

العدد: 106
11- 07 - 26

لوجدينيك

By Lodj

مجلة لوجدينيك الاسبوعية

هل ينبغي للمغرب أن يهاطل مشروعه مع محمد وهبي

استعدادًا لكأس العالم 2030 ؟



www.lodj.info

أخبار بلا حدود

فرنسا تستنفر أجهزتها
الأمنية قبل مواجهة
المغرب في مونديال
2026

آخر الأخبار

وزير العدل يلوّح بمتابعة
محامين بسبب تدوينات
عن مشروع قانون
المحاماة



LODj

LODj

أخبار سريعة

يحدث كل 24 ساعة



آخر الأخبار
مأساة في فرنسا.. وفاة مراهقة
أثناء الاحتفال بالفوز على المغرب



مجموع
المغرب يودع الموندنال... ويؤكد
أن مشروعه الكروي يسير في
الطريق الصحيح



مجموع
انتقادات واسعة لـ"فان زون
الرباط"... خدمات دون المستوي
رغم الأَسعار المرتفعة



مجموع
مأساة في الجو.. مدرب طيران
ينهي حياته قفزاً ويترك طالبته
بمفردها!



مجموع
درك طنجة يشن حملة ضد
السيارات الاستعراضية فوق
رمال الشواطئ



آخر الأخبار
هبوط الذهب إلى 1020 درهما
للغرام يترك قطاع المجوهرات
بالمغرب



@lodjmaroc



فهرس

04

الافتتاحية

07

آخر الأخبار - أخبار بلا حدود

18

حياتنا - أسرتنا

38

فن وفكر

30

صحتنا

54

جيل X-Y-Z

46

اقتصاديات



مطابع الرسالة

لوديجي ميديا - مؤسسة الرسالة الإعلامية

المدير التنفيذي للوديجي ميديا
عدنان بن شقرون

رئيس مؤسسة الرسالة
حسن السنتيسي الإدريسي

LODj

تصميم وغللاف المجلة

عماد بن بورحيم

مونتاج

خولة محفوضي

فريق النشر

سارة البوفي - عائشة بوسكين
ياسين أيت حدو

إدارة فنية وتقنية

محمد أيت بلحسن

اقرأ أعدادنا القديمة :

www.pressplus.ma



النقاش

هل ينبغي للمغرب أن يواصل مشروعه مع محمد وهبي استعدادًا لكأس العالم 2030؟

النقاش الذي لا يمكن للمغرب تأجيله ابتداءً من صباح الغد، سيتغير حديث المغاربة في المقاهي، وفي أماكن العمل، وفي البيوت، وفي كل فضاءات النقاش. لن يكون الحديث عن الكرة التي تصدى لها ياسين بونو. ولن يكون عن نسبة الاستحواذ أو عدد التسديدات. ولن يكون عن نجوم المنتخب الفرنسي. السؤال الذي سيتردد على كل لسان سيكون واحداً:

هل محمد وهبي هو الرجل المناسب لقيادة المنتخب المغربي نحو كأس العالم 2030 التي ستقام على أرض المملكة؟

إنه سؤال مشروع، بل ربما أصبح اليوم ضرورة وطنية. وليس المقصود منه محاكمة المدرب أو تحميله وحده مسؤولية الإقصاء، كما أنه لا يندرج في إطار ردود الفعل الانفعالية التي ترافق عادة الهزائم الكبرى. بل يتعلق بنقاش استراتيجي يهم مستقبل كرة القدم المغربية خلال السنوات الأربع المقبلة.

فالزمن في كرة القدم الحديثة يمر بسرعة كبيرة، وأربع سنوات ليست بالمدة الطويلة عندما يتعلق الأمر ببناء منتخب قادر على المنافسة على أعلى المستويات.

إذا كانت الجامعة الملكية المغربية لكرة القدم ترى أن محمد وهبي هو مدرب مشروع 2030، فإن المنطق يقتضي منحه الوقت الكافي، والاستقرار الفني، والثقة اللازمة، حتى يتمكن من بناء منتخب أكثر نضجاً وقادر على مجاراة أقوى المنتخبات العالمية.

أما إذا كانت مباراة فرنسا قد كشفت عن حدود في القراءة التكتيكية، أو في إدارة فترات الضغط، أو في القدرة على تغيير مجريات المباراة أثناء اللعب، فإن تأجيل هذا النقاش لعامين أو ثلاثة قد لا يكون القرار الأنسب.

فالرهان اليوم لا يتعلق بخسارة مباراة في ربع نهائي كأس العالم فقط، بل يتعلق بأكثر محطة في تاريخ كرة القدم المغربية. فكأس العالم 2030 لن تكون نسخة عادية بالنسبة للمغرب. بل ستكون بطولة يحتضنها على أرضه، أمام جماهيره، وفي ملاعبه ولهذا ستكون التطلعات أكبر من أي وقت مضى، كما ستكون الضغوط مضاعفة.

لقد استثمر المغرب مليارات الدراهم في تطوير البنيات التحتية، وتشبيد الملاعب، وتحديث شبكات النقل، وتعزيز صورته الدولية استعداداً لهذا الموعد التاريخي.

