



العدد: 93

28 - 03 - 26

المغربك أنت

By Lodj

مجلة لودجي الاسبوعية



بين الدعم الحكومي وشجع الشناقة عيد الأضحى يختبر طموح جيوب المغاربة



www.lodj.info

أخبار بلا حدود

ارتفاع أسعار الطاقة يدفع
آسيا إلى الفحم... وتسرع
التحول نحو المصادر
المتجددة

آخر الأخبار

الأميرة للا حسناء تمثل
المغرب في قمة دولية
بواشنطن حول مستقبل
الأطفال في العصر الرقمي



LODj

LODj

أخبار الساعة

يحدث في 24



العالم
لأول مرة في تاريخ أميركا..
100 دولار عليها توقيع ترامب

www.lodj.ma @lodjmaroc



فن وثقافة
المغرب كيسيتر على "بيلورد 100":
ديستانكت والغراندي طوطو كيطيجو
بكبارة النجوم

www.lodj.ma @lodjmaroc



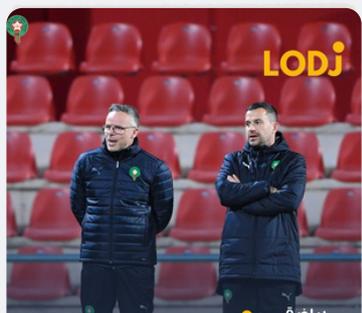
أخبار الأخبار
اللجنة الأولمبية كتمنع "المتحولات
جنسيا" من المشاركة مع السيدات

www.lodj.ma @lodjmaroc



دراسة
أغلب الأساتذة المغاربة راضون
عن مهنتهم

www.lodj.ma @lodjmaroc



رياضة
الجماهير المغربية تترقب الظهور
الأول للأسود الأطلس في عهد وهبي

www.lodj.ma @lodjmaroc



اقتصاد
المغرب يسجل رقما قياسيا
في استيراد الفستق

www.lodj.ma @lodjmaroc

@lodjmaroc



فهرس

04

الافتتاحية

07

آخر الأخبار - أخبار بلا حدود

18

حياتنا - أسرتنا

36

فن وفكر

29

صحتنا

50

جيل X-Y-Z

43

اقتصاديات



مطابع الرسالة

لوديجي ميديا - مؤسسة الرسالة الإعلامية

مدير النشر

عدنان بن شقرون

LODj

تصميم وغللاف المجلة

عماد بن بورجيم

مونتاج

خولة محفوطي

فريق النشر

سارة البوفي - عائشة بوسكين

إدارة فنية وتقنية

محمد أيت بلحسن

اقرأ أعدادنا القديمة :

www.pressplus.ma



أضحية

بين الدعم الحكومي وشجع الشناقة... عيد الأضحى يختبر صمود جيوب المغاربة



تنهش موجة الغلاء جيوب الأسر المغربية منذ رمضان، وتستعد للانقراض عليها مع اقتراب عيد الأضحى، وكأن الأزمات الاقتصادية تصفد أبوابها على المواطنين في دوامة لا تعرف الرحمة. المواطن المغربي اليوم يقف عاجزاً أمام أسعار الخضر والفواكه واللحوم التي لم تعد أرقاماً مؤقتة تكس على الفاتورة، بل حصاراً يومياً يلتهم قوته و يمس كرامته، فيما أسعار المحروقات تضيف عبئاً إضافياً على جيوب منهكة أصلاً. الأضحية، التي كان يفترض أن تكون شعيرة دينية، تحولت إلى اختبار حقيقي لقدرة الأسر على التكيف مع واقع يبتلع كل الدعم الرسمي ويتركها في مواجهة الشناقة الذين يرفعون الأسعار بكل شجع، على أسر ترغب فقط في أداء الشعيرة بكرامة.

الأرقام الرسمية لوزارة الفلاحة تشير إلى وفرة كبيرة في القطيع الوطني : حوالي 32.8 مليون رأس، ما يفترض أن يتيح استقرار الأسعار وقدرة جميع الأسر على أداء شعيرة الأضحى دون ضغوط اقتصادية.

لكن الواقع الميداني يكشف تناقضاً صارخاً : يتوقع أن تصل أسعار الأضاحي بين 3000 و4000 درهم، وقد تصل في بعض الحالات إلى 12 ألف درهم، بينما يتوقع أن تصل تكلفة شراء وتربية الخروف الصغير إلى 3500 درهم، بفعل ارتفاع أسعار الأعلاف والمواد المرتبطة بالتربية، وتداعيات سنوات الجفاف السابقة. هذا الواقع يعكس أن الوفرة التي تتحدث عنها الحكومة لا تصل تداعيتها إلى المواطن البسيط، وأن الدعم الحكومي لم يترجم بعد إلى حماية فعلية للقدرة الشرائية.

المضاربة تمثل أحد الأسباب الرئيسة للغلاء، وتعمل كعدو خفي يحرق جيوب المواطنين. "الشناقة" ينتكرون القطيع، يرفعون الأسعار، ويستغلون كل فرصة موسمية لمضاعفة أرباحهم،

في وقت يفترض أن تكون الشعيرة الدينية مناسبة للسكينة والتقوى. حتى مع وفرة المعروض، يظل المواطن أسيراً لسلسلة المضاربة، إذ كل زيادة في الطلب قبل العيد تتحول مباشرة إلى أسعار أعلى، وهو ما يفرض على الأسر دفع أكثر من طاقة ميزانيتها، خصوصاً بعد تكاليف رمضان.

ارتفاع أسعار المواد الأساسية الأخرى يفاقم الأزمة أكثر : الخضر والفواكه شهدت زيادات غير مسبوقه خلال الأشهر الأخيرة وللازالت مستمرة لحد الساعة، حيث يصل سعر الكيلوغرام من البطاطس إلى حوالي 18-15 درهماً، والطماطم إلى 20-12 درهماً، والفلفل الحلو إلى 25-20 درهماً، والبصل إلى 15-10 درهماً، بينما الفواكه مثل التفاح والبرتقال تتراوح بين 15 و30 درهماً للكيلو، حسب النوع وال جودة

اللحوم الحمراء لم تعد في متناول الجميع، فالأسعار الحالية للحوم الأبقار تصل إلى 120 درهم بينما لحوم الأغنام تصل لـ 130 درهماً للكيلوغرام، وتعكس تكلفة الأعلاف والمجهود الكبير الذي بذله الفلاحون خلال سنوات الجفاف، لكنها تتضاعف بفعل الشناقة في الأسواق المفتوحة. ارتفاع المحروقات أضاف بعداً آخر للتكلفة اليومية، حيث تضاعفت تكلفة النقل، وهو ما ينعكس على كل سلعة تصل إلى الأسواق، لتصبح الأسر المغربية أمام حلقة متصلة من الغلاء المتسارع.

وبالتالي فالدعم الحكومي، رغم أهميته، يظل ناقص الفاعلية إذا لم يصحبه تفعيل صارم للمراقبة وإجراءات ضد الشناقة. إعادة هيكلة القطاع الوطني وتعبئة الإمكانيات المالية كانت خطوات مهمة، لكن المواطن لم يشعر بعد بتحولها إلى واقع ملموس. التحدي الأكبر هو تحويل هذه الوفرة إلى استقرار فعلي في الأسعار، وضمان أن الدعم الحكومي سيقطع الطريق على كل من يسعى لاستغلال موسم العيد لتحقيق أرباح فاحشة على حساب المواطن.

هناك من يقوم بشراء الأضحية مباشرة من الضيعات لتوفير بعض الأمان والشفافية، حيث يمكن للمواطن اللطئمثنان على مصدر الحيوان وظروف تربيته، لكن تأثير هذا الخيار يبقى محدوداً إذا لم تُعزز السياسات العامة بالرقابة الصارمة والحد من المضاربة. المواطن المغربي، الذي تحمل أعباء رمضان، يجد نفسه الآن أمام تجربة جديدة، كل شيء مرتبط ببعضه: ارتفاع أسعار الخضر والفواكه واللحوم والأضاحي والمحروقات، كلها عوامل تضغط على ميزانية الأسرة بشكل متتالي ومتسارع.

يبدو أن عيد الأضحي هذا العام سيبيرز هشاشة القدرة الشرائية بشكل صارخ، ويضع في مواجهة المواطن واقعاً اقتصادياً صارماً، حيث تتحول شعيرة دينية يفترض أن تكون مناسبة للسكينة والتقوى، إلى اختبار يومي لقدرة الأسر على التكيف مع موجة الغلاء المستمرة. الحكومة مطالبة بتحريك لجان المراقبة، وضمان تطبيق الدعم بشكل فعلي، وفرض ضبط الأسواق، وإلا فإن المواطن سيظل أسيراً بين تناقض الأرقام الرسمية وشجع الشناقة في الواقع، في حلقة متكررة من الاحتقان المالي والضغط المستمر على العائلات المغربية



تم صريح الأسبوع

“

تم صرف
5,5 مليار
درهم لفائدة
1,15 مليون
من مربى
الماشية

“

مصطفى بايتاس

الوزير المنتدب لدى رئيس الحكومة
المكلف بالعلاقات مع البرلمان

الأميرة للا حسناء تمثل المغرب في قمة دولية بواشنطن حول مستقبل الأطفال في العصر الرقمي

جسدت المشاركة المغربية في قمة "معا نبني المستقبل" بواشنطن حضوراً دبلوماسياً لافتاً، حيث مثلت صاحبة السمو الملكي الأميرة للا حسناء المملكة المغربية، يوم الأربعاء، في هذا الحدث الدولي الذي احتضنه البيت الأبيض بدعوة من السيدة الأولى الأمريكية ميلانيا ترامب، في سياق دولي يتزايد فيه الاهتمام بقضايا الطفولة والتحول الرقمي.

وانطلقت أشغال هذه القمة، التي حملت شعار "Fostering the Future Together"، بكلمة ترحيبية تميزت بحضور رمزي للتكنولوجيا عبر تدخل روبوت، في إشارة إلى التحولات العميقة التي يشهدها العالم بفعل الذكاء الاصطناعي. وأكدت ميلانيا ترامب في كلمتها أن الرهان اليوم يتمثل في تمكين الأطفال من الأدوات الرقمية والمعرفية التي تؤهلهم لمستقبل سريع التغير، داعية إلى بلورة مبادرات عملية وتعاون متعدد الأطراف لضمان استفادة الجميع من هذه التحولات.

وسلّطت المبادرة الضوء على ضرورة تعزيز رفاية الأطفال وتطوير استقلاليتهم في العصر الرقمي، عبر الاستثمار في التعليم والابتكار والتكنولوجيا، إلى جانب وضع أطر قانونية وتشريعية لحمايتهم من المخاطر المرتبطة بالفضاء الرقمي. كما شددت على أهمية تقليص الفجوة الرقمية بين الدول والمجتمعات، خاصة في ظل التفاوت المتزايد في فرص الولوج إلى التكنولوجيا.

وفي مداخلتها، أبرزت الأميرة للا حسناء أن انخراط المغرب في هذا التحالف يعكس التزامه برؤية دولية قائمة على التعاون والتضامن، مشيرة إلى أن إعداد الأطفال لمتطلبات العصر الرقمي لم يعد خياراً، بل ضرورة تفرضها التحولات المتسارعة. وأكدت أن التقنيات الحديثة يجب أن تكون أداة للتمكين وتقليص الفوارق، لا عاملاً لتعميقها.



كما استعرضت الجهود الوطنية التي تبذلها المملكة في مجال الحماية الرقمية، مبرزة التوجه نحو توسيع المنصات الرقمية وتعزيز برامج محو الأمية الرقمية، بما يضمن اندماجاً أوسع للأطفال في البيئة الرقمية بشكل آمن ومتوازن. وأكدت في هذا السياق استعداد المغرب لتقاسم تجربته مع شركائه، خاصة في القارة الإفريقية، في إطار تعزيز التعاون جنوب-جنوب وتبادل الخبرات.

وشهدت القمة مشاركة شخصيات دولية بارزة، من بينها بريجيت ماكرون والشيخة اليازية بنت سيف آل نهيان، إلى جانب ممثلين عن دول ومؤسسات مختلفة، ما يعكس الطابع العالمي للمبادرة وأهميتها المتزايدة في أجندة التعاون الدولي. كما شكلت المناسبة فرصة للإعلان عن التزامات وطنية وإطلاق شركات جديدة مع فاعلين في قطاع التكنولوجيا. واختتمت أشغال هذا اللقاء رفيع المستوى بأخذ صور تذكارية جمعت الأميرة للا حسناء مع السيدة الأولى الأمريكية، قبل تنظيم حفل استقبال رسمي على شرف الوفود المشاركة، في أجواء عكست البعد الدبلوماسي والإنساني لهذا الحدث.

[اقرأ المزيد](#)

By Lodj

ريلز
الاسبوع



شهدت مدينة Khénifra تساقطات مطرية رعدية قوية، تسببت
فسيول جارفة غمرت عدد من الشوارع والأحياء



آخر الأخبار

جامعة برينستون تستضيف السفروشنى لتسليط الضوء على استراتيجية المغرب الرقمية



قدمت أمل الفلاح السفروشنى، وزيرة المنتدبة لدى رئيس الحكومة المكلفة بالانتقال الرقمي وإصلاح الإدارة، رؤية المغرب في مجال التحول الرقمي والذكاء الاصطناعي أمام مجتمع جامعة برينستون الأمريكية، مسلطة الضوء على المبادرات الوطنية والإقليمية التي تهدف إلى جعل الرقمنة ركيزة للسيادة الرقمية والتنافسية الاقتصادية، وتعزيز الإدماج المجالي في إفريقيا، انسجاماً مع التوجيهات الملكية للنهوض بالقارة.

وجاءت مداخلة السفروشنى خلال الدورة الرابعة من سلسلة محاضرات "Africa Impact Lectures"، التي تستضيفها الجامعة سنوياً، لتؤكد على أن الذكاء الاصطناعي لم يعد مجرد أداة تقنية،

[اقرأ المزيد](#)

توقيع اتفاقية استراتيجية لتعزيز خدمات النقل للمنتخبات الوطنية في المطارات المغربية

أعلنت الجامعة الملكية المغربية لكرة القدم والمكتب الوطني للمطارات عن توقيع اتفاقية شراكة استراتيجية تهدف إلى تعزيز جودة الخدمات اللوجستية المرتبطة بتنقل المنتخبات الوطنية والوفود الرياضية، وذلك يوم أمس الأربعاء بمطار الرباط - سلا، في خطوة تعكس دينامية التعاون بين المؤسسات الرياضية والمطارات المغربية

وجاء هذا التعاون في إطار سعي الطرفين إلى الارتقاء بمستوى الخدمات المخصصة للمنتخبات الوطنية بمختلف فئاتها، وضمان تجربة متميزة للوفود الرياضية

[اقرأ المزيد](#)



جامعة ابن طفيل تحصد المركز الأول في مسابقة دراسة الحالة الأولمبية الدولية

توجت جامعة ابن طفيل المغربية بالمركز الأول في النسخة الخامسة من مسابقة دراسة الحالة الأولمبية الدولية، التي أقيمت يوم الثلاثاء 24 مارس 2026، في لوزان بسويسرا، عبر طلاب معهد مهن الرياضة (IMS).

وشهدت نسخة 2025/2026 مشاركة قياسية بلغت 36 جامعة من مختلف القارات، تأهلت منها 10 جامعات فقط إلى النهائي الحضورى، الذي نظم لأول مرة في المتحف الأولمبي بلوزان بعد أن كانت النهائيات سابقة تتم عن بعد.

[اقرأ المزيد](#)



TOP



شهدت العلاقة بين كيليان مبابي والطاقم الطبي لنادي ريال مدريد تدهوراً كبيراً بعد حادثة الفحص بالرنين المغناطيسي الذي أجري على الركبة الخاطئة، ما جعل اللاعب يعاني من الألم خلال مباريات الملحق بدوري أبطال أوروبا.

