

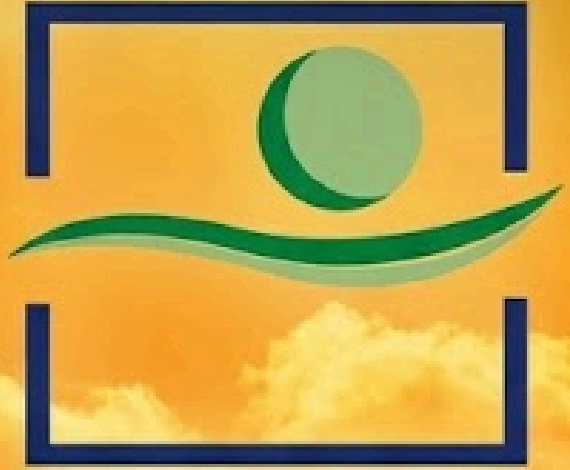
7 أيام

حياتنا - أسرتنا

08-07-2026°C



المملكة المغربية
وزارة الصحة



Royaume du Maroc
Ministère de la Santé

وزارة الصحة: لا وفيات أو حالات خطيرة بسبب
موجة الحر وتدعو إلى الالتزام بإجراءات الوقاية

الصين تُطلق أول كلية
متخصصة في الشواء...
ودبلوم أكاديمي بطعم الفحم!

وفاة والد اليوتوبور خالد الإدلسي..
رحيل "الضالة" يُحزن متابعي
المحتوى الكوميدي المغربي

وزارة الصحة: لا وفيات أو حالات خطيرة بسبب موجة الحر وتدعو إلى الالتزام بإجراءات الوقاية

أكدت وزارة الصحة والحماية الاجتماعية أنه لم يتم، إلى حدود الساعة، تسجيل أي حالة وفاة أو إصابة خطيرة مرتبطة بارتفاع درجات الحرارة التي تشهدها عدة مناطق بالمملكة، مطمئنة الرأي العام بشأن الوضع الصحي المرتبط بموجة الحر الحالية.

وأوضحت الوزارة، وفق المعطيات الرسمية، أنه تم تسجيل 72 حالة متوسطة الخطورة و490 حالة عادية مرتبطة بالتأثيرات الصحية لارتفاع درجات الحرارة، مشيرة إلى أن جميع الحالات تخضع للتتبع والرعاية الصحية اللازمة داخل المؤسسات الاستشفائية والمراكز الصحية.

وفي هذا السياق، أكدت الوزارة أنها قامت بتعبئة مختلف الموارد البشرية واللوجستية، مع ضمان استمرارية خدمات الاستقبال والتكفل بالحالات على مدار الساعة، بهدف الاستجابة السريعة لأي طارئ قد ينجم عن موجة الحر.

وجددت وزارة الصحة والحماية الاجتماعية دعوتها إلى المواطنين بضرورة الالتزام بالإجراءات الوقائية، وفي مقدمتها الإكثار من شرب الماء بشكل منتظم، وتجنب التعرض المباشر لأشعة الشمس خلال ساعات الذروة، خاصة ما بين منتصف النهار وفترة العصر، مع الحرص على البقاء في أماكن معتدلة الحرارة كلما أمكن ذلك.

كما شددت على أهمية حماية الفئات الأكثر عرضة لمضاعفات الحرارة المرتفعة، وعلى رأسها الأطفال، وكبار السن، والنساء الحوامل، ومرضى الأمراض المزمنة، داعية إلى مراقبة حالتهم الصحية والتوجه إلى أقرب مؤسسة صحية عند ظهور أعراض مثل الدوار، أو الإغماء، أو الارتفاع الشديد في حرارة الجسم.



وتأتي هذه التوصيات في ظل استمرار موجة الحر التي تعرفها المملكة، حيث تؤكد السلطات الصحية أن الوقاية والالتزام بالإرشادات يظلان السبيل الأمثل لتجنب المضاعفات الصحية المرتبطة بارتفاع درجات الحرارة وضمان سلامة المواطنين خلال فصل الصيف.

غرق شاب بشاطئ المهديّة يعيد التحذير من مخاطر السباحة في المناطق الخطرة

اهتز شاطئ المهديّة بمدينة القنيطرة، مساء يوم الإثنين، على وقع حادث غرق مأساوي أودى بحياة شاب يبلغ من العمر 26 سنة، في واقعة أعادت مشاعر الحزن والصدمة إلى المنطقة، خاصة أنها تأتي بعد أقل من أربع وعشرين ساعة على تسجيل حالة غرق أخرى راح ضحيتها قاصر بالشاطئ نفسه.

وخلف الحادث حالة من الأسى في صفوف المصطافين وساكنة المنطقة، وسط تساؤلات متجددة بشأن إجراءات السلامة بالشواطئ،

[إقرأ المزيد](#)



الصين تُطلق أول كلية متخصصة في الشواء... ودبلوم أكاديمي بطعم الفحم!

