7 أيام
By Lodj
حياتنا - أسرتنا
07-01-2026

منح الماستر 2025-2026 : أولويات الاستحقاق الاجتماعي والعلمي تحكم التوزيع

تساقطات مطرية تنعش مخزون سدود كلميم-وادنون بـ31 مليون متر مكعب

أسعار السكر المكرر ترتفع للمرة الأولى منذ 2006 : الحكومة تعدّل الحد الأقصى مع تنظيم هوامش الربح

منح الماستر 2025–2026 : أولويات الاستحقاق الاجتماعي والعلمي تحكم التوزيع

أوضح عز الدين ميداوي، وزير التعليم العالي والبحث العلمي والابتكار، أن منح طلبة الماستر لموسم 2025–2026 ستُمنح وفق آليات واضحة تهدف لضمان العدالة وتكافؤ الفرص بين المستحقين. وأوضح الوزير في مراسلة رسمية موجهة لرؤساء الجامعات العمومية أن عملية الانتقاء ستعتمد على معيارين أساسيين: الاستحقاق الاجتماعي والاستحقاق العلمي، بما يضمن شفافية التوزيع ومساواة الفرص.

وأشار المسؤول إلى أن معيار الاستحقاق الاجتماعي يشمل الطلبة الذين سبق لهم الاستفادة من منحة السلم الأول، بينما يعتمد الاستحقاق العلمي على ترتيب الطالب في مباريات ولوج مسالك الماستر، مع تخصيص 20% من المقاعد للطلبة الجدد غير المستفيدين سابقًا.

وأكد الوزير أن المنح موجهة للطلبة المغاربة غير الموظفين وغير المزاولين لأي نشاط مهني أو تجاري، وغير المستفيدين من أي دعم آخر، مع شرط ألا يتجاوز سن المستفيد 30 سنة، ولا يمكن للطالب الاستفادة من المنحة لأكثر من سنتين.

وشددت المراسلة على إعداد لوائح دقيقة تشمل جميع الطلبة المعنيين، مع توضيح وضعية كل طالب، سواء كان "ممنوح" أو "غير ممنوح"، أو "موظف" أو "مأجور"، لضمان مراقبة دقيقة للعملية.

واعتمدت الوزارة نظام التبادل الإلكتروني للمعطيات لتسهيل الاتصال بين الجامعات والمكتب الوطني للأعمال الجامعية الاجتماعية والثقافية، ما يسرّع معالجة الملفات ويقلل الأخطاء الإدارية.

من الجدير بالذكر أن الوزارة حددت يوم 10 يناير الجاري آخر أجل لإرسال لوائح الاستحقاق الاجتماعي، و7 فبراير المقبل بالنسبة للوائح الاستحقاق العلمي، داعية رؤساء الجامعات إلى احترام هذه الآجال والتأكد من صحة البيانات لضمان سلاسة صرف المنح خلال الموسم الجامعي الجاري

تساقطات مطرية تنعش مخزون سدود كلميم-وادنون بـ 31 مليون متر مكعب

أنعشت التساقطات المطرية الأخيرة التي شهدتها جهة كلميم-وادنون الآمال في تحسن الوضعية المائية بالمنطقة، بعدما ساهمت في رفع منسوب المياه بعدد من السدود الكبرى، في سياق يتسم بندرة التساقطات وتوالي سنوات الجفاف. هذه الأمطار، التي همّت مختلف أقاليم الجهة، كان لها وقع إيجابي مباشر على المخزون المائي، خاصة بالسدود التابعة لوكالة الحوض المائي درعة-وادنون.

وحسب معطيات رسمية صادرة عن وكالة الحوض المائي درعة-وادنون، فقد بلغ الحجم الإجمالي للمخزون المائي بسدي فاصك وتويزكي، إلى حدود اليوم الثلاثاء، ما مجموعه 31 مليون متر مكعب. ويتعلق الأمر بسد فاصك بإقليم كلميم، وسد تويزكي بإقليم أسا-الزاك، وهما من أهم المنشآت المائية بالجهة، لما لهما من دور محوري في تأمين التزود بالماء الشروب والسقي.

