



العدد: 83  
13 - 01 - 26



مجلة لوديجي الاسبوعية



# ميثاق 11 يناير للشباب الاستقلال يطبع "جيل أ" في قلب القلب السياسي



[www.lodj.info](http://www.lodj.info)

## أخبار بـ حدود

سفير جديد واستمرارية  
راسخة الدبلوماسية  
المغربية-الأمريكية في  
أفق 250 سنة من  
الشراكة

## ملف خاص

ميثاق 11 يناير  
للشباب، امسح  
الكود QR للتوفيق



# LODj

لودج

اتْنَاهْ

بِرْبَرْتْ

24



@lodjmaroc



رسالة

8

ـ

04

الافتتاحية

13

آخر الأخبار - أخبار بلا حدود

25

حياتنا - أسلوبنا

36

حيتنا

43

فن وفكر

51

اقتصاديات

58

جيـل X-Y-Z



مطبع الرسالة

لوديجي ميديا - مؤسسة الرسالة الإعلامية

مدير النشر

عدنان بن شقرور

LODj

تصميم وغلاف المجلة

عماد بن بورحيم

مونتاج

خولة محفوظي

فريق النشر

سارة البوغي - عائشة بوسكين

إدارة فنية وتقنية

محمد أيت بلالحسن

:

اقرأ أعدادنا القديمة :

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



## ميثاق 11 يناير للشباب : الاستقلال يضع "جيـل زـد" في قـلب القرـار السـيـاسـي



طبيعة هذا الميثاق تكمن في كونه إطاراً استراتيجياً مرجعياً، يهدف إلى إعادة تعريف علاقـةـ الشـيـابـ بالـدـولـةـ وـبـالـسـيـاسـاتـ العـمـومـيـةـ، انـطـلـقاـ منـ مـوـقـعـ الشـرـيكـ لـدـ التـابـعـ. فـهـوـ يـسـتـعـضـرـ فيـ دـيـبـاـتـهـ التـوـابـتـ الدـسـتـورـيـةـ لـلـمـمـلـكـةـ، مـنـ وـحـدـةـ وـطـنـيـةـ وـمـلـكـيـةـ دـسـتـورـيـةـ وـاـخـتـيـارـ دـيمـقـراـطـيـ، وـيـدـرـجـ قـضـيـةـ الصـدـرـاءـ المـغـرـبـيـةـ وـتـنـمـيـةـ التـرـابـيـةـ وـالـجـهـوـيـةـ المـتـقـدـمـةـ ضـمـنـ سـيـاقـ السـيـادـةـ وـالـتـنـمـيـةـ المـتـوـازـنـةـ، باـعـتـارـهـاـ رـهـاـنـاتـ حـاسـمـةـ لـمـسـتـقـلـ الـأـجـيـالـ الـقـادـمـةـ. أـمـاـ مـنـ حـيـثـ المـضـمـونـ، فـإـنـ المـيـثـاقـ يـقـومـ عـلـىـ ثـلـاثـ أـعـمـدـةـ كـبـرـىـ. أـوـلـاـهـاـ ضـمـانـ وـلـوـجـ الشـيـابـ إـلـىـ الـحـقـوقـ الـلـقـضـادـيـةـ وـالـجـمـعـيـةـ، وـفـيـ مـقـدـمـتهاـ تـعـلـيمـ عـمـومـيـ بـجـوـدـةـ مـوـحـدـةـ، وـتـكـوـينـ مـهـنـيـ مـرـتـبـ بـسـوـقـ الشـغلـ، وـخـدـمـاتـ صـحـيـةـ تـشـمـلـ الصـحـةـ الـنـفـسـيـةـ، وـشـغـلـ لـئـقـ، يـضـمـنـ الـكـرـامـةـ، وـسـيـاسـاتـ عـمـومـيـةـ مـوـجـهـةـ لـلـشـيـابـ فـيـ الـعـالـمـ الـقـرـوـيـ وـالـمـنـاطـقـ الـهـشـةـ. وـهـوـ فـيـ هـذـاـ الـإـطـارـ لـدـ يـكـنـيـ بـالـمـطـالـبـ التـقـليـدـيـةـ، يـلـ يـطـرـحـ بـدـائـلـ مـيـتـكـرـةـ مـثـلـ دـعـمـ التـشـغـيلـ الـجـمـعـيـ، وـإـدـمـاجـ الـعـامـلـينـ فـيـ الـقـطـاعـ غـيـرـ الـمـهـيـكـلـ، وـتـشـجـعـ الـلـقـضـادـيـةـ الـرـقـمـيـ وـالـمـقاـوـلـةـ الـشـبـابـيـةـ.

يشـكـلـ "مـيـثـاقـ 11ـ جـانـيـرـ لـلـشـيـابـ"ـ إـحـدـيـ أـبـرـ المـبـارـاتـ السـيـاسـيـةـ الـمـجـمـعـيـةـ الـتـيـ أـمـرـتـهـاـ الـدـيـنـامـيـةـ الـجـدـيـدـةـ الـتـيـ أـطـلـقـهـاـ حـزـبـ الـاسـتـقـلـالـ تـجـاهـ فـئـةـ الـشـيـابـ، فـيـ سـيـاقـ وـطـنـيـ يـتـسـمـ بـتـسـارـعـ الـتـدـولـاتـ الـقـضـادـيـةـ وـالـجـمـعـيـةـ وـتـزـاـيدـ الـتـحـديـاتـ الـتـيـ تـواـجـهـ الـأـجـيـالـ الـصـاعـدـةـ. هـذـاـ الـمـيـثـاقـ لـمـ يـأـتـ مـنـ فـرـاغـ، بـلـ هـوـ ثـمـرـةـ مـسـارـ تـشـاـورـيـ وـاسـعـ اـنـطـلـقـ مـنـ دـاـخـلـ فـضـاءـاتـ الـحـوـارـ الـتـيـ اـحـتـضـنـهـاـ مـلـقـنـ الـمـيـزانـ لـلـشـيـابـ الـذـيـ نـظـمـهـ حـزـبـ الـاسـتـقـلـالـ، وـتـحـولـ مـعـ مـرـورـ الـأـشـهـرـ إـلـىـ وـرـشـ وـطـنـيـ مـفـتوـحـ سـاـهـمـ فـيـ آـلـفـ الـشـيـابـ مـنـ مـخـلـفـ جـهـاتـ الـمـغـرـبـ وـمـنـ مـغـارـيـةـ الـعـالـمـ.

انـطـلـقـتـ الشـرـارةـ الـأـوـلـىـ لـهـذـاـ مـسـارـ مـنـ قـرـارـ سـيـاسـيـ وـاضـعـ عـبـرـ عـنـهـ الـأـمـينـ الـعـامـ لـحـزـبـ الـاسـتـقـلـالـ نـزـارـ بـرـكـةـ خـلـالـ اـحـتـفـالـاتـ الـذـكـرـىـ الـهـادـيـةـ وـالـثـمـانـيـنـ لـتـقـدـيمـ وـثـيقـةـ الـمـطـالـبـ الـبـالـاسـتـقـلـالـ، حـينـ أـلـعـنـ عـلـىـ إـنـطـلـقـ مـنـ تـشـاـورـيـةـ تـمـدـ عـلـىـ مـدـارـ سـنـةـ كـامـلـةـ، هـدـفـهـاـ بـلـوـرـةـ مـيـثـاقـ وـطـنـيـ لـلـشـيـابـ يـنـطـلـقـ مـنـ تـطـلـعـهـمـ الـحـقـيقـيـةـ لـمـ دـلـ مـنـ تـصـورـاتـ جـاهـزـةـ. هـذـاـ التـوـجـهـ يـعـكـسـ إـدـرـاكـاـ دـاـخـلـ الـحـزـبـ بـأـنـ الـرـهـانـ عـلـىـ الـشـيـابـ لـمـ يـعـدـ مـمـكـنـاـ مـنـ خـلـالـ الـخـطـابـ وـجـهـهـ، بـلـ يـحـتـاجـ إـلـىـ أـدـوـاتـ تـعـاـقـدـيـةـ جـدـيـدـةـ تـعـيـدـ بـنـاءـ الـثـقـةـ بـيـنـ الـأـجـيـالـ الـصـاعـدـةـ وـالـمـؤـسـسـاتـ السـيـاسـيـةـ.

المـيـثـاقـ الـذـيـ تـمـ إـجـراـجـهـ فـيـ صـيـغـهـ الـحـالـيـةـ يـمـثـلـ خـلـصـةـ هـذـاـ مـسـارـ الـتـشـارـكـيـ، حـيثـ شـارـكـ أـكـثـرـ مـنـ 15ـ أـلـفـ شـابـةـ وـشـابـ فـيـ نـقـاشـاتـهـ وـوـرـشـاتـهـ وـمـلـقـنـاتـهـ، سـوـاءـ عـبـرـ الـفـعـلـاتـ الـحـضـورـيـةـ أـوـ الـمـنـصـاتـ الـحـوـارـيـةـ، أـوـ مـنـ خـلـالـ التـرـافـعـ حـولـ قـضـاـيـاـ الـصـحـةـ وـالـتـعـلـيمـ وـالـشـغـلـ وـالـحـكـامـةـ وـالـبـيـئةـ وـالـمـوـاـطـنـةـ. وـبـذـلـكـ، فـإـنـ الـوـئـيـقـةـ لـاـ تـقـدـمـ باـعـتـارـهـاـ بـرـنـامـجـاـ حـزـبـياـ أـوـ خـطـةـ حـكـومـيـةـ، بـلـ باـعـتـارـهـاـ أـرـضـيـةـ تـعـاـقـدـيـةـ مـفـتوـحـةـ تـسـعـنـ إـلـىـ جـمـعـ الـشـيـابـ حـولـ مـبـادـئـ مـشـرـكـةـ وـأـوـلـيـاتـ وـطـنـيـةـ كـبـرـىـ.

**عـائـشـةـ بـهـسـكـينـ**

# ميثاق 11 يناير للشباب.. إرادة جديدة لبناء مغرب الصاعد



ومن تولوز الفرنسية إلى أصقاع المملكة، عبر تقنية التناول عن بعد، تم تأكيد أن الشباب حاضر في صلب المشروع الوطني، وأن حزب الاستقلال يظل قوة المبادرة والالتزام، حزب البناء والتجديف، حزب يضع الشباب في قلب وطن يتطلع نحو المستقبل بثقة وشجاعة.

اليوم، ونحن نحتفل بهذه الذكرى العطرة، نقرأ في ميثاق 11 يناير للشباب دعوة صادقة للانخراط في مشروع وطني كبير، مشروع يؤكد أن كل جيل يكمل جيل، وأن الإرادة الصادقة للشباب قادرة على تحويل التاريخ إلى حكاية فخر وازدهار. فلنوقع جميعاً على هذا الميثاق، ولنجعل من إرادتنا المشتركة نوراً يضيء دروب الوطن نحو مغرب الغد.

من وثيقة المطالبة بالاستقلال إلى ميثاق الشباب: عهد للأمل والتنمية

لقد أضاء هذا الحدث الوطني الكبير على دور الشباب في صياغة مستقبل الوطن، إذ أطلق الحزب عبر مسار تشاوري متواصل على مدى سنة كاملة، ميثاق 11 يناير للشباب، الذي جاء ثمرة حوار ديمقراطي غير مسبوق، جمع بين أكثر من 15 ألف شابة وشاب من مختلف جهات المملكة ومن مغاربة العالم، في مئات اللقاءات والورشات الميدانية، تجاوزت ألف لقاء، لستمع إلى أصوات الشباب، وتحتضن تطلعاتهم وأحلامهم وأمالهم في وطن أفضل.

الميثاق الجديد ليس مجرد نص سياسي، بل هو عهد أخلاقي وسياسي، يتعهد بتحويل كلمات الشباب إلى إصلاحات ملموسة على أرض الواقع، خاصة في ميادين التعليم والصحة والخدمات الاجتماعية، ومحاباة تحديات التشغيل والقدرة الشرائية. إنه إشارة أمل تبعث الطاقات الشابة على الانخراط بإيجابية ومسؤولية، لتكوين هذه الأجيال الجديدة جزءاً فاعلاً في بناء المغرب المستقبلي، المغرب الفرص المتكافئة والمتساوية، المغرب لا مكان فيه للريع أو الفساد أو التلاعب بالمواطن.

كما شدد الأمين العام لحزب الاستقلال، الدكتور نزار بركة، خلال ترؤسه اللقاءات الخطابية الجهوية والمركبة، على أن الوثيقة التاريخية لـ 11 يناير 1944 كانت نقطة انطلاق لجيل من الشباب حمل مسؤولية تحرير الوطن والمواطن، الشباب اليوم أمام فرصة لتجسيد إرادتهم في التنمية والمواطنة الفاعلة من خلال وثيقة جديدة تعكس تطلعاتهم وأمالهم.

**ساعة البهفي**

# خاص : مياثق 11 يناير للشباب

## حزب الاستقلال من بوزنيقة يعلنها: تخليد 11 يناير محطة لبناء مغرب يقوده الشباب

تحت شعار مغرب صاعد بإرادة شباب واعد، عرفت مدينة بوزنيقة، إلى جانب مختلف جهات المملكة، وكذا مغاربة العالم بمدينة تولوز، يوم الأحد، تنظيم محطات حزبية لتخليد الذكرى الثانية والثمانين لتقديم وثيقة المطالبة بالاستقلال، في موعد وطني يعكس حرص حزب الاستقلال على ربط الذكرة التاريخية للمملكة برهانات الحاضر واستشراف آفاق المستقبل، لاسيما في ما يتعلق بالتحول الرقمي وتعزيز مشاركة الشباب في الحياة السياسية.

وقد استهلت هذه المحطة ببث كلمة توجيهية للأمين العام لحزب الاستقلال، السيد نزار بركة، أكد فيها أن الوفاء الحقيقى لرجال ونساء 11 يناير يمر اليوم عبر الانخراط المسؤول في معارك التنمية الشاملة، وترسيخ العدالة الاجتماعية، وتعزيز الثقة في العمل السياسي، مع اعتبار الشباب رافعة أساسية في بناء مغرب المستقبل.

وعرفت المناسبة حضوراً وازناً لقيادات الحزب على مستوى الجهة، إلى جانب البرلمانيين والمنتخبين وممثلي التنظيمات الموازية، في مشهد تنظيمي يعكس تماسك الصف الاستقلالي واستمرارية مشروعه النضالي بمختلف الأقاليم.

واختتمت هذه المحطة الوطنية، التي سادتها أخواء وطنية وترديد أناشيد الحزب، بتأكيد اللجنة التنفيذية لحزب الاستقلال على مواصلة أدواره التأطيرية والترافعية، معتبرة أن تخليد ذكرى 11 يناير لا يقتصر على استحضار الماضي، بل يشكل محطة سنوية لتجديد التعاقد مع المواطنات والمواطنين، وخاصة فئة الشباب، من أجل بناء مغرب صاعد بإرادة شباب واعد.

وعرفت المناسبة حضوراً وازناً لقيادات الحزب على مستوى الجهة، إلى جانب البرلمانيين والمنتخبين وممثلي التنظيمات الموازية، في مشهد تنظيمي يعكس تماسك الصف الاستقلالي واستمرارية مشروعه النضالي بمختلف الأقاليم.

وتميزت فعاليات التخليد ببعدها التجددي، حيث تم الانتقال من السرد التاريخي التقليدي إلى مقاربة تفاعلية حديثة، انطلقت بعرض فيلم توثيقي يؤرخ لمحطات بارزة من ملحمة المطالبة بالاستقلال، قبل فتح نقاش تفاعلي مع شباب الحزب حول مياثق 11 يناير للشباب.

وقد تم تقديم هذا المياثق ضمن أربعة محاور استراتيجية تروم تعزيز انخراط الشباب في الشأن العام، وتطوير آليات المشاركة السياسية، وربط المسؤولية بالمحاسبة، ومواكبة التحولات الرقمية، قبل أن تتوّج هذه المحطة بعملية تصويب وتوجيه إلكترونيين عبر تقنية رمز الاستجابة السريع، في خطوة تعكس توجه الحزب نحو تحدث أدوات العمل الذكي واعتماد الوسائل الرقمية في اتخاذ القرار.



# خاص: ميثاق 11 يناير للشباب

## ميثاق 11 يناير للشباب: من الذاكرة الوطنية إلى تعاقد سياسي جديد مع الأجيال الصاعدة

لم يعد الاحتفاء بذكرى 11 يناير مجرد استحضار رمزي لوثيقة المطالبة بالاستقلال، بل تحول في السنوات الأخيرة إلى مناسبة لإعادة طرح سؤال جوهري: كيف نربط بين روح الذاكرة الوطنية ورهانات المغرب المعاصر؟ في هذا السياق، يبرز ميثاق 11 يناير للشباب كمبادرة سياسية وفكريّة تهدف إلى تجديد التعاقد بين الدولة والمجتمع من جهة، والشباب من جهة أخرى، عبر ثلث ركائز أساسية: الولوج إلى الحقوق الاجتماعية والاقتصادية، التمكين من مهارات القرن الواحد والعشرين، وتشجيع المشاركة في اتخاذ القرار.

### أولاً: تأمين ولوج الشباب إلى الحقوق الاجتماعية والاقتصادية

ينطلق الميثاق من تشخيص واقعي لأوضاع فئات واسعة من الشباب، حيث لا يزال التشغيل، والسكن، والحماية الاجتماعية، والولوج إلى الخدمات الأساسية، في صدارة الانشغالات اليومية. ويؤكد الميثاق أن العدالة الاجتماعية لم تعد مطلباً عاماً فحسب، بل شرطاً أساسياً للاستقرار والتماسك المجتمعي. في هذا الإطار، يدعو إلى سياسات عمومية أكثر إنصافاً في سوق الشغل، ودعم المقاولة الشبابية، وتوسيع برامج الإدماج المهني، مع ضمان ولوج متكافئ للتكوين والتمويل. كما يربط بين التنمية الترابية وحقوق الشباب، معتبراً أن تقليل الفوارق المجالية شرط لوقف نزيف الهجرة الداخلية والخارجية، وتحقيق إدماج فعلي للشباب في الدورة الاقتصادية.

ومن هنا، يدعو الميثاق إلى فتح قنوات فعلية لإشراك الشباب في بلورة السياسات العمومية. عبر التأثير الحزبي الجاد، وتطوير آليات الديمocratie التشاركية، وتبسيير ولوج الكفاءات الشابة إلى مواقع القرار محلياً وجهوياً ووطنياً. كما يلح على الانتقال من خطاب التشجيع الرمزي إلى سياسات إدماج حقيقة، تجعل من الشباب فاعلاً لا مجرد موضوع للسياسات.

### ميثاق بروح وطنية ورؤية مستقبلية

يستمد ميثاق 11 يناير للشباب قوته الرمزية من مرجعية وطنية جامعية، ويستمد راهنيته من ارتباطه الوثيق بالتحديات الاجتماعية والاقتصادية والسياسية الراهنة. إنه ليس وثيقة احتفالية، بل مشروع تعاقدي جديد يسعى إلى تحويل طاقة الشباب إلى رافعة للتنمية والديمقراطية. وفي لحظة تاريخية تتطلب تجديد النخب وتطوير النموذج التنموي، يضع الميثاق الشباب في قلب المعادلة الوطنية: مواطنون كاملون في الحقوق، فاعلون في الاقتصاد، وشركاء في القرار. بذلك، لا يكون 11 يناير ذكرى للماضي فقط، بل بوابة لمستقبل يصنعه جيل يؤمن بأن الوطن يتجدد بإرادة أبنائه

### ثانياً: تمكين الشباب من قيم ومهارات القرن الواحد والعشرين

لا يخترق الميثاق تمكين الشباب في التشغيل فقط، بل يوسع المفهوم ليشمل بناء الإنسان القادر على التفاعل مع تحولات العصر. فالاقتصاد الرقمي، والذكاء الاصطناعي، والانتقال الطاقي، تفرض نمطاً جديداً من الكفاءات والقيم: التفكير النقدي، روح المبادرة، الابتكار، العمل الجماعي، والالتزام بالمواطنة. ويؤكد الميثاق على إصلاح منظومة التربية والتكوين وربطها بطبيات الاقتصاد الوطني، وتعزيز التكوين المهني والتقني، ودعم الثقافة الرقمية وريادة الأعمال. كما يشدد على ترسیخ قيم الالتماء، والمسؤولية، واحترام التعدد، بما يجعل التحديث التقني متلزماً مع ترسیخ الهوية الوطنية.

### ثالثاً: تشجيع وتأهيل الشباب للمشاركة في مسلسل اتخاذ القرار

الرهان السياسي الأبرز في الميثاق يتمثل في إعادة الاعتبار لدور الشباب داخل المؤسسات والهيئات المنتخبة والتنظيمات المدنية. فالاعزوف عن المشاركة لا يعكس لامبالاة، بقدر ما يعكس فجوة ثقة بين الشباب والوساطة السياسية.