- مشروع رياضي
- استقرار فني
- طموح كبير
- نتائج قوية
- رؤية 2030

افتتاحية

ومن الطبيعي أن يُنتظر من المنتخب الوطني أن يكون في مستوى هذا الاستثمار والطموح الوطني. لكن السؤال الحقيقي لا يتمثل في معرفة ما إذا كان محمد وهبي يجب أن يغادر منصبه. السؤال الأهم والأكثر عمقاً هو:

هل يملك محمد وهبي المقومات التي تمكنه من قيادة المغرب نحو الخطوة الأخيرة التي تفصل بين منتخب كبير ومنتخب قادر على الفوز بكأس العالم؟

لا أحد يملك اليوم جواباً حاسماً عن هذا السؤال. لكن المؤكد أن هذا النقاش سيصبح حاضراً بقوة ابتداءً من الساعات المقبلة. سيكون حاضراً



- في المقاهي.
- في غرف التحرير.
- في البرامج الرياضية.
- وعلى منصات التواصل الاجتماعي.
- وربما أيضاً داخل أروقة الجامعة الملكية المغربية لكرة القدم.
-

فبعد كل بطولة كبرى، تبدأ المنتخبات الناجحة في التفكير في المحطة التالية. أما بالنسبة للمغرب، فإن المستقبل أصبح يحمل تاريخاً واضحاً، وطموحاً أكبر من أي وقت مضى. إنه كأس العالم 2030.

بقلم : هيئة التحرير

تمريح الأسبوع

“

إن بعض اللاعبين
الذين تحدث
معهم يرون أن
المنتخب المغربي
كان أقوى
في مونديال 2022
مقارنة بنسخة
2026.

“

آدرين رابيو

لاعب المنتخب الفرنسي

أثار وزير العدل، عبد اللطيف وهبي، موجة جديدة من الجدل حول مشروع القانون رقم 66.23 المنظم لمهنة المحاماة، بعدما أعلن أن الوزارة تدرس إحالة عدد من التدوينات والمنشورات الصادرة عن محامين إلى النيابة العامة، على خلفية ما اعتبره تجاوزات تمس بالمؤسسات الدستورية وتندرج، بحسب تقديره، ضمن أفعال قد تترتب عنها مسؤوليات تأديبية أو حتى جنائية.

وخلال اجتماع لجنة العدل والتشريع وحقوق الإنسان بمجلس المستشارين، أوضح وهبي أن مصالح الوزارة شرعت

في تجميع وتحليل مختلف المواقف المكتوبة التي رافقت النقاش حول المشروع، مبرزا أنه سيرعرض الموضوع على رئيس الحكومة قبل اتخاذ أي قرار، بالنظر إلى أن بعض العبارات المتداولة قد تدخل، وفق قراءته، في نطاق مقتضيات الفصلين 263 و265 من القانون الجنائي.

واستشهد الوزير بعدد من الأمثلة التي اعتبرها دليلا على ما وصفه بانزلاق الخطاب، من بينها تدوينة لمحام متمرن دعا إلى مساءلة زملائه تأديبيا لعدم امتثالهم لتوجيهات النقيب، معتبرا أن هذا النوع من المواقف يعكس الحاجة إلى تعزيز التكوين في مجالات السياسة الدستورية داخل مسار إعداد المحامين.

ولم يخف وهبي امتعاضه من الأوصاف التي استعملها بعض المحامين في حق المشاركين في التصويت على مشروع القانون، مشيرا إلى أن نعتا من قبيل "فراقشية التشريع" و"الخانعين" و"العملاء" و"الخونة" ستكون ضمن المواد التي ستخضع للدراسة القانونية لتحديد ما إذا كانت تستوجب المتابعة.

وفي السياق نفسه، وجه الوزير انتقادات إلى رئيس جمعية هيئات المحامين بالمغرب بسبب تصريحه بأن المحامين غير معنيين بالقانون الجديد، معتبرا أن مثل هذا الموقف يرقى، بحسب تعبيره، إلى "عصيان مدني" صادر عن مؤسسة قائمة داخل الدولة.

وزير العدل يلوّح بمتابعة محامين بسبب تدوينات عن مشروع قانون المحاماة



وعاد وهبي إلى تفاصيل المشاورات التي سبقت إحالة المشروع على البرلمان، مؤكدا أن الوزارة عقدت اجتماعات مطولة مع ممثلي هيئات المحامين، امتدت في بعض الأحيان إلى 48 ساعة متواصلة، وشهدت إدخال تعديلات عديدة على النص، غير أن المقترحات كانت، بحسب قوله، تتغير باستمرار، إذ كان يتم الاتفاق على تعديلات قبل أن تظهر مطالب جديدة في اليوم الموالي.

وأكد وزير العدل أن إحالة المشروع على رئيس الحكومة جاءت بطلب منه، مشددا على أنه التزم بالتعديلات التي أدخلتها رئاسة الحكومة، باعتبار أن القانون لا يخول له التدخل في اختصاصات رئيس الحكومة أو مناقشة خياراته

By Lodj

ريلز
الاسبوع



حماية الأسرة المغربية ومنظومة القيم في صلب
نقاش وطني بالرباط



كرة القدم والوعي المجتمعي.. حين يتحول حب الوطن إلى سلوك يومي



لا تقتصر كرة القدم على كونها منافسة رياضية أو وسيلة للترفيه، بل أصبحت في كثير من الأحيان مناسبة تعكس قوة الانتماء الوطني ووحدة الشعوب حول هدف مشترك. ويبرز هذا المعنى بوضوح في المغرب، حيث أظهر المغاربة في مختلف المحافل الرياضية دعماً استثنائياً للمنتخب الوطني، ورغبة صادقة في رؤية بلادهم تتقدم وترفع رايته في أكبر المنافسات الدولية.

غير أن هذا الشعور الوطني، مهما كان قوياً، يظل بحاجة إلى أن يتجاوز حدود الملاعب والاحتفالات، ليتحول إلى وعي مجتمعي وسلوك يومي ينعكس في احترام القانون، والمحافظة على الفضاءات العامة، والالتزام بالمسؤولية، وأداء الواجبات قبل المطالبة بالحقوق.

