

الرئيس إسياس ل RT :-

وضع البحر الأحمر يخص فقط الدول المطلة عليه

على أفريقيا أن تحل مشكلاتها بنفسها دون إنتظار حلول من الخارج



أجرى تلفزيون «روسيا اليوم» (RT) لقاءً مع الرئيس إسياس أفورقي ، تناول الأوضاع في السودان، وأمن البحر الأحمر، والعلاقات بين روسيا وأفريقيا، إلى جانب قضايا أخرى ذات صلة.

ورداً على سؤال بشأن الوضع في السودان، أوضح الرئيس إسياس أنه لا يوجد صراع داخلي في السودان، وأن الوضع الحالي يُوجَّع بدعم من قوى أجنبية، وليس صراعاً بين الشعب السوداني. وأضاف أن الحكومة الحالية هي حكومة انتقالية اضطلعت بمسؤولية نقل السودان إلى مرحلة أفضل. وشدد على أن القوى الأجنبية تعمل على زعزعة السلام والاستقرار في أفريقيا، من خلال دعم أمراء الحرب وإشعال الصراعات بذرائع الدين والقبيلة والعرق وغيرها، مؤكداً ضرورة وضع حد لذلك. وأوضح الرئيس إسياس أن وضع البحر الأحمر يخص فقط الدول المطلة عليه من جانيه، وأن على هذه الدول أن تؤدي دورها المناسب لضمان أمنه واستقراره. وفيما يتعلق بالقضايا الإقليمية، أشار إلى أن التدخلات التي تجرى باسم الأمم المتحدة والاتحاد الأفريقي وغيرها تخلق عوائق، وأنه ينبغي القول: «كفى». وشدد على ضرورة وقف التدخلات التي تجرى تحت غطاء الصراع، باستخدام الأمم المتحدة أداة، لأنها تؤدي إلى دمار أسوأ.

وبشأن العلاقات بين روسيا وأفريقيا، قال «إن إقامة روسيا علاقات شراكة مع أفريقيا ومساعدتها تمثل واجباً ومسؤولية أخلاقية تقع على عاتقها. غير أنه أوضح أن أفريقيا لا ينبغي أن تنتظر حلول مشكلاتها من الخارج، وأن على الحكومات حل مشكلاتها بنفسها.

وكان الرئيس إسياس أفورقي قد أوضح في مقابلة سابقة مع وكالة

الأنباء الروسية «سبوتنيك» أن احترام استقلال الدول وسيادتها ووحدتها الإقليمية يمثل ركائز أساسية للقانون الدولي والنظام العالمي.

يجدر بالذكر أن الرئيس إسياس أفورقي شارك في القمة الثالثة لقادة أفريقيا وروسيا، التي عُقدت في مدينة موسكو يومي 28 و29 أكتوبر، تحت شعار «من أجل السلام والأمن والتنمية».



إجراء عمليات لتصحيح عظام للأطفال في مستشفى حليبت

تُجرى في مستشفى حليبت الوطني المرجعي، بالتعاون بين اختصاصيين إرتريين وفريق أطباء إيطالي قادم من منظمة «أنوليامو لا ديستانزا»، منذ 26 أكتوبر، عمليات تصحيح عظام الساقين والذراعين للأطفال الذين تقل أعمارهم عن 15 عاماً.

وأفاد رئيس قسم جراحة العظام والمفاصل في المستشفى، البروفيسور/ الزين هاشم، بأنه تُجرى يومياً من ثلاث إلى خمس عمليات، وقد أُجريت عمليات لـ 18 طفلاً خلال أسبوع.

فرق أطباء «أنوليامو لا ديستانزا» هو فريق إيطالي لجراحة العظام تأسس عام 2009. اللازمة، وأنجزوا العمل، معرباً عن شكره لدور الأطباء الإرتريين وإدارة مستشفى حليبت الوطني المرجعي. مرات سنوياً لإجراء جراحات عظام. وأضاف أنهم حضروا هذا العام برفقة خمسة اختصاصيين والمعدات

مكتب العمل والرعاية الاجتماعية في مديرية تسني يدعم أسر محتاجة



أهل مكتب العمل والرعاية الاجتماعية في مديرية تسني، في 28 أكتوبر، أسر محتاجة بماشية.

وأوضح مسؤول المكتب، السيد /مكتيل قبرسلاسي، في معلومات أدلى بها لوكالة الأنباء الإرترية، أن عملية مساعدة الفئات المحتاجة تُنفذ على مراحل، مشيراً إلى أنه في البرنامج الحالي تم مساعدة 8 أسر، حيث اختارت كل أسرة، بما قيمته 10 آلاف نقفة، الحصول على أغنام وماعز.

وأضاف السيد /مكتيل أن ثماني أسر محتاجة أخرى سبق أن تم تأهيلها بالطريقة نفسها.

مدير مديرية عدي قيح يشيد بالمشاريع التنموية التي ينفذها الأهالي

أشاد مدير مديرية عدي قيح، السيد هتاي تسفازي، بالمشاريع التنموية التي ينفذها الأهالي بجهودهم الذاتية.

وجاء ذلك خلال لقاء عقده يوم 29 أكتوبر مع ممثلي إدارات ضواحي في هدامو وحشملي وعونابور وحانبا، حيث أوضح أن المساهمة النشطة للمواطنين بالجهد والمال في إنشاء جسر عبور لمجرى مائي (قلاي باندا)، وبناء وصيانة فصول دراسية إضافية، وصيانة الطرق وغيرها، أثمرت نتائج فاعلة.

وأكد السيد هتاي أنه لا نجاح لأي برنامج دون مشاركة واعية ومنظمة من الأهالي، ودعا المواطنين إلى تعزيز تنظيماتهم وتكثيف إسهامهم لإنجاح خطط التنمية المقبلة. من جانبهم، أكد المشاركون أن بناء الفصول الدراسية وصيانتها، ومشاريع المياه وصيانة الطرق ليست مسؤولية تقع على عاتق الحكومة وحدها، مؤكداً التزامهم بمواصلة الإسهام فيها.

أوروبا تعزم طرح 42 مليون برميل من احتياطات النفط لخفض الأسعار



واضطراب حركة الشحن عبر مضيق هرمز منذ اندلاع الحرب الأمريكية الإسرائيلية مع إيران في نهاية فبراير الماضي.

أوضح ليسكور أن فرنسا ستبدأ خلال الأيام المقبلة ضخ 10 ملايين برميل من الديزل من احتياطاتها الإستراتيجية، تنفيذاً لخطة أعلنتها الشهر الماضي، على أن يظهر تأثير هذه الكميات في الأسعار بدءاً من الأسبوع المقبل.

وأضاف أن الوقود سيُطرح في الأسواق بسعر التكلفة، متوقعاً أن يسهم ذلك في خفض الأسعار بما يتراوح بين 12 و18 سنتاً للتر.

وقال الوزير إن الديزل يمثل جوهر التحديات التي تواجهها أوروبا حالياً، نظراً إلى دوره في قطاعات النقل والصناعة والزراعة، وتأثير ارتفاع تكلفته في أسعار السلع والخدمات.

وبحسب مستشار في وزارة الاقتصاد الفرنسية، فإن هذه هي المرة الأولى التي تستخدم فيها فرنسا احتياطاتها الإستراتيجية بهدف خفض أسعار الوقود.

أعلنت أوروبا اعتزامها طرح 42 مليون برميل من احتياطات النفط الإستراتيجية في الأسواق خلال الأشهر الثلاثة المقبلة، نصفها من الديزل، في خطوة تستهدف تخفيف الضغوط على أسعار الوقود ومواجهة اضطرابات الإمدادات الناجمة عن الحرب في الشرق الأوسط، مع اقتراب فصل الشتاء.

وقال وزير الاقتصاد الفرنسي رولان ليسكور، الخميس، قبيل اجتماع وزراء الطاقة في الاتحاد الأوروبي في لوكسمبورغ، إن الدول الأوروبية ستضخ الكميات المقررة تدريجياً، في إطار جهود دولية لزيادة المعروض من الوقود والحد من ارتفاع الأسعار.

وتأتي الخطوة بعدما اتفقت دول مجموعة السبع، الشهر الماضي، على طرح ما يصل إلى 100 مليون برميل من الاحتياطات النفطية، استكمالاً لعملية سحب 400 مليون برميل جرى تنسيقها عبر وكالة الطاقة الدولية في مارس الماضي. وتواجه الأسواق الأوروبية ضغوطاً متزايدة نتيجة ارتفاع أسعار الطاقة

وأشار الإعلان إلى قرار الجمعية العامة للأمم المتحدة 80/250 الصادر في 25 مارس 2026، الذي صنف تجارة الأفرقة المستعبدین أخطر جريمة ضد الإنسانية. كما نص على ضرورة إعادة القطع الأثرية والممتلكات الثقافية التي نقلت خلال النهب الاستعماري إلى بلدانها الأصلية.

قانونية لتقييم الأضرار التي لحقت بالدول الإفريقية خلال الحقبة الاستعمارية والتعويض عنها. واستند في ذلك إلى نتائج مؤتمر رفيع المستوى عقد في العاصمة الغانية أكرا بين 17 و19 يونيو 2026 حول تجارة الرقيق عبر الأطلسي.

الصين توظف ملفي كوبا وفلسطين في مواجهة النفوذ الأمريكي

الكوبي وتعزيز صداه داخل الجمعية العامة.

ويربط فو الموقف الصيني بحق الكوبيين وحدهم في تقرير مستقبلهم واختيار مسار تنميتهم، رافضاً محاولات التدخل الخارجية في إرادتهم، أو استخدام التهديدات العسكرية والإجراءات القضائية التعسفية لإكراه بلادهم، مطالباً بإنهاء جميع العقوبات، وإزالة اسم كوبا مما يُسمّى "قائمة الدول الراجعة للإرهاب".

بهذا التأطير، تمنح بكين القضية بُعداً يتجاوز العلاقات الأمريكية الكوبية إلى سؤال أوسع بشأن استخدام القوة الاقتصادية للتأثير في الخيارات السياسية والتنمية للشعوب. ويضع فو الكوبيين في صلب هذه الحجة، مشيراً إلى معاناتهم ومقاومتهم المستمرة، كما يجعل سيادتهم وحقوقهم في التنمية أساساً للدعم الصيني المعلن.

القوة ومرجعية القواعد الدولية. وتكشف تغطيات صحفية عن مسارين لهذا التحرك: مواجهة دبلوماسية مباشرة للسياسة الأمريكية تجاه كوبا، ومشاركة قانونية في الإجراءات المتعلقة بالصراع الفلسطيني الإسرائيلي.

ويلتقي المساران عند رفض بكين الإكراه والانتقائية في تطبيق القانون الدولي، والدعوة إلى نظام دولي أكثر عدلاً تحكمه مبادئ ميثاق الأمم المتحدة.

تنقل صحيفة غلوبال تايمز عن فو تسونغ، مندوب الصين الدائم لدى الأمم المتحدة، إعلانه التصويت يوم الأربعاء الماضي لصالح مشروع قرار قدمته كوبا لإنهاء الحصار الاقتصادي والتجاري والمالي الأمريكي.

وبينما تقود هافانا المبادرة، توظف بكين ثقلها الدبلوماسي لدعم المطلب



تجمع الصين بين دعم كوبا في مواجهة الحصار الأمريكي والمشاركة في المسارات القانونية المتعلقة بالقضية الفلسطينية ضمن خطاب يضع السيادة وحقوق التنمية والتطبيق المتساوي للقانون الدولي في صدارة العلاقات الدولية.

وتعزز بكين حضورها في معركة الشرعية عبر الجمعية العامة ومحكمة العدل الدولية بصفتها عضواً مؤسساً في الأمم المتحدة وعضواً دائماً في مجلس الأمن، مستندة إلى مطالب أصحاب القضيتين لتقديم رؤيتها بشأن حدود

قمة روسيا إفريقيا تتبنى إعلاناً مشتركاً لإصلاح النظام الدولي وتعزيز الشراكة الاستراتيجية

ويهدف ذلك، وفق الإعلان، إلى تعزيز تمثيل الدول الإفريقية في المجلس و"إزالة الظلم التاريخي" الواقع عليها.