توجّه مبابي إلى باريس في 2 مارس الماضي لاستشارة الطبيب بيرتران سونيري-كوتيه، الذي تمكّن من تشخيص حالته بدقة.



FLOP



ترجع المغرب للمركز 112 عالمياً فالتصنيف ديال تقرير السعادة العالمي لعام 2026، فاستمرار لمنح تنازلي كيبان من 2016. هاد المؤشر اللي كيقيس جودة الحياة، الثقة، والدعم الاجتماعي، كيعكس تحديات مستمرة كاتأثر على الإحساس العام بالرضا والسعادة عند المواطنين.

رغم بعض التحسنات فمجالات مختلفة، إلا أن الترتيب الحالي كيبين بللي خاص مجهودات أكبر فالجوانب الاجتماعية والاقتصادية باش يتحسن مستوى العيش والإحساس بالاستقرار.

ارتفاع أسعار الطاقة يدفع آسيا إلى الفحم... وتسرع التحول نحو المصادر المتجددة

في ظلّ تصاعد أسعار النفط والغاز بسبب الحرب في الشرق الأوسط، أعادت بعض دول آسيا التركيز على الفحم لضمان أمن الإمدادات، في خطوة تؤثر على المناخ قصير المدى، لكنها قد تسرع اعتماد الطاقة المتجددة على المدى الطويل.

وأكدت إيمي كونغ، محللة لدى "زيرو كاربون أناليتيكس"، أن الأزمة الحالية تبرز أهمية توفر مصادر طاقة محلية لا تتأثر بالأسواق العالمية، مثل الفحم والطاقة الشمسية، مشيرة إلى تجربة فيتنام التي وسّعت بسرعة من حصة إنتاج الطاقة الشمسية لتعزيز استقرارها الطاقوي.

وتعتمد آسيا بشكل كبير على النفط والغاز المستوردين عبر مضيق هرمز، فيما تعد باكستان والهند وبنغلادش من أكبر مستوردي الغاز الطبيعي المسال من قطر، التي أعلنت مؤخراً عن تراجع قدراتها التصديرية بنسبة 17% بسبب هجمات إيرانية. ويزداد الضغط على المنطقة لعدم وجود مواقع كافية لتخزين الغاز تحت الأرض.

على المدى القصير، أدى هذا الوضع إلى زيادة استخدام الفحم لتشغيل محطات الكهرباء والحفاظ على استقرار الشبكات. وسجلت دول غنية ونامية مثل كوريا الجنوبية وتايلاند والهند والفلبين تحولات مشابهة، مع إعادة تشغيل محطات فحم وتعويض الغاز المحلي بالوقود الأحفوري الأرخص.

ورغم الأثر السلبي للفحم على البيئة والصحة العامة، يرى خبراء أن هذه الأزمة تسلط الضوء على أهمية الطاقة المتجددة من حيث استقرار الإمدادات والكلفة طويلة الأمد. ويشير بوترا أدیغونا، مدير معهد "إنرجي شيفت إنستيتوت"، إلى أن التمويل المصرفي لمشاريع الفحم محدود، ما قد يدفع صناع القرار إلى تعزيز الاستثمارات في الطاقة النظيفة.



وتعتبر الأزمة الحالية فرصة لتأكيد أن الفحم ليس مادة انتقالية مستقرة، وأن تطوير مصادر طاقة متجددة محلية سيكون الحل الأكثر أماناً وفعالية على المدى الطويل.



LODj



لنخبرك By Lodj فجيبك

تابعوا أحدث الأخبار وآخر المستجدات بشكل مستمر عبر منصتنا، ولاتفوتوا أي خبر



www.lodj.info

شهدت أروقة الكونغرس الأمريكي توترات داخلية بين الجمهوريين حول تمويل العمليات العسكرية ضد إيران، حيث أعرب عدد من النواب البارزين عن قلقهم من ضخ مئات المليارات من الدولارات دون وجود خطة واضحة للبيت الأبيض، مشيرين إلى ضرورة تحديد استراتيجية مفصلة قبل أي التزام مالي ضخم.

وفي ظل هذه الانقسامات، قد يطلب الرئيس دونالد ترامب في الأسابيع المقبلة من الكونغرس تخصيص ما يصل إلى 200 مليار دولار لدعم العمليات العسكرية الجارية، إلا أن تمرير هذا الطلب يواجه صعوبة كبيرة، إذ لا يرى الجمهوريون أنهم يمتلكون الأصوات الكافية للموافقة على التمويل الضخم دون خطة واضحة تحدد أهداف الحرب ومدتها.

[اقرأ المزيد](#)

خلافات حادة داخل صفوف الجمهوريين بعد طلب ترامب ل 200 مليار دولار لتمويل حرب إيران



ارتفاع حصيلة الغارات الإسرائيلية على لبنان إلى 1 072 شهيدًا و2966 جريحًا

تواصلت الغارات الإسرائيلية على الأراضي اللبنانية يوم أمس الثلاثاء ، مسجلة ارتفاعًا كبيرًا في حصيلة الضحايا منذ بداية العدوان في 2 مارس الجاري، وفق ما أعلنت وزارة الصحة اللبنانية. وأفادت الوزارة بأن العدد الإجمالي للشهداء بلغ 1072 شخصًا، بينما ارتفع عدد الجرحى إلى 2966، في مؤشر على شدة العنف وتصاعد العمليات العسكرية في المنطقة.

ووفق تقرير مركز عمليات طوارئ الصحة، فقد سُجل خلال الساعات الأربع والعشرين الماضية 33 شهيدًا و90 جريحًا، مما يعكس استمرار الاشتباكات وتصاعد الخسائر البشرية اليومية. وبينما يواصل الاحتلال الإسرائيلي تنفيذ غاراته الجوية، يرد حزب الله بإطلاق قذائف صاروخية على مواقع وأهداف إسرائيلية، ما يزيد من تعقيد المشهد العسكري ويهدد الأمن الإقليمي.

[اقرأ المزيد](#)

أعاد المجلس التشريعي في كوريا الشمالية انتخاب كيم جونج أون رئيسًا لشؤون الدولة، بحسب ما أعلنت وسائل الإعلام الرسمية يوم الاثنين 23 مارس 2026.

وأوضحت وكالة الأنباء الكورية الشمالية الرسمية أن إعادة تعيين كيم تأتي كرئيس لجنة شؤون الدولة، وهي أعلى هيئة حاكمة وصانعة للقرارات في البلاد. وجاء انتخابه خلال أول جلسة للمجلس في الدورة الخامسة عشرة بتاريخ 22 مارس، مؤكدة أن هذا القرار يعكس "الإرادة الموحدة لجميع الكوريين".

إعادة انتخاب كيم جونج أون رئيسًا لشؤون الدولة في كوريا الشمالية



[اقرأ المزيد](#)

المغرب يدعو إلى تغيير جذري في تدبير أوضاع اللاجئين بمنطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا



دعا المغرب، خلال الاجتماع الخامس والتسعين للجنة الدائمة للمفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين في جنيف، إلى إحداث تغيير جذري في إدارة أوضاع اللاجئين بمنطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، مؤكداً أن المساعدة الإنسانية يجب أن تكون نقطة انطلاق نحو حلول مستدامة وليست غاية بحد ذاتها.

وأشار السفير والممثل الدائم للمغرب لدى الأمم المتحدة، عمر زنيبر، إلى أن الأزمات في غزة وسوريا والسودان لها تداعيات إقليمية، داعياً إلى استجابة دولية مستمرة وتطوير استراتيجيات فعالة، وحذر من تحويل المخيمات إلى حلول دائمة نتيجة "الأنظمة الموازية" و"حالات التبعية بين الأجيال"، وأكد ضرورة الشفافية في تسجيل السكان ورفض أي استغلال سياسي لهم.

البنك الدولي يدعو لتطوير أنظمة ري ذكية وتمكين الفلاحين الصغار

يواجه المغرب، مثل العديد من دول العالم، تحديات متزايدة في مجال الأمن المائي والغذائي نتيجة التغيرات المناخية والضغط على الموارد الطبيعية. ويشير تقرير البنك الدولي "التغذية والازدهار: حلول مائية لإطعام 10 مليارات نسمة" إلى أن مستقبل الزراعة بالمغرب يرتبط ارتباطاً وثيقاً بكيفية تدبير المياه، خاصة مع اعتماد الزراعة على الأمطار وتفاوت توزيع الموارد المائية بين المناطق، ما يزيد من هشاشة القطاع ويهدد الأمن الغذائي. ويبرز التقرير أهمية تطوير أنظمة ري حديثة تعتمد على الطاقة الشمسية والخدمات المائية الذكية، مع تعزيز تمويل القطاع الخاص وتمكين الفلاحين من الوصول إلى هذه التقنيات. وتوفر هذه الأنظمة فرصاً لتحسين الإنتاجية الزراعية، وتقليل الانبعاثات الغازية.



انطلاق مشروع محطة تحلية مياه البحر في طنجة لتعزيز الأمن المائي

أعلنت السلطات عن إطلاق مشروع إنشاء محطة لتحلية مياه البحر في نواحي مدينة طنجة، بهدف دعم تزويد المدينة بالماء الصالح للشرب، ضمن الاستراتيجية الوطنية لتدبير الموارد المائية. ومن المنتظر أن تنطلق الأشغال في يوليو 2026 بعد استكمال الدراسات الفنية والإجراءات الإدارية.

وستبلغ القدرة الإنتاجية للمحطة في المرحلة الأولى 100 مليون متر مكعب سنوياً، على أن ترتفع إلى 150 مليون متر مكعب بحلول 2028 لتلبية الطلب المتزايد مع نمو سكان طنجة وتوسع أنشطتها الاقتصادية. ويأتي المشروع في إطار تعزيز الأمن المائي في المناطق الساحلية.



أصدرت محكمة باريس الجنائية حكمها بسجن المفكر الإسلامي السويسري طارق رمضان لمدة 18 عاماً بعد إدانته باغتصاب ثلاث نساء واستغلال شخص ضعيف، في قضية أثارت جدلاً واسعاً على المستوى الأوروبي والدولي. وأكدت المحكمة أن أي موافقة على علاقة جنسية لا تعني السماح بأي فعل خارج حدودها، مشددة على حماية الضحايا وضمان الردع.

إلى جانب السجن، فرضت المحكمة على رمضان مراقبة قضائية لمدة ثمانين سنوات بعد انتهاء العقوبة، تشمل حظر التواصل مع الضحايا ونشر أي أعمال مرتبطة بالقضية، ومنعه نهائياً من دخول الأراضي الفرنسية. وكان رمضان قد حُكم عليه سابقاً في سويسرا عام 2024 بالسجن ثلاث سنوات، منها سنة نافذة، بتهمة الاغتصاب والإكراه على إقامة علاقة جنسية، بعد براءته في المحكمة الابتدائية.

18 عاماً سجناً لطارق رمضان بتهمة اغتصاب ثلاث نساء في فرنسا



تركيا تؤكد استهداف ناقلة نفط بمسيرة بحرية في البحر الأسود

أعلنت السلطات التركية عن تعرض ناقلة نفط لإطلاق صاروخ أو هجوم بمسيرة بحرية في البحر الأسود، بالقرب من مضيق البوسفور، ما أثار مخاوف أمنية كبيرة في المنطقة. السفينة، التي ترفع علم سيراليون وتديرها شركة تركية، كانت تحمل نفطاً خاماً روسياً، واستهدف الانفجار حجره المحرك لتعطيل عمل الناقلة بالكامل، وفق ما أكده وزير النقل التركي عبد القادر أورال أوغلو، مشيراً إلى أن الهجوم جاء بشكل متعمد من الخارج. أرسلت تركيا وحدات بحرية لموقع الحادث لضمان سلامة السفينة وطاقمها، فيما يجري تحقيق لتحديد الجهة المسؤولة. ويأتي الحادث في ظل التوترات الإقليمية المرتبطة بالغزو الروسي لأوكرانيا، حيث تسعى أنقرة للحفاظ على توازن دبلوماسي وتجاري في النقل البحري عبر البحر الأسود ومضيق البوسفور.



سقط قتيلان وأصيب ثلاثة آخرون في إمارة أبوظبي إثر اعتراض صاروخ بالستي، وفق ما أعلنت السلطات المحلية، كما تعرضت مركبات وأماكن عامة للأضرار مادية. وقع الحادث في شارع سويحان بعد أن تمكنت الدفاعات الجوية الإماراتية من اعتراض الصاروخ، فيما تدخلت الجهات المختصة بسرعة لتأمين المنطقة وتقديم المساعدة للمصابين.

وأكدت وزارة الدفاع الإماراتية أن الهجوم نفذ باستخدام صواريخ وطائرات مسيرة أطلقت من إيران، مشيرة إلى استمرار قواتها في التصدي لأي تهديدات جوية وضمان سلامة المدنيين. كما تعمل الفرق المعنية على تقييم الأضرار وإعادة الوضع إلى طبيعته. ويأتي هذا الحادث في ظل تصاعد التوترات الإقليمية بين إيران ودول الخليج، بعد سلسلة هجمات سابقة، ما دفع الإمارات إلى تعزيز منظومة الدفاع الجوي وتكثيف مراقبة الأجواء. وبرز الحدث التحديات الأمنية المستمرة في المنطقة.

قتيلان و3 مصابين إثر اعتراض صاروخ بالستي في أبوظبي



هبيت الأسبوع

MANAL - KALIMAT



@lodjmaroc

دراسة دولية للتعليم والتعلم : نحو ربح أساتذة المغرب يفكرون في مغادرة التدريس بسبب الإرهاق وضعف الأجور

أظهرت نتائج الدراسة الدولية للتعليم والتعلم TALIS 2024 في المغرب أن حوالي ربع الأساتذة يفكرون في مغادرة مهنة التدريس، مع ارتفاع هذه النسبة إلى أكثر من 59% بين الأساتذة الذين تتجاوز أعمارهم 50 سنة، نتيجة الإرهاق المهني وشيخوخة المهنة. وجرى عرض هذه النتائج يوم الثلاثاء 24 مارس 2026 من قبل الهيئة الوطنية للتقييم لدى المجلس الأعلى للتربية والتكوين والبحث العلمي، في محاولة لتقديم صورة واضحة عن واقع قطاع التعليم ومستويات رضا العاملين فيه

واعتمدت الدراسة على استبيانات للأساتذة والمديرين باستخدام معاينة عشوائية طبقية على مستويين (المؤسسات ثم الأساتذة)، مع مقارنة نتائج المغرب بعدة دول، من بينها الاقتصادات الناشئة ودول الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، بالإضافة إلى أنظمة تعليمية متقدمة مثل فنلندا واليابان، بهدف توجيه السياسات التعليمية الوطنية وتحسين أداء المنظومة بشكل مستدام.

وأبرزت الدراسة أن الأجور تمثل مصدر قلق رئيسي للأساتذة، حيث أبدى 21% من أساتذة التعليم الابتدائي و39% من أساتذة الثانوي الإعدادي عدم رضاهم عنها، رغم تقييمهم الإيجابي لبقية ظروف العمل. أما مستوى الضغط النفسي، فيظل معتدلاً، إذ شعر 13% من أساتذة الثانوي الإعدادي و18% من أساتذة الابتدائي بقدر كبير من الضغط، وهي نسب أقل من المتوسطات الدولية المسجلة في دول منظمة التعاون والتنمية الاقتصادية، بينما تجاوزت نسبة الجهد البدني المتوسط العالمي، لتصل إلى 17% في الثانوي الإعدادي و21% في الابتدائي، مقابل 8% فقط في الدول الأخرى المشاركة.



وشملت أبرز مصادر الضغط النفسي إعداد الدروس وتصحيح الفروض بنسبة 81,5% في الابتدائي، إلى جانب عبء العمل المرتفع، في حين تعتبر المهام الإدارية أقل إشكالية نسبياً. كما تبين أن أكثر من ربع الأساتذة يضطرون إلى تنفيذ إصلاحات دون توفر الموارد الكافية، خاصة في المناطق الحضرية، ما يؤثر تساؤلات حول مسألة الإنصاف بين المؤسسات التعليمية. ويظهر أن الضغط النفسي المرتبط بالتوجهات ضعيف نسبياً (16% إلى 17%)، بينما يمثل تنفيذ الإصلاحات تحدياً أكبر، خصوصاً بالنسبة للأساتذة الأكثر خبرة.