أثار خبر غير مألوف موجة واسعة من التفاعل على منصات التواصل الاجتماعي، بعدما أعلنت الصين عن افتتاح أول كلية جامعية متخصصة في فنون الشواء، في خطوة بدت للكثيرين طريفة وغريبة، لكنها تعكس في الوقت ذاته توجهاً متزايداً نحو ربط التكوين الأكاديمي بالمهن والصناعات الغذائية المتخصصة.

وتقع المؤسسة الجديدة، التي تحمل اسم كلية يويانغ للشواء (Yueyang Barbecue College)، في مقاطعة هونان، وتقدم برنامجاً دراسياً يمتد لثلاث سنوات،

[إقرأ المزيد](#)

وفاة والد الـيوتيوب خالد الإدليسي.. رحيل "الضالة" يُحزن متابعي المحتوى الكوميدي المغربي

خيّم الحزن على مواقع التواصل الاجتماعي عقب إعلان الـيوتيوبر المغربي خالد الإدليسي وفاة والده، المعروف لدى جمهوره بلقب "الضالة"، وذلك بعد معاناة مع المرض، في خبر أثار موجة واسعة من التعاطف والدعوات بالرحمة والمغفرة.

واكتسب الراحل محبة كبيرة لدى المتابعين من خلال ظهوره في عدد من المقاطع الكوميدية إلى جانب نجله، حيث تميز بعفويته وروحه المرحة وحضوره البسيط

[إقرأ المزيد](#)



الزواج يدخل أجندة الانتخابات... مبادرات مدنية تدعو إلى سياسات لمواجهة تراجع الإقبال على تكوين الأسر

أصبحت قضية الزواج وتراجع معدلات الإقبال عليه في صلب النقاش العمومي، بعدما أعلنت مجموعة من جمعيات المجتمع المدني، المنضوية ضمن منصة تُعنى بتشجيع الزواج، عزمها إدراج هذا الملف ضمن أولويات البرامج الانتخابية المقبلة، في ظل ما تصفه بـ"الانخفاض المقلق" في عدد الزيجات وما يرافقه من مؤشرات مرتبطة بشيخوخة السكان وتراجع النمو الديموغرافي.

وترى هذه الجمعيات أن معالجة الظاهرة لم تعد تقتصر على المبادرات الاجتماعية، بل تستدعي اعتماد سياسات عمومية تضع الأسرة في صلب أولويات التنمية، من خلال توفير بيئة اقتصادية واجتماعية تساعد الشباب على الإقبال على الزواج وتكوين أسر مستقرة.

ويؤكد فاعلون مدنيون أن ارتفاع تكاليف المعيشة، وصعوبة الولوج إلى السكن، وتزايد معدلات البطالة والهشاشة، تعد من أبرز العوامل التي تدفع العديد من الشباب إلى تأجيل الزواج أو العدول عنه، الأمر الذي ينعكس تدريجياً على البنية الديموغرافية للمجتمع.

وفي هذا السياق، تعتزم المنصة تقديم مجموعة من المقترحات إلى الأحزاب السياسية، من بينها اعتماد برامج لدعم الشباب المقبلين على الزواج، وتوفير آليات تمويل ميسرة، وتشجيع الولوج إلى السكن، فضلاً عن إطلاق مبادرات للتوعية بأهمية الاستقرار الأسري ودوره في تحقيق التنمية الاجتماعية.

ويرى مختصون في الشأن الديموغرافي أن انخفاض معدلات الزواج لا يمثل مجرد تحول اجتماعي، بل يرتبط أيضاً بتحديات اقتصادية وثقافية متشابكة، ما يجعل معالجته تتطلب رؤية شاملة تقوم على التنسيق بين المؤسسات العمومية والقطاع الخاص والمجتمع المدني.



ومع اقتراب الاستحقاقات الانتخابية، يبدو أن ملف الأسرة والزواج مرشح ليصبح أحد أبرز القضايا الاجتماعية المطروحة للنقاش، في ظل تزايد الدعوات إلى بلورة سياسات عملية تستجيب لتطلعات الشباب، وتعزز التماسك الأسري، وتساهم في مواجهة التحديات الديموغرافية التي تفرض نفسها على مستقبل المجتمعات.



