

فرع العمل والرعاية الاجتماعية بالقاش- بركة يقيم برامجه



افاد مكتب العمل والرعاية الاجتماعية في اقليم القاش -بركة في التقييم الذي اجراه في السادس عشر من يناير لانشطة عام 2022 ، تنفيذ اعمال بناء بالتعاون مع قطاعات المجتمع المختلفة لتحسين الظروف الاجتماعية والاقتصادية للمواطنين عامة والمحتاجين خاصة.

قدمت في الاجتماع تقارير عن العمل والرعاية الاجتماعية ونشاط محكمة العمل الأولية.

واشارت التقارير الى تقديم اعالة لاسر الشهداء بمبلغ اكثر من 28.6 مليون نفقة وتأهيل نوعي لسته عشر اسرة شهيد ومناضلتين مسرحيتين باكثر من 15 الف نفقة لكل منها وتدريب الشباب المحتاجين مهنيا وتوزيع 1600 عربة كارو وتقديم منازل مشيدة من الشعب لاربعة معاقين وتقديم اللوازم الدراسية لـ 1500 طالبة وطالبة.

واوضح مسؤول المكتب السيد/تسفاقبرئيل قبرسلاسي ان تأمين الرعاية الاجتماعية من

المهام التي تمنح الاولوية ، مشيرا الى ان برامج هذه السنة تشمل تقديم الاعالة بطريقة مدروسة وتفعيل انشطة العمل في المديريات وتقييم وتطوير الاعمال بانتظام. ودعت وزير العمل والرعاية الاجتماعية السيدة/ لؤلؤ قيرآب لتعزيز التنسيق مع الشركاء والقيام بدراسات مسبقة لمتلقي الدعم ، وان يأتي الدعم بحلول جذرية ومستدامة وتقوية دور الادارات لاعادة الديون المستحقة من القروض المقدمة دون فوائد .

وقال حاكم اقليم القاش- بركة السفير / محمود علي حروي ان على الادارات وضع أنشطة العمل والرعاية الاجتماعية ضمن اولويات عملهم ومتابعة تسخير الدعم المقدم والعمل لتقوية مساهمة المجتمع لتخفيف المعاناة الاجتماعية والاقتصادية للمواطنين.

وفي سياق متصل تخرجت 92 امراة في السابع عشر من يناير من دورة تدريبية

نظمها مكتب الكنفدرالية الوطنية للعمال في الاقليم إستمرت لمدة ثلاثة اشهر في الاشغال اليدوية وتقانة الكمبيوتر.

واوضح مسؤول المكتب السيد/ عبده صالح ، ان الهدف من التدريب ، رفع قدرات المرأة ، ويجري العمل لفتح مركز تدريب في تكمبيا لاستفادة المرأة في المناطق البعيدة. من جانبه اوضح مسؤول متابعة المشاريع السيد/ قدوس مسقون ،ان التفاهم جاري مع ادارة الاقليم والاتحاد الوطني للمرأة والاتحاد الوطني للشباب والطلبة والجهات الحكومية الاخرى لضمان استمرارية برامج التدريب.

واشادت ممثلة المتدربات ببرامج التدريب المنظمة، منادية لمساهمة جميع المؤسسات الحكومية والاتحادات الوطنية فيها.

وقال حاكم اقليم القاش- بركة السفير / محمود علي حروي في الرسالة التي وجهها يجب تقييم نتائج التدريب المقدم ، وتطبيق المتدربات للدراسة المقدمة .

مسئول الصرف الصحي بالاوسط يدعو للعناية الجيدة بمجاري الصرف الصحي

الرئيسي الى منازلهم ، تم تغريمهم ما بين الفين نفقة الى 11 الف نفقة . وقال ان الصيانة غير القانونية تضر بالارواح البشرية وتدمر الممتلكات ، داعيا للقيام بانشطة الصيانة بطريقة قانونية فقط.

الجدير بالذكر بان فرع مجاري الصرف الصحي في الاقليم الاوسط قام خلال الاعوام الماضية بالتنسيق مع مشروع عدي هالو بصيانة مجاري الصرف الصحي في مناطق ماي اباشاول مما ساهم ذلك في تخفيف الفيضان في موسم الخريف.

في الختام قال المهندس /يوهنس ان برنامجهم القادم سيركز على اجراء دراسات على المناطق التي ليس لها مجاري الصرف

دعا مسؤول مجاري الصرف الصحي في الاقليم الاوسط المهندس /يوهنس ملو المواطنين للعناية بمجاري الصرف الصحي جيدا.

واوضح بان الفرع يقوم سنويا بالتنسيق مع مشروع عدي هالو بتنفيذ برامج كلفت ما بين 20 الى 25 مليون نفقة.

وبموجب ذلك تم خلال الفترة من ديسمبر لعام 2021 ونوفمبر لعام 2022 صيانة 6 كيلومترات مجرى الصرف الصحي وشق اكثر من 900 مترا.

واوضحت المعلومات معاينة 30 مواطنا قدمت الشكاوي ضدهم لقيامهم بالصيانة غير قانونية لتوصيل انابيب من الخط

وزارة الزراعة تعلن إستقرار اسعار الانتاج الزراعي خلال السنوات الماضية

واشار السيد/ تسفالم الى ان انتاج الخضر شهدت في الفترة ما بين عامي 2020 وحتى نهاية عام 2022 تقلبات واضحة في ارتفاع وانخفاض الاسعار، خاصة ان اسعار خضروات البطاطس والطماطم والبصل شهدت ارتفاعا عاليا نتيجة لتغيرات المواسم واختلاف الاماكن،



افادت وزارة الزراعة إستقرار غالبية اسعار الانتاج الزراعي المحلي بعكس ظاهرة الازمة الغذائية العالمية في الفترة من عام 2020 وحتى عام 2022.

واوضح المدير العام لفرع نظام

المعلومات الزراعية الاستراتيجية السيد/ تسفالم مسفن أن نقاط الاسواق الثلاثة وعشرين المنتشرة في خمسة اقاليم شهدت دراسات جادة حول الاسواق المحلية في 54 نوعا من الانتاج الزراعي ، خلال ثلاث سنوات متتالية من عام 2020 وحتى 2022 ، وقد جرت تلك الدراسات في الحبوب والبقوليات والمحاصيل الزيتية والخضروالفواكه والضأن والماعز والابقار والدواب والدواجن والبيض والالبان ومشتقاتها وكذلك العسل.

وذكر السيد/ تسفالم ارتفاع اسعار الحبوب في الربع الثالث من عام 2020 الا انها انخفضت في عامي 2021 و2022، مشيرا الى ان شهري اكتوبر ونوفمبر شهدا انخفاض جيد للاسعار حسب التقييم الشامل.

واشارت الدراسات الجارية الى انخفاض الاسعار في مختلف مناطق البلاد نتيجة للخريف الطيب في عام 2022 ، وزيادة رقعة المساحات الزراعية وتوزيع البذور المحسنة للقمح والذرة ، حيث بلغت نسبة الخفض 16% مقارنة بعام 2020. ورغم ارتفاع اسعار البقوليات في الربع الثالث من عام 2020 جراء انتشار جائحة كورونا ، الا انها انخفضت في عامي 2021 و2022، ولم تشهد اسعار الحبوب الزيتية اي تقلبات تذكر الا ان محصول الفول شهد ارتفاعاً ضئيلاً، كما يتوقع هذا العام انخفاض اسعار الحبوب الزيتية .

واشارت الدراسات الجارية الى انخفاض الاسعار في مختلف مناطق البلاد. والمستقبل القريب جراء توزيع فراخ ودواجن. ووضح التقرير ان اسعار السمن والعسل شهدت ارتفاعا وانخفاضا نسبيا ، وخاصة اسعار العسل ، حيث شهدت الاسعار تفاوت واضح بين الاقاليم نتيجة لتحركات المناحل من والى مختلف مناطق البلاد.

في الختام ، ذكر السيد/ تسفالم ان وزارة الزراعة وضعت برنامجا لتوسيع نقاط واساليب تساعد في جمع المعلومات الزراعية للاسواق ، مدركة اهمية مثل هذه المعلومات الزراعية للاسواق التي تسهم في استفادة المزارعين والجهات المعنية الاخرى.

الصحة بالقاش-بركة:

تحسين خدمات الصحة حقق نتائج جيدة

الى الاستثمار الضخم الذي تقوم بها الوزارة لتحسين وتوسيع الخدمات الصحية. وذكر حاكم الاقليم السفير /محمود علي حروي ان الانجازات التي تحققت في القطاع الصحي في الاقليم نتاج للمساهمة الشعبية وجهود المهنيين الصحيين، مؤكدا ان تقليل نواقص القطاع وتنفيذ برنامج الاصحاح البيئي يتطلب اهتمام اكبر.

المؤسسات الصحية والاصحاح البيئي ولوائح جديدة ادخلتها المؤسسات الصحية. وقال مسؤول فرع الصحة في الاقليم ارتفاع الولادة من 49.5 % الى 53.7% والتطعيم 100% وتالطعيم ضد سرطان عنق الرحم 94.2%. واشادت وزيرة الصحة/ امينة نورحسين بالمساهمات الشعبية والادارات والجهات الحكومية الاخرى الجارية اضافة

افاد التقرير المقدم في اجتماع عقد في السابع عشر والثامن عشر من يناير في بارنتو ان الخطوات المتخذة لتحسين كفاءة الخدمات الصحية والاستثمار الجاري حقق نتائج جيدة.

اشتملت التحسينات التي ساهمت في كفاءة خدمات الصحة وجودتها على مراقبة الامراض المعدية وغير المعدية وجودة

إعلان

تعلن المدعية / جواهر يعقوب ادم من سكان منطقة أكالات أمام المحكمة الشرعية بتسنى بأنها طلبت من محكمة تسنى الشرعية التطبيق من زوجها الغائب منذ عشر سنوات وإسمه ابراهيم عثمان لباب وذلك بسبب الضرر الذي لحق بها من حيث العشرة الزوجية والكسوة والنفقة لها ولأبناءها الإثنتين منه وتعلنه بأن يحضر أمام المحكمة المختصة أعلاه او وكيلًا في موعد أقصاه شهر من صدور الإعلان .

محكمة تسنى الشرعية

السيد / على محمد صالح بما ان زوجتك السيدة / جمعة محمد أحمد قد رفعت الدعوى ضدك تحت الملف رقم 281 / 2020 بسبب اختفائك عنها لمدة 8 سنة تاركا اياها المدة المذكورة دون حقوق زوجية من النفقة والعشرة الزوجية وغيرها . وعليه يطلب حضورك أمام المحكمة الشرعية في تاريخ 30 / 4 / 2023م في مدة لا تتجاوز ثلاثة اشهر من تاريخ هذا الإعلان في الصحيفة وفي حالة عدم حضورك شخصياً او من ينوب عنك في المدة المذكورة فان المحكمة الشرعية بعدى قيح ستنتظر في القضية بغيابك حسب الدعوة المرفوعة ضدك .

محكمة عدى قيح الشرعية

تقدمت السيدة / زهرة محمد بيض عثمان الى المحكمة بعرض قالت فيه لقد توفي زوجي المرحوم / صالح محمود محمد بتاريخ 3 / 12 / 2022م وترك من الورثة الشرعيين المذكورين ادناه

- 1/ زهرة محمد بيض عثمان زوجته
- 2/ أسماء محمود ابراهيم زوجته
- 3/ ادريس صالح محمود محمد ابنه
- 4/ عثمان صالح محمود محمد ابنه
- 5/ رضوان صالح محمود محمد ابنه
- 6/ عبدالرحمن صالح محمود محمد ابنه
- 7/ زينب حامد عثمان والدته

وعلى كل من يعترض أو يدعى انه وارث فليتقدم الى المحكمة ومعه مستندات ما يثبت به انه وارث خلال شهر من نشر الإعلان في الجريدة .

محكمة كرن الشرعية

تقدمت السيدة / فاطمة آدم محمود الى المحكمة بعرض قالت فيه لقد توفي زوجي المرحوم محمد إدريس إبراهيم بتاريخ 25 / 7 / 2022م وترك من الورثة الشرعيين المذكورين أدناه:-

1. فاطمة آدم محمود زوجته
2. مواهب محمد إدريس إبنته
3. الصادق محمد إدريس ابنه
4. إبراهيم محمد إدريس ابنه
5. ادريس ابراهيم ادريس والده
6. سعدية علي إدريس والدته

وعلى كل من يعترض أو يدعي أنه وارث فاليتقدم إلى المحكمة ومعه مستندات ما يثبت به أنه وارث خلال شهر من نشر الإعلان في جريدة إرتريا الحديثة.