وأعلن الطرفان معارضتهما للإجراءات القسرية الأحادية التي تتخذ بعيداً عن مجلس الأمن، ولممارسة تجسيم الأصول السيادية ومحاولات مصادرتها. كما تعهدا بتنسيق المواقف في مجلس الأمن بهدف تخفيف العقوبات المفروضة على دول إفريقية ورفع ما فقد منها مبرراته. كما دعا الإعلان إلى استكمال إنهاء الاستعمار في إفريقيا، وإنشاء آليات

وترأس القمة الرئيس الروسي فلاديمير بوتين ورئيس الاتحاد الإفريقي، رئيس بروندي إيفاريسيت ندايشيمي. وقال مساعد الرئيس الروسي يوري أوشاكوف إن 48 دولة من أصل 54 في القارة أكدت مشاركتها، وإن 22 وفداً يترأسها رؤساء دول، وعقدت القمة تحت شعار "من أجل السلام والأمن والتنمية".

اتفق الطرفان على التعاون في إصلاح مجلس الأمن الدولي، بما يراعي الموقف الإفريقي الموحد الوارد في "توافق إيزولويني" وإعلان سرت لعام 2005.

اعتمد قادة روسيا والدول الإفريقية، في 29 أكتوبر بموسكو، إعلان القمة الروسية الإفريقية الثالثة، متعهدين بالعمل على نظام عالمي متعدد الأقطاب ورفض العقوبات الأحادية.

ويضم الإعلان 101 بند تغطي السياسة والأمن والاقتصاد والطاقة والتعليم والصحة والثقافة والمناخ. ووقعه رؤساء دول وحكومات روسيا والدول الإفريقية المعترف بها في الأمم المتحدة، إلى جانب قيادة الاتحاد الإفريقي وأبرز التكتلات الإقليمية في القارة.

إعلان

إعلان للراغبين في إعادة الجلوس لإمتحانات الشهادة الثانوية

يعلن مركز إمتحانات الشهادة بالمعهد الوطني لمؤسسات التعليم العالي والأبحاث للذين شاركوا من قبل في إمتحانات الشهادة الثانوية ولم يحصلوا على درجة النجاح ،ويرغبون في الجلوس للإمتحان مرة أخرى لعام 2027 عليهم استيفاء الشروط التالية:-.

1.من يسمح لهم بالجلوس للإمتحان:

- 1.1 . من أكملوا الخدمة الوطنية.
- 1.2 . المعفيين من الخدمة الوطنية أو من لا تلزمهم الخدمة.
- 1.3 . ولمن هم ما زالوا يؤدون الخدمة الوطنية ، مع ابراز سند موافقة المؤسسة أو الوحدة التي يعملون بها.

2. مكان وزمن التسجيل:

- 2.1 . زمن التسجيل:- من 9 وحتى 20 من شهر نوفمبر 2026

- 2.2 . مكان التسجيل:- مركز الإمتحان (بجوار المكتب المركزي للبريد) اسمرأ.

3. المستندات المطلوبة:-

_ إبراز نسخ أصلية وصور من المستندات التالية:-

- 3.1 . شهادة تثبت نتيجة إمتحان سابق (ESECE Result) أو بطاقة إمتحان (Admission Card)
- 3.2 . وثيقة تسريح تثبت إكمال الخدمة الوطنية أو سند موافقة من المؤسسة أو الوحدة التي يعملون فيها.
4. الشروط :-

- 4.1 . إحضار 4 صور شخصية صغيرة.

- 4.1 . دفع:-(أ) 100 نقفة للتسجيل.

- 4.2 . (ب) دفع مبلغ إضافي قدره 60 نقفة لكل مادة.

5. ينبه مركز الإمتحان بأنه غير مسؤول عن ضمان مواصلة التعليم في مؤسسات التعليم العالي .

كما ينبه المركز بأن الإمتحان سيجرى في منتصف شهر مارس 2027م، وسيكون موقع الإمتحان في أسمرأ فقط.

مركز الإمتحان

المعهد الوطني لمؤسسات التعليم العالي والبحوث

رقم الهاتف 118558

أرتريا الحديثة

رئيس التحرير

محمد نور يحيى

نائب رئيس التحرير

حواء سليمان عبد القادر

هاتف 117099

اخبار 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

الأمن الجزائري يفكك شبكة إجرامية منظمة كلفت الخزينة العامة 9200 مليار سنتيم



تسببت في إلحاق أضرار مالية بالخزينة العمومية قدرت بأكثر من 9200 مليار سنتيم.

وأُسفرت العملية، عن "توقيف 25 شخصا يشتبه في انتمائهم إلى الشبكة، التي يمتد نشاطها إلى عدة ولايات جزائرية، فضلا عن ضبط شاحنات ومركبات سياحية من مختلف الأصناف، وأختام ومحركات إدارية لها صلة بالنشاط الإجرامي".

هذا وأكد البيان أنه "جرى تقديم المشتبه بهم أمام نيابة الجمهورية لدى القطب الجزائري الاقتصادي والمالي بالجزائر العاصمة، لاستكمال الإجراءات القانونية اللازمة".

المنظمة الجرمية التابعة للأمن الوطني الجزائري من تفكيك شبكة إجرامية منظمة، واسترجاع 23 مليار سنتيم من عائدات نشاطها الإجرامي.

وأوضح الأمن الوطني الجزائري في بيان أن "الشبكة اعتمدت أسلوبا تضليليا معقدا، تمثل في استغلال أكثر من 400 سجل تجاري صوري لإجراء معاملات وهمية، بهدف تدوير أموال ضخمة خارج الأطر القانونية. وأضاف البيان أن "هذه الأنشطة

تمكن الأمن الوطني الجزائري من تفكيك شبكة إجرامية منظمة تنشط في التزوير والتهرب الضريبي وتبييض الأموال عبر عدة ولايات، وذلك بعد تحريات دقيقة كشفت عن تعقيدات عملياتها المالية. وتمكنت المصلحة المركزية لمكافحة

الكعبي: قطر للطاقة تشتري غازاً أمريكياً للتحوط من اضطرابات مضيق هرمز

من دون الحاجة إلى استثمارات رأسمالية إضافية لبناء خطوط أنابيب أو منشآت إنتاج.

وتأتي الخطوة بعدما أوقفت قطر للطاقة إنتاج الغاز الطبيعي المسال في أوائل مارس إثر هجمات إيرانية، وأعلنت حالة القوة القاهرة على الإمدادات المتضررة، قبل تمديدتها حتى نهاية عام 2026.

وبحسب رويترز، ألحقت الهجمات على منشأة رأس لفان أضرارا بوحدين لإنتاج الغاز الطبيعي المسال، بطاقة إجمالية تبلغ 12.8 مليون طن سنويا، مما أدى إلى خروج نحو 17% من طاقة التصدير القطرية عن الخدمة، بخسائر إيرادات قدرتها الشركة بنحو 20 مليار دولار سنويا.

لمدة 20 عاما لشراء 3 ملايين طن سنويا من منشآت شركة وودسايد في الولايات المتحدة، بعد توقيع اتفاقين الأسبوع الماضي مع شركة شينير إنرجي لشراء ما يصل إلى 4 ملايين طن سنويا حتى عام 2054، لترتفع الكميات المتعاقد عليها خلال أسبوعين إلى 7 ملايين طن سنويا.

وأكد الكعبي أن الشركة تعتزم إبرام المزيد من الاتفاقات طويلة الأجل، التي تتراوح مدتها بين 20 و25 عاما، وأن الكميات المستهدفة تتجاوز بكثير 7 ملايين طن سنويا، من دون تحديد حجمها النهائي.

وأوضح الكعبي أن الإستراتيجية تستفيد من فروق أسعار الغاز بين الولايات المتحدة وأوروبا، ومن القدرات التجارية للشركة وأسطولها الذي يضم نحو 200 ناقلة للغاز الطبيعي المسال،

كشف سعد بن شريدة الكعبي -الرئيس التنفيذي لشركة قطر للطاقة ووزير الدولة لشؤون الطاقة- أن الشركة تتجه إلى شراء إمدادات طويلة الأجل من الغاز الطبيعي المسال من الولايات المتحدة ومنتجين آخرين، ضمن إستراتيجية للتحوط من أي اضطرابات مستقبلية في مضيق هرمز وتعويض جانب من الإيرادات المفقودة نتيجة تعطل الصادرات.

وقال الكعبي -في مقابلة حصرية مع وكالة رويترز الخميس- إن الشركة تستعد لاحتمال استمرار إغلاق المضيق أو تكرار تعطله، موضحا أن ارتفاع أسعار الغاز في مثل هذه الظروف سيتيح لها تحقيق إيرادات من الإمدادات التي تشتريها من خارج قطر.

ووقعت قطر للطاقة -الخميس- اتفاقا

إضراب عالمي في أكثر من 100 ميناء ضد تصدير السلاح رفضا للإبادة بغزة

ومن بين النقابات العمالية المشاركة في الإضراب نقابة "فير دي" في ألمانيا، وأكبر نقابة عمالية في أيرلندا "إس آي بي تي يو" و"3 إف" في الدانمارك، و"سي جي تي بورتس إيت دوكتس" في فرنسا.

وخارج أوروبا، قال المنظمون إن 12 ميناء في الهند قد تشهد إضرابات، حيث يدعم اتحاد عمال النقل المائي في الهند هذه الخطوة أيضا.

لكن لم يتضح بعد عدد العمال الذين سيشاركون في الإضراب.

يحظى الآن بدعم أكثر من 25 نقابة. وأعلنت نقابة "اتحاد النقابات الأساسية" في إيطاليا أن نطاق هذا التحرك قد توسع ليشمل أكثر من 100 ميناء في 20 دولة، حيث انضم عمال الموانئ إلى المبادرة للتعبير عن رفضهم لشحن الأسلحة عبر المرافق البحرية. ويتوقع أن يستهدف الإضراب مراكز شحن رئيسية في جميع أنحاء أوروبا وخارجها، بما في ذلك هامبورغ وبلنسية ولو هافر والجزيرة الخضراء وبيرايوس وجنوة، إضافة إلى ميناء طنجة المتوسط في المغرب وميناء نهافا شيفا في الهند.

يستعد عمال الموانئ في 22 دولة لتنظيم إضرابات واحتجاجات يوم الجمعة، اعتراضا على تجارة الأسلحة واستخدام الموانئ لشحن الأسلحة، في إطار يوم عالمي للتحرك ضد الحرب والإبادة الجماعية في قطاع غزة. ويقول منظمو الإضراب إنه قد يتسبب في عرقلة أكثر من 40% من حركة الشحن في البحر المتوسط وتعطل شحنات تتخطى قيمتها ملياري دولار. ودعت نقابات عمال الموانئ في فرنسا واليونان وإقليم الباسك الإسباني وتركيا والمغرب في البداية إلى الإضراب، الذي

من هنا وهناك

إعداد/ أسماء
عبدالله صالح

حفل زفاف «بلا عريس



ذلك اليوم، وسط أجواء احتفالية عكست رغبتها في الاستمتاع بالوقت مع الأشخاص الذين تحبهم، رغم معرفتها بأن السرطان وصل إلى مرحلة متقدمة.

لكن بعد أيام قليلة من إقامة حفل الزفاف، تطورت حالتها الصحية مرة أخرى، إذ وصل المرض إلى دماغها، كما أصاب عيناها اليمنى، ما أدى إلى فقدانها البصر فيها.

ورغم التطورات الصحية التي واجهتها بعد الحفل، لم تستسلم أماندا للمرض، ولا تزال مصممة على مواصلة العلاج ومحاولة العيش لأطول فترة ممكنة.

وتواصل البريطانية البالغة من العمر 49 عاما رحلة العلاج، متمسكة بقدرتها على مواجهة الظروف الصحية الصعبة، بعدما قررت أن تحقق حلمها بإقامة حفل الزفاف الذي أرادته، وأن تشارك تلك المناسبة مع 30 شخصا من أقرب الناس إليها.