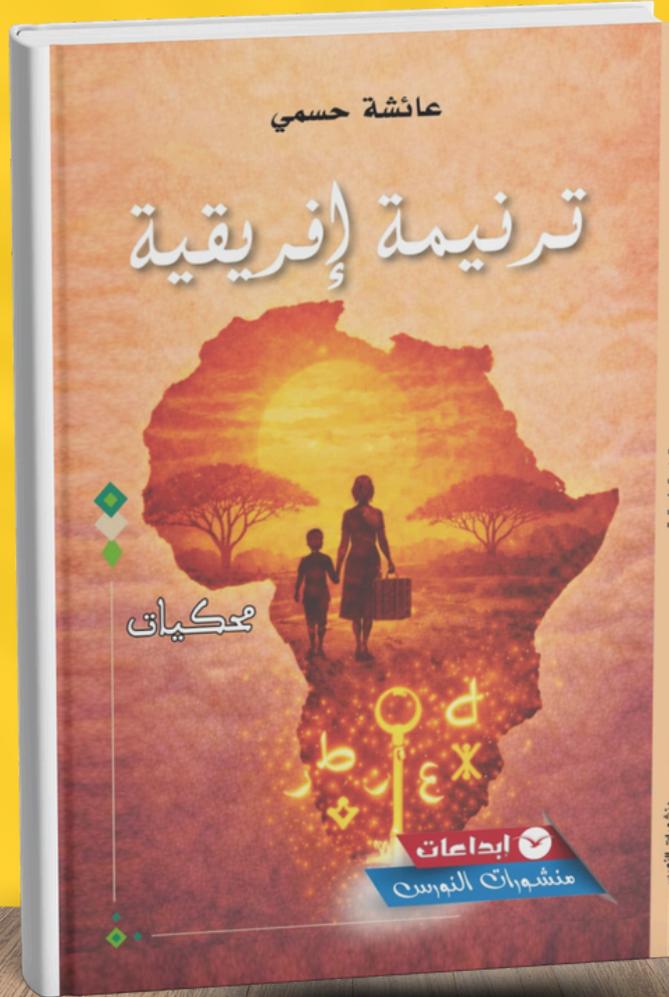
وعلى صعيد العلاقة مع التلاميذ، أظهرت الدراسة أن غالبية الأساتذة، أي حوالي 9 من كل 10، لديهم علاقات إيجابية مع التلاميذ، ويهتمون برعايتهم النفسية ودعم ذوي الاحتياجات الخاصة. كما أبدى غالبية الأساتذة شعوراً بتقدير التلاميذ لجهودهم، بنسبة 88% في الابتدائي و78% في الثانوي الإعدادي، فيما ظل التواصل المستمر مع أولياء الأمور منخفضاً نسبياً، حيث لم تتجاوز نسبته 28% في الابتدائي و14% في الثانوي الإعدادي، مقارنة بالمتوسطات الدولية.

وأشارت الدراسة إلى أن الاستقرار المهني يمثل عاملاً حاسماً لنحو نصف الأساتذة، بينما تعتبر مرونة العمل أقل أهمية. وفي المقابل، أكثر من 60% من الأساتذة يضعون أهمية كبيرة على تأثيرهم في الأجيال القادمة، رغم أن أقل من نصفهم يعتبرون دورهم أساسياً في تقليص الفوارق الاجتماعية بين التلاميذ. كما سجلت الدراسة أن متعة التدريس عالية، إذ تجاوزت 90% في السلكين الابتدائي والثانوي، فيما تراوحت نسبة الاستمتاع بتحديات المهنة بين 72% في الابتدائي و75% في الثانوي الإعدادي، مع رضا عام عن المهنة يصل إلى 92% و93% على التوالي.

اقرأ المزيد

كُتَاب الأسبوع

ترنيمة إفريقية



عائشة حسمي

انجراف الرمال وارتفاع مياه شاطئ مهدية يهددان البنيات التحتية في القنيطرة

شهد شاطئ المهدية، الواقع ضمن تراب مدينة القنيطرة، تدهورًا بيئيًا متسارعًا، يؤثر قلق السكان والزوار قبل أسابيع قليلة من انطلاق موسم الاصطياف الذي يجذب عادة آلاف المصطافين من مختلف مناطق المملكة.

وأشار زوار الشاطئ إلى أن المظاهر الحالية للوضع تتجاوز حدود القلق العادي، إذ يبدو الشريط الرملي متآكلًا بشكل واضح، مع تقدم مياه البحر نحو الكورنيش ومناطق مجاورة للطريق الرئيسية. هذه التحولات أدت إلى صعوبات يومية في حركة السير وعرقلت تنقل المرتادين، مما يزيد من حدة المشكلة ويضع الشاطئ تحت ضغط مستمر. ويضيف التدهور البيئي أبعادًا إضافية، مع انتشار واضح للنفايات في مختلف أرجاء الشاطئ وتكاثر الكلاب الضالة، في ظل غياب تدخلات فعالة من الجهات المسؤولة. هذا الوضع يهدد جاذبية الشاطئ ويضعفه كمرفق سياحي مهم للمدينة والمناطق المحيطة بها.

[اقرأ المزيد](#)



بعد عملية الترقيم... لجان محلية تشرع في مراقبة إناث الماشية عبر مختلف جهات المملكة

أعلنت وزارة الفلاحة والصيد البحري والتنمية القروية والمياه والغابات عن انطلاق عملية مراقبة الاحتفاظ بإناث الأغنام والماعز المخصصة للتوالد، ابتداءً من يوم الثلاثاء 24 مارس 2026، في إطار تنفيذ البرنامج الوطني لإعادة تكوين القطيع. ويأتي هذا الإجراء ضمن سلسلة من التدابير الرامية إلى دعم قطاع تربية الماشية وتعزيز قدرته على التعافي بعد التحديات التي واجهته خلال السنوات الأخيرة.

وتندرج هذه العملية في سياق تنزيل برنامج وطني يرمي إلى إعادة التوازن للقطيع الوطني من الأغنام والماعز، وذلك عبر تشجيع المربين على الاحتفاظ بالإناث القادرة على التوالد.

[اقرأ المزيد](#)



انطلاق إنجاز محطة قطار حديثة بجانب ملعب الحسن الثاني في بنسليمان

فازت شركة Jet Contractors بصفقة مهمة لإنجاز محطة قطار حديثة بجانب ملعب الحسن الثاني بمدينة بنسليمان، وذلك بتكلفة إجمالية تقارب 415 مليون درهم، في إطار الجهود الرامية إلى تطوير شبكة النقل السككي بالمغرب. وتأتي هذه الصفقة ضمن البرنامج الاستراتيجي لتحديث البنية التحتية للنقل، الذي يشمل إنشاء محطات من الجيل الجديد وتوسيع الخطوط لتلبية احتياجات التنقل المتزايدة، وتحسين جودة الخدمات المقدمة للمسافرين. ومن المتوقع أن تستقبل المحطة الجديدة أكثر من 12 مليون مسافر سنويًا.

[اقرأ المزيد](#)



انستوليت الاسبوع

« عشاق الراب عندهم أقل نسبة ذكاء »



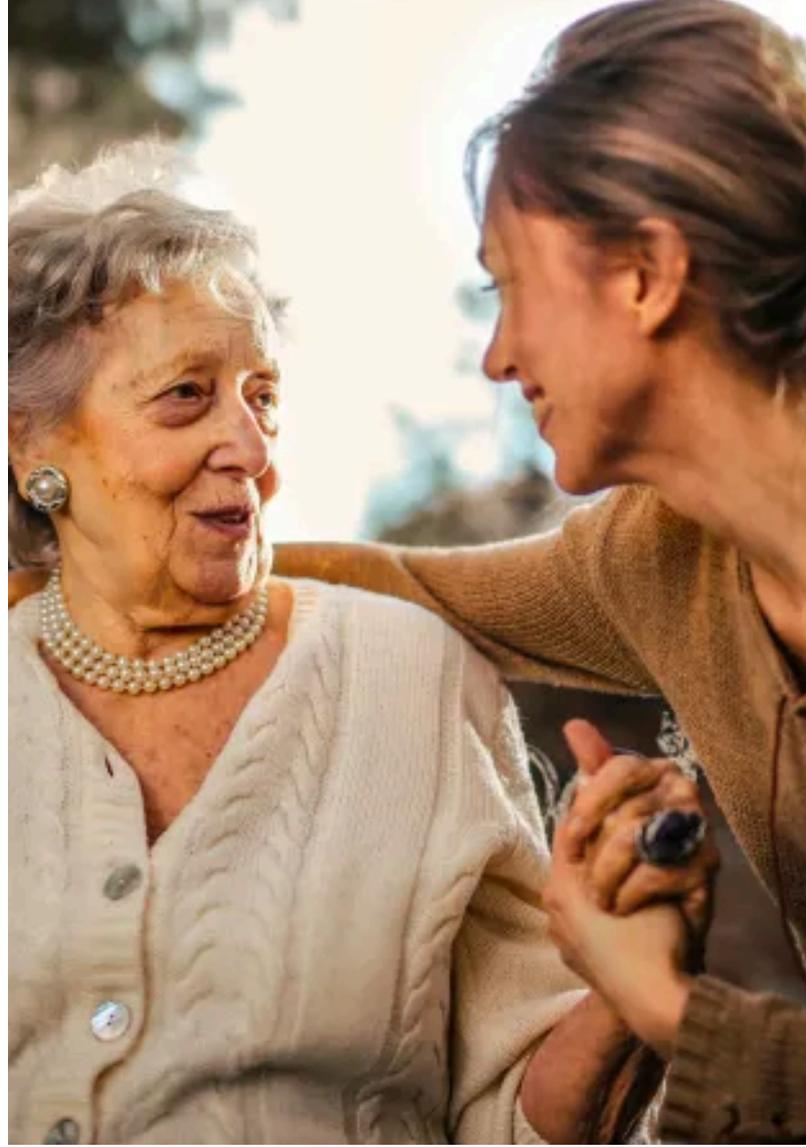
عيد الأم في المغرب: هدايا قد تجرح وعادات يومية تصنع سعادة حقيقية للأمهات

في كل سنة، ومع حلول عيد الأم، تتسابق العائلات للاحتفاء بالأمهات، عبر الهدايا والكلمات الدافئة، في لحظة تبدو استثنائية على مدار العام. غير أن هذا الاحتفاء، رغم رمزيته، يطرح سؤالاً عميقاً: هل يكفي يوم واحد لردّ جميل سنوات من العطاء والتضحيات؟ واقع الحال يُظهر أن الأمهات، سواء في المغرب أو عبر العالم، يعشن تحت ضغط يومي متواصل، يجمع بين المسؤوليات الأسرية والالتزامات المهنية وأعباء الرعاية، ما يجعل من الاهتمام بهن ضرورة مستمرة، لا مجرد مناسبة عابرة.

أمهات تحت الضغط... وأرقام لا تُكذّب تشير دراسات دولية إلى أن نسبة كبيرة من الأمهات يعانين من ضغوط نفسية وبدنية متزايدة، حيث تُظهر المعطيات أن أكثر من ثلثي الأمهات يشعرن بالإرهاق، فيما تعاني نسبة مهمة منهن من القلق أو الاكتئاب بدرجات متفاوتة.

ولا يختلف الوضع كثيراً في المجتمعات العربية، إذ تتحول الأم في كثير من الأحيان إلى "محور العائلة"، تتحمل مسؤوليات متعددة قد تمتد لتشمل رعاية أفراد آخرين، ما يضاعف من حجم الضغط ويجعلها في حاجة ماسة إلى دعم حقيقي ومستمر.

عندما تتحول الهدايا إلى رسائل مؤلمة ورغم حسن النية، قد تتحول بعض الهدايا إلى مصدر إزعاج أو حتى جرح معنوي للأمهات. من بين هذه الهدايا، تلك المرتبطة بمقاومة الشيخوخة، مثل منتجات العناية المكثفة بالبشرة أو الإجراءات التجميلية، التي قد تُفهم على أنها تلميح غير مباشر بعدم الرضا عن مظهر الأم أو تقدمها في السن. كما أن تكرار نفس نوع الهدايا كل سنة، حتى وإن كانت باهظة الثمن، قد يفقدها معناها الحقيقي، خاصة إذا لم تكن مرتبطة بشخصية الأم واهتماماتها.



في المقابل، يؤكد مختصون في العلاقات الأسرية أن "قيمة الهدية لا تُقاس بثمنها، بل بمدى قربها من قلب الأم"، فهدية بسيطة نابغة من فهم عميق لاهتماماتها قد تكون أكثر تأثيراً من هدية فاخرة بلا روح.

"الشغف"... مفتاح الهدية المثالية

اختيار الهدية المناسبة يبدأ من معرفة ما تحبه الأم فعلاً. فقد تكون تحب القراءة، السفر، الحرف اليدوية، أو حتى قضاء وقت هادئ بعيداً عن الضغوط. هنا، تصبغ الهدية وسيلة لإحياء هذا الشغف، سواء عبر كتاب، أو اشتراك في تطبيق ثقافي، أو رحلة قصيرة، أو حتى نشاط بسيط يُعيد لها الإحساس بذاتها خارج دائرة المسؤوليات اليومية.

من هدية موسمية إلى عادات يومية

لكن الأهم من الهدية نفسها، هو تحويل الاهتمام بالأم إلى سلوك يومي. فالعناية الحقيقية لا تُختزل في يوم واحد، بل تُبنى عبر تفاصيل صغيرة تصنع فرحاً كبيراً في حياتها.

اقرأ المزيد

ليوديجات

ماتكبير



زلزال الحوز: صرف 7,2 مليار درهم لإعادة الإعمار



كأس أمم إفريقيا 2025 : جورج وياه يدافع عن المغرب ويتحدث عن «انتصار العدالة»



عريضة: 28 ألف توقيع ضد العودة إلى التوقيت الصيفي في المغرب



2026 : 85% من الأطفال سيولدون في آسيا وإفريقيا



في ظل التحولات الاقتصادية التي يعرفها العالم، لم تعد الضغوط المالية حكرًا على الكبار فقط، بل أصبحت تمتدّ بصمت إلى داخل البيوت، حيث يلتقط الأطفال إشارات التوتر حتى وإن لم تُقال بصراحة. فالتغيرات الصغيرة في نمط العيش، مثل تقليص الخرجات أو تأجيل المشتريات، لا تمرّ مرور الكرام على أعينهم، بل تثير في داخلهم أسئلة قد تتحول إلى مخاوف حقيقية

كيف تشرح لأطفالك الأزمة العالية للأسرة دون أن تزرع الخوف؟ دليل عملي للآباء في زمن الغلاء



إذا لم تجد تفسيرًا واضحًا في السياق المغربي، حيث تواجه العديد من الأسر تحديات معيشية متزايدة، يبرز سؤال حساس: هل يجب إخبار الأطفال بالوضع المالي للأسرة؟ أم أن حمايتهم تعني إبعادهم عن هذه التفاصيل؟ الجواب ليس بسيطًا، لكنه يبدأ من فهم أن الطفل يشعر أكثر مما يُعتقد.

[اقرأ المزيد](#)

كل مرحلة عمرية نظام غذائي خاص: كيف يؤثر طعامك اليوم على شيخوختك الصحية غدًا؟

في زمن تتسارع فيه وتيرة الحياة وتزايد فيه الأمراض المزمنة، لم يعد الحديث عن التغذية الصحية مجرد رفاية، بل أصبح ضرورة ملحة ترتبط مباشرة بجودة الحياة وطولها. وتشير أحدث الدراسات، خاصة تلك الصادرة عن جامعة هارفارد، إلى أن أقل من 10% فقط من البشر يحققون ما يُعرف بـ"الشيخوخة الصحية"، أي بلوغ سن السبعين أو أكثر دون الإصابة بأمراض مزمنة مع الحفاظ على صحة جسدية وعقلية جيدة. هذه الأرقام تطرح سؤالًا جوهريًا: هل يمكن لما نأكله اليوم أن يحدد شكل حياتنا في المستقبل؟ الجواب، بحسب الخبراء، هو نعم... وبقوة.

