



أسمراتحي اليوم العالمي للمياه

تم الاحتفال بالـ 22 مارس اليوم العالمي للمياه على مستوى الوطن في أسمرات تحت شعار "توفير المياه يعزز المساواة". وصرح وزير الأراضي والمياه والبيئة، السيد/ تسفاي قبرسلاسي، بأن النساء والأطفال في المناطق الريفية بالدول النامية يعانون من نقص المياه بسبب ممارسات اجتماعية غير عادلة، مما يؤثر سلباً على صحتهم، وأكد أن الوضع في الريف الإرتري أيضاً لا يختلف عن ذلك.

وأضاف الوزير تسفاي أن الحكومة تبنت استراتيجية لإدارة المياه قائمة على



والنظافة. وفي الختام، تم تقديم جوائز وشهادات تقدير لمن قدموا إسهامات بارزة في إدارة المياه والصرف الصحي، بدءاً من التخطيط وصولاً إلى ضمان تقديم الخدمات واستدامتها. وقد تم إحياء اليوم العالمي للمياه للمرة الرابعة والثلاثين على مستوى العالم.

بعد عن كاهل النساء، مضيفاً إن هناك حاجة إلى حلول تراعي حقوق المرأة في الجهود المبذولة لإحداث التغيير. وتم عرض فيلمان وثائقيان وبحثان ركزت جميعها على دور المرأة ومساهمتها في ضمان استدامة المناخ و إمدادات المياه وإدارة أنظمة الإمداد، والمساواة بين الجنسين في مجال المياه، وتوفير مياه شرب آمنة، والصرف الصحي،

إرتريا الراسخ بالتنمية العادلة، مؤكداً أن توفير المياه النظيفة والأمنة ليس مجرد حق أساسي من حقوق الإنسان، بل هو أيضاً أساس الصحة والإنتاجية والتقدم الاجتماعي. وقال المدير العام لإدارة الموارد المائية، السيد/ مبرهتو إياسو، إنه على الرغم من التقدم المحرز في مجال إمدادات المياه والصرف الصحي في البلاد، إلا أن عبء المسؤولية لم يُرفع

الحقوق والمساواة، وإنطلاقاً من ذلك تبذل جهوداً متواصلة لضمان إمدادات مياه آمنة، وأن تلك الجهود تؤتي ثماراً جيدة، مؤكداً أن اعتبار جلب المياه نشاط يقتصر على النساء فقط ممارسة ضارة، ينبغي تجنبها.

وقال نائب ممثل اليونيسف في إرتريا، السيد / حسن بلكاادي، إن شعار "توفير المياه يعزز المساواة" يعكس التزام

فرع الصحة بالقاش-بركة يعمل لضمان الاستخدام الرشيد للأدوية



أفاد فرع وزارة الصحة في إقليم القاش بركة انه يعمل بجهد لضمان صحة المجتمع من خلال ضمان إمداد واستخدام الأدوية بشكل عادل وآمن. وصرح المسؤول المؤقت لإدارة الخدمات الصيدلانية،

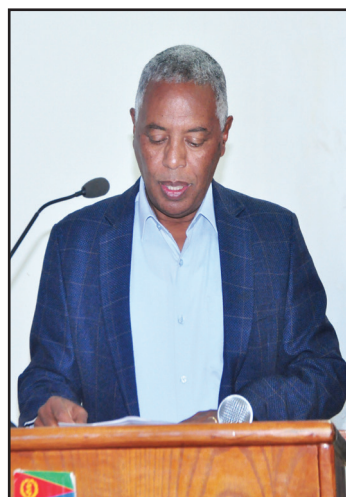
بشكل خاص، مضيفاً إنه يتم بذل الجهود لإدخال نظام جيد لإدارة الأدوية. واختتم المسؤول المؤقت لإدارة الخدمات الصيدلانية، السيد/هبتى ماريام برهاني، حديثه بالتأكيد على أن ضمان تقديم العلاج للمرضى في الوقت المناسب يُعدّ أحد الركائز الأساسية للاستخدام الرشيد للأدوية، وأن أوجه القصور المتمثلة في تناول الأدوية بدون وصفة طبية، وعدم اتباع تعليمات الاستخدام، التوقف عن تناول الدواء عند الشعور بتحسن طفيف وتناول جرعة أكبر من الموصوفة، هي من الأمور التي تعيق الاستخدام الرشيد للأدوية ويجب تصحيحها.

وينصح الخبراء المؤسسات الصحية عموماً، ومتاجر بيع الأدوية خصوصاً، بالامتناع عن بيع الأدوية غير المدرجة في القائمة الوطنية للأدوية، والالتزام بالإرشادات الصادرة عن الهيئة الوطنية للرقابة على الأدوية.

السيد/ هبتى ماريام برهاني، أن من بين المهام الرئيسية ذات الأولوية ضمان إمداد آمن وفعال للأدوية، ومراقبة استخدامها وآثارها الجانبية في المرافق الصحية، وإجراء عمليات تفتيش في السوق والصيدليات الخاصة، ودراسة آثار الطب التقليدي. وأضاف أن هناك 84 مرفقاً صحياً وثلاث صيدليات حكومية في إقليم القاش - بركة، وقال "إن توزيع الأدوية يتم وفقاً لمتطلبات المؤسسات الصحية، وأنه يتم التحكم بدقة في طريقة استخدامها، وأن إمدادات الأدوية والمعدات الطبية قد زادت من 51 مليون نقفة في عام 2020 إلى 85 مليون نقفة في الوقت الحالي.

ومن جانبه قال مسؤول الخدمات الصيدلانية في مستشفى بارنتو المرجعي، السيد/ أشبر سيوم، إنه لا يوجد نقص في الأدوية بشكل عام، والأدوية الأساسية

إحياء اليوم العالمي للسبل في أسمرات



بدوره، أوضح رئيس وحدة التدريب بوزارة الصحة السيد/أمانئيل قراماظين أن النجاحات المحققة حتى الآن جاءت بفضل المشاركة الفاعلة للمجتمع وتفااني العاملين في القطاع الصحي، مؤكداً استمرار حملات التوعية للوصول إلى الأهداف المنشودة.

وشهدت المناسبة تنظيم ندوة علمية متخصصة حول مرض السل، إضافة إلى مسابقة للمعلومات العامة، حيث تم تكريم الفائزات من النساء المشاركات.

ويتم إحياء اليوم العالمي للسبل على مستوى العالم للمرة 144، وعلى مستوى البلاد للمرة 29.

تم تشخيص حوالي 10 آلاف شخص مصاب بالسبل في البلاد، وقد تلقوا العلاج المناسب. وأضاف أن 18% من المصابين هم أطفال دون سن 15 عاماً، وهو ما يستدعي اهتماماً خاصاً بهذه الفئة.

من جانبها، قالت ممثلة منظمة الصحة العالمية في إرتريا، الدكتورة / ماري ستيفن، إن الجهود المبذولة في البلاد حققت نتائج مهمة، حيث بلغ معدل الكشف عن حالات السل 87%، وتغطية العلاج 100%، بينما وصلت نسبة الشفاء إلى 90%. كما أشارت إلى أن معدل الوفيات المرتبطة بالمرض انخفض من 8.5 إلى 3.4 لكل 100 ألف شخص.

تم إحياء اليوم العالمي لمرض السل في الـ 24 مارس على المستوى الوطني في أسمرات، بالمستشفى الوطني المرجعي أوروتا، تحت شعار: "بالتأكيد! يمكننا القضاء على السل".

وفي كلمة له خلال المناسبة، أوضح مدير إدارة مكافحة الأمراض المعدية بوزارة الصحة، الدكتور/ أرايا برهاني، أن مرض السل ما يزال أحد الأسباب الرئيسية للمرض والوفاة في إرتريا، كما هو الحال في العديد من دول العالم، مؤكداً أن الجهود مستمرة للقضاء على المرض بشكل كامل بحلول عام 2030، ومشدداً على ضرورة مشاركة جميع الجهات في هذه الجهود. وأشار إلى أنه خلال السنوات الخمس الماضية

زوار دفاعات جنقرين يدعون لتوثيق التاريخ



رزني تسفاهنس ان مثل هذه الزيارة لها مضمون كبير ، لذا يجب ضمان استمراريتها. وافاد قائد اللواء 49 في الفرقة العسكرية 96 العقيد/ احمد عثمان فروج ، وقادة الكتائب في اللواء العقيد/ منقسآب نقاسي والعقيد /افورقي تسفاسلاسي ، بان المواجهات العسكرية كانت ضارية ، وشرحا اهداف المعركة التي جرت في الحادي عشر من مايو والبطولات التي شهدتها.