محكمة كرن الشرعية

إلى المدعو/ عمار محمدنورعبدالوهاب بما أن زوجتك المدعوة/ بتول سراج عبدالواسع رفعت دعوى ضدك في هذه المحكمة تدعي فيها بأنك غبت عنها مدة تزيد على أربع أعوام لا تعرف عنوانك او جهتك فإن هذه المحكمة تعلنك عبر الجريدة الرسمية هذه للحضور في الجلسة المقررة 14 / 2 / 2023م للرد على الدعوى المرفوعة ضدك. وفي حالة عدم حضورك في الجلسة المذكورة فإن المحكمة ستنظر الدعوى غيابيا.

محكمة مندفرأ الشرعية

سكرتير الجبهة بشمال البحر يدعو الشباب لتعزيز مساهمتهم في برامج التنمية

وذكر مدير مديرية افعبت السيد/ احمد محمد نور رجب وجود خطة لتسيير انشطة افضل بمعالجة القصور عام 2022. ودعا المجتمعون لحل نقص مياه افعبت والاهتمام بالخطة السكنية لأفعبت.

عشر من يناير للدفع بالانشطة الاجتماعية والاقتصادية والامنية لدورها الايجابي لتطور المنطقة. وأشار الى الدعم المالي والعيني المقدم بمستوى الاقليم العام الماضي بمبلغ 16 مليون نفقة لتشجيع قوات الدفاع.

دعا سكرتير الجبهة الشعبية للديمقراطية والعدالة في اقليم شمال البحر الاحمر السيد/ رزني ادوناي شباب مديرية افعبت لتقوية التنظيم وتعزيز المساهمة في برامج التنمية. وحث في الاجتماع الذي عقد في الرابع

مسؤول الصحة بامني حيلي يدعوللتأكد من صلاحية المواد الاستهلاكية والادوية الحيوانية

جانبه حث مسؤول التنمية الاقتصادية في مديرية امني حيلي السيد/ ملائي تولدي التجار لعدم بيع المواد المنتهية الصلاحيه والادوية الحيوانية غير المعروف مصدرها ، نتيجة لأضرارها الكبيرة.

في متاجر كدوبعور في مديرية امني حيلي. شملت المواد البسكوبت والحلويات وزيت الطعام وادوية حيوانية. ودعا مسؤول الصحة العامة الممرض /قبرو ابرهام المواطنين توخي الحذر من المواد المنتهية الصلاحيه ، والحد من استخدام الاغذية المعلبة . من

دعا المهنيون الصحيون في مديرية امني حيلي المجتمع للتأكد من تاريخ صلاحية المواد الاستهلاكية والادوية الحيوانية عند شرائها . جاء ذلك اثناء اتلاف مواد استهلاكية وادوية حيوانية منتهية صلاحية ضبطت

موسكو تحذر واشنطن من أن نهجها يقود العالم إلى كارثة

إلى مجلس الأمن القومي للبيت الأبيض للتعليق“. وتتزامن هذه التصريحات مع مواصلة ضخ الولايات المتحدة لكميات كبيرة من الأسلحة والمعدات العسكرية لكيف، وكذلك حثها حلفاءها في الناتو وخارجة على تقديم الدعم العسكري لكيف.

روسيا وعلى أراضيها“. وأشار السفير الروسي إلى أن الولايات المتحدة تستغل في الوقت نفسه شركاءها في الناتو، ”لإجبارهم على تمويل ازدهار المجمع الصناعي العسكري الأمريكي“. وقال إن ”صناعة الدفاع الأمريكية لم تر مثل هذه الأموال حتى خلال سنوات الحرب الباردة“.

قال السفير الروسي لدى واشنطن، أناتولي أظونوف، إن روسيا حذرت الولايات المتحدة باستمرار من أن نهجها يقود العالم إلى سيناريو كارثي. وقال السفير الروسي في تصريح صحفي امس الجمعة: ”لقد حذرنا واشنطن باستمرار من أن مراهنتها على إلحاق ”هزيمة استراتيجية بنا“ في ساحة المعركة ”يقود العالم بسرعة إلى سيناريو كارثي“.

وفي وقت سابق قال البيت الأبيض إن التصريحات الروسية، بشأن مخاطر نشوب نزاع نووي، خطيرة، ودعا إلى تخفيف حدتها. وقالت نائبة المتحدث باسم البيت الأبيض، أوليفيا دالتون، يوم الخميس، ردا على طلب التعليق على التصريح الأخير لنائب رئيس مجلس الأمن القومي الروسي، دميتري مدفيديف، بهذا الصدد: ”لم أطلع على هذا التصريح بنفسي، وأنصحكم بالتوجه

وفي وقت سابق قال البيت الأبيض إن التصريحات الروسية، بشأن مخاطر نشوب نزاع نووي، خطيرة، ودعا إلى تخفيف حدتها. وقالت نائبة المتحدث باسم البيت الأبيض، أوليفيا دالتون، يوم الخميس، ردا على طلب التعليق على التصريح الأخير لنائب رئيس مجلس الأمن القومي الروسي، دميتري مدفيديف، بهذا الصدد: ”لم أطلع على هذا التصريح بنفسي، وأنصحكم بالتوجه

كما نفى أنطونوف المزاعم القائلة بأن روسيا تهدد باستخدام أسلحة نووية، ووصف هذه المزاعم بأنها ”جوفاء وغير مسؤولة“. وأكد أنه ”لم يصرح أي شخص في القيادة السياسية والعسكرية الروسية بمثل هذا الكلام“.

وأضاف أنطونوف أن ”الأمريكيين وحلفاءهم يشنون حربا هجينة شاملة ضد

تركيا تعلن استمرار مشاوراتها مع واشنطن لشراء مقاتلات إف35



التركية أنقرة الخميس، وأشار خلالها إلى اللقاء الذي جمع الأربعاء الماضي وزير الخارجية التركي مولود جاويش أوغلو ونظيره الأمريكي أنتوني بلينكن في واشنطن، معربا عن سعادته بالاجتماعات رفيعة المستوى بين الجانبين.

يشار إلى أن واشنطن لم تسلم تركيا مقاتلات ”إف35- إثر تزود أنقرة بمنظومة ”إس400-“ (S-400) الروسية للدفاع الجوي، وذلك بعدما أحجمت الولايات المتحدة عن تزويد الجانب التركي بمنظومات باتريوت الصاروخية. وفي السياق ذاته، أوضح السفير الأمريكي في أنقرة جيفري فليك أن بيع الولايات المتحدة طائرات ”إف16- لتركيا غير مرتبط بمسيرة انضمام السويد وفنلندا إلى حلف شمال الأطلسي (ناتو). جاء ذلك في تصريحات أدلى بها فليك خلال لقائه عددا من الصحفيين في العاصمة

أعلنت وزارة الدفاع التركية ، أن وفدها سيواصل المشاورات مع نظيره الأمريكي بشأن شراء أنقرة مقاتلات ”إف35-“ (F-35) الهجومية. وأوضحت وزارة الدفاع -في بيان- أن الجولة الثانية من المشاورات بين وفدي الوزارتين جرت الأربعاء الماضي في العاصمة الأميركية واشنطن. وأضاف البيان أن اجتماع الأربعاء انتهى باتفاق الطرفين على مواصلة المشاورات، وأشار إلى أن الجانبين اتفقا على عقد الجولة المقبلة في العاصمة التركية أنقرة الربيع القادم.

المكسيك: العثور على 269 مهاجرا داخل إحدى المقطورات



لحوادث مميتة، بما في ذلك مقتل أكثر من 50 مهاجرا معظمهم من أمريكا الوسطى قبل عام في انقلاب المقطورة التي كانوا على متنها.

عثر عليهم من غواتيمالا، على الرغم من وجود ثلاثة من السلفادور وثلاثة من الإكوادور واثنان من هندوراس، مبينا أن 20 من المهاجرين كانوا قاصرين وغير مصحوبين بأهلهم. يذكر أن العديد من المهاجرين يهرون عبر توكستلا في رحلتهم هربا من الفقر والعنف في أماكن أخرى من أمريكا اللاتينية. وكانت المدينة موقعا

قال المعهد الوطني المكسيكي للهجرة، إن السلطات المكسيكية عثرت على 269 مهاجرا من أمريكا الوسطى والجنوبية داخل مقطورة بالقرب من الحدود الجنوبية للبلاد. وقال المعهد في بيان إن عملاء فيدراليين رصدوا المقطورة البيضاء في نقطة للتحقق من الهجرة في مدينة توكستلا جوتيريز بولاية تشياباس الجنوبية، مبينا أن الشرطة ألقت القبض على السائق بعد محاولته الفرار. وذكر البيان أن أغلبية المهاجرين الذين

”طالبان“ تعلن وفاة 78 شخصا إثر موجة برد شديدة تجتاح أفغانستان

قال مسؤولون في ”طالبان“ إن 78 شخصا لقوا حتفهم خلال نحو أسبوع أثناء الشتاء القارس في أفغانستان، الذي أدى إلى تفاقم الأزمة الإنسانية في البلاد.

وذكر شفيع الله رحيمي، المتحدث باسم وزارة إدارة الكوارث الطبيعية، أن الوفيات وقعت منذ 10 يناير- كما نفق أكثر من 75 ألف رأس من الماشية نتيجة البرد، مبينا أن ”طالبان حاولت الوصول ومساعدة أكثر من مليون شخص في جميع أنحاء البلاد، وما زالت تبذل قصارى جهدها لدعم المزيد من العائلات خلال هذا الطقس البارد القاسي“. قال مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الإنسانية ”أوتشا“ إن البرد القارس في

أفغانستان تسبب في نفوق الآلاف من رؤوس الماشية في مناطق شرق وغرب وشمال البلاد، مشيرا إلى أن ”فقدان سبل العيش والأصول يعرض الأسر الأفغانية للخطر في وقت يحتاج فيه 21.2 مليون شخص بشكل عاجل إلى استمرار الدعم الغذائي والزراعي“. وتشير التوقعات إلى أن درجات الحرارة ستخفض إلى 35- درجة مئوية في مناطق من أفغانستان نهاية الأسبوع الجاري. وخلال اجتماع طارئ، دعا الملا محمد عباس آخوند، وزير إدارة الكوارث الطبيعية، إلى تقديم المزيد من المساعدات، وقال إن الاحصائيات ليست دقيقة لأن الحكومة لا تستطيع الوصول إلى المناطق النائية.

جنوب إفريقيا تجري مناورات بحرية مشتركة مع الصين وروسيا

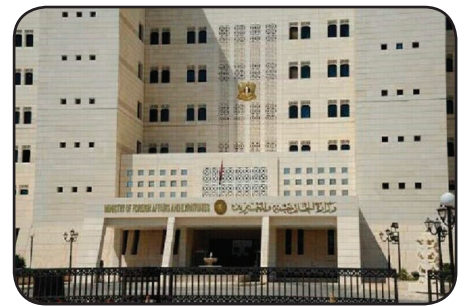


المحلية بين 17 و27 فبراير قبالة سواحل ديربان وريتشاردز باي. وبينت قوة الدفاع الوطني في جنوب إفريقيا أن هذه المناورات هي الثانية من نوعها لقوات الدول الثلاث، حيث أجريت المناورات البحرية للمرة الأولى في نوفمبر عام 2019 قبالة سواحل كيب تاون. وأشار البيان إلى أن أكثر من 350 من أفراد جيش جنوب إفريقيا سيشاركون مع نظرائهم الروس والصينيين بهدف تبادل المهارات.

أعلنت جنوب إفريقيا أول امس الخميس، أنها ستجري مناورات بحرية عسكرية مشتركة مع روسيا والصين الشهر المقبل على مدى 10 أيام. وأوضح بيان صادر عن جيش جنوب إفريقيا أنه "في سبيل تعزيز العلاقات المزدهرة بين جنوب إفريقيا وروسيا والصين، ستجري مناورات بحرية متعددة الجنسيات بين هذه الدول الثلاث". ومن المقرر أن تجري المناورات التي تحمل اسم "موسي" وتعني "دخان" بلغة الـ "تسوانا"

دمشق: واشنطن تضخ ملايين الدولارات لجهات مشبوهة بغية تشويه صورة الدولة السورية

أمريكا على الاستمرار بتضليل الرأي العام. كما أوضحت الوزارة أن مثل هذه الخطوة تهدف إلى تضليل الرأي العام المحلي والإقليمي والدولي، وتفضح استمرار الهجمة الأمريكية التي تستهدف سيادة سورية والتدخل في شؤونها الداخلية. وقالت في حسابها على "تويتر": "إن مثل هذه المشاريع التي تديرها الخارجية الأمريكية تهدف للتغطية على جرائم الولايات المتحدة في سوريا وحمايتها



قالت وزارة الخارجية السورية إن المعلومات عن تقديم واشنطن ملايين الدولارات لجهات إعلامية مشبوهة بهدف تشويه صورة الدولة السورية تعكس إصرارا

عباس يطالب الإدارة الأمريكية بالتدخل قبل فوات الأوان لوقف إجراءات الحكومة الإسرائيلية



على أهمية إيفاء الإدارة الأمريكية بالتزاماتها، التي أعلنت عنها، بالحفاظ على حل الدولتين، ووقف الاستيطان، والحفاظ على الوضع القانوني والتاريخي القائم في القدس، وإعادة فتح مكتب القنصلية الأميركية في القدس، وإعادة فتح مكتب منظمة التحرير في واشنطن، ووقف الإجراءات الإسرائيلية أحادية الجانب.