هل يحتاج الأطفال إلى واجبات مدرسية خلال العطلة الصيفية؟ خبراء يدعون إلى تحقيق التوازن

مع انتهاء الموسم الدراسي ودخول الأطفال في العطلة الصيفية، يعود إلى الواجهة سؤال يتكرر كل عام: هل ينبغي تكليف الأطفال بواجبات مدرسية خلال الإجازة، أم أن العطلة يجب أن تكون فترة راحة كاملة بعيداً عن الدراسة؟

ويرى مختصون في التربية أن العطلة الصيفية تمثل فرصة مهمة ليستعيد الأطفال نشاطهم الجسدي والذهني

[اقرأ المزيد](#)



كيف يمكن تقليل وقت استخدام الأطفال للشاشات؟ دراسة تكشف حلولاً عملية خلال العطلة الصيفية

مع حلول العطلة الصيفية، يزداد الوقت الذي يقضيه الأطفال أمام الشاشات الإلكترونية، سواء لمشاهدة مقاطع الفيديو أو ممارسة الألعاب أو استخدام الأجهزة اللوحية والهواتف الذكية، وهو ما يثير قلق العديد من الأسر بشأن الآثار المحتملة لهذا السلوك على النمو المعرفي والنفسي للأطفال.

وكشفت دراسة أجرتها مؤسسة OpinionWay أن 97% من الأطفال يستخدمون الشاشات خلال فترة العطلة، بمتوسط يصل إلى ساعة و51 دقيقة يوميًا،

[اقرأ المزيد](#)

حين يتبرأ الوالدان من أبنائهما.. كيف يفسر علم النفس هذا القرار المؤلم؟

يثير إعلان أحد الوالدين التبرؤ من ابنه أو ابنته صدمة كبيرة لدى الرأي العام، لما يحمله هذا الموقف من أبعاد إنسانية ونفسية واجتماعية معقدة. وفي أعقاب قضية أثارت اهتمامًا واسعًا، خرجت أم عبر قناة BFMTV لتعلن، في حالة من الانهيار والتأثر الشديد، تبرؤها من ابنها بعد اتهامه بارتكاب أفعال وصفتها بأنها غير مقبولة، مؤكدة أنها لا تستطيع تبرير ما حدث، وأن تعاطفها الأول ينصب على الضحية وعائلته.

هذا النوع من المواقف يفتح الباب أمام تساؤلات عديدة حول الأسباب النفسية

[اقرأ المزيد](#)



إدانة "بن سنس" تعيد رسم حدود حرية المحتوى على المنصات الرقمية

أعدت المحكمة الابتدائية بتمارة فتح النقاش حول حدود المسؤولية القانونية لصناع المحتوى الرقمي، بعدما قضت بإدانة صانع المحتوى المعروف بـ"بن سنس"، والحكم عليه بثمانية أشهر حبساً نافذاً، مع تغريمه مبلغ 20 ألف درهم، في قضية أثارت اهتماماً واسعاً على منصات التواصل الاجتماعي، كما رفضت المحكمة المطالب المدنية التي تقدمت بها جمعيات انتصبت طرفاً مدنياً في الملف. ولا يقتصر هذا الحكم على كونه قراراً قضائياً يهم شخصاً بعينه، بل يسلط الضوء على التحولات التي يعرفها الفضاء الرقمي، حيث أصبحت المضامين المنشورة عبر المنصات الاجتماعية تخضع،



سرقة محل تجاري بالدار البيضاء أثناء مباراة المنتخب المغربي.. والشرطة تكثف أبحاثها

باشرت المصالح الأمنية بمدينة الدار البيضاء تحقيقاتها الميدانية، عقب تعرض محل تجاري بمنطقة مولاي رشيد لعملية سرقة وُصفت بالاحترافية، استهدفت ملابس وأحذية رياضية أصلية تُقدَّر قيمتها بحوالي 100 ألف درهم، في وقت تتواصل فيه الأبحاث لتحديد هوية المتورطين وتوقيفهم.

وبحسب المعطيات المتوفرة، استغل منفذو العملية انشغال المواطنين بمتابعة الشوط الأول من مباراة المنتخب المغربي أمام نظيره الكندي، إلى جانب مغادرة صاحب المحل مؤقتاً لجلب القهوة، لينفذوا السرقة



بعد ملحمة "الأسود" .. "لارام" تطلق جسراً جويّاً استثنائياً لنقل الجماهير إلى بوسطن

دخلت الخطوط الملكية المغربية على خط الحماس الوطني المتصاعد عقب التأهل التاريخي للمنتخب المغربي إلى ربع نهائي كأس العالم 2026، بإطلاق برنامج جوي استثنائي يربط الدار البيضاء بمدينة بوسطن الأمريكية، التي ستحتضن المواجهة المرتقبة لـ"أسود الأطلس" يوم 9 يوليو الجاري. وأعلنت الشركة الوطنية عن تخصيص 12 رحلة مباشرة نحو الولايات المتحدة، في خطوة تهدف إلى تمكين أكبر عدد ممكن من الجماهير المغربية من التنقل لمساندة المنتخب في هذا الموعد الكروي الحاسم، الذي تحول إلى حدث وطني يلهب مشاعر المغاربة داخل المملكة وخارجها.



