

# 7 أيام

حياتنا - أسرتنا

By Lodj

04-03-2026

الكلفة النهائية لحج 1447 هـ تستقر في 63.221 درهماً

الوقاية المدنية تخصص 10.8 مليون درهم  
لتجهيز مخزونها الاحتياطي بـ 120 خيمة جماعية

حصيلة ثقيلة لحوادث السير داخل المدن :  
19 قتيلاً و 2569 جريحاً في أسبوع واحد

## الكلفة النهائية لحج 1447 هـ تستقر في 63.221 درهماً

كشفت وزيرة الأوقاف والشؤون الإسلامية، أحمد التوفيق، عن المعطيات المالية والتنظيمية المتعلقة بموسم الحج 1447 هـ، مؤكداً أن الكلفة النهائية للحجاج المؤطرين ضمن التنظيم الرسمي استقرت في 63 ألفاً و221 درهماً، وذلك خلال اجتماع اللجنة الملكية المكلفة بشؤون الحج المنعقد يوم الثلاثاء 3 مارس 2026 بالرباط.

### استرجاع المبلغ الزائد لفائدة الحجاج

وأوضح الوزير أن الحجاج الذين سبق لهم أداء المبلغ الجزافي المحدد في 65 ألف درهم سيستفيدون من استرجاع مبلغ 1779 درهماً، يمثل الفارق بين التسبيق والكلفة النهائية الفعلية. وسيتم صرف هذا المبلغ عبر مصالح بريد بنك، خلال الفترة الممتدة ما بين 9 و20 مارس 2026، لفائدة المواطنين والمواطنات المعنيين بلائحة التنظيم الرسمي.

ويأتي هذا الإجراء في إطار حرص الوزارة على تدقيق المصاريف الفعلية وضمان الشفافية في تدبير كلفة الحج، خاصة بعد استكمال مختلف الترتيبات اللوجستية والتعاقدية مع الجهات المعنية بالمملكة العربية السعودية.

### إدراج واجب الهدى ضمن الكلفة لأول مرة

وفي مستجد للفت، أشار التوفيق إلى أن الكلفة النهائية لموسم 1447 هـ تتضمن، لأول مرة، واجب الهدى المحدد في 720 ريالاً سعودياً، وذلك امتثالاً لقرار السلطات السعودية القاضي بإلزام جميع الحجاج بأداء هذا الواجب عبر المسار الإلكتروني للحج كشرط أساسي للحصول على التأشيرة. وأوضح أن هذا الإجراء يندرج ضمن رقمنة خدمات الحج وتعزيز تنظيمها، مشيراً إلى أن تحويل المصاريف المتعلقة بالسكن والنقل والخدمات يتم حصرياً عبر بوابة "المسار الإلكتروني" التابعة لوزارة الحج والعمرة السعودية، وهو ما يفرض التقيد الصارم بالجدولة الزمنية المعتمدة.



### ضوابط الاسترجاع بعد انطلاق التأشيرات

وأكد الوزير أن انطلاق عملية استخراج التأشيرات، المقررة قبل 20 مارس 2026، يجعل مصاريف الحج المحولة إلى المتعهدين السعوديين غير قابلة للاسترجاع بالنسبة لحجاج التنظيم الرسمي، باستثناء مصاريف تذكرة الطائرة. واشترط في هذا الصدد الإدلاء بنسخة من التذكرة داخل أجل لا يتجاوز أسبوعاً بعد التاريخ المحدد للرحلة التي كان من المفترض أن يستقلها الحاج المنسحب. ويهدف هذا الإجراء إلى تفادي أي إرباك مالي أو إداري في مرحلة حساسة من ترتيبات الموسم، خاصة في ظل ارتباط مختلف الخدمات بعقود ملزمة مع شركاء خارجيين.