على عكس الاعتقاد الشائع، لا يستفيد الجسم من نفس الأطعمة بنفس الطريقة في مختلف مراحل الحياة.

[اقرأ المزيد](#)

5 دقائق على الكرسي تنعش جسدك: تمارين جلوس سهلة لكل الأعمار

في عالم اليوم المزدحم، أصبح كثير من الناس يقضون ساعات طويلة جالسين أمام الشاشات، سواء في العمل أو الدراسة، أو حتى أثناء التنقل، ما يؤدي إلى إرهاق متواصل للجسم. ومع ضغوط الحياة اليومية، قد يكون الشعور بالخمول أول استجابة طبيعية، لكن الحركة البسيطة يمكن أن تحدث فرقًا كبيرًا في صحتك الجسدية والنفسية. الخبر الجيد هو أنه ليس من الضروري تخصيص وقت طويل أو استخدام معدات رياضية معقدة لتخفيف التوتر العضلي وتحريك الجسم. تمارين الجلوس على الكرسي، والتي يمكن القيام بها في خمس دقائق فقط،



[اقرأ المزيد](#)



جرائم الصحافة

« في أقل من 48 ساعة تم تداول خبرين زائفين عن المغرب ، الخبر الأول زعم بشكل خاطئ أن المغرب انسحب من مباراة في كأس إفريقيا 1976، وهو ادعاء تكذبه الأرشيفات الرسمية. أما الخبر الثاني فكان تصريحاً مثيراً يُنسب إلى Achraf Hakimi، يدّعي رفضه للقب قاري، دون أي دليل أو مصدر موثوق. »

شهد معبر باب سبتة الحدودي بين المغرب ومدينة سبتة المحتلة يوم الاثنين ازدحامًا غير مسبوق، أدى إلى توقف شبه كامل لحركة العبور، وفق تقارير صحيفة "إفارو-سبتة". امتدت الطوابير لعدة كيلومترات على الجانب المغربي، ما تسبب في معاناة المسافرين، خصوصًا العائلات والأطفال، الذين اضطروا للانتظار لساعات طويلة تحت أشعة الشمس.

وأكدت المصادر أن البطء في إجراءات التفتيش ونقص المعلومات الرسمية زاد من استياء العابرين، مشيرة إلى أن هذه الأزمة لم تعد طارئة، بل ظاهرة متكررة مرتبطة بالعطل الرسمية والمناسبات الدينية، وفترات ذروة حركة السفر مثل عملية "مرحبا" الصيفية. وطالب المسافرون بتحسين التنسيق وآليات العبور لتقليص أوقات الانتظار، فيما أشار التقرير إلى ضرورة تطوير البنية التحتية للمعبر، عبر إضافة ممرات إضافية، تحسين أنظمة التفتيش، واعتماد تقنيات حديثة لتسهيل مرور المسافرين. تواجه السلطات المغربية والإسبانية تحديًا كبيرًا في إدارة الحركة، ما يستدعي حلولًا مبتكرة لمنع تكرار حالات الازدحام الشديد مستقبلاً.

ازدحام غير مسبوق في معبر باب سبتة يشل حركة العبور بعد عيد الفطر



ملف الأقدمية يعيد التوتر إلى الجامعات... تنسيقية الأساتذة تعلن وقفة جديدة

أعلنت التنسيقية الوطنية للأساتذة الباحثين المتضررين من عدم احتساب الأقدمية العامة المكتسبة في الوظيفة العمومية عن تنظيم وقفة احتجاجية أمام مقر وزارة التعليم العالي والبحث العلمي والابتكار يوم الخميس 9 أبريل 2026، بعد سنوات من تأجيل حل هذا الملف. ويطالب الأساتذة بالاعتراف بالسنوات التي قضوها في وظائف عمومية أخرى قبل التحاقهم بمهنة أستاذ باحث، معتبرين أن تجاهل هذه الخبرات المهنية يكرّس عدم الإنصاف داخل الجامعات المغربية، ويصل عدد المتضررين إلى نحو خمسة آلاف أستاذ. ويشير المحتجون إلى غياب تجاوب الوزارة والنقابة الوطنية للتعليم العالي، وعدم وجود تصور واضح لحل الإشكال، رغم الدعم المعلن سابقًا خلال جولات الحوار عام 2024.

النيابة العامة تحسم: وفاة شخص داخل مقر الشرطة الوطنية كان نتيجة حادث انتحاري

أعلنت النيابة العامة بالدار البيضاء عن إغلاق التحقيق القضائي في وفاة شخص داخل مقر الفرقة الوطنية للشرطة القضائية، مؤكدة أن المعطيات أثبتت عدم وجود أي شبهة جنائية، ما دفعها إلى حفظ الملف. وأوضح البلاغ الرسمي أن الهالك ألقى بنفسه من نافذة بالطابق الرابع داخل المقر، ما أدى إلى إصابته بجروح بليغة توفي على إثرها في المستشفى، بعد أن كان موضوع بحث قضائي سابق.

وشملت التحقيقات استماعة لعناصر الشرطة، معاينات ميدانية دقيقة، تفرغ تسجيلات كاميرات المراقبة، وفحوصات مخبرية وتحليل طبية، التي أكدت أن الوفاة ناجمة عن رضوض وكسور متعددة ونزيف سحائي، دون أي مواد غير طبيعية في عيناته، وأن مكان الحادث خالٍ من أي أثر للأشخاص الآخرين.



مع حلول فصل الربيع، تواجه البشرة الجافة تحديات جديدة نتيجة فقدان الترطيب الطبيعي وضعف الحاجز الجلدي، ما يجعلها أكثر عرضة للجفاف وفقدان المرونة. لحماية البشرة والحفاظ على نضارتها، يحتاج الأمر إلى روتين متكامل يجمع بين العناية الداخلية والخارجية.

أولاً، يجب تقوية الحاجز الجلدي باستخدام زيوت نباتية مثل الجوجوبا واللوز لتعزيز امتصاص الرطوبة ومرونة البشرة. ثانياً، اختيار مكونات طبيعية مرطبة مثل العسل والألوفيرا يحسن ملمس الجلد ويمنحه إشراقاً صحية. ثالثاً، الترطيب الداخلي والخارجي معاً ضروري؛ شرب الماء وتناول الفواكه والخضراوات، إلى جانب استخدام كريمات وأمسال مرطبة. رابعاً، الاستفادة من الأحماض الدهنية الأساسية مثل أوميغا 3 وزيت الأرغان لتعزيز مرونة البشرة وتقليل الالتهابات. خامساً، الحد من التنظيف القاسي وتجنب المنتجات التي تحتوي على السولفات. سادساً، وضع المرطبات مباشرة بعد الاستحمام يزيد من فعاليتها.

7 طرق فعالة لترطيب البشرة الجافة خلال فصل الربيع والحفاظ على نضارتها



عودة مطابخ الستينيات الملونة: دليل شامل لتصميم مطبخ كلاسيكي بعناصر عصرية

في السنوات الأخيرة، شهدت مطابخ الستينيات عودة قوية في عالم الديكور الداخلي، لما تحمله من ألوان زاهية وطابع دافئ ووظائف عملية تجعلها قلب المنزل. الألوان الجريئة، الأجهزة الملونة، الأرضيات الشطرنجية، والأسطح الخشبية الملونة تمنح المطبخ شخصية مميزة، بينما تدمج التصميمات الحديثة بين الحنين إلى الماضي والراحة العصرية. أبرز عناصر التصميم الكلاسيكي تشمل الأرضيات الشطرنجية بالأبيض والأسود، الأجهزة المنزلية بألوان فيروزية ووردي وأزرق، الأسطح الخشبية الملونة، ورق الجدران المزخرف، المقاعد الركنية المدمجة، والكراسي والمفارش الملونة. كما يمكن عرض أواني الطهي النحاسية واستخدام أبواب الخزائن المنزقة لإضافة لمسة كلاسيكية وعملية.



حذاؤك يصير؟ حلول منزلية بسيطة لإسكات الصوت المزعج للأبد

صرير الحذاء من المشكلات المزعجة الشائعة التي قد تسبب إحراجاً أثناء المشي، لكنها غالباً قابلة للحل بسهولة عبر بعض الحيل المنزلية. أسباب الصرير متعددة، منها تراكم الرطوبة أو العرق داخل الحذاء، نوعية المواد المصنعة للنعل، عدم ملاءمة المقاس، أو نوعية الأرضية مثل الخشب والبلاط المصقول. لحل المشكلة، يمكن تجفيف الحذاء جيداً باستخدام الصحف والمنشفة، واستخدام بودرة الأطفال أو صودا الخبز لامتصاص الرطوبة. ارتداء جوارب تمتص العرق يساعد على تقليل الاحتكاك بين القدم والحذاء. الحذاء الجديد قد يحتاج لتليينه تدريجياً، بينما يمكن استخدام الفازلين أو شمع البارافين على النعل الداخلي والخارجي لتقليل الأصوات. تخشين النعل الخارجي على الأرضيات الملساء أو ترطيب الجلد الجاف أيضاً.





By Lodj



انضم إلى قناتنا
على واتساب

لتبقى على اطلاع بأحدث الأخبار !



www.lodj.ma

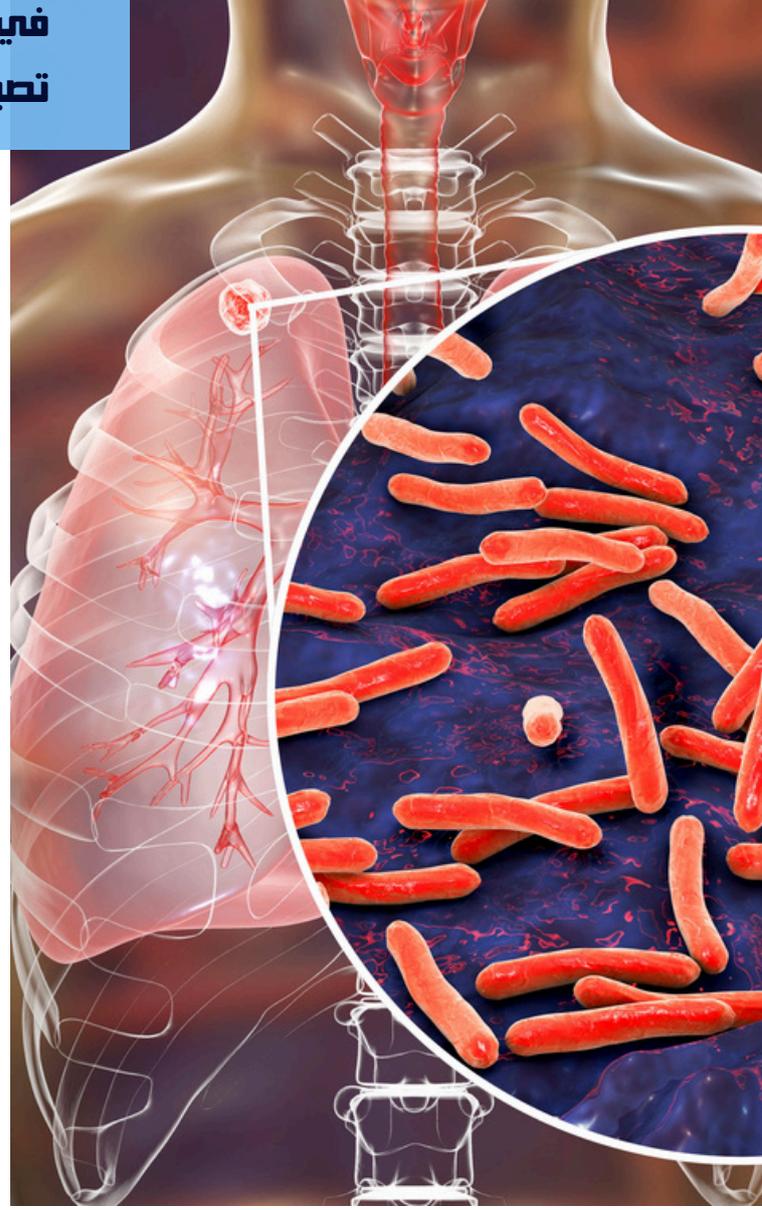
في اليوم العالمي للسل : 53% من الإصابات بالمغرب تصيب أعضاء الجسم خارج الرئتين

يحتفل المغرب والعالم، في 24 مارس من كل سنة، باليوم العالمي لمحاربة داء السل، مناسبة تجدد فيها التذكير بأهمية التصدي لهذا المرض الذي لا يزال يشكل تحديًا صحيًا عالميًا، لا سيما الأشكال الأقل شهرة من السل التي تصيب أعضاء الجسم خارج الرئتين.

في نسخة 2026 من هذه الحملة، ركزت وزارة الصحة والحماية الاجتماعية على تعزيز الوعي بالأشكال خارج الرئة، معتبرة أن التوجه الجديد ضروري لمواجهة صعوبات التشخيص والتكفل بها، ولتشجيع المواطنين على اللجوء المبكر إلى الخدمات الصحية المتخصصة. وجاء شعار هذه السنة: "السل يتجاوز الرئتين: لنعزز الوعي بالأشكال خارج الرئة"، ليكون رسالة واضحة حول خطورة المرض وأهمية اكتشافه في مراحله المبكرة.

وتشير المعطيات الوطنية إلى أن الأشكال خارج الرئة شكلت نحو 53 في المائة من مجموع حالات السل الجديدة المسجلة بالمغرب سنة 2025، ما يجعل تحسين قدرات الأطر الصحية في التشخيص والتكفل بهذه الحالات أولوية حقيقية. ويهدف رفع مستوى اليقظة السريية لدى المهنيين إلى ضمان سرعة الاستجابة وتحسين نسب الشفاء، وهو ما يتطلب جهودًا متواصلة في مجالات التحسيس والتكوين والتشخيص المبكر.

وفي إطار هذه الاستراتيجية، تعتزم الوزارة تنظيم ندوة علمية وطنية عن بُعد يوم 26 مارس 2026، بمشاركة مسؤولين وخبراء ومهنيين في الصحة، إلى جانب ممثلي الجمعيات العلمية والمنظمات غير الحكومية وهيئات أممية. وتركز الندوة على تحليل الوضعية الوبائية الحالية للسل، ومناقشة أحدث التطورات في تشخيص وعلاج الأشكال خارج الرئة، إضافة إلى تبادل الخبرات وتعزيز قدرات العاملين الصحيين.



وأكدت الوزارة أن مكافحة داء السل تظل من أولويات الصحة العمومية، ضمن المخطط الاستراتيجي الوطني للفترة 2024-2030، الذي يسعى إلى تقليص معدل الوفيات بنسبة 60 في المائة وخفض نسبة الإصابة بـ35 في المائة بحلول سنة 2030. ويستند المخطط إلى استراتيجية شاملة تشمل تحسين الكشف المبكر، رفع نسب النجاح العلاجي، وتوسيع نطاق العلاج الوقائي لتشمل الفئات الأكثر عرضة للإصابة.