## وثيقة ميثاق 11 يناير للشباب

لماذا ميثاق 11 يناير للشباب ؟

تأتي هذه المبادرة الإرادية من أجل إبرام ميثاق وطني جديد للشباب المغربي في سياق دينامية متتسارعة يعيشها المجتمع المغربي في السنوات الأخيرة، تتسم بارتفاع سقف الحقوق والحربيات واتساع هوامش المطالب والتعلقات السياسية والاقتصادية والاجتماعية والثقافية، التي انخرط الشباب في حملها والتزامها عنها منذ العقد الماضي.

إن المغرب يعيش "هبة" ديمغرافية غير مسبوقة بفضل إمكانه البشري الشاب، وهو انتقال مستمر إلى أفق 2040. إلا أن هذه "الفورة والوفرة" لن تتتحول إلى فرصة حقيقة للتقدم والازدهار بالنسبة لبلادنا ما لم يتم إشراكه ومشاركة الشباب، وتمكينهم من أسباب الارتقاء ومتطلبات المساهمة الفاعلة في مسلسل اتخاذ القرار السياسي والتنموي، وتحريك طاقاتهم في إنتاج الثروة وتوزيعها بكيفية عادلة ومنصفة لتحسين ظروف عيش المواطنين والمواطنين.

ولقد تم اختيار ذكرى 11 يناير من السنة الماضية (2025) - وهي لحظة جامدة في ذاكرة الأمة المغربية تأسست من خلالها مبادئ العقد الاجتماعي الجديد للمغرب المستقل القائم على الملكية الدستورية والاختيار الديمقراطي. لإطلاق مسلسل تشاركي مع الشباب من مختلف الأجيال والأقاليم وال مجالات التربوية يهدف إلى بلورة معلم ميثاق وطني جديد للشباب المغربي ينبعق عن التفكير الجماعي والبناء المشترك مع الشباب، سواء في رصد وتفكيك الإشكاليات والمعيقات أو في اقتراح الحلول والبدائل.

وإبرام تعاقد جديد لمغرب يبوئ الشباب مكانه الحقيقية في بناء الحاضر والمستقبل.

### ديباجة

1. التزاما بالثوابت الجامدة للأمة المغربية كما يكرسها دستور المملكة، والمتمثلة في الدين الإسلامي السمع، والوحدة الوطنية، والملكية الدستورية، والاختيار الديمقراطي.

2. واستحضارا للتاريخ العريق لبلادنا، وللهوية الوطنية الموحدة بانصهار وتماسك جميع مكوناتها وتعدد رؤادها الثقافية والحضارية، ولمنظومة القيم المغربية القائمة على الوسطية والاعتدال والعيش المشترك والانفتاح والتسامح والدوار واحترام الآخر،

3. وسعيا إلى توطيد وصون الوحدة التربوية للمملكة، والمضي في تثبيت الالتفاف الأعممي والدولي حول خيار الحكم الذاتي بأقاليمنا الجنوبية في إطار السيادة الوطنية، بحيث أصبح يوم 31 أكتوبر 2025 علامة فارقة في مسار بلادنا بين ما قبلها وما بعدها، عنوانها السيادة الكاملة والتنمية العادلة، وما يقتضيه ذلك من قوية للجهة الداخلية، والانتقال إلى سرعة أعلى في ورش الجهوية المتقدمة والديمقراطية المحلية والتنمية التربوية المندمجة،

4. واستنادا إلى المقتضيات الدستورية الضامنة للحقوق والحربيات لكافة المواطنين والمواطنين على قدم المساواة، مع تخصيص تدابير تميزية لإنصاف الفئات التي تعاني من هشاشة بنية كالنساء والأطفال والأشخاص في وضعية إعاقة، وكذا فئة الشباب التي ألم الدستور السلطات العمومية بالعمل على توسيع وتعزيز مشاركتها في التنمية الاجتماعية والاقتصادية والثقافية والسياسية للبلاد، ومساعدتها على الاندماج في الحياة النشطة والجماعية، وتوفير الظروف المواتية لتفتح طاقاتها الخلقية والإبداعية،

كما تم استكمال هذا المسلسل التشاركي بالإنصات والتفاعل مع التعبيرات الشبابية التي تعبرت في الأشهر الأخيرة مطالبةً بتحسين الأداء العمومي في مجالات الصحة والتعليم والشغل، وتخليق الحياة العامة ومحاربة الفساد، بحيث شكل "ملتقى الميزان للشباب 2.0" فضاء دامجا للنقاش فيما بين الشباب من أطياف وأصوات وآفاق مختلفة ومتجدة، ومنصة مباشرة للحوار والمساءلة مع الفاعلين العموميين في عدد من القطاعات الحكومية حول قضايا ذات أهمية بالنسبة للشباب.

ويأتي هذا الميثاق كنتيجة لمجموع الفعاليات المترافقمة والمتعددة التي كان أكثر من 15000 شابة وشاب شريكا في تنظيمها أو تنشيطها أو إغاثة مخرجاتها، مهدداً مسالك العمل التي تنهض بالأولوية من منظور الشباب المغربي، والتي يتعين أن تكون محل تعاقد استراتيجي مع الدولة والقوى الحية والمجتمع بالنسبة للمرحلة المقبلة.

وبالتالي، فإن ميثاق 11 للشباب المغربي ليس برنامجا انتخابيا أو خطة عمل تنفيذية، وإنما يقدم أرضية تشاركية مفتوحة، تدعو أولاد الشباب المغاربة بمختلف أجيالهم ومناطق إقامتهم داخل أرض الوطن وخارجها، وثانيا باقى الفاعلين والمبادرات الجماعية والمواطنة للانضمام إلى مبادرتها وتوجهاتها، واختياراتها،



## وثيقة ميثاق 11 يناير للشباب

### أرضية الميثاق

#### أ. تأمين ولوج الشباب إلى الحقوق الاقتصادية والاجتماعية

**1.1.الولوج إلى تعليم مجاني** يرتكز على مدرسة عمومية تسير بسرعة واحدة، ويوفر مواصفات الجودة نفسها التي تميز بها مؤسسات القطاع الخصوصي، مع مراعاة خصوصيات الوسط الريفي والمناطق النائية والمعزولة وتدارك العجز والفارق المسجلة في هذه المجالات التربوية، والنهوض بالتوجيه التربوي المبكر لمواكبة التلميذ(ة) وتطوير حركيته الدراسية في ضوء إمكاناته ومويلاته،

**1.2.الولوج إلى تكوين مهني** يعزز قابلية التشغيل لدى الشباب، ووضع مسارات قصيرة **للتكوين** توأكِّب حاجيات الجهات والمجالات الريفية والقطاعات الوعادة ومهن المستقبل للمغرب، وتسهل الإدماج للشباب، وتحسين جاذبية العروض التكوينية التي من شأنها تغيير التصور السلبي لدى الأسر والشباب حول التكوين المهني باعتباره بديل عن محدودية التعليم المدرسي والجامعي،

**1.3.توفير عرض ترابي مكثف ومتتنوع لمساعدة الشباب الذين تعترضهم صعوبة في التكيف المدرسي أو الاجتماعي أو المهني**، ولا سيما الشباب في وضعية NEET، والارتقاء بمؤسسات "الفرصة الثانية" لتكوين بنيات استقبال مفتوحة -بدون حواجز- تعرّض على تقديم أكثر من فرصة للشباب حتى يتحقق النجاح إما عبر استكمال التعليم والتأهيل، أو إيجاد الشغل، أو عبر إدراكه روح الإبداع والابتكار وتحويلها إلى مشاريع شخصية،

**1.4.الولوج إلى خدمات علاجية للقرب ذات جودة تتكفل بالصحة الجسدية والنفسية للشباب** بما في ذلك معالجة اضطرابات القلق والاكتئاب وسلوكيات الإدمان ، واعتماد العقوبات البديلة في المتابعات القضائية المتعلقة باستهلاك المخدرات، وتوسيع نطاق الخدمات لتشمل تقديم الدعم المعنوي في المؤسسات التعليمية والاستشارة النفسية في الوحدات الصحية، مع ضمان التكفل بالشباب الذين لا يশتملهم أي نظام للتغطية الصحية عبر أنظمة خاصة إلى حين إدماجهم في منظومة الحماية الاجتماعية ،

**1.5.الولوج إلى الشغل اللائق وضمان الكرامة الاقتصادية للشباب**، لا سيما في المناطق الريفية والجبلية والحدودية، من خلال دعم مبادرات التشغيل الجماعي والتطوع المؤدى عنه، وخلق مشاريع ذات مصلحة عامة يتمول من الجماعات الترابية، وإحداث مراكز محلية خاصة بالتشغيل الشبابي تعمل على ربط الباحثين عن العمل بالمقاولات ، وإدماج الشباب العاملين في القطاع غير المهيكل عبر مسارات انتقالية تشمل التأهيل والتغطية الاجتماعية،

5. وعملًا بالتوجيهات الملكية السامية التي ما فتئت تؤكّد على دور الشباب كثروة ديمغرافية متقدمة، يتعين تمكينهم من الفرص الحقيقية للاندماج في الحياة الاقتصادية والاجتماعية والسياسية، التي ستسمح لهم بالمساهمة في مسلسل اتخاذ القرار وقيادة التحول نحو نموذج تنموي أكثر عدالة وإدماجاً. وحيث يندرج في هذا المنحى الإصلاحي الداعم للشباب الإطار التشريعي الجديد الذي يشجع ويحفز الشباب على المشاركة في الانتخابات التشريعية المقبلة،

6. وترصيدها لوصيات النموذج التنموي الجديد والمؤسسات الدستورية الدستورية، التي تشدد على الطابع الاستعجالي الملحوظ، والذي لا يقبل التأجيل، لورش إدماج الشباب في الحياة الاقتصادية والاجتماعية والثقافية والرياضية والسياسية،

7. وإيماناً بقدرات الشباب المغربي، نساء ورجالاً، كما تجسدها الاستحقاقات العلمية والتكنولوجية والثقافية والرياضية والفنية على الصعيد الوطني والقاري والعالمي، على تحقيق الممكن والرهان على المستحيل، وإشعاع صورة المغرب دولياً، ورسم ملامح مستقبل وطنهم على غرار ما قام به جيل 11 يناير الذي وقع على عريضة المطالبة بالاستقلال، مؤكدين أن الشباب سيظلون دائمًا في قلب التحولات الكبرى للأمة المغربية،

فإن انخراطنا الطوعي والوعي، كشباب وشبان وشابات وشابات، وقيادات جماعية وديناميات مواطنة، لإبرام ميثاق وطني جديد للشباب المغربي، بما يعزز التماسک الاجتماعي والدوار والتضامن بين الأجيال، هو تجديد لتعاقد الثقة من أجل ضمان الفرص والكرامة والمشاركة الفاعلة لكل شابة وشاب، في مختلف أنحاء الوطن، في الشمال والجنوب، في الشرق والغرب، وفي المدن كما في العالم القروي، وكذلك شباب مغاربة العالم.

وفي توقيعنا، كل باسمه وصفته على هذا الميثاق، فإن ذلك يعد التزاماً أخلاقياً، فردياً وجماعياً، بمضمونه، والعمل على تبئنة السياسيين والفاعلين العموميين والخواص وفعاليات المجتمع المدني لتحويل مخرجاته إلى سياسات وخططات وتدابير عملية موجهة للشباب باعتباره شريكاً لا غنى عنه لنجاح أي نموذج تنموي، وقيادة الإصلاح في المجالات العنيفة، وضخ دماء جديدة في الذكاء المغربي.



## وثيقة ميثاق 1 يناير للشباب

وتتجسد هذه المسؤلية المشتركة بين الشباب والفاعلين في تبني الممارسات الفضلى للحفاظ على البيئة، والاستهلاك العقلاني للماء والطاقة وحماية التنوع البيولوجي، وتشجيع المبادرات الشبابية الرامية إلى التحسيس والحد من أثر السلوكيات الفردية والجماعية غير المسؤولة على مقدرات الرأسمال الطبيعي لبلادنا وحقوق الأجيال المقبلة، وجعل الاستدامة ممارسة يومية والتزاما جماعيا تقوده طاقات شابة فاعلة ومبتكرة، عبر مشاريع خضراء وأنشطة لإعادة تدوير الموارد الطبيعية المستعملة؛

### III. تشجيع وتأهيل الشباب للمشاركة في مسلسل اتخاذ القرار

**1.1 ثبيت ممارسات اختياري الديموقراطي** الذي رسمه دستور المملكة من خلال الديموقراطية التمثيلية باعتبارها الدعامة الأساسية للحياة السياسية ببلادنا. ويترتب عن هذا اختياري، توفير شروط المساهمة الفاعلة للشباب في تطوير مشهد سياسي تعددي وأحزاب سياسية، محصنة باستقلالية قرارها ومصداقية قوانينها وتنظيماتها، كما تطلع بدورها الدستوري فيما يتعلق بالتأطير والتمثيلية الشرعية للمواطنات والمواطنين؛

**1.2 إعمال التأويل الديموقراطي لمقتضيات الدستور المتعلقة بالحريات والحقوق،** وذلك باستحضار روحه ومقاصده الحقوقية، ولا سيما ذات الصلة بحرية التعبير ب مختلف أشكاله ووسائله وحرية التظاهر السلمي في الفضاء العام، واعتماد هذا المبدأ في تشريع القوانين وتطبيقاتها على أرض الواقع، مع الحرص على ضمان التوازن بين حماية الحقوق الأساسية ومتطلبات حفظ النظام العام،

ودعم الحلول المبتكرة للتحديات المجتمعية الطالية والمستقبلية من منظور استباقي، والانتقال من منطق استسلامي وانهزامي أمام المشكلات إلى منطق الفعل وصناعة الفرص؛

**4.4 الحقوق المرتبطة بالمواطنة الرقمية،** التي أصبحت من حقوق الإنسان الناشئة، والتي تشكل ركيزة أساسية لتمكين الشباب من الاستفادة العادلة والمنصفة من التحول الرقمي باعتباره فضاء جديدا للتعلم، والشغل، وحرية التعبير، والمشاركة الديمقراتية. ولا تقتصر ممارسة هذه الحقوق على ضمان تكافؤ الفرص في الولوج إلى التكنولوجيا والبنيات التحتية الرقمية فحسب، ولا سيما بالنسبة لشباب العالم القروي حيث الهوة الرقمية لا تزال متعددة، ولكن لا بد من توفير بيئة رقمية آمنة، وتأهيل الشباب لاكتساب الكفاءات الرقمية اللازمة، وحماية المعطيات الشخصية، وتنمية الأمان السيبراني، وصون الخصوصية، واحترام القيم الأخلاقية و القواعد القانونية في استعمالات الذكاء الاصطناعي في التعليم والإعلام واتخاذ القرار، والحد من التحيزات الثقافية والسياسية، والتصدي للأثمار الزائفة والمحظيات التي تدكي خطاب الكراهية وتعرض الأشخاص، وخاصة القاصرين، للتحرش والعنف، الرقمي؛

**5.5 التوفيق الإيجابي بين الانتماء الوطني والانفراط في الديناميات العالمية الداعمة للتنمية والتقدير.** فالدستور المغربي يعطي للشباب هذا الاستعداد الهوياتي للانفتاح وال الحوار والتفاعل مع باقي الحضارات واللغات والثقافات، سواء كانت من العمق الإفريقي أو في اتجاه الامتداد المتوسطي، وبالتالي فإن المشترك الوطني يتعزز كذلك وتقوى قدراته على الصمود أمام الأزمات الهوياتية

والنزاعات القومية، باستيعاب القيم الكونية التي من شأنها تحصين لحمة المجتمع بالسلم والعيش المشترك، واحترام الاختلاف والتنوع، وجعل بلادنا بنموذجها الثقافي المتميّز وثوابتها الجامعية في صلب التحولات التي يشهدها العالم؛

**1.6. الاستدامة وتنبير الموارد الطبيعية** لما تفرضه التحديات المناخية، فإن تحول في أنماط التخطيط والإنتاج والامتصاص،

إلى جانب تشجيع الأشكال الجديدة للتشغيل كالعمل عبر المنصات التي تتناسب أكثر مع قدرات وجاهزية الشباب وإنسانها بالحماية القانونية والاجتماعية، وحفز روح المقاولة الشبابية ومواربها بالدعم المالي والتأطير التقني، خاصة في الأنشطة الاقتصادية الناشئة وذات المحتوى التكنولوجي والقيمة الابتكارية العالية؛

**1.6.1 الولوج إلى الترفيه والعروض الثقافية والفنية والرياضية والسياحية داخل المغرب وخارجها،** وذلك من خلال تيسير الفرص للمشاركة في الفعاليات المحلية والوطنية والدولية، وتوفير وسائل النقل والنقل والولوج بأسعار تفضيلية إلى المراكز الثقافية والملعب الرياضي والمرجانات والمعارض والإقامات السياحية، ودعم المبادرات التي تشجع على التبادل الثقافي، والابتكار الفني. كما يسهم هذا الولوج في توسيع المدارك والمعرفة، وتحسين جودة الحياة بالنسبة للشباب، مع ضمان تمعهم بفرص متكافئة في الوصول إلى هذه الموارد الترفيهية والثقافية والسياسية، خاصة بالنسبة لشباب العالم القروي والمناطق النائية والمنحدرين من أسر معوزة.

### II. تمكين الشباب من "قيم ومهارات القرن الواحد والعشرين"

**1.1. القدرة على التكيف واكتساب مقومات الصمود** لدى الشباب في ظل عالم ينسّم بعدم اليقين وتسارع التحولات الاقتصادية والاجتماعية والتكنولوجية، وتعزيز الاستعداد النفسي والاجتماعي لتغيير المسارات التعليمية والمهنية، وتحویل الأزمات إلى فرص للتعلم والتنمية الذاتية، بما يعزّز الاندماج الاجتماعي ويومن الدستقرار الفردي والجماعي؛

**1.2. التفكير النقدي** لدى الشباب في فهم وتحليل وحل تعقيدات الواقع، والتمييز بين المعلومة والمعرفة، وبين الخبر والرأي، بما يعزز استقلاليتهم الفكرية، ويسمح لهم باتخاذ مواقف مستنيرة ومسؤولة مبنية على معطيات موثوقة، ويحصنهم من خطابات التضليل والتطرف والانغلاق؛

**1.3. المبادرة بدل الانتظار،** وذلك من خلال تشجيع الشباب على التفكير خارج المأطير التقليدية المعيبة للتطور،



## وثيقة ميثاق 11 يناير للشباب

الأمر الذي سيعزز ثقة الشباب في دولة الحق والقانون ويعزز الإحساس الفردي والجماعي لديهم بفعالية الحقوق والدريات.

3.3. التمكين السياسي للشباب من أجل تجديد النخب وضمان استدامة المشروع الديمقراطي. ويقتضي ذلك توفير منظومة متكاملة للتأطير وتنمية المعارف والقدرات الترافعية تشمل برامج مستمرة للتنمية السياسية والتقويم القيادي، وبناء الكفاءات القيادية، وتمكين الشباب من آليات الفهم والممارسة السياسية الفضلى. كما يستدعي اعتماد تدابير تحفيزية، من بينها تسهيل ودعم ولو جهم إلى المناصب و المسؤوليات الانتدابية من خلال الاستحقاقات الانتخابية، كنوابين

1.4 ومرشحين، و تخصيص حصص ملائمة للشباب داخل المؤسسات المنتخبة والتنفيذية، وذلك بما يضمن تمثيلًا فعليًا لقضاياهم وانتظارتهم، ويعكس تمثيلية متناسبة مع حجمهم الديمغرافي في الهرم السكاني الوطني،

1.5 المشاركة المواطنية للشباب في مسلسل اتخاذ القرار العمومي عبر التلبيات المؤسساتية للديمقراطية التشاركية وجمعيات المجتمع المدني المهتمة بقضايا الشأن العام، وذلك من خلال إرساء إطار قانوني واضح لعمليات التشاور العمومي، وتحديد كيفية إشراك الفعلاني للشباب في مختلف مراحل إعداد وتبسيط السياسات العمومية، خاصة على المستويين الجماعي والجهوي، والحرص على دمقرطة ولوج الشباب إلى هيئات الحوار والتشاور الترابي، والعمل على نشر ميزانيات المجالس المنتخبة في صيغ مواطنة سهلة القراءة، وتعزيزها بلوحة قيادة إنجاز المشاريع وتبنيها وجعلها متاحة أمام العموم، كما يقتضي هذا التوجه ضرورة تبسيط مساطر تقديم العرائض وملتمسات التشريب والتفاعل الجدي مع المقترنات الشبابية وإدماجها في القرار العمومي، وفتح فضاءات مؤسساتية للتعبير الحر والنقاش المواطاني، وتشجيع العمل التطوعي، ودعم المبادرات الشبابية في إطار الميزانيات التشاركية، الأمر الذي من شأنه تعزيز مصداقية المشاركة المواطنية، وتكريس دور الديمقراطية التشاركية في منظومة بناء الثقة، والمساءلة، والالتزام المشترك بخدمةصالح العام.