### توجيهات لوكالات الأسفار وتنزيل الفتوى

وفي سياق متصل، دعا التوفيق وكالات الأسفار السياحية المنظمة للحج إلى الالتزام بقرارات اللجنة المالية للحج، لاسيما ما يتعلق بتطبيق الفتوى الصادرة عن المجلس العلمي الأعلى بشأن تصعيد الحجاج مباشرة إلى عرفات دون المرور بمشعر منى يوم التروية. وشدد على أن أي إخلال بهذه التوجيهات سيقابل بإجراءات مناسبة في حق الوكالات المخالفة، حفاظاً على حسن تنظيم الموسم وضمان سلامة الحجاج.

إقرأ المزيد

## حصيلة ثقيلة لحوادث السير داخل المدن : 19 قتيلاً و2569 جريحاً في أسبوع واحد

كشفت معطيات حديثة صادرة عن المديرية العامة للأمن الوطني عن حصيلة ثقيلة لحوادث السير المسجلة داخل الوسط الحضري خلال أسبوع واحد فقط، ما يعيد إلى الواجهة إشكالية السلامة الطرقية وسلوك مستعملي الطريق، سواء كانوا سائقين أو راجلين.

فخلال الفترة الممتدة من 23 فبراير إلى فاتح مارس، تم تسجيل 1887 حادثة سير بالمجال الحضري، أسفرت عن مصرع 19 شخصاً وإصابة 2569 آخرين بجروح متفاوتة الخطورة، من بينهم 95 حالة وصفت بالبليلة. أرقام تعكس استمرار نزيف حوادث السير داخل المدن، رغم حملات التحسيس والمراقبة المتواصلة. وأوضحت المديرية العامة للأمن الوطني، في بلاغ لها، أن العامل البشري يظل المحدد الرئيسي في غالبية الحوادث، حيث تصدرت عدم انتباه السائقين قائمة الأسباب،

[اقرأ المزيد](#)



## جامع الفنا... من فضاء شعبي إلى قطب للإشعاع الاقتصادي بمراكش

تسلط الحلقة الثانية من فقرة "مفاتيح المدن"، رفقة الباحث في التاريخ الاقتصادي والاجتماعي محمد زاوي، الضوء على نموذج الاقتصاد الذي شكّله ساحة جامع الفنا بمدينة مراكش، باعتبارها فضاءً لم يكن نابضاً بالحياة الثقافية فقط، بل مركزاً اقتصادياً فاعلاً عبر مختلف الحقب التاريخية.

يرى الباحث أن الاقتصاد المرابطي، منذ تأسيس مراكش، ارتكز على ثلاث دعائم أساسية: الفلاحة، والتجارة، والصناعة التقليدية. وفي هذا السياق، لعبت ساحة جامع الفنا دوراً محورياً بحكم موقعها الاستراتيجي، إذ كانت قريبة من أورش الحرفيين ومحلات الصانع التقليديين، كما كانت على تماس مباشر مع المزارع والحقول المحيطة بالمدينة. هذا الموقع جعل منها ملتقى تجارياً لعرض المنتجات وتسويقها.

[اقرأ المزيد](#)

## الوقاية المدنية تخصص 10.8 مليون درهم لتجهيز مخزونها الاحتياطي بـ 120 خيمة جماعية.

في خطوة استباقية لتعزيز آليات الاستجابة للكوارث الطبيعية، أطلقت المديرية العامة للوقاية المدنية التابعة لوزارة الداخلية طلب عروض دولي مفتوح، يهدف إلى خياطة وتسليم خيام جماعية لفائدة المنصات الجهوية للمخزون الاحتياطي.

وتأتي هذه المبادرة، التي رصدت لها ميزانية تقديرية إجمالية تبلغ 10 ملايين و800 ألف درهم، كتفاعل مباشر مع الاحتياجات اللوجستية التي أفرزتها موجات الفيضانات الأخيرة في عدد من مناطق المملكة، وما استلزمه ذلك من عمليات إجلاء وإيواء استعجالي للسكان في مناطق الخطر. وحسب الوثائق الخاصة بالصفحة،

[اقرأ المزيد](#)



## الأطفال في وضعية إعاقة... التعلم في المستشفى كحل لتعويض غياب المدرسة

تشير معطيات المندوبية السامية للتخطيط إلى أن أقل من نصف الأطفال في وضعية إعاقة في المملكة المغربية يتمكنون من الالتحاق بالمدرسة. ويعود ذلك إلى عدة عوامل: نقص الدعم الطبي والاجتماعي، عدم ملاءمة الفصول الدراسية لاحتياجاتهم، وصعوبات في التسجيل أو الاندماج داخل المؤسسات التعليمية. ونتيجة لهذه العوائق، تتوقف المسارات الدراسية لكثير من الأطفال قبل أن تبدأ.