[اقرأ المزيد](#)

أسعار النفط تقفز بأكثر من 5% وسط تصاعد التوترات الجيوسياسية

سجلت أسعار النفط العالمية ارتفاعاً تجاوز 5 في المائة، عقب تصريحات للرئيس الأميركي **Donald Trump** أعلن فيها أن وقف إطلاق النار مع إيران "انتهت"، وهو ما أعاد المخاوف الجيوسياسية إلى واجهة الأسواق العالمية، وأثار حالة من الترقب في أوساط المستثمرين والمتعاملين في قطاع الطاقة.

ويأتي هذا الارتفاع في ظل حساسية أسواق النفط لأي تطورات سياسية أو عسكرية تشهدها

[اقرأ المزيد](#)



بعد 13 عاماً من العمى.. صدمة في الرأس تعيد لسيدة نيوزيلندية جزءاً من بصرها في واقعة نادرة

في واقعة طبية استثنائية أثارت اهتمام الأوساط العلمية، استعادت سيدة نيوزيلندية جزءاً كبيراً من بصرها بعد أكثر من ثلاثة عشر عاماً من العمى التام، إثر حادث عرضي غير متوقع أعاد فتح باب التساؤلات حول القدرات المذهلة للدماغ البشري وإمكاناته في التكيف وإعادة تنظيم وظائفه.

[اقرأ المزيد](#)



TOP



نجحت المصالح الأمنية المغربية، صباح الاثنين، في إحباط مخططات إرهابية وُصفت بالخطيرة، خلال عمليات متزامنة شملت عدداً من المدن.

وحسب المعطيات المعلنة، مكنت التدخلات التي نفذها المكتب المركزي للأبحاث القضائية، بناء على معلومات دقيقة من المديرية العامة لمراقبة التراب الوطني، من توقيف عشرة أشخاص يشتبه في ارتباطهم بخلية موالية لتنظيم "داعش".



آخر الأخبار
"البسيج" يجهبض هجمات وشبكة بعدة مدن ويوقف 10 متطرفين

FLOP



مجتمعة
غرامة مالية لإطعام أو علاج الحيوانات الضالة في الفضاء العام

صادق مجلس المستشارين بالأغلبية على قانون جديد يقضي بفرض غرامة مالية تتراوح بين 500 و2000 درهم على كل من يقوم بإيواء، إطعام، أو علاج حيوان ضال في الفضاء العام. وجاءت هذه الخطوة التشريعية بعد حصول مشروع القانون على 25 صوتاً مؤيداً مقابل صوت واحد معارض و6 ممتنعين، وذلك عقب مصادقة مجلس النواب عليه سابقاً في 29 يونيو الماضي.

فرنسا تستنفر أجهزتها الأمنية قبل مواجهة المغرب في مونديال 2026

استنفرت السلطات الفرنسية مختلف أجهزتها الأمنية قبل ساعات من المواجهة المرتقبة التي تجمع، مساء الخميس، المنتخب المغربي بالمنتخب الفرنسي في ربع نهائي كأس العالم 2026، تحسبا للتدفق الكبير المتوقع للمشجعين في العاصمة باريس وعدد من المدن الفرنسية

وأعدت الأجهزة الأمنية خطة ميدانية واسعة النطاق تهدف إلى تأمين الفضاءات العامة التي يرتقب أن تستقطب آلاف الجماهير الراغبة في متابعة المباراة، سواء عبر الشاشات العملاقة أو في محيط المقاهي والمساحات، مع توقع استمرار التجمعات بعد نهاية اللقاء.

وتنطلق التدابير الأمنية، وفق البرنامج المعتمد، قبل صافرة البداية بساعة كاملة، حيث ستنشر قوات الشرطة بشكل مكثف ابتداء من التاسعة مساءً، مع تركيز الانتشار في المناطق الأكثر استقطاباً للجماهير، إضافة إلى تكثيف المراقبة في المحاور الرئيسية وشبكات النقل.

ولتعزيز الجاهزية، سخرت السلطات وسائل مراقبة حديثة، من بينها طائرات مسيرة ستتولى متابعة الوضع من الجو ورصد أي تحركات غير اعتيادية بشكل فوري، إلى جانب دعم الدوريات الراجلة والمتحركة لضمان سرعة الاستجابة لأي طارئ قد يخل بالنظام العام.

ويأتي هذا الانتشار الأمني الاستثنائي في ظل الحساسية التي تكتسبها المباراة داخل فرنسا، بالنظر إلى الحضور الكبير للجالية المغربية، فضلا عن الشعبية الواسعة التي يحظى بها المنتخبان، وهو ما يرحب خروج أعداد كبيرة من المشجعين إلى الشوارع احتفالاً أو لمتابعة أجواء اللقاء.



وتسعى السلطات الفرنسية، من خلال هذه الإجراءات الاحترازية، إلى تأمين سير الأمسية الرياضية في ظروف عادية، وضمان سلامة المواطنين والمشجعين، مع الاستعداد للتعامل مع أي مستجدات قد ترافق المباراة أو الاحتفالات التي قد تليها.



LODj



لنخبرك By Lodj فجيبك

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



www.lodj.info

ترمب يعلن انتهاء الاتفاق مع إيران وواشنطن تشن ضربات جديدة

تشهد منطقة الخليج تصعيدا عسكريا متسارعا بعد إعلان الرئيس الأميركي دونالد ترمب انتهاء العمل بالاتفاق المؤقت الذي كان قائما مع إيران، في خطوة جاءت متزامنة مع تنفيذ القوات الأميركية سلسلة من الضربات العسكرية الجديدة ضد أهداف إيرانية، ما يعكس دخول المواجهة بين الطرفين مرحلة أكثر توترا.