كما تواصل وزارة الصحة تحسين الولوج إلى خدمات التشخيص والعلاج، مع ضمان مجانية التكفل داخل المؤسسات الصحية، وتعزيز الشراكات مع مختلف الفاعلين الوطنيين والدوليين. وتؤكد الوزارة أن السل مرض قابل للوقاية والعلاج، شرط الالتزام بالبروتوكولات العلاجية الدقيقة، واللجوء المبكر للخدمات الصحية، ما يجعل الوعي المجتمعي أداة محورية في محاربة هذا المرض



فيديو الأسبوع



الحكومة تؤكد الانكباب على إعادة تشكيل القطيع الوطني بدعم غير مسبوق للكسابة استعدادا لعيد الأضحى



تستمر القراصيا، أو ما يُعرف بالبرقوق المجفف، في فرض نفسها كخيار غذائي صحي وفعال، ليس فقط لتحسين عملية الهضم، بل أيضًا لدورها في تعزيز الطاقة اليومية والمساهمة في إدارة الوزن، وفقًا للخبراء في التغذية والصحة. وتشير الدراسات الحديثة إلى أن القراصيا غنية بالألياف الطبيعية ومركب "السوربيتول"، وهو نوع من السكريات الطبيعية التي تعمل على جذب الماء إلى الأمعاء، مما يسهل حركة الأمعاء ويحسن عملية الإخراج. هذه الخاصية تجعلها حليفًا أساسيًا لمن يعانون من الإمساك أو الرغبة في تنظيم الهضم اليومي.

على الرغم من عدم وجود وقت محدد عالمي لتناول القراصيا، إلا أن خبراء الصحة يؤكدون أن تضمينها في الوجبات الخفيفة اليومية يمنح أفضل النتائج، فمثلًا: الهضم: يفضل تناول القراصيا في الصباح أو خلال النهار لتفادي أي اضطرابات محتملة في المساء، خصوصًا للأشخاص الحساسين للألياف. الطاقة: تعمل القراصيا كمصدر متوازن للسكريات الطبيعية والكربوهيدرات المعقدة، ما يجعلها وجبة مثالية في فترة بعد الظهر

[اقرأ المزيد](#)

القراصيا لتحسين الهضم والطاقة وإدارة الوزن.. نصائح الخبراء وأفضل أوقات تناولها



الثوم وفوائد القلب: كيف يمكن لفصين يومياً أن يحمي الضغط والكوليسترول ويقوي الشرايين

رغم بساطته واستخدامه اليومي في أغلب المطابخ المغربية والعالمية، يبرز الثوم اليوم كأحد أهم المكونات الطبيعية التي قد تسهم في حماية صحة القلب والأوعية الدموية، وفق خبراء التغذية والصحة. تشير الدراسات الحديثة، بحسب موقع VeryWellHealth، إلى أن الثوم يحتوي على مركبات كبريتية تعمل على توسيع الأوعية الدموية، ما يساعد على خفض ضغط الدم المرتفع وتحسين مرونة الشرايين، وتقليل الإجهاد على القلب. هذه الفوائد تجعله إضافة قيمة لأي نظام غذائي متوازن يسعى إلى دعم صحة القلب على المدى الطويل

[اقرأ المزيد](#)

الاستيقاظ الليلي قصيراً.. سر صحي لحماية القلب والدماغ حسب خبراء عالميين

لطالما اعتُبر النوم المتواصل طوال الليل علامة على الصحة الجيدة، لكن أحدث الدراسات والملاحظات الطبية تعيّر هذه الفكرة، مشيرة إلى أن الاستيقاظ لفترة قصيرة خلال الليل قد يحمل فوائد صحية غير متوقعة. وفقاً لتصريحات مجدي يعقوب، أحد أبرز جراحي القلب على الصعيد الدولي، الاستيقاظ لمدة نصف ساعة أثناء الليل قد يكون مفيداً للدماغ والقلب على حد سواء. هذه الفكرة قد تبدو مفاجئة للجمهور، لكنها تعتمد على آليات بيولوجية دقيقة مرتبطة بتوازن الجسم والوظائف العصبية.

تشير الدراسات إلى أن فترات الاستيقاظ القصيرة تساعد على تنشيط حركة السوائل المحيطة بالمخ والنخاع الشوكي،

[اقرأ المزيد](#)



خبر صادم لعشاق النجم الكونغولي "ميتر جيمس"! الماركة العالمية ديال الراب تلاقى مع البوليس الفرنسي فمطار "رواسي شارل ديغول" بباريس، مباشرة بعد ما نزل من الطائرة لي جاية من دبي هاد النهار (الأربعاء 25 مارس)، وتم الوضع ديالو رهن الحراسة النظرية.



أخبار الأخبـار

يعد سوء فهم الكربوهيدرات أحد أبرز الأخطاء الغذائية الشائعة. كثيرون يظنون أنهم يمكنهم الاستغناء عنها، رغم أنها المصدر الأساسي للطاقة اللازمة لعمل الدماغ والعضلات والأعضاء الحيوية، ويحتاج البالغون إلى نحو 130 غرامًا يوميًا. كما يعتقد البعض أن كل الكربوهيدرات "فارغة"، في حين توفر الحبوب الكاملة والفاكهة والخضروات والبقوليات والألياف والفيتامينات والمعادن الأساسية لصحة الجهاز الهضمي والقلب.

من الأخطاء الأخرى اختيار مصادر غير صحية، مثل الخبز الأبيض والحلويات، أو حذف الكربوهيدرات تمامًا بهدف إنقاص الوزن، ما يؤدي لنقص الألياف والفيتامينات ويصعب الالتزام بالنظام الغذائي. كما ينسى الكثيرون أن الكربوهيدرات الصحية هي المصدر الرئيس للألياف التي تنظم السكر وتخفض الكوليسترول. أما المشكلة الحقيقية فهي الإفراط في تناول السكريات المضافة الموجودة في المشروبات الغازية والحلويات.



**خبرة تغذية تكشف
6 مفاهيم خاطئة عن
الكربوهيدرات
وكيفية تناولها
لصحة أفضل**



الميكروبيوم وصحة العضلات: دراسة تكشف دور بكتيريا الأمعاء في تعزيز القوة البدنية

كشفت دراسة حديثة عن علاقة قوية بين البكتيريا المعوية وصحة العضلات، حيث أظهرت النتائج أن الأشخاص، وخاصة كبار السن، الذين يمتلكون مستويات مرتفعة من هذه البكتيريا يتمتعون بأداء أفضل في اختبارات القوة مثل قبضة اليد وتمارين الساقين والصدر. وأظهرت الدراسة أن كبار السن الذين تحتوي أمعاؤهم على هذه البكتيريا سجلوا قوة قبضة أعلى بنحو 30% مقارنة بالآخرين.

لتأكيد النتائج، أجرى الباحثون تجارب على الفئران، حيث أسفرت إضافة البكتيريا نفسها عن زيادة ملحوظة في قوة العضلات ونمو ألياف عضلية أكبر وأكثر قدرة على الانقباض السريع، ما يعكس تأثيرها على عمليات التمثيل الغذائي للأحماض الأمينية داخل العضلات.

العسل أم المربى على الخبز؟ دليلك لاختيار الإضافة الصحية الأفضل

العسل والمربى من المحليات الطبيعية الشهيرة، ولكل منهما خصائص وفوائد صحية تميّزه عن الآخر. يُنتج العسل من رحيق الأزهار بواسطة النحل، ويحتوي على مضادات أكسدة، وفيتامينات، ومعادن، كما يمتلك خصائص مضادة للبكتيريا والفيروسات والالتهابات، ويُساهم في دعم صحة القلب والجهاز التنفسي، ويعمل كمهدئ طبيعي للسعال. إضافة إلى ذلك، يرفع العسل سكر الدم بدرجة أقل مقارنة بالسكر العادي، مما يجعله خيارًا أفضل نسبيًا عند استهلاكه باعتدال. أما المربى، فتُصنع من الفاكهة المطهية مع السكر، وتحتوي على مضادات أكسدة مهمة مثل البوليفينولات، خصوصًا في المربيات المصنوعة من التوتيات، ما يعزز صحة القلب والدماغ. ومع ذلك، تحتوي معظم المربيات التجارية على نسب عالية من السكر.



كيف تساعد التأمل الواعي في التخفيف من التوتر اليومي

يعتبر التوتر النفسي في فرنسا من أبرز مشاكل العصر، وقد أثبتت الدراسات العلمية أن التأمل الواعي أو "Mindfulness" يساعد على التخفيف منه وتحسين الصحة النفسية. مستمد من التقاليد البوذية، يركز التأمل الواعي على اللحظة الحالية وملاحظة الأفكار والمشاعر والجسم دون إصدار أحكام.

أدخل العالم جون كابات-زين التأمل إلى المجال الطبي الغربي منذ أواخر السبعينيات، ويبيّن أن له تأثيراً إيجابياً على التوتر الناتج عن الأمراض المزمنة وآلام الجسم. يعمل التأمل على تمكين الممارس من مراقبة الأفكار والمشاعر دون الانغماس فيها، ما يقلل القلق، يعزز التحكم العاطفي، ويحسن جودة النوم.



حساسية الأسنان للبرد: كيف تحمي أسنانك وتخفف الألم؟

تعاني بعض الأشخاص من حساسية الأسنان تجاه المشروبات أو الأطعمة الباردة، نتيجة تلف المينا أو انحسار اللثة، مما يكشف العلاج والأعصاب ويؤدي للألم مفاجئ يشبه الصدمة الكهربائية. بحسب الدكتورة ناتالي دلفين، أسباب الحساسية تشمل استخدام فرشاة أسنان صلبة أو تفريش قوي، تناول أطعمة ومشروبات حمضية باستمرار، صرير الأسنان أثناء النوم، وارتجاع حمض المعدة المتكرر. لحماية الأسنان وتخفيف الألم، ينصح باستخدام فرشاة ناعمة مع حركة لطيفة، وتجنب الأطعمة الحمضية، وزيارة طبيب الأسنان بشكل دوري لتقييم حالة المينا واللثة. كما يُنصح باستخدام معاجين أسنان مخصصة للأسنان الحساسة لتقوية المينا وتهدئة الأعصاب.

فوائد عشبة الميرمية في تخفيف الهبات الساخنة أثناء سن اليأس

مع دخول المرأة مرحلة سن اليأس، ينخفض إنتاج الهرمونات الأنثوية، خاصة الإستروجين، ما يسبب أعراضاً مزعجة مثل الهبات الساخنة، التعرق الليلي، والتقلبات المزاجية. تُعد عشبة الميرمية (Salvia) حلاً طبيعياً فعالاً للتخفيف من هذه الأعراض. هناك نوعان رئيسيان: الميرمية الطبية (Sage officinale) ذات أوراق غنية بالمركبات الفعالة، والميرمية العطرية الكبيرة (Sage sclarée) الطويلة ذات الأزهار الكبيرة. تحتوي هذه الأعشاب على التانينات، الفلافونويدات، المركبات الفينولية والتربينات التي تساعد على تنشيط إنتاج الإستروجين الطبيعي، ما يخفف الهبات الساخنة، يقلل التعرق الليلي، ويحسن النوم، ويزيد الطاقة والحيوية. يُنصح باستخدام الميرمية على شكل شاي أو مسحوق.



By Lodj

السلوك
المدني

الانخراط

القيم
الخمس

لهديجي ميديا

المشاركة

المواطنة

التطوع

مفاجأة فنية.. Inkonnu يكشف عن ديو جديد مع منال بنشليخة بعنوان "وردة"

في خطوة فنية غير متوقعة، فاجأ الربور المغربي Inkonnu جمهوره بإعلانه عن عمل غنائي جديد يجمعه بالفنانة منال بنشليخة، في تعاون لم يتم التلميح له مسبقاً، ما جعل الخبر ينتشر بسرعة عبر منصات التواصل الاجتماعي ويثير فضول المتابعين. وكشف Inkonnu، مساء الأحد، عن مقطع تشويقي من الأغنية المرتقبة، التي تحمل عنوان "وردة"، حيث اكتفى بنشر جزء قصير دون تفاصيل إضافية، في أسلوب يعتمد على عنصر المفاجأة والتشويق، وهو ما زاد من تفاعل الجمهور وترقبه لصدور العمل كاملاً.

مفاجأة فنية خارج التوقعات ويعد هذا الديو من أبرز المفاجآت في الساحة الفنية المغربية خلال الفترة الحالية، خاصة أنه يجمع بين اسمين ينتميان إلى توجّهين موسيقيين مختلفين. فInkonnu يُعرف بأسلوبه في موسيقى الراب والهيب هوب، في حين تتميز منال بنشليخة بخياراتها الفنية التي تمزج بين البوب، والإلكترونيك، ولمسات من الموسيقى العصرية ذات الطابع العالمي.

هذا التقاطع الفني بين مدرستين مختلفتين يفتح الباب أمام تجربة موسيقية جديدة، قد تقدم لونا مغايراً يراهن على المزج بين الإيقاعات القوية للراب واللمسة اللحنية المميزة لصوت منال، وهو ما يرفع سقف التوقعات حول جودة العمل.

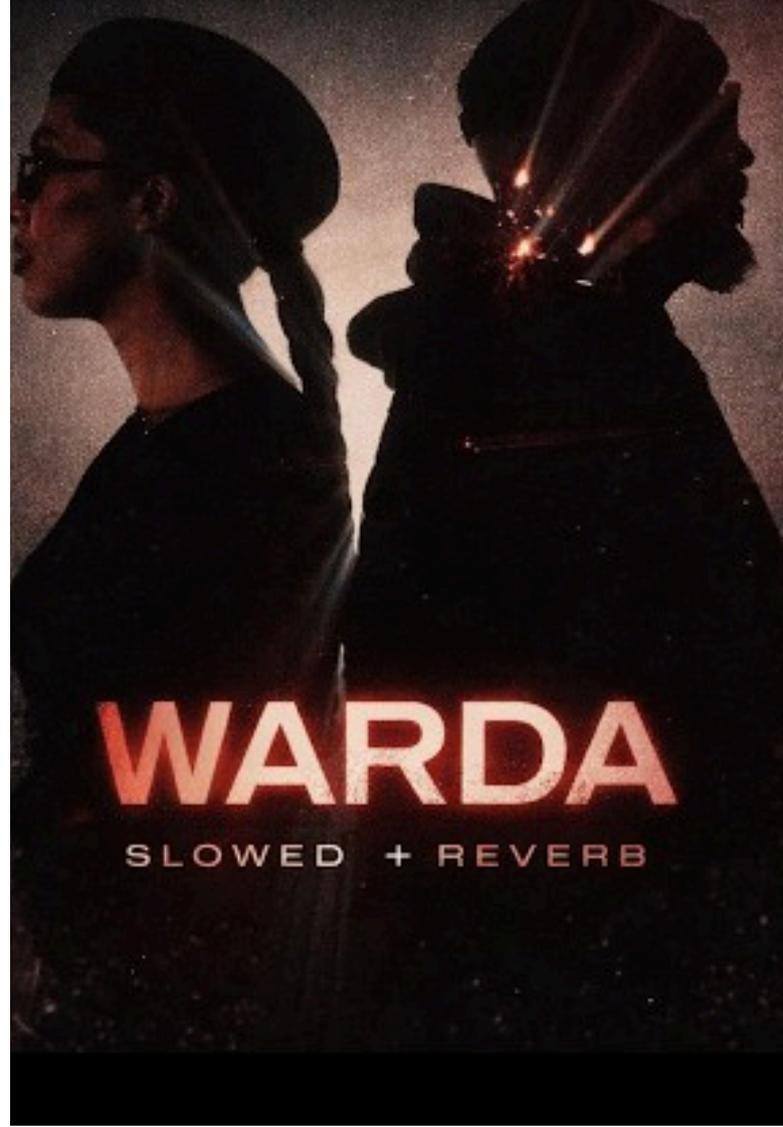
موعد الإصدار وترقب واسع ومن المنتظر أن يتم إصدار أغنية "وردة" اليوم الاثنين على الساعة السادسة مساءً، وفق ما أعلنه Inkonnu، في موعد يُتوقع أن يشهد تفاعلاً كبيراً من الجمهور، سواء على منصات الاستماع أو مواقع التواصل الاجتماعي. ويعكس هذا الترقب المكانة التي أصبح يحتلها الفنانان في الساحة الموسيقية، حيث راكما خلال السنوات الأخيرة قاعدة جماهيرية واسعة، داخل المغرب وخارجه، بفضل أعمال ناجحة حققت نسب مشاهدة واستماع عالية.