أمام هذا الواقع، قررت مجموعة AMH اعتماد مقاربة مختلفة: إذا كان الطفل لا يستطيع الذهاب إلى المدرسة، فلتذهب المدرسة إليه. وتم اختيار فضاء غير متوقع للتعلم - المستشفى - ليصبح مكاناً يلتقي فيه العلاج بالدراسة. هذه المبادرة تهدف إلى ضمان حق الأطفال في التعليم، حتى وهم يتلقون الرعاية الصحية.

فكرة التعليم داخل المستشفى تحمل دلالات إنسانية عميقة. فالتعلم لا يجب أن يتوقف بسبب المرض أو الإعاقة. الأطفال الموجودون في المستشفيات يواجهون تحديات مزدوجة: علاج صحي قد يكون طويلاً، وانقطاع عن البيئة المدرسية التي تشكل جزءاً من نموهم النفسي والاجتماعي. من خلال توفير حصص تعليمية داخل المستشفى، يحصل هؤلاء الأطفال على فرصة للحفاظ على ارتباطهم بالمعرفة، وتنمية مهاراتهم، والشعور بأنهم لا يزالون جزءاً من مسار تعليمي طبيعي.

هذه التجربة ليست مجرد مبادرة تربوية، بل خطوة نحو تعزيز المساواة في الحق في التعليم. فالتعليم حق أساسي لا ينبغي أن يتوقف بسبب الظروف الصحية. كما أن توفير بيئة تعليمية ملائمة للأطفال ذوي الإعاقة يساهم في دمجهم مستقبلاً في المجتمع، ويمنحهم فرصاً أكبر لتحقيق استقلالهم وتطوير قدراتهم.



التحدي الأكبر يبقى في تعميم هذه التجارب وتطويرها. فنجاح التعليم في المستشفيات يحتاج إلى موارد بشرية متخصصة، وبرامج تربوية ملائمة، وتعاون بين القطاعات الصحية والتربوية. وإذا تمكنت هذه المبادرات من الانتشار، فإنها ستشكل نموذجاً جديداً للتعليم الشامل، حيث لا تُقاس القدرة على التعلم بالمكان، بل بالرغبة في منح كل طفل فرصة للنمو والمعرفة.

## طريقة التربية في سبعينيات القرن الماضي.. سر تنشئة أطفال أكثر استقلالية اليوم

في سبعينيات القرن الماضي، كان الأطفال يقضون ساعات طويلة في الخارج، يلعبون مع أقرانهم ويستكشفون محيطهم دون إشراف مستمر من الكبار. لم تكن الهواتف المحمولة موجودة، ولم يكن التواصل الرقمي يملأ كل لحظة من حياتهم.

كان الطفل يعود إلى المنزل عند حلول المساء، مع مساحة واسعة للتجربة والتعلم الذاتي. ورغم قلة الرقابة المباشرة، نشأت جيل كامل من الأفراد القادرين على الاعتماد على أنفسهم، والتعامل مع الصعوبات، وتطوير مهارات حل المشكلات. اليوم، يواجه كثير من الآباء تحديات في تنمية استقلالية أطفالهم وسط عالم مختلف تماماً. فالتكنولوجيا الحديثة، رغم فوائدها، قد تحد أحياناً من فرص الطفل في اكتساب تجارب مباشرة تساعد على بناء الثقة بالنفس. لذلك يرى خبراء التربية، وفق ما يشير إليه موقع YourTango، أن استلهام بعض مبادئ التربية القديمة قد يكون مفيداً. الفكرة ليست العودة إلى الماضي حرفياً،