1.6 تطبيق الحياة العامة ومحاربة الفساد لتشجيع الشباب على الانخراط في تدبير الشأن العام، واسترجاع الثقة في المؤسسات المنتخبة والتنفيذية، وذلك من خلال تحصين نزاهة الممارسة السياسية في مختلف مستوياتها، ولا سيما بمناسبة الانتخابات، ومحاربة الفساد والريع وتضارب المصالح بأشكالها المختلفة ، وتعزيز شفافية الفعل العمومي عبر تبسيط المساطر و الإجراءات الادارية و تقوية التدبير المبني على النتائج ، وربط المسؤلية العمومية بالذكاء الأخلاقي والمحاسبة، وعدم الإفلات من العقاب، وضمان الشفافية في الوصول إلى الوظائف والفرص، بما يساهم في إعادة الاعتبار لقيم الاستحقاق والكفاءة في ارتباطها بمبادئ النزاهة والاستقامة، ويقوى الإحساس بالإنصاف لدى الشباب.



# تمرين الأسبوع

لَا مُسْتَقْبِلُ  
لِتَقْاْفَةِ الرِّيعِ  
وَالْفَرَاقِشِيَّةِ  
"الْتَّلَاعِبُ"  
بِالْقُوَّتِ  
الْيَوْمِيِّ  
الْمَوَاطِنِيِّنِ

# نزار بركة



## وزارة الفلاحة تنهي عملية ترقيم 32,3 مليون رأس ماشية

تمكنت وزارة الفلاحة والصيد البحري والتنمية القروية والمياه والغابات من إتمام عملية ترقيم القطيع الوطني، والتي شملت 32,3 مليون رأس من الماشي، وذلك بتاريخ 31 ديسمبر 2025، في خطوة استراتيجية لتعزيز برامج دعم الفلاحين وإعادة تكوين القطيع الوطني.

و جاءت هذه العملية تنفيذاً للتعليمات الملكية السامية لصاحب الجلالة الملك محمد السادس، نصره الله، الرامية إلى توفير الدعم المالي المباشر للكسابة، من خلال قاعدة بيانات دقيقة وموثقة تُعد المرجع الرسمي لتحديد المستفيدين.

وأكَدَ البلَّغُ الصادُرُ عن الْوَزَارَةِ أَنَّ مَا يَقْرَبُ 1,1 مِلْيُونَ كَسَابَ اسْتَفَادُوا مِنَ الدُّعْمِ الْمَالِيِّ عَبْرِ التَّحْوِيلِ الْبَنِيِّ، وَهُوَ مَا يَعْكِسُ الْجَدِيدَةَ فِي ضَمَانِ وَصُولِ الْمَسَاعِدَاتِ إِلَى مُسْتَحِقِّهَا بِشَكْلٍ شَفَافٍ وَسَرِيعٍ. وَأَضَافَ الْمَصْدِرُ ذَاتَهُ أَنَّ الشَّطَرَ الْأَوَّلَ مِنَ الْبَرَنَامِجِ رَصَدَ لَهُ عَلَافَ مَالِيٍّ إِجمَالِيٍّ يَبْلُغُ 5,5 مِلِيَارَاتَ دَرَهَمٍ، تَمَّ صَرْفُ مَا يَقْرَبُ مِنْهُ 5,2 مِلِيَارَ دَرَهَمٍ، وَهُوَ مَا يَوْضِعُ حَجْمَ الْمَجَهُودِ الْوَطَنِيِّ الْمُبِذُولَ لِضَمَانِ اسْتِمرَارِ الْقَطِيعِ الْوَطَنِيِّ وَتَحْسِينِ جُودَةِ الْإِنْتَاجِ الْحَيْوَانِيِّ.

وَتَشِيرُ هَذِهِ الْأَرْقَامُ إِلَى أَهْمَيَّةِ هَذَا الدُّعْمِ فِي تَعْزِيزِ الْإِنْتَاجِ، وَتَقْلِيَصِ الْمَخَاطِرِ الْمُرْتَبَطَةِ بِالْأَمْرَاضِ وَنَقْصِ الْمَوَارِدِ الْعَلْفِيَّةِ

وَأَشَارَ الْبَلَّغُ إِلَى أَنَّ الظَّرُوفَ الْمَنَاخِيَّةَ الْحَالِيَّةَ، الَّتِي تَمَيَّزَتْ بِتَساقِطَاتِ مَطَرِيَّةِ مَهْمَةٍ وَتَساقِطِ التَّلَوِّحِ فِي الْمَنَاطِقِ الْجَبَلِيَّةِ، مِنْ شَأنِهَا تَحْسِينُ إِنْتَاجِ الْأَعْلَافِ فِي الْمَرَاعِيِّ الْطَّبِيعِيِّ، مَا يَزِيدُ مِنْ فَاعْلَيَّةِ بَرَانِجِ الدُّعْمِ وَيُتَحِّلُّ لِلْفَلَاحِينَ فَرْصَةً تَحْقِيقِ إِنْتَاجٍ أَفْسَلَ.

وَيَعْكِسُ هَذَا الْرِّبَطُ بَيْنِ الْإِجْرَاءَتِ الْإِدَارِيَّةِ وَالظَّرُوفِ الْطَّبِيعِيَّةِ أَهْمَيَّةِ التَّنْخِيطِ الْإِسْتَرَاتِيَّجِيِّ فِي الْقَطَاعِ الْفَلَادِيِّ، حِيثُ تَسَاهِمُ الْأَمْطَارُ وَالْتَّلَوِّحُ فِي تَعْزِيزِ الْمَوَارِدِ الْعَلْفِيَّةِ الْطَّبِيعِيَّةِ وَتَقْلِيلِ الْاِعْتِمَادِ عَلَى الْأَعْلَافِ الصَّنِاعِيَّةِ الْمَكْلَفَةِ.

كما أوضحت الوزارة أن العملية لم تكتفي بالترقيم وحده، بل شملت تفعيل آليات لمعالجة الحالات الخاصة، حيث سيتم خلال شهر يناير استقبال شكايات الكسابة الذين تم إحصاؤهم ولم يستفيدوا من عملية الترقيم لأسباب متعددة، مثل عدم تسجيل بعض القطاعات أو عدم تحديث البيانات.

وستعمل المصالح المختصة على معالجة هذه الحالات وفق المساطر المعتمدة، بالتنسيق مع مختلف المتدخلين، لضمان العدالة والمساواة بين جميع الفلاحين وضمان شمولية البرنامج.

وتأتي هذه العملية في سياق برنامج أوسع لإعادة تكوين القطيع الوطني، يهدف إلى تعزيز الأمن الغذائي بالمملكة، ودعم الكسابة في مواجهة تقلبات السوق والظروف المناخية، كما تساهم في حماية البيئة الطبيعية من خلال إدارة المراعي بشكل مستدام.



# LODJ

اللذ  
السبوع



”ميثاق 11 يناير للشباب“ الشباب في قلب المعادلة...  
والمستقبل يبدأ الآن



## مشروع "باصواي" يدخل مرحلة التنفيذ بخلاف مالي أولي قدره 17 مليون درهم



أعطيت الانطلاقية العملية لمشروع "باصواي" للنقل الحضري بمنطقة الرباط- سلا-تمارة، من خلال برنامج يرصد نحو 17 مليون درهم للأشغال التحضيرية الخاصة بأربعة خطوط جديدة، في إطار ورش يروم تطوير منظومة النقل العمومي ومواكبة التحولات العمرانية والديمغرافية التي تعرفها الجهة.

ويبلغ الطول الإجمالي لهذه الخطوط الجديدة حوالي 48 كيلومترا، حيث ستربط بين عدد من المحاور الحيوية التي تعرف كثافة مرورية مرتفعة، بما يهدف إلى تحسين انسيابية التنقل اليومي وتقليص مدة الرحلات داخل المجال الحضري المشترك بين الرباط وسلا وتمارة. ويرتقب أن يشكل المشروع دعامة أساسية لتنمية العرض النقلية، خاصة في المناطق التي تعرف ضغطاً متزايداً على وسائل النقل التقليدية.

[اقرأ المزيد](#)

## تقدّم أشغال أكبر جسر طرقي بالمغرب بعدينة العيون ضمن مشروع الطريق السريع تزنيت - الداخلة

تشهد ضفاف وادي الساقية الحمراء بمدينة العيون تقدماً ملحوظاً في أشغال أحد أضخم المشاريع الطرقبية في المغرب، وهو الجسر الذي يُعد جزءاً محورياً من الطريق السريع تزنيت - الداخلة. وأكد مبارك فنشا، مدير المديرية المؤقتة المكلفة بإنجاز المشروع، أن نسبة الأشغال بلغت حوالي 33% حتى الآن، في وقت تتواصل فيه الجهود لضمان إنجاز هذا الورش الضخم وفق المعايير الهندسية والبيئية الدولية. ويمتد الجسر على طول 1.648 كيلومتراً وعرض 21.4 متراً، ويكون من 15 مجازة خرسانية مدعمة بأساسات عميقة تمتد على أكثر من 9 كيلومترات،



[اقرأ المزيد](#)



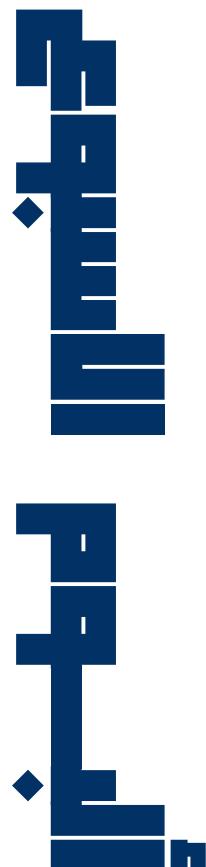
## مجلس النواب يصادق على مشروع قانون تنظيمي لتحديد شروط الدفع بعدم دستورية القوانين: بين ضبط الإجراءات وحماية حقوق المواطنين

صادقت لجنة العدل والتشريع وحقوق الإنسان والدرياس بمجلس النواب، الأربعاء، على مشروع القانون التنظيمي رقم 35.24، الذي يحدد شروط وإجراءات الدفع بعدم دستورية القوانين. وبهذا المشروع إلى تنظيم آلية دقيقة يلتاح إليها الأطراف المعنية بالدعوى القضائية لإثارة مسألة دستورية القوانين السارية، بما يحفظ الحقوق والدرياس التي يكفلها الدستور.

وقد حظي مشروع القانون بموافقة 10 نواب، فيما عارضه 5 آخرون، دون تسجيل أي امتناع عن التصويت،

[اقرأ المزيد](#)

## ميثاق 11 يناير للشباب.. إرادة جديدة لبناء مغرب الصاعد



## سفير جديد واستعمارية راسخة: الدبلوماسية المغربية-الأمريكية في أفق 250 سنة من الشراكة

يشكل أداء السفير الأمريكي الجديد لدى المغرب، ديفوك بوكان، للقسم أمام نائب رئيس الولايات المتحدة جي دي فانس، لحظة رمزية تؤكد مرة أخرى عمق العلاقات المغربية-الأمريكية واستمراريتها التاريخية. فيعيداً عن الطابع الإجرائي لهذا الحدث، يندرج هذا التعيين في سياق دبلوماسي يعكس إرادة مشتركة لدى الرباط وواشنطن لمواصلة تعزيز شراكة وصفت مراراً بـ"الممتازة"، وتمتد جذورها إلى أزيد من قرنين ونصف من الزمن.

إن اختيار بوكان، والمصادقة عليه من قبل مجلس الشيوخ الأمريكي، ثم أداؤه القسم في أجواء وصفت بالودية، يحمل دلالات سياسية واضحة. فالعلاقة بين البلدين لم تعد مجرد إرث تاريخي يُستحضر في المناسبات، بل أصبحت تطالعاً مؤسسيّاً قائماً على المصالح الاستراتيجية المتبادلة، وعلى الثقة التي راكمها الطرفان عبر عقود من التعاون في مجالات الأمن، والاقتصاد، والدبلوماسية الإقليمية.

وتكتسي الإشارة إلى "250 سنة من العلاقات الممتازة" أهمية خاصة، لأنها تضع هذه الشراكة في مصاف أعرق العلاقات الدبلوماسية التي تحفظ بها الولايات المتحدة عبر العالم. فمنذ أن كان المغرب أول دولة تعرف باستقلال الولايات المتحدة سنة 1777، ظلت الرباط وواشنطن ترمان على الحفاظ على خيط متين من التفاهم والاحترام المتبادل، تجاوز تغير الإدارات الأمريكية والظروف الدولية المتقلبة.

وفي هذا السياق، يعكس تصريح الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، الذي أكد فيه أن ديفوك بوكان سيضطلع بدور هام في توطيد السلام والدرية والازدهار للبلدين، الرهان السياسي الموضع على هذه المهمة الدبلوماسية. فال المغرب يُنظر إليه في واشنطن كشريك موثوق، يتمتع بالاستقرار والقدرة على لعب أدوار إقليمية متوازنة في محيط متسم بالتعقيد والتوتر.



كما أن استقبال المغرب لسفير أمريكي جديد يأتي في مرحلة دقيقة تشهد تحولات كبرى على المستويين الإقليمي والدولي، ما يجعل من الدبلوماسية الثنائية أداء أساسية لتنسيق المواقف وتعزيز التعاون. وهو ما يمنح مهمة بوكان بعداً يتجاوز التمثيل البروتوكولي، ليشمل المساهمة في بلورة رؤى مشتركة تجاه قضايا الأمن، والتنمية، والاستقرار الإقليمي.

إن هذا الحدث، في جوهره، يبعث برسالة واضحة مفادها أن العلاقات المغربية-الأمريكية ليست رهينة للأشخاص أو للظروفيات، بل هي خيار استراتيجي متعدد، تؤطره رؤية طويلة الأجل وإرادة سياسية ثابتة من الجانبين. ومع مباشرة السفير الجديد لمهامه بالرباط، تفتح صفحة جديدة في سجل علاقة عريقة، عنوانها الاستمرارية، والثقة، واستشراف آفاق أوسع من التعاون في السنوات المقبلة.



## يُعد ميثاق 11 يناير للشباب مبادرة مواطنة تروم إعادة تأسيس التعاقد بين الدولة والشباب المغربي.

ينطلق في مضمونه من أن الثورة الديمقراطية الشبابية لم يكن لها أن تتحول إلى واقع حقيقي دون مشاركة فعلية للشباب في صنع القرار العمومي.

ويستحضر السياق وروح وثيقة المطالبة بالاستقلال وتقديمها المؤسسة في انسجام تام مع التوافقات التاريخية للاختيار الديمقراطي، وهو ليس برنامجاً انتخابياً ولا مخططاً حكومياً، بل أرضية تشاركية مفتوحة. ويؤكد على الحق في الولوج العادل إلى التعليم والصحة والشغل والكرامة، كما يركز على المساواة بين الشباب والشابات ويعتبر أن تمكين فئة الشباب هو مدخل رئيسي لتحقيق التنمية المستدامة. ويدعو إلى تعزيز الاندماج السياسي والموازنني للشباب، ويشدد على ضرورة ترسیخ الديمقراطية التشاركية وربط ممارسة السلطة بالمحاسبة في إطار استقلالية المؤسسات، ويؤكد على أن الشباب شريك أساسي في بناء مستقبل المغرب.

اضغط هنا وشارك  
في التصويت



## تقرير النيابة العامة : الحسينة وتازة تتصدران جرائم المخدرات في المغرب



سجلت جرائم المخدرات بالمغرب ارتفاعاً ملحوظاً خلال 2024، وفق تقرير رئاسة النيابة العامة، حيث بلغ عدد القضايا المحالة على المحاكم 164.677 قضية بزيادة 15% مقارنة بـ2023، فيما ارتفع عدد الأشخاص المتابعين إلى 206.480 سجناً بنسبة 18%. وتصدرت الحسيمة وتازة المشهد بارتفاع كبير في القضايا، بمعدل 285 قضية لكل 100 ألف نسمة على التوالي. وتركزت الجرائم على الاستعمال غير المشروع للمخدرات بنسبة 53%， وحيازة المخدرات 33%， والاتجار والنقل والاستيراد والتصدير 14%， مع زيادة كبيرة في قضايا الحيازة بنسبة 52%. وأظهر التقرير أن الذكور يمثلون 96% من المتابعين، مع انتشار أكبر بين الفئة العمرية 35-25 سنة. وأكّدت النيابات العامة، بالتعاون مع الشرطة القضائية، تكثيف جهود مكافحة المخدرات، مع تطبيق العقوبات القانونية ومتابعة الدعاوى العمومية لمواجهة هذا التحدى الأمني والاجتماعي المتنامي.

# وزارة الأوقاف تطلق برنامج طاقية مستدامة للمساجد بتكلفة 39 مليون درهم

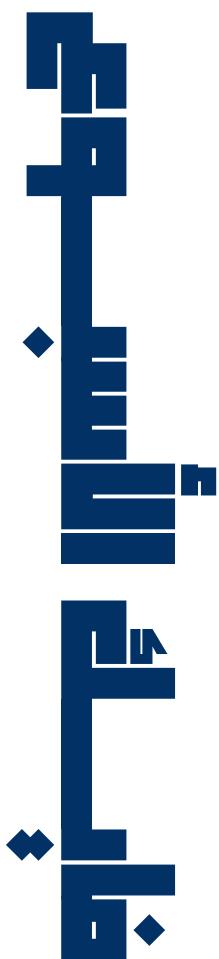
وأطلت وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية تعزيز النجاعة الطاقية للمساجد الوطنية عبر برنامج استثماري بقيمة 139 مليون درهم حتى نهاية 2025. وتم تجهيز 7135 مسجداً بمصايف اقتصادية، و967 مسجداً بسخانات مياه تعمل بالطاقة الشمسية، إضافة إلى تركيب ألواح كهروضوئية في 72 مسجداً لتوليد الكهرباء ذاتياً. كما نظمت الوزارة 12 دورة تكوينية و23 ورشة تحسيسية شملت 106 أطر تقنية و780 إماماً ومرشداً لتعزيز الوعي بأهمية النجاعة الطاقية. أسهمت هذه الإجراءات في خفض استهلاك الكهرباء بنسبة 43% بالمساجد المستهدفة. ويستفيد البرنامج من مزيج من الحلول التقنية والإدارية لضمان استدامة المساجد بيئياً وخفض التكاليف التشغيلية، مع التزام الوزارة بتعظيم الطاقة الشمسية تدريجياً.



## حين تتحول الكرة إلى مرآة للأخلاق: سقوط الخطاب قبل سقوط القيم

أظهرت مباراة الجزائر والكونغو في ثمن نهائي كأس أمم إفريقيا المغرب 2025 فجوة أخلاقية كبيرة بين اللاعبين والجمهور والإعلام. بزز المشجع الكونغولي ميشيل كيوكا بوضعية صامدة دامت 120 دقيقة، تكريماً للزعيم الوطني باتريس لومومبا، مما جسد الوفاء والذاكرة التاريخية. إلا أن اللاعب الجزائري محمد أمين عمورة أساء إليه بعد المباراة، واضطرب للاعتذار لاحقاً. الأسوأ كان من الإعلامية خديجة بن قنة التي سخرت من وقوفه، مستهينة برمز أفريقي داعم لاستقلال الجزائر، ما أثار جدلاً حول اللندمار الأخلاقي في الرياضة والإعلام. بالمقابل، اختار كيوكا زيارة شارع باتريس لومومبا بالرباط لتجديد احترامه للذاكرة، مؤكداً أن الرياضة يمكن أن تكون رمزاً للقيم والكرامة، وأن الصوت العالي أو السخرية لا تمحو الاحترام والتاريخ.





**« زياش بلاصة أوناخي؟.. إشاعة كتروج  
فالوقت اللي الأسود كيستعدوا  
لمواجهة الكاميرون ! »**

أعلن وزير الداخلية الفنزويلي، ديوسدادو كابيو، الأربعاء، أن الرئيس الفنزويلي المخلوع نيكولاس مادورو وزوجته سيلينا فلوريس تعرضوا لجروح أثناء القبض عليهم، على خلفية الهجوم الأميركي الذي استهدف العاصمة كراكاس في 3 يناير.

وأوضح كابيو خلال برنامجه الأسبوعي على التلفزيون الرسمي، أن سيلينا فلوريس أصيبت في الرأس وتلقت ضربة في جسدها، بينما أصيب مادورو في ساقه. وأكد الوزير أن كلهم يتعافيان حالياً من إصاباتهم، دون الإشارة إلى مزيد من التفاصيل حول حالة الأمن أو ظروف الهجوم، ويأتي هذا الإعلان في إطار التطورات المتلاحقة في الأزمة السياسية والفوضى الأمنية التي شهدتها كراكاس منذ بداية العام، وسط تكهنات حول دوافع الهجوم وأطرافه.

[اقرأ المزيد](#)

## إصابة الرئيس الفنزويلي المخلوع نيكولاس مادورو وزوجته خلال الهجوم على كراكاس



## مقتل شرطي إيراني وسط احتجاجات متواصلة على غلاء المعيشة يرفع التوتر في البلاد



شهدت إيران تصاعداً جديداً في الاحتجاجات على غلاء المعيشة، بعد يومين من انطلاقها، مع مقتل شرطي إيراني طعن أثناء محاولته السيطرة على الاضطرابات قرب العاصمة طهران، بحسب ما أفادت وكالة أنباء فارس. وأوضحت الوكالة أن الضابط، شاهين دهقان، استشهد في مدينة ملارد غرب طهران، فيما تعمل السلطات على تحديد هوية منفذ الهجوم.