ثلاث عبارات يسمعها الأطفال الذين يثقون بوالديهم... سرّ العلاقة الأسرية المتينة

لا يُعدّ انفتاح الطفل على والديه ومشاركتها تفاصيل يومه ومشاعره وأفكاره أمرًا يحدث بمحض الصدفة، بل هو ثمرة علاقة قائمة على الثقة والأمان العاطفي، تُبنى تدريجيًا من خلال أسلوب التربية والتواصل اليومي داخل الأسرة.

وتؤكد الأخصائية النفسية ماغدينا وولوك أن الطفل يلجأ إلى الحديث بصراحة مع والديه عندما يشعر بأنهما يشكلان مصدرًا للأمان والدعم، وليس للخوف أو إصدار الأحكام. فالثقة التي تنشأ منذ السنوات الأولى من عمره تمنحه الشعور بالاطمئنان، وتجعله أكثر استعدادًا للتعبير عن مشاعره ومشكلاته دون تردد.



من الحلم إلى الكابوس.. امرأة تكشف كيف تغير زوجها بالكامل بعد الزواج

قد تبدو بعض العلاقات العاطفية مثالية في بدايتها، غير أن الواقع قد يحمل مفاجآت غير متوقعة بعد الارتباط الرسمي. هذا ما كشفتته امرأة روت تجربتها المؤلمة، مؤكدة أن الرجل الذي اعتقدت أنه "شريك العمر" أظهر وجهًا مختلفًا تمامًا بعد الزواج، لتتحول حياتها إلى ما وصفته بـ"الكابوس".

وبحسب شهادتها، التي نقلها موقع YourTango وأعاد نشرها موقع AuFeminin، فإنها كانت قد خرجت من علاقة سابقة اتسمت بالإساءة، وهو ما جعلها تبحث عن شريك يتسم بالهدوء والاحترام والاستقرار النفسي.

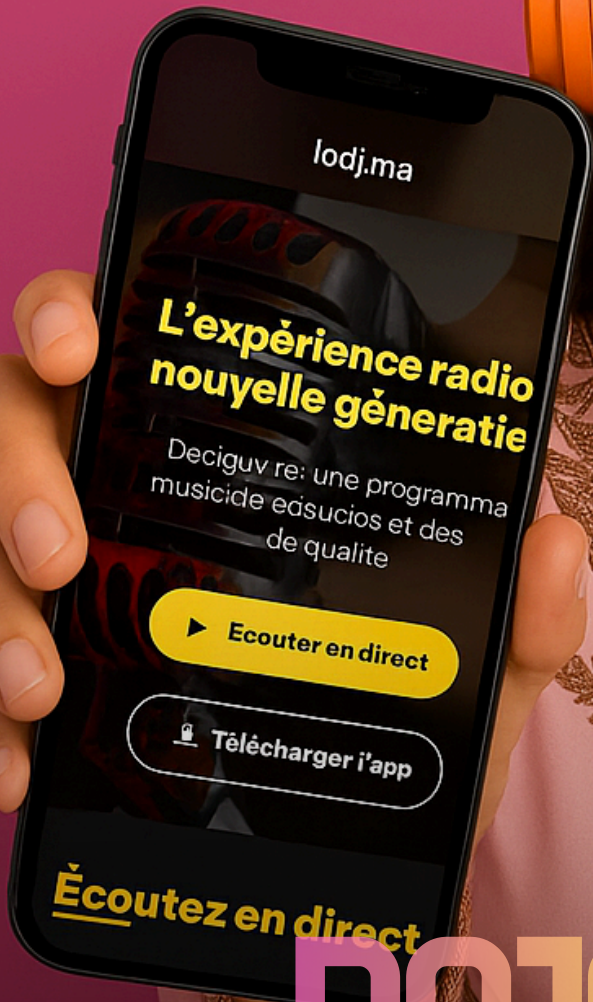


قبلة الوداع... عادة بسيطة تعزز استقرار العلاقات الزوجية

في خضم وتيرة الحياة المتسارعة وضغوط العمل اليومية، قد تبدو بعض التصرفات الصغيرة عابرة ولا تستحق الاهتمام، إلا أن خبراء العلاقات الإنسانية يؤكدون أن هذه التفاصيل البسيطة قد تصنع فرقًا كبيرًا في متانة العلاقة بين الزوجين. ومن بين هذه العادات، تبرز قبلة الوداع أو العناق أو حتى الابتسامة الصادقة قبل مغادرة المنزل باعتبارها من أكثر الإشارات العاطفية تأثيرًا في الحياة الزوجية. وتشير دراسات متخصصة في علم النفس والعلاقات الأسرية إلى أن تخصيص بضع ثوانٍ فقط للتعبير عن المودة قبل التوجه إلى العمل.



By Lody



ويب راديو R212

مغاربة العالم



WWW.LODJ.MA