط المدينة جوار بنك إرتريا مقابل مكتب البريد. المركزي

إضافة إلى ذلك يُرجى جميع من لديه تلفزيون دفع ضريبة سنوية له في مكتب التسويق، و في 13 مديرية في أسمراء، وفي كل من كرن، مندفرا، بارتنتو، تسني، دقمحري، وعدي تكليزان، وحقا.

وزارة الاعلام

ورشة عمل بشمال البحر الأحمر حول معايير تقييم الطلاب وتطبيقها



علمهم. كما ناقشوا عدداً من الموضوعات المتعلقة بتحسين جودة التعليم، وقدموا آراء ومقترحات من شأنها دعم العملية التعليمية.

وفي ختام الحلقة، أكد مسؤول التعليم بشمال البحر الأحمر ، الأستاذ /رشيد محمد عثمان، أن عملية التقييم تؤدي دوراً محورياً في ضمان جودة التعليم، ولا سيما في مساعدة الطلاب على اكتساب عادات التعاون وتحسين مستويات التحصيل المتدنية، داعياً المعلمين إلى توظيف عملية التقييم بصورة سليمة ومتابعة نتائجها بشكل مباشر

في هذا المجال، والاستفادة من خبرات المشاركين والتوضيحات المدعومة بالأمثلة. من جانبه، أوضح مسؤول وحدة التقييم، الأستاذ/ تكؤ كيداني، أن التقييم يؤدي دوراً مهماً في جمع المعلومات الدقيقة والاستناد إليها في اتخاذ القرارات، وكذلك في تحديد مستوى الطالب، مشدداً على ضرورة التزام المعلمين بالإرشادات المعتمدة الخاصة بعملية التقييم. وأكد المشاركون أن الأفكار والمعلومات والتوجيهات التي طُرحت خلال الحلقة ستسهم في تعزيز كفاءة الطلاب، معربين عن استعدادهم للاستفادة منها في

نظم فرع التعليم في إقليم شمال البحر الأحمر ، يومي 13 و14 من سبتمبر في مدينة قندع، ورشة عمل حول معايير تقييم الطلاب وسبل تطبيقها، بمشاركة مسؤولي مكاتب التعليم ومديري المدارس والمُشرفين التربويين من عشر مديريات. وأوضح مسؤول شعبة التقييم والامتحانات الوطنية بوزارة التعليم، الأستاذ/ قرمألم تكئي، أن الالتزام بمعايير التقييم يكتسب أهمية كبيرة في الجهود الرامية إلى ضمان إجراء تقييمات تعليمية فعّالة وتوفير خدمات تعليمية متوازنة، داعياً المعلمين بالعمل بصورة منسقة

المكسيك وفرنسا تدعوان لتعليق "فيتو" مجلس الأمن عند وقوع "الفضائع الجماعية"



2015. وخلال الأشهر الأربعة الماضية، انضمت 21 دولة أخرى من إفريقيا وأمريكا اللاتينية ومنطقة البحر الكاريبي وآسيا لتدعم هذه المبادرة، ليصل إجمالي الدول المعربة عن تأييدها للإعلان حتى اليوم إلى 128 دولة.

وعلى هامش الدورة الـ 81 للجمعية العامة للأمم المتحدة في نيويورك، ترأست المكسيك وفرنسا الاجتماع الوزاري الذي شاركت فيه دول طالما دعت إلى هذا الإعلان، بالإضافة إلى دول أعلنت تأييدها له مؤخراً أو أبدت اهتمامها بأهدافه. وفي سياق متصل، رحبت المكسيك وفرنسا بإعلان وزير الخارجية البريطاني إد

دعمت المكسيك وفرنسا تعليق حق النقض "الفيتو" في مجلس الأمن الدولي حال وقوع "فضائع جماعية"، وسط زخم دولي متزايد للمبادرة التي حصدت تأييد 128 دولة.

أعربت المكسيك وفرنسا عن تأييدهما لتعليق استخدام حق النقض في الحالات التي تشمل الإبادة الجماعية والجرائم ضد الإنسانية وجرائم الحرب واسعة النطاق.

وجاء في بيان مشترك نشرته وزارة الخارجية المكسيكية ترحيب البلدين بالزخم المتجدد الداعم لهذا التعليق في حالات الفضائع المذكورة.

وكانت المكسيك وفرنسا قد قدمت الإعلان السياسي الخاص بتعليق حق النقض في حالات الفضائع الجماعية لأول مرة عام

وزراء خارجية مصر والسعودية وباكستان وتركيا يدعمون سيادة المملكة وأمنها

ومجلس القيادة الرئاسي، مؤكداً مساندة الجهود الرامية إلى تحقيق الأمن والاستقرار والتنمية في البلاد عبر عملية سياسية وحوار يمضي شامل يضم مختلف الأطراف.

ويأتي الاجتماع في إطار آلية التشاور الرباعية التي تجمع السعودية ومصر وباكستان وتركيا، والتي انطلقت على مستوى كبار المسؤولين في إسلام آباد خلال أبريل الماضي، بهدف تعزيز التنسيق بشأن القضايا الإقليمية والدولية ودعم أمن المنطقة واستقرارها. واتفق الوزراء في ختام اجتماعهم على مواصلة التنسيق الوثيق والتشاور بشأن التطورات الإقليمية والدولية، بما يعزز الأمن الجماعي ويدعم ترسيخ الاستقرار الإقليمي على المدى الطويل.

للأمم المتحدة، على حق السعودية الأصل في الدفاع عن نفسها وأراضيها وشعبها، وفقاً للقانون الدولي وميثاق الأمم المتحدة، مؤكداً في الوقت ذاته أهمية ضمان سلامة الملاحة البحرية وحريتها.

وأعرب الوزراء عن قلقهم البالغ إزاء استمرار التوترات والأعمال العدائية في منطقة الشرق الأوسط، مؤكداً أن الحوار والدبلوماسية يمثلان السبيل إلى حلول مستدامة، مع التشديد على ضرورة الالتزام بمبادئ ميثاق الأمم المتحدة بما يرسخ السلام والاستقرار الدائمين. وفي الشأن اليمني، جدد الوزراء دعمهم للحكومة اليمنية الشرعية



أكد وزراء خارجية مصر والسعودية وباكستان وتركيا دعمهم الكامل لسيادة المملكة وأمنها، وأدانوا بشدة الاعتداءات التي تستهدف أراضيها بما فيها الهجمات الحوثية الأخيرة.

وشدد الوزراء، خلال اجتماع تشاوري رباعي عقد في نيويورك على هامش أعمال الدورة الـ 81 للجمعية العامة

وزراء خارجية دول إسلامية يدعون لتنفيذ المرحلة الأولى من الخطة الشاملة لغزة

المسألة.

وشدد البيان على أن قطاع غزة يظل جزءاً لا يتجزأ من الأرض الفلسطينية، وأن تنفيذ الخطة الشاملة يجب أن يساهم في إعادة توحيد الضفة الغربية والقطاع، ويهدف لمسار موثوق نحو إقامة دولة فلسطينية مستقلة ذات سيادة وعاصمتها القدس الشرقية، وفقاً لحل الدولتين.

ودعا الوزراء إلى انخراط دولي مستدام لضمان تجاوز العقبات وتحقيق تقدم ملموس يعزز مصداقية "مجلس السلام" وفعالية الخطة، مؤكداً استعدادهم للعمل الجماعي مع الولايات المتحدة والمجلس والسلطة الفلسطينية وجميع الأطراف المعنية للتخفيف من معاناة الشعب الفلسطيني وتحقيق سلام عادل ودائم.

بحسن نية ودون تأخير.

وجدد البيان الرفض القاطع لأي تدابير تستهدف التهجير القسري للشعب الفلسطيني أو تغيير الطابع الجغرافي والديموغرافي للأراضي المحتلة، مع إدانة الإجراءات غير القانونية الرامية إلى ترسيخ السيطرة الإسرائيلية، بما في ذلك التوسع الاستيطاني ومصادرة الأراضي وهدم المنازل وعنف المستوطنين، داعياً إلى وقفها فوراً.

كما أعرب الوزراء عن بالغ قلقهم إزاء التدابير التي تهدد الوضع القائم التاريخي والقانوني للأماكن المقدسة في القدس، مرجحين في الوقت ذاته بالتدابير الأخيرة للمملكة المتحدة والجهود الأوروبية الرامية إلى وقف التجارة مع المستوطنات غير القانونية، ومطالبين بمزيد من الإجراءات الفعالة لضمان

دعا وزراء خارجية مصر والسعودية وقطر والأردن والإمارات وإندونيسيا وباكستان وتركيا، في بيان مشترك، جميع الأطراف إلى التنفيذ الفوري للمرحلة الأولى من الخطة الشاملة بشأن قطاع غزة.

وصدر البيان أول أمس الثلاثاء عقب اجتماعهم في نيويورك على هامش الدورة الـ 81 للجمعية العامة للأمم المتحدة.

وأكد الوزراء أن خارطة الطريق المقترحة تشكل إطاراً لا يتجزأ من هذه الخطة، وتهدف الطريق للمرحلة الثانية التي تشمل حصر السلاح بالتزامن مع الانسحاب الإسرائيلي الكامل، ونشر قوة استقرار دولية، وتولي اللجنة التنفيذية إدارة القطاع، وبدء عمليات العودة المبكرة وإعادة الإعمار، مشددين على ضرورة وفاء جميع الأطراف بالتزاماتها

بريطانيا تبدأ أول محاكمة بجرائم الإبادة الجماعية في رواندا



وجهت بريطانيا لأول مرة اتهامات بجرائم الإبادة الجماعية في رواندا عام 1994 لمواطن رواندي بتهمة التحريض على القتل، في خطوة تاريخية بناء على طلب حكومة كيغالي.

أعلنت هيئة الادعاء الملكية البريطانية توجيه

اتهامات بجرائم ارتكبت خلال الإبادة الجماعية في رواندا عام 1994، وهي المرة الأولى التي تحدث فيها مثل هذه الخطوة على الأراضي البريطانية.

ويواجه فينسنت براون، وهو مواطن رواندي يبلغ من العمر 65 عاماً، تهمة واحدة مرتبطة بالإبادة الجماعية وست تهم مرتبطة بالقتل.

وبحسب الشرطة البريطانية لمكافحة الإرهاب، التي تحقق أيضاً في جرائم

الحرب، فإن براون حرّض رفاقه على قتل أفراد من شعب التوتسي في أبريل 1994 في العاصمة الرواندية كيغالي. ويوجد براون حالياً قيد الاحتجاز، ومن المقرر أن يمثل أمام محكمة وستمنستر الجزئية يوم الثلاثاء.

وبدأ التحقيق في هذه القضية عام 2019 بناء على طلب رسمي من حكومة رواندا. وإلى جانب براون، يخضع ستة أشخاص آخرين للتحقيق في ذات السياق.

أمير قطر يدعو إلى إقامة نظام أمن جماعي في الخليج وفتح مضيق هرمز

دعا أمير دولة قطر الشيخ تميم بن حمد آل ثاني أول أمس الثلاثاء إلى حل الأزمة الحالية في المنطقة بالطرق الدبلوماسية، عبر فتح مضيق هرمز أمام الملاحة والعودة إلى المفاوضات، وصولاً إلى حل دائم يحقق الأمن والاستقرار للمنطقة كلها، بما فيها إيران.

وقال الشيخ تميم في كلمته خلال الدورة الـ 81 للجمعية العامة للأمم المتحدة إن منطقة الخليج تمر بإحدى أخطر مراحلها، لافتاً إلى أن الأزمة الحالية لم تكن مفاجئة، وإنما جاءت نتيجة تراكم سنوات من التأجيل وإدارة الأزمات بالحلول المؤقتة والسياسات غير الواقعية.