على مدينة كرن عامك 1988 ، بعد تدمير جبهة نادو وتحرير مدينة افعبت. وذكرت مديرة مديرية حملمالو السيدة /امنة الحاج عثمان في حفل التأبين الذي جرى في النصب التذكارى للشهداء ودفاعات جنقرين، بان المنطقة شهدت تاريخ معمد بالدم، منادية الى الدفع بانشطة ابراز هذا التاريخ والتفاني من الحاضرين في هذه الاحداث. وقال رئيس الجمعية التعاونية للفرقة العسكرية 96 سابقا المقدم /

دعا سكان وطلاب ادارة ضاحية ليبارنا في مديرية حملمالو الى توثيق التاريخ من المناضلين الابطال لضمان نقله الى الاجيال. جاء ذلك في الزيارة التي قاموها رفقة اعضاء جمعية الفرقة العسكرية 96 سابقا في الثاني والعشرين من مارس الى دفاعات منطقة جنقرين التي شهدت معارك ضارية. وقدم اعضاء الفرقة العسكرية 96 سابقا شرحا عن المعارك الضارية وحرب الاستنزاف التي جرت في الجبهة، للسيطرة

إعلان

قرر مستشفى برهان عيني للعيون إجراء عمليات جراحة إعتام عدسة العين (cataracts) ابتداء من يوم الأربعاء 25/ 3 / 2026م وحتى السبت 28 / 3 / 2026م مجاناً، فعلى كل من حدد له موعد او. تم ابلاغه بالحضور عبر الهاتف المبادرة بالحضور الى المستشفى خلال المدة المذكورة أعلاه.

الجمعية الوطنية لمعاقى الحرب تتسلم دعم مالي

لفرع الجمعية في المملكة المتحدة على هذا الدعم، داعياً إلى توسيع أنشطة الفرع وتعزيز مساهماته في المستقبل.

وقدمت الجمعية الوطنية شهادات تقديرية لكل من فرع الجمعية في المملكة المتحدة وسفارة إرتريا في لندن تقديرًا لدورهما في دعم أنشطة الجمعية.

وفي سياق متصل، أفادت معلومات صادرة عن الجمعية بأن فرعها في السويد قدم أكثر من 166 ألف نقفة، فيما قدم فرع ألمانيا أكثر من 60 ألف نقفة دعماً للجمعية.

كما أشارت البيانات إلى أن فروع الجمعية في الخارج قدمت منذ يناير 2026 تبرعات تجاوزت 700 ألف نقفة لدعم برامج الجمعية وأنشطتها.

قدم فرع الجمعية الوطنية لقدامى المحاربين المعاقين في المملكة المتحدة دعم مالي قدره 70 ألف جنيه إسترليني للمكتب المركزي للجمعية.

وفي مراسم تسليم المساهمة التي جرت في 24 مارس، أوضح أعضاء الفرع أن المبلغ جرى جمعه ضمن فعاليات وطنية مختلفة إضافة إلى المساهمات الشهرية للأعضاء.

وأكد المتحدثون أن دعم قدامى المحاربين المعاقين يعد مسؤولية مشتركة للمجتمع بأكمله، داعين المواطنين المقيمين في مختلف أنحاء العالم إلى مواصلة تقديم الدعم لإنجاح البرامج التي تنفذها الجمعية. من جانبه، أعرب رئيس الجمعية الوطنية لمعاقى الحرب السيد/ فسهايي تسفاميكائيل عن تقديره

إحياء اليوم العالمي لمتلازمة داون في مديرية فورو

ضواحي كمهولي وقدم ولاحازين بمبادرة من خلال جمع الأموال والقدرات بهدف الاسهام في حل نقص الفصول الدراسية بمديرية فورو.

وقال الأستاذ/ إبراهيم أحمد من مدرسة لاحازين الابتدائية والمتوسطة إن عدد الطلاب قد ازداد بفضل الحملات التي نُظمت من حين لآخر ، مضيفاً أن عدد الطلاب ارتفع هذا العام بنسبة 3%، بينما ارتفع عدد الطالبات بنسبة 16% مقارنة بالعام الماضي.

من جانبهم، قال أعضاء لجنة المدرسة ،أن مبادرة سكان إدارات ضواحي كمهولي وقدم ولاحازين تُسهم بشكل كبير في عملية التعليم والتعلم.

ووبحسب وثائق مدرسة لاحازين، التي بدأت خدماتها الابتدائية في العام الدراسي 1995/1996، فقد تحولت إلى مدرسة ثانوية في العام الدراسي 2010 / 2011.

ظروفهم المعيشية. وأشار كذلك إلى أن الجمعية، إلى جانب تقديمها أشكالاً مختلفة من الدعم، ساعدت أولياء الأمور على التعرف بشكل أفضل إلى احتياجات أبنائهم من ذوي الإعاقة، مؤكداً أن رعاية هذه الفئة مسؤولية المجتمع بأسره، وأنه من الضروري توفير بيئة تسمح لهم بالمشاركة في الحياة الاجتماعية على قدم المساواة. بدورهم، أوضح عدد من أولياء الأمور أن انضمامهم إلى الجمعية ساعدهم على تجاوز الشعور بالعزلة والتمييز، ومكّن أبنائهم من الالتحاق بالتعليم وتوسيع علاقاتهم الاجتماعية. وشهدت المناسبة أيضاً تقديم دعم نوعي لأولياء الأمور ومقدمي الرعاية للأطفال من ذوي الإعاقات الذهنية واضطرابات النمو. ومن جهة أخرى ساهم سكان إدارات

أحيي اليوم العالمي لمتلازمة داون على مستوى إقليم شمال البحر الأحمر في مديرية فورو في ال 22 مارس، تحت شعار: ”معاً ضد العزلة.“ وفي المناسبة، أوضح مسؤول وحدة الخدمات الاجتماعية في مديرية فورو السيد/زرزقي غمariam أن المواطنين الذين يعانون من الإعاقات الذهنية واضطرابات النمو وأسرههم غالباً ما يتعرضون لمفاهيم خاطئة ونظرة سلبية من قبل المجتمع ، مؤكداً ضرورة تكثيف الجهود المشتركة بين الجهات المعنية والشركاء لرفع مستوى وعي المجتمع وتعزيز ثقافة التقبل والاندماج. من جانبه، أفاد مسؤول الإعاقات الذهنية واضطرابات النمو السيد/ أمانئيل أدحنوم بأن الجمعية تبذل جهوداً متواصلة من أجل توفير بيئة تمكّن أعضائها من التمتع بحقوقهم وتحسين

المركز الصحي بشامبقو اسهم في خفض الامراض

افاد المواطنون الى ان المركز الصحي بشامبقو يسهم جيداً في مكافحة الامراض المعدية وغير المعدية ورعاية الامومة والطفولة. و اشاروا الى حصولهم على التنوير حول سبل مكافحة الامراض خاصة الملاريا ، الى جانب الخدمات الصحية. و اوضح السكان انخفاض الإصابة بمرض الملاريا الى ادنى مستوى، وتمكن الحوامل من الولادة في المركز الصحي .

واوضح مسؤول خدمات الصحة في المديرية الممرض/ تخلي زونقيل ، تقديم خدمات الصحة الاساسية في المركز الصحي ، مشيراً الى تسجيل تغيير ايجابي في مكافحة الامراض المعدية وتطعيم الاطفال ومتابعة الحوامل.

أنشطة حفظ المياه والتربة بمديرية قلوچ

تُنَفَّذ حملاتٌ شعبية واسعة النطاق في جميع إدارات الضواحي بمديرية قلوچ لأنشطة حفظ المياه و التربة. تشمل هذه المهمة، التي تُنَفَّذ مرتين أسبوعياً منذ نهاية يناير الماضي، إصلاح الأودية الذي تشكل خطراً بالفيضانات في مدينة قلوچ خلال فصل الخريف بالإضافة إلى مناطق الصرف الصحي، كما صرَّح خبير حفظ المياه و التربة ، السيد/تولدمدهن كيداني. وأكد المشاركون، من جانبهم، أنهم يُدركون هدف حملة جمع التبرعات ويعملون بحماس كبير. وفي الوقت نفسه، نُظمت حملة نظافة في مستشفى قلوچ بمناسبة اليوم العالمي للإعاقات الذهنية والنمائية.

عون يرفض جر لبنان إلى حروب الآخرين



شد الرئيس اللبناني جوزيف عون على مبدأ حصرية السلاح بيد المؤسسات الشرعية معتبرا أن التمسك بهذا القرار هو

خط فاصل بين حماية السيادة اللبنانية وجر البلاد إلى صراعات إقليمية مدمرة. جاءت تصريحات الرئيس عون خلال استقباله في قصر بعبدا، المستشار الدفاعي الأعلى للمملكة المتحدة الأدميرال إدوارد ألغرين، بحضور السفير البريطاني هاميش كاول.

وأكد عون أن القرارات الحكومية بشأن حصرية السلاح وقرار السلم والحرب "لا رجوع عنها"، لأنها موجودة بنص صريح في كل من الدستور واتفاق الطائف وخطاب القسم والبيان الوزاري.

وشدد على أن لبنان لا يمكنه خوض حروب الآخرين على أرضه، وهو ما حدده مجلس الوزراء في قراره الأخير.

وفي سياق العدوان الإسرائيلي، أشار عون إلى أن الاعتداءات أوقعت ما يزيد عن ألف ضحية ومئات الجرحى، وتسببت بتهجير نحو مليون مواطن ودمار هائل في البلدات والقرى.

واعتبر أن قصف الجسور يهدف إلى عزل جنوب الليطاني، مؤكداً أن الحرب كان يمكن تفاديها لو تجاوزت إسرائيل مع دعوات الانسحاب من الأراضي المحتلة والتزمت بالاتفاق الذي تم برعاية أمريكية وفرنسية.