وجاء حفل الزفاف في وقت كانت فيه أماندا تدرك طبيعة مرضها وتطوره، إذ انتقل السرطان من الثدي إلى العمود الفقري، ثم وصل لاحقا إلى الدماغ والعين اليمنى، إلا أنها اختارت الاحتفال بحياتها وقضاء وقت مع عائلتها وأصدقائها، إلى جانب مواصلة العلاج قدر استطاعتها.

اختارت البريطانية أماندا بارنز، البالغة من العمر 49 عاما، إقامة حفل زفاف أحلامها رغم إصابتها بسرطان الثدي، ليكون يوما خاصا يجمعها بأقرب الأشخاص إليها، قبل أن تتطور حالتها الصحية بصورة أكبر.

وأصيبت أماندا بسرطان الثدي عام 2022، بعدما اكتشفت وجود ورم في جسدها، وأظهرت الفحوص الطبية في البداية أن المرض كان في مرحلته الثالثة. لكن فحسا لاحقا كشف وصول السرطان إلى العمود الفقري، ليتبين أن المرض تطور إلى المرحلة الرابعة، وهو ما دفع أماندا إلى اتخاذ قرار بإقامة حفل زفاف أحلامها قبل أن تتفاقم حالتها الصحية.

ورغم أن المناسبة حملت جميع أجواء حفلات الزفاف المعتادة، من الأجواء الاحتفالية والرومانسية إلى الفستان الأبيض، فإنها كانت مختلفة لغياب العريس.

قررت أماندا إقامة الحفل باعتباره احتفاء بحلم طالما أرادت تحقيقه، وشاركتها المناسبة مجموعة من أقرب الأشخاص إليها، إذ حضر نحو 30 شخصا من أصدقائها وأفراد عائلتها. واجتمعت أماندا مع المقربين منها في

وبدلا من ذلك، يحصل الزوار على أوعية تضم الجزر والخس والتفاح. وتتطلب الزيارة حجزا مسبقا، وتبلغ تكلفتها نحو 10 يوروهات، تشمل مشروبا ووعاء طعام للألبكة.

أما علاقة أوستوينا بالحيوانات فسبقتها لمقهي بسنوات، إذ كان يجلب مع شقيقه حيوانا ت

وفق القائمة على رعايتها سيمونا فرانغي، فالسوداء «ليوبييتسا» متجهمة المزاج، بينما تتولى «سنيجانا» قيادة القطيع رغم أنها الأصغر حجما.



مصابة لرعايتها منذ طفولتهما، ووصلت أول ألبكة إلى المنتجع هدية من حديقة حيوان بلغراد قبل 8 سنوات.

لكن الجلسة لها قواعد: لا تقترب من الحيوانات من الخلف، ولا تقدم لها طعاما أحضرته معك.

الشرطة تستدعي طفل في الثالثة بسبب مهاراته الكروية!



الأول. فقد أثارت الواقعة ردودا واسعة، وظهرت دعوات إلى دعم الطفل ومنحه فرصا لتطوير موهبته.

وأبدت مقدمة برامج الأطفال الأمريكية راشيل أكورسو، المعروفة باسم «ميس راشيل»، اهتماما باستضافته، كما عرض لاعب كرة القدم الأمريكي السابق إيدي جونسون مساعدته في التدريب. كما لا تثبت أن الواقعة كانت بدافع عنصري. والمؤكد أن خلافا بين الأسرة ومسؤولي الدوري استدعى الشرطة، ثم انتقل إلى مواقع التواصل، وأصبح الطفل الذي خطف الأنظار بقدميه محور جدل يتجاوز حدود الملعب.

وهكذا، اختلف الطرفان بشأن جوهر المشكلة: فالأسرة ترى أن ابنها استهدف بسبب تفوقه، ومسؤول الدوري يقول إن الخلاف يتعلق بطريقة اللعب والتعامل مع بقية الأطفال.

وفي بيانها، أوضحت الشرطة أن استجابتها جاءت بناء على طلب مسؤول الدوري التدخل في خلاف مع الأسرة، وليس بسبب مهارات الطفل الكروية. وشددت الشرطة على أن الواقعة لم تسفر عن اعتقال أي شخص، وأنه لم يُجر أحد على مغادرة الحديقة، كما لم يصدر قرار رسمي بمنع الأسرة من دخولها. لم يتوقف انتشار القصة عند الفيديو

كان الطفل الأمريكي نيفادا بيير يراوغ لاعبين أكبر منه سنا، ويخطف الأنظار بمهاراته الكروية التي سرعان ما جعلته حديث مواقع التواصل الاجتماعي.

لكن الفيديو الذي أظهر الطفل ذا البشرة السمراء وهو يسيطر على الكرة لم يمر كأي مقطع رياضي عابر؛ إذ انتهت مباراة للصغار بخلاف بين أسرته ومسؤولي الدوري، استدعى تدخل الشرطة.

وأظهرت المقاطع المتداولة نيفادا وهو يراوغ لاعبين أكبر منه بعام أو عامين، ويحتفظ بالكرة رغم محاولاتهم انتزاعها منه. ووفقا لما تداولته الأسرة، سجل الطفل عددا كبيرا من الأهداف، وهو ما جعل والديه يعتقدان أن موهبته أصبحت سببا لإبعاده عن المنافسة.

وقالت والدته، مارتاسيا غريفين، إن الأسرة شعرت بأن ابنها لم يُعامل بإنصاف، وتمسك والده بأن استدعاء الشرطة جاء في سياق خلاف بدأ بسبب طريقة مشاركة الطفل في المباراة.

وبحسب رواية المنظمين، لم يكن الاعتراض على قدرة الطفل على تسجيل الأهداف، بل على سلوكه داخل الملعب والخلاف مع والديه بشأن إدارة المباراة

فستان من القرن التاسع عشر بخصر 58 سنتيمترا



ولا تعني هذه القياسات أن جميع النساء في القرن التاسع عشر كن يرتدين ملابس بهذا الخصر؛ فالفستان قطعة تاريخية بعينها، ولا يمكن استخدام أبعادها وحدها لتعميم شكل الأجسام أو مقاسات الملابس في تلك الفترة. كما أن وصف الفستان

واحدة من المعاملات المسجلة ضمن فئة الفساتين العتيقة مرتفعة القيمة.

ويبلغ محيط الخصر في الفستان 23 بوصة، أي نحو 58.4 سنتيمتر، بينما يصل طول الذيل القابل للفصل إلى 10.5 قدم، أي نحو 3.2 متر.

وتعود القطعة إلى إستر ماري لويس تشابين، التي ارتدتها في شبابه خلال مناسبة رسمية ارتبطت بتقديمها إلى الملكة فيكتوريا في لندن، بحسب المعلومات التاريخية الواردة في سجل الموسوعة.

قبل انتشار الفساتين الجاهزة وبيوت الأزياء العالمية بصورتها الحديثة، كانت الفساتين المصممة خصيصًا للطبقات الراقية تعكس المكانة الاجتماعية، وتحتاج إلى مهارات خياطة دقيقة ووقت طويل للتنفيذ. ومن بين القطع التي وثقتها موسوعة

«جينيس» فستان سهرة يعود إلى عام 1888، بيع مقابل 101 ألف و500 دولار. صمم الفستان تشارلز فريدريك وورث، الذي يُعد من أبرز الأسماء المؤسسة لمفهوم تصميم الأزياء الراقية، وارتبط اسمه بتطور صناعة الملابس الفاخرة في أوروبا خلال القرن التاسع عشر.

ووفقًا لموسوعة «جينيس» للأرقام القياسية، بيع الفستان مقابل 101 ألف و500 دولار في نيويورك عام 2001، في

مقهى الألبكة في صربيا

الطاولات وتقترب من الزبائن.

افتتح المقهى قبل أسبوع داخل منتجع «تيغانيتسا» قرب قرية ستايتشيفو

قد تختار مقهاك لقهوته أو إطلالته، لكن مقهى شمالي صربيا يقدم سببا آخر للزيارة، هو 6 حيوانات ألبكة تتجول بين

شمالي بلغراد، واستلهم صاحب المشروع زوران أوستووين الفكرة من زيارة مقهى مشابه في سلوفاكيا برفقة زوجته، وأراد تعريف الزوار بهذه الحيوانات، وفقا لـ«أسوشيتد برس».

ولالألبكة الست شخصيات مختلفة،

زراعة وإقتصاد

في حوار مع المزارع النموذجي شيشاي سيوم هيلي

حصولي على جائزة وزارة الزراعة كان بسبب إنتاجي الوفير من البطاطس



الوقود وهذا بالتأكيد مكلف للغاية، هل لديك برنامج لإدخال الطاقة الشمسية في مزرعتك؟ حتى الآن لم أتمكن من إدخال الطاقة الشمسية، ولكنني أفكر في ذلك بصورة جادة خاصة مع غلاء اسعار الوقود.

كيف تصف تعاونكم مع وزارة الزراعة؟

وزارة الزراعة هي الحاضنة الام بالنسبة لنا، حيث ظلت ولا تزال تقدم لنا الإرشادات الزراعية واحيانا توفر لنا التقاوي وغيرها من المدخلات كالمبيدات الفطرية بأسعار مناسبة، أضف الى ذلك فإن خبراء الزراعة بالمديرية يسجلون زيارات الى المزارع

الحصاد نتعاون في جمع المحاصيل مبكراً بإشراك عمال آخرين بالأجرة، مع العلم بأننا ننتج ثلاث مرات في العام بإتباع نظام تناوب المحاصيل في الأرض "قمح-ملفوف - بطاطس" والذي يساعد في إستعادة التربة لخصوبتها . متى بدأت زراعة التقاوي المحسنة للبطاطس في مزرعتك؟ بدأت زراعة التقاوي المحسنة للبطاطس في مزرعتي في عام 2016م وذلك بالتعاون مع وزارة الزراعة التي كانت ولا تزال توفر لنا التقاوي المحسنة ، وبخصوص الإنتاجية فإننا ننتج من زراعة كنتال واحد من تقاوي البطاطس قرابة 21 كنتال. هل تعتقد ان منطقتكم ملائمة لزراعة البطاطس؟



مناسبة . بما أن مزرعتك غنية ببقايا المنتجات الزراعية والتي يمكن استخدامها كعلف حيواني، هل لديكم برنامج لتربية الأبقار الحلوب؟ حالياً تركيزي منصب على زراعة الخضروات فقط ، والأبقار القليلة التي أقوم بتربيتها هي لتلبية طلبات العائلة من الألبان ومنتجاتها، ولكن إذا وجدت مساحة كافية لبناء الحظائر الحيوانية فسأقوم بإدخال تربية الحيوانات في مزرعتي مستقبلاً .

علمنا أنك حصلت على جائزة من وزارة الزراعة ضمن أفضل منتجي البطاطس على مستوى البلاد، ماهي المعايير التي ساعدتك في الحصول على هذه الجائزة؟

حصولي على الجائزة كان بسبب إنتاجي الوفير من البطاطس خلال العام 2016-2017 حيث حصلت على 265 كنتال بطاطس من زراعة 13 كنتال فقط من التقاوي ، وهذه الجائزة ساهمت في تحفيزي ودفعي للمزيد من العمل.

باعتبارك صاحب تجربة ثرة في زراعة البطاطس . بماذا تنصح المزارعين في هذا المجال لزيادة إنتاجيتهم؟

لزيادة إنتاجيتهم الزراعية من البطاطس أنصحهم بإتباع نظام الدورة الزراعية "تعاقب المحاصيل"، حراثة الأرض المخصصة للبطاطس ثلاث مرات مع إضافة السماد العضوي إليها، المتابعة والمراقبة اللصيقة لمحصول البطاطس بشكل يومي للتأكد من جودة سير العمليات الفلاحية كما ينبغي وإتخاذ مايمكن إتخاذ له لحل أي مشكلة في أوانها .

ماهي برامجك المستقبلية؟ في المستقبل أفكر في إدخال الطاقة الشمسية بمزرعتي للحد من التكاليف الباهظة للوقود، وكذا تربية المزيد من الأبقار الحلوب .

