

# 7 أيام

By Lodj

## حياتنا - أسرتنا

10-12-2025



## ميداوي يكشف عن رؤية إصلاحية شاملة لإعادة هيكلة التعليم العالي بالمغرب

تقرير يفضح هشاشة الإنفاق الأسري :  
89,2% من دخل الأسر المغربية يذهب  
للاستهلاك

تأهيل الحرفيين بالمغرب : 300 ألف  
بطاقة مهنية لتعزيز الاندماج  
الاقتصادي والاجتماعي

## ميداوي يكشف عن رؤية إصلاحية شاملة لإعادة هيكلة التعليم العالي بالمغرب

أعلن وزير التعليم العالي والبحث العلمي والابتكار، عز الدين ميداوي، عن خطط إصلاحية طموحة تهدف إلى إعادة هيكلة منظومة التعليم العالي بالمغرب، من خلال إرساء أقطاب جامعية جهوية متكاملة، وإعادة تنظيم الكليات متعددة التخصصات، إلى جانب تسريع مشاريع الأنوية الجامعية وإنشاء مؤسسات جديدة من الجيل الحديث. ويأتي هذا الإصلاح في سياق تحول عالمي سريع يتطلب من الجامعات المغربية القدرة على إنتاج كفاءات مواكبة لمتطلبات سوق الشغل على المستوى الوطني والدولي.

وخلال جلسة الأسئلة الشفهية بمجلس المستشارين، يوم الثلاثاء 9 دجنبر 2025، شدد الوزير على ضرورة إعادة ترتيب العرض الجامعي بحيث يتجاوز المنطق المحلي التقليدي، مؤكداً أن الجامعة المغربية مطالبة اليوم بإعداد خريجين قادرين على الاندماج في بيئة مهنية عالمية، وليس مجرد تلبية احتياجات سوق العمل المحلي.

وأضاف ميداوي أن الهدف الرئيسي هو تحقيق توازن في العرض الجامعي، وضمان تكافؤ الفرص بين الطلاب، بما يتناسب مع الحاجيات الوطنية والجهوية، وذكر في هذا الإطار افتتاح مؤسسات تعليمية جديدة بالعيون والداخلة لتكوين مهندسي الجيل الجديد، في إطار إعادة بناء المنظومة الجامعية بما ينسجم مع السياسات الوطنية الكبرى ورهانات المستقبل.



وأشار الوزير إلى أن الكليات متعددة التخصصات، التي أنشئت سنة 2003، فقدت جزءاً كبيراً من وظيفتها الأساسية، حيث تحولت إلى وحدات ضخمة تضم عشرات الآلاف من الطلبة وتجمع تخصصات واسعة ومتباينة. وأكد أن الوزارة تعمل، وفق توصيات المجلس الأعلى للتربية والتكوين لسنة 2022، على إعادة هيكلة هذه الكليات بطريقة جديدة تراعي العدالة الاجتماعية وتقرب الجامعة من المواطنين، مع ضمان مواءمة التكوينات مع حاجيات الجهات والمهن المستقبلية.

وفيما يخص مشروع القانون 29-54 المعروض حالياً على مجلس النواب، أوضح الوزير أنه يتيح لأول مرة إمكانية إنشاء أقطاب جامعية جهوية موحدة تحت إشراف جامعة عمومية تتمتع باستقلال إداري ومالي كامل، حيث ستعمل هذه الأقطاب عبر اتفاقيات مشتركة على توحيد التكوينات والبحث العلمي، وإنهاء حالة التشتت التي تشهدها الجامعات ضمن نفس الجهة.

وتشمل هذه الإصلاحات أيضاً تسريع مشاريع الأنوية الجامعية، بما يساهم في تحديث المؤسسات التعليمية القائمة، وتقديم برامج أكاديمية مبتكرة تتناسب مع التوجهات المستقبلية للاقتصاد الوطني، مع التركيز على تطوير البحث العلمي والابتكار بما يساهم في تعزيز مكانة المغرب على المستوى الإقليمي والدولي.



وأكد الوزير أن هذه الإصلاحات تمثل خطوة حاسمة نحو تحقيق جامعة أكثر دينامية، تركز على جودة التعليم والتكوين، وتعمل على بناء جيل قادر على مواجهة التحديات المعاصرة، كما أنها تسعى إلى تطوير بيئة تعليمية متكاملة تحفز الطلاب على التميز والابتكار، وتضمن وصول المعرفة والخبرة العلمية إلى مختلف جهات المملكة.