وأضاف أن تحويل شرايين الاقتصاد العالمي إلى أوراق ضغط ومساومة يدفع ثمنه الناس في مختلف القارات، مشيراً إلى أن الأزمة رفعت أسعار الغذاء والدواء وأثرت في أرزاق شعوب لا علاقة لها بالصراع.

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

طفلة أصغر مدربة يوغا..!

سجلت الطفلة الأمريكية فينيكس جيزيل هيكس، رقماً قياسياً في «غينيس»، كأصغر مدربة يوغا معتمدة، بعدما أكملت برنامجاً تدريبياً لتدريس اليوغا مدته 200 ساعة، وهي في الخامسة من عمرها و337 يوماً. وقالت فينيكس جيزيل هيكس، إنها بدأت ممارسة اليوغا من خلال حصص «الأم والطفلة» مع والدتها، قبل أن تتطور تجربتها إلى التدريب والتعليم. وتقدم حصصاً للأطفال والكبار في هيوستن بولاية تكساس برفقة والدتها أيضاً. وأضافت: «كنت الطفلة الوحيدة في دورة ضمت بالغين، ودرست علم التشريح، وقرأت كتباً متخصصة، وأنجزت أبحاثاً وحصصاً تدريبية يومية قبل الحصول على الشهادة». وأوضحت: «لا أكتفي بتعليم اليوغا فقط؛ إذ ألفت كتاباً لتعليم الأطفال تمارين التنفس واليقظة الذهنية، يوضح كيفية التنفس ببطء عند الشعور بالغضب أو الحزن أو التوتر».



أثار عمود يحمل 84 كاميرا مراقبة بقرية تشاوشيا بمقاطعة جيانجشي الصينية، موجة من الجدل على مواقع التواصل الاجتماعي، بعدما تداول زائر صوراً تظهر الكاميرات مثبتة بعمود واحد. أحصى السائح 84 وحدة كاميرا خلال زيارته القرية، وسرعان ما انتشرت الصور على منصات التواصل الصينية، ووصفها بعض المستخدمين مازحين بأنها شجرة المراقبة الأكثر اجتهداً في التاريخ، وعلق آخرون بأن العمود يحتوي على كاميرات أكثر من الطيور على فرع، في حين تساءل آخرون عن الحاجة إلى هذا العدد الكبير من أجهزة المراقبة. لكن السلطات المحلية أوضحت، أن المشهد لا يمثل جزءاً من نظام مراقبة واسع، وأن كاميرا واحدة فقط من الأجهزة المثبتة على العمود لا تزال تعمل. وكشفت أن بقية الكاميرات قديمة وتالفة، استخدمها مشغل مخيم سياحي في الموقع كعمل فني زخرفي، وتحول العمود إلى نقطة جذب للزوار ومنشئي المحتوى لالتقاط الصور. وقال تشونغ، مالك المخيم، إنه حصل على الكاميرات المهمة من أحد معارفه العاملين في مجال معدات المراقبة والأمن، وقرر استخدامها لإنشاء عمل فني بدلاً من التخلص منها. وأضاف: «لم أحصِ العدد الدقيق للكاميرات أثناء تركيبها، ولا أعرف ما إذا كانت السلطات أضفت لاحقاً أي أجهزة عاملة إلى العمود». وتعتمد سلطات القرية وضع لوحة تعريفية تشرح قصة الكاميرات ووظيفتها، لتجنب استمرار الالتباس بشأن الغرض من عشرات الكاميرات الظاهرة في الموقع.



84 كاميرا على عمود واحد في قرية

123 يوما حول العالم بالدراجة.. و53 ثقباً في الطريق

اللتين تقدمان خدمات الدعم في مجال الصحة النفسية. وتجاوزت التبرعات 69 ألف جنيه إسترليني، بعدما استقطبت الرحلة أكثر من 1700 مساهمة، وفق صفحة جمع التبرعات الخاصة بالرحلة. وأوضح الزوجان أن علاقتهما بركوب الدراجات بدأت في ظل تجربة مرتبطة بالصحة النفسية، ولذلك أرادا تحويل التحدي إلى وسيلة لمساعدة آخرين يواجهون صعوبات مماثلة. وبعد عشرة أعوام معا و123 يوماً على الطريق، قال كاييل إن الرحلة "قربتهما أكثر"، إذ تعلم كل منهما كيف يتعامل الآخر مع الإرهاق والضغط. أما محطتهما التالية، فهي الحصول على بعض الراحة وعلاج كسر كاييل، قبل التفكير في خوض تحديات جديدة.



انعطفت سيارة أمامهما على مسار للدراجات. وضغطت إيمي على المكابح بقوة، بينما اصطدم كاييل بحقيبتها وسقط أرضاً. وأصيب كاييل بكسر في عظمة الترقوة، كما ارتطم رأسه بالأرض وتصدعت خوذته. وفي تلك اللحظة، اعتقدت إيمي أن محاولة تسجيل الرقم القياسي انتهت. لكن كاييل رفض التوقف، رغم أن نحو ألفي ميل كانت لا تزال تفصلهما عن خط النهاية. وواصل الزوجان الرحلة بحذر شديد، ولم يكن ذلك الحادث الوحيد، إذ سقط الزوجان عن دراجتيهما 6 مرات خلال الرحلة. ومع ذلك، صمدت الدراجتان المصنوعتان من ألياف الكربون، واقتصرت الأعطال على 53 ثقباً في الإطارات وكابل واحد مقطوع، أصلحه كاييل على جانب الطريق. لم تكن محاولة تحطيم الرقم القياسي الهدف الوحيد، إذ أراد الزوجان جمع 50 ألف جنيه إسترليني لصالح مؤسستي "شاوت" و"ذا ميكس"،

عندما انطلق الزوجان البريطانيان إيمي وكاييل هيدسون على دراجتيهما في الأول من مايو، كان هدفهما الدوران حول العالم خلال مدة تتراوح بين 150 و180 يوماً، لكنهما عادا إلى مقاطعة ديربي البريطانية بعد 123 يوماً فقط، حاملين معها قصة من الألم والمغامرة و53 ثقباً في الإطارات. وقطع الزوجان نحو 18100 ميل، أي أكثر من 29 ألف كيلومتر، عبر 20 دولة ونصفي الكرة الأرضية، في محاولة لتسجيل أسرع رحلة حول العالم بالدراجة لزوجين، بحسب مجلة "سايلكنغ ويكلي". تعتمد إيمي وكاييل على نفسيهما طوال الرحلة، وكانا يستيقظان عند الرابعة صباحاً ويواصلان قيادة دراجتيهما حتى الثامنة مساءً، قاطعين نحو 150 ميلاً يومياً. وبهذه الوتيرة، أنهيا الرحلة قبل الموعد الذي حدداه بـ27 يوماً، وبفارق 83 يوماً عن الرقم السابق البالغ 205 أيام، الذي سجله ديفيد فيرغسون وكارولين سوييرو عام 2023. لكن الطريق لم يكن مجرد سباق مع الزمن، إذ واجه الزوجان حرارة قاسية وبرودة شديدة وأمطاراً غزيرة وسائقين عدوانيين وحيوانات بريّة. وجاء الاختبار الأصعب قرب مدينة مونتريال الكندية، عندما

طبيبة تترك مهنتها بعد 27 عاماً لبيع الكعك

افتتاح فرع ثانٍ، مؤكدة أنها رغم العمل لساعات طويلة تتذوق طعم السعادة الحقيقية بعيداً عن أعباء الطب. ويمثل قرار دونغ مين اتجاهها متزايداً ومتسارعاً بين الكوادر الطبية في الصين ممن يهربون من الإرهاق الجسدي والنفسي والأعباء الإدارية والمالية غير المتناسبة مع جهودهم، مفضلين عليها المهنة البسيطة واستعادة جودة حياتهم الشخصية وراحة بالهم.

علاج المرضى لتشمل تحمل المسؤوليات القانونية ومواجهة النزاعات المستمرة والتفتيش الحكومي المتكرر. ورغم معارضة عائلتها التي اعتبرت مهنة الطب الخيار الأكثر وجهة واجتماعية، أصرت دونغ مين على تغيير مسار حياتها بحثاً عن السكينة والسلام الداخلي. ولم يقتصر نجاح مشروعها على الصمود فحسب، بل ازدهر بشكل ملحوظ ليدفعها إلى

قررت الطبيبة الصينية دونغ مين، البالغة من العمر 48 عاماً، التخلي عن مسيرة طبية استمرت 27 عاماً لتتفرغ كلياً لإدارة متجر لبيع الكعك المحشو والمطهو على البخار في مقاطعة هوبي. وكانت دونغ مين، التي تخرجت في كلية الطب بجامعة ووهان عام 1999 وعملت في عدة مرافق طبية من ضمنها مستشفى مجتمعي صغير، تعاني ضغوطاً نفسية وإدارية هائلة تجاوزت حدود



إعداد / هاجر حامد



الأسرة

صحة

ما الذي يفعله الضوء الخافت بعينيك؟

مخاوف لا أساس لها من الصحة. تعديلات عملية لتجربة مشاهدة مثالية

للحد من آثار إجهاد العين، ينبغي السعي لتقليل الجهد الذي تبذله عضلات العين ونظامها البصري. وتتمثل الاستراتيجية الأكثر فعالية في الموازنة بين سطوع الشاشة والإضاءة المحيطة، وهو ما يُعرف غالباً بـ "الإضاءة المحيطة الموازنة" إذ يُفضل



أن يكون سطوع الشاشة أقل بقليل من سطوع الغرفة أو مساوياً له.

كما يمكن أن يساعد استخدام إعدادات مثل "الوضع الداكن" الذي يعكس نظام الألوان ليصبح نصاً فاتحاً على خلفية داكنة في تقليل إجمالي كمية الضوء المنبعث والتباين مع الغرفة المظلمة. وعلاوة على ذلك، قد يساهم خفض درجة حرارة اللون عبر ميزات مثل "Night Shift" أو غيرها من تقنيات تصفية الضوء الأزرق في تعزيز الراحة البصرية، لا سيما في فترات المساء. وتتكامل ممارسات الراحة البصرية المعروفة بمبادئ "الإرغونوميكس" أو الهندسة البشرية مع تعديلات السطوع لتوفير راحة شاملة؛ فعلى سبيل المثال، تقترح قاعدة "20-20-20" أخذ استراحة لمدة 20 ثانية كل 20 دقيقة للنظر إلى شيء يبعد مسافة 20 قدماً (حوالي 6 أمتار). وتتيح هذه الممارسة للعضلات الهدئية في العين الاسترخاء بعد فترات التركيز المستمر على الأجسام القريبة. وأخيراً، فإن الحفاظ على مسافة مشاهدة مناسبة وضبط التباين بشكل جيد في الشاشة يقلل من الأعباء البصرية، مما يحد بدوره من إجهاد العين الرقمي.

تُعد مشاهدة الشاشات الرقمية الخافتة أو قراءة الكتب في إضاءة محيطية منخفضة أمراً شائعاً، ويساور الكثيرين القلق من أن هذه الممارسة قد تلحق ضرراً دائماً بأبصارهم. وتؤكد علوم البصر أن انخفاض مستوى السطوع لا يسبب أضراراً عضوية دائمة للعين، مثل إعتام عدسة العين (المياه البيضاء) أو التنكس البقعي. ومع ذلك، فإن المشاهدة في ظروف الإضاءة الخافتة تُعد سبباً رئيسياً للشعور بعدم الراحة والإجهاد المؤقت، وهي حالة تُعرف باسم "إجهاد العين الرقمي" أو "الوهن البصري" وتُعد الأعراض المصاحبة لذلك -مثل تشوش الرؤية والصداع وجفاف العين- أعراضاً عابرة تزول بمجرد تحسين ظروف الإضاءة.