وأكد أن مبادرة التفاوض لوقف إطلاق النار لا تزال قائمة بانتظار التجاوب الإسرائيلي، لافتا إلى أن لقاءاته مع المسؤولين والأحزاب تهدف إلى تعزيز الاستقرار الأمني وتماسك المجتمع اللبناني.

رئيس الصومال يعرض السلام والعفو على الجماعات الإرهابية



وقال رئيس الصومال: "أعلن أنني أقدم السلام والعفو العام لمدة 90 يوما لجميع الأعضاء والقياديين في تنظيمي الشباب وداعش. أدعوهم جميعا إلى ترك طريقهم الظالم والعودة إلى المجتمع الصومالي. تؤكد الحكومة الفيدرالية الاستعداد التام لاستقبالهم وضمان مستقبل كريم لهم يُمكنهم من المشاركة في إعادة بناء بلادهم. وفي هذا الصدد، أدعو الأجهزة الأمنية والقضائية إلى استكمال الاستعدادات اللازمة للعفو".

ويشار إلى أن البيان الرئاسي هذا، صدر وسط توترات مستمرة مع زعيم جنوب

دعا الرئيس الصومالي حسن شيخ محمود قادة ومقاتلي حركة الشباب وتنظيم "داعش" الإرهابي إلى إلقاء أسلحتهم مقابل العفو العام. ونشرت رسالة مصورة من عرض الرئيس الصومالي على منصة التواصل الاجتماعي يوم الثلاثاء.

رئيسا كينيا وأوغندا يطلقان المرحلة الجديدة من مشروع القطار المشترك



إلى أوغندا والدول الحبيسة المجاورة. ويتوقع أن يشكل خط كيسومو ومالابا بوابة اقتصادية للمنطقة الغربية وحوض بحيرة فيكتوريا، بما يعزز قطاعات الزراعة والصناعات التحويلية وصيد الأسماك. وقد أكد الرئيس روتو أن المشروع سيكمل رؤية

أشرف الرئيس الكيني وليام روتو ونظيره أوغندي يوري موسيفيني، السبت الماضي، على إطلاق المرحلة الثانية من مشروع السكة الحديد السريع الرابط بين البلدين، في احتفال أقيم بمدينة كيسومو في غرب كينيا، وسط حضور قادة سياسيين وشعبيين.

وسيمتد خط القطارات الجديد من مدينة كيسومو إلى مالابا على الحدود الكينية- أوغندية، ليشكل حلقة وصل أساسية بين شبكة السكك الحديدية في البلدين، ويعزز حركة التجارة والربط اللوجستي داخل شرق أفريقيا. ويُنظر أن يساهم المشروع في خفض تكاليف النقل، وتسهيل حركة البضائع من ميناء مومباسا

رئيس السنغال يزور إسبانيا لبحث ملفات الاقتصاد والهجرة

استثماراتها في القارة. الملف الآخر الذي يفرض نفسه خلال الزيارة هو الهجرة، إذ يناقش الطرفان برنامج "الهجرة الدائرية" الذي يتيح للعمال السنغاليين السفر مؤقتا إلى إسبانيا للعمل الموسمي، خصوصا في القطاع الزراعي. وقد استفاد نحو 500 عامل من هذا النظام عام 2025، في حين تطمح داكار إلى زيادة الحصص المخصصة لمواطنيها، بما يضمن إدارة مشتركة لتدفقات الهجرة.



وصل الرئيس السنغالي باسرو ديوماي فاي، أول امس الثلاثاء، إلى العاصمة الإسبانية مدريد في زيارة دولة تستمر يومين، هي الأولى له منذ توليه السلطة. تكتسب الزيارة أهمية دبلوماسية خاصة، إذ تشمل لقاءات مع الملك فيليب السادس ورئيس الحكومة بيدرو سانثيز، في إطار مساع لتعزيز العلاقات الثنائية بين البلدين.

يرافق الرئيس وفد وزاري يضم وزير الاقتصاد عبد الرحمن سار، في حين كان وزير الخارجية الشيخ نياخ قد مهد للزيارة عبر اتصالات دبلوماسية سابقة.

وعقد امس الأربعاء منتدى اقتصادي نظمته غرفة التجارة الإسبانية، بهدف فتح آفاق جديدة للاستثمار. وتشير التقديرات إلى أن نحو 70 شركة إسبانية تنشط حاليا في السوق السنغالية، لكن السلطات في داكار تسعى إلى توسيع هذا الحضور في إطار مبادرة "تحالف أفريقيا تتقدم" التي أطلقتها مدريد عام 2024 لدعم

اتفاق ينهي شلل عاصمة مالي



أعاد معاناة السكان مع انقطاع الطاقة وارتفاع الأسعار. وأكدت مصادر محلية للوكالة الفرنسية أن الإفراج عن المشتبه بهم جاء مقابل فتح "ممر آمن" يسمح بمرور قوافل الوقود. وأوضح مسؤولون أمنيون أن "إجراءات توسيع" اتخذت "في إطار السلم والوحدة الوطنية"، دون الكشف عن تفاصيل إضافية حول طبيعة الاتفاق. وتزامن التفاهم مع عيد الفطر، وأسهم في وصول شحنات وقود إلى العاصمة وتحسن الوضع بشكل ملحوظ، بعد أن كانت باماكو تعاني من شلل اقتصادي بسبب نقص الإمدادات.

من جهتها، ذكرت جمعيات مدافعة عن حقوق مكّون إثنية الفولاني أن عديدا من المعتقلين من هذه المجموعة أفرج عنهم، مشيرة إلى أن الخلط بين أبناء هذه الإثنية والجماعات المسلحة كثيرا ما يؤدي إلى اعتقالات واسعة.

في حين أكدت مصادر مجتمعية أن بعض المفرج عنهم تعرضوا لانتهاكات خلال فترة احتجازهم، وأنهم يسعون الآن للعودة إلى أسرهم، في إطار تفاهات بين الحكومة والجماعات المسلحة.

شهدت مالي مطلع الأسبوع تطورا بارزا في أزمتها الأمنية والاقتصادية، إذ أفادت وكالة الصحافة الفرنسية بأن السلطات المالية أفرجت عن أكثر من 100 شخص يشتهب بانتمائهم لجماعات متشددة، في إطار تفاهات غير معلنة سمحت بمرور قوافل الوقود إلى العاصمة باماكو، بعد أشهر من الهجمات التي عطلت الإمدادات وأدت إلى شلل اقتصادي.

وكان مقاتلو "جماعة نصرة الإسلام والمسلمين" المرتبطة بتنظيم القاعدة كثفوا منذ سبتمبر الماضي هجماتهم على شاحنات الوقود، مما تسبب في أزمة خانقة بلغت ذروتها في أكتوبر الماضي حين شلت الحركة الاقتصادية في العاصمة. ورغم فترة من الهدوء، عادت الأزمة مطلع مارس الحالي مع نقص حاد في مادة الديزل، التي تستخدم أساسا لتشغيل محطات الكهرباء، الأمر الذي

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 حمد إدريس

نورة عثمان محمد

راسلونا على العنوان التالي:

al-hadisa@zena.gov.er

من هنا وهناك

إعداد/ أسماء
عبد الله صالح

جزء من نيزك يخترق سقف منزل..!



ذكرت صحيفة "نيويورك تايمز"، نقلا عن السلطات المحلية، أن شظية نيزكية اصطدمت بسقف منزل وأحدثت فيه ثقبا بحجم قبضة اليد بالقرب من هيوستن بتكساس.

وأوضحت الصحيفة: "لم يصب أحد بأذى في الحادث الذي وقع في حوالي الساعة 4:45 مساء في شمال غرب مقاطعة هاريس".

وأضافت: "جزء من نيزك اخترق سقف منزل مكون من طابقين، وارتطم بأرضية غرفة نوم، وضرب جزءا آخر من السقف".

وأظهرت صورة قدمتها إدارة الإطفاء وجود جزء من نيزك على أرضية المنزل، فيما قال رئيس الشرطة إنها المرة الأولى التي يتذكر فيها حدوث شيء كهذا في المنطقة.

وشاركت شيري جيمس، التي تعيش في المنزل الذي سقط فيه النيزك، تفاصيل الحادث، قائلة إن "جزء النيزك قد اخترق سقف منزلها بشكل غير متوقع وتسبب في أضرار". وقد أنشأت صفحة على مواقع التواصل للمساعدة في دفع تكاليف إصلاحات السقف والأرضية والسقف الداخلي لمنزلها، وقالت جيمس: "سمعنا دويًا هائلا عندما كنت في غرفة نومي، ولم أكن أعرف ما هو".

وأضافت أن "حفيدها ذهب للتحقق من مصدر الصوت ووجد ثقبا في السقف، ثم وجد صخرة على الأرض".

وقالت وكالة "ناسا" إن شهودا عيانا أبلغوا لأول مرة عن رؤية "كرة نارية ساطعة" في السماء حوالي الساعة 4:40 مساء، موضحة أن "النيزك أصبح مرئيا على بعد 49 ميلا فوق ستيدج كوتش، شمال غرب هيوستن".

وأوضحت الوكالة أن "كرة النار تحركت باتجاه الجنوب الشرقي بسرعة 35000 ميل في الساعة قبل أن تتفكك على بعد 29 ميلا فوق منطقة باميل، على بعد حوالي 18 ميلا شمال غرب وسط مدينة هيوستن".