أعلن وزير الفلاحة والصيد البحري والتنمية القروية والمياه والغابات، أحمد البوراي، عن إطلاق برنامج طموح ومندمج يهدف إلى إعادة تشكيل وحماية القطيع الوطني الذي تأثر بشكل مباشر بالتغيرات المناخية وتوالي سنوات الجفاف. ويبلغ مجموع كلفة هذا البرنامج 12.8 مليار درهم، ويغطي سنتي 2025 و2026، في إطار جهود الحكومة لضمان الأمن الغذائي وحماية مصدر رزق مئات الآلاف من الأسر القروية. وأكد الوزير خلال جلسة الأسئلة الشفهية بمجلس المستشارين أن حماية القطيع الوطني تمثل أولوية استراتيجية، نظراً لدوره الحيوي في تموين السوق الوطنية باللحوم الحمراء والحفاظ على استقرار الأسعار.

ويستند البرنامج على خمسة محاور رئيسية، أولها تقديم دعم مالي مباشر لمربي الماشية لاقتناء الأعلاف، يليها دعم للحفاظ على الإناث الموجهة للتوالد،

[اقرأ المزيد](#)

**البوراي: عالجتنا مليون و102 ألف ملف كساب ضمن برنامج حكومي بقيمة 4.465 مليار درهم**



## فاس على وقع الصدمة.. انهيار عمارتين يكشف اختلالات خطيرة في جودة البناء

عاشت مدينة فاس ليلة حزينة وصادمة، بعدما انهارت عمارتان سكنيتان متجاورتان بحي المسيرة في بنسودة، حوالي الساعة الحادية عشرة والنصف ليلاً. دقائق قليلة كانت كافية لتحويل الحي إلى ساحة فزع، دفعت عشرات السكان إلى الخروج مذعورين من منازلهم خوفاً من انهيارات أخرى محتملة.

حصيلة ثقيلة تزيد من حجم المأساة ووفق آخر المعطيات الصادرة عن السلطات المحلية، فقد ارتفع عدد الضحايا إلى 19 قتيل و16 مصاباً بجروح متفاوتة، في حصيلة وُصفت بـ"القائمة"، وسط تواصل عمليات البحث تحت الأنقاض.

[اقرأ المزيد](#)

## تأهيل الحرفيين بالمغرب: 300 ألف بطاقة مهنية لتعزيز الاندماج الاقتصادي والاجتماعي

أوضح كاتب الدولة المكلف بالصناعة التقليدية، لحسن السعدي، أن الوزارة تعمل على مشروع شامل لتأهيل الحرفيين بالمغرب، من خلال طبع 300 ألف بطاقة مهنية جديدة تهدف إلى إدماج الصناع التقليديين في المنظومة الاقتصادية الرسمية وتسهيل ولوجهم إلى الخدمات الاجتماعية وبرامج الدعم المتنوعة. وأكد المسؤول الحكومي، في معرض جوابه عن أسئلة شفوية بمجلس النواب، أن هذه البطاقة ستكون أداة مركزية لتعزيز مكانة الحرفيين وضمان حقوقهم.

وأشار السعدي إلى أن قطاع الفضة يشهد نمواً متواصلاً، ويشغل أكثر من 9200 صانع وصانعة تقليدية، مسجلاً طلباً متزايداً على المنتج المغربي محلياً ودولياً.

[اقرأ المزيد](#)



لطالما اعتقدنا أن سن الثامنة عشرة يمثل بداية مرحلة البلوغ والنضج، لكن دراسة حديثة كشفت أن المراهقة قد تمتد لفترة أطول بكثير مما كنا نتصور. أسلوب الدراسة وتحليل الدماغ وفقاً للبحث الذي أجرته جامعة كامبريدج ونشر في مجلة Nature Communications،

## دراسة جديدة: مرحلة المراهقة تستمر حتى سن 32 عامًا

يظهر أن الدماغ البشري لا يصل إلى مرحلة النضج الكامل إلا حوالي سن 32 عامًا. هذه النتائج تتحدى المفهوم التقليدي الذي يقسم الحياة بشكل صارم إلى مرحلة المراهقة، الشباب، والبلوغ.