هل يُعد انخفاض السطوع ضاراً؟
- تتميز العين البشرية بقدرة فائقة على التكيف، حيث تتعدل وظائفها باستمرار لتلائم مستويات الإضاءة المختلفة دون أن تتعرض للضرر. ورغم أن استخدام الشاشات أو القراءة في إضاءة خافتة يتطلب من الجهاز البصري بذل جهد أكبر، إلا أن هذا الجهد لا يلحق ضرراً عضوياً بأنسجة العين أو بنيتها؛ فما يشعر به المرء من انزعاج هو مجرد علامة على إجهاد بصري مؤقت، يشبه إلى حد كبير ألم العضلات الذي يعقب ممارسة التمارين الرياضية. تنتج أعراض مثل الألم خلف العينين، أو الشعور بوجود جسم غريب داخلها، عن هذا الجهد المستمر. ويُعد هذا الإجهاد حالة قابلة للزوال تماماً، إذ لا يوجد دليل علمي يشير إلى أن انخفاض السطوع يؤدي إلى تدهور طويل الأمد في الرؤية. وتندرج هذه الأعراض المؤقتة ضمن ما يُعرف بـ "إجهاد العين الرقمي" أو "متلازمة رؤية الحاسوب" لذا فإن المخاوف من أن يؤدي انخفاض السطوع إلى العمى أو حالات مرضية دائمة أخرى هي

همسة في أذنك



الممرض / مسقون يوهانس تخلي

الطفل يتأثر بالشخص الذي يقضي معه وقتاً أطول، والذا نعطي أطفالنا من وقتنا فهو أفضل لتربيتهم

في الجزء الثالث من الحوار الذي أجريناه مع الممرض / مسقون، كنا قد تطرقنا إلى أهم الركائز الأساسية لبناء صحة الطفل وجسده، وتشكيل شخصيته وثقته بنفسه. أما في هذا الجزء الرابع، سنقدم لكم بناء سلوكيات الطفل وهو داخل رحم أمه، وأن كل ما يحيط بالطفل من مشاعر، وأصوات، وتصرفات داخل البيت يترك أثراً عميقاً في تشكيل طباعه وشخصيته المستقبلية. ننقلكم إلى مضابط الحوار:-



الممرض / مسقون يوهانس تخلي

الطفل ينظر إلى والده على أنه مجرد شخص يلبي طلباته المادية ويشترى له الألعاب والملابس فقط دون وجود رابط عاطفي بينهما. إن الطفل يتأثر دائماً بالشخص الذي يقضي معه وقتاً أطول، وإعطاء الأطفال من وقتنا هو أفضل استثمار لتربيتهم.

وأيضاً هناك خطأ شائع يقع فيه الكثير من أولياء الأمور، وهو اتباع أسلوب تربية واحد وجاف مع جميع الأبناء دون التفكير في الفروق الفردية بينهم. فالأطفال يختلفون تماماً في طباعهم مثل الأصابع، فهناك الطفل الهادئ، وهناك العصبي، وهناك النشيط، والكسول. والتربية الذكية والناجحة هي التي تقوم على فهم شخصية كل طفل على حدة، والتعامل معه بالطريقة التي تناسب طبيعته وتلبي احتياجاته النفسية الخاصة. عندما تشعر الأم ويشعر الأب باختلاف أطفالهم ويعاملون كل واحد بما يحتاجه، سنضمن حينها خروج جيل متزن، سوي نفسياً، وناجح في حياته المستقبلية وسط المجتمع.

من ردود أفعال وتصرفات، وتثبت هذه الأشياء في عقله حتى تصبح جزءاً من شخصيته عندما يكبر. يظهر هذا التأثير بوضوح شديد عندما يصل الطفل إلى عمر الثامنة وحتى العاشرة، وهي المرحلة التي تبدأ فيها شخصيته المستقلة في الظهور، ويصبح فيها واعياً ومدرِكاً لكل ما يدور حوله. لهذا السبب، يجب على الأب والأم الانتباه الشديد لكل كلمة أو حركة تصدر منهم أمام أبنائهم، حتى لا يكتسب الأطفال عادات سيئة من البيت، لأن تغيير هذه العادات في المستقبل سيحتاج من الأهل جهداً مضاعفاً بعد أن تكون قد أصبحت جزءاً ثابتاً من طباعهم.

ومع انشغال الأهل في الوقت الحالي وصعوبة الحياة ومغادرة الوالدين للمنزل بسبب ساعات العمل الطويلة، تظهر تحديات جديدة في تربية الأبناء. فإذا كان الأبناء يقضون يومهم مع الجدة في غياب الأبوين، فإن هذا لا يعني أبداً انتهاء دور الأب والأم في التربية، بل يجب عليهم بمجرد العودة من العمل تخصيص وقت حقيقي للجلوس مع أطفالهم، والتحدث معهم بحب، وسؤالهم بشكل مبسط ومستمر عن تفاصيل يومهم وماذا فعلوا. وهنا يجب أن ننبه إلى نقطة هامة تخص الأب العامل، حيث يميل الكثير من الآباء في مجتمعنا إلى قضاء أيام الإجازات والعطلات خارج المنزل مع الأصدقاء أو في الزيارات والمناسبات، ويتركون أطفالهم دون تواصل. هذا الأمر يجعل

حوار / هاجر حامد الجزء الرابع

تبدأ رحلة بناء شخصية الطفل في وقت مبكر جداً يفوق ما يتخيله الكثير منا؛ حيث يوضح الأطباء والمختصون أن الشهر السادس من الحمل هو الوقت الفعلي الذي يبدأ فيه عقل الجنين في العمل والنضج داخل رحم أمه. في هذه الفترة الحرجة، يبدأ الطفل الصغير في سماع الأصوات من حوله، بل ويتأثر بكل ما تشعر به الأم من فرح أو حزن أو قلق. بناءً على هذه الحقيقة العلمية، يصبح الحفاظ على راحة الأم النفسية وهدوئها واجباً أساسياً وليس مجرد رفاهية، لأن العصبية الزائدة والتعرض المستمر للمشاكل والضغط النفسي في بيئة البيت يؤثر بشكل مباشر على خلايا الطفل العصبية وطباعه بعد الولادة. لذلك، من الضروري جداً أن تبتعد الأم فوراً عن أي مكان يحدث فيه شجار أو صوت عالٍ، وأن تحرص على أخذ أنفاس عميقة لتهدئة نفسها. وهنا يأتي الدور الكبير والمهم للزوج وباقي أفراد العائلة في فهم حساسية هذه المرحلة، وتقديم كل الدعم النفسي والهدوء للأم الحامل من أجل سلامة طفلهم القادم.

هذا التأثير الذي يبدأ في بطن الأم يستمر ويكبر مع الطفل بعد ولادته، فالطفل يشبه المرأة تماماً، يراقب كل تصرفات والديه أو الأشخاص الذين يعيشون معه ويقضون معه الوقت الأطول مثل الجد والجدة. حيث يبدأ الطفل الصغير في تقليد كل ما يراه

مطبخ أسرتي

توست بالافوكادو

المقادير:

- الأفوكادو : 1 حبة (مهروس)
- توست : 2 شريحة
- الثوم : فص (مهروس)
- زيت الزيتون : ملعقة كبيرة
- ملح : ربع ملعقة صغيرة

- فلفل أسود : ربع ملعقة صغيرة

- عصير الليمون : 1 حبة
- بقودونس : ملعقة صغيرة (طازج ومفروم)
- طريقة التحضير:
- اخلطي الأفوكادو مع عصير الليمون

- والمالح والفلفل الأسود والثوم وزيت الزيتون.

- حمصي خبز التوست.
- وزعي خليط الافوكادو على خبز التوست المحمص. وزعي البقدونس فوق التوست وقدميها.



نظم غذائية.. أكثر إنصافاً وقدرة على الصمود

إن مفهوم تنظيف المدن لم يعد مقتصرًا على رفع النفايات من الشوارع أو إزالة التراكمات من الأحياء والأسواق ، بل أصبح الأمر مرتبطاً بالسؤال الأهم حول كيفية منع إنتاج النفايات من أساسه. وفي العقود الأخيرة ، قمنا بتغيير نظامنا الغذائي وعاداتنا في الأكل بشكل كبير نتيجة للعملة والتحضّر ومَوِّ الدخل. فقد انتقلنا من الأطباق الموسمية التي تعتمد أساسًا على النباتات والألياف الغنية إلى الأنظمة الغذائية ذات السعرات الحرارية العالية والتي تحتوي على نسبة عالية من النشويات المكررة والسكر والدهون والملح والأطعمة المصنعة واللحوم وغيرها من المنتجات الحيوانية المصدر. بينما تقلص الوقت المخصص لإعداد وجبات الطعام في المنزل وأصبح المستهلكون يعتمدون بشكل متزايد على الأسواق الممتازة (السوبرماركت) ومنافذ الوجبات السريعة وبائعي الأغذية في الشوارع والمطاعم السريعة خاصة في المناطق الحضرية. وأدّى مزيج من النظم الغذائية غير الصحية وأهمّات حياة تقل فيها الحركة إلى ارتفاع معدلات السمنة ليس فقط في البلدان المتقدمة ولكن أيضًا في البلدان المنخفضة الدخل حيث يتعايش الجوع والسمنة في كثير من الأحيان.



احتفل المجتمع الدولي في العشرين من سبتمبر الجاري 2026، باليوم العالمي لتنظيف البيئة تحت شعار ” من أطباقٍ نظيفة إلى مدنٍ نظيفة“. حيث تم تسليط الضوء هذا العام على مسألة هدر الأغذية والذي يُعدُّ واحداً من أكبر مسببات تدفقات النفايات التي تثقل كاهل المدن والمجتمعات المحلية حول أنحاء المعمورة، على الرغم من كونها واحداً من أكثرها قابلية للحل. كما يجسد شعار العام الحالي ” الصلة بين خياراتنا على موائدنا والنظم التي ترسم ملامح أحيائنا ومدننا “. ومن هنا إنبثقت الدعوة إلى منع هدر الأغذية والاستفادة من الصالح منها للأكل عوضاً عن من هدرها وبالتالي استرداد المواد العضوية التي يتعذر تجنبها وبناء مدن أنظف تقوم على تدوير الموارد واستخدامها بكفاءة أكبر. ومن الجدير بالذكر أن الجمعية العامة للأمم المتحدة، اعتمدت قرار الإحتفال بهذه المناسبة في في جلستها التي عقدت في الثامن من ديسمبر 2023، لإيمانها بمسؤولية المجتمع الدولي المشتركة في صون بيئة نظيفة وصحية وإدارة النفايات على أسس أكثر استدامة. عموماً، يشير العديد من الخبراء والجهات الدولية ذات الصلة، إلى الحاجة الماسة إلى تعزيز إدارة النفايات على نطاق عالمي وأهمية ممارسات الإنتاج والاستهلاك المستدامة على حد سواء.

أما في السطور التالية فلا بأس عزيزي القارئ الكريم من المرور في عجلة على البعض من الرسائل الرئيسية التي تم تسليط الضوء عليها بهذه المناسبة وذلك على سبيل المثال لا الحصر:

1- الحد من هدر الطعام، حيث تم التركيز على ضرورة تقليل هدر الطعام من المصدر، حيث يهدر يومياً أكثر من مليار وجبة عالمياً، مقابل معاناة ملايين البشر من الجوع.