وأكد ترمب أن الاتفاق المؤقت لم يعد قائما، مشددا على أن الإدارة الأميركية لم تعد ترى جدوى

[اقرأ المزيد](#)



إسبانيا ترفع الإنذار إلى الأحمر.. موجة حر تتجاوز 40 درجة تضرب الشرق

رفعت السلطات الإسبانية مستوى التأهب إلى الدرجة القصوى في عدد من المناطق الشرقية، بعدما حذرت وكالة الأرصاد الجوية من موجة حر جديدة يتوقع أن تدفع درجات الحرارة إلى تجاوز 40 درجة مئوية، وسط مخاوف من تداعياتها على صحة السكان وارتفاع خطر اندلاع الحرائق.

وأعلنت هيئة الأرصاد الجوية الإسبانية، الثلاثاء، تفعيل الإنذار الأحمر، وهو أعلى مستوى للتحذير، في كل من أراغون وكتالونيا وفالنسيا، باعتبارها أكثر المناطق عرضة لتأثير الكتلة الهوائية الحارة التي تضرب جنوب أوروبا منذ أيام.

[اقرأ المزيد](#)



تواصلت تداعيات الزلزال المدمر الذي ضرب فنزويلا أواخر يونيو الماضي، بعدما أعلنت السلطات، الثلاثاء، ارتفاع حصيلة الضحايا إلى 3685 قتيلاً، إثر تسجيل 150 وفاة جديدة خلال الساعات الأربع والعشرين الأخيرة، في وقت لا تزال فيه فرق الإنقاذ والإغاثة تواصل عملها بالمناطق المنكوبة.

وأفاد التقرير الرسمي الذي نشره رئيس الجمعية الوطنية، خورخي رودريغيز، بأن عدد المصابين استقر عند 16 ألفاً و740 شخصاً، بينما بلغ عدد الناجين الذين تم انتشالهم من تحت الأنقاض 6462 شخصاً، دون تسجيل عمليات إنقاذ جديدة خلال الأيام الأربعة الماضية.

[اقرأ المزيد](#)

حصيلة زلزال فنزويلا ترتفع إلى 3685 قتيلاً وسط استمرار عمليات الإنقاذ





ج
ال
م
م

منشور مهم وتوعوي حطاتو منظمة الأمم المتحدة للمرأة (UN Women) ف السوشيال ميديا؛ كيكشف واحد الحقيقة مقلقة على التطور التكنولوجي اللي كنعيشوه هاد الأيام



هل تُنقص كل قارورة من المشروبات الغازية 12 دقيقة من العمر؟ الحقيقة العلمية وراء الادعاء المتداول



أثار مقطع متداول على مواقع التواصل الاجتماعي جدلاً واسعاً، بعدما ردد كثيرون أن "كل قارورة من المشروبات الغازية، مثل كوكاكولا، تُنقص 12 دقيقة من عمر الإنسان". ورغم الانتشار الكبير لهذا الادعاء، فإن الحقيقة العلمية أكثر تعقيداً مما يتم تداوله، ولا يمكن اختزالها في هذه العبارة المبسطة.

ويعود أصل هذه الفكرة إلى دراسة علمية اعتمدت على نماذج إحصائية وبيانات غذائية لتقييم التأثير المحتمل لبعض الأطعمة والمشروبات على متوسط العمر الصحي المتوقع لدى السكان. غير أن نتائج الدراسة لم تقل إن شرب قارورة واحدة من المشروبات الغازية

يقظة أمنية استباقية تُحبط مخططات إرهابية وتؤكد جاهزية الأجهزة الأمنية المغربية

نجحت المصالح الأمنية المغربية، صباح الاثنين، في توجيه ضربة استباقية جديدة للمخططات الإرهابية، بعدما تمكنت من إحباط مشاريع وُصفت بالخطيرة، في عملية أمنية متزامنة شملت عدداً من مدن المملكة، في تأكيد جديد على الجاهزية العالية واليقظة الدائمة التي تميز عمل الأجهزة الأمنية في مواجهة التهديدات الإرهابية. ووفق المعطيات الرسمية، نفذ المكتب المركزي للأبحاث القضائية، بناءً على معلومات استخباراتية دقيقة وفرتها المديرية العامة لمراقبة التراب الوطني، عمليات أمنية متزامنة أسفرت عن توقيف عشرة أشخاص يُشتبه في ارتباطهم بخلية موالية لتنظيم "داعش" الإرهابي،



منتدى الحوار الشبابي بميسور يرافع من أجل عدالة مجالية تضمن تكافؤ الفرص للشباب

احتضنت مدينة ميسور، بإقليم بولمان، محطة جديدة من منتديات الحوار الشبابي، التي تنظمها اللجنة التحضيرية الوطنية للمؤتمر العام الرابع عشر لمنظمة الشبيبة الاستقلالية، برئاسة رئيس اللجنة التحضيرية الأستاذ خالد الجازولي، وذلك في إطار الدينامية الوطنية التي أطلقتها اللجنة استعداداً لهذا الاستحقاق التنظيمي، تحت شعار: "من أجل عدالة مجالية تضمن الفرص للشباب". وشهد هذا المنتدى حضور رئيس اللجنة التحضيرية الوطنية الأستاذ خالد الجازولي، إلى جانب شيماء حجوي، الباحثة في التسيير والرقابة المالية، ويوسف سباعي بقاري، الباحث في الفلسفة، ومحمد الأزعر، الباحث في الهندسة البيولوجية،