وبالساتين بين الحين والآخر يقدمون لنا النصح والإرشاد ، وعموماً قنوات التواصل بيننا وبينهم ممتدة باستمرار. ماهي أهم التحديات التي تواجهكم؟

أهم تحدي ظللنا ولا نزال نعاني منه هو نقص السماد العضوي وزيادة أسعاره .

هل تواجهكم أي مشكلة في مياه الري؟

أشكر حكومتنا على قيامها بإنشاء السدود في كل المناطق، حيث ساعد ذلك في إثراء المياه الجوفية وبالتالي توفر مياه الري للساتين، وعليه لا توجد لدينا أي مشكلة في هذا الجانب.

ماهو الدور الذي تلعبه منتجاتكم في إستقرار اسعار الخضروات بالاسواق المحلية؟

منتجاتنا ظلت ولا تزال تلعب دور كبير في تغطية طلبات المواطنين من الخضروات خاصة البطاطس وبأسعار

بالتأكيد منطقتنا ملائمة لزراعة البطاطس والكثير من المحاصيل الأخرى والتربة فيها طينية، ومحتاجه لضمان خصوبتها هو إضافة السماد العضوي. كيف تديرون منتجاتكم من البطاطس؟

بعد الحصاد نقوم بفصل بعض درنات البطاطس عن بقية الإنتاج لكي تصبح تقاوي للموسم القادم بحيث نخزنها في مخازن معدة لذلك ونعقمها برشها بمادة معقمة، بينما نقوم بإرسال ما تبقى الى الاسواق لتلبية طلبات المواطنين.

كما نعلم، المولدرات تستهلك كميات كبيرة من

على دخل يقدر بـ 30 ألف نقفة، وقد شجعني هذا الإنتاج في التمسك بالزراعة والإنخراط فيها بصورة جادة، وبفضل ذلك الدخل العالي الذي كنت أحصل عليه باستمرار، فأنا استخدم في الوقت الحالي أربع مولدرات لضخ المياه في مزرعتي التي قمت بتوسيع مساحتها بالإيجار، حيث تبلغ مساحتها في الوقت الحالي ثلاث هكتارات، وتمكنت بفضل الدخل الذي ظلتت أحصل عليه من المزرعة من شراء سيارة شحن كبيرة لنقل منتجاتي الى الأسواق، وقد كانت هذه خطوة جيدة مكنتني من بناء



منزلي ومنزل الأسرة وشراء عربة أخرى. هل تجد مساعدة من أبنائك في تنفيذ العمليات الزراعية؟

بالتأكيد، نحن نعمل في المزرعة كفريق عمل، بعضنا يحرق الأرض والبعض الآخر يسقي الزرع، وعند

محمود عبدالله / أبوكفاح
حوار / عادل صالح

تضمن أهمية التعرف على تجربة المزارعين النموذجيين في تسريع وتيرة التنمية الزراعية المستدامة ونقل المعرفة التطبيقية من نطاق النظريات إلى واقع التنفيذ، حيث يعمل هؤلاء المزارعون كمنارات إرشادية تقدم حلولاً عملية لمواجهة تحديات الأمن الغذائي، وفي هذا المقال نقدم لكم الحوار الذي أجراه قسم الصحافة بوزارة الإعلام مع المزارع النموذجي الشاب شيشاي سيوم فيلى مضابط الحوار :

في البدء أرجو ان تعرف القارئ الكريم بنفسك؟

إسمي شيشاي سيوم هيلي من مواليد عدي وقيراي بمديرية عدي قيق في الإقليم الجنوبي، إنحدر من أسرة ظلت تتوارث ممارسة النشاط الزراعي أباً عن جد ، وإمتلك خبرة في زراعة البطاطس تمتد لقرابة عشرين عاماً >

ماهي المحاصيل التي تنشط في زراعتها بمزرعتك؟

أنشط في زراعة البطاطس والفلفل، السلطة، الملفوف والطماطم والذرة الشامية ..

صف لنا بدايات ممارستك للنشاط الزراعي؟

بدأت النشاط الزراعي في سن مبكرة في العام 1988م بقطعة أرض صغيرة تعود ملكيتها لأسرتي، كنت أقوم بريها يدوياً وذلك من خلال نقل مياه الري بجهدتي العضلي الى المزرعة ، وفي بداية الإنتاج الزراعي حصلت على محصول وفير من الطماطم مكنتني من الحصول



أدعو المزارعين لإتباع نظام الدورة الزراعية لأهميته في الحفاظ على خصوبة التربة

قراءنا الكرام

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



واحة الطفل

إعداد / وردة قنبري هيوت



أوجد الاختلافات



إبني / إبنتي: هذه الفقرة مخصصة لكما لتساعدكما على تقوية قدرتكما على الملاحظة. اليوم سنبحث معاً عن الإختلافات الواردة في الصورة.

مسائل رياضية
حل العدد
الماضي

3 صناديق، في كل صندوق 5 تفاحات. كم تفاحة تملك سارة بالكامل؟



مسألة العصافير: كان هناك 7 عصافير يقفون على شجرة. طار منهم 3 عصافير، ثم جاء 5 عصافير آخرين ووقفوا على الشجرة. كم عصفوراً أصبح على الشجرة الآن؟
مسألة التفاح: تملك سارة

قصة قصيرة

قصة الدجاجة الذهبية



الأحشاء، فجلس وزوجته ييكيان ويندبان حظهما، فقد خسرا بسبب الطمع دجاجتهما الذهبية التي كانت مصدر رزقهم اليومي.

يُحكى أن مزارعاً وزوجته كانا يملكان في مزرعتهم دجاجة جميلة ذهبية اللون، وكانت هذه الدجاجة تضع كل يوم بيضة ذهبية يبيعانها ويسدا بها حاجتهما، إلى أن فكر هذا المزارع يوماً بأن يذبح الدجاجة لاستخراج ما يحويه بطنها من بيضات ذهبية يبيعها ويحصل من خلالها على الكثير من المال، أخبر المزارع زوجته بما ينويه فحاولت نصحه بالألا يفعل ذلك، إلا أنه لم يقبل، أعد المزارع السكن، وشق بطن الدجاجة للحصول على البيضات الذهبية التي تخيلها، فلم يجد فيه إلا

معلومات كيميائية وعلمية مبسطة
علم الفلك: الجاذبية الأرضية

بريتانيكا تسمى الجاذبية. كوكب الأرض يعمل مثل مغناطيس عملاق، يسحب كل الأشياء والناس نحو مركزه حتى نتتمكن من المشي والثبات على الأرض دون أن نطفو في الفضاء.



كشفت عنها موسوعة

هل تساءلت يوماً لماذا لا نطير في الهواء عندما نقفز؟ أو لماذا تسقط التفاحة دائماً إلى الأسفل؟ السبب هو وجود قوة خفية وسحرية

تجارب علمية مبسطة

تجربة الهاتف بالخيط



الأدوات: كوبان ورقيان، خيط، ثقبون ينفذهما بالغ.
الخطوات: يثبت الخيط ويُشد بين طفلين. يتحدث أحدهما ويستمع الآخر، ثم يجربان خيطاً مرتخياً. التفسير: يهز الصوت قاع الكوب، وينقل الخيط المشدود الاهتزاز إلى الكوب الآخر. لا يلف الخيط حول الرقبة ولا يستخدم قرب الدرج.



الثروة البحرية

ترجمة: صالح حسن
عبدالقادر
إعداد: نقوسي كفلو

تُغطي المياه 70% من سطح الأرض، وتُعد الأغنى تنوعاً؛ إذ تحتضن أكثر من 80% من نباتات العالم وحيواناته، إلى جانب كائنات دقيقة أخرى مذهلة. تتميز البيئة البحرية بطابع مدهل وشديد التنوع. تتميز البيئة البحرية بطابع مدهل وشديد التنوع، إذ تتراوح درجات حرارة بين -1.5 درجة مئوية في المناطق القطبية المغطاة بالجليد، وتصل في قاع البحر أعلى درجات الحرارة التفاوت الكبير في خصائص السطح المائي السبب الرئيسي لمتنوع بيولوجي كبير وبشكل استثنائي، مما يمكن لعكس تأثير التنوع الكيميائي الكبير لهذه الأحياء. مثل الإسفنج البحري، والأعشاب البحرية، والغلازل (التيونيك)، والأسماك، وأرنب البحر، والرخويات (صدف البحر وحلزون البحر)، والحيوانات الطحلبية (البريوزوا)، والجمبري أوالروبيان، والكائنات الدقيقة وهذه ثروات بحرية تحتوي على مواد كيميائية تُستخدم في إنتاج الأدوية.

ساهمت الموارد البيولوجية للأرض بشكل كبير في إنتاج مختلف الأدوية الطبية، ومع ذلك، لا تزال هناك أمراض عديدة لم يُتوصل إلى علاج لها، مما دفع الأبحاث الدوائية إلى التوسع والتركيز على الكائنات البحرية. أتاح ابتكار التقنيات المتقدمة وتطويرها فرصاً لدراسة كائنات حية كان من المتعذر الوصول إليها أو دراستها في أعماق البحار، مما فتح آفاقاً جديدة في مجالات تقنيات الاستزراع المائي، وهو الاقتصاد الأزرق، وإنتاج العقاقير البحرية.

على اليابسة، كانت النباتات ولا تزال المصدر الرئيسي للمنتجات الدوائية، في حين تُعد الحيوانات في البحر المصدر الرئيسي للمنتجات الدوائية العلاجية. هذه الحيوانات لافقارية وثابتة في مكانها

الأدوية الصيدلانية من الكائنات البحرية

يساعد في المساهمة بشكل كبير في إنتاج الأدوية.

3. اللافقاريات

الحيوانات البحرية اللافقارية مثل الإسفنج البحري، والأعشاب البحرية، والأخطبوط، وقنأذ البحر - تُعد من الموارد البحرية التي تساهم بشكل كبير في إنتاج الأدوية البحرية، وذلك نظراً لمحتواها الكيميائي الغني. يُعتقد البيبتيدات والقلويدات والتربينويدات مواداً كيميائية موجودة في أجسام هذه اللافقاريات، وتُسهم في إنتاج الأدوية.



الإسفنج البحري:- الكريبتوبيتيدين والبيرولومينو هما مادتان كيميائيتان موجودتان في الإسفنج البحري لهما خصائص مضادة للأكسدة ومضادة للبكتيريا. وبناءً على ذلك، يُعتبر الإسفنج البحري حيواناً بحرياً يساهم بشكل كبير في صناعة الأدوية.

الأعشاب البحرية الناعمة:- تُسهم المواد الكيميائية التي تتمتع بها هذه الأعشاب مثل التربينويدات والقلويدات والتي تتمتع بخصائص مضادة للأورام في إنتاج الأدوية.

شوكة البحر:- تحتوي على مواد كيميائية تُعرف باسم السابانينس والألكانويدسن، والتي تتمتع بخصائص مضادة للفطريات والبكتيريا، مما يجعلها كائناً مهماً في مجال إنتاج الأدوية البحرية.

4. الفقاريات

يُكمن أهمية الأسماك والثدييات البحرية في إنتاج أوميغا 3، وهو مركب دهني يساعد في الوقاية من الأورام وأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم والخرف.

بحوث إستكشافية للأدوية البحرية في عام 1881 صنع دواء من عشب بحري يسمى كالب، تم ولأول مرة استخدامه



من أكثر الاكتشافات والتطورات الواعدة في الطب، والذي ينطلق بوتيرة متسارعة مع نتائج مبشرة.

الطب البحري يقوم بالبحث والاستكشاف بثلاث طرق لإنتاج الأدوية من الكائنات البحرية الحية.

1. طريقة الهندسة الوراثية للكائنات البحرية لصنع الأدوية أو لإنتاج الأدوية؛

2. طريقة تصنيع الأدوية من الأحياء البحرية بناءً على جرعة السموم الكيميائية المستخلصة منها واستخدامها مباشرة للأدوية والعلاجات؛

3. طريقة التأكد من استخدام الكائنات البحرية للأدوية والخدمات الصحية.