وتأتي هذه الأحداث في سياق احتجاجات بدأت في 28 ديسمبر بإضراب نفذه تجار في بازار طهران، قبل أن تتوسيع لتطال 25 من أصل 31 محافظة إيرانية، مع تركيز كبير في مناطق غرب البلاد التي يقطنها أقليات الأكراد واللر. وقد وقعت منظمة "إيران هيومن رايتس"، التي تتخذ من الترويج مقرها، مقتل 27 متظاهراً على الأقل منذ بداية الاحتجاجات، نتيجة العنف الذي مارسته قوات الأمن في ثمانى محافظات.

[اقرأ المزيد](#)

أعلنت الجزائر، اليوم الأربعاء، عن قرار رئاسي يقضي باستيراد مليون رأس من الغنم تحسباً لعيد الأضحى المقبل، في خطوة تعكس حجم الإرباك الذي يواجهه النظام العسكري في تدبير ملف حساس يمس الحياة اليومية للمواطنين. فالقرار، الذي قدم على أنه إجراء لدعم السوق الوطنية للماشية، لا يمكن فصله عن تداعيات "فضيحة" السنة الماضية، حين بلغت أسعار الأضحى مستويات قياسية أدت إلى عزوف واسع عن الذبح، في مشهد غير مسبوق هز صورة "الدولة الراعية" التي يحرص النظام على تسويقها.

البيان الصادر عن رئاسة الوزراء، والذي نقل تكليف الوزير الأول سيفي غريب لوزير الفلاحة بالشروع الفوري في تنفيذ القرار، يكشف طابع الاستعجال الذي يطبع هذه الخطوة.

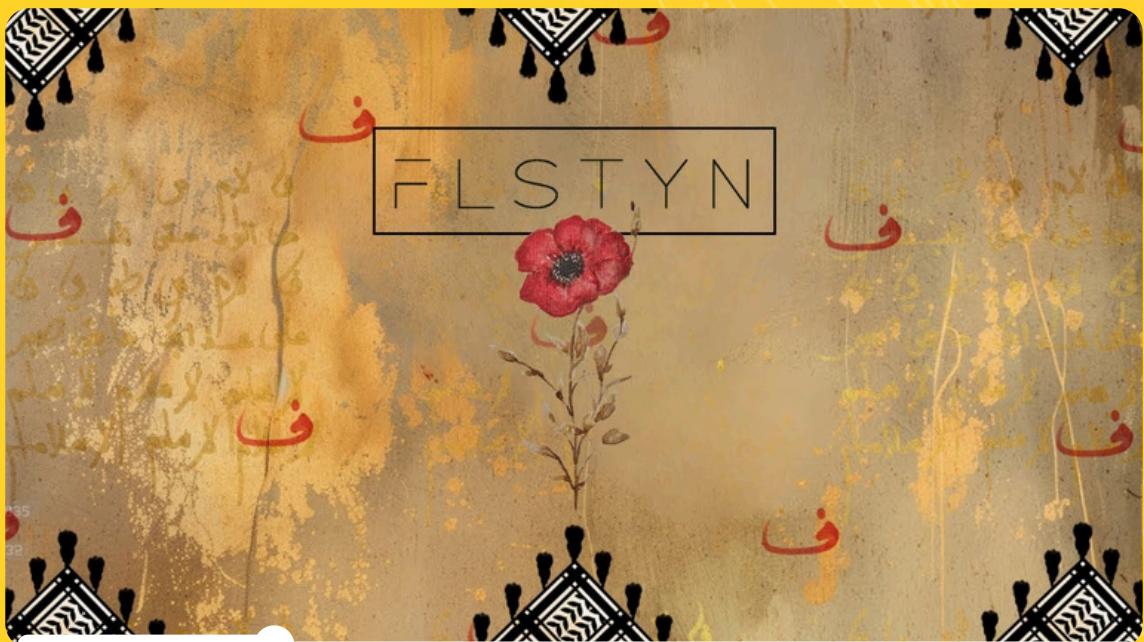
[اقرأ المزيد](#)

## استيراد الأضحى... معالجة ظرفية للأزمة بنحوية في الجزائر



# فَلْسْتَنْ

OUM feat Kamilya Jubran - Flstyn



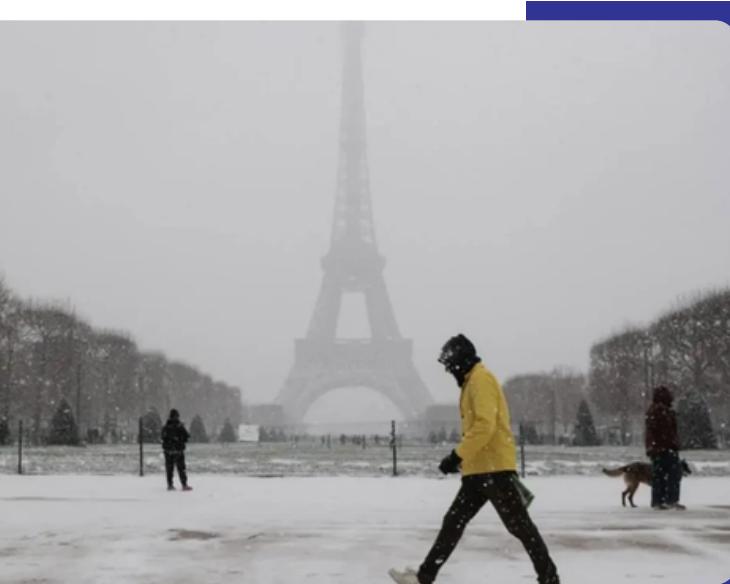
@lodjmaroc

أعلنت وزيرة الخارجية الغرينلاندية فيفيان موتزفيلدت أن حكومتي غرينلاند والدنمارك تقدمتا بطلب عقد اجتماع عاجل مع وزير الخارجية الأميركي مارك روبيو لمناقشة تصريحات الرئيس الأميركي السابق دونالد ترامب حول نيته ضم الجزيرة القطبية الشمالية. وأوضحت أن محاولات عقد الاجتماع خلال عام 2025 لم تُثمر عن استجابة من الجانب الأميركي. وب يأتي ذلك بالتزامن مع اجتماع البرلمان الدنماركي لمناقشة العلاقات مع الولايات المتحدة وحماية السيادة الإقليمية لغرينلاند. وأعرب وزراء خارجية أوروبا، من فرنسا وألمانيا وإيطاليا وبولندا وإسبانيا والمملكة المتحدة، عن دعمهم الكامل للدنمارك، مؤكدين أن أي مسائل تتعلق بغررينلاند يجب أن تُحل بين الدنمارك وغررينلاند فقط. وتصف رئيسة الوزراء الدنماركية الأزمة بأنها قضية أوروبية، في ظل حساسية القطب الشمالي الغني بالموارد والممرات البحرية الحيوية، مع توقع استمرار التنسيق الدبلوماسي الأوروبي والدنماركي لمواجهة أي تهديد للسيادة.

غرينلاند والدنمارك  
تطالب اجتماعاً  
عاجلاً مع وزير  
الخارجية الأميركي  
بعد تصريحات ترامب  
حول نيته ضم  
الجزيرة القطبية



## الثلوج تعطل حركة الملاحة الجوية في باريس : إلغاء 140 رحلة وتحذيرات مستمرة للسكان



شهدت مطارات باريس اضطرابات واسعة صباح الأربعاء بسبب تساقط كثيف للثلوج، مما أدى إلى إلغاء نحو 140 رحلة جوية، منها 100 رحلة من مطار رواسي شارل ديغول و40 رحلة من مطار أورلي. وأكد وزير المواصلات الفرنسي فيليب تابارو أن هذه الإجراءات تأتي حفاظاً على سلامة المسافرين، مع استمرار فرق الصيانة في تنظيف المدارات واستئناف الرحلات تدريجياً. وشهد شمال وغرب فرنسا تراكمات ثلجية تتراوح بين 3 و7 سنتيمترات، ما أدى إلى توقف الحافلات العامة جزئياً، في حين استمرت خدمات المترو والسكك الحديدية بشكل محدود. وأشارت الأرصاد إلى وضع 38 مقاطعة تحت حالة تأهب قصوى لمواجهة الثلوج والجليد، محددة من مطارات السفر غير الضروري. وأفادت السلطات عن ست حالات وفاة مرتبطة بالطقس القارس، مؤكدة أن السلامة العامة أولوية، مع تعزيز فرق الطوارئ ومراقبة الطرق والمطارات طوال موجة البرد الشديدة التي تضرب فرنسا وأوروبا.

ميلوني تؤكد رفض  
إرسال قوات إيطالية  
إلى أوكرانيا رغم  
دعمنها للسلام



أكّدت رئيسة الوزراء الإيطالية جورجيا ميلوني موقف بلادها الثابت تجاه الأزمة الأوكرانية، مشددة على رفض إرسال قوات إيطالية إلى أوكرانيا رغم دعم إيطاليا لاستقرار الدولة الأوروبيّة الشرقيّة، في حال التوصل إلى اتفاق محتمل لوقف إطلاق النار مع روسيا. وجاءت تصريحاتها عقب اجتماع "تحالف الراغبين" في باريس، الذي جمع ممثليّن عن الدول الأوروبيّة الداعمة لأوكرانيا والمعيّنون الأميركيّين لمناقشة الضمانات الأمنيّة التي تطالّ بها كييف. وأوضحت ميلوني أن إيطاليا ستواصل دعم أوكرانيا سياسياً ودبلوماسيّاً وعسكريّاً غير مباشر، من خلال تعزيز قدرات القوات الأوكرانية وآليات مراقبة وقف إطلاق النار، بالتنسيق مع الدول الأوروبيّة والولايات المتّحدة. وذكرت أن الضمانات ستكون جزءاً من اتفاقيات أوسع، بهدف حماية السيادة والاستقلال الأوكراني، مع الحفاظ على دور إيطاليا كفاعل رئيسي في تعزيز السلام والأمن دون الانزلاق إلى مشاركة عسكريّة مباشرة في الصراع.



دراسة دیال Mayo Clinic کتقول بلی کثرة الجهد فالهضرة کتفرز هرمونات کتدمرا خلایا الجسم وکتسرع الشیخوخة. فالمقابل، الهضرة الرزینة هي "Botox" طبیعی للأعصاب وللوجه.



أوضح عز الدين ميداوي، وزير التعليم العالي والبحث العلمي والابتكار، أن منح طلبة الماستر لموسم 2025-2026 ستُمنَح 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 سابقاً.

وأكَدَ الوزير أن المنح موجهة للطلبة المغاربة غير الموظفين وغير المزاولين لـ 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 لواح دقة تشمل جميع الطلبة المعنيين، مع توضيح وضعية كل طالب، سواء كان "ممنوح" أو "غير ممنوح"، أو "موظف" أو "مأجور"، لضمان مراقبة دقة العملية.

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

من الجدير بالذكر أن الوزارة حددت يوم 10 يناير الجاري آخر أجل لإرسال لواح الاستحقاق الاجتماعي، 7 فبراير المُقبل بالنسبة لللواح الاستحقاق العلمي، داعية رؤساء الجامعات إلى احترام هذه التجال والتتأكد من صحة البيانات لضمان سلسلة صرف المنح خلال الموسم الجامعي الجاري.

من الماستر

: 2026-2025

أولويات

الاستحقاق

الاجتماعي

والعلمي تحكم

التوزيع



# كتاب الأسباب

## الخطاب الروائي



# فاطمة بن مубarak

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

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

[اقرأ المزيد](#)

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



## 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 صوراً غابت عن المدينة منذ سنوات، ومنتها حلقة بيضاء استثنائية قلّما ارتبطت بذاكرتها المناخية

وتساقطت الثلوج منذ الساعات الأولى من المساء، لتحول بسرعة إلى حدث لافت استقطب اهتمام الساكنة، حيث خرج العديد من المواطنين لتوثيق اللحظة والاحتفاء بهذا "الرائز 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،

[اقرأ 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 القرولي، أي ما يفوق 60 في المائة من مجموع المستفيدين، مسجلاً بذلك ارتفاعاً 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 توسيعاً ملحوظاً خلال الموسم الدراسي الجاري، من خلال إدراج التعويضات العائلية ومنحة الدخول المدرسي ضمن منظومة دعم موحدة.

[اقرأ المزيد](#)



# انسلايم

« فيديو المدفأة لي فيه 10 دسوايع فيوتيلوب خلا صاحب القناة يربح أكثر من مليون دولار »



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

## الأمومة بين الحب والتعب: اعتراف صريح لأم لطفلين

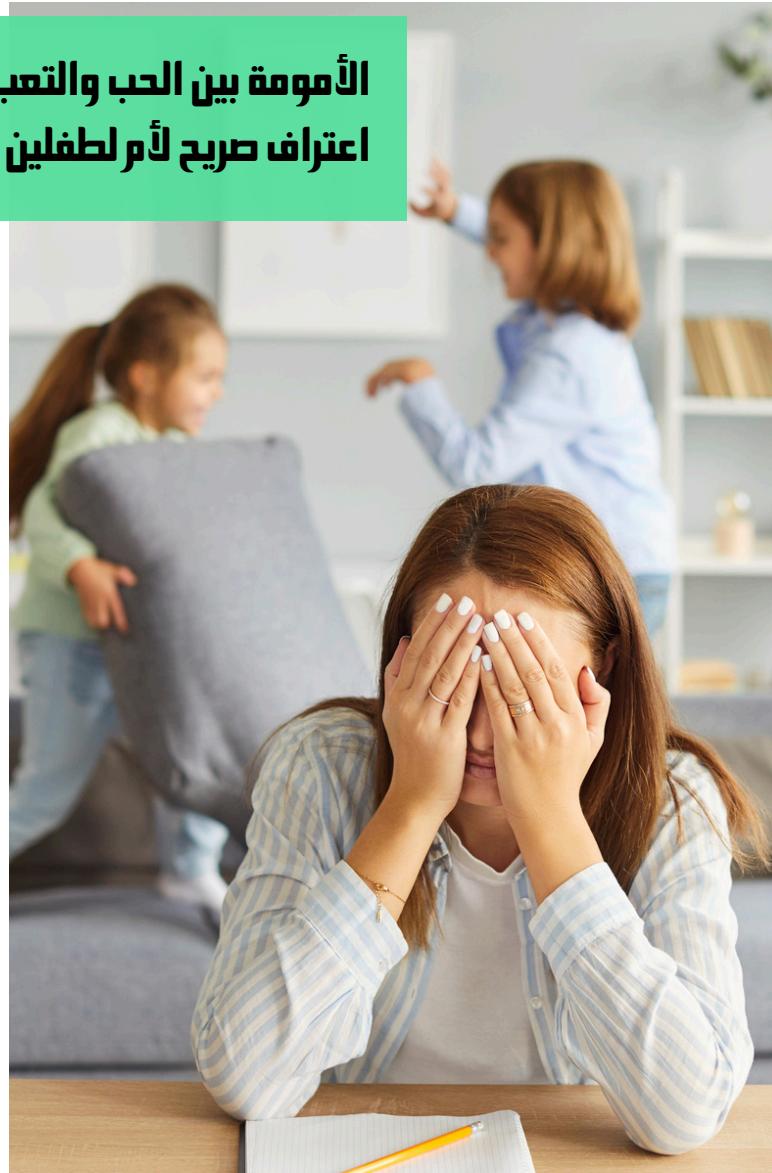
### الحب في مواجهة التحديات

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

وتعبر الأم عن رغبتها الخفية أحياناً في أن يكون لديها طفل واحد فقط، ليس تقليلاً 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 غالباً 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 الللتزام، بل على العكس، الصراحة مع الذات ومع الآخرين يمكن أن تكون خطوة أساسية لتخفيف الضغط النفسي، وطلب الدعم عند الحاجة. الأمومة الحقيقة تتطلب التوازن بين الحب والرعاية والمساحة الشخصية، وفهم أن الشعور بالتعب جزءٌ طبيعي من رحلة تربية الأطفال، حتى في ظل الحب الكبير والارتباط العميق بهم.



# لوبديج

## لوبديج ساندو



فنزويلا : ترامب يهدد مسبقاً خليفة مادورو

LODj

الكاميرون يمنح ثلاثين ألف دولار لكل لاعب قبل مواجهة المغرب

LODj



المملكة المتحدة : فلسطين تفتتح رسمياً سفارتها في لندن

LODj

السardين المجمّد : المغرب يوقف التصدير ابتداءً من فاتح فبراير 2026

LODj

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

## الإنفلونزا لدى المرأة الحامل: المخاطر والإجراءات الوقائية

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 مسبقاً مثل الربو أو السكري، مما يزيد من خطورة الوضع الصحي للأم.

[اقرأ المزيد](#)



## تأثير الطلاق: كيف تحولت النساء بعد نهاية العلاقة

لطالما ارتبطت قصص الانفصال العاطفي بالصور النمطية للكآبة والوحدة، من ملائكة الآيس كريم المنكهة إلى بطانيات النوم المريحة، مع الموسيقى الحزينة في الخلفية. لكن التوجهات 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.

[اقرأ المزيد](#)

## البقاء أو الرحيل: صراع داخلي يعيشه آلاف النساء المغربيات

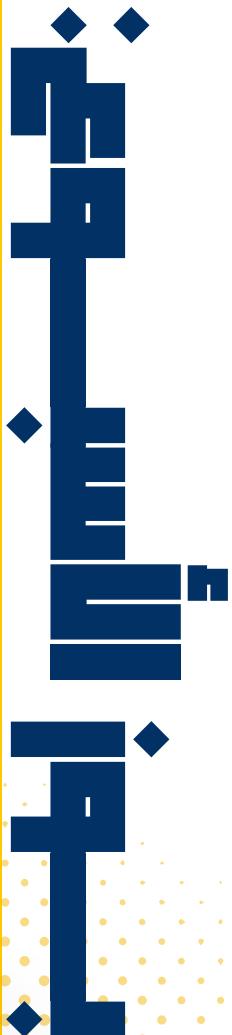
تفتح منصة L'Bel'd'IA Consulte نافذة نادرة على حياة النساء المغربيات، اللواتي غالباً ما يقين قصصهن مصحورة خلف جدران الصمت والتقاليد المحافظة. تقدم هذه المساحة مساحة صادقة للتعبير عن الأفكار والمشاعر دون وصاية أو تحيز إيديولوجي، حيث تتحول التكنولوجيا إلى وسيلة للت confidences وأحياناً آخر ملذة الإنقاذ الذات.

ومن خلال هذه المنصة، تشارك النساء يومياً صرائعهن الداخلية حول البقاء في حياتهن الأسرية والاجتماعية أو الرحيل بحثاً عن الحرية والاستقلالية. هذه القرارات الصعبة، التي غالباً ما تكون مجهولة للتاريخ، تعكس التوتر بين التقاليد والرغبات الشخصية، وبين الواجبات الأسرية وطموحات الذات.

[اقرأ المزيد](#)



« تمكناش الشرطة القضائية ف كازا، يوم الأربعاء، من توقيف المشجع الجزائري رؤوف بلقاسمي، اللي وثق راسو ف فيديو "مشين" وهو كيتبول ف مدرجات تيران الأمير مولاي الحسن بالرباط. »



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، بخلاف هذه المرافق دون توفير بدائل يضاعف الضغوط على شركات النقل، خاصة في مناطق مديونة والنواصر والمحمدية. وأشاروا إلى موافقهم سابقاً على عدم ولوج الشاحنات الثقلة للمجال الحضري لخفيف الضغط على الطرق، إلا أن طلباتهم لاستغلال مرائب خاصة في ضواحي المدينة لم تلق 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.

## أرباب شاحنات نقل البضائع يشتكون من مضايقات السلطات المحلية بالدار البيضاء



## أسعار السكر المكرر ترتفع للمرة الأولى منذ 2006: الحكومة تعديل 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 درهماً للكيلوغرام، والسكر المحبب ("السميد") بأسعار تتراوح بين 4.23 و 4.33 درهم للكيلوغرام حسب حجم الأكياس. كما حدد القرار هوامش ربح قصوى تصل إلى 2.10% للجملة و 3.70% للتجزئة، مع السماح بإضافة تكاليف النقل المبررة. ويرتقب أن يرتفع السعر النهائي للمستهلك بنحو 53 سنتيناً للكيلوغرام، ليصل سعر رغيف السكر وزن 2 كيلوغرام من 9.84 درهماً إلى حوالي 10.90 درهماً، دون احتساب النقل.