ووفقا لوكالة "ناسا"، فإن "النيزك، الذي قدر وزنه بحوالي طن وقطره بثلاثة أقدام، أحدث موجة ضغط تسببت في دوي سمعه سكان المنطقة".

أمضوا 13 ساعة في المقصورة مع جثة..



أفادت صحيفة "ذا صن" بأن ركاب الخطوط الجوية البريطانية من هونغ كونغ إلى لندن أمضوا 13 ساعة في نفس المقصورة مع جثة راكبة توفيت وهي مسافرة على متن الرحلة الطويلة.

وأضافت الصحيفة: "توفيت راكبة على متن رحلة طويلة تابعة للخطوط الجوية البريطانية من هونغ كونغ إلى لندن خلال الساعة الأولى من الرحلة، لكن الطاقم قرر مواصلة الرحلة التي استمرت لأكثر من 13 ساعة، وقام الطاقم بتغطية جثمانها ببطانية ونقلها إلى مؤخرة الطائرة".

وأشارت الصحيفة إلى أنه "بعد فترة، بدأ الركاب ومضيفو الطيران يلاحظون رائحة كريهة، واتضح أن المنطقة الخلفية من الطائرة أصبحت ساخنة".

وأوضحت أنه "بعد الهبوط، بقي الركاب على متن الطائرة لمدة 45 دقيقة أخرى، حيث قامت الشرطة بإجراء الفحوصات اللازمة".

ولفتت الصحيفة إلى أن "وفاة أحد الركاب لا تشكل دائما سببا للهبوط الاضطراري للطائرة"، فيما ذكرت مصادر أنه "لا يوجد بروتوكول موحد للتعامل مع وفاة راكب أثناء الرحلة، وشركة الطيران لم تتلق أي شكاوى رسمية بهذا الخصوص".

قصة كنز أسطوري!



من الخزف في شباك صياد محلي، ما أعاد الحماس لنشاطات البحث مجددا.

هنا برز دور الغواص المخضرم روبرت ماكلونغ، الذي قاد الفريق

نحو الموقع الدقيق للحطام. بعد ذلك بعامين، وبالتعاون بين شركة "ساب أمريكا ديسكفريز" وشركة الإنقاذ الإكوادورية "أندرووتر سالفاج"، بدأت عمليات الغوص المكثفة التي أسفرت عن انتشار سبائك وما يقرب من عشرين ألف قطعة نقدية فضية من الأعماق.

غير أن هذه القطع، رغم قيمتها الأثرية والتاريخية الهائلة، أثارت إشكالية كبرى يتمثل في سؤال يقول: كيف يمكن لسفينة ذكرت الوثائق أنها تحمل شحنة ضخمة غير مسبوقه من الذهب والفضة، ولا يعثر بين حطامها إلا على هذا العدد من العملات الفضية؟

هذا التناقض أطلق العنان لسلسلة من الفرضيات المثيرة. بعض الباحثين ذهب إلى أن السفينة التي عُثر عليها لم تكن "لا كابيتانا" أصلا، بل كانت سفينة أخرى غرقت وعلى متنها جزء من حمولة تلك السفينة الشراعية الشهيرة بعد أن أعيد تحميلها. فيما اقتنع فريق آخر، بعد تنقيب دؤوب في الأرشيفات والمكتبات، بأنهم لا يزالون أمام جزء

في 25 مارس 1997، شهدت مياه المحيط الهادئ قبالة سواحل الإكوادور حدثا استثنائيا أعاد إلى الأضواء بقوة حكايات القراصنة والكنوز الأسطورية. في ذلك اليوم، نجح فريق من صيادي الكنوز بقيادة الأرجنتيني هيرمان مورو في تحقيق ما ظل حلما يراود المنقبين لعقود ويتمثل في العثور على حطام السفينة الشراعية الإسبانية الشهيرة "لا كابيتانا"، التي ابتلعها الأعماق منذ عام 1654 بعد أن اصطدمت بشعاب مرجانية، لتستقر في قاع البحر ثروة هائلة كانت في طريقها من أمريكا الجنوبية إلى إسبانيا.

لم تكن "لا كابيتانا" سفينة عادية، بل كانت تحمل في عابرها شحنة من الذهب والفضة نُهب من حضارة الإنكا العريقة، احتوت على صناديق ممتلئة بالعملات والمجوهرات والتماثيل والأواني التي تجاوزت قيمتها التقديرية كل تصور. وفيما ذكرت التقارير الرسمية القديمة أن قيمة الفضة تقدر بنحو عشرة ملايين بيزو موزعة على أكثر من مئتي صندوق، فإن الذهب ظل لغزا محاطا بالغموض، إذ اكتفت الوثائق بوصفه بأنه "كبير جدا"، ما جعل الخبراء المعاصرين يتخبطون في تقديرات متباينة لقيمة الكنز، تراوحت بين بضعة ملايين ومليارات الدولارات. الطريق إلى هذا الاكتشاف لم يكن مفروشا بالورود، وسبقته محاولات فاشلة عديدة، إلى أن لعبت الصدف دورها الحاسم عندما علق طبق صغير

طفل يطلق تنبؤات مرعبة عن تسونامي وعودة الماموث..!

يأتي الفيزان.

ستعود حيوانات الماموث الصوفي في عام 2028، وكيف يُمكن للمرء أن يعيش حتى 200 عام، وإشارات فضائية مفقودة في تقلبات الطقس، وهل يُمكننا مواجهة غودزيلا، وعُثر على مخلوق بعشرين ذراعا بالقرب من القطب الجنوبي.

يذكر أن نوستراداموس الأصلي كان عرافا فرنسيا عاش في القرن السادس عشر، وكتب تنبؤاته بأسلوب غامض في كتابه الشهير "النبوءات" الصادر عام 1555، والذي يضم 942 رباعية. لكن الطفل العصري يقدم توقعاته بطريقة مباشرة وواضحة.



أثار طفل يُلقب بـ"نوستراداموس الصغير" جدلا واسعا على منصات التواصل، بعد تداول مقطع له يتحدث فيه عن ما وصفه بـ"أشخاص صغار جدا يتم اختبارهم من قبل العلماء"، في طرح اعتبره البعض غامضا ومثيرا للقلق.

يُظهر مقطع فيديو أعاد نشره حساب "نيبرو تي في"

(NebruhTV) على تطبيق تيك توك الطفل وهو يروي رؤى أو أفكار غير مألوفة، متحدئا بثقة عن تجارب علمية مزعومة تُجرى على "كائنات صغيرة"، دون تقديم أي دليل ملموس على صحة

هذه المزاعم.

من بين تنبؤاته المرعبة الأخرى فيضان هائل. يُحذّر قائلا: "سيحدث تسونامي بارتفاع 800 متر تقريبا. يُطلقون عليه اسم الفيزان 2.0. ستظهر أسماك القرش.. أسماك القرش الأبيض.. عندما

إعداد / هاجر حامد



الأسرة

صحة

حقيقة العلاقة بين طققة الأصابع والتهاب المفاصل

ويؤكد بعض الخبراء أن صوت الطققة ليس حكا للعظام، بل ناتج عن تغيرات في السائل الزليلي. وفي غياب الألم أو التورم، لا تعد الطققة أمرا مقلقا. أما إذا كانت مؤلمة أو مصحوبة بانغلاق المفصل أو تورم مستمر، فيجب تقييم الحالة طبيا.

ويمكن لالتهاب المفاصل أن يصيب جميع الأعمار، بما في ذلك الأطفال. ورغم أن هشاشة العظام تظهر غالبا مع تقدم العمر، فإن الأنواع الالتهابية مثل الروماتويدي والصدفي قد تظهر في وقت مبكر، ما يجعل التشخيص المبكر ضروريا للحفاظ على سلامة المفاصل.

كما أن ممارسة الرياضة بشكل صحيح تعد وسيلة فعالة لتخفيف أعراض التهاب المفاصل. فالتمارين منخفضة التأثير مثل السباحة وركوب الدراجات، إلى جانب تمارين تقوية العضلات، تساهم في تقليل التيبس وتحسين دعم المفاصل وتخفيف الألم. وخلال فترات زيادة الأعراض، يُنصح بتعديل النشاط البدني بدلا من التوقف عنه تماما، مع الالتزام ببرنامج رياضي موجه يتناسب مع حالة المفاصل.



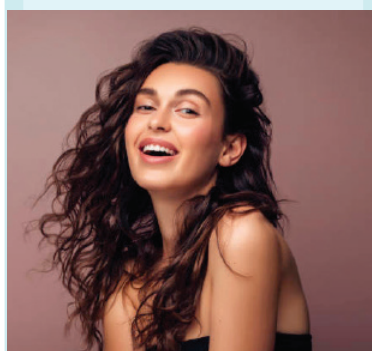
يثير انتشار طققة الأصابع، التي يمارسها الكثيرون بدافع العادة أو التوتر، العديد من المخاوف حول تأثيرها على صحة المفاصل. ورغم أنها تبدو عادة بسيطة، فإن الجدل حولها لا يزال قائما، خاصة ما يتعلق بصحتها المحتملة بالتهاب المفاصل أو ضعف قوة اليد.