يتم دراسة الأدوية البحرية من أجل العلاجات التالية:

- مضاد للبكتيريا :- يحتوي حمض الإيكوسابتاينويك على خصائص مضادة للبكتيريا في الكائنات البحرية.
- مضاد للأورام:- تدافع الأدوية المستخلصة من أسفنج البحر من الأورام ومسبباته.
- حماية أعصاب الدماغ: - دواء مستخلص من الأعشاب البحرية يحمي صحة الدماغ ويساعد على حمايته.
- مضادة للآفات: - الأدوية البحرية لديها القدرة على الحماية من الآفات.

- مضادات الفيروسات:- الإسفنج الذي يعيش بالتعاون مع البكتيريا يمكن أن تنتج منه دواء لعلاج أمراض الجروح الجلدية التي تنشأ من الفيروس.
- مكافحة السرطان: يمكن للأدوية المستخرجة من الإسفنج البحري والقواقع البحرية أن تلعب دوراً مهماً في علاج السرطان.

- مضاد للألم: - سيكونوتايد هو من الرخويات البحرية يُنتج منها الأدوية التي لها القدرة العالية على تخفيف الألم الشديد، وهذا الدواء تمت الموافقة عليه من قبل إدارة الغذاء والدواء الأمريكية للمنفعة العامة.
- أدوية مضادة للالتهابات: أظهرت الدراسات أن سيفالوسبورين-سي هو دواء مشتق من الطحالب البحرية أو الفطريات وله نشاط مضاد للالتهابات بدرجة عالية.



صفحة يتم إعدادها بالتعاون مع وزارة الثروة البحرية

المرأة تحفظ إرث مجتمعتها

”وطننا هو تاجنا“. فبدون الوطن لا وجود للأوسمة، ولاوجود للزينة، ولا شرف أو حقوق. لا تحتاج الأمهات الإرتريات إلى من يروي مآثرهن تلك ، فالحماس والروح المعنوية التي يبتونها في نفوس الشعب ، والتي لا تترك مجالاً حتى لدى أولئك القلة الذين يصيهم قلة في المعنويات ويختارون الابتعاد.

باختصار، لولا الأمهات اللواتي كنّ دائماً في طليعة هذا المجتمع، لما أمكن التغلب على كل هذه التحديات. فهنّ، كما كنّ دائماً، يقدّمن المساهمة



أمهات وهن يودعن أبنائهن إلى الجبهات

الأكبر في تجاوز ليس فقط عقبات الماضي، بل أيضاً التحديات التي قد نواجهها في الحاضر والمستقبل. لم يتوقف شعب إرتريا يوماً عن نضاله؛ فالتصدي جزء من ثقافته وهويته، ولا خيار أمامنا سوى مواجهة العدو الذي يطمع في أرضنا وهويتنا وسيادتنا. إن نضالنا قائم على الوعي، والتنظيم، والحكمة ، والقوة النفسية، والشعور بالمسؤولية تجاه الوطن. ولم ننتصر قط بفضل كثرة الموارد المادية والأسلحة والقوى البشرية. لذا، فإن الركيزة الأساسية لمواجهة التحديات الماثلة أمامنا بكل عزم تبدأ، مرة أخرى، من أمهاتنا في كل بيت من بيوتنا.

لا شك أن أمهات إرتريا سيؤدين دوراً محورياً في تعزيز صفوفنا ورفع مستوى وعينا اليوم، تماماً كما فعلن في الماضي. فهن يُمثلن منبراً يروي قصص البطولة والانتصار، ويُسهمن في بث الروح المعنوية في المجتمع ككل، وفي أوساط الشباب على وجه الخصوص. وقبل كل شيء، فهي مرحلة تستدعي تسليط الضوء على الدور الدائم لأمهاتنا في كبح الشائعات التي تُنشر لزعة عقول أفراد هذا المجتمع، وفي عكس صورتنا الحقيقية.

وكما يُظهر تاريخنا أن المرأة الإرترية ليست مجرد نتاج للنضال والمثابرة، بل هي صانعة هذه المثابرة بحد ذاتها. وما نحتاجه اليوم وفي الغد هو ذلك التصدي الشامل الذي ينبع منهن.

من مساهمات الأم زينب الكبيرة في التصدي و حس الإرتريين للنهوض والنضال دفاعاً عن حقوقهم وأرضهم و إرثهم، وأقوالها العظيمة التي تركت أثراً عميقاً في قلوب جميع الإرتريين نذكر منها أيضاً، قولها:- «حُمى الوطنية في داخلي من شأنها أن تُنضج اللحم النيء»، «وتشعل الحجر...».

فمساهمات جميع الأمهات الإرتريات - مثيلات السيدة زينب - في نجاح نضال الشعب الإرتري على كافة الأصعدة، مكنت الشعب

جبل دعرو وخاضت حرباً ضدهما. لا يمكن التقليل من شأن دور المرأة الإرترية في النضال ضد الاستعمار خلال عقدي الأربعينيات والخمسينيات من القرن الماضي . ففي ظل المشهد السياسي لتلك الحقبة، الذي اتسم بالانقسامات الدينية، ساهمت النساء - سواءً عبر تأييد التوجهات الوطنية أو مقاومة الانقسامات- في صياغة قصائد تدعو إلى الوحدة، وأداء أغاني تعكس واقع النضال الساعي نحو بلورة أيديولوجية وطنية موحدة.

شهدت حقبتا الستينيات والسبعينيات من القرن الماضي أيضاً احتجاجات ضد الأنظمة الإقطاعية الإثيوبية التي كانت تغزو أرضنا لتستنزف مواردها وقبحو هويتنا، وقد تبلور شكل أكثر حدةً من أشكال النضال انطلاقاً من إضرابات النقابات العمالية، بدءاً بتدمير ممتلكات العدو.

إن دور المرأة بجميع فئاتها في تاريخ نضال الشعب الإرتري من أجل التحرر أمرٌ جلي لكل إرتري . فبالنسبة لـ ميراثهن، فهنّ بطالات قاتلن في الخطوط الأمامية في مواجهة العدو، حاملات السلاح، ومضحيات من أجل أرضهن وحريتهن وكرامتهن. كانت الأمهات الإرتريات، أمثال الأم/ زينب ياسين، ركانز أساسية بذلن قصارى جهدهن لبث الروح المعنوية وروح النضال في نفس كل إرتري. وتعدّ الأم زينب نموذجاً



أمهات يقاتلن مع العسكري في الكفاح المسلح

لقد مكنت أخواتنا الأكبر سنّاً -اللواتي بذلن التضحيات من خلال الوقوف إلى جانب رفاقهن كأمهات مقاتلات من جهة، ومن خلال الوقوف إلى جانب أبنائهن على كل الجبهات من جهة أخرى- نضالنا من أن يكتمل ويحقق النجاح كما هو عهدنا دوماً.

لم يشهد تاريخنا أبداً يوماً تقاعست فيه الأمهات؛ من تقديم كل ما يملكن لقوات دفاعنا الذين كانوا - ولا يزالون -على أتم الإستعداد للتضحية بأرواحهم. فهن أبطال أظهرن معدنهن النفيس في تلك المرحلة العصيبة، و تبرعن بكل مجوهراتهن من اجل الوطن وقلن

جميع الأمهات في إرتريا، إذ عُرفت بكلماتها الراسخة التي تعكس وعيها العميق. وإليكم ما قالته في إحدى المناسبات، بلغة التقرييب:

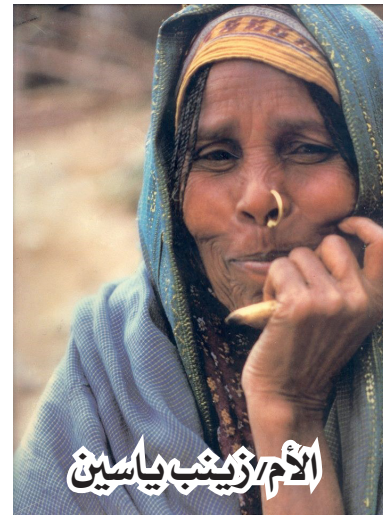
دقلييت إي انا كيجر إب كيلهيو، وشباب إي انا مسحق ظعدا نيبو إريتري لي سيما إيمان لي بديبو، جوا ميدان لي أتي كيلايتدي حيلبابو ومعناها

لستُ عجوزاً منهكة

ولا شاباً يتأنق بتبييض أسنانه

فاليهتف ذو العزم منادياً إسم ”إرتريا“

وليدخل ميدان القتال ليثبت جدارته



الأم زينب ياسين

خلال فترة إقطاعي تقراي.

كما ساهمن في بناء الجدار الضخم، الذي امتد على مساحة تتراوح بين 60 و70 كيلومتراً، والذي شيدته قبيلتا ”عسا ليسن“ و”قعسو“ لحماية نفسيهما من غزوات إروب قبراي و واحد ، ويُقال إن دور كلّي فاطنة لم يقتصر على جهدهن العضلي فحسب، بل قدما دعماً مادياً ومعنوياً للرجال المحتشدين للدفاع. وكما يروى انه خلال فترة الاحتلال الإيطالي، وعقب مقتل دقيات بهتا حقوس“ - الشخصية الشهيرة الذي قاوم الاستعمار الإيطالي- فُرت زوجته نفساً ومعها أتباعها إلى تقراي لمواصلة المقاومة.

وقبل الاستعمار الإيطالي لإرتريا، دار صراع محتدم على السلطة بين إقطاعي طعزقا وهاطقا في المرتفعات الإرترية. كانت السيدة إلين ولدو إحدى طرفي هذا الصراع، وهي والدة الإقطاعي رأس ولدوميكايل سلمون. حين توفي زوجها، كان طفلها لا يزالان صغيرين جداً بحيث لا يمكنهما وراثة سلطة أبيهما بشكل مباشر. حشدت إلين جيشها وقادت الحرب للحيلولة دون انتقال إرث زوجها من أبنائها إلى آخرين، ومن خلال هزيمتها لـ طعزقا في عازين، أعادت ترسيخ سلطة أبنائها وضمان حقهم في الميراث الذي ورثوه عن أبيهم.

في تلك الفترة تقريباً، شهدت منطقة عدي منغوتي أيضاً ، قصةً مشابهةً بطلتها امرأة تُدعى سهين. فبعد وفاة زوجها تومبوسا، اصطحبت أبنائها لخوض صراع ضد ابني زوجها، براخي و تسفاظين ، اللذان تنازعا معها في التركة، وحشدت قواتها في

تزخر ثقافة إرتريا وتاريخها بأمثال تناقلتها الأجيال، تُبرز تصدي مجتمعنا وصموده. ولعلّ من أبرز سمات الثقافة الإرترية ثقافة التصدي التي ترسخت عبر التاريخ، وأصبحت السمة الأساسية للمجتمع الإرتري. فهو مجتمع لم يكتف بمواجهة الغزوات والاحتلال والاستعمار وغيرها من التهديدات التي استهدفت هويته وأرضه وثقافته، بل بذل التضحيات في كل مرحلة من تاريخه، واستخلص منها دروساً لمسيرته المستقبلية. وهذه السمات مكنت الشعب الإرتري من النظر للأمور بتأني وصبر، وتحقيق النصر في كل المراحل التي خاض غمارها.

ولا يُعدّ مصطلحا ”التصدي“ و”الصمود“ مجرد تعبيرين عاديين في تاريخ إرتريا؛ بل هما جوهر هويته وأساس وجوده. إن هذه الروح التي لا تستسلم، والتي توارثتها الأجيال، تشكل إرثاً ثقافياً ثميناً تبلور عبر مراحل النضال المعقدة من أجل الاستقلال، وصولاً إلى مرحلة بناء الدولة.

وبالتالي، عندما يقال أن الشعب الإرتري يُعرف بصموده وعزمته في التصدي، لم يكن ذلك ليكون ممكناً لولا الأمهات الإرتريات اللواتي يُمثلن العمود الفقري لكفاحنا. فكفاءة الصمود التي يتمتع بها الشعب الإرتري والتي طورها عبر الأزمان ، فلاأمهات جزء منه وهن من يحافظن على هذا الإرث ، علاوةً على تميزهن بروح التصدي القوية.