واستند الباحثون في دراستهم إلى ما يقارب 4 آلاف تصوير بالرنين المغناطيسي لأدمغة أشخاص تتراوح أعمارهم من الولادة وحتى 90 عامًا. وقد ركزوا بشكل خاص على تطور الترابطات العصبية والاتصالات بين مختلف مناطق الدماغ، وهو ما يمثل مؤشراً رئيسياً على النضج العقلي والعاطفي والسلوكي.

تشير الدراسة إلى أن التغيرات العصبية الدقيقة تستمر في الدماغ البشري لعقود، وأن الشباب الذين تجاوزوا سن الثامنة عشرة لا يزالون في مرحلة المراهقة من منظور دماغي.



هذا الاكتشاف يحمل دلالات كبيرة على فهم تطور الشخصية، واتخاذ القرارات، والتعلم، وحتى الصحة العقلية.

وتؤكد هذه النتائج أن النضج الحقيقي للفرد ليس مجرد مسألة عمرية أو قانونية، بل هو عملية تدريجية ومعقدة تتأثر بالعوامل البيولوجية والاجتماعية والنفسية. لذلك، يجب إعادة النظر في المعايير الاجتماعية والقانونية المتعلقة بالبلوغ، والاستقلالية، وتحمل المسؤولية.

وتشير هذه الدراسة إلى أن المراهقة ليست مرحلة قصيرة كما كان يُعتقد، بل تمتد حتى أوائل الثلاثينيات، ما يفتح المجال لإعادة تقييم طرق التربية، التعليم، وإدماج الشباب في المجتمع. الدماغ البشري يحتاج إلى وقت طويل ليكتمل نضجه، وهذا يدعو إلى مزيد من الصبر والتفهم تجاه مرحلة الشباب الممتدة وطبيعتها المعقدة.



في عصر تتنوع فيه الوسائط الرقمية، أصبح الرقابة الصارمة على وقت الشاشات للأطفال فكرة قديمة لم تعد كافية. كانت التوصيات السابقة تركز أساساً على مخاطر الخمول البدني، حيث إن الجلوس لساعات طويلة أمام الشاشات يؤثر سلباً على الصحة الجسدية للطفل.

## التوقف عن حساب وقت الشاشات: دعونا نساعد أطفالنا على العيش حقاً في العصر الرقمي

نحو تربية رقمية متوازنة

اليوم، لم يعد استخدام الشاشات مقتصرًا على مشاهدة الرسوم المتحركة أو اللعب، بل أصبح عالمًا رقميًا متعدد الأبعاد: فيديوهات قصيرة، مسلسلات، ألعاب تفاعلية، محادثات، واجبات مدرسية، وحتى الأنشطة الإبداعية. هذا التنوع يجعل من الصعب تقييم "وقت الشاشة" باعتباره معيارًا وحيدًا.



[اقرأ المزيد](#)

## ست علامات تشير إلى نضج الطفل العاطفي بحسب خبرة تربية

يشير الخبراء إلى أن نضج الطفل العاطفي يبدأ منذ سن مبكرة، ويتأثر بشكل كبير بطريقة تربية الوالدين وتعليمهم للأطفال كيفية التعامل مع مشاعرهم. وقد أظهرت دراسة شملت ألف طفل أن الأطفال الذين ينمون في بيئة داعمة عاطفيًا يظهرون علامات نضج استثنائية مبكرًا.

وفقًا للخبرة كيلسي مورا، الأطفال ذوو الذكاء العاطفي العالي تعلموا أن البكاء أمر طبيعي. فهم يفهمون أن التعبير عن الحزن أو الإحباط يساعدهم على استيعاب مشاعرهم والسيطرة عليها بشكل أفضل، بدلاً من كبتها داخليًا. الأطفال الناضجون عاطفيًا يدركون أن إظهار الغضب أو الإحباط بطريقة مناسبة يمكن أن يكون مفيدًا، إذ يساعدهم على التعلم من التجارب وحل المشكلات دون الانجراف إلى الانفعالات المفرطة أو العدوانية.

[اقرأ المزيد](#)

## أربعة علامات قد تدفعك لإعادة التفكير في الزواج وفق رأي أخصائية نفسية

الزواج مناسبة فريدة ومليئة بالمشاعر المتباينة، ومن الطبيعي أن يشعر الشخص بالتوتر والقلق مع اقتراب يوم العرس، خصوصًا عندما تطرأ أحداث مفاجئة مثل إلغاء خدمات مقدمي الطعام في اللحظة الأخيرة أو حدوث خلافات مع الشهود. ومع ذلك، تشير الأخصائية النفسية إلى أن هناك بعض العلامات التي قد تدل على ضرورة إعادة التفكير في الزواج قبل اتخاذ القرار النهائي.