الحقيقة: لا يوجد دليل قوي يربط بين هذه العادة والإصابة بالتهاب المفاصل. فصوت الطققة ينشأ عادة نتيجة تشكّل فقاعات غازية داخل السائل الزليلي وانهارها عند تغيير الضغط. (يوجد السائل الزليلي داخل تجويف المفاصل التي تتحرك بسهولة مثل مفاصل الأصابع والركبتين والوركين والكتفين).

متى يجب القلق؟ ينبغي مراجعة الطبيب إذا رافقت الطققة أعراض مثل الألم أو التورم أو السخونة أو محدودية الحركة.



5 أسرار لإحياء الشعر المنهك من الصيف



مع نهاية الصيف، لا ينجو الشعر من آثار الحرارة المرتفعة وأشعة الشمس القوية التي تسلبه رطوبته وتجعله عرضة للجفاف والهشاشة. ومع تراكم العرق والملوثات وبقايا المنتجات، يصبح الشعر باهتا ويفتقد إلى حيويته. لذا إليك 5 خطوات مهمة لاستعادة نعومته وقوته ولمعانه:

١- المعالجة بالزيوت قبل الغسل
يُعد استخدام الزيوت الطبيعية للشعر قبل الشامبو خطوة فعالة لإعادة التوازن. فالزيوت الغنية بالأحماض الدهنية ومضادات الأكسدة، مثل زيت الأرغان وجوز الهند، تعمل على تغذية فروة الرأس وتعويض الزيوت الطبيعية المفقودة.

٢- تقشير فروة الرأس
الحرارة والتعرق يساهمان في تراكم بقايا المستحضرات والزيوت الزائدة على فروة الرأس، ما قد يسد المسام ويضعف نمو الشعر. استخدام شامبو مقشر أو منظم مرة واحدة في الأسبوع يساعد على إزالة هذه التراكمات.

٣- الماسك العميق
الماسكات الغنية بالزبدات الطبيعية مثل زبدة الشيا وزيت نباتية مركزة توفر علاجا مكثفا للشعر الجاف والتالف. تطبيق الماسك أسبوعياً أو كل أسبوعين يعيد ترميم ألياف الشعر.

٤- البلسم المرطب
البلسم المرطب اليومي يضيف طبقة حماية مرنة للشعر، تعمل مثل حاجز ترطيب خفيف. تركيبته عادةً تحتوي على مكونات مرطبة مثل البانثينول أو الجلسرين.

٥- قص الأطراف المتقصفة
الأطراف المتقصفة والتالفة لا يمكن إصلاحها بالعلاجات المنزلية، والحل الأمثل لها هو قصها بانتظام.

همسة في أذنك



عروس العيد.. لماذا تتحول فرحة التحضير أحيانا إلى ضغط نفسي؟

التحضير للزفاف مرحلة مليئة بالسعادة والحماس، لكن رغم ذلك قد تشعر العروس بضغط نفسي يُفسد فرحتها، وما يقوله الخبراء إنه أمر طبيعي بسبب القلق مما تخفيه الحياة المقبلة، فضلا عن تحضيرات الحفل وتحدياته.

إلى تقلبات مزاجية، واضطرابات في النوم، وضعف في التركيز.

الضغط المادية: كما تلعب الميزانية دوراً في قائمة الضغوط التي تواجهها العروس، وهنا قد تواجه فجوة بين الطموحات والواقع المادي، وهذا يُدخل العروس في دوّار من التفكير والمحاولات المستمرة للموازنة المربكة.

الضغط الزمني: الضغط الزمني المرتبط بموعد الزفاف يضيف سبباً آخر للتوتر؛ حيث تصبح المواعيد النهائية لكل التفاصيل مصدراً للضغط النفسي، لا سيما مع اقتراب موعد الزفاف.

الضغوط العائلية: بالإضافة إلى كل الأسباب السابقة، تعاني العروس قبل الزفاف من التداخلات العائلية؛ حيث تتقاطع رغبات الأهل مع رؤية العروس، مما يولد صراعات في الأدوار والحدود، ويجعل العروس تشعر بفقدان السيطرة على قرارها الشخصي في أهم يوم في حياتها.

طرق مجربة للتعامل مع ضغوط الزفاف

تحديد الأولويات: بدلاً من محاولة إنجاز كل شيء مثالية، يجب التركيز على ثلاثة عناصر أساسية تعتبرها العروس الأهم، وتقبل مستوى "الجيد كفاية" في بقية التفاصيل.

تفويض المهام: لا يمكن للعروس وحدها اتخاذ قرارات في كافة تفاصيل حفل ضخم مثل الزفاف. لذلك ينصح الخبراء بتفويض المهام للأصدقاء الموثوقين أو أفراد العائلة؛ كي يخفف العبء الذهني بشكل كبير.

وضع حدود فاصلة: أحد أخطاء العروس قبل الزفاف أنها تخصص كل الوقت للتحضيرات فقط، فمن الضروري تخصيص أوقات خالية من الزفاف، حيث يمنع الحديث في أي تفاصيل تتعلق بالتحضيرات لاستعادة التوازن النفسي.

التركيز على الجوهر: يجب ألا تنساق العروس وراء السوشيال ميديا وضغوطها، بينما يجب تذكير النفس بأن الزفاف هو مجرد بداية لحياة مشتركة وليس النهاية في حد ذاته. كما أن التركيز على العلاقة مع الزوج يقلل من حدة التوتر تجاه التفاصيل المادية.

وقد تتضاعف ضغوط ما قبل الزفاف في العصر الحالي بسبب السوشيال ميديا، وما تسببه من مقارنات غير واقعية، بالإضافة إلى الضغوط الاجتماعية. يشير الخبراء إلى أن هذا الضغط ليس مجرد حالة عابرة، بل نتاج مجموعة من عوامل نفسية واجتماعية، تتطلب تعاملاً واعياً؛ لتجنب الاحتراق النفسي.

أول خطوة تساعد العروس على التخلص من الضغط النفسي هي أن تحدد أسبابه مسبقاً، حتى تتمكن من إدارة مشاعرها بطريقة واعية. **البحث عن الكمال:** السوشيال ميديا أصّلت لدى الفتيات مفهوم الكمال الوهمي، والذي يعد السبب الأول وراء الضغط النفسي الذي تشعر به العروس قبل الزفاف. الثقافة المحيطة بحفلات الزفاف تروج لفكرة خاطئة، وهي "اليوم المثالي"، وهذا يضع العروس تحت ضغط نفسي. بسبب هذه الفكرة تعيش العروس مرحلة من السعي المستمر للوصول إلى الأفضل في كل شيء، ويمتد الأمر ليشمل الرغبة في إرضاء جميع الأطراف، وهو هدف يستحيل تحقيقه عملياً.

توضح التقارير النفسية أن محاولة التحكم في كافة التفاصيل الدقيقة تؤدي إلى حالة من الصراع الداخلي؛ حيث يطغى "القلق من الفشل" على "البهجة بالمناسبة". هذا الضغط يزداد حدة عندما يتم ربط قيمة الذات بمدى نجاح الحفل أو انهيار المدعوين، مما يجعل أي خلل بسيط في الترتيبات يبدو وكأنه كارثة شخصية. **إرهاق القرار:** تواجه العروس في المرحلة السابقة للزفاف حالة تُعرف باسم "إرهاق القرار". التخطيط للزفاف يتطلب اتخاذ مئات القرارات المتتالية في وقت قصير، بداية من قائمة المدعوين والمكان والمظهر، وغيرها من التفاصيل الدقيقة والمتتالية التي تستنزف طاقة العروس، مما يعرضها

آيس كريم منزلي بالبرتقال

مطبخ أسرتي

المكونات:

- 2 كوب عصير برتقال طازج

- 1 كوب حليب كامل الدسم

- ½ كوب سكر (يمكن تعديل الكمية حسب الرغبة)

- 1 ملعقة صغيرة قشر

برتقال مبشور

- 1 ملعقة صغيرة

فانيليا

- أعواد خشبية

صغيرة للبوطة

طريقة التحضير:

- في وعاء، اخلطي

عصير البرتقال مع الحليب والسكر جيداً حتى يذوب السكر تماماً.

- أضيفي قشر البرتقال المبشور والفانيليا وقلبي المزيج حتى تتجانس المكونات.



- صبي الخليط في أكواب صغيرة أو قوالب خاصة بالبوطة، وضعي العود في الوسط.

- غطي الأكواب أو القوالب وضعيها في الفريزر لمدة 4-6 ساعات أو حتى تتجمد تماماً.

- عند التقديم، اغمسي سريعاً القوالب في ماء دافئ لتسهيل إخراج البوطة، ثم قدميها مباشرة.

نصيحة: لإضافة لمسة مميزة، يمكن تزيين البوطة بشرائح رقيقة من البرتقال أو رشّة خفيفة من القرفة قبل التقديم.