فنزويلا تحت الركاب.. حصيلة ضحايا الزلزال ترتفع إلى 3342 قتيلًا

تواصل فنزويلا مواجهة التداعيات الكارثية للزلزال العنيف الذي ضرب البلاد يوم 24 يونيو الماضي، بعدما ارتفعت حصيلة الضحايا إلى 3342 قتيلًا، في وقت تجاوز فيه عدد المصابين 16 ألف شخص، وفق أحدث المعطيات الرسمية التي أعلنتها السلطات الفنزويلية. وأكد رئيس البرلمان الفنزويلي، خورخي رودريغيز، عبر منشور على منصة "إكس"، أن الكارثة خلفت أيضاً أكثر من 17 ألف مشرد، بينما استفادت نحو 86 ألف عائلة متضررة من مساعدات إنسانية عاجلة، شملت توزيع آلاف الأطنان من المواد الغذائية والإمدادات الأساسية.



الاتحاد الأوروبي يحذر: "تدخل السياسيين في قرارات فيفا يقوض استقلالية كرة القدم"

أعاد الجدل المثار حول قرار الاتحاد الدولي لكرة القدم "فيفا" تعليق عقوبة المهاجم الأمريكي فولارين بالوغون، والسماح له بخوض مواجهة بلجيكا في مونديال 2026، فتح نقاش عالمي متجدد حول حدود تدخل السياسة في الرياضة، بعدما تحولت القضية من مجرد قرار انضباطي إلى أزمة تمس صورة "فيفا" واستقلالية كرة القدم العالمية.

فبعد أيام من التقارير التي تحدثت عن تدخل مباشر للرئيس الأمريكي دونالد ترامب واتصاله شخصياً برئيس "فيفا" جيانني إنفانتينو للمطالبة بمراجعة العقوبة، خرج الاتحاد الأوروبي بدوره عن صمته، عبر مفوضه المكلف بالرياضة جلين ميكاليف، الذي وجه رسالة سياسية واضحة مفادها أن القرارات الرياضية يجب أن تبقى بيد الهيئات الرياضية، لا السياسيين.

مصادقية المونديال على المحك.. "فيفا" يعلق عقوبة بالوغون بعد ضغوط من ترامب

تحولت بطولة كأس العالم 2026 إلى ساحة جدل غير مسبوق، بعدما وجد الاتحاد الدولي لكرة القدم نفسه في قلب عاصفة سياسية ورياضية بسبب قرار مفاجئ سمح للمهاجم الأمريكي فولارين بالوغون بالمشاركة في مواجهة بلجيكا ضمن ثمن النهائي، رغم تعرضه للطرد المباشر في المباراة السابقة. القرار، الذي أثار موجة واسعة من الانتقادات والتساؤلات، جاء بعد أيام قليلة من طرد اللاعب خلال مواجهة الولايات المتحدة والبوسنة في دور الـ32، إثر تدخل عنيف التقطته تقنية الفيديو وأدى إلى إظهار البطاقة الحمراء المباشرة في وجهه.



محمد المرابط والتحدي



نفت وزارة التربية الوطنية والتعليم الأولي والرياضة بشكل قاطع صحة التصريحات المتداولة والمنسوبة إلى الوزير محمد سعد برادة، والتي تزعم أنه قال إن "المغرب لا يمثل إفريقيا" أو أن "المنتخب المغربي يمثل المغرب فقط وليس إفريقيا" أو أن "المغرب لا يحتاج إلى دعم إفريقيا". وأكدت الوزارة أن هذه الأقوال مختلقة ولا أساس لها من الصحة، ولم تصدر عن الوزير بأي شكل من الأشكال.

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.

By Lody



ويب راديو R212

مغاربة العالم



WWW.LODJ.MA

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،

[اقرأ 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،

[اقرأ 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.

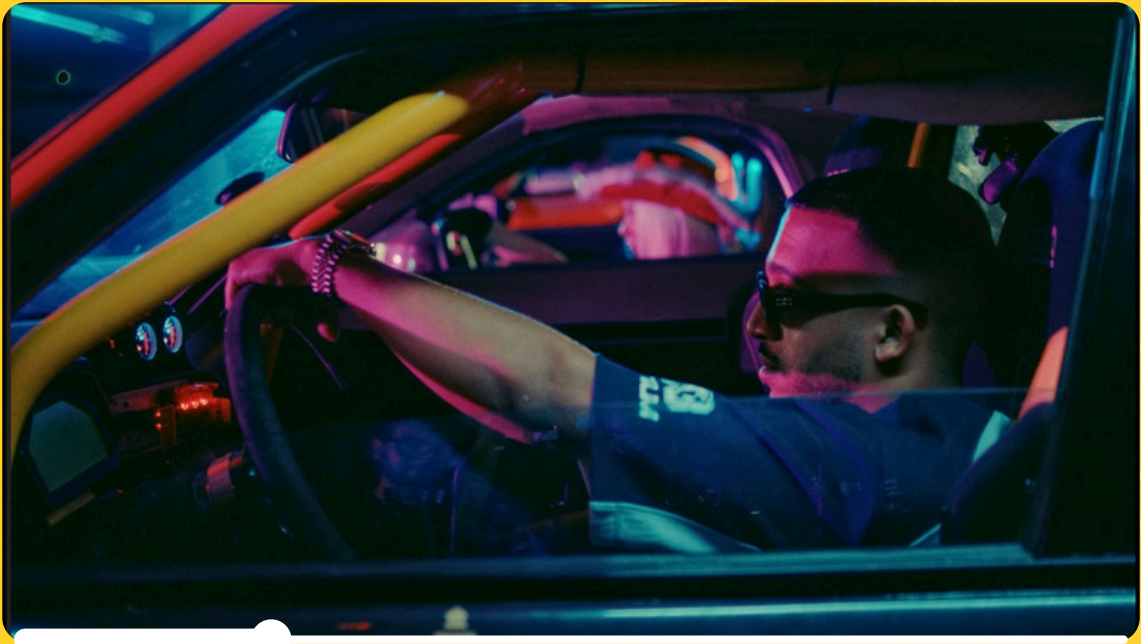
واكتسب الراحل محبة كبيرة لدى المتابعين من خلال ظهوره في عدد من المقاطع الكوميدية إلى جانب نجله، حيث تميز بعفويته وروحه المرحة وحضوره البسيط