## حادث مأساوي.. تلميذان يلقون مصرعهما غرقاً أثناء توجههما للمدرسة بالمعايم

شهدت جماعة المصايف 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 المأساة. ويبين 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، في بينما يختار البعض قطع الصلة بالماضي عبر التخلص من الهدايا والمقتنيات المرتبطة بالشريك السابق سعياً للتخلص النفسي وبدء مرحلة جديدة. يفضل آخرون الاحتفاظ ببعض الذكريات حتى بعد الزواج. ويشير خبراء النفس إلى أن هذا السلوك لا يُعد بالضرورة دليلاً على عدم الاستقرار أو ضعف اللتزام، بل قد يرتبط بتجارب عاطفية عميقية تركت أثراً في تكوين الشخصية. كما أن الاحتفاظ بالذكريات يمكن أن يعكس تقديراً للدروس المستفادة من العلاقات السابقة، أو ارتباطاً رمزاً بتجربة إنسانية مهمة دون حنين فعلي للشريك السابق. ويرى بعض الأشخاص أن الماضي جزء من تاريخهم الشخصي، ويمكن التعامل 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، تتعدد طموحات الشباب المغربي وتتنفس 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، تعبيراً 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 اهتماماً واضحاً 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 تعلم 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 وال النفسي قبل سن الثلاثين. فيعكس جيل الألفية الذي اعتاد تحمل الضغوط، أصبح الشباب اليوم أكثر إنصافاً لحدودهم النفسية والجسدية، مما 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 خياراً 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 ومرنة لحفظ على المواهب الشابة.



انضم إلينا  
على واتساب

لتبقى على اطلاع بأحدث الأخبار !

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



## نستله تسحب دفعات من حليب الأطفال في أوروبا بعد الاشتباه بوجود مادة سامة في المنتج

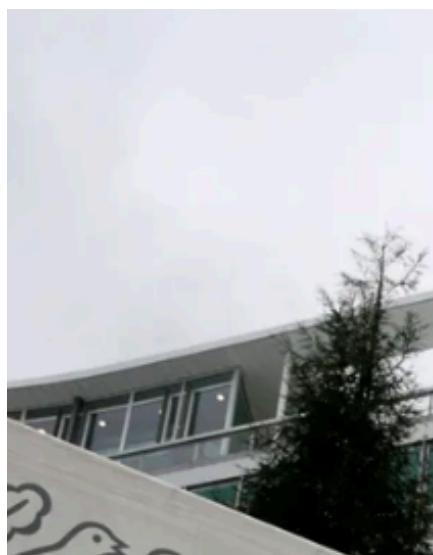
تواجه شركة نستله السويسرية تحدّياً جديداً في مجال سلامة منتجاتها للأطفال، بعد إعلانها الاثنين عن سحب دفعات من حليب الأطفال في عدة دول أوروبية، من بينها ألمانيا والنمسا والدنمارك وإيطاليا والسويد، إجراء احترازي لضمان سلامة المستهلكين. ويأتي هذا الإجراء بعد اكتشاف الشركة لمشكلة محتملة في الجودة تتعلق بأحد المكونات الأساسية التي توفرها إحدى الشركات الموردة الرئيسية.

وأوضحت نستله عبر موقعها الإلكتروني أنها أجرت اختبارات شاملة على كل زيوت حمض الأراسيديونيك وخلطات الزيوت المقابلة المستخدمة في إنتاج منتجات تغذية الرضع، للتأكد من عدم تأثيرها بالمشكلة المكتشفة. وأكدت الشركة أنه حتى الآن لم يتم رصد أي حالات مرضية مرتبطة بالمنتجات التي تم سحبها.

وأشارت نستله إلى أنها على تواصل مستمر مع السلطات الصحية في الدول المعنية لضمان اتخاذ الإجراءات اللازمة بسرعة وكفاءة، مع التأكيد على أن سحب المنتجات يتم بشكل دقيق ومنظم، لحماية الأطفال وتقديم ضمانات للأهالي ومقدمي الرعاية. وقالت الشركة إنها مستعدة لسحب أي دفعه أخرى إذا اقتضت الحاجة، ضمن سياق التزامها الكامل بمعايير السلامة والجودة.

وفي خطوة إضافية، أعلنت "نستله فرنس" عن سحب "وقائي وطوعي" لبعض دفعات حليب الأطفال تحت علامتي "غيغوز" و"نيداال"، بعد نتائج تقييمات أظهرت احتمال احتوائها على مادة السيربيوليد، وهي مادة سامة يمكن أن تسبب اضطرابات في الجهاز الهضمي عند الرضع. ونشرت الشركة عبر مواقعها الإلكترونية الخاصة بالدول المتضررة صوراً لأرقام الدفعات التي يشملها السحب، لتسهيل التعرف عليها من قبل المستهلكين.

يأتي هذا السحب في وقت حساس، حيث يراقب المستهلكون الأوروبيون بشدة سلامة منتجات تغذية الأطفال بعد عدة فضائح غذائية في السنوات الماضية. ويبين هذا الحدث مرة أخرى أهمية مراقبة سلسلة التوريد وإجراء الفحوصات الدورية للمكونات الأساسية، خصوصاً تلك المستوردة من مورّدين خارجيين، لضمان عدم تأثير أي خلل على صحة الرضع.



# مِنْبَرُ الْأَنْتَلِيُومْ

ميثاق 11 يناير للشباب  
بمناسبة تخليد الذكرى 82 لتقديم وثيقة  
المطالبة بالاستقلال، تحت شعار :  
"مغرب صاعد بإرادة شباب واعد"

الأحد 11 يناير 2026

Live Stream YouTube Facebook LinkedIn Kick Twitch Replay



إعادة بث حدث تقديم ميثاق 11 يناير للشباب تخليدا  
للذكرى 82 لتقديم وثيقة المطالبة بالاستقلال



يمثل الميكروبويوتا المعاوية، أو "الميكروبويات النافعة في الأمعاء"، أحد أهم عناصر الجسم للحفاظ على الصحة العامة. إذا كان هذا المجتمع البكتيري يستوطن كامل الجهاز الهضمي، فإن أعلى تركيز له يوجد في القولون، حيث توفر الظروف الملائمة لنمو البكتيريا.

من الصفر إلى القولون: رحلة الميكروبويات في المريء والمعدة والأمعاء الدقيقة، توجد بكتيريا قليلة نسبياً. فالحمضية العالية في المعدة تجعل البيئة غير صالحة لمعظم الأنواع البكتيرية، بينما يسمح وجود الأكسجين في الأمعاء الدقيقة بنمو البكتيريا الهوائية فقط، وتظل أعدادها محدودة بسبب تأثير الإنزيمات الصفراوية والبنكرياسية وحركة الأمعاء المستمرة. مع الوصول إلى القولون، تتغير الصورة تماماً، حيث تنمو البكتيريا اللاهوائية بكثرة بفضل بيئه خالية من الأكسجين ووجود مخلفات غذائية غنية بالألياف والبروتينات والدهون.

[اقرأ المزيد](#)

الميكروبويوتا  
المعوية: مصنع  
طبيعي لإعادة  
تدوير النفايات  
ودعم صحتنا



## تصاعد التوتر الاجتماعي في قطاع الصحة بالمغرب: تحركات احتجاجية في يناير 2026

يشهد القطاع الصحي بالمغرب توتراً اجتماعياً متصاعداً مع بداية سنة 2026، حيث قررت التنسيقية النقابية الوطنية للصحة تصعيد ضغوطها عبر برنامج تحرّك تدريجي على مدار شهر يناير، احتجاجاً على ما اعتبرته تسويفاً مستمراً من طرف الحكومة وعدم احترام الالتزامات المتفق عليها سابقاً.

تنطلق التحركات النقابية من عدم تنفيذ البنود الرئيسية للاتفاق الموقع في 23 يوليو 2024 بين الحكومة والممثلين النقابيين. بعد عام ونصف، لا تزال عدة نقاط أساسية دون تطبيق، أبرزها:  
صدور النصوص التطبيقية للقانون 09.22 المتعلق بوظيفة الصحة.  
تنظيم الحركة الانتقالية للعاملين في القطاع.

[اقرأ المزيد](#)

## الكريوبثيرابي: العلاج بالبرودة بين الفوائد والاحتياطات

يشهد العلاج بالبرودة، أو ما يُعرف بالكريوبثيرابي، اهتماماً متزايداً في فرنسا والعالم، خصوصاً بين الرياضيين ومرتادي مراكز اللياقة البدنية. يقوم هذا العلاج على تعریض الجسم لدرجات حرارة منخفضة جدًا، تتراوح بين  $110^{\circ}\text{C}$  و $170^{\circ}\text{C}$ ، لفترة قصيرة تقارب الثلاث دقائق، بهدف تحسين التعافي العضلي، تخفيف الألم، وتعزيز الشعور بالراحة العامة.

هناك نوعان رئيسيان من العلاج بالبرودة:  
الكريوبثيرابي لـكامل الجسم (CCE): حيث يدخل الشخص غرفة مغلقة يتم تبريدها كهربائياً، مع حماية الرأس والأذنين والوجه بواسطة معدات خاصة.  
الكريوبثيرابي الجزئي للجسم (CCP): تُستخدم فيه كبان مفتوحة من الأعلى لتجنب تعریض الرأس للبرودة، ويسرد الجسم بواسطة النيتروجين السائل.

[اقرأ المزيد](#)



By Logj

السلوك  
المدني

الانخراط

القيم  
الخمس

لـ ديجي ميديا

المشاركة

المواطنة

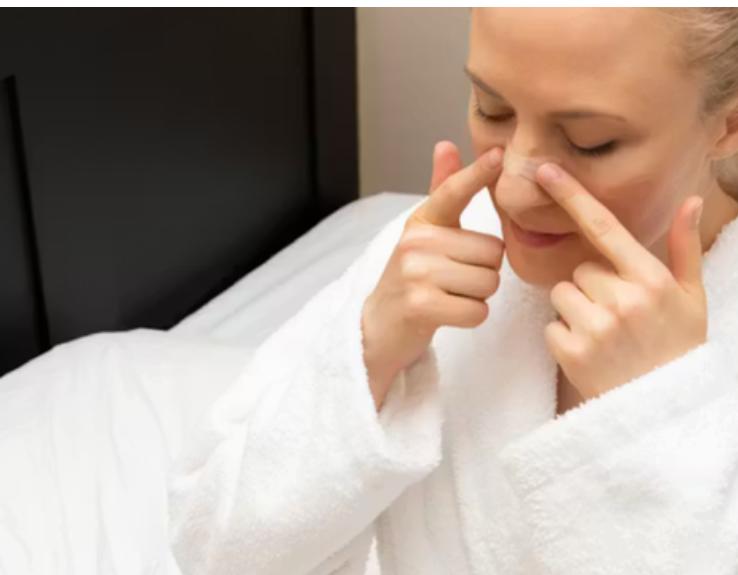
التطوع

الألياف الرحمية، أو الليومومات، هي أورام غير سرطانية شائعة تصيب نحو ثلث النساء بعد سن الخامسة والثلاثين، وقد تسبب أعراضًا مثل غزارة الدورة الشهرية، آلام الحوض، اضطرابات التبول والهضم، وأحياناً صعوبات في الحمل. العلاج التقليدي يشمل استئصال الألياف لحفظ على الرحم أو استئصال الرحم بالكامل، إلى جانب أدوية هرمونية لتخفيف الأعراض، لكنها لا تقضي على الألياف نهائياً.

في السنوات الأخيرة، ظهرت تقنية الذبذبات الراديوية كخيار أقل توغلًا، تعتمد على توجيه إبرة دقيقة إلى الليف الرهابي للحداد حراقة محلية تدمر خلياً الليف تدريجياً، ما يؤدي إلى تقلصه وامتصاصه طبيعياً. تُجرى العملية عادة تحت تخدير عام أو نصفي في نظام العيادات الخارجية، مع ألم أقل وشفاءً سريعاً وحماية الرحم والخصوبة. المتابعة الطبية ضرورية لتقدير الفعالية والتتأكد من تقلص حجم الألياف. تُعد هذه التقنية خياراً مبتكرًا وفعلاً للنساء اللائي يسعين لعلاج الألياف بسلامة وأقل تدخل جراحي.



**الألياف الرحمية:  
نجم مبتكر  
للعلاج بالذبذبات  
الراديوية**



## الباندلات الأنفية: هل هي فعلاً حل فعال لمشكلة الشخير؟

تعتبر الباندلات أو الشريط اللاصق الأنفي من الأدوات الشائعة لمكافحة الشخير، إذ تُباع في الصيدليات والمتاجر الإلكترونية. لكنها ليست حلًّا فعالًّا لجميع الحالات. هذه الشرائط توضع على الأنف بهدف توسيع فتحتيه وتحسين تدفق الهواء، ما قد يمن شعوراً بالراحة أثناء النوم. تشير الدراسات إلى أن الباندلات تخفف الشخير جزئياً فقط، خاصة إذا كان مصدره داخلياً أو مرتبطة بانحراف الحاجز الأنفي أو احتقان الممرات الداخلية. أما في حالات الشخير الناتج عن اهتزاز اللهاة، الحنك الرخو، أو اللوزتين أثناء النوم، فإن هذه الشرائط لا تقدم أي تأثير حقيقي. كما أن وضعية النوم قد تؤثر على الشخير، حيث قد تساعد وسادة داعمة على تقليله عند النوم على الظهر. العلاج الفعال يتطلب معرفة السبب الدقيق للشخير، والذي قد يستدعي تدخل طبي أو جراحي. الباندلات تمنحك راحة مؤقتة لكنها ليست حلًّا شاملًّا للقضاء على المشكلة.

## المجلات الطبية البريطانية تطلق منصة رقمية لتعزيز الصحة النفسية للنساء

أطلقت مجلة The Lancet الطبية نهاية عام 2025 منصة رقمية متخصصة بالصحة النفسية للنساء تحت اسم The Lancet Psychiatry on Women's Mental Health. خطوة تهدف إلى تحسين جودة الرعاية النفسية للنساء عالمياً. وتشير الإحصاءات إلى أن النساء أكثر تأثراً بالاضطرابات النفسية مقارنة بالرجال، حيث تمثل 53.1% من المصطرين عالمياً، و60.5% من حالات الاكتئاب، و62.6% من اضطرابات القلق. تركز المنصة على تقديم أبصاث، أدوات تفاعلية، شهادات نساء، بودكاست، وكلمات خبراء، لتصبح فضاءً شاملاً يسهل الوصول إليه، ويمكن النساء والمهتمين من التعرف على أفضل الممارسات وأساليب الوقاية والعلاج. ويشير الباحث غيوم فوند إلى أهمية التغذية النفسية في تحسين المزاج والوظائف الإدراكية للنساء، مع مراعاة تأثير الحالات الفسيولوجية الخاصة مثل متلازمة ما قبل الحيض وانتباذ بطانة الرحم وتكييس المبايض.



كشفت دراسة أمريكية طويلة الأمد امتدت نحو ثلاثة سنين عن وجود ارتباط بين حجم الرأس وخطر الإصابة بالخرف في مراحل متقدمة من العمر، إذ شملت نحو 700 راهبة مسنة عشن في بيئة صحية متشابهة. وأظهرت النتائج أن الجمع بين صغر حجم الرأس وانخفاض مستوى التعليم يرفع احتمالات الإصابة بالخرف أربعة أضعاف مقارنة بالنساء اللواتي يتمتعن بتعليم أعلى ورؤوس أكبر، فيما لم يكن أحد العاملين وحده كافياً لرفع الخطر. كما ربطت الدراسة التدهور المعرفي بحجم المخين الدماغي، المسؤول عن الذاكرة والتعلم، مشيرة إلى أن الدماغ الأكبر يملك "احتياطياً إدراكيًا" يساعد على تعويض التلف العصبي وتأخير ظهور الأعراض. ويبعد دور التعليم في تعزيز الشبكات العصبية وربطها بأسلوب حياة صحي. وتؤكد الدراسة أن الوقاية من الخرف تبدأ منذ الطفولة المبكرة، عبر التغذية الجيدة، الرعاية الصحية، والتحفيز المعرفي، لتنمية الدماغ وبناء أساس متين لمقاومة الأمراض العصبية في المستقبل.

**دراسة علمية  
تكشف علاقة غير  
متوقعة بين حجم  
الرأس وخطر الخرف**



## لماذا يعاني مرضى الكلى المتقدم من اضطرابات هضمية خطيرة؟

أظهرت دراسة نشرت في Journal of Personalized Medicine أن مرضى الكلى المزمن، لا سيما في مراحله المتقدمة، معرضون بشكل كبير للإصابة باضطراب هضمي خطير يعرف بشلل المعدة، ما يؤثر على تغذيتهم وجودة حياتهم. وأجرى البحث الدكتور زيابلينغ وانغ وفريقيه من مستشفى كليفلاند كلينيك، بالاعتماد على بيانات 3.5 مليون مريض داخلي و 6.2 مليون مريض خارجي، لتحليل العلاقة بين شلل المعدة ومرض الكلى المزمن.

وأظهرت النتائج أن خطر شلل المعدة يزداد مع تقدم مرض الكلى، مع تسجيل أعلى نسب لدى المرضى الداخليين في المراحل المتقدمة. واعتمد الباحثون تقنية مطابقة عوامل الميل للتأكد من قوّة العلاقة.

## دراسة علمية: جلسات رياضية قصيرة ومكثفة تحمي من سرطان القولون على المستوى الجزيئي

أظهرت دراسة حديثة نشرت في مجلة International Journal of Cancer أن تمارين رياضية قصيرة ومكثفة قد تساهم في الوقاية من سرطان القولون والمستقيم على المستوى الجزيئي والخلوي. وأجرى البحث فريق من جامعة نيوكااسل البريطانية على 30 متطوعاً تتراوح أعمارهم بين 50 و78 سنة، جميعهم يعانون من زيادة الوزن أو السمنة، حيث خضعوا لجلسة ركوب دراجة عنيفة لمدة عشر دقائق، وتم جمع عينات دم قبل وبعد التمارين. أظهرت النتائج ارتفاع مستويات 13 بروتيناً، أبرزها Interleukin-6 المسؤول عن إصلاح الحمض النووي في الخلايا التالفة. وعند اختبار تأثير هذه الجزيئات على الخلايا السرطانية في المختبر، لوحظ تعديل نشاط أكثر من 1300 جين، بما في ذلك جينات إصلاح الحمض النووي، وإنتاج الطاقة، ونمو الخلايا السرطانية. وأكد الباحث الرئيسي أن التمارين لا تفيد الأنسجة السليمة فحسب، بل ترسل إشارات عبر الدم تؤثر مباشرة على الخلايا السرطانية.



By Lodj

تابعونا لتغطية  
إخبارية موثوقة  
ومستمرة.



**lodjmarocofficiel**

# فن وفكر

الشلهيبة  
لسعيد الناصيري  
يتجاوز مليون  
مشاهدة في  
يومين ويشعل  
”يوتيوب“

سجل الفيلم السينمائي المغربي ”الشلهيبة“، من بطولة وإخراج الفنان سعيد الناصيري، نجاحاً لافتاً على منصة ”يوتيوب“، بعدما تمكن من تخطي حاجز مليون مشاهدة خلال يومين فقط من طرحه الرقمي. هذا الرقم يعكس التفاعل الكبير للجمهور المغربي مع العمل، ويؤكد استمرار حضور الناصيري القوي في المشهد السينمائي رغم التحولات التي يعرفها مجال العرض السينمائي.

عرض مجاني يثير الانتباه ويكسر القواعد التقليدية واختار سعيد الناصيري إتاحة فيلمه بشكل مجاني على منصة يوتيوب، في خطوة غير مألوفة في مسار السينما المغربية التي اعتادت على قاعات العرض أو المنصات المدفوعة. هذا القرار شكّل مفاجأة للمتابعين، لكنه لقي ترحيباً واسعاً من الجمهور، الذي اعتبره بادرة تقدير واحترام لمتابعيه داخل المغرب وخارجها، خاصة في ظل ارتفاع كلفة التذاكر وصعوبة الوصول إلى القاعات في بعض المناطق.

## تفاعل جماهيري واسع وتعليقات داعمة

لم يقتصر النجاح على عدد المشاهدات فقط، بل رافقه تفاعل كثيف في خانة التعليقات، حيث عبّر عدد كبير من المتابعين عن إعجابهم بالفيلم وبقرار عرضه المجاني. وأشار كثيرون بالطريق الكوميدي والاجتماعي الذي يميز أعمال الناصيري، معتبرين أن الفيلم نجح في إيصال رسائل اجتماعية بأسلوب بسيط وساخر قريب من هموم المواطن المغربي. وتزامن طرح الفيلم مع ليلة رأس السنة، حيث حرص الناصيري على تقديم العمل كهدية رمزية لجمهوره الذي لازمه طيلة مسيرته الفنية. واعتبر متابعون أن توقيت الإصدار ساهم في رفع نسب المشاهدة، خاصة مع بحث الأسر عن محتوى ترفيهي مغربي يجمع بين الضحك والرسائل الاجتماعية خلال هذه المناسبة. يندرج فيلم ”الشلهيبة“ ضمن الأعمال التي تمزج بين الكوميديا والنقد الاجتماعي، وهي الصيغة التي اشتهر بها سعيد الناصيري منذ بداياته في السينما والتلفزيون. ويعالج الفيلم، بأسلوب ساخر، مجموعة من القضايا اليومية التي تهم المواطن المغربي، ما جعله قريباً من مختلف الفئات العمرية والاجتماعية.