[اقرأ المزيد](#)



## آثار العقوبات النفسية على الأطفال... الأضرار، الأسباب وسبل الوقاية

يعتقد بعض الآباء أن العقاب وسيلة فعّالة لتربية الأطفال وتصحيح سلوكهم عندما يخطئون. غير أن العقوبات النفسية، مثل الإهانة، والتقليل من قيمة الطفل، والصمت العقابي، والتخويف، قد تشكل شكلاً من أشكال العنف الذي يترك أثراً عميقة على نفسية الطفل وتطوره. فالتربية لا تقوم على الإيذاء، بل على التوجيه والحوار.

تؤدي العقوبات النفسية إلى مجموعة من الأضرار التي قد تظهر على المدى القصير أو البعيد. فقد يعاني الطفل من انخفاض ثقته بنفسه، والشعور بعدم الأمان، وصعوبة التعبير عن مشاعره. كما قد تتطور لديه مشكلات سلوكية مثل العدوانية أو الانسحاب الاجتماعي. وفي بعض الحالات، تؤثر هذه التجارب على قدرته على بناء علاقات صحية في المستقبل.

[اقرأ المزيد](#)

## التعليم في المغرب: مواعيد العطل المدرسية المقبلة

يستفيد التلاميذ والأطر التربوية والإدارية التابعة لوزارة التربية الوطنية والتعليم الأولي والرياضة من العطل المدرسية المقررة ضمن الجدول السنوي. ويأتي تنظيم هذه العطل بعد فترات دراسية تمتد لسبعة أسابيع، مع مراعاة فترات التحضير للاختبارات والمراقبة المستمرة.

بحسب التقويم المدرسي لسنة 2025-2026، ستكون العطلة المدرسية الثالثة في الفترة الممتدة من 15 مارس إلى 22 مارس 2026، أي لمدة ثمانية أيام. وتتيح هذه العطلة للتلاميذ فرصة للراحة واستعادة النشاط قبل استئناف الدراسة. أما العطلة الرابعة، فستكون من 3 إلى 10 مايو 2026. وتعد هذه الفترات جزءاً من النظام التعليمي الذي يهدف إلى تحقيق توازن بين التحصيل الدراسي والراحة.

[اقرأ المزيد](#)



خرجت الوكالة الوطنية للمياه والغابات لتوضيح الوضع بغابة المعمورة، نافيةً بشكل قاطع ما تم تداوله حول وجود قطع جماعي للأشجار. وأكدت أن الأضرار التي شهدتها الغابة ناجمة عن ظروف مناخية استثنائية، أبرزها رياح قوية أدت إلى اقتلاع أو تضرر مئات الأشجار في عدة أقاليم، بما فيها الرباط والقنيطرة وسيدي سليمان والخميسات. وأوضحت الوكالة أن التدخلات الحالية تقتصر على عمليات تنظيف وتأمين المسالك الغابوية وإزالة الأشجار المتساقطة، بهدف حماية المرتفعين ومنع انتشار الأمراض والآفات النباتية، ولا علاقة لها بأي استغلال تجاري للأشجار. هذه الإجراءات تأتي ضمن التدبير الاعتيادي للغابات بعد الظواهر المناخية القصوى، وفق مخططات تهيئة علمية ومستدامة تضمن التجدد الطبيعي للغطاء الغابوي وتعزز صمود الغابة أمام التغيرات المناخية. تُعد غابة المعمورة أكبر غابة للبلوط الفليني بالمملكة، وتلعب دوراً إيكولوجياً مهماً في التنوع البيولوجي والتوازن المناخي وتثبيت التربة. وختمت الوكالة بيانها بتأكيد الشفافية واستعدادها لتقديم كل المعلومات اللازمة لطمأنة الرأي العام.