إذا كان التوتر محيطًا بك طوال الوقت، وليس مجرد توتر عابر بسبب تحضيرات اليوم الكبير، فهذا قد يكون علامة على أن العلاقة أو الزواج غير متوازن. القلق المستمر

[اقرأ المزيد](#)



## عدد الساعات ماشي هو المعيار.. كيفاش نعرفو المراهق اللي مدمن على وسائل التواصل؟

إدمان وسائل التواصل عند المراهقين هو نوع من الإدمان السلوكي كخلفي الشاب يستعمل الهاتف بطريقة مفرطة وصعب عليه يتوقف، لأن الدماغ فهاد المرحلة كييعتبر الإشعارات والإعجابات "مكافآت" كتفرز الدوبامين. ورغم أنه ما مصتفش رسمياً كاضطراب، بزاف ديال المراهقين ما قادرينش يحدو من الاستعمال. العلامات البارزة كتشمل السهر، القلق بلا هاتف، تراجع التركيز، العزلة، وإهمال الدراسة والهوايات. الباحثين كييعتبرو أن السلوكيات هي المؤشر الحقيقي للإدمان، ماشي عدد الساعات. الأسباب كتعود بسهولة الولوج والإشباع النفسي اللي كتمنحو المنصات. للمساعدة، خاص حوار هادي، وضع قواعد واضحة، تشجيع الأنشطة البديلة، تنظيم النوم، إيقاف الإشعارات، وتعزيز الثقة بالنفس. وإذا تدهورت الحالة، الاستعانة باختصاصي نفسي ضرورية.



## "من بعد 40 عام.. كيفاش تحافظ على قوتك العضلية وتوقف تراجعها؟"

بعد سن الأربعين، كثير من الناس يلاحظون نقص الطاقة وصعوبة الحركة، وهو ما قد يكون نتيجة الساركوبينيا، أي فقدان الكتلة والقوة العضلية المرتبط بالعمر. هذه الحالة تتأثر بقلة النشاط البدني والتغيرات الهرمونية، وتظهر عند المغاربة غالباً في أواخر الأربعينيات أو بداية الستينيات. علامات فقدان العضلات تشمل صعوبة النهوض من الكرسي أو صعود الدرج، وزيادة ألم المفاصل، ما يؤثر على الحياة اليومية مثل حمل المشتريات أو اللعب مع الأحفاد. يمكن التخفيف من الساركوبينيا عبر تمارين القوة البسيطة، مثل تمرين الجلوس والوقوف، الضغط على الحائط، وإدماج الأوزان تدريجياً تحت إشراف مختص. الاستمرارية، التدريب التدريجي والمشاركة الجماعية تساعد على استرجاع القوة، مؤكدة أن العمر ليس عائقاً للحفاظ على اللياقة البدنية والحيوية.



## اشتباه بالخيانة الزوجية: كيف تحمي نفسك قانونياً وتتجنب الأخطاء الفادحة

الشك في خيانة الشريك تجربة مرهقة، لكن اللجوء لأساليب غير قانونية قد يحول المشكلة العاطفية إلى أزمة قانونية خطيرة. تحذر المحامية المتخصصة في قضايا الزواج من أخطاء شائعة مثل التجسس على الهاتف أو البريد الإلكتروني، تركيب كاميرات خفية، تسجيل المحادثات دون علم الطرف الآخر، الضغط على الأطفال لجمع المعلومات، أو استدراج الشريك لمواقف مسجلة. هذه الممارسات تُعد انتهاكاً للخصوصية وقد تجعل الأدلة غير مقبولة أمام القضاء. البديل هو التعامل بهدوء وحكمة: استشارة محام لمعرفة الطرق القانونية لجمع الأدلة، تقييم الوضع عاطفياً قبل اتخاذ قرارات متسارعة، وتوثيق أي وقائع بشكل رسمي عند الحاجة. كما يُنصح باللجوء للوساطة الزوجية أو الدعم النفسي. احترام القانون والتصرف بعقلانية هو السبيل الوحيد لحماية الحقوق وتجنب عواقب خطيرة.