الأوان لوقف هذه الاجراءات أحادية الجانب، وما تقوم به حكومة الاحتلال الإسرائيلية من انتهاكات تتمثل بتكثيف الاستيطان، وعمليات القتل اليومية، واقتحام المدن والبلدات الفلسطينية، واستباحة المسجد الأقصى، والمقدسات المسيحية والإسلامية في القدس، وتكررها للاتفاقات الموقعة، والقرصنة ضد أموال الضرائب الفلسطينية، وفق "وفا". وأكد الرئيس الفلسطيني في هذا الصدد، "أننا لن نقبل باستمرار هذه الجرائم الإسرائيلية وستصدي لها وسندافع عن حقوق شعبنا وأرضنا ومقدساتنا"، مشددا

استقبل الرئيس الفلسطيني محمود عباس، أول امس الخميس، بمقر الرئاسة في رام الله، مستشار الأمن القومي الأمريكي جاك سوليفان. وأفادت وكالة الأنباء الفلسطينية "وفا" بأن الرئيس عباس أطلع سوليفان على آخر المستجدات في الأرض الفلسطينية، وما تتخذه حكومة الاحتلال الإسرائيلية الجديدة من إجراءات هدامة وجرائم، بهدف تدمير حل الدولتين والاتفاقات الموقعة، وإنهاء ما تبقى من فرص تحقيق السلام والاستقرار في المنطقة. وحذر محمود عباس من خطورة الإجراءات الإسرائيلية وتداعياتها، مطالبا الإدارة الأمريكية بالتدخل الفوري قبل فوات

مجلس النواب اللبناني يفشل في انتخاب رئيس للمرة الـ 11



رئيس المجلس الراحل حسين الحسيني. وبعد انتهاء فرز الأصوات جاءت النتائج على الشكل التالي: 37 ورقة بيضاء، 34 ميشال معوض، 14 لبنان الجديد، 7 عصام خليفة، 2 زياد بارود، 1 صلاح حنين، 1 ميلاد أبو ملهب، و15 ملغاة. مع الإشارة إلى أن الأوراق الملغاة تحمل عبارات تتعلق بقضية 4 آب، وأخرى تتعلق بالحوار والأولويات الرئاسية. هذا وأعلن نقيب المحامين السابق النائب ملحم خلف أنه سيبقى مع زميلته النائب نجاة صليبا داخل البرلمان لإبقاء الجلسات مفتوحة.

أما الحزب "التقدمي الاشتراكي" فحذر عبر النائب هادي أبو الحسن من أنه إذا استمرت الدوامة نفسها فإنه قد يذهب إلى تعليق مشاركته في الجلسات المقبلة. من جهة أخرى قرر النائبان اللبنانيان ملحم خلف ونجاة عون صليبا، الاعتصام داخل المجلس النيابي، لحين انتخاب رئيس للجمهورية. وذلك بعد أن فشل النواب في انتخاب رئيس للمرة الحادية عشر. وقبل بدء جلسة انتخاب الرئيس، أجرى خلف مداخلة أعلن فيها أنه وصليبا سيبقيان داخل مبنى البرلمان لإبقاء الجلسات مفتوحة حتى انتخاب رئيس.

فشل مجلس النواب اللبناني، أول امس الخميس، للمرة الـ 11 في انتخاب رئيس للجمهورية، خلفا للرئيس السابق ميشال عون الذي انتهت ولايته في أكتوبر الماضي. والجلسة التي ترأسها رئيس المجلس نبيه بري، كانت قد بدأت بدقيقة صمت عن روح

الصومال يعلن القضاء على عناصر من "حركة الشباب"



أعلنت الحكومة الصومالية مقتل 25 من عناصر حركة الشباب، يوم الأربعاء الماضي، في عملية عسكرية في إقليم شبيلي الوسطى بولاية هيرشبيلي. وقالت الحكومة في بيان إن العملية نفذتها قوة خاصة من وكالة المخابرات والأمن الوطني بالتعاون مع الحلفاء الدوليين، وجرت في قرية "طغخو" بالإقليم المجاور للعاصمة مقديشو. وتأتي هذه العملية بعد أيام من تفجيرات

انتحارية قامت بها الحركة ضد معسكر حكومي ما أدى إلى سقوط عدد كبير من القتلى والجرحى، من بينهم قائد الكتيبة 3 من القوات الصومالية.

الإمارات تدرس إمكانية الابتعاد عن الدولار للتعامل في السلع غير النفطية

بينها الصين، أثارت قضية تسوية مدفوعات التجارة غير النفطية بالعملات المحلية، وتتم حاليا غالبية التجارة الخليجية بالدولار الأمريكي، لكن دول مثل الهند والصين تسعى بشكل متزايد إلى الدفع بالعملات المحلية لأسباب مختلفة، بما في ذلك خفض تكاليف المعاملات.



بدأت الإمارات بحث إمكانية التعامل مع الهند في السلع غير النفطية بالروبية الهندية بحسب وزير التجارة الخارجية الإماراتي ثاني الزيوذي. ويهدف القرار إلى تجربة ابتعاد الإمارات تدريجيا عن الدولار.

ويرى البعض في هذه الخطوة تمهيدا لمرحلة ما بعد الدولار، وقد يكون الهدف الحقيقي منها هو التحول لاستخدام اليوان الصيني.

وقالت الإمارات إنها تتطلع في علاقاتها التجارية نحو آسيا، بينما تقع علاقاتها الأمنية والاستثمارية الأساسية في الغرب الذي تقيم معه دول الخليج العربية شراكات استراتيجية طويلة الأمد خاصة الولايات المتحدة.

وقال الزيوذي إنه عقب اتفاقيات التجارة الثنائية مع الهند وإندونيسيا، من المتوقع إبرام اتفاقية مع كمبوديا في الربع الأول من العام الحالي.

وزار الرئيس الصيني السعودية في ديسمبر وشارك في قمة خليجية عربية ودعا إلى تجارة النفط باليوان إذ تسعى بكين لترسيخ عملتها دوليا.

وأكد وزير المالية السعودي هذا الأسبوع أن المملكة، منفتحة على التجارة بعملات أخرى غير الدولار الأمريكي. وأشار المراقبون إلى أن التعامل بالروبية الهندية أو اليوان الصيني بات أمرا ممكنا في ظل تزايد تعاملات الإمارات مع هذين البلدين، وهو خيار مطروح أمام دول أخرى.

ووقعت الإمارات مع الهند في العام الماضي اتفاقية تجارة حرة شملت عددا كبيرا من السلع، وتعد الهند إلى جانب الصين من بين أكبر الشركاء التجاريين لمنتجي النفط والغاز في دول الخليج العربية، الذين تربط معظم عملاتهم بالدولار الأمريكي.

وتهدف اتفاقية التجارة بين الإمارات والهند إلى زيادة التجارة غير النفطية بين البلدين إلى 100 مليار دولار خلال السنوات الخمس المقبلة.

وقال الوزير الزيوذي إن دولاً أخرى، من

أرتريا الحديثة

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

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

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

طباعة ضوئية وتصميم صفحات:

فاطمة محمد إدريس

نورة عثمان محمد

راسلونا على العنوان التالي:

alhadisa@zena.gov.er



فوائد متعددة لحمض الأرجينين بينها زيادة طول الاطفال، تعرف عليها!



يحتوي الكوب الواحد من الفول السوداني على 4.6 غرامات من الأرجينين، وعلى الرغم من ذلك فإنه لا يُنصح بتناول كوب كامل في دفعة واحدة؛ وذلك لأنه غني بالدهون؛ حيث يُفضل توزيع هذه الكمية على مدار الأسبوع، كما يحتوي الفول السوداني على كمية عالية من البروتين، إضافةً إلى أنه يُعد مصدراً جيداً للفيتامينات؛ مثل: فيتامين ب3، والفولات، والنياسين.[2]

الأعشاب والطحالب البحرية

تُعد الأعشاب والطحالب البحرية غذاءً صحياً شهيراً يوفر كمية عالية من الأرجينين؛ حيث يحتوي الكوب الواحد من الأعشاب البحرية المجففة على 4.645 غرامات من الأرجينين، ويُصح أي شخص يحتاج إلى زيادة تناول الأرجينين بإضافة الأعشاب البحرية إلى النظام الغذائي، وتُعد طحالب سبيرولينا (بالإنجليزية: Spirulina) من الأعشاب والطحالب البحرية التي غالباً ما تُضاف إلى العصائر؛ حيث يحتوي الكوب الواحد منها على 4.6 غرامات من الأرجينين مع كميات عالية من الكالسيوم، والبوتاسيوم، والحديد، والنياسين

الألبان

تُعد الألبان من مصادر البروتين، كما يمكن الحصول على حمض الأرجينين منها؛ مثل الحليب، والجبن، والزبادي؛ حيث يحتوي الكوب الواحد من الحليب على حوالي 0.2 غرام من الأرجينين

اللحوم البيضاء

يُعد اللحم مصدراً كاملاً للبروتين؛ وذلك لأنه يشمل جميع الأحماض الأمينية التي يحتاجها الجسم، بما في ذلك الأرجينين، ويُعد الديك الرومي من أفضل مصادر الأرجينين، حيث توجد أكبر كمية منه في صدر الديك الرومي، والذي يحتوي على 16 غراماً من هذا الحمض الأميني، كما أنه يحتوي على نسبة عالية من العناصر الغذائية الأخرى؛ مثل: فيتامينات ب، وأحماض أوميغا 3 الدهنية، وبالإضافة إلى ذلك يُعد الدجاج من اللحوم قليلة الدسم، والغنية بالبروتين، إضافةً إلى كونه ثالث أفضل مصدر للأرجينين؛ حيث يحتوي الكوب الواحد منه على 2.790 غرام منه، كما تُعد الأسماك مصدراً جيداً للأرجينين؛ مثل سمك التونا؛ حيث يحتوي كل 100 غرام منها على 1.74 غرام من الأرجينين، بينما يحتوي سمك السلمون والجمبري على 1.18 غرام من هذا الحمض الأميني في كل 100 غرام.

الشوكولاتة

تُعد الشوكولاتة من المصادر الطبيعية للأرجينين ولكن بنسب قليلة؛ حيث يحتوي كل 100 غرام من شراب الشوكولاتة على 0.09 غراماً فقط من الأرجينين.

والتمارين الرياضية بنسب أقل في زيادة طول الى جانب العوامل الوراثية والنظام الغذائي والنوم.

1. العوامل الوراثية DNA: تقول الأبحاث أن العوامل الوراثية تتحكم في نحو 80%

من الطول. يحدد اشتراك نحو 700 متغير جيني طول الشخص. تؤثر بعض الجينات على طفرة النمو، بينما يؤثر البعض الآخر على هرمون النمو.

الأشخاص من خلفيات عرقية مختلفة لديهم متوسط أطوال مختلفة بسبب حمضهم النووي. حالات مثل التقزم والعملاقة هي نتائج التركيب الجيني أيضاً.

2. النظام الغذائي:

يعد تضمين نظام غذائي صحي أمراً بالغ الأهمية طوال الوقت. خلال سنوات المراهقة على وجه الخصوص، يعد تناول نظام غذائي متوازن أمراً ضرورياً للنمو. ستضمن الأطعمة الغنية بالمغذيات تعظيم إمكانات النمو لدى الإنسان.

3. نمط النوم:

تعد دورة النوم المستمرة مهمة لتحقيق القدرة على اكتساب الطول بشكل كامل. إذ تفرز الغدة النخامية هرمونات النمو ليلاً. وتعمل هذه الهرمونات على إطالة العظام.

أغذية تحتوي على الأرجينين:

الحمص

تُعد البروتينات النباتية، مثل الحمص مصدراً جيداً للأرجينين، وخاصةً للأشخاص الذين لا يتناولون اللحوم، حيث يحتوي الكوب الواحد من الحمص المطبوخ على 1.3 غرام من الأرجينين، و14.5 غراماً من البروتين، و12.5 غراماً من الألياف الغذائية.