كُتبت العديد من المؤلفات التاريخية حول ثقافة التصدي لدى الشعب الإرتري. ومع أن هذه المؤلفات لا تصف بالقدر الكافي أشكال الرفض التي أبدتها النساء، إلا أن القصص التي تناقلتها الأجيال عبر التاريخ الشفهي تشير إلى أن المرأة الإرترية واجهت التحديات السياسية والجنسية بأسلوب مناسب. ومن الأمثلة على ذلك، الأمهات المعروفات باسم ”كلّي فاطنة“ أي: (الفاطميتين)، اللواتي يُقال إنهن أدّين دوراً في التصدي للغزوات القادمة من الجنوب باتجاه شرق إرتريا، وذلك



أمهات يغنين للسلام

البرتقال ليس الأغنى بفيتامين "سي" .. 6 أطعمة تتفوق عليه



الفراولة قد يرتبط بتحسين بعض مؤشرات صحة القلب، لكن هذه الفوائد تعتمد على عوامل متعددة، ولا تعني أن الفاكهة وحدها تمنع الأمراض. ويمكن تناولها



5. البابايا توفر حصة من البابايا بوزن نحو 157 غراماً قرابة 96 ملغ من فيتامين "سي" (Vitamin C)، أي نحو 100% من القيمة اليومية. كما

غسلها جيداً، أو إضافتها إلى الزبادي وسلطات الفاكهة والعصائر.

3. كرنب

يوفر كوب من كرنب ، بوزن نحو 85 غراماً، قرابة 122 ملغ من فيتامين "سي" (Vi-tamin C)، وفق البيانات الغذائية المذكورة. وينتمي هذا النبات إلى الخضراوات الصليبية التي تحتوي على مركبات نباتية، منها الجلوكوزينولات، التي تحظى باهتمام الباحثين لدورها المحتمل في دعم صحة الخلايا.

ويمكن تحميصه في الفرن أو تبخيره أو تقطيعه إلى شرائح رفيعة وإضافته إلى السلطات.

4. الكيوي

تحتوي حبتان من الكيوي، بوزن إجمالي يقارب 120 غراماً، على نحو 118 ملغ من فيتامين "سي" (Vitamin C)، أي قرابة 131% من القيمة اليومية.

ويتميز الكيوي أيضاً بمحتواه من الألياف، التي تساعد على تحسين حركة الأمعاء.

ويمكن تناوله طازجاً أو إضافته إلى الشوفان والزبادي وسلطات الفاكهة.

تحتوي على الألياف ومركبات نباتية مضادة للأكسدة، إلى جانب فيتامينات ومعادن أخرى تدعم وظائف الجسم الطبيعية.

ويمكن تناولها طازجة أو إضافتها إلى العصائر وسلطات الفاكهة، أو تقديمها مع وجبات الدجاج والسّمك في صورة صلصة منعشة.

6. الفراولة

يحتوي كوب من الفراولة، بوزن يقارب 140 غراماً، على نحو 83 ملغ من فيتامين "سي" (Vitamin C)، أي قرابة 92% من القيمة اليومية، إلى جانب الألياف ومركبات البوليفينول النباتية.

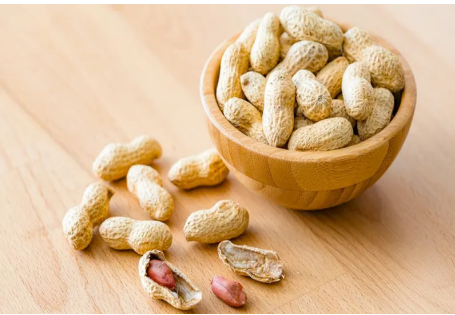
وتشير بعض الدراسات إلى أن تناول

مباشرة أو إضافتها إلى الزبادي والشوفان والعصائر.

كيف تزيد استهلاكك من فيتامين "سي"؟ يمكنك إضافة الكيوي أو الفراولة إلى وجبة الإفطار، واستخدام الفلفل الأحمر في السلطات والغداء، وتناول الجوافة وجبة خفيفة بين الوجبات. كما يساعد التنويع بين الفواكه والخضراوات على الحصول على مجموعة أوسع من الفيتامينات والألياف والمركبات النباتية.

ومن الأفضل تناول بعض هذه الأطعمة طازجة أو طهيها لفترة قصيرة، لأن فيتامين "سي" (Vitamin C) يتأثر بالحرارة والتخزين الطويل.

دراسة تؤكد أن تناول الفول السوداني بقشره يحسن الاستجابة للانسولين



وتشير النتائج إلى أن تحسين استجابة الدماغ الإقليمية للانسولين قد يسهم في الفوائد المعرفية لتناول الفول السوداني المحمص بقشره وغير المملح.

وأضاف: "قد تسهم عناصر غذائية متعددة في الفول السوداني، منها الدهون غير المشبعة والألياف الغذائية والفيتامينات والمعادن والمركبات النباتية الفعالة حيويًا، في الفوائد الدماغية المرصودة.

والفول السوداني مصدر جيد للبروتين

تتراوح أعمارهم بين 60 و75 عامًا. وأمضى كل مشارك 16 أسبوعًا يتناول فيها الفول السوداني، وفرة ضابطة مماثلة من دونه، في تصميم عشوائي متقاطع ومضبوط أتاح للباحثين مقارنة نتائج كل شخص في الحالتين.

وظهرت التغيرات في الاستجابة للانسولين في مجموعة من المناطق في الجانب الأيمن من الدماغ، تشمل أجزاء من التلفيف اللساني والتلفيف المجاور للحصين والتلفيف الحزامي الخلفي، وهي مناطق مرتبطة بالذاكرة.

التغذية والبحوث الانتقالية في الأيض (NUTRIM)، في مجلة "Food & Function".

قال المؤلف الأقدم للدراسة والأستاذ المشارك في قسم علوم التغذية والحركة الدكتور/ بيتر يوريس: "يؤدي هرمون الأنسولين دورًا مهمًا في الدماغ، حيث يدعم الذاكرة وغيرها من العمليات المعرفية. ومع التقدم في العمر قد يصبح الدماغ أقل استجابة للانسولين، وهو ما ارتبط بالتراجع المعرفي المرتبط بالعمر". وشملت التجربة 31 بالغًا سليمًا



و جد باحثون في المركز الطبي لجامعة ماستريخت في هولندا أن تناول الفول السوداني المحمص بقشره وغير المملح يوميًا لمدة 16 أسبوعًا حسن الاستجابة للانسولين في مناطق الدماغ المعنية بالذاكرة. ونشرت الدراسة، التي أجراها معهد

هل يربك فيتامين "د" نومك ليلاً؟.. إليك ما تكشفه الدراسات



الشمس، وبين تناول المكملات الغذائية. فمستويات الفيتامين في الجسم لا تتبع بالضرورة نمطًا يوميًا بسيطًا يمكن من خلاله تحديد ساعة مثالية لتناول الحبوب.

كذلك، لا توجد أدلة قوية تثبت أن تناول المكملات ليلاً يعطل إنتاج الميلاتونين لدى الجميع. لذلك، لا يمكن اعتبار المساء توقيتًا خاطئًا بصورة عامة، كما لا يمكن ضمان تحسن النوم بمجرد نقل الجرعة إلى الصباح.

الدراسات والمشاركين، ولا تثبت أن المكملات تعالج اضطرابات النوم.

يرى بعض الخبراء أن تناول فيتامين "د" خلال النهار قد يكون خيارًا عمليًا، خصوصًا لمن يلاحظون تأثيرًا سلبيًا في نومهم عند تناوله مساءً. ويستند هذا التفضيل جزئيًا إلى الاهتمام بالعلاقة بين الفيتامين والإيقاع اليومي للجسم، وليس إلى أدلة حاسمة تثبت أن تناوله صباحًا يؤدي إلى نوم أفضل.

ومن المهم التمييز بين إنتاج الجسم لفيتامين "د" عند تعرض الجلد لأشعة

المرتبطة بالإيقاع اليومي للجسم، إلى جانب علاقته بالمسارات الحيوية المرتبطة بهرموني الميلاتونين المهم للنوم والسيروتونين المرتبط بالمزاج.

وتشير دراسات إلى ارتباط انخفاض مستويات فيتامين "د" (Vitamin D) بمشكلات مثل قصر مدة النوم، والاستيقاظ المتكرر خلال الليل، وصعوبة النوم. كما وجدت مراجعات لتجارب سريرية أن مكملاته قد تحسن بعض مؤشرات جودة النوم لدى فئات معينة، لكن النتائج تختلف باختلاف

يكون خيارًا مناسبًا، خصوصًا لمن يلاحظون اضطراب نومهم عند تناوله ليلاً. ومع ذلك، لا تزال الأدلة العلمية غير كافية للجزم بأن الصباح هو التوقيت الأفضل للجميع، أو أن تناول المكملات مساءً يؤدي بالضرورة إلى مشكلات في النوم، بحسب تقرير نشره موقع "Health".

لا يفهم الباحثون حتى الآن بصورة كاملة الآليات التي قد تربط فيتامين "د" (Vitamin D) بالنوم. لكنهم يدرسون دوره المحتمل في تنظيم العمليات

دراسة تحذر: العاملون في المطاعم أكثر عرضة للهواء الملوث الذي يسبب أمراضا خطيرة

والصباح الباكر في نحو ثلثي المطابخ التي تعمل بالغاز، حتى عندما كانت أجهزة الطهي متوقفة. وأرجعوا ذلك إلى شعلات الإشعال التي تظل مشتعلة باستمرار، حتى في غياب الطهي، وقد تستمر في إطلاق الملوثات عندما لا تعمل أنظمة التهوية.

وأشارت الدراسة إلى أن هذه الانبعاثات يمكن أن تنتقل إلى مناطق تناول الطعام، ما يزيد تعرض عمال النظافة وغيرهم من الموظفين للملوثات.

جودة الهواء وظروف العمل.

ولم تقتصر المشكلة على المطابخ، إذ رصد الباحثون مستويات من الملوثات في مناطق تناول الطعام تجاوزت إرشادات منظمة الصحة العالمية الخاصة بجودة الهواء الخارجي، ما يعني أن التعرض للتلوث قد يشمل العاملين في قاعات المطاعم وروادها أيضاً.

ومن النتائج اللافتة أن الباحثين رصدوا مستويات مرتفعة من التلوث خلال الليل



جانب درجات حرارة أدنى، ما يشير إلى فوائد محتملة للتحويل إلى الطهي الكهربائي في تحسين

كبار السن. وأظهرت النتائج أن تركيزات ثاني أكسيد النيتروجين في 17 مطبخا تجاوزت إرشادات منظمة الصحة العالمية لجودة الهواء، رغم استيفاء المطابخ الحدود القانونية الأمريكية لتلوث الهواء في أماكن العمل. وكانت جميع هذه المطابخ تستخدم الغاز الأحفوري أو البروبان في الطهي.