2- الربط بين السلوك الفردي والبيئة، حيث يجسد ذلك الصلة المباشرة بين خياراتنا اليومية على موائد الطعام وبين حجم النفايات التي تثقل كاهل المدن.

3- حفظ الموارد, حيث يتم التذكير

بأن هدر الطعام يعني أيضاً إهداراً للمياه والطاقة والجهد والأرض المستغلة في إنتاجه.

4- تعزيز الإقتصاد الدائري، حيث تتم الدعوة لفرز النفايات العضوية ومخلفات الطعام من المصدر للإستفادة منها في إعادة التدوير وصناعة الأسمدة. ولا بأس عزيزي القارئ الكريم، من الغوص قليلاً في السطور التالية بين حنايا البنود التي تحويها المادة 33 من المرسوم والمتعلقة بإدارة وتخفيض النفايات:

البند الأول - أي شخص يقوم
بنشاطات تولد النفايات , يتحمل مسؤولية إزالتها وإدارة هذه النفايات بشكل كامل ويتخذ إجراءات ضرورية من شأنها تخفيض آثارها وفقاً لمتطلبات هذا المرسوم , وقوانين أخرى ذات صلة

البند الثاني- عملية جمع أو إعادة
تصنيع أو معالجة أو التخلص من النفايات دون ترخيص قانوني محظور تماماً . وكل الأشخاص الناشطين في مثل هذه الأعمال , عليهم القيام بالتحوط الضروري لتفادي إلحاق أي ضرر بالبيئة

البند الثالث- كل الإدارات الحضرية
والريفية سوف تبذل الجهد لتخفيض مشاكل صحية ناتجة عن البيئة من خلال إقامة إدارات كفؤة ونظام

بلدية ملائم من أجل جمع النفايات الجافة والسائلة أو مواد تم تصنيعها أو معالجتها . ويخضع الموقع الذي تم إختياره للتخلص من النفايات لمعايير تقدير التأثير البيئي .

البند الرابع- على الوكالات المختصة
والأشخاص المعنيين بإصلاح أي مكان
يقصده العامة في جميع الأوقات ،
توفير المراحيض الكافية والحاويات أو
أماكن لجمع الأوساخ والنفايات .

عموماً، يشير الخبراء إلى أن النظم البيئية لكونها تتأثر بكيفية استخدامنا للموارد غير المتجددة وعمليات التخلص منها ، بالإضافة إلى أن موارده المتجددة (مثل المياه والأخشاب والأسماك) تستهلك بسرعة أيضاً. لذا برزت الحاجة الملحة إلى ضرورة موازنة مستوى الانتاج والإستهلاك أي ينبغي خفض كمية النفايات المتولدة عنه . بالإضافة إلى ذلك نلاحظ أن تطبيق أُمَاط الاستهلاك والإنتاج المستدامة يساعد على إنجاز خطط التنمية الشاملة وخفض التكاليف الاقتصادية والبيئية والاجتماعية مستقبلاً بالإضافة إلى توطيد القدرة التنافسية الاقتصادية وخفض حدة الفقر.

ويشير العديد من الخبراء والجهات الدولية ذات الصلة، إلى أن العالم، يهدر

كل يوم أكثر من مليار وجبة، فيما يكابد في الوقت ذاته ملايين من البشر الجوع في أنحاء متفرقة من المعمورة. وحتماً يشكل هذا الكم الهائل من النفقات مشكلة كبيرة وتحدي في كيفية إدارتها بالإضافة إلى تأثير ذلك وإسهامه في تغير المناخ وتبديد العديد من الموارد الطبيعية للأرض والمياه، إضافة إلى تقويضه للجهود الدولية الرامية إلى بناء وإرساء نظم غذائية أكثر إنصافاً وقدرة على الصمود.

أما في السطور التالية، فلا بأس من أن
نتمتع في الأرقام والإحصاءات التالية
التي تشير إليها المنظمات الدولية ذات
الصلة وذلك على سبيل المثال لا الحصر:

1- هدر نحو 1.05 مليار طن متري
من الأغذية في عام 2022، أي 19% من
الأغذية المتاحة للمستهلكين.

2- يقع 60% من هدر الأغذية لدى المستهلكين على مستوى الأسر المعيشة.

3- تهدر الأسر المعيشية أكثر من مليار وجبة كل يوم.

4- يُفقد نحو 13% من الأغذية بعد الحصاد وقبل وصولها إلى تجارة التحوّلة.

5- يتسبب الفاقد والمهدر من الأغذية في 8-10% من الانبعاثات

الحرارية العالمية لغازات الدفيئة.

6- يمثل هدر الأغذية ما يصل إلى 14% من انبعاثات الميثان العالمية.

7- عانى نحو 673 مليون شخص من الجوع في العام 2024.

أما في السطور التالية فلا بأس من أن نرى البعض مما يمكننا القيام به على المستوى الفردي في هذا المجال وذلك على سبيل المثال لا الحصر:

1- تقليل نفاياتنا عبر الشراء الواعي، حيث يجب علينا التفكير مسبقاً في كل ما نشتره، ونختار الخيار المستدام كلما أمكن ذلك.

2- لا تهدر الطعام، وقلل استهلاكك للبلاستيك الذي يعد أحد الملوثات الرئيسية للمحيطات والبيئة عموماً. بالإضافة إلى استخدام الحقائب القابلة لإعادة الإستخدام كالفقعة المصنوعة من السعف على سبيل المثال.

3- إعادة تدوير الزجاجات البلاستيكية مع رفض استخدام المصصات البلاستيكية هي أيضاً وسائل فعالة في الحد من النفايات.

وستنوع في العدد القادم أكثر مع مقاصد الهدف الثاني عشر من أهداف التنمية المستدامة لعام 2030، والمتعلق بالإنتاج والإستهلاك المستدامين وغيرها من المحاور ذات الصلة انشاءالله.

رقصة فنية

إعداد / جمال محمد علي

توم كروز يكشف عن سر غريب لاختيار أفلامه... لا أقرأ السيناريو بنفسى..



كشف النجم العالمى توم كروز عن الطريقة التى يعتمد عليها فى اختيار الأعمال السينمائية التى يتلقى عروضاً للمشاركة فيها، قائلا إنه لا يفضل قراءة السيناريو بنفسه للمرة الأولى.

وقال توم كروز، خلال ظهوره فى برنامج New Heights، إنه يطلب من المخرج أو المؤلف قراءة السيناريو له بصوت عالٍ، حتى يتمكن من التعرف على رؤية صانع العمل للقصة دون أن تتأثر قراءته بأفكاره وتصوراتهِ الخاصة.

وأوضح أن الكاتب أو المخرج يكون قد أمضى وقتاً طويلاً فى تطوير السيناريو، وبالتالي يمتلك تفاصيل وأفكاراً تساعد على فهم المشروع بشكل أفضل عند الاستماع إليه من صاحبه. وأشار توم كروز إلى أن هذه الطريقة تمنحه فرصة للتعامل مع الفيلم فى



ووفاء صادق،

ومحمد سليمان، وداليا شوقي. ومن أشهر أعمالها مسلسل «أرابيسك»، و«أسفة أرفض الطلاق»، و«المفسدون فى الأرض»، و«أم كلثوم»، و«الطوفان»، إلى جانب عدد من الأعمال الأخرى.

«أعز بما قدمت واكتفيت».. نادية رشاد تفاجئ جمهورها باعتزال الفن

وكتبت نادية رشاد: «لكل من يهمه الأمر، أنا لم أعد أمثل أو أكتب السيناريو، ولا أرحب بمكالمة من أي زميل، رغم احترامي للجميع، أعز بما قدمت واكتفيت».

مؤكدة أن قرار اعتزالها التمثيل وكتابة السيناريو، لا ينطبق على مؤلفاتها الأدبية. وكان مسلسل «وبينا ميعاد» من أحدث الأعمال التى ظهرت خلالها نادية رشاد، وشارك فى بطولته عدد كبير من الفنانين، من بينهم شيرين رضا، وصبري فواز، ومدحت صالح، وخالد أنور، وبسمة،

فاجأت الفنانة المصرية نادية رشاد جمهورها بإعلان اعتزالها العمل الفني بصورة نهائية، مؤكدة توقفها عن التمثيل وكتابة السيناريو، بعد مسيرة طويلة قدمت خلالها عدداً من الأعمال التى تركت بصمة لدى المشاهدين. وأكدت الفنانة المصرية أنها لم تعد ترغب فى ممارسة التمثيل أو كتابة السيناريو، كما وجهت رسالة مباشرة إلى زملائها فى الوسط الفني، أوضحت خلالها أنها لا تحب بتلقي اتصالات تتعلق بالعمل خلال المرحلة المقبلة.

تايلور سويفت تفوز بجائزة MTV الجديدة لأفضل "مخرج فنان"



أسلوباً إخراجياً مميزاً". وسيُبت حفل جوائز MTV للأغاني المصورة، الذي سيقدمه سنوب دوج، على الهواء مباشرة من لوس انجلوس، الأحد، على قناتي CBS و MTV، كما سيتم

قالت شبكتا CBS و MTV، إن المغنية تايلور سويفت ستكون أول من يفوز بجائزة "المخرج الفنان" فى حفل توزيع جوائز MTV للموسيقى المصورة هذا العام، وهي جائزة استحدثت لتكريم الموسيقيين الذين ساهمت أعمالهم خلف الكاميرا فى إنتاج مقاطع الفيديو الموسيقية وسرد القصص البصرية. وقالت الشبكتان إن الجائزة، التى تُمنح لسويفت، الحائزة على 14 جائزة جرامي، "تحثي مسيرة إبداعية متواصلة ومؤثرة لفنانين أبدعوا لأقصى الحدود وطوروا

«الكرة السوداء» الإسباني يفوز بالجائزة الكبرى لمهرجان «تورونتو» السينمائي



فاز الفيلم الإسباني «لا بولا نيغرا» أي (الكرة السوداء) وتدور أحداثه خلال الحرب الأهلية، بالجائزة الكبرى فى ختام مهرجان تورونتو السينمائي الدولي، الأحد.

ويروي هذا الفيلم الذي يتولى ميغيل برناردو الدور الرئيسي فيه إلى جانب

النجمتين بينيلوبي كروز وغلين كلوز، قصص ثلاثة رجال عبر عصور مختلفة فى إسبانيا، وفق «فرانس برس».

ويجعل الفوز فى تورونتو فيلم المخرجين خافيير أمبروسي وخافيير كالفو أحد أبرز الأعمال المرشحة لـ «أوسكار»، إذ ثبت أن الجائزة الكبرى التى يفوز بها من يحصل على الأكثرية فى تصويت الجمهور تشكل مؤشراً بارزاً فى هذا المعنى. وسبق لأمبروسي وكالفو أن تقاسما جائزة أفضل

إخراج فى مهرجان «كان» السينمائي مع البولندي بافيل بافليكوفسكي. واستوحيت فكرة الفيلم من مسرحية غير منشورة كتبها الشاعر فيديريكو غارثيا لوركا الذي أعدهم الفاشيون فى بدايات الحرب الأهلية الإسبانية العام 1936. وشدد كالفو فى تصريح إلى وسائل الإعلام على أن الفيلم يتمحور على «التعاطف والإنسانية والنظر إلى الآخر كإنسان».