بذور اليقطين والقرع

تحتوي بذور اليقطين والقرع على أعلى تراكيز من الحمض الأميني الأرجينين مقارنةً بباقي المصادر الغذائية، حيث يوفر الكوب الواحد من بذور القرع الطازجة أو المجففة 6.905 غرامات من الأرجينين، كما تُعد بذور اليقطين مصدراً غنياً بالحديد، والزنك، والمعادن الأخرى، ولذلك يُنصح بإضافتها إلى السلطات أو تناولها مع وجبة خفيفة.

فول الصويا

يحتوي الكوب الواحد من فول الصويا المحمص على 5.865 غرامات من الأرجينين، كما أنه يُعد مصدراً غنياً بالبوتاسيوم، والمغنيسيوم، وغيرها من المعادن، مما يجعل هذه الحبوب بديلاً جيداً للحوم، والتي يمكن تناولها كوجبة خفيفة صحية.

الفول السوداني

ضغط الدم الرئوي). فضلاً عن ذلك، فإن حقن الأرجينين عن طريق الوريد يساهم في تقليل ضغط الدم في الأشخاص المصابين بارتفاع ضغط الدم. ويستخدم أيضاً في علاج بعض أنواع امراض القلب لقيامه بتوسيع الاوعية الدموية، بما في ذلك مرض الشريان التاجي والذبحة الصدرية. وتشير الدراسات إلى أن الأرجينين قد يخفف من الأعراض ويحسن نوعية الحياة لدى الأشخاص المصابين بهذا النوع من ألم الصدر بدرجة تتراوح بين الخفيفة والحادة. ومع ذلك، فإن الأرجينين ليس علاجاً مناسباً لجميع أمراض القلب. على سبيل المثال، لا ينصح معظم الأطباء بتناول الأرجينين بعد نوبة قلبية حديثة. كما أثبتت الأبحاث أن الأرجينين يزيد من إفراز هرمون النمو والأنسولين، ويساعد في تقليل من معدلات الكوليستيرول عند ارتفاعها. يعمل على تنظيم وإبقاء مستويات الأملاح داخل الجسم عند مستويات ثابتة.

فوائد الأرجينين لكمال الأجسام

فوائد عند ارتفاع ضغط الدم أثناء فترة الحمل: بينت نتائج بعض الدراسات أن حقن النساء الحوامل -ممن يصبن بارتفاع في ضغط الدم أثناء الحمل- وريدياً الأرجينين يمكن أن يخفف ضغط الدم لديهن. كما بينت بعض الأبحاث أن تناول الأرجينين عن طريق الفم قد يساعد في الوقاية من الإصابة بمقدمات الارتعاج أثناء فترة الحمل.

مرض الشرايين المحيطية: يمكن أن يخفف الأرجينين عند أخذه عن طريق الفم أو الحقن الوريدي- الأعراض لدى المصابين بهذا المرض في الأوعية الدموية، فضلاً عن دوره في تحسين تدفق الدم لديهم.

عوامل أخرى تؤدي الى زيادة الطول: وحسب صحيفة اللواء الالكترونية هناك قياس عام لمعرفة الطول عند الاطفال وهو 2 بوصة في عمر سنة حتى سن البلوغ، وعادة ما تبدأ طفرة النمو لدى الفتيات مبكراً وتتوقف عند بلوغ سن 16 عاماً تقريبا. يميل الأولاد إلى رؤية ارتفاع مفاجئ في الطول في نهاية فترة المراهقة، بحسب موقع healthfyme.

وحسب نفس الصحيفة العنصر الرئيسي في الطول هو التركيب الجيني للشخص. من المرجح أن يفيد وجود أفراد أطول في الأسرة أكثر من العوامل الأخرى. وأحد هذه الأحماض هو الأرجينين الذي يساعد في زيادة الطول لدي الاطفال. تساهم العناصر الخارجية مثل التغذية

على سبيل المثال ،وحسب موقع (nu-trilionz) وجدت دراسة عشوائية أجريت عام 2017 على 56 من لاعبي كرة القدم الذكور أن إتباع جرعة قدرت بجرامين (2 غرام) من L-arginine يومياً لمدة 45 يوماً زاد بشكل ملحوظ من الأداء الرياضي لدى المجموعة الأولى، مقارنة بالمجموعة الثانية لم تتلقى الجرعة .

دراسة صغيرة أخرى أجريت على 9 رجال، أظهرت نتائجها أن أولئك الذين تناولوا مشروباً يحتوي على 6 جرامات من L-arginine قبل ساعة واحدة من التمرين المكثف لوحظ لديهم زيادة بشكل ملحوظ في مستويات أكسيد النيتريك في الدم وكانوا قادرين على ممارسة التمارين لفترة أطول ، مقارنة بالمجموعة التي لم تتناول الجرعة . وعلى النقيض من ذلك تماماً ، وجدت بعض الدراسات التي تبحث في هذه العلاقة أن إل-أرجينين ليس مفيداً دائماً لتحسين الأداء الرياضي وكذلك يعمل الأرجينين في توسيع الأوعية الدموية وتحسين تدفق الدم ، كما يساعد على شفاء الجروح، ويساعد الكليتين في إزالة الأوساخ، يعزز من وظيفة الجهاز المناعي لتحفيزه للجهاز المناعي للفرد لانه ينتج اكسيد النترك عند تكسيره المتواجد داخل خلايا هذا الجهاز. يساعد الجسم علي حرق الدهون.

الفوائد الصحية للأرجينين :

• تشير نتائج دراسة من عام 2013 إلى أن مكملات الأرجينين قد تحسن تدفق الدم لدى الأشخاص المصابين بداء السكري غير المصحوب مضاعفات. كما يؤدي تحسين تدفق الدم إلى تقليل آثار العديد من أمراض القلب والأوعية الدموية إذ يستخدم لعلاج من يعانون من ارتفاع ضغط الدم، فقد أوضحت بعض الأبحاث أن تناول الأرجينين عن طريق الفم يمكن أن يخفف ضغط الدم لدى الأشخاص الأصحاء والمصابين بارتفاع طفيف في ضغط الدم ومرضى السكري، وكذلك لدى المصابين بأحد أنواع ارتفاع ضغط الدم التي يؤثر على شرايين الرئتين والجانب الأيمن من القلب (ارتفاع

المتدفق إلى العضلات والمحمل بالأكسجين والغذاء وبالتالي زيادة الضخامة العضلية مع طاقة وقوة تحمل عالية ولذلك يتناول الرياضيين المكملات الغذائية التي تحتوي عليه.

زيادة الدم

و للأرجينين وظائف في جسم، إذ يقوم حمض الأرجينين بإنتاج أكسيد النترك وهو ناقل عصبي يقوم بدوره في توسيع الأوعية الدموية مما يترتب عنه زيادة الدم

المتدفق إلى العضلات والمحمل بالأكسجين والغذاء وبالتالي زيادة الضخامة العضلية مع طاقة وقوة تحمل عالية ولذلك يتناول الرياضيين المكملات الغذائية التي تحتوي عليه.

زيادة الدم

و للأرجينين وظائف في جسم، إذ يقوم حمض الأرجينين بإنتاج أكسيد النترك وهو ناقل عصبي يقوم بدوره في توسيع الأوعية الدموية مما يترتب عنه زيادة الدم

المتدفق إلى العضلات والمحمل بالأكسجين والغذاء وبالتالي زيادة الضخامة العضلية مع طاقة وقوة تحمل عالية ولذلك يتناول الرياضيين المكملات الغذائية التي تحتوي عليه.

زيادة الدم

و للأرجينين وظائف في جسم، إذ يقوم حمض الأرجينين بإنتاج أكسيد النترك وهو ناقل عصبي يقوم بدوره في توسيع الأوعية الدموية مما يترتب عنه زيادة الدم

المتدفق إلى العضلات والمحمل بالأكسجين والغذاء وبالتالي زيادة الضخامة العضلية مع طاقة وقوة تحمل عالية ولذلك يتناول الرياضيين المكملات الغذائية التي تحتوي عليه.

زيادة الدم

و للأرجينين وظائف في جسم، إذ يقوم حمض الأرجينين بإنتاج أكسيد النترك وهو ناقل عصبي يقوم بدوره في توسيع الأوعية الدموية مما يترتب عنه زيادة الدم

المتدفق إلى العضلات والمحمل بالأكسجين والغذاء وبالتالي زيادة الضخامة العضلية مع طاقة وقوة تحمل عالية ولذلك يتناول الرياضيين المكملات الغذائية التي تحتوي عليه.

زيادة الدم

و للأرجينين وظائف في جسم، إذ يقوم حمض الأرجينين بإنتاج أكسيد النترك وهو ناقل عصبي يقوم بدوره في توسيع الأوعية الدموية مما يترتب عنه زيادة الدم

المتدفق إلى العضلات والمحمل بالأكسجين والغذاء وبالتالي زيادة الضخامة العضلية مع طاقة وقوة تحمل عالية ولذلك يتناول الرياضيين المكملات الغذائية التي تحتوي عليه.

زيادة الدم

و للأرجينين وظائف في جسم، إذ يقوم حمض الأرجينين بإنتاج أكسيد النترك وهو ناقل عصبي يقوم بدوره في توسيع الأوعية الدموية مما يترتب عنه زيادة الدم

المتدفق إلى العضلات والمحمل بالأكسجين والغذاء وبالتالي زيادة الضخامة العضلية مع طاقة وقوة تحمل عالية ولذلك يتناول الرياضيين المكملات الغذائية التي تحتوي عليه.

زيادة الدم

و للأرجينين وظائف في جسم، إذ يقوم حمض الأرجينين بإنتاج أكسيد النترك وهو ناقل عصبي يقوم بدوره في توسيع الأوعية الدموية مما يترتب عنه زيادة الدم

المتدفق إلى العضلات والمحمل بالأكسجين والغذاء وبالتالي زيادة الضخامة العضلية مع طاقة وقوة تحمل عالية ولذلك يتناول الرياضيين المكملات الغذائية التي تحتوي عليه.

زيادة الدم

و للأرجينين وظائف في جسم، إذ يقوم حمض الأرجينين بإنتاج أكسيد النترك وهو ناقل عصبي يقوم بدوره في توسيع الأوعية الدموية مما يترتب عنه زيادة الدم

المتدفق إلى العضلات والمحمل بالأكسجين والغذاء وبالتالي زيادة الضخامة العضلية مع طاقة وقوة تحمل عالية ولذلك يتناول الرياضيين المكملات الغذائية التي تحتوي عليه.

زيادة الدم

و للأرجينين وظائف في جسم، إذ يقوم حمض الأرجينين بإنتاج أكسيد النترك وهو ناقل عصبي يقوم بدوره في توسيع الأوعية الدموية مما يترتب عنه زيادة الدم

المتدفق إلى العضلات والمحمل بالأكسجين والغذاء وبالتالي زيادة الضخامة العضلية مع طاقة وقوة تحمل عالية ولذلك يتناول الرياضيين المكملات الغذائية التي تحتوي عليه.

زيادة الدم

و للأرجينين وظائف في جسم، إذ يقوم حمض الأرجينين بإنتاج أكسيد النترك وهو ناقل عصبي يقوم بدوره في توسيع الأوعية الدموية مما يترتب عنه زيادة الدم

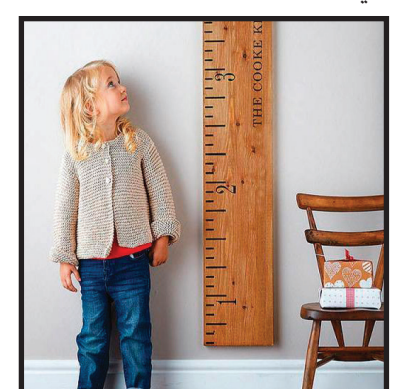
جواء سليمان عبد القادر

يعتبر الآباء أن نمو الاطفال وزيادة اطوالهم من العوامل التي لايفهم معظمهم في كيفية تحقيقها وذلك لقناعتهم ان العامل الوراثي يلعب دوراً أساسيا في هذا الأمر ولذلك لايلولون الأمر اهمية، لكن اثبتت الابحاث والدراسات ان هناك بعض العناصر الغذائية والأحماض الامينية غير الاساسية التي تستطيع ان تساعد في زيادة الطول الى جانب فوائد اخرى عديدة، واحد هذه الاحماض هو حمض الأرجينين. الأرجينين حمض أميني شبه أساسي وغني بعنصر النيتروجين. و لايستطيع الجسم ان يركبه لذلك يعتمد الجسم في الحصول عليه من الأطعمة الغنية به مثل السمك واللحم الأحمر والدواجن والصويا والحبوب الكاملة والفاصوليا ومنتجات الألبان ومن المكملات الغذائية، وهو ضروري من أجل نمو الأطفال وزيادة طولهم، لكنه غير أساسي من أجل البالغين الأصحاء ، إلا ان سر اهتمام لاعبي بناء الأجسام بهذا الحمض يكمن في دخوله في العديد من التفاعلات الفسيولوجية داخل الجسم.