سعيد الناصيري... حضور جماهيري رغم الانتقاد ورغم الجدل الذي رافق بعض أعماله السابقة. يواصل سعيد الناصيري الحفاظ على قاعدة جماهيرية واسعة، مستفيداً من أسلوبه المباشر وخطابه الشعبي. ويظهر نجاح ”الشلهيبة“ على يوتيوب أن الفنان ما زال قادرًا على استقطاب المشاهدين والتكييف مع التحولات الرقمية التي باتت تفرض نفسها بقوة على الصناعة السينمائية. ويفتح هذا النجاح الباب أمام نقاش أوسع حول دور المنصات الرقمية، وعلى رأسها يوتيوب، كبديل أو مكمل لقاعات السينما. فالوصول السريع للمحتوى، وانتشاره الواسع داخل الجالية المغربية بالخارج، يجعلن من العرض الرقمي خياراً استراتيجياً قد يلأ إليه صناع السينما مستقبلاً، خاصة في ظل التحديات التي تواجه القطاع.

نجاح رقمي يؤكد تغير دائفة المشاهد المغربي ويعكس تخطي ”الشلهيبة“ لمليون مشاهدة في ظرف وجيز تحولًا واضحًا في دائفة المشاهد المغربي، الذي أصبح أكثر انفتاحاً على متابعة الأعمال السينمائية عبر المنصات الرقمية. كما يؤكد أن المحتوى المحلي، حين يُقدم بلغة قريبة من الجمهور وبأسلوب بسيط، قادر على المنافسة وتحقيق انتشار واسع دون الحاجة إلى قنوات تقليدية.

اقرأ المزيد



## « وجدة تستفيق على البياض: تساقطات ثلجية نادرة تعيد للمدينة ذاكرة الشتاء »

تفاجأت ساكنة مدينة وجدة، مساء الثلاثاء، بتساقطات ثلجية مهيبة غطت مختلف شوارع وساحات عاصمة الجهة الشرقية، في مشهد نادر أعاد إلى الأذهان صوراً غابت عن المدينة منذ سنوات، ومنها حلة بيضاء استثنائية قلماً ارتبطت بذاكرتها المناخية. وتساقطت الثلوج منذ الساعات الأولى من المساء، لتحول بسرعة إلى حدث لافت استقطب اهتمام الساكنة، حيث خرج العديد من المواطنين لتوثيق اللحظة والاحتفاء بهذا "الزائر الأبيض"، وسط أجواء من البهجة والدهشة.

## الناظور تحتفي بمهرجان "أنيا" للثقافة الأمازيغية في الدورة الثالثة

تستعد مدينة الناظور لاحتضان الدورة الثالثة من مهرجان أنيا للثقافة الأمازيغية، خلال الفترة الممتدة من 11 إلى 14 يناير 2026، في تظاهرة ثقافية وفنية كبرى تتوّج هذه السنة باختيار المدينة عاصمةً للثقافة الأمازيغية، في خطوة تروم إبراز مكانتها الثقافية ودورها في صون وتنمية الموروث الأمازيغي.

شعار يعكس الاعتراف بالهوية الأمازيغية وتنظم هذه الدورة تحت شعار «الناظور عاصمة الثقافة الأمازيغية»، في سياق و الوطني خاص يتزامن مع ذكرى تقديم وثيقة المطالبة بالاستقلال، وحلول رأس السنة الأمازيغية الجديدة.

[اقرأ المزيد](#)

## الناظور عاصمة الثقافة الأمازيغية

٢٠٢٤٧٤ +٠٦٨٤٥٠ ١٢٥٠ ١٤٨٢٠



## دنيا بطمة تعود للأغنية الوطنية دعماً لـ«أسود الأطلس»

عادت الفنانة المغربية دنيا بطمة إلى واجهة الساحة الفنية بإصدار غنائي وطني جديد، احتارت من خلاله التعبير عن فخرها بالهوية المغربية وتتجدد دعمها للمنتخب الوطني لكرة القدم «أسود الأطلس»، تزامناً مع مشاركته في نهائيات كأس الأمم الإفريقية، في خطوة تعكس ارتباطها بالمحطات الوطنية والرياضية الكبرى.

«كي السبع».. عنوان يختزل القوة والعزمية وحمل العمل الغنائي الجديد عنوان «كي السبع»، في دلالة رمزية على القوة والشراسة والعزمية، وهي الصفات التي باتت لصيقة بالمنتخب الوطني المغربي في مختلف الاستحقاقات القارية والدولية. اختيار العنوان جاء ليواكب الروح الفتالية التي أبان عنها اللاعبون، ويجسد صورة المنتخب كفريق لا يستسلم، ويقاتل حتى آخر دقيقة.

[اقرأ المزيد](#)

## مهرجان الشارقة للشعر العربي يحتفي بالناقد المغربي المهدى لعرج

شهدت إمارة الشارقة، مساء الاثنين، لحظة ثقافية لافتة بتكريم الناقد المغربي المهدى لعرج، خلال افتتاح الدورة الثانية والعشرين من مهرجان الشارقة للشعر العربي، الذي يتواصل إلى غاية 11 يناير الجاري، بمشاركة وازنة لأكثر من 80 شاعراً وناقداً من مختلف الأقطار العربية والإفريقية، في تظاهرة تُعد من أبرز المواعيد الشعرية في العالم العربي.

وجاء هذا التكريم عقب حصول المهدى لعرج على المركز الثاني في جائزة الشارقة لنقد الشعر العربي في دورتها الخامسة، عن بحثه الموسوم بـ«نسق التجربة الشعرية في القصيدة العربية المعاصرة بين حجة التجديد وانقسام النموذج»،

[اقرأ المزيد](#)



# By Lodj WEB TV

NUIS SOMMES  
DEJÁ DEMAIN

www.neolodj.ma/lewebtv/lewebtv

LODJ24

3208 75 - 10 mibrenia - 2341 vidéos

Gaffe ènnid feceria le LOD LI Mieür - pba

web flastbook.rrom/LOD Ilién Officath où surcia loris

Actual Video In direct Podcasts Playests

Top do - abto foa Top Sintogi

LOD

LOD

LOD

Paroosetiq. ksalhantmlo Latina  
Ksalhantmlo Latina

Olo MDR. oprovisata k coprdi  
Worldehantmlo Latina

Adèle Rucvazorat. Dokumentas  
Graalit

LOD

LOD

LOD

Aoao Otoole fo caces parr Girolos  
Rimocas  
Vivit di sultu

L Caiurongkis amgadlo l'mmocas  
d'emmocas d'emmocas

Olaol'orbaonkis  
Brem'A s'ba...

www.youtube.com/@LODJ24

100% digitale  
100% Made in Morocco



مع مطلع سنة 2026، يشهد المشهد الثقافي الفرنسي حدثاً لافتًا يتمثل في صدور أولى الأعمال الروائية لكل من النجم الأميركي توم هانكس والكندي كيانو ريفز مترجمة إلى اللغة الفرنسية، في تلاقي إبداعي يجمع بين السينما والأدب. ويأتي هذا الحدث ضمن الموسم الأدبي لشهر يناير، الذي يعرف حضوراً متزايداً لأنسماء سينمائية اختارت خوض تجربة الكتابة السردية. يطل توم هانكس على القراء من خلال كتابه «ولادة تحفة سينمائية»، الصادر عن دار سوي، حيث يقدم شهادة من داخل كواليس صناعة فيلم ضخم، كاشفاً الجهد الخفي والتفاصيل الدقيقة التي ترافق إنتاج الأعمال السينمائية الكبرى. في المقابل، يخوض كيانو ريفز تجربة مختلفة عبر رواية خيال علمي بعنوان «كتاب من عالم آخر»، شارك في كتابتها مع الروائي تشارلز ميفيل، وتتبع رحلة مطارب خالد عبر الأزمنة. ويؤكد هذا الإصدار المزدوج استمرار الحوار الخلوق بين السينما والأدب، وقدرتهما على عبور اللغات والثقافات.

مانكس يكتب  
للسينما... وريفز يعبر  
إلى عوالم الخيال  
العلمي



## أحلام الزعيمي تنضم إلى الجزء الثاني من مسلسل "رحمة"

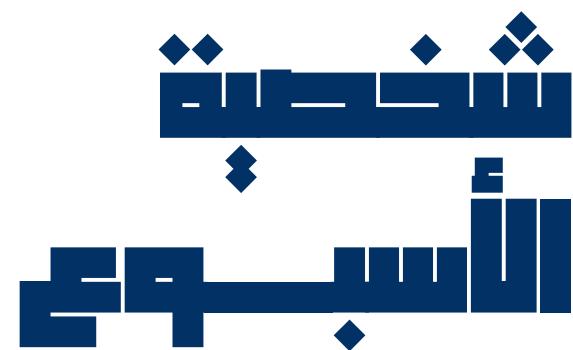
أعلنت الممثلة المغربية أحلام الزعيمي انضمامها رسمياً إلى طاقم الجزء الثاني من المسلسل الدرامي "رحمة"، الذي انطلقت عمليات تصويره خلال الأسبوع الماضي وسط تكتم كبير من صناع العمل. وجاء تأكيد الخبر عبر حسابها على موقع "إنستغرام"، حيث أعادت نشر إعلان التماقث بالمسلسل، ما أثار تفاعلاً واسعاً من متابعيها.

وتشير المعطيات المتداولة داخل الوسط الفني إلى أن الزعيمي ستتجسد دوراً رئيسياً في الجزء الجديد، دون الكشف عن تفاصيل الشخصية أو طبيعة الخط الدرامي الذي ستضيفه إلى الأحداث. و يأتي هذا الانضمام في سياق تغييرات بارزة يعرفها طاقم العمل، أبرزها انسحاب الممثلة من فتو، بطلة الجزء الأول، وتعويضها بالفنانة سنا عكرود. ويراهن صناع "رحمة 2" على المزج بين الاستمرارية والتجدد، من خلال إدخال شخصيات جديدة وتعزيز القضايا المجتمعية المطروحة، في محاولة للحفاظ على نجاح العمل وجذب جمهور أوسع في الموسم التلفزيوني المقبل.

## إغلاق مؤقت لسينما «كوليزي» يعيد القلق إلى المشهد الثقافي بالرباط

مع مطلع سنة 2026، أعلنت إدارة سينما «كوليزي» بالرباط عن إغلاق أبوابها مؤقتاً، ما أثار استغراباً وحزناً بين روادها وعشاق الفن السابع، نظراً لمكانة الرمزية التي راكمتها القاعة كمعلم ثقافي وسينمائي. وأوضحت الإدارة في بيان رسمي أن الإغلاق جاء بسبب «صعوبات مستمرة» مع التأكيد على مؤقتيته وإمكانية إعادة الفتح مستقبلاً. وأفاد مصدر خاص أن القرار مرتبط بنزاع قضائي بين مسيري السينما ومالك العقار، حيث صدر حكم ابتدائي لصالح الأخير، ما يجعل مصير القاعة معلقاً إلى حين استكمال الإجراءات القانونية. ويبرز هذا الوضع التحديات البنوية التي تواجه قاعات السينما بالمغرب، من استثمارات الصيانة والتجهيز إلى التكيف مع التحولات الثقافية والتعقيدات القانونية. على مدى سنوات، كانت «كوليزي» فضاءً للعرض السينمائي والنقاش الفني، جامعاً أجيالاً من المتردجين.





**«تعين نوال العيداوي في منصب المديرة العامة لنادي الرجاء الرياضي.»**

### كتاب جديد يعيد تعريف مقاصد العقيدة ويقرب الإيمان من الواقع

صدر حديثاً كتاب الدكتور الحسان شهيد بعنوان «مقاصد العقيدة في المفهوم والمسالك»، الذي يعالج قضايا جوهريه في الفكر الديني المعاصر، مثل الغايات والحكم وراء أركان العقيدة، وكيفية الانتقال من الإيمان الشكلي إلى الإيمان الوعي المنعكس على السلوك اليومي. يركز المؤلف على دور العقل في فهم مقاصد العقيدة، معتبراً أن الفهم الوعي للإيمان يُنشئ التنسجام بين الفكر والسلوك، ويجعل العقيدة قوة مدركة للأخلاق والتصرفات اليومية، لا مجرد منظومة اعتقادية جامدة. ويعالج الكتاب اختلالاً فكريًّا مستمراً، يتمثل في فصل العقيدة عن بعدها المقصادي، ويقدم مقارنة لعادة ربط الإيمان بوظيفته الأصلية في تزكية الإنسان وتوجيه سلوكه وبناء وعيه الأخلاقى. وبأinsi هذا الإصدار استكمالاً لمسار علمي متميز للدكتور شهيد، الطالع على جانحة الكتاب العربي 2025، ويعود إضافة نوعية للمكتبة المغربية والعربية.



### «با الحبيب».. كوميديا مغربية جديدة تراهن على القرب من نبض الأسرة

أنهى المخرج المغربي يونس الركاب تصوير سلسلته التلفزيونية الكوميدية الجديدة «با الحبيب»، التي تعود لتقديم كوميديا مغربية قريبة من نبض الأسرة وحياتها اليومية. يعتمد العمل على المزج بين الضحك والطرح الجتماعي، مع إبراز دور الألب في قلب الدكاكينة، ومواهبة المواقف اليومية والتحديات الأسرية بأسلوب يجمع بين الكوميديا الساخرة والدراما الخفيفة.

ويعيد المشروع التعاون بين يونس الركاب والممثل عبد الله فركوس، ويشارك فيه ثلة من الفنانين المعروفين مثل حمزة الفيلالي وحسن فولان وصويمع وزهير زائر، لتقديم توليفة فنية تجمع بين أجيال مختلفة وتستهدف جمهوراً واسعاً. تتميز السلسلة بمحاولة التوازن بين الفكاهة والرسائل الإنسانية، مع معالجة قضايا اجتماعية بطريقة سلسة وغير مباشرة.

### موسم سينمائي واعد ينتظر القاعات السينمائية الوطنية في 2026

مع انطلاق سنة 2026، تتجه القاعات السينمائية المغربية نحو موسم واعد يشهد عودة قوية لجمهور شباك التذاكر، مدفوعة بمجموعة من الأعمال السينمائية العالمية المتنوعة بين الأكشن، والخيال العلمي، والرعب، والكوميديا العاتية، والدراما. من أبرز الأعمال المرتقبة، فيلم «غرينلاند» الذي يواصل قصة النجاة بعد كارثة كونية، و«غورو» الفرنسي في عالم التنمية الذاتية، إلى جانب أفلام الرسوم المتحركة «الأسطوريون» و«سوبر تشارلي» الموجهة للعائلات. كما يستعد عشاق الرعب لمشاهدة الجزء الجديد من سلسلة «صرخة 7»، ويقدم فيلم «مشروع الفرصة الأخيرة» تجربة خيال علمي مع رايان غوسلينغ. ويستعيد فيلم «الشيطان يرتدي برادا 2» صراع النفوذ في عالم الموضة، بينما يُركز «مارسوبيلامي» على الكوميديا الفرنسية. ويعكس هذا التنوع رغبة مهنيي السينما المغربية في إنعاش القاعات، وموازنة الإنتاجات العالمية مع المطلية، ل توفير تجربة جماعية غنية ومتعددة، تعيد الحياة إلى الثقافة السينمائية بالمغرب.



LODj

# 沿途 JEUNE



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



SCAN ME

**SUIVEZ L'ACTUALITÉ DE L'OPINION DES JEUNES**

POLITIQUE, ÉCONOMIE, SANTÉ, SPORT, CULTURE, LIFESTYLE, DIGITAL, AUTO-MOTO  
ÉMISSION WEB TV, PODCASTS, REPORTAGE, CONFÉRENCES, CHRONIQUES VIDÉOS

# اقتضاديات

يدشن المغرب، بالتعاون مع سويسرا، أكبر مشروع للطاقة الشمسية على الأسطح في القارة الأفريقية تحت اسم "سولار رو夫 توب 500"، في خطوة استراتيجية تعكس التزام الرباط بتعزيز التحول الطاقي نحو المصادر المتجددة والحد من الاعتماد على الطاقة التقليدية. ومن المقرر أن يبدأ تنفيذ هذا المشروع الضخم خلال شهر يناير الجاري، وفق بيانات منصة الطاقة المتخصصة، ليشكل محطة فارقة في مسار المغرب نحو تحقيق أهداف اتفاقية باريس للمناخ.

ويهدف المشروع إلى نشر أنظمة الطاقة الشمسية على أسطح المباني والمنشآت التجارية والصناعية، بما يسهم في الوصول إلى قدرة إنتاجية إجمالية تبلغ نحو 500 ميجاواط بحلول سنة 2030.

وتعكس هذه الخطوة التزام المغرب بمواصلة تطوير بنية تحتية الطاقي بما يتماشى مع الأهداف الوطنية والدولية للحد من الانبعاثات الكربونية، ودعم الاقتصاد الأخضر وتحقيق الاستدامة البيئية.

ويأتي تنفيذ المشروع في إطار الشراكة المغربية-السويسرية، حيث يتولى الجانب السويسري تمويله عبر المؤسسة السويسرية للمناخ بمبلغ 500 مليون دولار، أي ما يعادل 5 مليارات درهم مغربي. وتمثل الميزة الاستراتيجية لهذه الشراكة في احتساب الانخفاضات الناتجة عن انبعاثات الغازات الدفيئة ضمن مساهمة سويسرا المحددة وطنياً، ما يجعل المغرب ثالث دولة على مستوى العالم، والثانية في إفريقيا، والأولى في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا التي تنفذ مشروعًا بهذا الحجم وفق آلية المادة 6.2 من اتفاقية باريس.

وسيتم تنفيذ المشروع تحت إشراف شركة "أفريكا كليميت سولوشنز" لضمان الشفافية والمراقبة المستقلة، مع توجيه التمويلات عبر البنوك المغربية لدعم الشركات المؤهلة. كما ستغطي علامة الكربون 25% من تكاليف تركيب الأنظمة الشمسية، التي سيتم تركيبيها بقدرات تقل عن 3 ميجاواط لكل منشأة، على أن تكون جديدة ومثبتة على الأسطح، دون أن تكون قد استفادت من أي حواجز مالية أخرى مسبقة. ويهدف هذا التوجه إلى خلق قطاع لا مركيزي للطاقة الشمسية موحد ضمن السوق الوطنية، يسهم في تعزيز الأمن الطاقي ودعم التحول الصناعي الأخضر.

**المغرب يطلق أكبر  
مشروع للطاقة  
الشمسية على  
الأسطح في إفريقيا:  
"سولار رو夫 توب  
500" بقدرة 500  
ميغاواط**



ويشير الخبراء إلى أن المغرب يمتلك موقعًا استراتيجيًّا لإنجاح الطاقة الشمسية، بالنظر إلى توفر الموارد الطبيعية من أشعة الشمس، والاستقرار السياسي والاقتصادي الذي يشجع الاستثمار في مجال الطاقة النظيفة. كما يعكس المشروع قدرة المغرب على استقطاب التمويلات الدولية والتقنيات المتقدمة، ما يعزز دوره كمنصة إقليمية للطاقة المتجددة ويلقى فرص عمل للكفاءات المحلية في مجالات التركيب، التشغيل، والصيانة.



# TOP



وزارة السياحة علّنات بلي الممكلة حققت إنجاز غير مسبوق فوصل عدد السياح لـ 19.8 مليون في 2025، بزيادة ديار 14% مقارنة مع العام اللي فات. هاد القطاع اللي كيمثل 7% من الناتج المحلي، كيعتبر ركيزة أساسية لل الاقتصاد الوطني وجلب العملة الصعبة وخلق فرص الشغل.

هاد القفزة النوعية هي نتيجة مجهودات كبيرة واستراتيجيات ذكية: من فتح خطوط جوية جديدة لأسواق عالمية، للترويج لوجهات سياحية مبتكرة،



# FLOP



بلغ عدد المخالفات التي عالجتها المكاتب القضائية المحدثة بالملعب المحتضنة لمنافسات كأس افريقيا 2025 ما مجموعه 152 مخالفة، وذلك خلال الفترة الممتدة من 21 ديسمبر الماضي إلى غاية 6 يناير الجاري.

عدد المخالفين بلغ 128 مخالفًا من جنسيات مختلفة حيث شملت المخالفات الدخول أو محاولة الدخول إلى الملعب باستعمال التدليس أو بيع تذاكر المباريات بسعر أعلى أو أقل من السعر المحدد وإشعال الشهب الاصطناعية داخل الملعب وإلقاء مواد حارقة أثناء تظاهرة رياضية.

# اقتصاديات

اختارت شركة PowerForce Global البريطانية المغرب ليكون نقطة انطلاق لتوسيع حضورها في منطقة شمال إفريقيا، معلنة عن تدشين عملياتها رسمياً في المملكة، ضمن استراتيجيتها الرامية لتعزيز تواجدها في الأسواق الصناعية الناشئة. ويعكس هذا القرار الثقة المتنامية للمستثمرين الدوليين في البيئة الاقتصادية والقانونية التي يوفرها المغرب للشركات الراغبة في الاستثمار الصناعي. و يأتي دخول الشركة البريطانية في وقت تشهد فيه المملكة نمواً متتسارعاً في القطاعات الصناعية الحيوية، لا سيما في المدن الصناعية الكبيرة مثل طنجة المتوسط، الدار البيضاء، والقنيطرة.