إقرأ المزيد

تساقطات ثلجية غير مسبوقة تعيد البياض إلى شوارع عاصمة الشرق

تفاجأت ساكنة مدينة وجدة، مساء الثلاثاء، بتساقطات ثلجية مهمة غطت مختلف شوارع وساحات عاصمة الجهة الشرقية، في مشهد نادر أعاد إلى الأذهان صورًا غابت عن المدينة منذ سنوات، ومنحها حلة بيضاء استثنائية قلّما ارتبطت بذاكرتها المناخية

وتساقطت الثلوج منذ الساعات الأولى من المساء، لتتحول بسرعة إلى حدث لافت استقطب اهتمام الساكنة، حيث خرج العديد من المواطنين لتوثيق اللحظة والاحتفاء بهذا "الزائر الأبيض"، وسط أجواء من البهجة والدهشة، خاصة لدى الأطفال والشباب الذين وجدوا في المشهد فرصة لكسر رتابة الطقس اليومي. ويأتي هذا الحدث في سياق موجة برد تشهدها الجهة الشرقية،

إقرأ المزيد

أزيد من 3.4 ملايين مستفيد من منحة الدخول المدرسي خلال الموسم الدراسي 2025-2026

بلغ عدد المستفيدين من منحة الدخول المدرسي خلال الموسم الدراسي الحالي 2025-2026 حوالي 3 ملايين و400 ألف مستفيد، من بينهم مليون و934 ألف تلميذ وتلميذة في الوسط القروي، أي ما يفوق 60 في المائة من مجموع المستفيدين، مسجلًا بذلك ارتفاعًا بنسبة 19 في المائة مقارنة بالموسم الدراسي الماضي.

وأفاد وزير التربية الوطنية والتعليم الأولي والرياضة، محمد سعد برادة، خلال جلسة بمجلس المستشارين، اليوم الثلاثاء، أن هذا الدعم الاجتماعي عرف توسعًا ملحوظًا خلال الموسم الدراسي الجاري، من خلال إدراج التعويضات العائلية ومنحة الدخول المدرسي ضمن منظومة دعم موحدة،

إقرأ المزيد

الأمومة بين الحب والتعب: اعتراف صريح لأم لطفلين

في رسالة صريحة وبدون رتوش، كشفت أم لطفلين عن واقع الأمومة الصعب الذي قد لا يظهر دائمًا على السطح. تصف حياتها اليومية بأنها "صعبة للغاية"، وتعترف بصراحة أنها تشعر أحيانًا بالغيرة من الأمهات ذوات الطفل الواحد، اللواتي يمتلكن مساحة أكبر للحرية والاستقلالية.

الحب في مواجهة التحديات

الأم تؤكد حبها الكبير لطفليها، لكنها في الوقت نفسه تعترف بصعوبة تربية طفلين معًا. كل محاولة للخروج أو القيام بنشاط ما تتحول أحيانًا إلى مصدر توتر، بسبب الصراعات أو الحاجات المتناقضة بين الأطفال. هذه المشاعر تعكس واقعًا شائعًا بين الأمهات اللواتي يجدن صعوبة في الموازنة بين الرعاية اليومية ومتطلبات الحياة الأسرية الأخرى.

وتعبر الأم عن رغبتها الخفية أحيانًا في أن يكون لديها طفل واحد فقط، ليس تقليلًا من حبها لأطفالها، بل كطريقة لتخفيف الضغط الذي يفرضه روتين الحياة الأسرية المزدحم. ترى أن وجود طفل واحد قد يتيح لها فرصة أكبر للحرية، للقيام بأنشطة ممتعة، ولزيارة أماكن جديدة دون القيود اليومية التي يفرضها وجود طفلين.

هذا الاعتراف يسلط الضوء على جانب من الأمومة غالبًا ما يُهمل في النقاشات الاجتماعية: التعب النفسي والجسدي المصاحب للحب الكبير. فالأمومة لا تعني دائمًا السعادة المطلقة، بل هي مزيج من الفرح، المسؤولية، والضغط المستمر.