يمكن أن يقوم الجسم بصنع الأرجينين بالإضافة إلى الحصول عليه من المصادر الغذائية، لذلك فإن عوز الأرجينين أمر نادر. ويقوم الأرجينين بتنظيم تدفق الدم. والاحماض الأمينية هي اللبنة الأساسية للبروتين، الذي يتم هضمه وتحويله إلى أحماض أمينية ومن ثم إمتصاصه في الجسم. يمكن تفكيك الاحماض الأمينية وإعادة تصنيعها بطرق مختلفة من أجل إنتاج البروتينات المختلفة التي يحتاج إليها الجسم.

و للأرجينين وظائف في جسم، إذ يقوم حمض الأرجينين بإنتاج أكسيد النترك وهو ناقل عصبي يقوم بدوره في توسيع الأوعية الدموية مما يترتب عنه زيادة الدم

المتدفق إلى العضلات والمحمل بالأكسجين والغذاء وبالتالي زيادة الضخامة العضلية مع طاقة وقوة تحمل عالية ولذلك يتناول الرياضيين المكملات الغذائية التي تحتوي عليه.



زراعة وإقتصاد

الأسواق الزراعية في إرتريا...

تظهر مرونة البلاد في مواجهة أزمة الغذاء العالمية

آخر. وخلال السنوات الثلاث الماضية تراوحت أسعار العسل بين 150 و 180 نقفة للكيلو في الإقليم الاوسط ، و بين 150 الى 325 نقفة للكيلو في القاش بركة ومن ناحية أخرى و بشكل استثنائي أفادت المعلومات بعدم توفر العسل في مناطق تكومبيا واغردات بالقاش بركة أواخر عام 2021 م.

معلومات السوق بخصوص الدواب(حيوانات النقل):

ظلت أسعار الحمير ثابتة في الاعوام 2020 و 2021 و 2022 إلا أن أسعار الإبل أظهرت انخفاضا كبيرا خلال هذه السنوات .

و أخيرا يمكننا القول بأن التسويق يتعلق في الأساس بتوصيل المعلومات لزيادة الطلب على منتج أو خدمة وهو يقوم بجمع وطرح المعلومات واستخدامها بشكل فعال و أهم إشارة معلومات في السوق هي السعر ومع ذلك غالبا ما تخضع الزراعة لضوابط

كثيرا، ولكن خلال السنوات الثلاث الماضية لوحظت بعض التغييرات الطفيفة فقط من شهر لآخر لاسيما في أسعار الأغنام.

معلومات السوق عن البيض الحليب والزبادي:

بالرغم من تقلب أسعار البيض بشكل ملحوظ في الإقليم الاوسط الا ان متوسط أسعار البيض في عموم المناطق الاخرى بالبلاد ظل ثابتا تقريبا على مدى الثلاث سنوات الماضية. و في أسمرأ شهدت أسعار البيض ارتفاعا حادا وزيادة كبيرة في أوائل عام 2022 م بسبب تأخر استيراد الكتاكيت من عمر اليوم والشهر، حيث أثر ذلك على معظم مزارع الدواجن التجارية، أما أسعار الحليب والزبادي فقد ظلت ثابتة تقريبا خلال السنوات الماضية ومع ذلك كان هنالك ضعف في الطلب على كل هذه المنتجات خلال موسم صيام المسيحيين.

معلومات السوق عن السمّن



السيد /تسفا أليم مسفن مدير قسم نظم المعلومات الزراعية

كميات الأمطار في فترة (أزميرا) عام 2022 ، مما تسبب ذلك في نفاذ مخزون المياه بالعديد من الآبار و السدود الصغيرة في نهاية المطاف كما لوحظ انخفاض طفيف في أسعار البطاطس خلال الربع الرابع من عام 2022 م .

معلومات السوق عن الفواكه:

باستثناء فاكهة المانجو التي حافظت على ارتفاع سعرها على مدار السنوات الثلاث، فإن أسعار الفواكه خلال عامي 2020- و

والمحاصيل الزيتية:

مثل الحبوب ، شهدت أسعار البقوليات والمحاصيل الزيتية زيادات كبيرة في الأسعار خلال الربع الثالث من عام 2020 م بالتزامن مع ذروة انتشار جائحة كوفيد 19- و بشكل عام أظهرت أسعار المحاصيل الزيتية إستقرارا في الأسعار في عام 2021 و 2022 مقارنة بالبقوليات ، والتي على العكس من ذلك انتهى بها المطاف الى انخفاض كبير في الأسعار ، و في عام 2022 شهدت أسعار الفول السوداني على وجه الخصوص زيادة ملحوظة تماما مثل الحبوب ومن المتوقع أن تظهر البقوليات بشكل عام انخفاض بسيط في الأسعار خلال بداية عام 2023 ، بفضل الحصاد الوفير الناتج عن موسم الأمطار الجيد هذا العام.

معلومات السوق في مجال الخضروات:

ظلت اسعار الخضروات بين عامي 2020 و 2022 تختلف بشكل عام كثيرا من موسم إلى موسم ، و من منطقة الى أخرى ومن سوق لآخر. على سبيل المثال ، تأرجحت أسعار البطاطا بدرجة كبيرة لتتراوح بين 10 إلى 30 نقفة للكيلو ونفس الشيء نجده في أسعار الطماطم التي اختلفت بدرجة كبيرة من موسم إلى آخر حيث بلغ سعر كيلو الطماطم في الربع الأخير من شهر ديسمبر إلى 5 نقفة ، بينما كان سعر كيلو الطماطم 30 نقفة خلال موسم الأمطار الوفير في الربع الثالث من العام 2022م وهذا الاختلاف هو على الأرجح بسبب المزارعين الذين ينتجون نفس السلعة في آن واحد وتأثيرات الطقس و تدخل السماسة وتفاقم مشكلة نقص المياه في الآبار والسدود.

في النصف الثاني من عام 2021 والنصف الأول من عام 2022 إنخفض سعر البطاطس بشكل ملحوظ ووصل إلى 14 نقفة ؛ بينما ارتفع سعره تدريجيا خلال موسم الأمطار بأكمله بسبب نقص

محمود عبد الله / أبو كفاح المصدر وزارة الزراعة الجزء الثاني والأخير

ذكرنا في الجزء الأول من هذا المقال بأن المعلومات في الغالب لا غنى عنها وهي ضرورية للإنسان كما الغذاء والمأوى والملبس حيث ان توافر معلومات دقيقة أمر مهم للغاية للأفراد والمؤسسات في حين أن شح المعلومات أو الحرمان التام منها له عواقب وخيمة ومن ثم فلا عجب أن يتم استخدام هذه المعلومات بطريقة منهجية واستراتيجية كعامل حاسم في كل المجالات لاسيما في هذا العصر عصر ثورة المعلومات. وفيما يلي سنقدم إليكم الجزء الثاني والأخير من هذا المقال والذي سنفصل فيه معلومات السوق الخاصة بالمنتجات الزراعية المختلفة في بلادنا.

معلومات السوق عن محاصيل الحبوب:

ارتفعت أسعار الحبوب بشكل ملحوظ في الربع الثالث لعام 2020 ، أي خلال جائحة كورونا ، ثم بدأت في التراجع عامي 2021 و 2022 م وبلغت الأسعار أدنى مستوى لها في أكتوبر 2021 م ونوفمبر 2022 م على التوالي ، و مع الزيادة في زراعة بذور القمح والذرة المحسنة شهدت الأسعار في نهاية العام 2021م وبداية العام 2022 م إنخفاضا ملحوظا لتظهر زيادة طفيفة في الأسعار خلال موسم الحصاد (من يونيو وحتى سبتمبر في الأعوام 2020 و 2021 و 2022) .

وقد أظهرت المحاصيل المذكورة أعلاه إنخفاضا في الأسعار بشكل ملحوظ في الربع الاخير لعام 2022 وخاصة في منطقة مندفا بالإقليم الجنوبي و قد يكون هذا مرتبطا بعدد من العوامل ، بما في ذلك وفرة الامطار خلال الموسم الزراعي وزيادة عمليات زراعة القمح في الإقليم الجنوبي .

معلومات السوق عن البقوليات



الأسعار وبالتالي يمكن توصيل الرسالة الخاطئة للعملاء، لذا يجب على محلي السوق البحث عن مصادر إضافية للمعلومات حول العرض والطلب المتعلق بالمنتجات الزراعية.

والعسل:

لم تسجل أسعار السمّن والعسل تغييرا كبيرا في أسعارها خلال الاعوام 2020 و 2021 و 2022 ولكن كانت هناك تقلبات طفيفة من شهر إلى شهر كما لوحظ بأن أسعار العسل تتفاوت وتختلف من إقليم إلى

2022 لم تتغير إلى حد كبير بالرغم من أن الفواكه عادة ما تمر بتقلبات الأسعار خلال أيام السوق أواخره.

معلومات السوق عن الثروة الحيوانية والدواجن:

لم يتأرجح متوسط أسعار المواشي

صفحات من التاريخ



القوات البحرية – عهد التحديث والعمل الميداني

إعداد شمندي عقبا ميكائيل
تعريب محمد عمر ناير
الجزء الثالث عشر

كانت تلك السفينة ترسو على مقربة من منتجع الإمبراطور هيلاسي الكائن بميناء مصوع من أجل عكس مظاهر الأبهة ولفت الأنظار . وقد كان الإمبراطور هيلاسي كثيرا ما يستغل هذه السفينة للقيام بجولات في بعض الجزر الإرترية بغرض السياحة والترويج عن النفس . تلك هي المهمة الوحيدة التي كانت تتطلع بها تلك السفينة . وهكذا بقت (يوت بريوني) رابضة في الميناء لمدة طويلة لعدم وجود كوادر مؤهلة تتولي أمر قيادتها وصيانتها . وهو واقع مُزري عجيب يعكس مدى حالة العجز والتخلف التي كانت ترزخ تحت وطأتها تلك الإمبراطورية في ذلك الوقت . وفي مثل هكذا أوضاع لم يكن أمام الطاقم اليوغسلافي الذي كان يعمل بالسفينة المشار إليها سوى البقاء في مصوع إلى حين تتم عملية تأهيل من يتسلمون زمام أمرها . و كان على رأس الطاقم اليوغسلافي الذي تولى مهمة قيادة السفينة الكابتن (تونكوفيت) ومسئول الفريق الفني العقيد (توماس) . أما السفينة الثانية التي أعقبت (يوت بريوني) فقد كانت السفينة (بي سي 16-16) التي بعثت بها القوات البحرية الأمريكية ، وقد كانت الأحدث والأكثر تطورا عن سابقتها . وهي عبارة عن منصة مقدمة من مكتب التعاون والتنسيق العسكري التابع لوزارة الدفاع الأمريكية إلى القوات البحرية الإثيوبية التي كانت في طور التأسيس ، هذه السفينة مجهزة بأحدث وسائل تقنية التصوير والترصد التي تمكنها من النفاذ إلى



أعماق البحار . الجدير بالذكر أن هذه السفينة كانت قد غادرت إحدى الموانئ الألمانية قاصدة المياه الإرترية في شهر مارس 1957 م ، وفي بحر رحلتها إلى إرتريا تم إغلاق ممر قناة السويس في وجه الملاحة العالمية ، مما أدى إلى طول أجل المدة التي إستغرقتها مسيرة تلك السفينة لتحط رحالها في ميناء مصوع بتاريخ 27 مايو 1957 م . وأثناء دخول (بي سي 16-16) إلى مصوع شهد الميناء احتفالا كبيرا إحتفاءً بقدوم سفينة يمثل ذلك الحجم وتلك المواصفات ، علاوة على كونها تنتمي لسلح البحرية الأمريكي وهو ما أضفي مزيد من الاعتبارات على تلك المناسبة . في غضون ذلك كونت البحرية الإثيوبية التي كان عمرها في ذلك الوقت لا يتجاوز زهاء عامين لجنة عسكرية مهمتها إختيار إسم للواء الجديد الذي سيكون إضافة حقيقة للبحرية الإثيوبية . وفي هذا السياق طرحت اللجنة العديد من الأسماء التي سيُتَّوَج من بينها من يُحظَى بالأفضلية . ومن ضمن قائمة الأسماء التي تفتتقت عليها فريحة اللجنة : قوجام ، قوندر ، أوروميا هرر إلى آخره ، وقد إحتوت قائمة الأسماء على أسماء أشهر الملوك الذين تعاقبوا على حكم إثيوبيا ، وكذا أسماء بعض الأفراد الذين ينتمون إلى الأسر المالكة . غير أنه حاز على هذا الشرف في نهاية المطاف احد الأبطال الذين يزرخ بهم سفر المآثر والبطولات الإرترية ، وهو الشاب زرأي درس ، وبعد إطلاق إسم البطل الإرتري زرأي درس على السفينة الإثيوبية لم يمض وقتٌ طويل حتى شاع هذا الخبر ليملاً الأفاق طارقا باب كل بيت إرتري في المدن والقرى والأصمار ، وعلى وجه الخصوص إستطابت هذا النبأ ثلة من المواطنين الذين كانوا يتابعون تطورات الأحداث عن كُتب ، ومنهم بطبيعة الحال أبناء بلدة هزقا مسقط رأس زرأي درس وأفراد أسرته ، وقد كانت هذه المناسبة في أيامها الأولى حديث الساعة ومحور المجالس على كافة المستويات الشعبية وال رسمية . في تلك الآونة كانت والدة زرأي درس السيدة | فتاو عندي مسقل من أهالي بلدة دمبزانا قد بلغت من العمر 83 عاما ، وعند ما سرى ذلك