رهان على النجاح وانتعاش الساحة الفنية ويرى متتبعون أن هذا التعاون قد يشكل إضافة نوعية للمشهد الموسيقي المغربي، الذي يشهد في السنوات الأخيرة دينامية ملحوظة، مع بروز جيل جديد من الفنانين الذين يعتمدون على الابتكار والتجديد في الأساليب الموسيقية.

كما يُرتقب أن يساهم هذا العمل في تعزيز حضور "الديوهات" الفنية داخل الساحة المغربية، خاصة تلك التي تجمع بين أنماط موسيقية مختلفة، وهو توجه بات يحظى بإقبال كبير من الجمهور الباحث عن تجارب جديدة ومتنوعة.

بين المفاجأة والتجديد في ظل غياب أي تسريبات أو تلميحات سابقة حول هذا المشروع، نجح Inkonnu ومنال بنشليخة في خلق حالة من التشويق، ما يعكس توجهاً جديداً لدى الفنانين المغاربة نحو اعتماد استراتيجيات تواصل حديثة تقوم على عنصر المفاجأة لكسب اهتمام الجمهور.

في المحصلة، يبدو أن أغنية "وردة" مرشحة لتكون واحدة من أبرز الإصدارات الفنية في الفترة الحالية، في انتظار صدورها الرسمي وما ستحققه من صدى لدى الجمهور، الذي يترقب هذا اللقاء الفني بين صوتين بارزين في الموسيقى المغربية المعاصرة.



حديث الأسبوع



« الأميرة للا حسناء تمثل المغرب في قمة دولية بواشنطن حول مستقبل الأطفال في العصر الرقمي »

جسدت المشاركة المغربية في قمة "معا نبني المستقبل" بواشنطن حضورًا دبلوماسيًا لافتًا، حيث مثلت صاحبة السمو الملكي الأميرة للا حسناء المملكة المغربية، يوم الأربعاء، في هذا الحدث الدولي الذي احتضنه البيت الأبيض بدعوة من السيدة الأولى الأمريكية ميلانيا ترامب، في سياق دولي يتزايد فيه الاهتمام بقضايا الطفولة والتحول الرقمي.

تصنيف حصن "أكادير نتكيدا" بسيدي إفني ضمن التراث الوطني.. خطوة لحماية معلمة تاريخية فريدة

في خطوة جديدة تعكس اهتمام الدولة المغربية المتزايد بحماية التراث الثقافي والتاريخي، أعلنت وزارة الشباب والثقافة والتواصل عن إدراج حصن "أكادير نتكيدا" الواقع بجماعة بوطروش، التابعة لإقليم سيدي إفني، ضمن لائحة الآثار الوطنية، وذلك بموجب مرسوم رسمي نُشر في الجريدة الرسمية.

ويأتي هذا القرار، الذي وقعه الوزير محمد المهدي بنسعيد، عقب استكمال مسطرة البحث العمومي التي خُصصت لدراسة القيمة التاريخية والمعمارية لهذا الموقع، في أفق تميمه وصيانته للأجيال القادمة. وبموجب هذا التصنيف، يخضع الحصن لمجموعة من الإجراءات القانونية الصارمة التي تهدف إلى الحفاظ على طابعه الأثري،

[اقرأ المزيد](#)



بيت الشعر في المغرب يتوج بجائزة الأكاديمية الدولية للشعر في إيطاليا ويعزز إشعاعه الثقافي عالمياً

في تنويع ثقافي جديد يعكس الحضور المتنامي للمشهد الشعري المغربي على الساحة الدولية، حصلت بيت الشعر في المغرب بجائزة مرموقة من الأكاديمية الدولية للشعر، وذلك خلال حفل رسمي احتضنته مدينة فيرونا الإيطالية، تزامناً مع الاحتفال باليوم العالمي للشعر والذكرى الخامسة عشرة لتأسيس الأكاديمية.

ويأتي هذا التتويج ليكرس مساراً طويلاً من العمل الثقافي الذي راكمته المؤسسة المغربية منذ تأسيسها سنة 1996، حيث استطاعت أن تتحول إلى فاعل رئيسي في الحقل الشعري، ليس فقط على المستوى الوطني، بل أيضاً في الفضاء العربي والدولي.

[اقرأ المزيد](#)

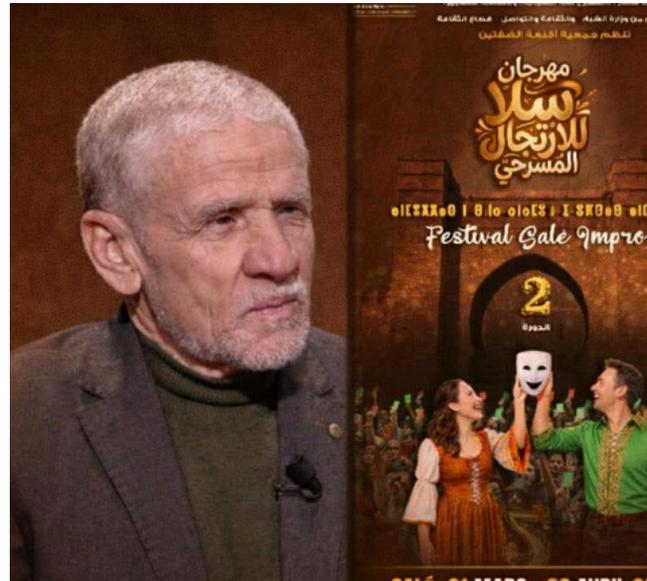
مهرجان سلا للارتجال المسرحي في دورته الثانية.. تكريم عبد المجيد فنيش وبرنامج غني يعزز إشعاع المسرح

تستعد مدينة سلا لاحتضان فعاليات الدورة الثانية من "مهرجان سلا للارتجال المسرحي"، في تظاهرة فنية متجددة تراهن على ترسيخ ثقافة الارتجال وإعطاء نفس جديد للمشهد المسرحي المحلي والوطني، وذلك في الفترة الممتدة من 31 مارس إلى 3 أبريل 2026. وينظم هذا الحدث الثقافي من طرف جمعية أفنعة الضفتين، بدعم من وزارة الشباب والثقافة والتواصل - قطاع الثقافة، تزامناً مع الاحتفاء باليوم العالمي للمسرح، في سياق دينامية ثقافية متنامية تعرفها المدينة، وسعي متواصل إلى تعزيز حضور المسرح كرافعة للإبداع والتعبير الفني.

تكريم يفتتح الدورة

وتنطلق فعاليات المهرجان بحفل افتتاح رسمي يحتضنه مركز التنشيط الثقافي سلا تابريركت، حيث سيتم تكريم الفنان عبد المجيد فنيش،

[اقرأ المزيد](#)



صورة الاسبوع

« البطولة الحقيقية.. في القلوب لا في الأقدام. »



حقق المغرب نتائج مميزة في النسخة الثانية عشرة من جائزة التعبير للقرآن الكريم وعلومه بأبوظبي، حيث حصد سبعة مشاركين مراتب متقدمة في مختلف الفئات، ما يعكس مستوى التميز المغربي في مجال التلاوة وعلوم القرآن. ففي فئة الإناث، احتلت المغربيات المراكز الثلاثة الأولى عبر حفصة اسافر، نهيلة كاس، وسلمى وحكيك، بينما فاز محمد بالموريد بالمركز الأول في فئة الذكور.

كما واصل المشاركون المغاربة تألقهم في مسابقات أخرى، إذ حصل مصطفى زاهد على المركز الثاني في "صفوة المبحرين"، ونال آدم أرباط المركز الثالث في الخطابة، فيما توج محمد سعد محفوظ في مسابقة التعبير الثقافية، ما يعكس تنوع الكفاءات المغربية. وأكد مسؤولو الجائزة أن هذه التظاهرة تعزز ارتباط الأجيال بالقرآن وترسخ القيم الأخلاقية، مشيرين إلى تطور الدورة الحالية تنظيمياً وفنياً. وتبرز هذه النتائج مكانة المغرب في المنافسات القرآنية الدولية.

سبعة مشاركين مغاربة يحصدون المراتب الأولى في النسخة الثانية عشرة لجائزة التعبير للقرآن الكريم بأبوظبي



مسابقة جورج إينيسكو الدولية 2026 تفتح باب الترشح للموسيقين الشباب.. منصة عالمية لصناعة النجوم

أعلنت George Enescu International Competition عن فتح باب الترشح لنسخة 2026، المقرر تنظيمها في بوخارست بين 23 غشت و19 سبتمبر، احتفاءً بمرور عشرين سنة على إعادة إطلاقها. وتعد هذه المسابقة، التي تحمل اسم الموسيقي الروماني George Enescu، من أبرز التظاهرات العالمية في الموسيقى الكلاسيكية، إذ تشكل منصة لاكتشاف المواهب الشابة وفتح أبواب الاحتراف الدولي.

وتستهدف المسابقة موسيقيين ولدوا بعد 1991، وتشمل تخصصات الكمان، التشيلو، البيانو، والتأليف الموسيقي، مع تنظيم المنافسات في قاعات مرموقة مثل الأثينيوم الروماني. كما يشرف على التقييم لجنة تحكيم دولية، ما يعزز مصداقيتها الفنية. وتبلغ قيمة الجوائز نحو 150 ألف يورو، إضافة إلى فرص مهنية مهمة كالعزف مع أوركسترات عالمية والمشاركة في مهرجان جورج إينيسكو.



"القطوف اليانعة": كتاب في التأمل الفكري بين الفلسفة والشعر وأسئلة المجتمع

يقدم كتاب القطوف اليانعة تجربة فكرية تجمع بين التأمل الفلسفي والملاحظة الاجتماعية والنص الأدبي، في محاولة لقراءة الإنسان والعالم من خلال "كتاب الحياة". ويعكس عنوانه رمزية الأفكار الناضجة التي تتشكل عبر التجربة والمعرفة، حيث يتناول قضايا متعددة ترتبط بالمجتمع والدولة والثقافة وتحولات العصر.

يعرض المؤلف محمد اليانعة رؤية نقدية لمفاهيم مثل الفقر، معتبراً إياه نتيجة لاختلالات اجتماعية وسياسية، ويربط الظواهر اليومية بسياقها التاريخي الأوسع. كما يناقش العلاقة بين الشعر والفلسفة، مستحضراً نماذج من التراث لإبراز دور القصيدة كأداة تفكير وحكمة، إضافة إلى طرح إشكالية علاقة الفن بالحقيقة في ضوء أفكار أفلاطون.



الدورة العاشرة للمهرجان الدولي للقفطان المغربي بالدار البيضاء: احتفاء بالأصالة والابتكار

تستعد مدينة الدار البيضاء لاحتضان فعاليات المهرجان الدولي للقفطان المغربي في دورته العاشرة يوم 26 أبريل 2026، في احتفاء جديد بأحد أبرز رموز الأزياء التقليدية المغربية. ويهدف هذا الحدث إلى إبراز أناقة القفطان المغربي وتعزيز حضوره على الساحة الثقافية والفنية، من خلال عروض تجمع بين الأصالة والابتكار.

وتنظم التظاهرة تحت إشراف أمين الكوتاري، بمشاركة نخبة من المصممين وضيوف الشرف وعشاق الموضة من داخل المغرب وخارجه، حيث سيتم تقديم تصاميم حديثة تحافظ على روح التراث مع لمسات عصرية. كما سيشهد الحدث أمسيات فنية يحييها فنانون مغاربة مثل محمد الرفاعي وبدر سلطان، ما يضيف طابعاً احتفالياً يعكس غنى الثقافة المغربية. وستكون المصممة نسرين ياحي ضيفة شرف، تأكيداً على دورها في تطوير القفطان.



ناصر نبييل يستعد لإصدار أغنية جديدة على يوتيوب

يستعد الفنان الشعبي ناصر نبييل لإصدار عمل غنائي جديد عبر قنواته الرسمية على موقع رفع الفيديوهات "يوتيوب"، وسط ترقب كبير من جمهوره ومحبيه. وبدأ نبييل في الترويج لهذا العمل المرتقب من خلال حسابه الرسمي على موقع تبادل الصور والفيديوهات "إنستغرام"، حيث نشر البوستر الرسمي للأغنية وعلق عليه بكلمات مقتضبة قائلاً: "عمل جديد... قريباً". ورغم الحملة الترويجية، لم يكشف الفنان بعد عن أي تفاصيل تخص الأغنية الجديدة.

سواء عنوانها أو موضوعها أو أسماء الفريق العامل معها، مما أثار فضول المتابعين وزاد من حماسهم لموعد صدورها. يذكر أن آخر أعمال ناصر نبييل كان أغنية "داتو شبي شلحة"، التي أعاد توزيعها بالتعاون مع الموزع عادل الخليفي. وقد طرح الفنان هذا العمل في شهر نونبر الماضي على شكل "فيديو ليريكس" عبر قنواته الخاصة على يوتيوب، وحظي بتفاعل واسع من جمهوره على منصات التواصل الاجتماعي.

رحيل تشاك نوريس عن 86 عاماً.. أسطورة أفلام الفنون القتالية والمغامرات يغادر الحياة

توفي النجم الأمريكي تشاك نوريس عن عمر يناهز 86 عاماً، بحسب إعلان عائلته، مخلصاً فرأياً في عالم السينما والفنون القتالية. وأوضحت العائلة أن نوريس كان بالنسبة لهم زوجاً مخلصاً وأباً وجداً محباً، بينما كان للجمهور أيقونة للكشغ والكونغ فو.

بدأ نوريس مسيرته السينمائية عام 1968 بفيلم "The Wrecking Crew"، وحقق شهرة عالمية بعد مشاركته في مواجهة بروس لي في فيلم "The Way of the Dragon"، ليصبح رمزاً للفنون القتالية على الشاشة. لمع نجمه أيضاً في المسلسل التلفزيوني الشهير "Walker, Texas Ranger"، مؤكداً مكانته الثقافية لدى ملايين المشاهدين.



شخصية الأسبوع



« نوال
الرزاقية..
نجمة
مغربية
تضيء
سماء
"ميشلان"
العالمية. »

By Lodj

فوليو عليك الخبر علينا...

تابعونا لتغطية
إخبارية موثوقة
ومستمرة.



lodjmarocofficiel

اقتصاديات

في سياق اقتصادي يتسم بالحذر والترقب، سجل الدرهم المغربي أداءً متبايناً خلال منتصف شهر مارس 2026، وفق أحدث المعطيات الصادرة عن بنك المغرب، حيث أظهر تحسناً ملحوظاً أمام العملة الأوروبية الموحدة، مقابل تراجع طفيف أمام الدولار الأمريكي. وبحسب المذكرة الأسبوعية للمؤشرات المالية، فقد ارتفع الدرهم بنسبة 0.4 في المائة مقابل الأورو خلال الفترة الممتدة من 12 إلى 18 مارس، في حين سجل انخفاضاً طفيفاً بنسبة 0.1 في المائة أمام الدولار، ما يعكس استمرار تأثير العملة الوطنية بتقلبات الأسواق الدولية وتوازنات العرض والطلب في سوق الصرف.

ومن أبرز ما ميز هذه الفترة، غياب أي عملية مناقصة من طرف البنك المركزي في سوق الصرف، وهو ما يعكس نوعاً من الاستقرار النسبي في توازنات السوق،

[إقرأ المزيد](#)

**الدرهم المغربي يسجل
ارتفاعاً أمام الأورو في
مارس 2026.. مؤشرات
إيجابية رغم تراجع طفيف
أمام الدولار**



اتفاقية استراتيجية بين المكتب الوطني للمطارات والجامعة الملكية لكرة القدم لتعزيز تنقل المنتخبات وتنظيم التظاهرات الكبرى

في خطوة جديدة تعكس الدينامية المتصاعدة التي تعرفها كرة القدم الوطنية، وقع المكتب الوطني للمطارات اتفاقية شراكة استراتيجية مع الجامعة الملكية المغربية لكرة القدم، تروم تطوير التعاون بين المؤسستين وتحسين ظروف تنقل واستقبال المنتخبات الوطنية والوفود الرياضية. وجرى توقيع هذه الاتفاقية، اليوم الأربعاء، بمطار الرباط - سلا، بحضور كل من فوزي لقجع، رئيس الجامعة الملكية المغربية لكرة القدم، وعادل الفقير، المدير العام للمكتب الوطني للمطارات، إلى جانب عدد من المسؤولين والأطر من الجانبين.