تجربة هذه الأم تذكّرنا بأن الاعتراف بالمشاعر الصعبة لا يقلل من الحب أو الالتزام. بل على العكس، الصراحة مع الذات ومع الآخرين يمكن أن تكون خطوة أساسية لتخفيف الضغط النفسي، وطلب الدعم عند الحاجة. الأمومة الحقيقية تتطلب التوازن بين الحب والرعاية والمساحة الشخصية، وفهم أن الشعور بالتعب جزء طبيعي من رحلة تربية الأطفال، حتى في ظل الحب الكبير والارتباط العميق بهم.

الإنفلونزا لدى المرأة الحامل: المخاطر والإجراءات الوقائية

على الرغم من أن الإنفلونزا غالبًا ما يُنظر إليها كعدوى موسمية بسيطة، إلا أنها تمثل خطرًا صحيًا حقيقيًا، إذ تتسبب سنويًا في وفاة آلاف الأشخاص، بما فيهم الفئات الأكثر عرضة للمضاعفات. من بين هذه الفئات،

تحتل النساء الحوامل مكانة خاصة نظرًا للتغيرات الفسيولوجية والجهازية التي يمر بها جسم الأم خلال الحمل، والتي تجعلها أكثر عرضة لتطور مضاعفات خطيرة نتيجة الإصابة بالفيروس.
وتتسبب الإنفلونزا لدى الحامل في مضاعفات محتملة تشمل ارتفاع درجات الحرارة بشكل حاد، التهابات الجهاز التنفسي، والإصابة بالتهاب الرئة، وقد تتطلب في بعض الحالات دخول المستشفى. كما يمكن أن تؤدي العدوى إلى تفاقم الأمراض المزمنة الموجودة مسبقًا مثل الربو أو السكري، مما يزيد من خطورة الوضع الصحي للأم.

إقرأ المزيد

تأثير الطلاق: كيف تحوّلت النساء بعد نهاية العلاقة

لطالما ارتبطت قصص الانفصال العاطفي بالصور النمطية للكآبة والوحدة، من ملاعق الآيس كريم المنهكة إلى بطانيات النوم المريحة، مع الموسيقى الحزينة في الخلفية. لكن الاتجاهات الحديثة على منصات التواصل الاجتماعي كشفت عن وجه آخر للطلاق، يُعرف بـ «تأثير الطلاق» (Divorce Effect)، حيث بدأت النساء يروين قصصهن بشكل مختلف، يركز على التحول الشخصي والنمو بعد الانفصال.

على تطبيقات مثل تيك توك وإنستغرام، تنتشر مقاطع تعرض قبل وبعد الطلاق، موضحة كيف أثرت هذه التجربة على حياتهن النفسية والاجتماعية. هذه المشاركات لا تكتفي بإظهار الألم، بل تسلط الضوء على الاستقلالية المكتسبة، القوة الذاتية، وإعادة اكتشاف الذات. ترى النساء أن الطلاق ليس مجرد نهاية علاقة، بل بداية فصل جديد في حياتهن، مليء بالفرص لتحديد أولوياتهن واستعادة السيطرة على قراراتهن الشخصية.

إقرأ المزيد

البقاء أو الرحيل: صراع داخلي يعيشه آلاف النساء المغربيات

تفتح منصة L'Beld'IA Consulte نافذة نادرة على حياة النساء المغربيات، اللواتي غالبًا ما بقيت قصصهن محصورة خلف جدران الصمت والتقاليد المحافظة. تقدم هذه المساحة مساحة صادقة للتعبير عن الأفكار والمشاعر دون وصاية أو تحيّز إيديولوجي، حيث تتحول التكنولوجيا إلى وسيلة للت confidences وأحيانًا آخر ملاذ لإنقاذ الذات.

ومن خلال هذه المنصة، تشارك النساء يوميًا صراعاتهن الداخلية حول البقاء في حياتهن الأسرية والاجتماعية أو الرحيل بحثًا عن الحرية والاستقلالية. هذه القرارات الصعبة، التي غالبًا ما تكون مجهولة للآخرين، تعكس التوتر بين التقاليد والرغبات الشخصية، وبين الواجبات الأسرية وطموحات الذات.