ولكن نفسه الأبية لم تطاوعه أن يختار هذا المسلك الذي رأى فيه إهدارا لكرامته وإستهزاءً بأدمية هؤلاء الجنود ، حيث إنبرى سالاً سيفه وإتجه مباشرة صوب تلك الجموع الغفيرة التي كانت تهتف جزافاً بتلك العبارات الخشبية المهينة والمؤلمة ، حينها سيطرت حالة من الذعر وسط هؤلاء وتدفَعوا إلى الخلف ، حاول رجال الأمن عبثاً السيطرة

على الموقف ، ولكن كان سيف زرأي درس أسرع ، حيث حصد في لمحة بصر رؤوس 5 من هؤلاء السوقة وألقى بأجسادهم في قارعة الطريق . ليفارق هو الآخر الحياة ولكن بشرف ، وفي هذا السياق يحدثنا التاريخ بأن زرأي درس قد دفع حياته صوناً لكرامة الإنسان الأفريقي .

عندما حان موعد اللقاء غادرت السيدة فتاو مدينة مصوع متجهة صوب الميناء لمقابلة الكابتن شارلس وفق الموعد المحدد وهو الخامس من شهر مايو 1958 م ، وقد جرت في تمام العاشرة والنصف صباحاً مراسم الاستقبال للسيدة فتاو . كان أمر السفينة الحربية (بي سي 16-16) قبل إنضمامها إلى صفوف القوات البحرية الإثيوبية أحد الضباط الأمريكيان برتبة كابتن يسمى إيتش كلين ، عندما سمع هذا الضابط قبيل مراسم التسليم والتسلم الخاص بهذه السفينة بأنها ستحمل فور تسليمها إلى البحرية الإثيوبية إسم زرأي درس قام بتكبير صورة زرأي درس ووضعها في بروز ، ومن ثم سلمها للكابتن هيرلوفسن الذي سيتولى من بعده مهمة قيادتها . عندما صعدت السيدة فتاو درج السفينة وأذن لها بالدخول إلى باحتها وقعت عينها مباشرة على صورة ابنها ، وهنا سكبت عين السيدة فتاو دموعاً حارة ، ومن بعد تناولت الصورة متحسنة إياها براحتي يديها ومن ثم طبعت عليها قبلة الأم الرؤوم . الغريب في الأمر أن كل من السفينتين زرأي درس ويوت بريوني قد تعرضتا لعطل فني بعد فترة قصيرة من الخدمة في صفوف القوات البحرية الإثيوبية ، وما أنه لم يكن لدى البحرية الإثيوبية خبراء فنيين مؤهلين لصيانة السفينتين المشار إليهما تمت إعادتهما إلى بلديهما . وإذا كان هناك ثمة خلاصة يمكن أن نستنتجها من هذه الواقعة هي أن مسألة بناء قوة بحرية حديثة أمر ليس بالسهل ، بل يحتاج إلى إمكانيات علمية ومالية وبشرية هائلة . إن إقامة قوات بحرية تتخللها العديد من الصعوبات والتعقيدات ، كما أنها تحتاج إلى فترة زمنية طويلة حتى لوكان الأمر يتعلق بدولة تحضّل على مختلف أنواع الدعم السخي وغير المحدود من قبل القوى العظمى ، ناهيك عن ثورة لاحتطى بأي سند أودعم إقليمي أو دولي . على سبيل: أنفقت وزارة المالية الإثيوبية في هذا المضمار مبلغ 13 مليون و903 ألف بر خلال فترة وجيزة إمتدت من العام 1955 م وحتى العام 1959 م .

وطبقاً لهيكلية الإدارة للقوات البحرية في عهد منقستو هيلاماريام فقد كان مقر القيادة المركزية في ميدان أديس أبا أبا ، كما كان ميناء عصب يضم مقر قيادة الجبهة الجنوبية ، في الوقت الذي كانت القاعدة البحرية في مدينة مصوع تضم مكاتب قيادة الجبهة الشمالية . وطبقاً لآخر معلومات مستقاة من الإحصائيات والتقارير التي تم الحصول عليها في العام 1988 م ، فإن حجم القوى البشرية للقوات البحرية الإثيوبية وعدد السفن التي كانت تمتلكها حتى ذلك الحين يتمثل في الآتي : 378 ضابط من مختلف الرتب والمواقع القيادية ، قوات بحرية قومها 3591 فرد ، وقد كانت هذه القوات مقسمة بين الجبهتين الجنوبية والشمالية ، أما فيما يتعلق بعدد السفن فقد بلغ عددها 38 سفينة . هذا العدد لايشمل السفن التجارية التي يتجاوز عددها 12 سفينة . ويمكن تصنيف السفن الحربية على النحو التالي : 3 سفن مساندة ، عدد 11 سفينة تابعة



50 مليون بر .

عندما توجهت القوات البحرية إلى مصوع إيداناً ببديء معركة فنقل التاريخية كانت تعلم علم اليقين بأنها تخوض معركة غير متكافئة من حيث القوة البشرية والعتاد العسكري ، بل وكل متطلبات المجهود الحربي ، إلا أن القوات البحرية كانت تتفوق على العدو بعوامل أخرى كالروح المعنوية العالية وفنون العقيدة القتالية إلى آخره . في الوقت الذي كان فيه الطرف الآخر مدججا إلى أقصى حد بكل أنواع الأسلحة الحديثة وتقنيات إستخدامها ، علاوة على أنه كان مسنوداً بالطيران الحربي ، كما كانت تقف من ورائه قوى إقليمية ودولية لا تدخر وسعاً في تقديم الدعم العسكري والمادي لتعزيز مجهوده الحربي كما أنها ظلت تشكل غطاء سياسياً ودبلوماسياً لممارساته البربرية ضد الشعب الإرتري . لقد دخلت القوات البحرية معركة فنقل وهي لا تملك سوى 14 قارب مقابل جيش يمتلك أحدث السفن والفرقاطات الحربية مجهزة بصواريخ طويلة المدى وأجهزة رادارية بمقدورها رصد تحركات تلك القوارب التقليدية بكل سهولة ويسر .

وأن من يُجري مقارنة منطقية بين ميزاني القوتين وبعملية حسابية بحثة فإنه سيصل بلاد أدنى شك إلى نتيجة مؤداها أن قوارب الجبهة الشعبية قد إنخرطت في أتون معركة لا قبل لها بها ، وأنها تحاول عبثاً مواجهة القوات البحرية الإثيوبية التي يبدها كل مقومات القوة البشرية والمادية . أما توقعات وتقييمات بعض المراقبين وثقفي الصلة بحقيقة أوضاع المنطقة وموازين قوة الجبهتين المتحاربتين كانت عكس ذلك تماماً . وبصفة خاصة فإن قادة القوات البحرية كانوا واثقين بمافيه الكفاية منذ الوهلة الأولى لإنطلاق عملية فنقل من أن النصر سيكون حليفهم . وفي مقابلة أجرتها وسائل إعلام الجبهة الشعبية مع قائد القوات البحرية المناضل/ حمد كاريكاري فيما يتعلق بتقييم قدرات القوات البحرية الإثيوبية في ذلك الوقت قال : ” تتفوق القوات البحرية الإثيوبية على القوات البحرية حديثة العهد من حيث التسليح ، ولكن تجاربنا السابقة معهم تؤكد لنا بأن هذه القوات تعاني من خواء وهشاشة بائنين ، الأمر الذي سيؤدي حتماً إلى عدم قدرتها على الصمود في وجه الهجوم الضاري والكاسح الذي سيشنه عليها الجيش الشعبي براً وبحراً . هناك إختلاف من حيث النوع بين قوتينا ، للبحرية الإثيوبية قدرة فائقة على محاكاة الآخرين في محاولة منها للظهور بمظهر لا يمت إلي واقعها بصلة ، حيث تبعث بصفة دورية بعض أفرادها إلى الجامعات ومختلف مؤسسات التعليم العالي لإشعار الآخرين بأن قوتها ليست أقل من أرفع المستويات العالمية في هذا المجال . كما تقيم البحرية الإثيوبية من وقت لآخر الولائم والإحتفالات والمهرجانات التي يغلب عليها طابع الدعاية .

أما فيما يلي القوات البحرية التابعة للجبهة الشعبية فإن الأمر مختلف جدا ، ذلك أن وحداتها تعمل من منطلق مبادئ وأهداف راسخة تتمثل في أن البحر الأحمر هو ملكها ، وبالتالي فهي صاحبة السيادة والأمر والنهي فيه ، ولها حق أصيل في معرفة كوامن أسرار مياهه وكافة جزره . وقد أختتم المناضل حمد كاريكاري حديثه الضافي قائلاً : سبق أن دخلنا في منازلة

مع بحرية العدو في كل من عصب وجنوب شرق مصوع ، تمكنا خلالها من سبر أغوار ميزان قوة بحرية نظام الدرق . ومصدقا لما ذهب إليه المناضل/ حمد كاريكاري كان يأتي في مقدمة أولويات افراد بحرية الدرق زيادة الرواتب والحصول على الرتب والنياشين والأوسمة . بينما كان هم أفراد وحدات القوات البحرية التابعة للجبهة الشعبية دفع حياتهم في سبيل الحرية والإستقلال . إذن كان هناك بون شاسع بين القوتين من حيث منظومة الأهداف والقيم القائمة على قواعد الإيثار والفداء والوفاء ، وقد إتضح ذلك بجلاء خلال ساعات النهار عند بداية عملية فنقل في خليج إمبريمي .

عندما إقتربت القوارب السريعة التابعة للقوات البحرية من سفن العدو في خليج إمبريمي سادت حالة من الفرع والهزيان بين القائمين على أمر قيادة تلك السفن وضربت الفوضى أطناها ، حيث أصبحت قطع الإسطول البحري تهيم على وجوهها في عرض البحر ، فقد حار الدليل بقباطنة وطواقم هذه السفن، فلم تكن تعمل وفق لائحة الأهداف التي وضعتها بحرية العدو لمجابهة القوات البحرية . في الأثناء كانت القوارب السريعة تحاول جاهدة فرض طوقا من الحصار على هذه السفن . كانت أحوال الطقس في ذلك اليوم لا تسمح بتحرك الطيران الحربي ، حيث كانت هالة من الضباب والسحب الكثيفة تخيم على أجواء المنطقة بأسرها . أما في اليوم التالي فكان هناك إتصال بين الطيران الحربي والسفينة (إيتش إيم آيس) ، هذا وفق معلومات إلتقطتها أجهزة إتصالات القوات البحرية ، وفي أثناء الإتصال كان كابتن السفينة التي سبقت الإشارة إليها يطلب بإلحاح من كابتن الطائرة التي كانت تحلق على الأجواء في تلك اللحظات أن يوجه ضربة إلى قوارب الجبهة الشعبية التي كانت تشكل هاجساً مريعاً لسفن العدو في مضيق إمبريمي والمياه المتاخمة له ، يذكر أن لهجة كابتن السفينة (أيتش إيم آيس) وهو يوجه النداء إلى الطيار كانت أقرب إلى التوصل منها إلى طلب المساعدة . رد كابتن الطائرة إلى قبطان السفينة طالباً منه تحديد هوية الخصم المراد إستهدافه بإسلوب ينم عن السخرية من قدرات هذه المراكب ومدى فعاليتها حتى يُحسب لها ألف حساب قائلاً: ” أتعني تلك القوارب التي تشبه الماعز ؟ ، ثم أردف يقول: إن لائحة الأوامر التي تلقيتها من غرفة العمليات لا تشمل هذا الهدف ، أعتقد أنك لست في حاجة إلى الإستعانة بالدفاع الجوي لمواجهة خطر هذه القوارب . ” وهكذا إنتهى الحال بكابتن السفينة دون أن يحصل على مساعدة أو أي رد إيجابي من قبل الطيار. أما بخصوص كابتن الطائرة فقد ألقي بالقنابل التي كانت في حوزته بالقرب من مواقع الجيش الشعبي في الجبهة البرية ومن ثم عاد أدرجة إلى مقر القاعدة الجوية .