10 أفلام وثائقية و9 روائية تتنافس على جوائز مهرجان الجونة السينمائي فى دورته التاسعة

ديل باسو، و حليلة - Halima: إخراج ياسين الإدريسي، و روز - Rose: إخراج ماركوس شلاينزر، و قساطل - Pipes: إخراج كريم قاسم، و قليل من النور - A Bit of Light: إخراج علي عسكري، و كل العشاق فى الليل - All the Lovers in the Night: إخراج يوكيكو سودي، و لمن يجرو - Only Rebels Win: إخراج دانيال عرييد.

وتقدم المسابقتان مجموعة متنوعة من الأفلام التى تجمع بين التجارب السينمائية المختلفة والأصوات الجديدة، ضمن برنامج الدورة التاسعة من مهرجان الجونة السينمائي.

وتقدم المسابقتان مجموعة متنوعة من الأفلام التى تجمع بين التجارب السينمائية المختلفة والأصوات الجديدة، ضمن برنامج الدورة التاسعة من مهرجان الجونة السينمائي.

ويتتبع عودة امرأة إلى بيروت بعد انفجار المرفأ واستكشافها لآثار الخراب والذاكرة. طبيب أمريكي - American Doc-tor: إخراج بوه سي تينج، ويرصد تجربة ثلاثة أطباء أمريكيين يدخلون غزة لإنقاذ الأرواح. عودة كابتن كابونجا - The Return of Captain Kabonga: إخراج أمير الشناوي، ماريينكا - Mariinka: إخراج بيتر-يان دي بو مفيش راجل بيعيط - Big Boys Don't Cry: إخراج محمد مصطفى، ويستكشف مفهوم الرجولة والهشاشة وتضم المسابقة 9 أفلام، هي: أرض الأجداد - Fatherland: إخراج بافل بافلوكوفسكي، و بعد ثلاثة أسابيع - Weeks After 3: إخراج ميروسلاف تيرزيتش، وحديقة أحلامنا - The Garden We Dreamed: إخراج خواكين

تشهد الدورة التاسعة من مهرجان الجونة السينمائي منافسة 19 فيلماً على جوائز مسابقات الأفلام الطويلة، بواقع 10 وثائقية و9 روائية، من دول عربية وأجنبية، وتتنوع موضوعاتها بين القضايا الإنسانية والاجتماعية وتجارب الحرب والهجرة والهوية والعلاقات الإنسانية. تضم المسابقة 10 أفلام، من بينها 4 لمخرجين يخوضون تجربتهم الأولى. ومنها: الدب المزعج - Nuisance Bear: إخراج جابر بيلا أوسيو فاندن و جاك وايزمان، ويتناول علاقة الدب القطبي بعالم البشر فى ظل التغيرات التى تفرضها السياحة والصيد. دمية العجل - The Calfdoll: إخراج أنكور هودا، حول أستاذ متقاعد يواجه التوسع الحضري الذي يهدد عالمه الريفى. حلم صيف آخر - Dream of Another Summer: إخراج إيرين بارتولومي،

سفارة دولة ارتريا بجمهورية مصر العربية تحتفل باليوبيل الذهبي لتأسيس مدرسة الثورة

خمسون عاماً على تأسيس مدرسة الثورة.. احتفاء بذاكرة التعليم وصمود أجيالها في الميدان



من المعلمين والطلاب الذين ارتبطت تجربتهم التعليمية بظروف استثنائية تركت أثراً في ذاكرتهم.

وفي كلمته خلال المناسبة، أكد سعادة الأستاذ/ أمان عبدالواسع على أهمية الاحتفال بمرور خمسين عاماً على تأسيس مدرسة الثورة، مشيراً إلى أن تنظيم هذه الفعالية يأتي تأكيداً على المكانة التي يحتلها التعليم في حياة المجتمعات، باعتباره الوسيلة الأساسية لمواجهة الجهل والتخلف، والأداة الفاعلة لبناء الإنسان وتنمية قدراته، مهما اختلفت الظروف والأزمنة.

ومن جانبه قدّم الأستاذ /محمّد نور إدريس مسؤول شئون الجماهير في السفارة شرحاً وافياً عن الترتيبات التي سبقت تنظيم هذه الفعالية، موضحاً أنه تم تشكيل لجنة خاصة ضمت عدداً من قدامى طلاب مدرسة الثورة ومعلميها الذين واكبوا مختلف مراحل مسيرتها، حيث عملت اللجنة على إعداد برنامج شامل يتناسب مع أهمية الاحتفال باليوبيل الذهبي لإنشاء مدرسة الثورة. كما أعرب عن شكره وتقديره لكل من أسهم في إعداد برنامج الاحتفال، وشارك في إنجاح فعالياته وإخراجه بالصورة التي تليق بهذه المناسبة. وقد تم توزيع شهادات شكر وتقدير على أعضاء لجنة الإحتفال وكل من ساهم في إنجاح المناسبة.

واختتمت فقرات البرنامج بعرض موسيقي قدمته الفرقة الموسيقية للجالية الإرترية، عكس جانباً من التراث الثقافي والفني للجالية، وأضفى على المناسبة أجواءً احتفالية مميزة، جمعت بين استحضار الذاكرة والاحتفاء بهذه المناسبة.

كما تم التأكيد على أهمية مواصلة تنظيم مثل هذه الأنشطة، وتعزيز التعاون والتواصل بين أبناء الجالية، ودعم المبادرات التي تخدم المجتمع، وتسهم في الحفاظ على الروابط الثقافية والاجتماعية والوطنية لأبناء الجالية في الخارج .

التعليمية. وعبر العقيد/ حامد يوسف عن شكره وامتنانه للجالية الإرترية بالقاهرة على هذا التكريم، معرباً عن سعادته واعتزازه برؤية ثمار النضال الذي بذلته الأجيال السابقة، وما وصل إليه التعليم في بلادنا.

وفي كلمة مقتضبة، أشار إلى أن خريجي مدرسة الثورة لعبوا ولا يزالون يلعبون، أدواراً مهمة في مختلف المجالات، سواء خلال فترة النضال أو في مرحلة بناء الدولة. واستشهد في هذا السياق بالدكتورة /حليمة محمد، وزيرة التعليم الحالية، باعتبارها إحدى ثمار المسيرة التعليمية لمدرسة الثورة التي بدأت في تلك الظروف الصعبة.



تلا ذلك عرض ضوئي باستخدام برنامج- PowerPoint تناول أهمية التعليم ودوره في نهضة الشعوب وتطور المجتمعات بصفة عامة، كما استعرض تاريخ تأسيس مدرسة الثورة في الميدان عام 1976 م، ومراحل تطورها ومسيرتها التعليمية. وقدّم العرض الأستاذ /آدم إدريس محمد، الذي التحق بمدرسة الثورة عام 1977 ثم أصبح معلماً فيها.

وهكذا لم تقتصر الفعالية على الاحتفال بمرور خمسين عاماً على تأسيس مدرسة الثورة، وإنما أتاحت للحاضرين استعادة جانب من تاريخ التعليم في زمن الكفاح المسلح، واستحضار أسماء من أسهموا في تأسيس المدرسة ومسيرتها، وتذكّر جيل

فقرات البرنامج وفق الترتيب المعد لها. وشهد الاحتفال حضوراً تجاوز 250 شخصاً، من المسؤولين وأبناء الجالية الإرترية، إلى جانب عدد من الضيوف، وتلاميذ مدرسة أدال ومدرسة بانا .

قدّم تلاميذ مدرسة أدال، بقيادة مديرها الأستاذ/ محمدعثمان محمد والأستاذة/ مبراق قدوس مديرة مدرسة بانا، مجموعة من الأناشيد التي أدتها فرقة الورود الحمراء. أشرف على تقديم فرقة الأناشيد الفنان / زيناوي تسفاي وكان معظمها من الأناشيد التي كان يرددها تلاميذ مدرسة الثورة إبان فترة الكفاح المسلح في الميدان. وقد لاقت استحسان الحضور وتفاعلاً واضحاً، ولا سيما من خريجي مدرسة الثورة ومعلميها الذين عايشوا تلك المرحلة. وبالنسبة إليهم، لم تكن تلك الأناشيد مجرد فقرات فنية ضمن برنامج الاحتفال، بل حملت في كلماتها وألحانها شيئاً من ذاكرة المدرسة، وأعادت إلى الوجدان مشاهد من سنوات الدراسة التي عاشوها في ظروف استثنائية.

وفي مشهد عفوي مؤثر، ورغم ظروفه الصحية، نهض من بين الحضور ضيف المناسبة العقيد/ حامد يوسف (أبو شيخ)،

لإحياء ذكرى مرور خمسين عاماً على تأسيسها، وإثماً باعتباره وقفة لاستحضار ذاكرة التعليم في زمن الكفاح المسلح، واستخلاص الدروس والعبر من تجربة أجيال آمنت بأن بناء الإنسان بالعلم لا يقل أهمية عن أي شكل آخر من أشكال النضال.

إن استعادة تلك التجربة تذكّراً بالصعوبات التي واجهها المعلمون والطلاب، وبالإرادة التي جعلتهم يتشبثون بالتعليم رغم انعدام الأمن وشحّ الإمكانيات وقسوة الظروف. فقد أدرك أولئك الرواد أن مقاومة الجهل والتخلف لا تتوقف في زمن الأزمات، بل تصبح أكثر إلحاحاً، وأن المدرسة يمكن أن تكون، حتى في أبسط صورها، مساحة لصناعة المستقبل وبناء الإنسان. وعليه فإن اليوبيل الذهبي يمثل مناسبة لاستحضار تلك الذاكرة التعليمية، وتكريم الذين أسهموا في تأسيس المدرسة ومسيرتها، وربط تجربة الماضي بحاضر التعليم ومستقبله، بما يضمن ألا تضيق تضحيات تلك الأجيال في طيات النسيان، وأن تبقى تجربتهم شاهداً على أن الإصرار على التعليم قادر على شق طريقه حتى في أحلك الظروف.

وفي خضم إحياء هذه المناسبة، تفضّل سعادة الأستاذ /أمان عبدالواسع بقص شريط افتتاح الفعالية، إيذاناً ببدء برنامج الاحتفال، ثم قام بصحبة الحضور بتفقد معرض الصور الذي عكس جانباً من مختلف أنشطة مدرسة الثورة ومراحل مسيرتها. وقد تولى شرح محتويات المعرض والتعريف بالصور الأستاذة/ آمنة عمر قاضي والأستاذ/ حامد عثمان، وكلاهما من خريجي مدرسة الثورة.

بعد ذلك، تفضّل الحضور بالدخول إلى قاعة الاحتفال، حيث وقف الجميع دقيقة حداد ترحماً على أرواح شهداء الثورة. أعقب ذلك كلمة افتتاحية ألقاها اللجنة المنظمة، ثم جرى استعراض

نظمت سفارة دولة ارتريا بجمهورية مصر العربية، الخميس الماضي الموافق 17 سبتمبر 2026 م، احتفالاً باليوبيل الذهبي لتأسيس مدرسة الثورة، في أحد قاعات مركز تنمية الشباب-نادي الجزيرة، بمدينة القاهرة.

جاء الاحتفال إحياءً للذكرى الخمسين لتأسيس المدرسة، التي بدأت أول نشاطها التعليمي في سبتمبر من عام 1976 م في منطقة زيرو بالأراضي المحررة في إرتريا، في مرحلة ارتبط فيها التعليم بظروف الكفاح المسلح، وأصبح جزءاً من حياة المجتمع في تلك المرحلة.

شارك في الاحتفال أعضاء السفارة الإرترية، يتقدمهم سعادة القائم بأعمال السفارة الأستاذ /أمان عبدالواسع إلى جانب رئيس وأعضاء الجالية الإرترية بالقاهرة، وعدد من القيادات المجتمعية، وممثلين عن قطاعي الشباب، الطلبة والمرأة، فضلاً عن فرق الورود الحمراء التابعة لمدرسة أدال ومدرسة بانا.