[إقرأ المزيد](#)

54 ألف طن.. روسيا تعلن حصتها من الصيد البحري في المياه المغربية

فتحت الشراكة البحرية بين المغرب وروسيا صفحة جديدة في مجال استغلال الموارد السمكية، بعد إعلان موسكو تخصيص حصة صيد مهمة في المياه الأطلسية المغربية، في خطوة تعكس تطور التعاون الثنائي في قطاع الصيد البحري وتعزز حضوره في الأجندة الاقتصادية المشتركة بين البلدين.

وأفادت معطيات رسمية صادرة عن الوكالة الفيدرالية الروسية لمصايد الأسماك (Rosrybolovstvo)، بموجب قرارها رقم 133 المؤرخ في 23 مارس 2026، بأن روسيا ستحصل على حصة تبلغ 54 ألف طن من الأسماك السطحية، موجهة بالكامل للصيد الصناعي داخل المياه المغربية، دون تخصيصات أخرى موازية، وتشمل هذه الحصة

[إقرأ المزيد](#)



الرقم

« 800.000 درهم للمحلي و1.5 مليون للجهوي: ضوابط "الدعاية الرقمية" الجديد »

نص مشروع المرسوم الذي يُحدد بموجبه سقف المصاريف الانتخابية للمترشحين بمناسبة الحملات الانتخابية برسم الانتخابات العامة والجزئية لانتخاب أعضاء مجلس النواب، على أن "سقف المصاريف الخاصة بالحملة الانتخابية عبر الوسائل الرقمية يُحدد في ثلث (1/3) سقف المصاريف الانتخابية الخاصة بالحملة الانتخابية بالنسبة لكل مترشح أو مترشحة".



أطلقت الجامعة الأورو-متوسطية بفاس برنامج "AgreenTech" لدعم الابتكار في القطاع الفلاحي وتشجيع حلول مستدامة تواجه تحديات الأمن الغذائي والتغيرات المناخية. يشرف على البرنامج المركز الأورو-متوسطي للابتكار، ويستهدف الطلبة والباحثين ورواد الأعمال بجهة فاس-مكناس لاختيار 10 مشاريع مبتكرة ستستفيد من مرحلة بلورة الأفكار وما قبل الاحتضان.

يحظى البرنامج بدعم تمويلي من صندوق InnovInvest وشراكة مع منصة BlueSpace التابعة لبنك إفريقيا، لتعزيز الربط بين الجامعة والمقاولات وتسريع نقل التكنولوجيا وتحويل البحث العلمي إلى مشاريع اقتصادية. ويغطي البرنامج مجالات عدة تشمل التكنولوجيا الفلاحية، التكنولوجيا الخضراء، تدبير الموارد المائية، الاقتصاد الدائري، وتطوير الحلول الرقمية للقطاع الفلاحي.

جهة فاس - مكناس
تطلق برنامج
AgreenTech
لدعم الابتكار
الفلاحي وتمويل
المشاريع الناشئة

EMF
الجامعة الأورومت
O:C&A | K.O
UNIVERSITY OF FES



المغرب يحقق نموًا بنسبة 4,9% في 2025 وصندوق النقد يتوقع استقرار التضخم عند 0,8%

كشف تقرير صندوق النقد الدولي في إطار مشاورات المادة الرابعة لعام 2026 عن تحسن ملحوظ في المؤشرات الاقتصادية للمغرب، مع قدرة واضحة على التكيف مع التحديات الدولية وتعزيز توازناته المالية. سجل المغرب نموًا اقتصاديًا بلغ 4,9% سنة 2025، مدفوعًا بانتعاش القطاع الفلاحي وتسريع المشاريع الاستثمارية، في حين حافظ التضخم على استقرار نسبهته 0,8%، ما أتاح لبنك المغرب مواصلة سياسته النقدية المتوازنة.

وأشار التقرير إلى مسار تدريجي لتراجع الدين العمومي، حيث بلغ 67,1% من الناتج المحلي الإجمالي سنة 2025، مع توقع وصوله إلى نحو 60% سنة 2031، نتيجة مزيج من تحسين الموارد وترشيد النفقات، دون التوقف عن الاستثمارات الكبرى. ورغم هذه النتائج الإيجابية، يظل سوق الشغل تحديًا رئيسيًا، مع ارتفاع البطالة، ما يستلزم إصلاحات لتعزيز إدماج الشباب.

MEGAVSTORES تطلق "Brands&Corners" في المغرب: تحول استراتيجي يعيد تعريف تجربة التسوق الحديثة

أعلنت MEGA V STORES المغرب عن إطلاق علامتها الجديدة "Brands & Corners"، في خطوة استراتيجية تهدف إلى إعادة تعريف تجربة التسوق، بعد أكثر من عشرين سنة من الحضور في السوق. ولا يقتصر هذا التحول على تغيير الهوية، بل يشمل إعادة تنظيم الفضاءات التجارية لتقديم تجربة أكثر سلاسة وابتكارًا، تواكب تطور سلوك المستهلك المغربي. يعتمد المفهوم الجديد على تقسيم المتاجر إلى "زوايا" متخصصة تضم مجالات متنوعة مثل التكنولوجيا، الجمال، الألعاب، والديكور، ما يسهل تنقل الزبون ويعزز التفاعل مع المنتجات. كما تراهن العلامة على تحسين تجربة الزبون من خلال عرض بصري حديث وبيئة مريحة تشجع على الاستكشاف.



السفن تعيد توجيه مساراتها نحو طنجة المتوسط هرباً من توترات مضيق هرمز

فرضت التوترات الجيوسياسية، خاصة في محيط مضيق هرمز، تغييرات عميقة على حركة التجارة البحرية، ما دفع شركات الشحن إلى إعادة توجيه مساراتها نحو طرق أكثر أماناً، رغم ارتفاع التكلفة وطول الرحلات. في هذا السياق، برز ميناء طنجة المتوسط كأحد أبرز المستفيدين، بعدما أصبح نقطة عبور مفضلة للسفن، مستفيداً من موقعه الاستراتيجي وبنيتها التحتية المتطورة.

هذا التحول ترافق مع ارتفاع تكاليف الشحن بنحو 1000 دولار للحاوية، وزيادة أسعار الوقود والتأمين، نتيجة المخاطر الأمنية. كما أعاد إحياء مسار رأس الرجاء الصالح، ما ساهم في إعادة رسم خريطة النقل البحري العالمي. في المقابل، عزز هذا الوضع الطلب على الخدمات اللوجستية والتخزين بالميناء، مما يعكس تحولاً في معايير التجارة الدولية، حيث أصبحت السلامة عاملاً حاسماً إلى جانب الكلفة والسرعة.



المغرب يعيّن على 15% من صادرات الشاي الصيني ويعزز موقعه كأكبر مستورد

أظهرت بيانات الجمارك الصينية أن المغرب تصدر قائمة أكبر مستوردي الشاي الصيني خلال فبراير 2026، بحصة بلغت نحو 15% من إجمالي الصادرات، ما يعكس استمرار الطلب القوي على الشاي الأخضر في السوق المغربية المرتبط بثقافة الاستهلاك اليومية. وجاءت اليابان والولايات المتحدة في المرتبتين الثانية والثالثة، بينما سجلت دول إفريقية مثل موريتانيا وساحل العاج حصصاً مهمة أيضاً.

وتؤكد الأرقام أن الصين تواصل ريادتها العالمية في إنتاج وتصدير الشاي، بصادرات بلغت حوالي 419 ألف طن في 2025 بقيمة 1.55 مليار دولار. وتعد مقاطعة تشجيانغ أبرز مناطق الإنتاج.

المعدن الأصفر يشهد نزيفاً حاداً في ظل غموض اقتصادي وجيوسياسي

شهدت أسعار الذهب تقلبات حادة في الأسواق العالمية، متأثرة بطلاة عدم اليقين الجيوسياسي والتطورات الاقتصادية. فبعد ارتفاع مؤقت عقب تصريحات للرئيس الأمريكي دونالد ترامب بشأن احتمال التوصل إلى اتفاق مع إيران، عادت الأسعار للانخفاض بسرعة، حيث تراجع الذهب بنحو 2% ليصل إلى 4317.19 دولار للأوقية، مسجلاً سلسلة خسائر متواصلة منذ نهاية فبراير.

ويُعزى هذا التراجع أساساً إلى قوة الدولار الأمريكي، الذي أصبح خياراً أكثر جاذبية للمستثمرين، خاصة مع تراجع احتمالات خفض أسعار الفائدة. كما زادت البيانات الاقتصادية الأمريكية من الضغوط على المعدن النفيس، رغم ارتفاع النفط التي عادة ما تدعم الذهب كملاذ ضد التضخم.



By Lodj WEB TV



100% digitale
100% Made in Morrocco



جيتكس إفريقيا المغرب 2026: منصة استراتيجية لتسريع تحول التنقل المستدام في القارة

الرباط — يستعد معرض جيتكس إفريقيا المغرب لإطلاق نسخته لسنة 2026 بمدينة مراكش خلال الفترة من 7 إلى 9 أبريل، تحت الرعاية السامية لصاحب الجلالة الملك محمد السادس. ويأتي هذا الحدث في سياق تحول عالمي عميق يشهده قطاع صناعة السيارات، تقوده الكهرباء والاتصال والذكاء الاصطناعي، بما يجعل من "تنقلات المستقبل" ضرورة استراتيجية تتجاوز حدود الرؤى الاستشرافية.

تحول يواكب الأولويات الإفريقية تضع القارة الإفريقية اليوم قضايا النقل في صلب أولوياتها، في ظل نمو ديمغرافي متسارع وتوسع حضري مطرد، وما يرافق ذلك من حاجة ملحة إلى أنظمة تنقل أكثر أماناً ونظافة وذكاء. وفي هذا الإطار، يخصص "جيتكس إفريقيا المغرب" حيزاً محورياً لموضوع التنقل ضمن برمجته، جامعاً الحكومات والمصنعين والشركات الناشئة والفاعلين التكنولوجيين حول رؤية مشتركة قوامها جعل الابتكار رافعة لتحول منظومات النقل في القارة.

تعكس التقنيات المزمع عرضها حجم التحول الجاري: مركبات كهربائية من الجيل الجديد، حلول للقيادة والتوصيل الذاتي، منصات للتنقل المندمج، أنظمة إدارة أساطيل مدعومة بالذكاء الاصطناعي، وبنيات طاقة محسنة، كما تحضر بقوة حلول المدن الذكية التي تجعل من التنقل عنصراً بنوياً في التخطيط الحضري ورفع الأداء المجالي.

يجسد اختيار شركة هيونداي شريكاً رسمياً للنقل التوجه نحو الارتقاء التكنولوجي. فمن خلال مجموعتها الكهربائية، ولا سيما طرازَي IONIQ 5 و IONIQ 6، تقدم الشركة تصوراً يجمع بين التصميم والأداء والكفاءة الطاقية. وتبرز تقنيات الشحن فائق السرعة وميزة Vehicle-to-Load (V2L) كعناصر مفصلية تعيد تعريف وظيفة المركبة من وسيلة نقل إلى وحدة طاقة متنقلة.



يحظى الحدث بمشاركة واسعة لفاعلين عالميين وإقليميين، من شركات رائدة مثل Tesla و Toyota و BYD، إلى منصات تنقل جديدة مثل Bolt، مروراً بمؤسسات عمومية من قبيل المكتب الوطني للسكك الحديدية. هذا التنوع يعكس واقعاً سوقياً جديداً تتجاوز فيه النماذج التقليدية والحلول المبتكرة، ويعزز موقع إفريقيا كفضاء مفتوح للتجريب والابتكار.

بالنسبة للمغرب، يتجاوز الرهان حدود تنظيم تظاهرة دولية إلى تأكيد طموح صناعي وتكنولوجي منسجم مع الخيارات الوطنية في الانتقال الطاقوي والتحول الرقمي وجاذبية الاستثمار. فالمملكة، التي راكمت مكتسبات معتبرة في الطاقات المتجددة وتطوير البنيات التحتية، تتطلع إلى ترسيخ مكانتها كمركز إقليمي للتنقل المستدام.

يتموقع "جيتكس إفريقيا المغرب" كرافعة عملية لبناء منظومة قيد التشكل تحمل إمكانات كبرى، من خلال تشجيع الشراكات بين القطاعين العام والخاص، وجذب الاستثمارات، واستعراض أحدث الابتكارات القابلة للتطبيق في السياقات المحلية والإقليمية.

[اقرأ المزيد](#)

برنامج الأسبوع



أمين بوزار : من المغرب إلى إفريقيا.. كيف يعيد جيل جديد تعريف التجارة الإلكترونية ؟



الصين تعيد ابتكار شحن السيارات الكهربائية: روبوتات متنقلة لبنية تحتية عند الطلب

نانينغ (الصين) — تشهد مدينة نانينغ تجربة تقنية هادئة في ظاهرها، لكنها مرشحة لإعادة تشكيل اقتصاد شحن المركبات الكهربائية. إذ تنشر شركة Eraergy حلاً مبتكراً يقوم على روبوتات متنقلة قادرة على تحويل أي مكان لركن السيارات فوراً إلى نقطة شحن، من دون أشغال مدنية أو استثمارات ثقيلة في البنية التحتية.

في حي سكني يضم أكثر من 400 مركبة كهربائية، تعمل هذه الوحدات الذاتية القيادة، التي يبلغ ارتفاعها نحو 1.5 متر، بطاريات معيارية تتراوح سعتها بين 30 و200 كيلوواط ساعي، وبقدرة شحن تصل إلى 120 كيلوواط. ويمكن تفعيلها عبر تطبيق هاتفي،



[اقرأ المزيد](#)

إكسيد EX7: الـ SUV الكهربائي الفاخر من تشيري يكشف مقصورة عالية التقنية ويدخل مرحلة الإنتاج الكمي

بكين — كشفت علامة إكسيد، الذراع الفاخر لمجموعة تشيري الصينية، في 8 مارس 2026، عن الصور الرسمية الأولى لمقصورة سيارتها الرياضية متعددة الاستخدامات الكهربائية الجديدة EX7، التي دخلت حديثاً مرحلة الإنتاج على نطاق واسع. ويؤكد التصميم الداخلي عالي التقنية، إلى جانب المقود ثنائي الأذرع والسقف البانورامي الكبير، توجه السيارة ضمن فئة الطرازات الفاخرة

مقصورة مُبسطة تتمحور حول شاشة بقياس 30 بوصة يتبنى EX7 نهجاً تصميمياً بسيطاً وأنيقاً، تتمحور فيه التجربة الرقمية حول شاشة مدمجة قياس 30 بوصة تجمع وظائف الترفيه المعلوماتي والتحكم بأنظمة المركبة. أمام السائق، تتولى شاشة عدادات LCD عائمة عرض بيانات القيادة الأساسية.

[اقرأ المزيد](#)



سيتروë-C3: ورقة صلبة لتوسيع دائرة الوصول إلى الكهرباء

باريس — بعد الكشف عنها في أكتوبر 2023، باتت سيتروë-C3 متوفرة رسمياً في الأسواق الأوروبية. وجاءت الانطلاقة التجارية عقب بضعة أشهر من التأخير بسبب تعديلات تقنية، لتبدأ عمليات التسليم الأولي في أواخر 2024، معلنة وصول طراز يراهن على جعل التنقل الكهربائي أقرب إلى الجمهور الواسع.

تصميم مدمج بروح SUV حضري تحمل الجيل الجديد نقلة واضحة على مستوى الهوية التصميمية. فالسيارة تعتمد قامة أكثر ارتفاعاً قليلاً وخطوطاً أكثر صلابة، على مقربة من عالم الـ SUVات الحضرية.