إقرأ المزيد

أرباب شاحنات نقل البضائع يشتكون من مضايقات السلطات المحلية بالدار البيضاء

أعرب أرباب شاحنات نقل البضائع بجهة الدار البيضاء سطات عن استيائهم من المضايقات التي يواجهونها من السلطات المحلية، خصوصاً فيما يتعلق بركن شاحناتهم في المرائب المخصصة. وأوضح المهنيون أن مطالب السلطات بإخلاء هذه المرافق دون توفير بدائل يضاعف الضغوط على شركات النقل، خاصة في مناطق مديونة والنواصر والمحمدية. وأشاروا إلى موافقتهم سابقاً على عدم ولوج الشاحنات الثقيلة للمجال الحضري لتخفيف الضغط على الطرق، إلا أن طلباتهم لاستغلال مرائب خاصة في ضواحي المدينة لم تلقَ أي تجاوب، رغم امتلاكهم الشواهد القانونية وملكية الأراضي. وشدد المهنيون على الدور الحيوي لهذه المرائب في استمرار النقل الدولي للبضائع الذي يدعم الاقتصاد الوطني ويجلب العملة الصعبة، محذرين من أن استمرار الوضع الحالي قد يهدد استقرار الشركات ويدفع الشاحنات إلى دخول المدينة في ظل غياب بدائل. ودعوا إلى حلول عاجلة لضمان استمرارية نشاطهم وحماية الاستثمارات القانونية ودعم سلسلة النقل اللوجستي.

أسعار السكر المكرر ترتفع للمرة الأولى منذ 2006 : الحكومة تعدّل الحد الأقصى مع تنظيم هوامش الربح

ابتداءً من 1 يناير 2026، أعلنت الحكومة المغربية تعديل أسعار السكر المكرر للمرة الأولى منذ 2006، في خطوة تهدف لمواءمة الأسعار مع تكاليف الإنتاج وضمان تنظيم هوامش الربح في سلسلة التوريد. ووفق القرار الوزاري الصادر عن وزارة الاقتصاد والمالية، أصبح الحد الأقصى لسعر بيع السكر يختلف حسب نوع المنتج وشكل التعبئة: أرغفة ومكعبات السكر بسعر 5.14 درهما للكيلوغرام، والسكر المحبب ("السميد") بأسعار تتراوح بين 4.23 و4.33 درهم للكيلوغرام حسب حجم الأكياس. كما حدد القرار هوامش ربح قصوى تصل إلى 2.10% للجملة و3.70% للتجزئة، مع السماح بإضافة تكاليف النقل المبررة. ويرتقب أن يرتفع السعر النهائي للمستهلك بنحو 53 سنتيما للكيلوغرام، ليصل سعر رغيف السكر وزن 2 كيلوغرام من 9.84 درهما إلى حوالي 10.90 درهما، دون احتساب النقل.

حادث مأساوي.. تلميذان يلقون مصرعهما غرقاً أثناء توجههما للمدرسة بالمصابيح آسفي

شهدت جماعة المصابيح بإقليم آسفي حادث غرق مأساوي لتلميذين أثناء توجههما إلى المدرسة، ما أثار حالة من الحزن والقلق وسط الساكنة المحلية. تمكنت عناصر الوقاية المدنية من إنقاذ أحد التلاميذ، بينما لا تزال فرق البحث تبحث عن الثاني الذي جرفته مياه الأمطار الغزيرة بالقرب من دوار الطلحة.

في ظل صعوبات كبيرة في التنقل نتيجة تدهور الطرق وانتشار الأوحال. وأثار الحادث غضب السكان الذين انتقدوا غياب تدابير السلامة حول القناة المائية، مؤكدين أن الأشغال المنجزة لم ترافقها إجراءات وقائية كافية خلال الأمطار. وطالبت الساكنة بفتح تحقيق عاجل لتحديد المسؤوليات ووضع حلول نقل مدرسية آمنة لتفادي تكرار مثل هذه المآسي. ويبرز الحادث هشاشة البنية التحتية في المناطق النائية وتأثير الفقر الطرقي على سلامة الأطفال.