في المقابل، سجلت المطابخ التي تعمل بالكهرباء بالكامل مستويات التلوث الأقل، إلى

كشفت دراسة أمريكية أن العاملين في المطاعم ومرافق الضيافة قد يتعرضون لمستويات مرتفعة من تلوث الهواء داخل أماكن العمل، بسبب استخدام موائد الغاز والبروبان، ما يثير مخاوف بشأن تأثير ذلك على صحتهم، وفقا لصحيفة «الغارديان» البريطانية. وقاس الباحثون مستويات تلوث الهواء في 27 مطبخًا، شملت مطاعم فاخرة وأخرى شعبية، ومطابخ بيتزا ومأكولات صينية، إضافة إلى مطابخ المدارس والجامعات ومرافق رعاية

إعداد

جعفر محمود أحمد

jafermahmud2018@gmail.com

جدول مباريات

السبت 2026/10/31

الدوري الإنجليزي الممتاز

15:30 تشيلسي --- مانشستر

يونائتد

18:00 بورنموث --- ليدز يونايتد

18:00 برينتفورد --- نوتنجهام

فوريست

18:00 كوفين تري سيتي ---

سندرلاند

18:00 هال سيتي --- إيسويتش

تاون

18:00 مانشستر سيتي ---

برايتون

20:30 توتنهام هوتسبير ---

كريستال بالاس

23:00 أستون فيلا --- فولهام

الدوري الإسباني

16:00 ليفانتي --- أتلتيكو مدريد

18:15 رايو فايكانو --- سيلتا

فيجو

20:30 ريال بيتيس --- مالاجا

23:00 برشلونة --- ديبورتيفو

ألفيس

الدوري الإيطالي

17:00 بولونيا --- مونزا

20:00 أودينيزي --- روما

22:45 ميلان --- إنتر

الاحد 2026/11/1

الدوري الإنجليزي الممتاز

19:30 ليفربول --- آرسنال

الدوري الإسباني

16:00 خيتافي --- إشبيلية

18:15 راسينج سانتاندير --- ريال

مدريد

20:30 إلتشي --- فالنسيا

23:00 أتلتيك بلباو --- ريال

سوسيداد

الدوري الإيطالي

14:30 كومو --- فينيسيا

17:00 فروسينوني --- تورينو

17:00 لاتسيو --- كالياري

20:00 ليتشي --- جنوى

22:45 يوفنتوس --- نابولي

الاثنين 2026/11/2

الدوري الإنجليزي الممتاز

23:00 نيوكاسل يونايتد ---

إيفرتون

الدوري الإسباني

23:00 ديبورتيفو لاکورنيا ---

أوساسونا

الدوري الإيطالي

20:30 ساسولو --- فيورنتينا

22:45 أتلانتا --- بارما

الرياضة

إشبيلية ولباو وديبورتيفو يتأهلون في كأس ملك إسبانيا



تأهلت أندية إشبيلية وأتلتيك بلباو وديبورتيفو لاکورونيا إلى الدور المقبل من بطولة كأس ملك إسبانيا لكرة القدم، بعدما تجنب مفاجات الدور التمهيدي وحقق انتصارات مريحة على منافسيها من الدرجات الأدنى. وتغلب إشبيلية على سبورتينغ هورتاليزا، أحد فرق دوري الهواة، بثلاثة أهداف نظيفة، ليحجز مقعده في الدور التالي دون صعوبات. من جانبه، حقق أتلتيك بلباو فوزاً عريضاً على مضيفه برات، المنافس في دوري الدرجة الخامسة، بنتيجة 6-1، في واحدة من أبرز نتائج الدور. ولحق ديبورتيفو لاکورونيا بركب المتأهلين، بعدما تفوق على سينتيد أكاديمي، أحد فرق الدرجة الخامسة، بثلاثية نظيفة. وفي بقية المواجهات، تغلب قادس على خيريث بنتيجة 3-1، فيما حسم راسينج سانتاندير تأهله بالفوز على ريباديسيليا بهدفين دون رد.

أتالانتا يواصل تعثره بتعادل أمام فيورنتينا في الدوري الإيطالي



واصل أتلانتا نتائجها المتواضعة، بعدما اكتفى بالتعادل مع مضيفه فيورنتينا بنتيجة 2-2، الخميس الماضي، في ختام منافسات المرحلة التاسعة من الدوري الإيطالي لكرة القدم، ليفشل في تحقيق الفوز للمباراة الرابعة توالياً في مختلف المسابقات. بهذا التعادل، واصل أتلانتا سلسلة نتائجه السلبية، إذ عجز عن تحقيق الفوز في مبارياته الثلاث الأخيرة في الدوري الإيطالي، التي شهدت خسارة وتعادلين. كما امتدت سلسلة المباريات من دون انتصار إلى أربع في مختلف المسابقات، بعدما خسر أمام أياكس الهولندي 2-0 في دوري المؤتمر الأوروبي، وتعادل مع فروزينوني 4-4. ورفع أتلانتا رصيده إلى 11 نقطة في المركز الثاني عشر، فيما أصبح رصيد فيورنتينا خمس نقاط في المركز الثامن عشر، ضمن منطقة الهبوط.



ضمن ألكسندر زفيريف أنه سيتجاوز يانيك سينر ويصبح المصنف الأول عالمياً لأول مرة الأسبوع المقبل، وذلك بفوزه 6-4 و7-5 على تالون خريكسبور في دور 16 من بطولة فيينا المفتوحة للتنس الخميس الماضي. وسيصبح زفيريف (29 عاماً)، الذي قضى موسماً مذهلاً حقق فيه اللقب في بطولتي فرنسا وأمريكا المفتوحتين، ثاني لاعب ألماني يحتل المركز الأول في تصنيف الرجال بعد بوريس بيجر في عام 1991، عندما يتم نشر التصنيف الجديد يوم الاثنين المقبل. وأعقب فوز زفيريف، الذي حسمه بضربة إرسال ساحقة، حفل على أرض الملعب انضم إليه فريقه وتوماس موستر، النمساوي الوحيد الذي تصدر التصنيف العالمي، احتفالاً بهذا الإنجاز.

ممفيس يفوز على بورتلاند ويواصل انطلاقته المثالية في دوري السلة الأمريكي



واصل ممفيس جريزلز انطلاقته المثالية في دوري كرة السلة الأمريكي للمحترفين، بعدما حقق الصاعد كاميون بوزر أول ثلاثة أرقام مزدوجة في مسيرته ليساعد الفريق على الفوز 124-103 على مضيفه بورتلاند تريل بليزرز الليلة الماضية. وسجل بوزر 18 نقطة واستحوذ على 12 كرة مرتدة وقدم لزملائه 12 تمريرة حاسمة، وأضاف إيزايه ستيفارت 18 نقطة، بينما أحرز سيدريك كوارد 17 نقطة واستحوذ على سبع كرات مرتدة، ليساهموا في انتصار ممفيس الخامس توالياً مع بداية المسابقة. ويبقى جريزلز وهيوستن روكتس الفريقين الوحيدين اللذين لم يخسرا بعد في انطلاقته المسابقة، بينما تلقى بورتلاند الهزيمة الأولى بعد ثلاثة انتصارات. وكان ديني أفديجا أفضل مسجلي تريل بليزرز برصيد 24 نقطة كما استحوذ على تسع كرات مرتدة وقدم لزملائه سبع تمريرات حاسمة. وخاض مورانت أول مباراة ضد جريزلز منذ رحيله عن الفريق في يونيو، بعد سبعة مواسم قضاها مع ممفيس.

إعداد

عبد الله محمد علي

kazamamme5@gmail.com

الرياضة



فريقا وينا وحدرى يبلغان المباراتين النهائيتين في كرة القدم للفتتين

تواصلت خلال الأيام الماضية مسابقات القوات الجوية الرياضية في كرة القدم والكرة الطائرة على ملعب قاعدة «فنقل» الجوية في مصوع. وأقيمت يوم الثلاثاء مباريات الإياب من الدور نصف النهائي لكرة القدم للسيدات، فتغلب فريق «وينا» على «طحاي بيرقي» بهدف دون رد، بينما انتهت مواجهة «حدرى» و«حليبت» بالتعادل السلبي، ليتأهل «حدرى» إلى النهائي بعد فوزه بنتيجة 3-1. وفي الكرة الطائرة، أقيمت المباراتان النهائيتان. ففي فئة السيدات، تغلب «طحاي بيرقي» على «مسرت» بثلاثة أشواط مقابل شوط واحد، وفي فئة الرجال، فاز «طحاي بيرقي» على «حدرى» بنتيجة 3-2، ليحرز بذلك لقب البطولة في الفتتين. وحل فريق

«حدرى» للسيدات وفريق «روكيت» للرجال في المركز الثالث. وعلى صعيد ترتيب الهادفين، تصدر لاعبة أزيام أرون من «حدرى» وأمنة إبراهيم من «حليبت» القائمة

في فئة السيدات برصيد 19 هدفاً لكل منهما، فيما يتصدر ناهوم تخلاي من «حدرى» هدافي فئة الرجال برصيد 14 هدفاً.

المنتخب الوطني الأولي للشباب يتوجه إلى دورة الألعاب الأولمبية للشباب في داكار 2026

الإترية السيد مكثيل تخلي مكثيل، خلال حديثه إلى المدربين والرياضيين، جاهزية الفريق وعزمه على تقديم أداء مشرف يرفع أسماء اللاعبين واسم الوطن، استناداً إلى الاستعدادات التي أجريت. وتشارك البلاد في هذه الدورة، التي تُقام للمرة الأولى في القارة الأفريقية، بفريق في ألعاب القوى بقيادة المدرب إسياس أسفاو. ويمثل الفريق في سباق 3000 متر العداءان كناري تخلي ماريام وسامثيل أنغوسوم، فيما يشارك قرأب يونس في سباق 1500 متر.

لتحقيق نتائج تحافظ على الإنجازات الجيدة السابقة، المستندين إلى المنافسة المنضبطة. من جانبه، أكد رئيس اللجنة الأولمبية



أقيمت مراسم رسمية لتوديع المنتخب الوطني الأولي للشباب المشارك في دورة الألعاب الأولمبية للشباب «داكار 2026»، التي تُقام في العاصمة السنغالية داكار في الفترة من 31 أكتوبر إلى 14 نوفمبر 2026. وأقيمت المراسم أول أمس الخميس 29 أكتوبر 2026 بحضور كبار مسؤولي مفوضية الثقافة والرياضة واللجنة الأولمبية الإترية والاتحاد العام لألعاب القوى، إلى جانب الرياضيين ومدريهم. وأكد مفوض مفوضية الثقافة والرياضة السفير/زمدي تخلي، في كلمته بالمناسبة التي جرت بمكاتب المفوضية الكائن في عداقاحموس باسمراء، أن البلاد تتوقع من الفريق العودة بنتائج متميزة ترفع اسم الوطن في كل مشاركة قارية ودولية. وحث جميع أعضاء الفريق على مضاعفة جهودهم

كاريك: فرنانديز مستمر قائداً لمانشستر يونايتد

التخطيط ونقص الخيارات المتاحة، وعدم اتخاذ قرارات بشأن المدربين الذين قد يكونون متاحين». وأضاف: «أحياناً يحتاج المدرب إلى الإقالة لمصلحته الشخصية. لقد كنت بحاجة إلى الإقالة عندما كنت أدرّب فالنسيا، وشعرت بالارتياح عندما أنهوا معاناتي». وكان كاريك قد تولى تدريب مانشستر يونايتد في يناير الماضي، خلفاً للبرتغالي روبن أموري، ونجح في قيادة الفريق إلى المركز الثالث في الدوري الموسم الماضي، قبل أن تتراجع نتائجه بصورة لافتة خلال الموسم الحالي. ولم يحقق مانشستر يونايتد أي انتصار في الدوري منذ تغلبه على إسويتش تاون في 30 أغسطس الماضي، ما يجعل مواجهة تشيلسي المقبلة اختباراً مهماً لكاريك وللاعبيه في محاولة للخروج من الأزمة واستعادة التوازن.

وأثارت النتائج المتراجعة تكهنات بشأن مستقبل كاريك، خصوصاً بعد اجتماع عقده كبار مسؤولي النادي، الاثنين الماضي، لمناقشة الأوضاع، من دون صدور أي قرار رسمي بشأن الجهاز الفني. ورداً على سؤال حول حاجته إلى ضمانات من إدارة النادي للاستمرار في منصبه، قال كاريك، البالغ من العمر 45 عاماً: «أتفهم الموقف تماماً، وأدرك طبيعة الوظيفة والمسؤوليات المترتبة عليها، لذلك لا أحتاج إلى أي ضمانات من أحد». في المقابل، انتقد غاري نيفيل، القائد السابق لمانشستر يونايتد، قرار الإدارة الإبقاء على كاريك رغم تراجع النتائج، عاداً أن ذلك يعكس غياب التخطيط، وعدم توافر خيارات بديلة واضحة. وقال نيفيل، خلال مشاركته في بودكاست «ستيك تو فوتبول»: «أعتقد أن الإبقاء عليه يعود إلى غياب

قبل مواجهة تشيلسي المرتقبة اليوم السبت على ملعب ستامفورد بريدج: «كان قراراً مرتبطاً بما رأيناه مناسباً للمباراة، وهذا كل ما في الأمر. برونو ملتزم تماماً بهذا النادي، ولا توجد أي مشكلة على الإطلاق. نحن نمضي قدماً ونتخذ قراراتنا وفقاً لكل مباراة». وأكد المدرب الإنجليزي أن فرنانديز، البالغ من العمر 32 عاماً، سيواصل حمل شارة القيادة، قائلاً: «لقد قاد الفريق ببراعة في كثير من المباريات وعلى مدى سنوات طويلة، وسيستمر في القيام بذلك». وتأني تصريحات كاريك في وقت يواجه فيه مانشستر يونايتد أزمة نتائج حادة، بعدما امتدت سلسلته الخالية من الانتصارات إلى ثماني مباريات متتالية في مختلف المسابقات، ليتراجع إلى المركز السادس عشر في ترتيب الدوري الإنجليزي الممتاز، بفارق نقطة واحدة فقط عن منطقة الهبوط.