إعداد /
أبو الدرس

الإنذار المبكر لتعزيز مرونة المجتمع وقدرته على الصمود

يجب تسريع وتيرة الإنذار المبكر للجميع بحيث يكون كل شخص بحلول العام 2027، محمياً بتنبيهات منقذة للحياة. إن الاستثمار في الرصد يؤدي ثماره أضعافاً مضاعفة إذ يعزز السلام والأمن والقدرة على الصمود والتنمية المستدامة. فمن خلال مراقبة اليوم يمكننا حماية الغد، من أجل الناس والكوكب والازدهار ومن أجل الأجيال القادمة. ومن المشين حقاً والمثير للقلق ، أنه في هذا العصر الرقمي، أن تضيق حياة وسبل عيشها، فقط لأن الناس لا يحصلون على أنظمة الإنذار المبكر الفعالة. هذا وقد حان الآن وقت العمل. فمن خلال العمل الدولي والإقليمي والمحلي بشكل مشترك، لسد الفجوة في نظم الإنذار المبكر، يمكننا أن نجعل العالم أكثر أماناً وقدرة على الصمود. الأهمية الحاسمة لنظم الإنذار المبكر في الوقاية من الكوارث والتخفيف من آثارها. وعلى الرغم من الإنجازات التي تم تحقيقها حتى ، إلا أنه علينا أن نخلق أبعد من ذلك، وأن نمضي قدماً بوتيرة أسرع، كما يجب على المجتمع الدولي التكاتف بشكل مشترك معاً ، لتوطيد أواصر التعاون في هذا المجال بين البلدان، وتحفيز الابتكارات لتعزيز التكنولوجيات، والاستثمار بشكل مشترك لإيجاد الموارد وتعبئتها ومشاركتها. فما حال بلادنا في هذا المجال؟ ما هي الإنجازات؟ وما هي التحديات والصعوبات؟ وما هي أفضل السبل للتغلب عليها؟ وغير ذلك من المحاور ذات الصلة سنحلق معها في صفحة اليوم انشاء الله.



احتفل المجتمع الدولي في الثالث والعشرين من مارس 2026، باليوم العالمي للإرصاد الجوية تحت شعار ” مراقبة اليوم ... حماية الغد“. حيث تم تسليط الضوء بهذه المناسبة، على كيف يمكن لنظم الإرصاد الجوية أن تساعد الناس على توقع الأخطار الطبيعية المختلفة، من قبيل العواصف والفيضانات وموجات الحر، مع التزايد السريع في عدد الظواهر الجوية المتطرفة، وبالتالي الاستعداد لها قبل أن تحدث. وهذا حتماً سيؤدي في نهاية المطاف إلى إنقاذ ملايين الأرواح.

ويشير الخبراء في هذا المجال، إلى أنه ومع بلوغنا منتصف المدة المحددة لمبادرة الإنذار المبكر للجميع، فقد أحرز تقدم كبير في المحاور التالية وذلك على سبيل المثال لا الحصر:

- 1 - إنقاذ الأرواح
- 2 - حماية سبل العيش.
- 3 - وتعزيز قدرة المجتمعات على الصمود.

ولا ننسى أنه كلما تصاعدت مخاطر المناخ، استمرت الحاجة الملحة إلى مبادرة الإنذار المبكر للجميع وتعاضمت. ومع دخول المبادرة مرحلتها التالية، توسّع الشراكات نطاقاتها بهدف تسريع وتيرة التقدم. ويؤدي التعاون مع الجهات المانحة الثنائية والمتعددة الأطراف، وصناديق المناخ والمصارف الإنمائية ، إلى زيادة الدعم لجهود الإنذار المبكر. كما تجري الاستفادة من الشركاء الإقليميين والمراكز المتخصصة لتعزيز الأثر وبناء قدرات دائمة. بالإضافة الى أن الآثار التي تخلفها ظواهر الطقس والمناخ المتطرفة، باتت أكثر حدة، وأصبحنا نشهد موجات حر ذات تواتر أكثر وشدة أعلى، وعواصف وفيضانات أكثر تدميراً، وأعاصير مدارية تزداد شدتها بسرعة عقب تشكلها.

وبمناسبة اليوم العالمي للإرصاد الجوية للعام الحالي 2026، شدّد السيد أنطونيو غوتيريش السكرتير العام للأمم المتحدة في رسالته بهذه المناسبة على أنه يجب ” أن نتذكر أن التنبؤ ينبذ الأرواح، وأن اضطراب المناخ يعيد كتابة قواعد الطقس مع موجات حر قياسية وجفاف أطول وارتفاع منسوب البحار وكوارث أكثر تواتراً وشدة“. كما أكد سيادته على ” أن العلم الدقيق والموثوق هو خط دفاعنا الأول. حيث يتم تحويل القياسات الى تنبؤات ، والتنبؤات إلى إنذارات مبكرة “. ومع ذلك، فإن نظام الرصد العالمي يتعرض لضغوط كبيرة، مع وجود ثغرات

حرجة، خاصة في أقل البلدان نمواً والول الجزرية الصغيرة النامية. وختم السيد غوتيريش رسالته بحث المجتمع الدولي على المبادرة الإيجابية في هذا المجال بقوله ” يجب على الحكومات وبنوك التنمية والقطاع الخاص ، زيادة دعمها لبنية الرصد العالمية، بدءاً من المحطات الأرضية ووصولاً إلى الأقمار الصناعية. وضمان مشاركة البيانات بشكل مفتوح وعادل“.

وفي ذات المناسبة، أشارت السيدة سيلبيستي ساولو، الأمينة العامة للمنظمة العالمية للأرصاد الجوية في رسالتها ” دعونا نلقي نظرة أعمق ، عند الإحتفاء بدور مجتمع المنظمة العالمي للإرصاد الجوية في إنقاذ الأرواح وخدمة المجتمعات“. حيث نلاحظ ” أن وراء كل توقع جوي، توجد الملايين من الرصدات التي تجري معالجتها، عبر شبكة دولية فريدة، تنسقها المنظمة العالمية للأرصاد الجوية، وتعتمد على النظام العالمي التابع للمنظمة، قرارات بمليارات في مجالات شتى، من مسارات الحماية إلى إدارة الصحة، ومن زراعة المحاصيل إلى الاستثمار في البنية التحتية. فهذا النظام ينجح تنبؤات ويصدر تحذيرات مبكرة تنقذ آلاف

الأرواح“. واستطردت السيدة سيلبيستي رسالتها بالتذكير ” أن شعار العام الحالي ” نرصد اليوم لنحمي الغد“، يقوم على أنه عندما نرصد اليوم، فإننا لا نتنبأ بالطبع فحسب، بل نحمي المستقبل أيضاً، ونحمي كوكب الأرض في المستقبل، نحمي الناس في المستقبل. ولهذا السبب فإن لشباب اليوم دوراً كبيراً ومهماً ، فهم حماة المستقبل، وإننا بحاجة إلى طاقاتهم وابتكاراتهم ومهاراتهم. لتختتم رسالتها بالتركيز على ” إننا نعيش في عصر التقدم التكنولوجي الهائل، وعلينا أن نهيب الظروف المواتية، وأن نضمن ألا يتخلف أحد عن الركب. وعلينا أن نتذكر أن الذكاء الاصطناعي يعتمد على الذكاء البشري. إننا أكثر من مجرد متنبئين بالأحوال الجوية، إننا نقدم خدمة عامة عالمية من أجل الصالح العام العالمي معاً، معاً نرصد اليوم كي نحمي الغد“.

ومن الجدير بالذكر أنه وبينما نتطلع إلى بلوغ الهدف المرجو تحقيقه في عام 2027، ستركز المرحلة التالية من مبادرة الإنذار المبكر للجميع، على العمل السريع والشامل والمنسّق لتوسيع نطاق تأثير المبادرة من خلال المحاور التالية:

- 1 - البناء على الدروس المستخلصة، والاستفادة من الأدوات التي طُوّرت

لتسريع وتيرة التنفيذ وتحسينه.

- 2 - توسيع نطاق الدعم، ليشمل بلداناً إضافية غير البلدان الثلاثين التي ركزت عليها المبادرة في البداية.

- 3 - تعزيز الشراكات، مع الجهات المانحة الثنائية والمتعددة الأطراف والمصارف الإنمائية وصناديق المناخ لزيادة الموارد وتوثيق أواصر التعاون.

- 4 - تعزيز القدرات الإقليمية، من خلال التعاون مع المراكز المتخصصة والشركاء الإقليميين بما يضمن إحداث أثر دائم.
- 5 - إزكاء الشعور بالملكية الوطنية، من خلال قيادة البلدان للتنفيذ وضمان الاستفادة على المدى الطويل.

- 6 - سد الفجوة في تمويل الإنذار المبكر وضمان حصول كل بلد على الموارد اللازمة لبناء القدرة على الصمود وحماية المجتمعات من الآثار المتزايدة للطقس المتطرف وتغير المناخ.

ولا بأس عزيزي القارئ الكريم من التمعن في الأرقام الإحصائية التالية حول هذا الموضوع للوقوف على الحال العالمي في هذا الموضوع وذلك على سبيل المثال لا الحصر:

- 1 - في عام 2024، أفادت 108 بلدان أن لديها بعض القدرات الخاصة بنظم الإنذار المبكر بالأخطار المتعددة، وهذا أكثر من

ضعف عدد البلدان التي امتلكت هذه القدرات في عام 2015 وكان آنذاك 52 بلداً.

- 2 - سجّلت أقل البلدان نمواً، أهم التحسينات التي أنجزت، وتجاوزت البلدان النامية غير الساحلية والدول الجزرية الصغيرة النامية المعدل العالمي.
- 3 - ارتفع متوسط المعدل العالمي، لشمولية نظم الإنذار المبكر بالأخطار المتعددة، من 0.35 إلى 0.49% بزيادة قدرها 39%.