[اقرأ المزيد](#)



صهارة من الأرشيف



مارك زوكربيرغ يطور "العقل الثاني" .. كيف سيفير الذكاء الاصطناعي طريقة إدارة شركة ميتا؟

في خطوة جديدة تعكس تسارع سباق الذكاء الاصطناعي على المستوى العالمي، يعمل مارك زوكربيرغ، الرئيس التنفيذي لشركة ميتا، على تطوير مساعد ذكي شخصي يُعرف باسم "العقل الثاني" (Second Brain)، في مشروع طموح يهدف إلى إعادة تشكيل طريقة اتخاذ القرار داخل كبرى شركات التكنولوجيا. وبحسب تقارير إعلامية دولية، فإن هذا النظام، الذي لا يزال في مرحلة التطوير، صُمم ليكون بمثابة "وكيل رقمي" يساعد زوكربيرغ في تدبير مهامه اليومية، من خلال الوصول السريع إلى المعلومات وتحليلها دون الحاجة إلى المرور عبر مستويات متعددة من الموظفين.

مساعد ذكي لتسريع القرار
الفكرة الأساسية وراء "العقل الثاني" تقوم على إنشاء نظام قادر على فهرسة كميات ضخمة من البيانات الداخلية، مثل الوثائق، الرسائل، والتقارير، ثم تقديم إجابات دقيقة وفورية عند الحاجة. هذا النوع من الأدوات قد يُحدث تحولاً جذرياً في أساليب العمل داخل الشركات الكبرى، حيث يُمكن لصانع القرار الوصول إلى المعلومة في ثوانٍ بدل ساعات أو أيام. كما يُنتظر أن يساعد هذا المساعد الذكي في تتبع المشاريع، وتحليل الأداء، واقتراح حلول مبنية على البيانات، ما يعزز من كفاءة الإدارة ويُقلل من الاعتماد على العمليات التقليدية.

نحو "موظفين افتراضيين" داخل ميتا
المشروع لا يقتصر فقط على زوكربيرغ، بل يبدو أنه جزء من توجه أوسع داخل ميتا نحو تعميم استخدام "الوكلاء الذكيين" في بيئة العمل. فقد بدأ بعض موظفي الشركة بالفعل في استخدام أدوات مشابهة، مثل "MyKlo"، التي تتيح الوصول إلى سجلات العمل، والتفاعل مع الزملاء أو حتى تنفيذ مهام نيابة عن المستخدم.

هذا التحول يعكس توجهاً جديداً نحو دمج الذكاء الاصطناعي في الحياة المهنية اليومية، بحيث يصبح كل موظف مدعوماً بمساعد رقمي قادر على تحسين الإنتاجية وتبسيط المهام المعقدة.



سباق عالمي نحو الهيمنة على الذكاء الاصطناعي

ويأتي هذا المشروع في سياق منافسة شرسة بين عمالقة التكنولوجيا لتطوير أدوات ذكاء اصطناعي أكثر تطوراً وفعالية. ففي الوقت الذي تعمل فيه شركات كبرى على إطلاق وكلاء ذكيين قادرين على البحث والتحليل واتخاذ القرارات، تسعى ميتا إلى تعزيز موقعها في هذا السباق عبر استثمارات واستحوادات استراتيجية، من بينها استحواذها الأخير على شركة ناشئة متخصصة في الذكاء الاصطناعي. كما أن الحديث عن تفوق بعض هذه الأنظمة على أدوات متقدمة مثل تلك التي طورتها OpenAI، يعكس حجم التحدي والتنافس في هذا المجال سريع التطور.

مستقبل العمل.. بين الإنسان والآلة

يرى خبراء أن تطوير "العقل الثاني" قد يكون خطوة نحو نموذج جديد في إدارة الأعمال، حيث يتكامل الذكاء البشري مع الذكاء الاصطناعي لاتخاذ قرارات أكثر دقة وسرعة. ومع ذلك، تطرح هذه التطورات أيضاً تساؤلات حول حدود استخدام هذه التكنولوجيا، وتأثيرها على الوظائف والعلاقات داخل بيئة العمل.

[اقرأ المزيد](#)

By Lodj

لويدكاند

الخبر
فوقتو



www.lodj.info

في تطور قضائي لافلت قد يعيد رسم ملامح علاقة شركات التكنولوجيا بالمستخدمين، قضت هيئة محلفين في ولاية نيو مكسيكو الأميركية بإلزام شركة Meta بدفع غرامة مالية قدرها 375 مليون دولار، بعد إدانتها بانتهاك قوانين حماية المستهلك، على خلفية اتهامات تتعلق بسلامة المستخدمين، خاصة الأطفال والمراهقين. ويُعد هذا الحكم سابقة قانونية مهمة، كونه من أول الأحكام التي تُحمّل شركة تكنولوجيا كبرى مسؤولية مباشرة عن محتوى وسلوكيات تحدث على منصاتهما، مثل فيسبوك وإنستغرام وواتساب، في سياق تزايد القلق العالمي بشأن تأثير هذه المنصات على الفئات العمرية الصغيرة.

القضية، التي رفعتها سلطات ولاية نيو مكسيكو بقيادة المدعي العام راؤول توريز، استندت إلى تحقيقات كشفت

[إقرأ المزيد](#)

**غرامة 375 مليون دولار
على Meta.. حكم
تاريخي في أميركا
بسبب استغلال الأطفال
وسلامة المستخدمين**



روبوت "Claude" من Anthropic يتحكم في الحاسوب.. ثورة جديدة في الذكاء الاصطناعي أم مخاطرة رقمية؟

في خطوة جديدة تعكس التحول السريع في قدرات الذكاء الاصطناعي، أعلنت شركة Anthropic عن إطلاق ميزة متقدمة تتيح لروبوتها الشهير Claude التحكم المباشر في حاسوب المستخدم، لتنفيذ مهام رقمية بشكل شبه مستقل، في سابقة قد تعيد رسم ملامح التفاعل بين الإنسان والآلة. هذه الميزة، التي تم الكشف عنها حديثاً، تمنح المستخدم إمكانية تفويض "كلود" للقيام بمهام متعددة، مثل إرسال الملفات، تصفح الإنترنت، أو حتى التعامل مع التطبيقات، تماماً كما لو كان شخصاً يستخدم الحاسوب عبر لوحة المفاتيح والفأرة.

كيف يعمل "كلود" على جهازك؟

يعتمد النظام الجديد على ربط "كلود" بمجموعة من التطبيقات والأدوات الرقمية، مثل البريد الإلكتروني، تقويم غوغل أو منصات العمل الجماعي. وفي حال لم تتوفر أداة جاهزة، يمكن للروبوت تنفيذ المهمة يدوياً عبر تحريك المؤشر، الكتابة، النقر والتمرير، ما يجعله أقرب إلى "مستخدم افتراضي" داخل جهازك.

[إقرأ المزيد](#)

تحول استراتيجي في OpenAI قبل طرح العام.. هل تقنع وول ستريت بربحية الذكاء الاصطناعي؟

في خضم السباق العالمي المحموم حول الذكاء الاصطناعي، تجد شركة OpenAI نفسها أمام منعطف حاسم، مع سعيها لإقناع أسواق المال، وعلى رأسها وول ستريت، بقدرتها على تحقيق التوازن بين النمو السريع والانضباط المالي، خاصة في أفق طرح عام أولي محتمل خلال الفترة المقبلة. هذا التحول لم يأت من فراغ، بل فرضته تحديات واقعية مرتبطة بتكلفة البنية التحتية للذكاء الاصطناعي، والتي أصبحت أكثر تعقيداً وكلفة مما كان متوقفاً. وفي هذا السياق، أقرّ سام ألتمان، الرئيس التنفيذي للشركة، بأن إدارة مراكز البيانات على هذا النطاق الضخم "ليست بالأمر السهل"، في إشارة إلى حجم التحديات التقنية واللوجستية التي تواجهها الشركة.

[إقرأ المزيد](#)



رحل إلى دار البقاء

« استشهد متعاقد مدني مغربي في القوات
المسلحة الإماراتية إثر اعتداء بالبحرين »

سكودا Epiq: الكروس أوفر الكهربائي الحضري الجديد يستعد للإطلاق في 2026

تستعد سكودا لإطلاق كروس أوفر كهربائي حضري جديد باسم Epiq عام 2026، في خطوة استراتيجية نحو هبة أسطول العلامة التشيكية. يتميز النموذج بهوية تصميمية معاصرة، تشمل واجهة "Tech-Deck" المدمجة مع حساسات السيارة، ومصابيح Matrix LED بتوقيع LED على شكل حرف T، وعجلات هوائية تصل حتى 20 بوصة، ما يضفي لمسة ديناميكية ويعزز الكفاءة البصرية والهوائية.

يقدم Epiq ثلاث فئات قوة تتراوح بين 85 و155 كيلوواط، مع تسارع النسخة الأقوى من 0 إلى 100 كم/س خلال 7.4 ثواني، ومدى سير يصل إلى 430 كيلومتراً، مع شحن سريع من 10% إلى 80% خلال 23 دقيقة، لتسهيل الرحلات الطويلة. على الرغم من أبعاده المدمجة، توفر المقصورة راحة واسعة، إذ تبلغ سعة الصندوق الخلفي 475 لتراً، وتصل إلى 1,344 لتراً عند طي المقاعد الخلفية، ما يجعله عملياً للاستخدام اليومي والرحلات.



MG S6 EV: الهجوم الفاخر من MG على سوق الـ SUV الكهربائية

لندن — يشكّل MG S6 EV، الذي كُشف عنه في المملكة المتحدة أواخر 2025، منعطفاً استراتيجياً لعلامة MG. فيعد الاعتماد طويلاً على الأسعار التنافسية، تعرض الشركة اليوم توجهاً واضحاً نحو الفخامة، يتجلى في التصميم، وجودة المواد، وسخاء التجهيزات.

كُشف عن MG S6 EV في المملكة المتحدة أواخر 2025، ليشكل منعطفاً استراتيجياً لعلامة MG نحو قطاع السيارات الكهربائية الفاخرة. تخلت الشركة تدريجياً عن التركيز التقليدي على الأسعار التنافسية، لتبرز تصميمًا عصرياً، وجودة مواد محسنة، ومجموعة تجهيزات متقدمة تعكس رغبة MG في منافسة السيارات الفارهة الأوروبية والآسيوية. يعتمد S6 EV على مزيج من الأداء الكهربائي والكفاءة، مع مقصورة راحة ومريحة تشمل تقنيات متطورة للترفيه والاتصال، بالإضافة إلى حلول أمان ومساعدة متقدمة للسائق، ما يعزز تجربة القيادة ويضع السيارة ضمن فئة السيارات الكهربائية الفاخرة.



أعلنت Ferrari عن تراجعها عن اعتماد الأزرار اللمسية في مقود سياراتها، بعد تلقي انتقادات واسعة من العملاء بشأن صعوبة استخدامها أثناء القيادة. كان نظام اللمس قد تم تقديمه في طراز SF90 كجزء من توجه الشركة نحو الرقمنة، لكنه لم يلب توقعات السائقين الذين طالبوا بإحساس تحكم أدق واستجابة فورية.

فيراري تتراجع عن الأزرار اللمسية: عودة الإحساس الحقيقي إلى مقود القيادة

الخطوة الجديدة ظهرت مع Ferrari Amalfi، التي استعادت الأزرار الفيزيائية التقليدية في المقود، مع إمكانية توفير ترقية اختيارية لمالكي طرازات Purosangue وCilindri 12، تسمح باستبدال الأزرار اللمسية بأخرى ميكانيكية دون الحاجة لإرسال السيارة إلى إيطاليا، مع الحفاظ على غطاء الوسادة الهوائية والشكل البصري الأصلي للمقصورة. توفر المفاتيح الميكانيكية تجربة قيادة أكثر دقة وأماناً، مع الحفاظ على عناصر التحكم الأخرى مثل نظام Manettino وأدوات المساحات والأضواء.



أعلنت شركة SK Hynix الكورية الجنوبية عن خططها لإدراج جزئي لأسهمها في الأسواق المالية الأمريكية بقيمة تصل إلى 14 مليار دولار، في خطوة تهدف إلى تعزيز حضورها العالمي واستغلال الزخم المتزايد في سوق شرائح الذاكرة وتقنيات الذكاء الاصطناعي. ومن المتوقع أن يتم الطرح في النصف الثاني من 2026، مع طرح نحو 2-3% فقط من إجمالي الأسهم، ما يتيح للشركة الاحتفاظ بالسيطرة على هيكلها.

يهدف الطرح إلى تمويل مشاريع توسعية، بما في ذلك إنشاء مصانع جديدة في كوريا الجنوبية وتوسعات محتملة في الولايات المتحدة، لتلبية الطلب العالمي المتزايد من مراكز البيانات وشركات التكنولوجيا الكبرى. ويتيح الإدراج منافسة مباشرة مع عمالقة مثل Micron Technology، ويعزز التقييم الدولي للشركة. رغم الفرص الكبيرة، يثير الطرح مخاوف بعض المستثمرين بشأن تأثير الأسهم الجديدة على القيمة الحالية.

SK Hynix تخطط لطرح
ضخم في بورصة أمريكا
بقيمة تصل إلى 14 مليار
دولار لتعزيز ريادتها في
سوق رقائق الذكاء
الاصطناعي

nix

أزمة الذاكرة تضغط على سوق الهواتف الذكية.. هل تعود بطاقات microSD كحل اقتصادي؟

تشهد صناعة الهواتف الذكية ارتفاعاً غير مسبوق في أسعار مكونات الذاكرة، حيث أصبحت وحدات التخزين وذاكرة الوصول العشوائي (RAM) تتصدر قائمة المكونات الأعلى تكلفة، متأثرة بالطلب المتزايد على تقنيات الذكاء الاصطناعي ومراكز البيانات. هذا الوضع دفع الشركات المصنعة إلى خيارين صعبين: رفع أسعار الأجهزة أو خفض المواصفات التقنية، ما أدى إلى اعتماد ساعات RAM أقل وتخزين داخلي محدود حتى في الهواتف المتوسطة، مع ارتفاع تكلفة المساحات الكبيرة مثل 512 غيغابايت أو 1 تيرابايت.

في هذا السياق، يُعاد النظر في بطاقات microSD كحل عملي لتوسيع التخزين بتكلفة أقل، عبر منح المستخدمين إمكانية توسيع الذاكرة حسب حاجتهم، سواء من خلال فتحات هجينة أو كخيار إضافي. ومع ذلك، تواجه هذه البطاقات تحديات تقنية، إذ تظل أبطأ من التخزين الداخلي الحديث، ما قد يؤثر على أداء التطبيقات.

الذكاء الاصطناعي في حياتنا اليومية: من المساعدات الصوتية إلى السيارات ذاتية القيادة

شهدت السنوات الأخيرة انتشاراً واسعاً لتقنيات الذكاء الاصطناعي في حياتنا اليومية، لتصبح جزءاً أساسياً من الأنشطة المنزلية، التنقل، وإدارة المدن. في المنازل، تقدم المساعدات الصوتية مثل Siri وAlexa خدمات متنوعة، من تشغيل الأجهزة وتنظيم المواعيد إلى تقديم التوصيات الشخصية، بفضل خوارزميات تعلم عميق قادرة على فهم اللغة والتكيف مع سلوك المستخدمين.

في مجال النقل، تبرز السيارات ذاتية القيادة التي تستخدم مستشعرات وكاميرات متقدمة وخوارزميات تحليل البيانات في الوقت الفعلي للتنقل بأمان، ما يقلل الحوادث ويحسن كفاءة النقل في المدن الذكية. أما في إدارة المدن، فيوظف الذكاء الاصطناعي لتحليل البيانات الضخمة والتنبؤ بالازدحامات المرورية، تحسين توزيع الموارد، وإدارة الخدمات العامة بشكل أكثر استدامة وفعالية.



By Lodj

بوابة لك

نحو آخر
الأخبار

PRESSPLUS



www.lodj.info