يأتي تنظيم هذه الفعالية تأكيداً على المكانة التي يحتلها التعليم في حياة المجتمعات، باعتباره الوسيلة الأساسية لمواجهة الجهل والتخلف، والأداة الفاعلة لبناء الإنسان وتنمية قدراته مهما كانت الظروف والأزمنة. ولعل إنشاء مدرسة الثورة عام 1976 م في الميدان، في ظل ظروف بالغة التعقيد والصعوبة، يمثل نموذجاً حياً للإلتزام على التمسك بالتعليم وجعله جزءاً من معركة التحرر. فقد أنشئت المدرسة في وقت كان فيه انعدام الأمن نتيجة الكفاح المسلح الذي كانت تخوضه قوات التحرير الشعبية من أجل الحرية والاستقلال، فضلاً عن شحّ الإمكانيات وانعدام أبسط مقومات العملية التعليمية؛ فلم تكن هناك فصول دراسية مجهزة، ولا أثاث مدرسي كافٍ، ولا كتب ووسائل تعليمية بالقدر المطلوب.

وفي تلك الظروف القاسية، أصبح إنشاء المدرسة في حد ذات معركة أخرى لمقاومة الجهل والتخلف. بدأت مدرسة الثورة بإمكانات متواضعة للغاية؛ فكانت الأشجار ظللاً يحمي به المعلمون والطلاب وتتعدد تحته الدروس، وكانت الصخور تقوم مقام السبورة والمقاعد. ومع ذلك، لم تكن قلة الإمكانيات قادرة على إطفاء شعلة التعليم، فقد كان عزم المناضلين وتفاي المعلمين وإصرار الطلاب كفيلاً بتذليل الصعاب والاستمرار في أداء رسالة المدرسة.

من هنا، فإن الاحتفال باليوبيل الذهبي لمدرسة الثورة لا ينبغي أن يُنظر إليه باعتباره مجرد مناسبة احتفالية

وزير الإعلام يتحدث عن صفحة تعاون جديدة مع واشنطن

قال لـ«الشرق الأوسط» إن بلاده ترحب بالشراكات الدولية وتتجنب «التبعية»

اجرى الصحفي خالد محمود من جريدة الشرق الأوسط الحوار ادناه مع معالي وزير الاعلام السيد/يماني قمر مسقل ، ننقله للقراء كما جاء في الحوار تعميمًا للفائدة، فيلإ مضابط الحوار ...

بسبب التاريخ والجغرافيا فحسب، بل لأن البلدين يقعان في منطقة استراتيجية حيوية، خاصة طريق البحر الأحمر البحري، ويتشاركان وجهات نظر متشابهة بشأن آليات تعاون الدول الساحلية لتعزيز أمن هذا الممر».

وأضاف: «إرتريا ومصر والدول الأخرى ذات التوجه المماثل في القرن الأفريقي ومنطقة البحر الأحمر تجاوزت الشعارات إلى آليات عمل مشترك لتعزيز الأمن والاستقرار الإقليمي».

وشدد على أن «مبادئ مجلس الدول الساحلية في البحر الأحمر وخليج عدن تبقى منصة رئيسية للتعاون متعدد الأطراف، إلى جانب توافق المواقف بشأن حل الصراع في السودان والوضع في الصومال».

وبشأن أولويات السياسة الخارجية الإرترية خلال المرحلة المقبلة، قال " إن سياسة بلاده دائماً ما كانت متسقة وشفافة، وتقوم على بناء علاقات ثنائية ومتعددة الأطراف قائمة على أطر تعاون متكافئة ومفيدة للطرفين».

ورفض وصف إرتريا بـ«الانعزالية»، معتبراً ذلك «مفهوماً زائفاً وخبيثاً روجه منتقدوها»، ويتناقض مع موقعها الجغرافي الاستراتيجي ومقدراتها الاقتصادية وسياسات حكومتها.

وقال: «أسمرا ستسعى بجدية إلى الاستفادة من الانفتاحات الدبلوماسية الجديدة لتعزيز مصالحها الوطنية الأساسية».



تتمتع بمزايا في قطاعات متعددة ومفتوحة للاستثمار في المجالات ذات المنفعة المتبادلة، مع وجود بنية تحتية قانونية وإدارية متطورة».

وأكد أن «شراكات إرتريا الدولية تقوم دائماً على روابط مستدامة تعزز المنافع المتبادلة والمتكافئة، وتتجنب المزايا غير المتوازنة أو التبعية الهيكلية، وهي مبادئ أصبحت أعرافاً تحكم التعاون الثنائي والمتعدد الأطراف».

العلاقات مع مصر

وعن العلاقات مع مصر، قال: «التعاون مع مصر تطور بوتيرة سريعة خلال العقد الماضي، ليس

العربية والأفريقية، قال "إن بولس التقى وزير الخارجية الإيتري، عثمان صالح، على هامش زيارته الأخيرة إلى القاهرة. وأوضح أن اللقاءات السابقة كانت «محادثات أولية لإعداد الأرضية لمناقشات أشمل على مستويات مناسبة تتناول علاقات تعاون ثنائي شاملة تركز على الاستثمار والتجارة»، معرباً عن أمله في أن يسرع رفع العقوبات هذه الاتصالات.

وفيما يتعلق بالتداعيات المباشرة لرفع العقوبات، قال إنها تفتح «آفاق استعادة الفرص الضائعة، والمضي قدماً بسرعة»، مشيراً إلى أن إرتريا

وأكد الوزير في تصريحاته لـ«الشرق الأوسط» أن تلك العقوبات التي تقرر رفعها «لم تكن مبررة بأي معايير في الأساس، وتسببت في أضرار اقتصادية كبيرة».

وأضاف: «رفعها يبعث برسالة مهمة إلى المجتمع الدولي بإزالة جنوح سياسي لم يكن يبشر بالخير للاستثمار والتفاعل الأوسع».

وأشار إلى أن نطاق التعاون التفصيلي في الفترة المقبلة سيتحدد عبر القنوات والمنصات المناسبة، مع التركيز على الاستثمار والتجارة.

وعن دور مسعد بولس، المستشار الأول للرئيس الأميري للشؤون

رحب وزير الإعلام الإرتري، يمانى قمر مسقل، بقرار الولايات المتحدة رفع العقوبات عن بلاده، واصفاً الخطوة بأنها تعكس «رصيداً من حسن النية السياسية البناءة»، وأنها قد تمهد لفصل جديد من التعاون الثنائي، خصوصاً في مجالي الاستثمار والتجارة.

وقال الوزير في تصريحات لـ«الشرق الأوسط» إن رفع هذه العقوبات، التي تسببت في أضرار اقتصادية كبيرة لبلاده، يبعث برسالة مهمة إلى المجتمع الدولي.

وقبل أيام أنهت الولايات المتحدة العقوبات المفروضة على إرتريا بموجب برنامج مرتبط بالأزمة في إثيوبيا، على خلفية الدور العسكري الإرتري في الحرب التي اندلعت في إقليم تيغراي الإثيوبي، والتي انتهت باتفاق سلام عام 2022. وقالت واشنطن إن انتهاء حالة الطوارئ يعكس تغير الظروف التي استندت إليها تلك الإجراءات.

وأعلنت وزارة الخزانة الأميركية أن حالة الطوارئ المتعلقة بأزمة إثيوبيا، والتي تأسست بموجب الأمر التنفيذي الصادر في سبتمبر (أيلول) 2021، قد انتهت؛ ما أدى إلى رفع الكيانات والأشخاص المدرجين بقائمة العقوبات الأميركية بموجب ذلك الأمر من القائمة. يشمل هذا «الجهة الشعبية للديمقراطية والعدالة»، الحزب الحاكم في إرتريا، وقوات الدفاع الإرترية، وشركة البحر الأحمر للتجارة، إلى جانب مسؤولين إرتريين.

«استعادة الفرص الضائعة»

الارتريون في امريكا يحتفلون باليوبيل الذهبي لتأسيس مدرسة الثورة

وطنياً، وذكرت أن ذلك - إلى جانب شعار المختار - ينبع من إيمانها الراسخ بأن التعليم وإعداد مواطنين متميزين يشكلون ركيزةً لتنمية البلاد.

وذكرت الدكتورة /حليمة بأنه ينبغي لكل مشارك، في هذه المناسبة، أن يراجع نفسه ويفكر في كيفية المساهمة في خدمة وطنه وشعبه، مستفيداً مما اكتسبه من معارف وخبرات وقدرات.

تخلل الاحتفال إلقاء قصيدة «الورود الحمر» وأداء أغاني الجبهة الشعبية من قِبل طلاب مدرسة «أدال»، إلى جانب عروض ثقافية وفنية قدمها مغنون وموسيقيون مشهورون.

وفي الختام، قُدمت شهادات التقدير لممثلي مقدمي الرعاية وذوي الشهداء.

أرض الواقع، والعلاقة بين التعليم والحياة الاجتماعية، وأعمال الغزاة وفظائع العدو، فضلاً عن دور المعلمين ومقدمي الرعاية وإسهاماتهم.

بالإضافة إلى ذلك، احتوى الحدث على محتويات مكتوبة تضمنت مقابلة مع الرئيس إسياس أفورقي بمناسبة اليوبيل الفضي لمدرسة الثورة، وفيلم وثائقي عن تاريخ مدرسة الثورة، وقصة عن تاريخ القوات الجوية والبحرية، كما تم استعراض تاريخ المرأة في مجالات التعليم والعمل والنضال، ورؤية الجبهة الشعبية في مجال التعليم، وواقع التعليم في إرتريا المستقلة، وأهمية اللغة الأم في التعليم، ودور ومساهمة المغتربين في قطاع التعليم في إرتريا.

وفي كلمة لها عبر تقنية الفيديو من أسمرا، صرحت وزيرة التعليم الدكتورة / حليمة محمد بأن الحكومة الإرترية جعلت المهرجان حدثاً

تم في الخامس من سبتمبر في الولايات المتحدة الأمريكية الاحتفال باليوبيل الذهبي لتأسيس مدرسة الثورة تحت شعار "ذكرى مجيدة: دافع لبناء الوطن".

وأوضح مسؤول الشؤون التنفيذية في السفارة الإرترية لدى الولايات المتحدة، السيد/ برهاني قريهوت، أهمية هذه الفعالية التي تقام بالتزامن مع مناسبة الذكرى الخامسة والستين لانطلاق الكفاح المسلح للشعب الإرتري.

سلط الاحتفال الضوء على تاريخ مدرسة الثورة وعلى حملة الجبهة الشعبية لتحرير إرتريا في مجال التعليم بشكل عام، تضمن محتوى بصري ومادي يعكس حياة طلاب مدرسة الثورة ومقدمي الرعاية والمعلمين، ومسيرة التعليم في ظل ظروف النضال وتحدياتها، وفعالية التعليم على

إعداد

جعفر محمود أحمد

jafermahmud2018@gmail.com

الرياضية

سعيد الملا: أتطلع لإظهار قدراتي مع المانشافت



انضم سعيد الملا نجم الشاب لفريق كولن إلى قائمة المنتخب الألماني الأول للمرة الثانية في مسيرته، ويأمل أن يسجل ظهوره الدولي الأول تحت قيادة المدرب الجديد

يورغن كلوب . ووصف الملا، البالغ من العمر 20 عاماً، مشيراً إلى أنه كان على متن طائرة عندما تلقى الاتصال، فبعث برسالة إلى المدرب تعهد فيها بمعاودة الاتصال فور هبوطه. وانضم الملا إلى المنتخب الألماني للمرة الأولى في نوفمبر 2025 تحت قيادة المدرب السابق يوليان ناغلسمان، لكنه لم يشارك أمام لوكسمبورغ قبل إعادته إلى منتخب تحت 21 عاماً. كما خرج لاحقاً من قائمة ألمانيا في كأس العالم 2026 رغم تقديمه موسماً مميزاً في الدوري الألماني سجل خلاله 13 هدفاً وصنع خمسة أهداف، وهو ما دفعه للتعبير عن خيبة أمله في أكثر من مناسبة.