ونختتم صفحة بإشارة الخبراء الى أنه بإمكان قطاع الأعمال ، تقديم خبرات مفيدة، وتوفير موارد قيمة ، تتراوح بين أدوات التنبؤ التي تعتمد على الذكاء الاصطناعي ونظم الاتصال المحسّنة. خاصة أن لدى القطاع الخاص، مصلحة راسخة في الاستفادة من معلومات الطقس والمناخ، لإدارة المخاطر التي تواجهه وحماية أصوله وتحسين عملياته وضمان مرونته وقدرته على الصمود على المدى الطويل. ومن خلال العمل معاً، يمكن لأصحاب المصلحة من القطاعين العام والخاص، إنشاء نظم إنذار مبكر أكثر شمولاً وقوة، تحمي المجتمعات.

إعداد

عبد الله محمد علي

kazamamme5@gmail.com

الرياضة

استمرار المنافسات الرياضية في إقليم عنسبا ومدينة كرن وسط مشاركة طلابية وشبابية واسعة



على الصدارة، تلاه حسن عبد الحميد ثانياً، وفؤاد جمعة من مدرسة رورا ثالثاً. وفي منافسات الإناث، فازت سيلفانا تسفاميكائيل ودليلينا داويت من مدرسة لاسالي بالمركزين الأول والثاني، في حين جاءت سسينا تسفالم من مدرسة ميغارج في المركز الثالث. ومن المقرر أن تتواصل هذه السباقات يوم السبت المقبل.

من جهة أخرى، شهد دوري عنسبا لكرة القدم للرجال مباريات قوية، حيث حقق فريق عنسبا فوزاً على فريق القاش بنتيجة ثلاثة أهداف دون مقابل، سجل منها أيمن طاهر هدفاً وقدم أداءً لافتاً نال على إثره جائزة أفضل لاعب في المباراة.

كما تمكن فريق دندن من الفوز على فريق الساحل بنتيجة أربعة أهداف مقابل هدف.

وكاد فريق دندن أن يحسن موقفه أمام فريق الساحل، الذي بدأ المباراة بحذر، لكن



سمري من مدرسة لاسالي في المركزين الثاني والثالث.

أما في السباق الختامي للفئة نفسها، فقد فاز بطرس مولجيتا من مدرسة لاسالي بالمركز الأول، يليه دانييل مانتاي من مدرسة حرن، بينما حل فينهاس سمري ثالثاً. وفي فئة (ب) للذكور، تمكن نوه أبرها وحسن عبد الحميد من مدرسة ميغارج من احتلال المركزين الأول والثاني، بينما جاء معتز صالح من مدرسة النهضة ثالثاً. وفي السباق الختامي حافظ نوه أبرها

تواصلت في مدينة كرن بإقليم عنسبا المنافسات الرياضية في عدد من الألعاب، من بينها سباقات الدراجات الجبلية للمدارس، إضافة إلى مباريات دوري عنسبا لكرة القدم للرجال وبطولة كرة القدم للسيدات، وسط أجواء تنافسية مثيرة. ففي إطار الأسبوع الثاني من سباقات الدراجات الجبلية لمدارس مديرية كرن التي أقيمت في 22 نوفمبر، أحرز أمان نقاش من مدرسة لملبا المركز الأول في فئة (أ) للذكور، فيما جاء تمسقن تولي وفينهاس

21 مارس، واصل فريق إدارة ضاحية 04 سلسلة نتائجها الإيجابية دون هزيمة بعد فوزه على فريق إدارة ضاحية 05 بهدف دون مقابل سجلته اللاعب فيوري محرتأب. كما حقق فريق إدارة ضاحية 03 فوزاً كبيراً على فريق إدارة ضاحية 06 بنتيجة خمسة أهداف مقابل هدف، في مباراة سيطر عليها الفريق الفائز منذ الشوط الأول.

دفاع الساحل حصل على ركلة جزاء بداعي وجود خطأ، ليمنح المهاجم تمسقن هبتزقي التقدم لفريق دندن، تلاه هجمة مرتدة سريعة عبر بهران جمال دندن، ليحز هدف دندن تقدمه 2-0 في نهاية الشوط الأول، بينما أضاف دندن هدفين آخرين عن طريق نبيل محمد وتمسقن هبتزقي في الشوط الثاني ليُنتهي المباراة بنتيجة 4-1. وفي بطولة كرة القدم للسيدات التي أقيمت أيضاً على ملعب كرن البلدي في



لكل منها. وتأتي هذه المنافسات في إطار الأنشطة الرياضية التي ينظمها مركز القيادة الوسطى بهدف تعزيز الروح الرياضية والتنافس بين الفرق المشاركة، على أن تتواصل المباريات خلال الأيام المقبلة لتحديد الفرق المتأهلة إلى الدور الثاني من البطولة.

على فريق ظنعات بنتيجة 3-1. كما شهدت منافسات الكرة الطائرة للسيدات في مندفرأ فوز فريق أحران على مركبنا، وفريق مريب على ظنعات بنتيجة 2-0، بينما فاز فريق ماي ظبري على بريغون بنتيجة 2-1. وفي فئة الرجال، حققت فرق ماي ظبري ومريب وغُبل انتصاراتها على فرق بريغون وظنعات ومركبنا بنتيجة 3-0

تواصل البطولة الرياضية للقيادة الوسطى في مدن دقمحري ومندفرا وظرونا

ودمحيناً على إمباسويرا بنتيجة 2-0، كما تغلب فريق أدال على فريق دندن بنتيجة 2-1. أما في فئة الرجال، فقد فاز فريق دندن على أدال، وأومال على غلوب بنتيجة 3-0، في حين تغلب فريق دمحيناً على إمباسويرا بنتيجة 3-1. وفي مدينة مندفرأ، شهدت منافسات كرة القدم للسيدات فوز فريق أحران على مركبنا بنتيجة 3-1، كما فاز فريق بريغون على ماي ظبري بنتيجة 2-1، بينما انتهت مباراة فريقي ظنعات ومريب بالتعادل السلبي. وفي فئة الرجال، فاز فريق ماي ظبري على بريغون، وفريق غُبل على مركبنا بنتيجة 1-0، بينما تغلب فريق مريب

فريق كيلما بنتيجة 2-0، وحقق فريق زارا الفوز على هيمبول بالتبعية نفسها. أما في مدينة ظرونا، فقد أسفرت مباريات كرة القدم للسيدات عن فوز فريقي دندن وإمباسويرا على فريق أدال بنتيجة 1-0 لكل منهما، كما فاز فريق غلوب على فريق دمحيناً بالتبعية نفسها. وفي منافسات الرجال، حقق فريق أومال فوزاً كبيراً على فريق غلوب بنتيجة 3-0، بينما فاز فريق دمحيناً على إمباسويرا بهدف دون مقابل، وانتهت مباراة أومال ودندن بالتعادل السلبي. وفي منافسات الكرة الطائرة للسيدات في ظرونا، فاز فريق أومال على غلوب،

تواصل في مدن دقمحري ومندفرا وظرونا منافسات البطولة الرياضية التي تنظمها القيادة الوسطى بوزارة الدفاع، وسط تنافس قوي بين الفرق المشاركة من أجل التأهل إلى الدور الثاني ضمن أفضل ثمانية فرق. ففي مدينة دقمحري، شهدت منافسات كرة القدم للسيدات فوز فريق نقفة على فريق غويبي بنتيجة 2-1، كما فاز فريق كيلما على غويبي بنتيجة 2-0، بينما انتهت مباراة فريقي زارا وهيمبول بالتعادل 1-1. وفي منافسات الرجال، تمكن فريق هيمبول من الفوز على فريق روزمي بنتيجة 2-1، كما تغلب فريق هلال على

بعد مسيرة أسطورية دامت 9 سنوات... صلاح يرحل عن ليفربول نهاية الموسم

أبرزها تأثره بوفاة زميله ديوجو جوتا، كما شهدت مسيرته بعض التوترات، خاصة مع المدرب أرني سلوت، لكنها لم تتغير من حقيقة أن العلاقة بين اللاعب والنادي بقيت قائمة على الاحترام والإنجاز. عندما يغادر محمد صلاح، لن يرحل مجرد لاعب سجل أهدافاً وصنع أمجاداً، بل سيترك إرثاً يصعب تكراره، بعدما أعاد لليفربول إلى القمة، وفرض اسمه بين كبار اللعبة، وكتب قصة نجاح ستبقى خالدة في ذاكرة كرة القدم. محمد صلاح لم يكن مجرد هدف... بل كان حقبة كاملة في تاريخ ليفربول. لاعب غير شكل النادي، وألهم جماهير حول العالم، وكتب اسمه بحروف من ذهب، وعندما يُغلق هذا الفصل... سيبقى إرث «الملك المصري» حياً... إلى الأبد.