لماذا يحتفظ بعض الأشخاص بذكريات شركائهم السابقين رغم الزواج

تختلف طرق تعامل الأشخاص مع الذكريات بعد انتهاء العلاقات العاطفية؛ فبينما يختار البعض قطع الصلة بالماضي عبر التخلص من الهدايا والمقتنيات المرتبطة بالشريك السابق سعياً للتحرر النفسي وبدء مرحلة جديدة، يفضّل آخرون الاحتفاظ ببعض الذكريات حتى بعد الزواج. ويشير خبراء النفس إلى أن هذا السلوك لا يُعد بالضرورة دليلاً على عدم الاستقرار أو ضعف الالتزام، بل قد يرتبط بتجارب عاطفية عميقة تركت أثراً في تكوين الشخصية. كما أن الاحتفاظ بالذكريات يمكن أن يعكس تقديراً للدروس المستفادة من العلاقات السابقة، أو ارتباطاً رمزياً بتجربة إنسانية مهمة دون حنين فعلي للشريك السابق. ويرى بعض الأشخاص أن الماضي جزء من تاريخهم الشخصي، ويمكن التعايش معه دون أن يؤثر على الحاضر. ويؤكد المختصون أن العامل الحاسم هو القدرة على الفصل الصحي بين الماضي والحياة الزوجية الحالية.

بداية عام 2026: خمس قرارات تتصدر اهتمامات الشباب

مع مطلع عام 2026، تتجدد طموحات الشباب المغربي وتتضح أولوياتهم من خلال دراسة حديثة أنجزها تطبيق Plum بشراكة مع Selvitys، وشملت ألف شاب وشابة تتراوح أعمارهم بين 18 و34 سنة. وأبرزت الدراسة خمس قرارات أساسية تتصدر اهتمامات هذه الفئة، في مقدمتها الادخار والتخطيط المالي، تعبيرًا عن وعي متزايد بأهمية الاستقرار الاقتصادي وتأمين المستقبل. كما احتلت العناية بالصحة البدنية والنفسية مكانة متقدمة، عبر تبني نمط حياة صحي وممارسة الرياضة والتقليل من العادات السلبية. وسجلت الدراسة اهتمامًا واضحًا بتطوير المهارات الشخصية والمهنية، خاصة في المجالات الرقمية واللغات، لمواكبة متطلبات سوق العمل. إلى جانب ذلك، يولي الشباب أهمية لتعزيز العلاقات الاجتماعية والأنشطة الثقافية.

الشعور بالإرهاق قبل الثلاثين: لماذا تحلم جيل "Z" بالابتعاد عن العمل التقليدي

دخل جيل Z سوق العمل بوعي متقدم مقارنة بالأجيال السابقة، إلا أن هذا الوعي ترافق مع إحساس مبكر بالإرهاق الجسدي والنفسي قبل سن الثلاثين. فبعكس جيل الألفية الذي اعتاد تحمل الضغوط، أصبح الشباب اليوم أكثر إنصاتًا لحدودهم النفسية والجسدية، ما جعلهم يعانون من إجهاد مزمن وضغط ذهني مستمر. ويعزو الخبراء هذه الظاهرة إلى ارتفاع الوعي بالصحة النفسية، والتقلبات الاقتصادية والاجتماعية، إضافة إلى انتشار أنماط العمل الحر والرقمي التي توفر مرونة أكبر. لذلك، بات الابتعاد عن الوظيفة التقليدية خيارًا مشروعًا لدى كثير من شباب جيل Z، بهدف تحقيق توازن أفضل بين الحياة المهنية والشخصية. وفي المقابل، تجد المؤسسات نفسها مطالبة بإعادة التفكير في بيئات العمل، عبر اعتماد سياسات أكثر إنسانية ومرونة للحفاظ على المواهب الشابة.

By Lodj

LA WEB TV

100% digitale
100% Made in Morroco

WWW.LODJ.MA