[اقرأ المزيد](#)



هبة الاسبوع

7ARI - AGOGO



@lodjmaroc



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.



By Lodj

السلوك
المدني

الانخراط

القيم
الخمس

لهديجي ميديا

المشاركة

المواطنة

التطوع

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.

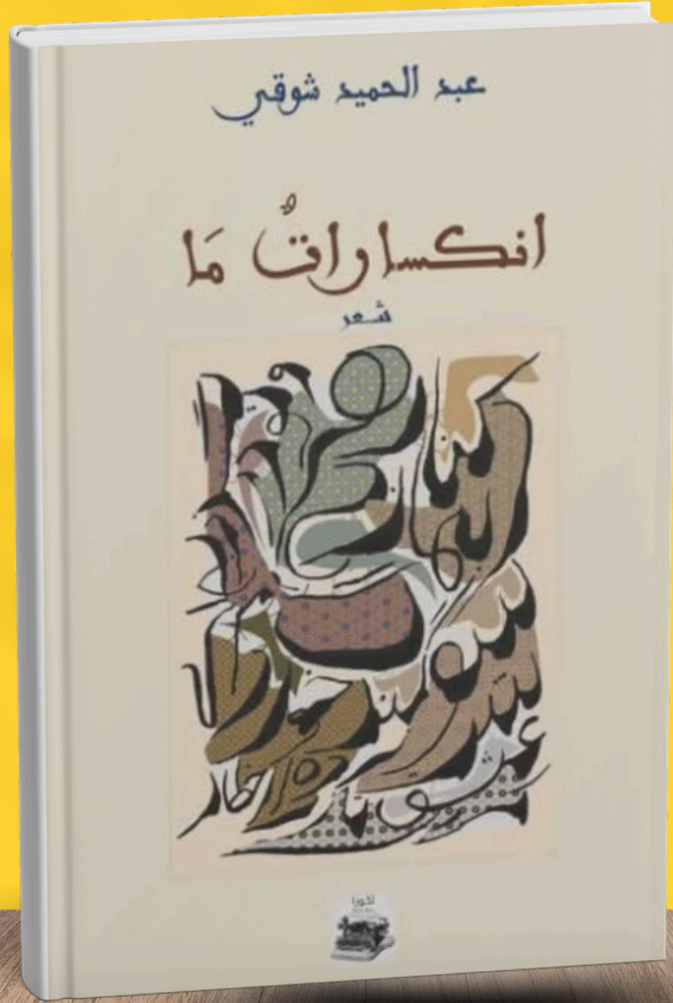
هذا النوع من المواقف يفتح الباب أمام تساؤلات عديدة حول الأسباب النفسية

[اقرأ المزيد](#)



كتاب الأسبوع

انكسارات ما



عبد الحميد شوقي

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.



By Lodj

BILAN SOCIAL MEDIA

1ER TRIMESTRE 2026

+100 MILLIONS
DE PERSONNES TOUCHÉES



INSTAGRAM

- 67,23 M VUES (+378,7%)
- 163 270 ABONNÉS (+13,9%)
- 942 000 INTERACTIONS



FACEBOOK

- 34,8 M VUES (+53,4%)
- 418 819 ABONNÉS
- 127,1K INTERACTIONS



YOUTUBE

- 3,5 M VUES
- 1,19 M ABONNÉS



TIKTOK

- 1,4 M VUES (-40,2%)
- 172 700 ABONNÉS

**INSTAGRAM EXPLODE, FACEBOOK CONSOLIDE,
TIKTOK FLÉCHIT, YOUTUBE STABLE.**

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 ماغdalena 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.



انسحابية الاسبوع

الدار البيضاء.. سرقة محل للملابس الرياضية
بقيمة 10 ملايين تزامنا مع مباراة المغرب وكندا



مهنة الطب في المغرب بين استقلالية القرار وتحديات المرحلة الإصلاحية

أعاد مشروع إصلاح القانون المنظم للهيئة الوطنية للأطباء والمجالس الجهوية للأطباء فتح نقاش واسع داخل الأوساط الطبية، بعدما أثار تساؤلات متزايدة حول مستقبل استقلالية المهنة وطبيعة العلاقة التي ستربطها بمؤسسات الدولة في المرحلة المقبلة.

ويرى عدد كبير من الأطباء أن الصيغة الجديدة للمشروع توحى بتعزيز حضور الدولة في تدبير الشأن المهني، بما قد يقلص من هامش الاستقلالية الذي ظل، عبر التاريخ، أحد أهم المقومات التي تقوم عليها ممارسة الطب، باعتباره مهنة ترتبط قبل كل شيء بمصلحة المريض وبالالتزام بالأخلاقيات والمعايير العلمية.