### الوكالة الوطنية للمياه والغابات تنفي وجود قطع جماعي للأشجار بغابة المعمورة



### تساؤلات حول تنزيل التربية الدامجة في التعليم الخصوصي: دعوة لتعزيز التطبيق الفعلي

تقدم طارق حنيش، النائب عن حزب الأصالة والمعاصرة، بسؤال كتابي إلى وزارة التربية الوطنية حول ما وصفه بـ"الارتباك" في تطبيق التربية الدامجة بمؤسسات التعليم الخصوصي، مطالباً بالكشف عن الإجراءات لضمان التطبيق الفعلي لهذا الورش التربوي. يأتي هذا في إطار مشروع المدرسة الدامجة، الذي يهدف إلى تمكين الأطفال في وضعية إعاقة من التعليم دون تمييز، وفق القانون الإطار 51.17 الذي يكفل الإنصاف وتكافؤ الفرص. وأشار النائب إلى استمرار رفض بعض المؤسسات دمج الأطفال بسبب نقص الإمكانيات البشرية أو اللوجستية، إضافة إلى تحديات تتعلق بجودة التعليم، مثل قلة تكوين الأطر التربوية، الاكتظاظ داخل الأقسام، وغياب التكيف المناسب للمناهج والوسائل التعليمية.



### الرشيدي: منصة "أمان" الرقمية وآليات مراكز الاستماع تعزز رصد العنف ضد كبار السن

أكد عبد الجبار الرشيدي، كاتب الدولة المكلف بالاندماج الاجتماعي، أن حماية كبار السن من العنف والإهمال تشكل أولوية للحكومة المغربية ضمن استراتيجية شمولية تجمع بين القانون، الآليات الرقمية، ومراكز الدعم الاجتماعي. وأوضح أن القانون 103.13 لمحاربة العنف ضد النساء يشدد العقوبات في حال كانت الضحية من كبار السن، خصوصاً عند الاعتداء من أفراد الأسرة، مما يعكس حرص الدولة على حماية هذه الفئة الضعيفة.

وأشار الرشيدي إلى دور مراكز الاستماع في تقديم المشورة والتوجيه للضحايا، وإمكانية التبليغ عن أي اعتداء على كبار السن، إضافة إلى تفعيل منصة "أمان" الرقمية لتلقي البلاغات، ما يضمن سرعة التدخل وتحسين الرصد والتنسيق بين الجهات المعنية.



يبدأ عطارد حركته التراجعية الأولى عام 2026 بين 26 فبراير و20 مارس، وهي ظاهرة فلكية ظاهرية ناتجة عن اختلاف السرعات المدارية بين الكواكب، وليست تراجعًا حقيقيًا في مساره. تحظى هذه الفترة باهتمام واسع في علم الفلك الرمزي، إذ يربطها البعض بحدوث ارتباك في التواصل، وتأجيل قرارات، وعودة علاقات أو ذكريات عاطفية قديمة إلى الواجهة. ويعتقد المهتمون بالتنجيم أنها مرحلة حساسة تستدعي التروي والحذر، خاصة في العلاقات العاطفية.

في المقابل، يؤكد العلم أن التراجع الظاهري لعطارد لا يؤثر فعليًا في سلوك البشر أو مجريات حياتهم، وأن أي تأثير محتمل يرتبط بالعامل النفسي وقناعة الأشخاص بهذه التفسيرات. لذلك تبقى النصيحة الأهم خلال هذه الفترة هي تعزيز التواصل الواضح، وتجنب سوء الفهم، واتخاذ القرارات بهدوء. فالعلاقات الإنسانية تتأثر بالحوار والاحترام المتبادل، لا بحركة الكواكب، وتظل هذه الظاهرة ذات طابع ثقافي أكثر من كونها علمية.