ويرى خبراء الاقتصاد أن هذا التوجه يعكس جاذبية المغرب من حيث الاستقرار الاقتصادي، الإطار القانوني المشجع للاستثمار، والبنية التحتية المتقدمة.

[إقرأ المزيد](#)

**الشركة البريطانية  
PowerForce Global**  
**تدخل السوق المغربي  
لمواكبة النمو الصناعي  
في شمال إفريقيا**



## المكتب الوطني للمطارات يسند صفقة المحطة الجديدة لمطار محمد الخامس إلى "TGCC" و "SGTM"

يدخل مطار محمد الخامس بالدار البيضاء مرحلة مفصلية في مسار تطوره، بعد إسناد صفقة بناء المحطة الجوية الجديدة إلى تجمع مغربي خالص، في خطوة تعكس الرهان الاستراتيجي للمغرب على تطوير بنية التحتية الجوية وتعزيز مكانة العاصمة الاقتصادية كمحور إقليمي ودولي للنقل الجوي.

في أعقاب طلب العروض الذي أطلقه المكتب الوطني للمطارات، تم إسناد صفقة تشييد المحطة الجوية الجديدة لمطار محمد الخامس إلى تجمع يضم شركتين مغربيتين رائدتين هما SGTM (الشركة العامة للأشغال بال المغرب) و TGCC (الأشغال العامة للبناء بالدار البيضاء)، بخلاف مالي ضخم ناهز 12,8 مليار درهم، ما يجعلها من أكبر الصفقات العمومية في قطاع الطيران المدني بالمغرب.

[إقرأ المزيد](#)

## المغرب يوسع صادراته الزراعية لأوروبا.. والأفوكادو يتتصدر القائمة

شهدت الأسواق الأوروبية خلال الفترة الأخيرة تزايداً ملحوظاً في صادرات المغرب الزراعية، لا سيما منتجات الأفوكادو، حيث وصلت الكميات المصدرة إلى ألمانيا وحدها نحو 19,600 طن بين نوفمبر 2024 وغشت 2025، لتصبح بربان ثالث أكبر زبون للمملكة لهذا المنتج عالي القيمة. وتعكس هذه الأرقام سياسة زراعية متكاملة تهدف إلى رفع الإنتاجية، تحسين جودة المحاصيل، وتوسيع رقعة التصدير إلى الأسواق الأوروبية المختلفة.

ويعتمد المغرب في تحقيق هذه الإنجازات على خطة طموحة تشمل توسيع المساحات المزروعة، رفع حجم الإنتاج السنوي، وتنوع المحاصيل لتلبية الطلب الدولي.

[إقرأ المزيد](#)



## «520 مليار سنتيم للكسابة... وزارة الفلاحة كتسالي ترقيم 32 مليون رأس د الماشية»

في خطوة كبيرة لدعم قطاع تربية الماشية في بلادنا، وزارة الفلاحة علنت على ضخ ميزانية ضخمة كتوصيل لـ 520 مليار سنتيم كدعم مباشر للكسابة في ١٤ جهات المملكة. هاد المبادرة جات باش تعاون المهنيين على مواجهة تكاليف الإنتاج وتحفظ عليهم العباء. وف نفس السياق، الوزارة كشفت بلني سالات بنجاحعملية ترقيم 32 مليون رأس من الماشية.



# اٰقتصادیات

مختصرات

أصدر بنك المغرب دليلاً تنظيمياً جديداً يهدف إلى مواكبة مشاريع التكنولوجيا المالية (Fintech) وتعزيز الوضوح والشفافية في مسارها التنظيمي. يوضح الدليل الإجراءات والتجال التقديرية المرتبطة ب مختلف الطلبات، من الاستشارات والمعلومات إلى طلبات الاعتماد، مع تحديد الوثائق الضرورية لكل مرحلة.

كما يقدم تعريفاً دقيقاً لمفهوم التكنولوجيا المالية، ويبين دور البنك المركزي في الإشراف والتكنولوجيا، ويتيح نقاط اتصال مباشرة لتسهيل متابعة المشاريع. يغطي الدليل مراحل المسار الكامل للمقاولات الناشئة، بدءاً من الاستشارة الأولية مروراً بإعداد الملفات وفحصها وصولاً إلى اتخاذ القرار النهائي. ويهدف إلى منح المشاريع رؤية شفافة ومنظمة، مع دعم الابتكار المالي بشكل مسؤول ومتدرج. ويؤكد البنك أن الدليل إرشادي ولا يحل محل النصوص القانونية، ويعكس التزامه بدعم التحول الرقمي، الشمول المالي، والابتكار لتعزيز تنافسية القطاع المالي المغربي.

بنك المغرب يواكب  
مشاريع التكنولوجيا  
المالية بإصدار دليل  
تنظيمي جديد



## المغرب يدعم المؤسسات الصغيرة والمتوسطة: اعتماد 89 مشروعًا باستثمار 1,28 مليار درهم

أكّد الوزير المكلف بالاستثمار كريم زيدان أن النّظام الجديد لدعم المقاولات الصغيرة جداً والصغرى والمتوسطة حقّق نتائج واعدة، مع المصادقة على 89 مشروعًا استثماريًا بقيمة تفوق 1,28 مليار درهم خلال شهر ونصف، ما سيساهم في خلق نحو خمسة آلاف منصب شغل مباشر، مع إمكانية بلوغ 40 ألف فرصة سنويًا. ويشمل الدعم المشاريع الناشئة والصغرى والمقاولات الاستراتيجية ذات الأثر الاقتصادي والاجتماعي الواسع. وقد تم تفويض الجهات الجهوية لدراسة والمصادقة على المشاريع الأقل من 250 مليون درهم لتقليل آجال المساطر الإدارية، ما يعزز الشفافية وحوكمة الاستثمار. وتعكس المبادرة التزام الحكومة بتحسين مناخ الأعمال، دعم الابتكار، وتعزيز العدالة الاجتماعية، عبر خلق فرص تشغيل وتحسين الدخل للأسر، خصوصاً في المناطق النائية، ما يجعل البرنامج أداة متكاملة لتعزيز المقاولات الوطنية وتحقيق نمو اقتصادي مستدام.

## شركة Marsa Maroc توسيع محطات الحاويات بميناء الدار البيضاء لتعزيز القدرات اللوجستية

أعلنت شركة Marsa Maroc عن تنفيذ توسيعة جديدة لمحطات الحاويات بميناء الدار البيضاء، بهدف تعزيز القدرة الاستيعابية وتحسين العمليات اللوجستية والتجارية. تأتي هذه المبادرة لمواكبة الطلب المتزايد على خدمات الحاويات ودعم نمو التجارة البحرية بالمملكة، عبر تحسين انسيابية العمليات وتقليل أوقات انتظار السفن والبضائع، ما يعزز فاعلية سلسلة التوريد الوطنية والدولية. وتدرج التوسيعة ضمن استراتيجية Marsa Maroc لتطوير البنية التحتية المينائية وتعزيز مكانة ميناء الدار البيضاء كمركز لوجستي إقليمي، مع تلبية حاجيات المستثمرين والمصدرين والقطاع البحري بشكل عام. وتؤكد الشركة من خلال هذا المشروع التزامها بدعم منظومة النقل البحري في المغرب، ومواكبة التطورات الاقتصادية والتجارية، بما يسهم في رفع قدرة المملكة التنافسية دولياً وتعزيز مكانتها كمحور أساسي للتجارة البحرية في المنطقة.





# لوديجي أنسو - بلاطفورم الشباب

## جريدة الكترونية مغربية متعددة على مدار الساعة

سياسة، رياضة، ثقافة، ديجيتال، طموبيات،  
برامج ويب تيفي، بودكاست، روبورتاجات، مؤتمرات، كرونيكان..



[www.lodj.info](http://www.lodj.info)



SCAN ME!

يتم اختيار الأخبار وإرسالها شهرياً عبر نشرتنا الإخبارية إلى 100,000 مشترك.

كما يتم نشر أخبارنا يومياً على Google News

@lodjmaroc



أعلنت شركة HS Invest Holding عن تغيير هويتها البصرية واعتماد اسم جديد هو HS Group، في خطوة استراتيجية تهدف إلى تحديد صورتها وتعزيز حضورها في مختلف القطاعات الاستثمارية على الصعيد الوطني. ويأتي هذا التحول ضمن سياسة إعادة التمويع والتطوير المستمر للشركة لمواكبة الديناميات الجديدة للسوق والتطورات الاقتصادية، وتقديم صورة أكثر حداة واحترافية للمستثمرين والشركاء. وأكدت إدارة HS Group أن الهوية الجديدة تعكس رؤية طموحة نحو التوسيع والنمو، وتعزز مكانتها كفاعل رئيسي في الاستثمار الوطني، مع الالتزام بتقديم مشاريع مبتكرة ومستدامة تواكب تطلعات الاقتصاد المغربي الحديث. ويبين هذا الانتقال التزام الشركة بالابتكار والتجدد، والحفاظ على مسيرة النجاح السالقة، مع تعزيز الثقة والشراكات الاستراتيجية محلياً ودولياً، بما يرسخ موقعها كلاعب أساسى في المشهد الاستثماري المغربي.

شركة HSInvest تعلن عن Holding مهنية بصرية جديدة وتصبح HSGroup



# المغرب يفرض حظراً مؤقتاً على تصدير السردين لضمان استقرار السوق المحلي

أعلنت السلطات المغربية عن حظر مؤقت لتصدير السردين بهدف الحفاظ على استقرار الأسعار وضمان توفر الكميات الكافية للمستهلكين خلال فترة الطلب المرتفع. وتأتي هذه الإجراءات ضمن السياسة الحكومية لحماية المستهلك وضمان الأمن الغذائي الوطني، خاصة مع الارتفاع الموسみ في الطلب على الأسماك الذي قد يؤدي إلى نقص المعروض وارتفاع الأسعار. وأوضح مصدر من وزارة الصيد البحري أن الحظر مؤقت، وسيستأنف التصدير فور استقرار العرض والأسعار، بما يوازن بين مصالح الصيادين والمطاعن المصدرة واحتياجات المستهلكين. ويعد السردين من المواد الغذائية الأساسية في المغرب، ويشكل عنصراً رئيسياً في النظام الغذائي الوطني، كما يسهم بشكل كبير في دعم اقتصاد الصيد البحري وتوفير فرص عمل لملايين الأسر العاملة في القطاع، مع تعزيز الأمن الغذائي والاستقرار الاجتماعي.

# الخطوط الملكية المغربية تعزز الربط الجوي شمال المغرب بافتتاح قاعدة جديدة في طوان

أعلنت الخطوط الملكية المغربية عن افتتاح فاduee جوية جديدة في مدينة طوان  
لتعزيز الربط الجوي شمال المملكة وتنشيط السياحة الإقليمية والنقل الوطني.  
ويأتي هذا المشروع ضمن استراتيجية الشركة لتطوير المحاور الجوية الإقليمية  
وتسهيل التنقل بين المدن المغربية، ما يتيح للزوار والسكان المحليين فرصةً أفضل  
للسفر ودعم الاقتصاد المحلي وتسيير القطاع السياحي. ومن المتوقع أن تشهد  
الفاduee الجديدة في زيادة عدد الرحلات والوجهات من وإلى طوان، مما يعزز الدرة  
السياحية والتجارية في المنطقة ويوفر خيارات سفر إضافية للمسافرين داخل  
المغرب. ويؤكد هذا الإنبار على الدور الريادي للخطوط الملكية المغربية في تطوير  
النقل الجوي، وربط مختلف مناطق المملكة، بما يسهم في تحقيق أهداف التنمية  
الاقتصادية والسياسية وتعزيز حضور المملكة في قطاع الطيران الإقليمي.



## أوبر ولوسيد تكشفان عن سيارةأجرة ذاتية القيادة في قلب لاس فيغاس

في خطوة مثيرة للمستقبل، كشفت شركة أوبر، بالتعاون مع شركة ولوسيد المتخصصة في السيارات الكهربائية الفاخرة، عن سيارتها الجديدة ذاتية القيادة، خلال حدث ضخم أقيم في لاس فيغاس، عشية معرض الإلكترونيات الاستهلاكية. هذه السيارة الكهربائية بالكامل، والمخصصة للأجرة، تمثل نقلة نوعية في مجال التنقل الذكي والسيارات الذاتية القيادة.

**تصميم مبتكر ومقاعد أكثر رطابة**  
السيارة الجديدة، التي تعتمد على نسخة معدلة من سيارة غرافيتى من ولوسيد، صُممـت لتوفـير تجـربـة فـاخـرـة وـمـرـبـحة لـلـرـكـاب. تـمـيـزـتـ بـمـقـعـدـ لـسـتـةـ رـكـابـ، مـقـارـنـةـ بـأـرـبـعـةـ مـقـاعـدـ فـقـطـ فـيـ سـيـارـاتـ جـاـكـوـارـ التـابـعـةـ لـشـرـكـةـ وـاـيـمـوـ، مـاـ يـعـزـزـ منـ مـسـتـوـىـ الـرـاحـةـ وـيـوـفـرـ مـسـاحـةـ أـكـبـرـ لـلـرـكـابـ خـلـالـ الرـحـلـاتـ.

### تكنولوجيا حساسة للبيئة المحيطة

تم تجهيز السيارة بمجموعة متكاملة من أجهزة الاستشعار تشمل الكاميرات، الرادار، الليد، والمواجـات فوق الصوتـيةـ، لـتـمـكـنـ منـ رـصـدـ الـبـيـئةـ الـمـحـيـطـ بهاـ بـدـقـةـ عـالـيـةـ. هـذـهـ التـقـنـيـةـ الـمـتـطـوـرـةـ تـدـيرـهاـ بـرـمـيـاتـ شـرـكـةـ "ـنـوـرـوـ"ـ الـنـاـشـئـةـ، مـدـعـوـمـةـ بـرـفـاقـاتـ مـتـقـدـمـةـ مـنـ شـرـكـةـ إـنـفـيـدـياـ الـعـلـمـقـةـ، لـتـوـفـيرـ مـسـتـوـىـ أـمـانـ اـسـتـثـنـائـيـ خـلـالـ الـقـيـادـةـ الـذـاتـيـةـ.

**خطـةـ أـوـبـرـ إـلـطـلـاقـ سـيـارـاتـ الـأـجـرـةـ ذاتـيـةـ الـقـيـادـةـ**  
تـأـتـيـ هـذـهـ سـيـارـةـ ضـمـنـ مـشـرـوـعـ أـوـبـرـ وـإـنـفـيـدـياـ لـنـشـرـ مـئـةـ أـلـفـ سـيـارـةـ أـجـرـةـ ذاتـيـةـ الـقـيـادـةـ اـبـتـدـاءـ مـنـ عـامـ 2027ـ، بـالـتـعـاـونـ مـعـ عـدـةـ شـرـكـاتـ مـصـنـعـةـ. وـقـدـ بـدـأـ الفـرـيقـ بـالـفـعـلـ اـخـتـيـارـاتـ الـقـيـادـةـ ذاتـيـةـ فـيـ مـنـطـقـةـ خـلـيـجـ سـانـ فـرـانـسـيـسـكـوـ مـنـذـ دـيـسـمـبـرـ، مـعـ وـجـودـ سـائـقـ بـشـرـىـ دـاخـلـ الـمـرـكـبـةـ لـضـمـانـ السـلـامـةـ، تـمـهـيـداـ لـلـإـلـطـلـاقـ التـبـارـيـ المـخـطـطـ لـهـ فـيـ وـقـتـ لـدـقـ منـ عـامـ 2026ـ، بـعـدـ الـحـصـولـ عـلـىـ موـافـقـةـ الـجـهـاتـ التـنـظـيمـيـةـ فـيـ وـلـيـةـ كـالـيـفـورـنـيـاـ.



تجـربـةـ دـاخـلـةـ مـبـتـكـرـةـ لـلـرـكـابـ  
صـمـمـ دـاخـلـ السـيـارـةـ بـعـنـيـةـ لـتـوـفـيرـ شـعـورـ بـالـطـمـأـنـيـةـ وـالـأـمـانـ لـلـرـكـابـ. تـتـيـحـ الشـاشـاتـ التـفـاعـلـيـةـ لـلـسـائـقـ رـؤـيـةـ الـبـيـئةـ الـمـحـيـطـ بـالـسـيـارـةـ فـيـ الـوقـتـ الـفـعـلـيـ، بـمـاـ فـيـ ذـلـكـ الـمـشـأـةـ وـإـشـارـاتـ الـمـرـورـ وـحـرـكةـ الـمـرـورـ. كـمـ يـمـكـنـ التـحـكـمـ فـيـ دـرـجـةـ الـحـرـارـةـ، الـمـوـسـيـقـىـ، وـحتـىـ درـجـةـ درـارـةـ الـمـقـاعـدـ، لـتـقـدـيمـ تـجـربـةـ رـكـوبـ فـريـدةـ مـنـ نـوـعـهـاـ.

منـافـسـةـ مـبـاـشـرـةـ مـعـ واـيـمـوـ  
يـعـدـ إـلـطـلـاقـ هـذـهـ سـيـارـةـ بـمـثـبـةـ عـودـةـ قـوـيـةـ لـأـوـبـرـ إـلـىـ الـمـنـافـسـةـ الـمـبـاـشـرـةـ مـعـ شـرـكـةـ واـيـمـوـ التـابـعـةـ لـشـرـكـةـ أـلـفـابـتـ، الـتـيـ تـحـكـمـ حـالـيـاـ سـوقـ سـيـارـاتـ الـأـجـرـةـ ذاتـيـةـ الـقـيـادـةـ فـيـ سـانـ فـرـانـسـيـسـكـوـ، بـعـدـ اـنـسـطـابـ شـرـكـةـ كـرـوزـ فـيـ نـهـاـيـةـ عـامـ 2023ـ. هـذـهـ الـخـطـوـةـ تـعـكـسـ رـغـبـةـ أـوـبـرـ فـيـ فـرـضـ حـضـورـهـاـ فـيـ سـوقـ سـيـارـاتـ الـكـهـرـبـائـيـةـ وـالـذـاتـيـةـ الـقـيـادـةـ الـمـتـنـاـمـيـ بـسـرـعـةـ فـيـ الـوـلـيـاتـ الـمـتـحـدـةـ.

خلـصـةـ مـسـتـقـبـلـيـةـ: الـأـجـرـةـ الـكـهـرـبـائـيـةـ تـقـدـمـ  
مـعـ الـكـشـفـ عـنـ هـذـاـ النـمـوذـجـ الـأـولـيـ، تـؤـكـدـ أـوـبـرـ وـلـوـسـيـدـ أـنـهـمـاـ مـسـتـعـدـتـانـ لـلـإـلـطـلـاقـ فـيـ سـبـاقـ سـيـارـاتـ ذاتـيـةـ الـقـيـادـةـ الـكـهـرـبـائـيـةـ، مـاـ قـدـ يـغـيـرـ قـوـاعـدـ الـلـعـبـةـ فـيـ عـالـمـ التـنـقـلـ الـحـضـرـيـ الـذـكـيـ. هـذـهـ الـمـبـادـرـةـ تـمـثـلـ مـسـتـقـبـلـ الـأـجـرـةـ الـكـهـرـبـائـيـةـ وـالـقـيـادـةـ ذاتـيـةـ، وـتـبـعـلـ الـرـكـابـ يـتـرـقـبـونـ تـجـربـةـ نـقـلـ مـبـتـكـرـةـ وـأـمـنـةـ وـمـرـبـحةـ.

# برنامجه الأليشبورع



المهدي الإدريسي كتوني : المناظرة في المغرب، حين تُقلّص حقيقة الواقع سقف الطموح ..



## تعيين طارق إسماعيل مساعد رئيساً مديرًا عاماً لمقر هيونداي الإقليمي فالشرق الأوسط وإفريقيا

هيونداي موتور كومباني علّنات اليوم على تعيين طارق إسماعيل مساعد فاليوست ديال الرئيس المدير العام للمقر الإقليمي ديالها فالشرق الأوسط وإفريقيا، ابتداءً من 1 يناير 2026. بهذه التعيين، كايللي أول مسؤول عربي كيسير مقر إقليمي فالمجموعة، خطوة مهمة فالنارخ ديال هيونداي.

حسب البلاغ ديال الشركة، مساعد غادي يقود الاستراتيجيات والعمليات ديال علامتي هيونداي وجينيسيس فجهة الشرق الأوسط وإفريقيا كاملة، وغادي يرفع تقارير مباشرة لخو سيه موبيوز، الرئيس المدير العام ديال هيونداي موتور كومباني. وخلال برايان بارك Chief Operating Officer الذي ترّفع لمنصب نائب رئيس سينيور، وغادي يتّكل بدور فشركة هيونداي موتور إنديا.