بعد ذلك صدرت الأوامر إلى غالبية قوارب القوات البحرية أن تتولى مهمة التعامل مع السفينة (أيتش إيم آيس) ، أما فيما يتصل ببقية القوارب فقد تم توجيهها إلى السفن الأخرى بغرض محاصرتها وتضييق الخناق عليها . كانت السفينة إيتش إيم آيس مزودة بالأسلحة الثقيلة بدءاً من مدافع البرين وحتى الصواريخ بعيدة ومتوسطة المدى ، ولذلك كان الإقتراب منها أمراً في غاية الصعوبة . فقد كانت تنطلق بإستمرار مختلف أنواع القذائف باتجاه مراكب القوات البحرية ، من جانبها كانت القوارب تتقدم ناحية تلك السفينة بشكل منتظم وفق خطة مدروسة ومحكمة ، إن النيران المكثفة التي كانت تنطلقها السفنة صوب تلك المراكب حدث من تقدم المراكب نحوها ، ولذلك قام طواقم تلك المراكب بإجراء بعض التعديلات في خطة الهجوم تمثلت في إبحارقاربين سريعين إلى مسافة بعيدة باتجاه آخر ومن ثم قيامهما بعملية إنتفاف ومهاجمة السفينة من الخلف على نحو مباغت ، مما أدى إلى عزلة (أيتش إيم آيس) وعدم حصولها على دعم من قبل السفن الأخرى .

إعداد

عبد الله محمد علي

kazamamme5@gmail.com

الرياضة

منتخب الدراجات يشارك للمرة الثامنة في تاريخه

منتخبنا الوطني للدراجات الهوائية يتلقى دفعة معنوية قبيل إنخراطه في طواف الغابون



وقال مفوض الثقافة والرياضة السفير/ زمدى تخلى أن إرتريا فازت سبعة مرات خلال عشر سنوات في هذا الطواف ، معربا عن ثقته وإيمانه لتتويج منتخبنا الوطني

حظي منتخبنا الوطني للدراجات الهوائية المشارك بالنسخة السادسة عشر من طواف الغابون الدولي بمراسم توديع رسمية قبل مغادرته البلاد متوجها لإرض الحدث. وجرّت مراسم الوداع يوم التاسع عشر من يناير في مكتب مفوضية الثقافة والرياضة بحضور السفير زمدى تخلي مفوض الثقافة والرياضة والعقيد/ سلمون سيوم مسؤول متابعة الاتحادات الرياضية واللجنة الاولمبية الارترية وأعضاء الاتحاد العام للدراجات الهوائية ، على شرف منتخب الدراجات المشارك في طواف "تروبيكال أميسا بونغو الغابوني" المنظم من الثالث والعشرين وحتى التاسع والعشرين من يناير.

سيسعون جاهدين لتحقيق الانتصار مع وضع الاعتبار للتحديات التي تحدث اثناء السباق. ويضم المنتخب الوطني الدراجون هينوك ملؤبرهان وداويت يمانى وافريم قهريوت وأخيلو أرفاني وميرون تشومي ومكنيل هبتوم. وتشارك في طواف الغابون الذي يجري لسبعة مراحل لقطع مسافة 933.7 كيلومترات ، عشر منتخبات من افريقيا وخمسة فرق اوروبية. ويعتبر طواف أميسا بونغو الغابوني من اكبر الطوافات في افريقيا ، ويتمتع بدرجة (2.1 درجة) في تصنيف الطوافات العالمية.

للمرة الثامنة في تاريخه. وأوضح السفير/ زمدى لضرورة أن يتحلى منتخبنا الوطني باللعب النظيف والاخلاق الحميدة ، الى جانب النتائج من ضمن السباق ويجب الحفاظ على الصورة الجيدة لارتريا في هذا الصدد وابعازه، معربا عن امنياتة الطيبة لمشوار الفريق. من جانبه اوضح مدرب منتخب الدراجات السيد سامسوم سلمون ان السباق سيكون قويا لمشاركة فرق كبيرة فيه، وقد اجرو الاستعدادات اللازمة لهذا الغرض. وقال قائد منتخبنا الوطني في هذه البطولة الدراج ميرون تشومي بانهم



بينهما، حيث يمكن أن ينتهي الأمر بأي من الفريقين السبت في قاع جدول الترتيب اعتماداً على نتيجة ساوثهامبتون ضد أستون فيلا، ولن يتعامل أي منهما مع المباراة في لندن بثقة كبيرة. ذلك أن وست هام تحسّل على نقطة واحدة فقط من مبارياته السبع الماضية في الدوري، فيما حصد إيفرتون نقطة واحدة من 18 محتملة.

وانتشرت شائعات الأسبوع الحالي بأن موز قد يُقال إذا ما خسر المباراة. لكن فريق الـ"هامرز" أنهى الموسم الماضي سابعاً ووصل أيضاً إلى نصف نهائي مسابقة الدوري الأوروبي (يوروبا ليغ)، فيما طالب موز جماهير النادي بالولاء، قائلاً "ما قدمناه لمشجعي وست هام في السنوات القليلة الماضية، أمل في أن يتمكنوا من تقديمه لنا".

حقق كلوب ما يكفي في فترة قيادته الطويلة لإبعاد المنتقدين إلى حد كبير، لكن بوتر في وضع هش بعد أربعة أشهر فقط من حلوله بدلا للألماني المقال توماس توخل. ورغم الإنفاق الهائل تحت قيادة الملاك الجدد للنادي، فقد خسر تشلسي سبعا من مبارياته العشر الأخيرة في كل المسابقات، قبل الفوز على كريستال بالاس 1 صفر نهاية الأسبوع الماضي. ويمكن أن يُقدم بوتر على إشراك الجناح الأوكراني الجديد ميخايلو مودريك للمرة الأولى، بعد انتقاله من شاختار دانيتسك بقيمة 88 مليون جنيه إسترليني (108 ملايين دولار)، في مسعى لإيجاد صيغة سحرية. لامبارد وموميز في الوقت الضائع في المقابل، ينفذ الوقت من لامبارد وموميز سريعا في طريقهما إلى المواجهة الحاسمة

مدريد 1-صفر في الدوري. وتبدو مهمة رجال المدرب تشافي هرنانديس الذي أحرز لقبه الاول مع فريقه منذ تسلمه مهامه الفنية، سهلة على الورق الأحد عندما يستضيف خيتافي الخامس عشر الذي تلقى 8 هزائم واهتزت شباهه 24 مرة هذا الموسم. وحقق برشلونة سلسلة من 10 مباريات في مختلف المسابقات لم يذق خلالها طعم الخسارة (8 انتصارات مقابل تعادلين)، وتحديدًا منذ سقوطه أمام بايرن ميونيخ الألماني صفر-3 في المرحلة الخامسة من دور المجموعات لمسابقة دوري أبطال أوروبا التي ودعها باكراً. كما لم يخسر في "لا ليغا" في مبارياته السبع الأخيرة (6 انتصارات مقابل تعادل)، وتحديدًا منذ خسارته "الكلاسيكو" أمام ريال 3-1 في المرحلة التاسعة.

في المقابل، يُدين رايو فايكانو بمغامرته الناجحة هذا الموسم إلى جناحه المتألق إيسي بالاسون الذي سجل 3 أهداف ومرمر كرتين حاسمتين في مبارياته السبع الأخيرة في الدوري. ولعب الجناح الهجومي دوراً حاسماً في احتلال فايكانو للمركز التاسع، على أمل التألق مجدداً عندما يستقبل فريقه ريال سوسبيداد الثالث السبت.

جليلة لفريقه السابق باسقاطه مطارده المباشر ريال على ملعب "سان ماميس"، ليحذو حذو فياريال ومدربه كيكي سيتيين مطلع الشهر الحالي (فاز 2-1 في المرحلة 16). ويسعى بلباو لاستعادة توازنه بعد خسارته ديري أقليم الباسك أمام جاره ريال سوسبيداد 3-1 في المرحلة السابقة. ورغم تراجع نتائجه في الفترة الأخيرة حيث لم يفز "لوس ليونيس" سوى بمباراة واحدة من الخمس الاخيرة في الدوري، إلا انه يحتل المركز الثامن برصيد 26 نقطة، متأخراً بفارق نقطتين عن القطب الثاني للعاصمة أتلتيكو الرابع والذي يستضيف بلد الوليد السبت. -برشلونة لمتابعة مسيرة الانتصارات- وبخلاف ريال، يمرّ برشلونة بمرحلة رائعة من ناحية النتائج، إذ بعد فوزه بكأس السوبر بعد أداء رائع من لاعب وسطه الشاب غافي ومهاجمه الجديد البولندي روبرت ليفاندوفسكي، سحق أتلتيكو سبتة من الدرجة الثالثة بخماسية نظيفة في ثمن نهائي الكأس. وأكد النادي الكاتالوني أنه وصل الى قمة مستواه مع انتصاف الموسم، بعدما أضاف فوز الى اللذين حققهما الأسبوع الماضي في الكأس السوبر المحلية، وقبلهما في عقر دار أتلتيكو

مواجهة الجريجين ليفربول وتشلسي بطولة إنكلترا: اختبار صعب لأرسنال أمام يوناييتد

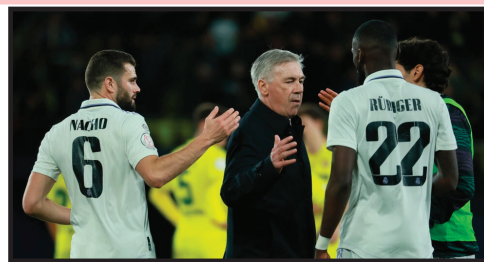
دون لاعب الوسط البرازيلي الموقوف كازيميرو الذي تلقى بطاقة صفراء رابعة هذا الموسم خلال التعادل المخيب مع كريستال بالاس 1 1 في منتصف الأسبوع. ليفربول وتشلسي في مهمة صعبة وبعد ما يقارب عقدين من السجل على الألقاب، سيظهر التدهور الكبير في مستوى ليفربول وتشلسي عندما يلتقيان على ملعب "أنفيلد" السبت. اقرب ليفربول في الموسم الماضي من تحقيق رابعة تاريخية، فيما فاز تشلسي بكأس العالم للأندية.