كشفت المذكرة الإخبارية للحسابات الوطنية للقطاعات المؤسساتية لسنة 2024 عن هشاشة مالية ملحوظة لدى الأسر المغربية، حيث يشكل الاستهلاك النهائي 89,2% من إجمالي الدخل المتاح، ما يحد من قدرتها على الادخار ومواجهة الصدمات الاقتصادية. بلغ الدخل المتاح للأسر 1.059,7 مليار درهم، بارتفاع 6,7% عن 2023، مع اعتماد 45,3% منه على الأجور و39,4% على الدخل المختلط، بينما تقلص الدخل المتاح بفعل الضرائب والمساهمات الاجتماعية بنسبة 17,6%. رغم ارتفاع متوسط الدخل الفردي إلى 28.808 درهم سنوياً، لم يتجاوز معدل الادخار 11,3%، ولجأت بعض الأسر للقروض البنكية بقيمة 13 مليار درهم لتعويض النقص. يشير التقرير إلى ضرورة سياسات دعم فعالة تشمل تحسين الأجور، تعزيز الحماية الاجتماعية، وتشجيع الادخار والاستثمار الصغير لتقليل الاعتماد على القروض وتعزيز الاستقرار المالي للأسر المغربية.

**تقرير يفصح  
هشاشة الإنفاق  
الأسري : 89,2%  
من دخل الأسر  
المغربية يذهب  
للاستهلاك**



## المغرب يطلق رسمياً "مجموعة الأصدقاء المعنية بالرياضة والهجرة" بالشراكة مع المنظمة الدولية للهجرة

أطلقت المملكة المغربية، بالتعاون مع المنظمة الدولية للهجرة، مبادرة "مجموعة الأصدقاء المعنية بالرياضة والهجرة" في جنيف، بهدف استخدام الرياضة كأداة للإدماج الاجتماعي وحكاما الهجرة. وأكد وزير الخارجية ناصر بوريطة أن الرياضة تساعد على تجاوز التوترات الاجتماعية، وتمكين الشباب، والوقاية من الهشاشة، لتصبح عنصراً فعالاً في التنمية والمجتمع. وأضاف أن المبادرة تندرج في رؤية الملك محمد السادس التي تعتبر الهجرة فرصة لتعزيز إمكانيات الشباب في إفريقيا. كما سيشارك المرصد الإفريقي للهجرة بالرباط في تقديم بيانات وتحليلات استراتيجية لدعم قرارات المجموعة. هذه المبادرة تأتي ضمن جهود المغرب لتعزيز دور إفريقيا في إدارة الهجرة بشكل مستدام، بعد إعلانها أول مرة في سبتمبر 2025 خلال الجمعية العامة للأمم المتحدة بنيويورك.



## أزيد من 700 ملف مرتبط بحوادث السير تناقشها محاكم الدار البيضاء والمحمدية في يوم واحد

شهدت محاكم عين السبع بالدار البيضاء والمحمدية نشاطاً قضائياً مكثفاً، حيث تم فتح ومناقشة 738 ملفاً مرتبطاً بحوادث السير خلال جلسة واحدة، موزعة بين 503 بالدار البيضاء و235 بالمحمدية. تشمل القضايا عدم التحكم في القيادة، الجروح غير العمدية، الإفراط في السرعة، عدم احترام أسبقية المرور، استخدام الهاتف أثناء القيادة، والسياسة تحت تأثير الكحول أو الإرهاق. وأكد إلياس سليل، رئيس المرصد الوطني للسلامة الطرقية، أن العامل البشري هو السبب الرئيسي للحوادث، إلى جانب العوامل البيئية كالطرق المتهالكة وضعف الإنارة ونقص الفحص التقني. وأشار إلى ضرورة اعتماد استراتيجيات شاملة للحد من الحوادث تشمل تعزيز المراقبة المرورية، التوعية منذ المدرسة، تحسين البنية التحتية، تجديد وسائل التشوير، والعمل على النقاط السوداء، لضمان سلامة مرتفقي الطريق وحماية الأرواح والممتلكات.



By Lodj

# LE KIOSQUE 2.0 DE L'ODJ MÉDIA



Pressplus est le kiosque 100 % digital & augmenté  
de L'ODJ Média, groupe de presse Arrissala SA  
**magazines, hebdomadaires & quotidiens...**

[www.pressplus.ma](http://www.pressplus.ma)