[اقرأ المزيد](#)



## أتوهوب في السعودية: إصلاح هيأكل السيارات بدون دهان بنهج احترافي وفعال

يواصل مركز أتوهوب في المملكة العربية السعودية تقديم خدمات متقدمة في مجال إصلاح هيأكل السيارات دون الحاجة لإعادة الدهان، من خلال اعتماد تقنية PDR (Paintless Dent Repair) التي تعد اليوم من أبرز الطرق الحديثة لحفظ على جودة المركبة وكفاءتها.

أكّد خبير إصلاح هيأكل في أتوهوب، السيد راف، أن الأساس في هذا النهج هو تقديم أعلى مستوى من الجودة، مع الحفاظ على الطلاء الأصلي للسيارة دون أي تدخل بالدهان، وهو ما يمثل أعلى درجات الاحترافية في عالم إصلاح السيارات. ويتيح هذا التوجه للملّاكين الحفاظ على المظهر الأصلي لمركباتهم مع استعادة شكل الألواح المتضررة بشكل دقيق ومتقن.

[اقرأ المزيد](#)

## تجربة استهلاك الوقود لسيارة جايكو 7 موديل 2026: اقتصاد وذكاء في التنقل اليومي

في ظل ارتفاع أسعار الوقود واعتماد الكثيرين على التنقل اليومي لمسافات طويلة، يظل استهلاك الوقود أحد أهم العوامل التي يبحث عنها المستخدم قبل اختيار السيارة. وفي هذا السياق، يقدم فريق المربع نت تجربة واقعية لسيارة جايكو 7 موديل 2026 الجديدة، مع التركيز على كفاءة استهلاكها للوقود بفضل اعتمادها على تقنية السوبر هايبريد المتقدمة.

تقنية سوبر هايبريد بمدى استثنائي

تعتمد جايكو 7L على نظام سوبر هايبريد يوفر مدى يصل إلى 1200 كيلومتر حسب نمط القيادة والاستخدام. ويتميّز هذا النّظام بأنّ البطارّية الكهربائيّة يمكنهاقطع مسافة تصل إلى 90 كيلومترًا بالشّحنة الواحدة،

[اقرأ المزيد](#)



By Lodj

# لوبى كان لخبر فوقتو



[www.lodj.info](http://www.lodj.info)

## إنفيديا تدخل المركبات ذاتية القيادة عصر «التفكير البشري»

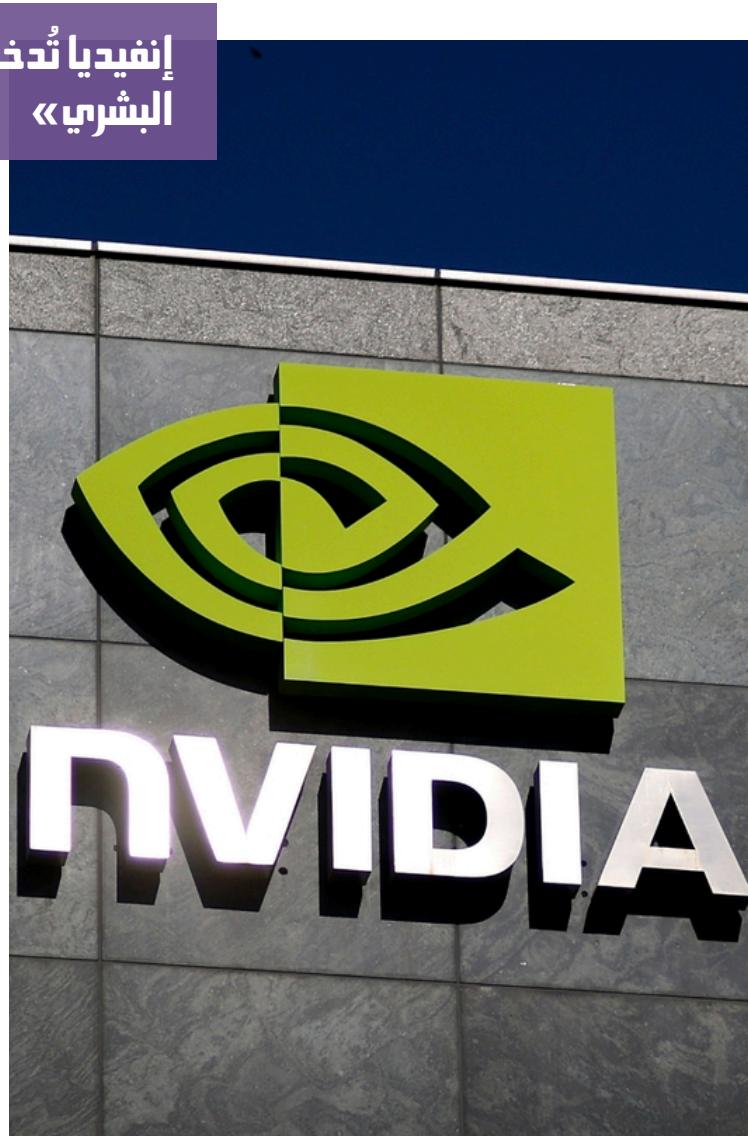
في خطوة تعكس التحول العميق الذي يشهده عالم الذكاء الاصطناعي، كشفت شركة إنفيديا (NVIDIA) خلال مشاركتها في معرض الإلكترونيات الاستهلاكية CES 2026 عن عائلة جديدة من نماذج الذكاء الاصطناعي المفتوحة المصدر تحت اسم Alpamayo، موجهة خصيصاً لتدريب المركبات ذاتية القيادة والروبوتات على "التفكير" واتخاذ القرار في العالم الحقيقي، وليس فقط تنفيذ الأوامر.

«لحظة شات جي بي تي» للمركبات ذاتية القيادة وخلال الكلمة الرئيسية، وصف جينسن هوانغ، الرئيس التنفيذي لإنفيديا، هذا التطور بأنه لحظة مفصلية في تاريخ التكنولوجيا، قائلاً:

«لقد حانت لحظة ChatGPT للذكاء الاصطناعي المتجسد، عندما تبدأ التلالت في الفهم والتحليل والتصرف داخل العالم الحقيقي.»

ويعكس هذا التصريح رؤية إنفيديا التي لم تعد ترى الذكاء الاصطناعي مجرد أداة حسابية، بل عقلًّا رقميًّا قادرًا على الاستدلال، التفسير، والتفاعل مع محبيه بشكل شبيه بشري.

Alpamayo ... عقل رقمي يقود السيارة تؤكد إنفيديا أن نماذج Alpamayo صُممت لمنحك المركبات ذاتية القيادة قدرة متقدمة على الاستدلال المنطقي، ما يسمح لها بالتعامل مع سيناريوهات نادرة ومعقدة لم تُترجم عليها مسبقاً، مثل تعطل إشارات المرور في تقاطع مزدحم أو تصرفات غير متوقعة من السائقين والمشاة. الميزة الأبرز في هذه النماذج هي قدرتها على شرح قراراتها، أي أن السيارة لا تتخذ القرار فقط، بل توضح سبب اختيارها لمسار معين، ما يعزز الثقة والسلامة في أنظمة القيادة الذاتية.

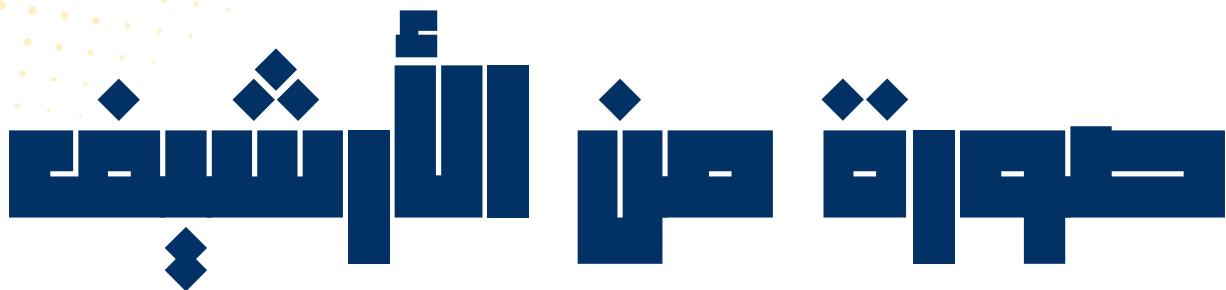


Alpamayo 1 ويُعد Alpamayo 1 حجر الأساس في هذه العائلة الجديدة، وهو نموذج لغوي بصري قائم على الاستدلال وسلسلة الأفكار (Chain of Thought)، ويضم حوالي 10 مليارات مُعامل. هذا الحجم الهائل من المعالجة يسمح للنموذج بتقسيم المشكلات المعقدة إلى خطوات، ودراسة الاحتمالات المختلفة قبل اختيار القرار الأكثر أماناً، بطريقة تشبه التفكير البشري.

كيف «تفكر» السيارة ذاتية القيادة؟ وفي هذا السياق، أوضح علي كاني، نائب رئيس قسم السيارات في إنفيديا، أن النظام:

«يقسم المشكلات إلى مراحل، يفكر في جميع السيناريوهات الممكنة، ثم يختار المسار الأكثر أماناً». وأضاف أن Alpamayo لا يقتصر دوره على قراءة بيانات المستشعرات والتحكم في المقود والمكابح، بل يتجاوز ذلك إلى التفكير في القرار نفسه وبريره، وهي خطوة غير مسبوقة في عالم القيادة الذاتية.

اقرأ المزيد



أصبحت المنازل الذكية جزءاً من حياتنا اليومية بفضل التطورات التكنولوجية الحديثة، ولا سيما الذكاء الصناعي الذي أتاح للمستخدمين التحكم في منازلهم عبر أجهزة متصلة مثل المساعدين الرقميين، الكاميرات الذكية، أنظمة الإضاءة والتدفئة، والأجهزة المنزلية الذكية. هذه التكنولوجيا توفر راحة وكفاءة غير مسبوقة، لكنها في المقابل تحمل مجموعة من المخاطر التي يجب التعامل معها بحذر.

الفرص التي يوفرها الذكاء الصناعي في المنزل الذكي راحة وسهولة التحكم: يمكن التحكم في الإضاءة، التدفئة، أو حتى الأجهزة المنزلية عبر الأوامر الصوتية أو التطبيقات الذكية، مما يوفر الوقت والجهد. تحسين كفاءة الطاقة: تعمل أنظمة الذكاء الصناعي على مراقبة استهلاك الكهرباء والماء، وضبط الأجهزة لتقليل الهدر، مما يسهم في خفض الفواتير.

[اقرأ المزيد](#)

## المخاطر والفرص للذكاء الصناعي في المنزل الذكي



## واتساب: طريقة غير معروفة لتفريغ سلة المخذوفات وزيادة مساحة الملفات

يعاني كثير من مستخدمي تطبيق واتساب من مشكلة امتلاء مساحة التخزين على هواتفهم بسبب تراكم الرسائل والملفات المختلفة مثل الصور والفيديوهات والمستندات، خاصة تلك التي يتم الاحتفاظ بها في سلة المخذوفات داخل التطبيق.

لكن هناك حيلة بسيطة وغير معروفة تسمح للمستخدمين بتحرير مساحة كبيرة على هواتفهم بسرعة وفعالية، وذلك من خلال تفريغ سلة المخذوفات في واتساب، حيث يحتفظ التطبيق مؤقتاً ببعض الملفات التي تم حذفها، وفي حال لم يتم التخلص منها نهائياً، فإنها تستمر في استهلاك مساحة الجهاز. ولتطبيق هذه الطريقة، يمكن للمستخدمين الدخول إلى إعدادات التطبيق، ثم الانتقال إلى التخزين والبيانات.

[اقرأ المزيد](#)

## وداعاً للهاتف الذكي؟ نظارات RayNeo تراهن على اتصال دائم دون وسيط

تتجه شركات التكنولوجيا العالمية بخطى متسارعة نحو إعادة تعريف علاقتنا بالأجهزة الذكية، وفي هذا السياق كشفت علامة RayNeo عن مفهوم جديد قد يغير قواعد اللعبة. فبدلاً من الاعتماد الدائم على الهاتف الذكي، تقترح الشركة نظارات واقع معزز مستقلة، قادرة على الاتصال بالإنترنت وإجراء المكالمات دون الحاجة إلى أي جهاز مراافق.

CES 2026... مفهوم يُعرض لأول مرة في CES 2026 RayNeo X3 Pro Project eSIM خلال مشاركتها في معرض الإلكترونيات الاستهلاكية CES 2026 بمدينة لاس فيغاس، استعرضت RayNeo نظاراتها الجديدة RayNeo X3 Pro Project eSIM الجديدة، وهو نموذج موجه للمستهلكين، يعتمد على شريحة اتصال إلكترونية eSIM ويدعم شبكة 4G، في خطوة تعكس طموح الشركة للانتقال من مفهوم "النظارات المتصلة" إلى "النظارات المستقلة".

[اقرأ المزيد](#)



# رحلت إلى دار البقاء



«وفاة أول طبيبة مغربية.. هنـو العـالـي مـعـمـر  
عن عمر 84 عامـاً»

## سيارتك والشتاء: لماذا تتأخر سيارتك في الإحماء خلال الأجواء الباردة؟

مع حلول الشتاء وانخفاض درجات الحرارة، يلاحظ العديد من سائقي السيارات تأخر المحرك في الوصول إلى حرارة التشغيل المثالية، ما قد يزيد استهلاك الوقود ويبثir القلق. من أبرز الأسباب، استخدام زيت محرك غير مناسب للطقس البارد، إذ تزداد لزوجته ويواجه المحرك صعوبة في الاحماء، والحل هو اختيار الزيت المخصص للشتاء وفق كتيب السيارة. كما يمكن أن يتسبب تعطل الترمومترات في استمرار تدفق سائل التبريد ومنع اللحام السريع، بينما يؤدي خلل حساس حرارة المحرك إلى قراءة خطأ تزيد عدد دورات المحرك دون حاجة. في بعض السيارات، خصوصاً اليابانية، يؤثر حجم الريديتر الكبير في الإحماء بشكل طبيعي دون خلل. الفحص الدوري للسيارة واستخدام الزيوت الموصى بها يحمي المحرك، يحسن الأداء، ويوفر الوقود في الأجواء الباردة.



## تأثير مكيف السيارة على عزمه: الحقيقة والنتائج العملية

مع ارتفاع درجات الحرارة، أصبح مكيف السيارة ضرورة لضمان راحة الركاب، إلا أن تشغيله يؤثر على عزم السيارة وأداء المحرك. يعتمد نظام التكييف على ضاغط مرتبط بالمحرك، وعند التشغيل يسحب الطاقة اللازمة لضغط غاز التبريد، مما يسبب انخفاضاً طفيفاً في القوة المتاحة للعجلات، خصوصاً عند الانطلاق أو التسارع. عوامل إضافية مثل ارتفاع حرارة المحرك، تسرب الفريون، انسداد الفلاتر، أو تشغيل المكيف بأقصى قوة تزيد من ضعف العزم. من الشائعات الشائعة أن فتح النوافذ أفضل لتوفير الأداء، لكن مقاومة الهواء عند السرعات العالية تجعلها أكثر استهلاكاً للوقود. للحفاظ على أداء السيارة، يُنصح بتشغيل المكيف تدريجياً، وصيانة النظام بانتظام، وفحص حزام الضاغط، والتوقف عن تشغيل المكيف عند التسارع الشديد أو صعود المرتفعات، لضمان راحة المقصورة دون التأثير على العزم أو استهلاك الوقود.

قدمت شركة ديبال سياراتها الجديدة S05 موديل 2026، لتعمل بين التصميم الأنبوقي والابتكار التكنولوجي في سيارة SUV عصرية. تتميز S05 بخطوط خارجية سلسة وموحدة، مع بروز متوازن للرفارف الأمامية والخلفية ومضابيح خلفية انسياحية تضيف لمسة ديناميكية ورياضية، بينما تساهمن قاعدة العجلات الطويلة في تحسين راحة الركاب وثبات السيارة. كما زوّدت بعدد من الكاميرات الدستراتية لتعزيز الرؤية أثناء القيادة.

وتشمل منظومة الأمان الذكية تنبهات الخروج عن المسار، مراقبة النقاط العمياء، فرامل الطوارئ الأمامية والخلفية، وتقليل محيط السيارة لعرض المعلومات للسائق، ما يجعل القيادة أكثر أماناً وسلامة، خصوصاً في الرحلات الطويلة وحركة المرور المكثفة.

**دبابل S05 موديل 2026:  
أناقة التصميم وذكاء  
السلامة في سيارة SUV  
جديدة**



مع التقدم التكنولوجي، أصبحت التطبيقات الصحية على الهاتف وال ساعات الذكية أدوات أساسية لمتابعة الصحة واللياقة. تساعد هذه التطبيقات على تتبع النوم وتحليل جودته، بما يؤثر على المزاج والتركيز والجهاز المناعي، وتقديم نصائح لتحسين النوم مثل ضبط المواعيد وتقنيات الاسترخاء. كما تتيح تتبع النشاط البدني اليومي، مثل المشي والركض وركوب الدراجات، مع مراقبة السعرات الحرارية وتحليل الأداء، أحياناً بالتكامل مع الأجهزة القابلة للارتداء لتقديم توصيات مخصصة. وتشمل تتبع التغذية تسجيل الوجبات وحساب المغذيات والسعرات، مع برامج غذائية متوازنة لتحقيق أهداف مثل خسارة الوزن أو زيادة الكتلة العضلية. تساعد التطبيقات الصحية على تعزيز الوعي الذاتي، التحفيز المستمر، والوقاية من الأمراض، مثل السمنة وأمراض القلب. عند الاستخدام المنتظم و اختيار التطبيقات الموثوقة، يمكن تحقيق توازن أفضل بين النوم والنشاط الغذائي، لتحسين الصحة العامة وجودة الحياة اليومية.

### التطبيقات الصحية: تتبع النوم، الرياضة، والتفعية



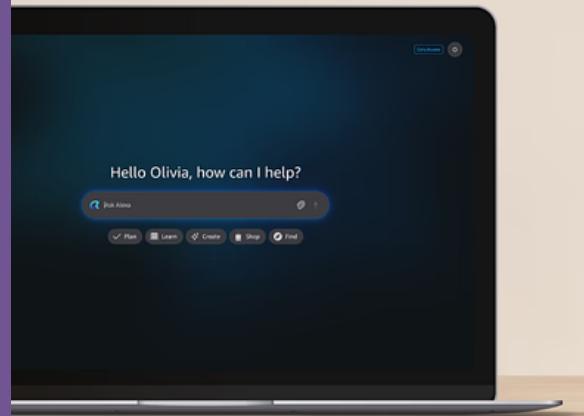
### الذكاء الاصطناعي في قلب فعاليات معرض الإلكترونيات الاستهلاكية في لاس فيغاس 2026

احتلت التقنيات الذكية والذكاء الاصطناعي محور النسخة 2026 من معرض الإلكترونيات الاستهلاكية (CES) في لاس فيغاس، حيث عرضت أحدث الابتكارات في مجالات متعددة تشمل المنزل الذكي، الرعاية الصحية، والروبوتات. وركز المعرض على حلول الذكاء الاصطناعي التي تهدف إلى تحسين جودة الحياة، مثل الأجهزة المنزلية المتصلة، التطبيقات الصحية لمراقبة المرضى عن بعد، والروبوتات الصناعية والخدمية.

وقدمت الشركات أجهزة ذكية تعتمد على خوارزميات التعلم الآلي للتفاعل بفعالية مع المستخدمين وتقديم خدمات مخصصة. كما أبرزت 2026 دور المتنامي للذكاء الاصطناعي في تعزيز الإنتاجية وتسهيل الحياة اليومية، بالإضافة إلى كونه محفزاً للابتكار في مختلف القطاعات الاقتصادية.

### أليكسا تدخل عالم الويب: منافسة جديدة لـChatGPT

أطلقت شركة أمازون نسخة جديدة من مساعدتها الذكي أليكسا على الويب، مزودة بقدرات متقدمة تعتمد على الذكاء الاصطناعي التوليدي، في خطوة تهدف لمنافسة منصات مثل ChatGPT. تمكن النسخة الجديدة المستخدمين من إجراء محادثات طبيعية، والحصول على إجابات دقيقة، ومساعدتهم في البحث عن المعلومات، إدارة المهام اليومية، والتفاعل مع التطبيقات والخدمات عبر الإنترنت. يأتي هذا التطوير ضمن استراتيجية أمازون لتوسيع دور أليكسا كمساعد رقمي متكامل خارج الأجهزة المنزلية الذكية، مستفيداً من التعلم الآلي وتقنيات معالجة اللغة الطبيعية لتعزيز فهم السياق وتقديم إجابات متخصصة. وتهدف الشركة إلى تعزيز المنافسة في سوق المساعدين الرقميين، مع تلبية الطلب المتزايد على الخدمات الرقمية الذكية. مع دخول أليكسا عالم الويب، يتوقع تحسين تجربة المستخدم بشكل كبير، وتغيير قواعد المنافسة بين شركات التكنولوجيا الكبرى على مستوى المساعدين الرقميين الذكيين عالمياً.



By Lodi

# بوابك

## نحو آخر الأخبار



[www.lodj.info](http://www.lodj.info)