وتأتي هذه المخاوف في ظرفية دقيقة، تزامنت مع ما رافق تجديد عدد من الهياكل النقابية من نقاشات وانتقادات، كشفت عن مشهد نقابي يعاني التشتت وضعف التنسيق، وهو ما يجعل الجسم الطبي أقل قدرة على الدفاع عن قضاياها في مواجهة التحولات الكبرى التي يعرفها القطاع.

ولم يكن استقلال الأطباء عن السلطة السياسية، في مختلف التجارب الدولية، امتيازاً مهنيّاً بقدر ما كان ضماناً لحماية المريض وضون جودة الخدمات الصحية. فاستقلالية القرار الطبي تسمح للطبيب بأن يمارس مهامه وفق ما تمليه المعرفة العلمية وأخلاقيات المهنة، بعيداً عن أي اعتبارات إدارية أو سياسية قد تؤثر في خياراته العلاجية.

وفي الأنظمة الديمقراطية، تقوم الهيئات المهنية بدور مستقل يتمثل في حماية أخلاقيات المهنة والسهر على احترام قواعدها، بينما تصطلع النقابات بالدفاع عن الحقوق المهنية والاجتماعية والاقتصادية للأطباء. ويعد هذا التوزيع الواضح للاختصاصات أحد أهم عناصر التوازن داخل المنظومة الصحية، لأنه يضمن وجود مؤسسات رقابية مستقلة إلى جانب تمثيلية نقابية قادرة على التفاوض والحوار مع السلطات العمومية.



وعندما يختل هذا التوازن، تصبح الإدارة الفاعل الأكثر حضوراً في تدبير شؤون المهنة، بينما تتراجع قدرة الأطباء على التأثير في القرارات التي تمس مستقبلهم المهني. فالمجالس المهنية، مهما كانت مكانتها، تبقى معنية أساساً بالجوانب التنظيمية والأخلاقية والتأديبية، في حين تظل ملفات الأجور، وظروف العمل، والحماية الاجتماعية، وحرية ممارسة المهنة، من صميم اختصاص التنظيمات النقابية.

ومن هنا تبرز الحاجة إلى نقابات قوية وذات مصداقية، تستند إلى تمثيلية واسعة واستقلال مالي وخبرة قانونية وتقنية، بما يمكنها من تقديم مقترحات عملية، وخوض حوار مؤسساتي متوازن مع الدولة، والدفاع عن مصالح الأطباء بكفاءة ومسؤولية. أما النقابات التي تفتقر إلى التمثيلية أو الإمكانيات أو الرؤية، فإنها تفقد تدريجياً قدرتها على التأثير، في الوقت الذي تشكل فيه التنظيمات النقابية الموحدة والقوية شريكاً أساسياً في إنجاح الإصلاحات، من خلال المساهمة في بلورة السياسات العمومية، لا عبر منطلق المواجهة، وإنما في إطار التشاور والتعاون

[اقرأ المزيد](#)

LODJ

خليفة JEUNIE



www.lodj.ma



SCAN ME

SUIVEZ L'ACTUALITÉ DE L'OPINION DES JEUNES

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

هل يسبب الباراسيتامول أثناء الحمل "تأنيث" الأجنة الذكور؟ خبراء يفندون شائعة انتشرت على مواقع التواصل

أثارت مزاعم انتشرت على منصات التواصل الاجتماعي، وروجت لها إحدى المؤثرات، حالة من الجدل والقلق بين النساء الحوامل، بعد الادعاء بأن تناول الباراسيتامول – المعروف تجاريًا باسم "دوليبران" في بعض الدول – خلال فترة الحمل قد يؤدي إلى "تأنيث" الأجنة الذكور أو يؤثر في ميولهم الجنسية مستقبلاً.

غير أن مختصين في الصحة والباحثين يؤكدون أن هذه الادعاءات لا تستند إلى أي دليل علمي مباشر، محذرين من خطورة تداول المعلومات الطبية المضلّة،

[اقرأ المزيد](#)



مع ارتفاع درجات الحرارة.. وزارة الصحة توصي بتجنب التعرض للشمس

في ظل الارتفاع الكبير الذي تشهده درجات الحرارة بعدد من مناطق المملكة، جددت وزارة الصحة والحماية الاجتماعية تحذيراتها للمواطنين، داعية إلى اتخاذ الاحتياطات الضرورية لتفادي المخاطر الصحية المرتبطة بموجات الحر، خاصة بالنسبة للفئات الأكثر هشاشة.

وأكدت الوزارة أن الأطفال والمسنين والنساء الحوامل، إلى جانب المصابين بالأمراض المزمنة والأشخاص الذين يشتغلون تحت أشعة الشمس أو في الفضاءات

[اقرأ المزيد](#)