واحتل ليفربول المركز الثاني في الدوري، وجاء تشلسي ثالثاً، في حين فاز الـ"ريدز" على الـ"بلوز" بركلات الترجيح في نهائي كأس إنكلترا وكأس الرابطة. ستبدو تلك المعارك وكأنها ذكريات بعيدة في نهاية هذا الأسبوع، إذ يستضيف ليفربول صاحب المركز التاسع تشلسي العاشر. يحمل الفريقان آمالاً ضعيفة في الصعود

انتظار دام عقدين من الزمن للتتويج بلقب الـ"بريميرليغ"، في حين أن يوناييتد بدأ باستعادة قوته المعهودة تحت قيادة الهولندي إريك تن هاغ ورحيل نجمه البرتغالي كريستيانو رونالدو المنضم حديثاً إلى النصر السعودي. وبالتالي، أصبح رجال الإسباني الشاب ميكيل أرتيتا مرشحين لحصد أول لقب منذ العام 2004. ويمتلك "المدفعية" في هذه المرحلة من الموسم نقاطاً أكثر من أي وقت مضى، ويستفيدون من تعثر الفرق خلفهم، خصوصاً مانشستر سيتي حامل اللقب. وبصرف النظر عن المباراة ضد يوناييتد ومواجهة "سيتينرس" في فبراير المقبل، تبدو مباريات أرسنال في الدوري على مدى الشهرين المقبلين في المتناول. رغم ذلك، يعتقد أرتيتا أن المسار الناجح إلى اللقب "يتطلب الكمال تقريباً". ومع تخلفهم بثماني نقاط خلف أرسنال، ينتقل رجال تن هاغ إلى ملعب الإمارات من

يواجه أرسنال اختباراً صعباً في مسعاه إلى تحقيق لقب الدوري الإنكليزي الممتاز عندما يستضيف مانشستر يونايتد الأحد، فيما يواجه ليفربول المكلوم نظيره تشلسي في مباراة إيقاف الانحدار في جدول الترتيب اليوم السبت، ضمن منافسات المرحلة الحادية والعشرين. في أسفل الترتيب، سيتجه إيفرتون مع مدربه فرانك لامبارد لمواجهة وست هام ومدربه الاسكتلندي ديفيد موز، في خضم ضغوط شديدة على المديرين مع اقتراب فريقيهما من منطقة الهبوط. كانت العادة أن تحدد المواجهة بين أرسنال ومانشستر يونايتد هوية بطل الدوري الإنكليزي الممتاز، خصوصاً في الحقبة الطويلة للمديرين الفرنسي أرسين فينغر والاسكتلندي السير أليكس فيرغوسون. وخلال السنوات الأخيرة، باتت تلك المواجهة عرضاً جانبياً، لكن هناك شعور متزايد بأن قادة أرسنال باتوا قريبين من إنهاء

ضمن منافسات المرحلة الثامنة عشرة من الدوري الإسباني لكرة القدم ريال مدريد لنفض غبار هزيمة كأس السوبر باختبار صعب أمام بلباو



-كورتوا بمنأى عن الانتقادات- وحده الحارس البلجيكي تيبو كورتوا وضع نفسه بمنأى عن الانتقادات التي طالت خط الدفاع، على الرغم من أنه لم ينجح في الحفاظ على شباهه نظيفة سوى في 3 مباريات من أصل 16 في "لا ليغا". كما تأثر ريال بغياب ثنائي الدفاع النمساوي دافيد ألابا والفرنسي أورليان تشواميني للاصابة، ما حثّم على لاعب خط الوسط الألماني توني كروس اللعب في مركز متأخر لمساندة الدفاع. أكد أنشيلوتي أن يناير سيكون صعباً على فريقه الذي يتوجب عليه الخروج منه بأقل خسائر ممكنة للتعويض في الأشهر القادمة. قال مدرب ميلان وتشلسي الانكليزي وبايرن ميونيخ الألماني السابق "لدينا إصابات أثرت علينا أكثر من المتوقع". في المقابل، يأمل مدرب برشلونة السابق وبلباو الحالي إرنستو فاليريدي في تقديم خدمة

يأمل المدرب الإيطالي كارلو أنشيلوتي أن ينفض فريقه ريال مدريد الإسباني غبار صفقة كأس السوبر أمام غريمه التقليدي برشلونة، وذلك عندما يحل ضيفاً على أتلتيك بلباو الأحد ضمن منافسات المرحلة الثامنة عشرة من الدوري الإسباني لكرة القدم. ويتخلف حامل اللقب بفارق ثلاث نقاط عن برشلونة المتصدر (41 مقابل 38) والذي ألحق به خسارة مذلة في نهائي كأس السوبر 3-1 على استاد الملك فهد في الرياض. وحصل ريال على جرعة ثقة إضافية من رحم معاناته للفوز على فياريال في ثمن نهائي الكأس الخميس، بعدما قلب تأخره بهدي الفرنسي إتيان كابو (4) والنيجيري صامويل شوكووزي (42) في الشوط الأول إلى فوز 2-3 بفضل ثلاثية البرازيليين فينيسوس جونيور (57) وإيدر ميليتاو (70) والبدل دانيل سيبايوس (86).

إعداد
فاطمة حمد

أسماك تشبه "شطائر البرغر بالجبن"



عثر صياد روسي على مجموعة من المخلوقات البحرية الغريبة أثناء إبحاره في بحر النرويج بما في ذلك مخلوقات شبيهة "بالتنين الصغير" و"شطيرة برغر بالجبن". ونشر رومان فيدورتسوف (39 عاماً)، صوراً عن اكتشافاته المربعة، وكان آخر صيد له عبارة عن سمكة لاصقة أو ما يسمى Lump-sucker أو Lump-fish، وهي سمكة لونها أزرق مائل إلى رمادي وكروية الشكل لديها مصاصة تمكنها من الالتصاق بالصخور، بيد أن منشوراً واحداً استقطب اهتمام الأشخاص بشكل خاص. فقد انتشرت صورة لسمكة زهرية اللون لها ذيل طويل مع ريش وزعانف تشبه الأجنحة بشكل كبير على مواقع التواصل الاجتماعي وأحدثت ضجة بعد أن شبهها المعلقون "بصغير التنين".

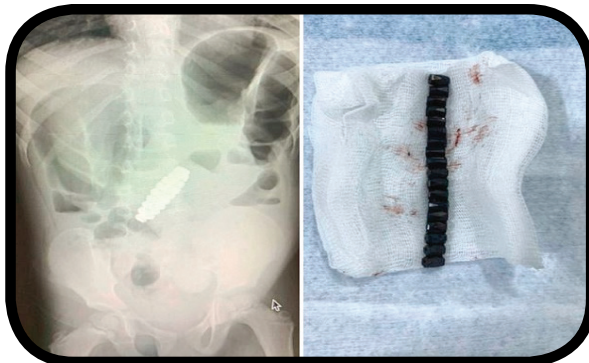
عزيزي القارئ عمود في مثل هذا اليوم " وباقي اعمدة الصفحة مفتوحة لمساهمتكم فيها سعيًا منا لتنويع مواد صفحاتكم المفضلة المنوعات يرجى الكتابة إلينا بالإبلاغ عن أرائكم ومقترحاتكم عندنا بالصحيفة وكذلك إرسال ما ترونه من أحداث وطنية مهمة وغيرها على البريد الإلكتروني:- (nur217rihab@gmail.com)

حكمة اليوم

لا تشككي من الايام فليس لها بديل ولا تبكي على الدنيا ما دام آخرها الرحيل واجعل ثقتك بالله ليس لها مثيل وتوكل على الله

أطباء يعثرون على قطع مغناطيس في بطن طفل

كان يحمل بداخله سواراً مغناطيسياً. وبشكل لا يصدق، يعتقد الأطباء أن الصبي قد ابتلع كل حبة مغناطيسية على حدة خلال مدة غير معروفة، ولكن بسبب خصائصها المغناطيسية، فقد تمكنت من الالتصاق ببعضها البعض مشكلة حلقة، ووصلت إلى حد سد أمعاء الصبي وحتى حفر ثقب في أمعائه. وأجرى الجراحون على الفور عملية فتح البطن على الطفل لإزالة 18 قطعة مغناطيسية سداسية الشكل، ثم سارعوا لإصلاح الضرر الذي لحق بأمعائه. وسمح للصبي بالعودة إلى المنزل بعد ستة أيام من الجراحة، ووجد الفحص الطبي بعد ستة أشهر أنه تعافى بشكل جيد، بحسب صحيفة ميرور البريطانية.



عثر أطباء أمريكيون على عدد كبير من القطع المغناطيسية الملتصقة ببعضها البعض على شكل حلقة داخل بطن طفل عانى من آلام في المعدة.

وقالت مجلة Paediatric Surgery Case Reports الأمريكية إن الأطباء أصيبوا بالحيرة، عندما كشفت عمليات المسح أن الطفل البالغ من العمر 4 سنوات

اشتباه الأطباء في البداية أن هذه الأعراض يمكن أن تكون ناتجة عن التهاب حاد في الزائدة الدودية. ورغم إزالة الزائدة الدودية استمرت آلام الطفل، وعندما أجرى الأطباء عمليات المسح، كانوا مندهشين لرؤية شيء على شكل سوار داخل بطن الطفل، وكان

حكم وأمثال عن الحياة

- لا يستطيع أحد ركوب ظهرك إلا إذا كنت منحنيًا.
- من جار على صباه جارت عليه شيخوخته.
- لو أنك لا تصادق إلا إنساناً لا عيب فيه لما صادقت نفسك.
- حين تصمت الأسود تبدأ الببغاوات بالثرثرة.
- لولا أن الناس يخطؤون لما اخترعت الممحاة.
- كل شيء تكشفه بتقادم العمر هو موجود من قبل ولكنك كنت أصغر من أن تراه.
- لا شيء يجعلنا كباراً كاللجربة ولا شيء يجعلنا أكثر صمتاً كخيبة الأمل.
- اثنان يذهبان ضياعاً: عقل بلا دين، ومال بلا بذل.
- أجود الناس من جاد من قلة، وصان وجه السائل عن المذلة.
- أحسن القول ما وافق الحق.
- إذا قدرت على عدوك، فاجعل العفو عنه شكرًا للقدرة عليه.
- استنزفوا الرزق بالصدقة.
- أضعف الناس من ضعف عن كتمان سرّه.
- اطرّدوا واردات الهموم بعزائم الصبر.

في مثل هذا اليوم

الاحداث الداخلية:-

- في الحادي والعشرين من يناير عام 1997م:- وقعت الحكومة الارتية وشركة ريدس هولدينغس الأمريكية اتفاقاً لإنشاء شركة جديدة وذلك بتحويل مصنع الكوكا كولا الارتري الى شركة مساهمة.
- الاحداث الخارجية:-
- في الحادي والعشرين من يناير عام 1964م:- بدء حملة تاورانجا خلال حروب الماوري بنيوزيلندا.
- في الحادي والعشرين من يناير عام 1899م:- تأسيس شركة أوپل للسيارات.
- في الحادي والعشرين من يناير عام 1915م:- افتتاح أول مكتب بريد في الكويت في منزل المعتمد البريطاني.
- في الحادي والعشرين من يناير عام 1930م:- اكتشاف كوكب بلوتو.
- في الحادي والعشرين من يناير عام 1954م:- انطلاق الغواصة الأمريكية "نوتيلوس"، وهي أول غواصة في التاريخ تبدأ بالعمل.
- في الحادي والعشرين من يناير عام 1976م:- إقلاع أول رحلة لطائرة الكونكورد بين باريس وريو دي جانيرو.

مرآة عاكسة تسببت في نجاته من عرض البحر

القصة تعود إلى ديسمبر/كانون الأول الماضي عندما كان فرانسوا يصلح مركباً شراعياً قبالة ميناء في سانت مارتن تابع لجزر الأنتيل، وبسبب سوء الأحوال الجوية جرّت المياه القارب إلى عرض البحر ليجد أليفيس فرانسوا نفسه تائها، مع فرص نجاة ضئيلة، فهو -كما يقول- غير ملم بالملاحة، كما أن جهوده للمناورة بالسفينة والمعدات الموجودة على متنها غير مجدية.

وبين أنه حاول دون جدوى إجراء مكالمات للتواصل مع السلطات أو عائلته، ومع فقدانه الأمل لم يفعل شيئاً سوى الجلوس والانتظار.

وعن هذا الأمر يقول "24 يوماً بعيداً عن الأرض، وحيداً دون وجود أي أحد أتحدث معه، لم أكن أعرف ماذا أفعل أو أين كنت، كان الأمر صعباً، وفي بعض الأحيان فقدت الأمل، وكان التفكير في عائلتي هو ما يشغلني".



الدومينيكان، فقد تم إنقاذ فرانسوا بعد أكثر من 3 أسابيع من البحث المضني، وتم إنقاذ الرجل أخيراً في المياه الكولومبية. ويشير فرانسوا إلى أنه في 15 يناير/كانون الثاني الحالي وعندما رأى طائرة تمّ استعان بمراة كتب عليها كلمة "مساعدة" (Help)، وقام بإرسال إشارات "مع انعكاس ضوء الشمس".

وأضاف أنه عندما رأى الطائرة تمّ مرتين فهم أن طاقمها قد رآه، وبين أن البحرية الكولومبية سرعان ما جاءت لإنقاذه بدعم من سفينة تجارية. وتشير المجلة الفرنسية إلى أن تفاصيل

لم يكن إليفيس فرانسوا يعتقد أن رحلته في بحر الكاريبي كانت ستنتهي بنجائه بعد أن تاه قاربه وبقي في عرض البحر 24 يوماً بمفرده. وللوهلة الأولى تبدو تفاصيل ما عاشه الرجل البالغ من العمر 47 عاماً مأخوذة من فيلم سينمائي، فقد أمضى أكثر من 3 أسابيع وحيداً في البحر، واعتقد في تلك الفترة أنه لن يعود إلى وطنه في جمهورية الدومينيكان أبداً. ويكمن السر في بقاءه حياً -وفقاً لما نشرته مجلة لوبوان الفرنسية- في تناوله "الكاتشب"، حيث أوضح فرانسوا أنه "لم يكن لدي ما أكله سوى زجاجة من الكاتشب ومسحوق الثوم ومكعبات المرق (ماجى)".

وأضاف في مقطع فيديو نشرته البحرية الكولومبية "لقد مزجت كل شيء بالماء لأعيش لمدة 24 يوماً تقريباً". وبحسب السلطات البحرية لجمهورية