الصينية يو تحطم الرقم الآسيوي وتحرز ذهبية 200 متر متنوع

الكندية المتألقة سمر ماكينتوش في حالة تأهب.

وسجلت يو زمناً قدره دقيقتان و6.10 ثانية في مركز طوكيو للألعاب المائية، محطمة بذلك الرقم القياسي الآسيوي لوصيفتها يوي يي تينغ 2:06.82، ولم تفصلها سوى أربع أعشار من الثانية عن الرقم القياسي العالمي الذي سجلته ماكينتوش 20 عاماً والبالغ 2:05.70.

وقالت يو، التي فازت أمس الأحد بسباق 200 متر فراشة



أشعلت الصينية الواعدة يو تسي دي (13 عاماً) الأجواء في حوض السباحة بدورة الألعاب الآسيوية مرة أخرى الاثنين الماضي عندما حصدت ذهبية سباق 200 متر فردي متنوع بزمن مذهل سيضع

”متحمسة وسعيدة للغاية. إنه إنجاز يظهر الجهد الكبير الذي بذله فريقنا. أنا سعيدة أكثر بالميدالية الذهبية الثانية أكثر من الأولى“.

أرسنال يتوصل إلى اتفاق مع أرتيتا لتمديد التعاقد



توصل مكييل أرتيتا، المدير الفني لفريق أرسنال، إلى اتفاق بشأن عقد جديد ومحسّن مع النادي اللندني، حامل لقب بطولة الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم، حسبما أفاد به تقرير إعلامي، أول أمس الثلاثاء.

وينتهي العقد الحالي لأرتيتا بنهاية الموسم الجاري، إلا أن المفاوضات حول عقد جديد كانت جارية معه منذ عدة أشهر.

ورغم عدم وجود تأكيد رسمي بشأن مدة العقد الجديد، فإنه من

المتوقع أن يضمن استمراره مع أرسنال لما لا يقل عن عشر سنوات، وذلك منذ انضمامه إلى الفريق في ديسمبر عام 2019. يشار إلى أن أرسنال يحتل حالياً المركز الثاني بترتيب الدوري

حجار يعود للمشاركة مع رد بول في سباق جائزة أذربيجان الكبرى

السباقات الثلاثة الأخيرة.

وسيعود النيوزيلندي ليام لاوسون، الذي حل محل حجار، إلى فريق ريسنج بولز. كما سيعود السائق الياباني يوكي تسونودا، الذي شغل مقعد لاوسون إلى جانب البريطاني الصاعد أرفيد ليندبلاد، إلى دوره كسائق احتياطي. ومن المقرر أن يبدأ اليوم الأول من التجارب الحرة لسباق جائزة أذربيجان الكبرى اليوم الخميس، على أن يُقام السباق الرئيسي يوم السبت المقبل بدلا من مواعده التقليدي يوم الأحد، وذلك بسبب يوم الذكرى الوطني للبلاد.



إلى جانب زميله ماكس فرستابن في سباق جائزة أذربيجان الكبرى مطلع الأسبوع المقبل، بعد تعافيه من إصابة في المعصم أبعدته عن المشاركة في

أعلن رد بول المنافس في بطولة العالم لسباقات فورمولا 1 للسيارات أول أمس الثلاثاء عودة سائقه الفرنسي إسحاق حجار إلى السباقات للمشاركة

رئيس الاتحاد الإيطالي ينتقد معاقبة يوفنتوس

تحدث جيوفاني مالاجو، رئيس الاتحاد الإيطالي لكرة القدم، بشأن الغرامة التي فُرضت على يوفنتوس عقب عدم التزام بعض المشجعين في الملعب بدقة الصمت حدادا على وفاة ساندرو مازولا، قائلاً وفقاً لما نقلته وكالة أنسا، أرى أنه لا ينبغي أن نفتح نقاشاً يطول نادياً بأكمله أو ملعباً بأكمله بسبب تصرفات قلة من الأفراد.

يبدو لي أن رد فعل الغالبية العظمى من الحاضرين تجاه هذه الواقعة كان قوياً للغاية، لأن مثل هذه الأمور أحرزت الجميع، بدءاً من مسؤولي يوفنتوس.

وفي الختام، وعن منتخب إيطاليا بقيادة مانشيني، قال: «هل نحن متفائلون؟ نحن كذلك بطبعنا، ولكن الأهم من ذلك هو أننا يجب أن نكون كذلك».



إعداد

عبد الله محمد علي

alhadisasport@zena.gov.er

الرياضة

اختتام دورة تدريب الحكام الدولية في كرة السلة بالمستوى الأول بالعاصمة اسمرا



اختتمت يوم 20 سبتمبر 2026، دورة تدريب الحكام الدولية في كرة السلة بالمستوى الأول (FIBA Level 1)، التي نظمتها الاتحاد العام لكرة السلة بالتعاون مع اللجنة الأولمبية الوطنية الإرترية والاتحاد الأفريقي لكرة السلة (FIBA Africa)، خلال الفترة من 17 إلى 20 سبتمبر الجاري. وشارك في الدورة 15 حكماً، من بينهم ثلاث حكيمات، يمثلون مختلف أقاليم البلاد، إلى جانب مشاركين من وزارتي الدفاع والتعليم. وتولى تقديم الدورة المحاضر والمدرّب المعتمد من الاتحاد الدولي لكرة السلة FIBA، بيتر فريدريك كيرابو، حيث تلقى المشاركون تدريبات نظرية وعملية تناولت أساسيات التحكيم وقواعد اللعبة، وفق متطلبات المستوى الأول المعتمد من الاتحاد الدولي لكرة السلة. وهدفت الدورة إلى تعزيز قدرات الحكام الإرتريين وتطوير معارفهم الفنية والعملية في مجال التحكيم، بما يساهم في الارتقاء بمستوى إدارة مباريات كرة السلة وتطوير الكوادر التحكيمية الوطنية. ويأتي تنظيم الدورة في إطار جهود الاتحاد العام لكرة السلة، بالتعاون مع اللجنة الأولمبية الوطنية و FIBA Africa، لتأهيل وتطوير الحكام وتعزيز مستوى التحكيم والكوادر الفنية في كرة السلة بإرتريا.

اختتام منافسات بطولة الشطرنج وتنس الطاولة بكرن

أحرز أمانيل تخلي هيمنوت المركز الأول في فئة الرجال تحت سن 15 عاماً، يليه إسرور مولغيتا ثانياً، وناهوم يوناث ثالثاً. وفي فئة السيدات تحت 15 عاماً، جاءت صفاء آدم في المركز الأول، وديمالات كيداني ثانياً، وأريام موسي ثالثاً. وفي فئة الرجال من 16 إلى 18 عاماً، أحرز أسرات موسي المركز الأول، وآرون أسمرور المركز الثاني، وأنطونيو تخلص المركز الثالث. أما في فئة الرجال فوق 18 عاماً، فقد جاء بلال بشير أولاً، وأملسموم تخلي ماريام ثانياً، ومحرتاب قبرتنساي ثالثاً. وفي فئة السيدات فوق 18 عاماً، أحرزت ميلينا نقوسي المركز الأول، وكبرتي مكثيل المركز الثاني، وأفراح إسماعيل المركز الثالث.

وفي منافسات الشطرنج، التي أقيمت ضمن أربع فئات، جاءت نتائج فئة الرجال في المرحلة الابتدائية على النحو التالي: الأول قدوس قيتووم، الثاني نوه أبرهام، والثالث سين يوسف. وفي المرحلة المتوسطة، أحرز يوهانس يوسف المركز الأول، يليه رائي أمان ثانياً، وبروخ قزائي ثالثاً. وفي فئة الكبار، جاء الأزار بولوس أولاً، وفسها حيلاب ثانياً، وساميون ولدمايام ثالثاً. أما في منافسات السيدات، فقد أحرزت إمنيت برهاني المركز الأول، ونيبات أكليلو المركز الثاني، فيما جاءت كنان تمسقن في المركز الثالث. وفي تنس الطاولة، التي أقيمت منافساتها ضمن ثلاث فئات عمرية،



اختتمت في مدينة كرن، منافسات الشطرنج وتنس الطاولة التي نظمت بالتعاون مع اتحاد الرياضات الداخلية، في إطار فعاليات إحياء الذكرى الخمسين لتأسيس مدرسة الثورة، وذلك خلال الفترة من 12 إلى 16 سبتمبر.

اختتام البطولة الوطنية لكرة الريشة لفئة فوق 19 عاماً

اختتمت يوم الأحد 20 سبتمبر منافسات البطولة الوطنية لكرة الريشة لفئة فوق 19 عاماً، التي انطلقت في 18 سبتمبر، وذلك في إطار الفعاليات الرياضية بمناسبة الذكرى الخمسين لتأسيس مدرسة الثورة. وفي منافسات الزوجي المختلط، أحرز الثنائي أبيل كيروس وإيلينا كستي من الإقليم الأوسط المركز الأول، فيما حل ثنائي إقليم عسنا بنيام كستي وسيلفانا إرمياس في المركز الثاني، وجاء ثنائي نادي دندن التابع لوزارة الدفاع فانتيل أرعدوم ودانيت فظوم في المركز الثالث. وفي زوجي السيدات، جاء ثنائي دندن: دانيت فظوم ودانيت بنيام، وعنسبا: نقسات هيلي وسيلفانا إرمياس، والإقليم الأوسط: مريم محمد برهان وإيلينا كستي في المراكز الثلاثة الأولى على التوالي.

أما في زوجي الرجال، فقد أحرز ثنائي الإقليم الأوسط قدوس يونس وأبيل كيروس المركز الأول، وجاء ثنائي دندن فانتيل أرعدوم وهيرمون مكثيل ثانياً، فيما حل ثنائي عنسبا بنيام كستي وسيم سامثيل ثالثاً. وشهدت البطولة منافسات بين لاعبين من مختلف المناطق والمؤسسات، في إطار الجهود الرامية إلى تطوير رياضة الريشة الطائرة وتعزيز قدرات اللاعبين.

وفي الترتيب العام للبطولة، تصدر فريق الإقليم الأوسط برصيد 16 نقطة، في المنافسات التي أقيمت بمناسبة الذكرى الخمسين لتأسيس مدرسة الثورة.



انطلاق تصفيات أمم أفريقيا... وسط انتظار الإعلان عن بطل النسخة السابقة

وكانت تونس الدولة الأفريقية الوحيدة من بين عشرة منتخبات شاركت في كأس العالم ولم تتجاوز دور المجموعات، كما أجرت تغييرات واسعة بعدما أقيمت على 14 لاعباً فقط من قائمة البطولة التي أقيمت هذا العام في كندا والمكسيك والولايات المتحدة.

ويخوض المدرب الجديد معين الشعباني مباراته الأولى مع تونس أمام أوغندا في المجموعة الثامنة الخميس، بينما يسعى المنتخب التونسي إلى تعزيز رقمه القياسي ببلوغ النهائيات للمرة 18 تواليًا.