وكان كاريك قد أبقي فرنانديز على مقاعد البدلاء خلال الهزيمة أمام بورنموث بثلاثية نظيفة، الأحد الماضي، في الدوري الإنجليزي الممتاز، بعدما انتقد اللاعب البرتغالي علناً الأسلوب التكتيكي للفريق عقب الخسارة أمام كومانو الإيطالي بنتيجة 1 - 4 في دوري أبطال أوروبا.

وقال كاريك، خلال مؤتمر صحفي،

حسم مايكل كاريك، مدرب مانشستر يونايتد، الجدل بشأن مستقبل البرتغالي برونو فرنانديز في قيادة الفريق، مؤكداً احتفاظه بشارة القيادة رغم استبعاده من التشكيلة الأساسية خلال الخسارة الأخيرة أمام بورنموث، مشدداً على أن الخلاف بينهما انتهى بعد محادثات لتصفية الأجواء.



إعداد
نورة عثمانغرائب وطرائف
مدهشةالتكنولوجيا
والفضاء

- البكاء في الفضاء: هل تعلم أن رواد الفضاء لا يمكنهم البكاء تساقطاً للدموع في الفضاء الخارجي؟ بسبب انعدام الجاذبية، تتجمع الدموع على شكل كرة سائلة حول العين وتسبب وخراً إذا لم يتم مسحها يدوياً.
- أول صورة على الإنترنت: هل تعلم أن أول صورة تم رفعها على شبكة الإنترنت عام 1992 لم تكن لمعلم سياحي أو شخصية بارزة، بل كانت صورة ساخرة لفرقة غنائية نسائية أسسها موظفون في مختبر جنيف (CERN)؟
- يوم أطول من سنة: هل تعلم أن اليوم الواحد على كوكب الزهرة أطول من سنته الكاملة؟ فالكوكب يستغرق 243 يوماً أرضياً ليدور حول نفسه مرة واحدة، بينما يستغرق 225 يوماً فقط ليدور حول الشمس.

أصل الكلمات
المتداولة (Etymology)

كلمات

ولدت من
الميثولوجيا
والتاريخ
• كلمة
"أنسولين"

(Insulin):

أصلها: مأخوذة من الكلمة اللاتينية (Insula) والتي تعني "جزيرة". والسبب في هذه التسمية العلمية الذكية هو أن الهرمون يُفرز من خلايا متجمعة داخل البنكرياس تبدو تحت المجهر وكأنها جزر صغيرة معزولة، وتُسمى علمياً "جزر لانجرهانز"، فسمي الهرمون المقاوم للسكري بالـ "أنسولين" نسبة لهذه الجزر.

"الازدهار": نظام مهزوز يعتاش على
استهداف الآخرين

محمد نور يحيى

ذكر بعض المحللين ان هنالك أربعة عوامل يمكن أن تؤدي إلى تآكل الدول من الداخل، اهمها تراجع التماسك الاجتماعي، وضعف الثقة بمؤسسات الدولة، وتغليب المكاسب السياسية القصيرة على المصلحة الوطنية بعيدة المدى، والجمود الذي يمنع التكيف مع المتغيرات. الحالات المذكورة اعلاه تنطبق على اثيوبيا، إذ لم تحظى اثيوبيا بنظام حكم يستوعب مكونات البلاد وتركيباتها الاجتماعية الاثنية والثقافية، ما أدى الى تفاعلات سياسية وعسكرية، لكنها لم تفلح في حل الامور بما يضمن الحق للجميع، يطمئن فيه المواطن بأن حقوقه مصادرة ودوره محفوظ، لذلك جاءت كل محاولات الانظمة السابقة في ضمان استقرار البلاد، خاصة في الفترة الاخيرة حيث شهدت اثيوبيا انفجار للأوضاع المتعدية في اثيوبيا، وقيام رفض شعبي لتلك السياسات والممارسات، ونتيجة موجة التفاعلات الشعبية، وفي إطار معالجات الوضع تم الإتيان بأبي احمد لقيادة البلاد، ربما كان يعتقد البعض انه إستوعب مشكلة عدم إستقرار الأوضاع في اثيوبيا نتيجة للممارسات الغير عادلة والغير ديمقراطية.... وبما طرحه من شعارات وقام به من تحركات على الصعيدين الداخلي والاقليمي، لكنه سرعان ما انكشفت حقيقته، ولم يوف بما تعهد به و كان يأمله الاثيوبيون، الامر الذي أدى بإثيوبيا الى ماتعانية الان من وضع يهدد استقرارها، وهكذا وقعت اثيوبيا فيما عناه المحللون بتراجع التماسك الاجتماعي، بل تفككه، وذلك بإثارة المزيد من المشكلات والتفرقة الاثنية، وتآليب العرقيات على بعضها بمحاولة الاستقواء ببعضها، وإقصاء الآخرين، الامر الذي أضعف الثقة بمؤسسات الدولة، حيث أمعن نظام الازدهار، على تغليب المكاسب السياسية القصيرة على حساب المصلحة الوطنية، بإظهار قوى إجتماعية انها كانت مظلومة وزرع الفتن وتحريض مكونات المجتمع على بعضها، مستخدمين اساليب "فرق تسد" القديمة.... وعلى الصعيد الاقليمي، سعى لخلق العدوات مع دول الجوار، بإطلاق اتهامات لإرتريا، وإدعائه انها تحتل اراض اثيوبية، وأنه لابد من ان يحصل على منفذ بحري حتى بالقوة ويحتل الموانئ الارترية، كذلك ما قام به من إستهداف لوحدة الصومال وسيادتها، وما يقوم به ضد إستقرار السودان بتخصيص واعداد قواعد ومطارات تهدد سلامة السودان !....

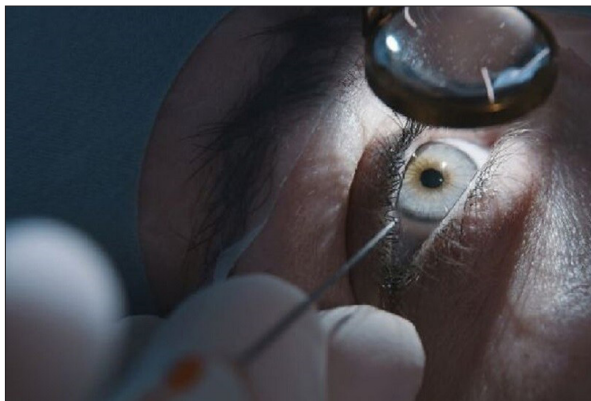
يقوم بكل ذلك من أعمال اجرامية داخل اثيوبيا بسياساته العنصرية، ويهدد وحدة وسلامة دول الجوار، وفي نفس الوقت يوهم العالم بأنهم مستهدفون من عدو خارجي، بتهديد دول الجوار والايحاء بأنهم يمتلكون الاسلحة والتكنولوجيا الحديثة" إستغلتهم جهات لها أهدافها وإستراتيجيتها " وانهم بما يملكونه من ترسانة وعتاد حديث يمكنهم من السيطرة على دول الجوار والمحيط الاقليمي بحجة لابد من السيطرة على المياه العذبة والمالحة" تطبيقاً لإستراتيجية " إمتلاك مصدري مياه !...."

جعل حزب الازدهار شناعة التخويف من الخارج أولوية تتقدم على المحاسبة عن إخفاقات وكلفة الحروب وتبعاتها الاقتصادية والاجتماعية والامنية...

كل ما تقوم به اثيوبيا هو اندفاع نحو المجهول، ولا يجلب لها إلا مزيداً من الفوضى وعدم الاستقرار، لذا عليها بأن تتعلم من تجارب الماضي وتضع مصلحة البلاد فوق الحسابات الضيقة، وأن تعمل على تحصين وحدة البلاد الوطنية، لا بالشعارات وحدها إنما بإتباع سياسة تقوم على مبدأ المواطنة وفق الحقوق والواجبات بإجراء إصلاحات سياسية ودستورية وإعادة هيكلة مؤسسات الدولة تقنع المواطن ويثق بها بأنها تمثله وانه ممثل فيها، وكذلك إعادة النظر في سياسية التعامل مع دول الجوار، وإستبدال العدوات بحسن جوار وتعاون، فليس من إمتلاك القوة والتكنولوجيا العسكرية، والكثافة السكانية قادر على إخضاع الآخرين، والامثلة كثيرة، ما نشاهده ونعايشه اليوم وما يذكره التاريخ.

فالدولة منظومة تجمع الجيش والتكنولوجيا والتعليم والاقتصاد والعلاقات الخارجية والتماسك الاجتماعي، وحتى تبلغ هذا المستوى أمام نظام الازدهار الكثير الذي ينتظره، وبالامكان تحقيق ذلك، خاصة وان اثيوبيا بحاجة لإنشغالها مما تعيشه حالياً من تخلف وبؤس وفقير، وقد تجد العون من كل دول الجوار إذا ما صحت مسارها، وغيّرت عقلية التوسع والهيمنة المنطلقة من وهم انها قوى اقليمية يجب ان تصدر المنطقة باستخدام المنطق الاعمى....!

أطباء يستخرجون بذرة تنبت داخل عين رجل



رؤية معجزة؟ كنت في الغابة هذا الصيف، ودخلت قطعة خشب في عيني. ظننت أنني أخرجتها بمجرد الرمش، لكن عيني احمزت بشدة بعد ذلك، وظللت أشعر بوجود جسم غريب داخلها.

وعلى مدى أربعة أشهر، عانى الرجل من

صداع نصفي مستمر وارتفاع ضغط العين. وفي أكتوبر، سافر من منطقة أبييبيسي، حيث يقيم، إلى ياكوتسك،

استقبل مركز العلاج الطارئ للعيون في مستشفى "ياكوتيا" السرييري الجمهوري بمدينة ياكوتسك، شمال شرقي روسيا، مريضاً يشكو من الصداع النصفي وألم في العين.

وكانت نزهة في الغابة وراء هذه الحادثة، إذ دخلت شظية خشبية صغيرة في عين مكسيم سليبتسوف، البالغ 42 عاماً. ولم يراجع الأطباء فوراً، ظناً منه أنه أخرج الجسم الغريب بنفسه، لكن بعد أربعة أشهر توجه إلى مركز العيون في مدينة ياكوتسك، حيث تمكن الأطباء من تنظيف عينه.

وقال مكسيم للصحفيين: "أتريدون

من عيني بذرة كانت قد بدأت بالفعل في إنبات جذور. الحمد لله، وشكراً جزيلاً للأطباء المتخصصين في طب العيون، مع خالص تقديري لهم".

وقد تبدو فكرة إنبات بذرة داخل العين مستحيلة، لكن إيفان لوتسكان، كبير الأطباء في مستشفى ياكوتسك الجمهوري السرييري، أكد الواقعة، قائلاً: "تبين أن بذرة نبتت تحت جفن المريض، وتمكن الأطباء من مساعدته". وأزال الأطباء الجسم الغريب من عين المريض، البالغ 42 عاماً، باستخدام إبرة حقن، تحت التخدير الموضعي. ولا يوجد حالياً ما يهدد صحة الرجل.

عاصمة جمهورية ساخا، وتوجه مباشرة إلى المستشفى. وأضاف: "لم يستغرق الأمر سوى خمس دقائق من الانتظار، حتى أخرج الأطباء