## عطارد في حالة تراجع... أول ظاهرة فلكية لعام 2026 وتأثيرها على العلاقات العاطفية



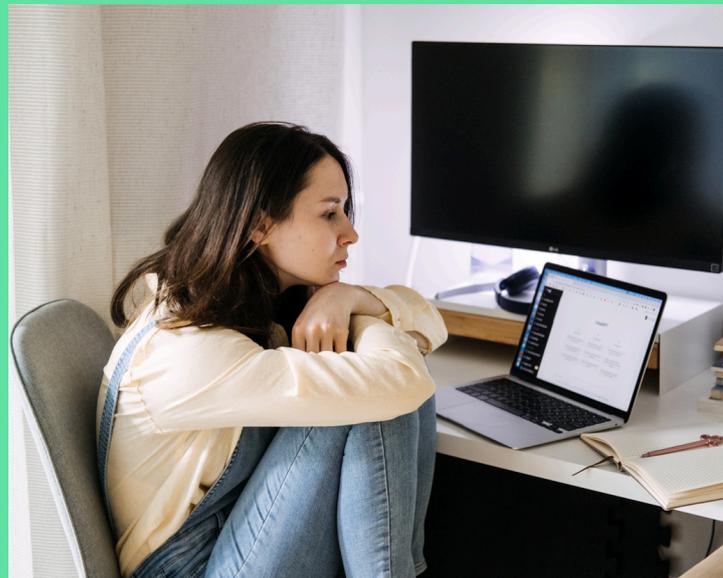
## 5 علامات تدل على أن المرأة وصلت إلى مرحلة الإرهاق العاطفي في علاقتها الزوجية

يحدث الإرهاق العاطفي في العلاقة الزوجية تدريجيًا، وغالبًا ما يظهر عندما تتوقف المرأة عن الشكوى أو النقاش، ليس لأنها بخير، بل لأنها فقدت الطاقة للتعبير عن مشاعرها. في البداية تحاول التوضيح والبحث عن حلول، لكن مع تكرار الإحباط تختار الصمت كوسيلة لحماية نفسها. من أبرز العلامات: الصمت بدل الشرح، حيث تصبح الإجابات مقتضية بعد أن كان الحوار مفتوحًا. كذلك فقدان الحماس تجاه العلاقة وتراجع الرغبة في التخطيط أو المبادرة. وتشعر أحيانًا بأنها تتحمل العبء العاطفي وحدها، ما يولد إحساسًا بالظلم والاستنزاف. كما قد يظهر انسحاب عاطفي تدريجي رغم الاستمرار في أداء الواجبات اليومية. غياب الشكوى لا يعني الرضا، بل قد يعكس تعبًا نفسيًا عميقًا. معالجة هذه المرحلة تتطلب حوارًا صادقًا واهتمامًا متبادلًا.



## الحب في عصر Chat GPT ... بين العاطفة البشرية والتواصل الرقمي

أثار الحديث عن الحب في زمن الذكاء الاصطناعي تساؤلات متزايدة حول طبيعة العلاقات الإنسانية في العصر الرقمي. وقد كشفت قضية "براد بيت المزيّف"، التي اعتمدت على حسابات وهمية وعلاقات عاطفية عبر الإنترنت، قدرة الفضاء الرقمي على خلق مشاعر ارتباط وثقة رغم غياب التواصل الواقعي. ومع تطور أنظمة الذكاء الاصطناعي الحوارية مثل ChatGPT، لم يعد استخدامها مقتصرًا على الإجابة عن الأسئلة، بل أصبحت مساحة للتعبير عن الأفكار والمشاعر، حتى أن بعض المستخدمين طوروا نوعًا من الارتباط العاطفي بها. غير أن المختصين يؤكدون أن هذه الأنظمة، مهما بلغت من التطور، تظل تحاكي المشاعر ولا تملكها فعليًا. فالعلاقات الإنسانية تقوم على التجربة المشتركة والتفاعل المباشر واللمسة العاطفية الصادقة. يمكن للذكاء الاصطناعي أن يدعم الصحة النفسية ويخفف الشعور بالوحدة، لكنه لا يعوّض الروابط البشرية. لذلك يبقى التوازن بين الاستفادة من التكنولوجيا والحفاظ على التواصل الإنساني .



By Lodj



رُضَانِ

كلنا  
مَجْرُوحِين

وكلنا محتاجين نهضرو