2025، معادلاً رقم أسطورة تييري هنري، في تأكيد واضح على استمراريته وهيمنته التهديفية عبر السنوات. ولم تتوقف بصمته عند الأرقام، بل امتدت إلى الألقاب، حيث كان عنصراً حاسماً في تتويج ليفربول بثمانية ألقاب كبرى، شملت لقبين في الدوري الإنجليزي الممتاز، ودوري أبطال أوروبا، وكأس الاتحاد الإنجليزي، ولقبين في كأس الرابطة، إلى جانب كأس العالم للأندية وكأس السوبر الأوروبي. وكانت لحظة التتويج بدوري الأبطال عام 2019، بعد خيبة نهائي كييف 2018، واحدة من أبرز محطات مسيرته، حين سجل في النهائي أمام توتنهام وقاد الفريق إلى المجد الأوروبي. ولم يكن تأثير صلاح فنياً فقط، بل إنسانياً أيضاً، إذ مر بلحظات صعبة



مساهمة تهديفية في الدوري الإنجليزي الممتاز، وهو الرقم الأعلى في تاريخ المسابقة مع ناد واحد. وتُوِّج بجائزة الحذاء الذهبي أربع مرات في مواسم 2017-2018، 2018-2019، 2021-2022، و-2024

يعيد اكتشاف ذاته في إيطاليا، ويعود إلى إنجلترا لاعباً مختلفاً، أكثر نضجاً وحسماً، ليجد في مشروع المدرب يورغن كلوب البيئة المثالية للانفجار. ومنذ أول مواسمه، فرض نفسه كقوة ضاربة، مسجلاً 44 هدفاً في موسم واحد، ليعلن عن ولادة «الملك المصري»، الذي سيصبح لاحقاً أحد أعمدة واحدة من أعظم ثلاثيات الهجوم في العالم، إلى جانب ساديو ماني وروبرتو فيرمينو.

على مدار سنواته مع ليفربول، لم يكن صلاح مجرد هداف، بل ماكينة أرقام قياسية، حيث سجل 255 هدفاً في 435 مباراة بقميص النادي، ليحتل المركز الثالث في قائمة الهدافين التاريخيين خلف إيان راش وروجر هانت، كما حقق 281

لم يكن رحيل النجم المصري محمد صلاح عن صفوف ليفربول مجرد نهاية لمسيرة لاعب، بل إسدال الستار على واحدة من أعظم الحقب في تاريخ النادي، وواحدة من أزهى الفترات التي عرفها الدوري الإنجليزي الممتاز عبر تاريخه الحديث. منذ لحظة وصوله إلى «أنفيلد» في صيف 2017 قادماً من روما مقابل نحو 50 مليون دولار، بدا وكأن ليفربول أبرم صفقة عادية في سوق الانتقالات، لكن السنوات التالية كشفت أن النادي تعاقد مع ظاهرة كروية استثنائية، لاعب لم يكن يتكف بتحطيم الأرقام، بل أعاد تشكيل هوية فريق كامل. رحلة صلاح إلى القمة لم تكن مفروشة بالورود، إذ فشل في إثبات نفسه خلال تجربته السابقة مع تشيلسي، قبل أن

إعداد
فاطمة حمد

الحياة لا تهدينا السعادة جاهزة ، بل تعلمنا كيف نصنعها من التفاصيل الصغيرة ، ومن قلوب تحسن الظن بالله مهما ضاقت الطرق

في مثل هذا اليوم

الاحداث الداخلية:-

- في السادس والعشرين من مارس عام 1952م:- انتخابات البرلمان الارترى .
- في السادس والعشرين من مارس عام 1983م:- بداية الحملة السابعة والتي بدأت من السادس والعشرين من مارس وحتى الخامس عشر من شهر اغسطس من نفس العام .

الاحداث الخارجية:-

- في السادس والعشرين من مارس عام 1804م:- وصول الوالي العثماني الثالث لمصر خورشيد باشا وذلك بعد جلاء الحملة الفرنسية عنها.
- في السادس والعشرين من مارس عام 1945م:- قوات الحلفاء تحتل مدينة فرانكفورت بألمانيا قبيل نهاية الحرب العالمية الثانية.
- في السادس والعشرين من مارس عام 1952م:- الفرنسيون يعتقلون أعضاء الحكومة التونسية وينفونهم إلى جنوبي تونس.
- في السادس والعشرين من مارس عام 1953م:- العالم الأمريكي يونا س سولك يكتشف مصلاً ضد شلل الأطفال.
- في السادس والعشرين من مارس عام 1971م:- استقلال بنغلاديش عن باكستان.
- في السادس والعشرين من مارس عام 2016م:- حكومة الوفاق الوطني الليبية تبدأ عملها في تونس العاصمة برئاسة فايز السراج.
- في السادس والعشرين من مارس عام 2017م:- كاري لام تفوز في انتخاب الرئيس التنفيذي لهونغ كونغ 2017 وبذلك تصبح أول امرأة تشغل منصب الرئيس التنفيذي لهونغ كونغ.

منشور على إنستغرام يكلف سائحا السجن 5 سنوات

ويواجه الرجل عقوبة تصل إلى خمس سنوات سجنًا بموجب القانون الإندونيسي، الذي يعاقب على نشر محتوى يحرض على الكراهية الدينية. وقد صادرت السلطات هاتفه المحمول واستمعت إلى شهود. ولم تكشف بعد معلومات أو تفاصيل إضافية عن المتهم.

وبالي هي الجزيرة الوحيدة في إندونيسيا ذات الأغلبية الهندوسية، وللمعتقدات الدينية فيها دور محوري في الحياة اليومية لسكانها. وفي عيد نيبى، تراقب قوات الأمن الالتزام بالقوانين، فيما يتوقع من

منهم من الهندوس- بعيد نيبى يوم الخميس 19 مارس/ آذار، الذي يصادف رأس السنة في بالي. وفي هذا اليوم تطبق قواعد صارمة على السكان والزوار على حد سواء في إندونيسيا، إذ تغلق الشوارع ويتوقف المرور ويغلق مطار نغورا راي الدولي أمام الرحلات.

وحدد المحققون هوية المشتبه به بسرعة واعتقلوه، وفق ما نقلت وكالة الأنباء الإندونيسية أنتارا (Antara) عن متحدث باسم الشرطة، ويواجه اتهامات بنشر محتوى على الإنترنت يثير الكراهية الدينية.

أصبح منشور على إنستغرام درسا تحذيريا لكل من يزور إندونيسيا، بعد أن اعتقلت الشرطة في جزيرة بالي مواطنا سويسريا للاشتباه في إهانته عبدا هندوسيا مقدسا.

وأفادت الشرطة أن الرجل نشر عبر حسابه على وسائل التواصل الاجتماعي منشورا مسيئا عن "عيد نيبى"، المعروف أيضا باسم "يوم الصمت"، وهو أهم مناسبة دينية على جزيرة بالي. وأثار المنشور غضبا واسعا، مما دفع السلطات للتحرك بسرعة.

يحتفل السكان المحليون -الغالبية

شنغهاي تنظم مسابقة "النوم في الغابة".. وجوائز مغرية



مدته، وعمقه، واستمراريته، إلى جانب معدل ضربات القلب.

المشاركون لمراقبة دقيقة عبر أجهزة احترافية تقيس مؤشرات النوم، مثل

أطلقت مدينة شنغهاي فعالية غير تقليدية بمناسبة اليوم العالمي للنوم، تمثلت في تنظيم "مسابقة النوم في الغابة" داخل منتزه دونغ بينغ الوطني للغابات في جزيرة تشونغ مينغ، بمشاركة 50 متسابقاً يسعون لتحقيق أفضل جودة نوم وسط الطبيعة.

تقام المسابقة أيام السبت حتى الـ 26 من أبريل، إضافة إلى يومي 2 و3 مايو، من الساعة الـ 9 صباحاً حتى الـ 7:20 مساءً، حيث يخضع



التصرف "بشكل مسيء" تجاه السكان المحليين والتقاليد الدينية. وتتعامل السلطات مع المخالفين بصرامة، تصل أحيانا إلى الترحيل.

الزوار التصرف بهدوء واحترام. وتستقبل بالي ملايين السياح سنويا، إلا أن السياحة الجماعية تسببت في مشاكل متكررة، منها تجاوز تأشيرات السفر والعمل بشكل غير قانوني أو

أو مغادرة السرير. وتفرض المسابقة قواعد صارمة، تشمل حظر استخدام الهواتف والأجهزة الإلكترونية، ومنع التحدث أو تناول الطعام، باستثناء الماء، طوال مدة التحدي.

وحظيت المبادرة باهتمام واسع على منصات التواصل الاجتماعي، في ظل سعي المنظمين لتقديم تجربة فريدة تعزز الاسترخاء الجسدي والنفسي، مستفيدة من البيئة الطبيعية لجزيرة تشونغ مينغ، التي تُعد من أبرز المناطق البيئية في شنغهاي بفضل نقاء هوائها وتنوعها الحيوي.

ويحصل صاحب أعلى تقييم لجودة النوم في كل جولة على جائزة قدرها 3000 يوان (نحو 435 دولاراً)، بينما يُمنح أسرع المشاركين في الدخول بالنوم 2000 يوان، فيما يتقاسم بقية المتسابقين الذين يلتزمون بالقواعد جوائز إجمالية تصل إلى 10 آلاف يوان.

وتهدف الفعالية إلى تخفيف ضغوط الحياة اليومية عن سكان المدن، إذ تتيح للمشاركين الاسترخاء في بيئة طبيعية هادئة. ولا يُشترط النوم الفعلي للفوز، إذ يمكن الاكتفاء بالاستلقاء أو إغلاق العينين، مع الالتزام بعدم القيام بحركات ملحوظة