وتشهد الجولة الافتتاحية من التصفيات مواجهة قوية بين ساحل العاج وغانا في المجموعة الثالثة يوم الخميس، بينما تمثل مباراة جنوب أفريقيا وغينيا في جوهانسبرغ السبت أهمية كبيرة للمنتخبين رغم أنها تأتي في بداية المشوار.

وتعد ليسوتو واحدة من 12 دولة أجبرت على خوض مبارياتها المقررة على ملعبها في ملاعب محايدة لعدم امتلاكها ملعباً يستوفي المعايير التي يحددها الاتحاد الأفريقي لكرة القدم للمنافسات الدولية.

ونقلت السنغال مباراتها أمام ضيفتها موزمبيق بسبب استضافة دكار لدورة الألعاب الأولمبية للشباب 2026، وتبدأ مشوارها في المجموعة العاشرة في مابوتو يوم الجمعة بقيادة مدبرها الجديد باتريك فييرا بعد مشاركة مخيبة في كأس العالم. ويعيب ساديو ماني عن التشكيلة إلى جانب عدد من الركائز الأساسية السابقة.



أداء بين المنتخب الأفريقية في كأس العالم، ببلوغه دور الثمانية، ويستهل مشواره في المجموعة الأولى من تصفيات كأس الأمم بمواجهة الغابون في الرباط، قبل أن يلتقي ليسوتو في 29 سبتمبر في بلومفونتين بجنوب أفريقيا.

قراراً بشأن المباراة النهائية للنسخة الأخيرة من كأس الأمم التي أقيمت في المغرب في يناير.

وفازت السنغال على المغرب صاحب الأرض في النهائي، لكنها جردت من اللقب بعدما انسحب لاعبوها من الملعب لمدة 14 دقيقة احتجاجاً في الدقائق الأخيرة، ليُمنح اللقب إلى المغرب.

واستأنفت السنغال قرار الاتحاد الأفريقي لكرة القدم، ومن المقرر أن تنظر محكمة التحكيم الرياضية في القضية يوم الثامن من أكتوبر. وواصل المغرب بعد ذلك تقديم أفضل

تنطلق دورة جديدة من منافسات كأس الأمم الأفريقية لكرة القدم بشكل فعلي اليوم الخميس، مع انطلاق التصفيات المؤهلة لنهائيات 2027، بينما لا يزال الفائز بالنسخة الأخيرة محل نزاع. وتنقسم 48 دولة إلى 12 مجموعة، وتبدأ مشواراً من ست جولات في التصفيات يمتد حتى مارس المقبل، على أن يتأهل صاحباً المركزين الأول والثاني من تسع مجموعات إلى النهائيات. وتستضيف كينيا وتنزانيا وأوغندا البطولة بشكل مشترك، وهي تشارك أيضاً في التصفيات. وفي المجموعات التي تضم هذه الدول، سيتأهل منتخب واحد فقط إلى البطولة التي تضم 24 منتخباً وتقام من 19 يونيو إلى 17 يوليو. ومع ذلك، وقبل أقل من عام على انطلاق النهائيات، لا تزال القارة تنتظر

إعداد
نورة عثمانفي
مثل
هذا
اليوم

- في الرابع والعشرين من سبتمبر عام 1664م:- هولندا تسلم نيو أمستردام في القارة الأمريكية لإنجلترا.

- في الرابع والعشرين من سبتمبر عام 1852م:- أول سفينة هوائية تدار بواسطة محرك بخاري تتمكن من السفر 27 كم من باريس إلى تراب.

- في الرابع والعشرين من سبتمبر عام 1963م:- الولايات المتحدة تصدق على معاهدة مع المملكة المتحدة والاتحاد السوفيتي للحد من التجارب النووية.

- في الرابع والعشرين من سبتمبر عام 1968م:- انضمام سوازيلاند إلى الأمم المتحدة.

- في الرابع والعشرين من سبتمبر عام 1973م:- غينيا البرتغالية تعلن استقلالها عن البرتغال وتغير اسمها إلى غينيا بيساو.

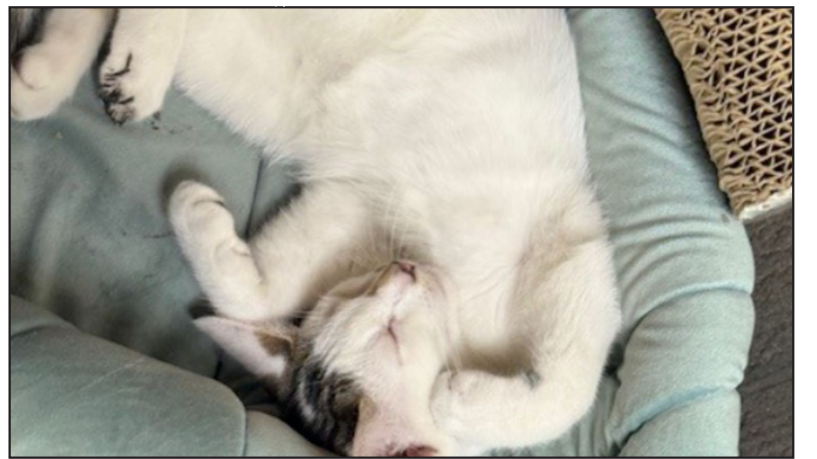
- في الرابع والعشرين من سبتمبر عام 1996م:- الولايات المتحدة وروسيا والمملكة المتحدة وفرنسا والصين يوقعون على معاهدة لوقف التجارب النووية.

الكلمات قلب

في النضج الإنساني وبناء الذات

”يبدأ نضجك الحقيقي حين تتوقف عن خوض المعارك التي لا ناقة لك فيها ولا جمل، وتدرّك أن راحة بالك أثمن من إثبات وجهة نظرك لكل عابر. النضج هو أن تتقبل البشر باختلاف عقولهم، ولا تطالب أحداً بمثالية لا تملكها أنت نفسك. أن تسامح لا يعني بالضرورة أن تعود كما كنت، بل أن تترك الماضي خلفك وتمضي خفيفاً دون حمولة من العتاب والملام.“

بعد ضجة كبيرة واكبتها وسائل الإعلام.. إعادة القط المحبوب “جبل” إلى صاحبه في نيويورك



شهد حي بارك سلوب (Park Slope) في بروكلين بنيويورك حالة من الارتياح والبهجة العارمة، بعد عودة القط الصغير المحبوب “جبل” (Jabal) البالغ من العمر 3 أشهر فقط إلى صاحبه، إثر عملية اختطاف أثارت ضجة إعلامية واسعة واستنهاضاً مجتمعياً غير مسبوق.

بداية القصة: بدأت الحكاية عندما خرج الهرّ الصغير “جبل” أمام متجر البقالة (Eighth Street Mini Market) الذي يعيش فيه. ورصدت كاميرات المراقبة رجلاً وامرأة يسيران في الشارع، وقاما فجأة بالتقاط القط والمضي به بعيداً.

هبة مجتمعية: انتشر الفيديو كالنار في الهشيم على منصات التواصل الاجتماعي، وتحول جيران المتجر ورواده إلى فرق بحث وتفتيش في الشوارع والحدائق. ورغم رصد الخاطفين في حديقة “بروسبكت بارك” ورفضهم إعادة القط في البداية، إلا أن الضغط المجتمعي المكثف والإعلان عن مكافأة مادية دفع أحد المتواجدين مع الخاطفة إلى تسليم القط لمركز الشرطة.

نهاية سعيدة: انهمرت دموع الفرحة من عيني صاحب المتجر، السيد عماد إدريس (جيمي)، الذي صرح لوسائل الإعلام بأنه بكى فرحاً لرؤية طفله الصغير يعود سالماً يركض في أرجاء المتجر بنشاط. الجدير بالذكر أن السيد عماد كان قد جلب القط “جبل” ليعوضه عن قطته السابقة “فيكتوريا” التي نفقت بسبب مرض السرطان، مما جعل تعاطف الحي مضاعفاً مع محنته.

”بوصلتة الصباح“ (خطوة لتطوير الذات)

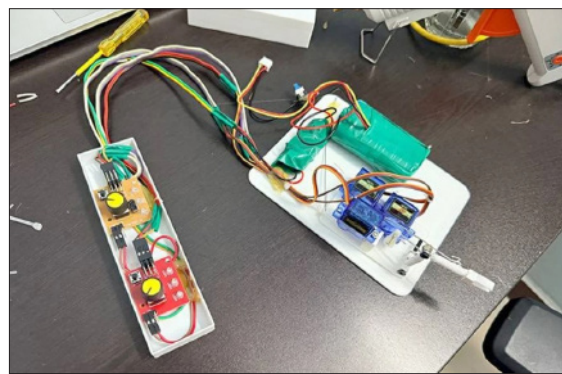
قوة الـ “لا” الذكية (تنظيم الوقت والطاقة)

”إن قدرتك على رفض الأمور الثانوية هي التي تمنحك القوة لقول ‘نعم’ للأمور المصيرية. تدرّب اليوم على حماية طاقتك؛ فليس كل طلب يُعرض عليك يستحق وقتك، وليس كل نقاش يُفتح أمامك يستحق جهدك النفسي. ضع حدوداً لطيفة تحميك من الاستنزاف.“

طالب يبتكر أصغر ذراع روبوتية في العالم

سجّل الطالب الهندي هيتن داربوري، 17 عاماً، رقماً قياسياً في موسوعة «غينيس»، بعد تطوير أصغر ذراع روبوت في العالم، بطول 3.93 سنتيمترات، محطماً بذلك الرقم السابق الذي بلغ 4.45 سنتيمترات وسجل في الولايات المتحدة عام 2024.

وقال هيتن داربوري، المنحدر من مدينة ناجبور بولاية ماهاراشترا: إن هدفه يتمثل



في تحقيق رقم قياسي علمي جديد في مجال الابتكار كل عام، وأنه أراد إثبات أن التصنيع الدقيق لا يحتاج إلى مختبرات متطورة، بل يمكن إنجازه من مساحة عمل منزلية.

وأوضح: «صممت

الذراع باستخدام برامج

التصميم الهندسي، ثم أنتجت هيكلها عبر الطباعة ثلاثية الأبعاد، فيما كتبت برمجيات التحكم بلغة «سي/سي» لتشغيل وحدات التحكم الدقيقة وضمان دقة الحركة».

وأشار إلى أن أكبر التحديات تمثل في تثبيت المحركات والأسلاك داخل هيكل بالغ الصغر، وأن عشرات النماذج الأولية فشلت قبل الوصول إلى التصميم النهائي.

يرى هيتن أن ابتكاره يسهم في تطوير الجراحات الدقيقة وصناعة الرقائق الإلكترونية، بفضل قدرته على تنفيذ حركات دقيقة وآمنة.

ويحمل هيتن أيضاً الرقم القياسي لأصغر محطة أرصاد جوية في العالم تستقر في راحة اليد، تقيس المؤشرات البيئية الرئيسية مثل الرطوبة ودرجة الحرارة وضغط الهواء، كما طور تطبيقاً يعمل دون اتصال بالإنترنت لترجمة لغة الإشارة الهندية، معرباً عن أمله في أن يشجع إنجازاته الشباب على الابتكار في مجالات العلوم والهندسة والتكنولوجيا.

خلف
الستار
(معلومات
مدهشة)

”هل تعلم أن الفراشات تتذوق طعامها بأقدامها وليس بلسانها؟ حيث تمتلك مستشعرات كيميائية في أرجلها لمعرفة ما إذا كانت الورقة صالحة لوضع البيض أو الأكل.“