دراسة: الصيام المتقطع يساعد على الحفاظ على فقدان الوزن لمدة عام كامل

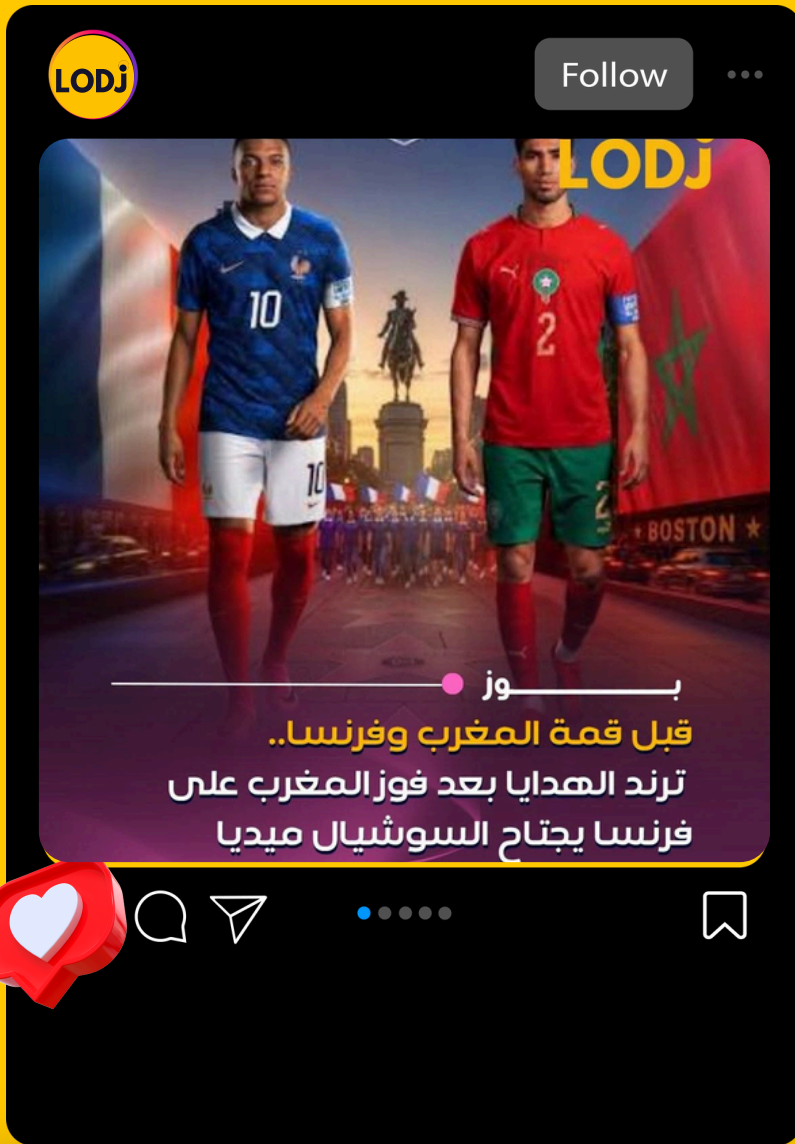
كشفت دراسة علمية حديثة أن الصيام المتقطع لا يقتصر دوره على المساعدة في إنقاص الوزن خلال فترة قصيرة، بل قد يسهم أيضاً في الحفاظ على هذا الوزن المفقود لمدة تصل إلى عام، ما يعزز مكانته كأحد الأنظمة الغذائية الفعالة للأشخاص الذين يعانون من زيادة الوزن أو السمنة.

ونُشرت نتائج الدراسة في مجلة Clinical Nutrition، حيث تابع باحثون من جامعة غرناطة الإسبانية تأثير الصيام المتقطع على مجموعة من البالغين، بهدف تقييم مدى استدامة نتائجه

[اقرأ المزيد](#)



انتشر على مواقع التواصل الاجتماعي ترند جديد، بعدما أعلنت شركات ومقاولات وماركات مغربية وأجنبية عن عروض وهدايا وتخفيضات استثنائية، في حال تفوق المنتخب المغربي على نظيره الفرنسي.



ترند الهدايا

عصير الطماطم... مشروب صحي غني بمضادات الأكسدة وفوائده تتجاوز التوقعات

رغم أن عصير الطماطم غالبًا ما يُنظر إليه على أنه مجرد مشروب يُقدم إلى جانب المقبلات، إلا أن خبراء التغذية يؤكدون أنه يُعد من أكثر المشروبات الصحية قيمة من الناحية الغذائية، بفضل احتوائه على مجموعة من العناصر الأساسية التي تدعم صحة الجسم، شريطة اختيار الأنواع الطبيعية الخالية من الإضافات غير الضرورية، وعلى رأسها الملح.

ويتميز عصير الطماطم بانخفاض محتواه من السعرات الحرارية والسكريات مقارنة بمعظم عصائر الفواكه، إذ لا يحتوي سوى على كميات محدودة من السكر، مما يجعله خيارًا مناسبًا للأشخاص الذين يسعون إلى اتباع نظام غذائي متوازن أو الحد من استهلاك السكريات.



دراسة: ارتفاع سكر الدم قد يسرّع شيخوخة الدماغ ويزيد خطر الأمراض العصبية

كشفت دراسة علمية حديثة أجراها باحثون في الصين أن ارتفاع مستويات السكر في الدم قد يكون أحد العوامل المرتبطة بتسارع شيخوخة الدماغ، الأمر الذي قد يزيد من خطر الإصابة بعدد من الاضطرابات العصبية، من بينها الخرف ومرض ألزهايمر ومرض باركنسون.

ونُشرت نتائج الدراسة في مجلة Molecular Psychiatry، حيث سعى الباحثون إلى فهم العلاقة بين عمليات التمثيل الغذائي ووتيرة شيخوخة الدماغ، في ظل تزايد الاهتمام بالعوامل التي تؤثر في صحة الجهاز العصبي مع التقدم في العمر.



تتصدر جبنتا الفيتا والموزاريلا قائمة المكونات الأكثر حضورًا في السلطات الصيفية، بفضل مذاقهما المميز وسهولة دمجهما مع الخضروات الطازجة. ورغم شعبيتهما الواسعة، يتساءل كثيرون عن الخيار الأكثر فائدة من الناحية الصحية والغذائية، خاصة لمن يتبعون نظامًا غذائيًا متوازنًا.

ويؤكد خبراء التغذية أن كلا النوعين يوفران عناصر غذائية مهمة، إلا أن لكل منهما خصائص مختلفة تجعل الاختيار بينهما مرتبطًا بالأهداف الصحية لكل شخص. تعد جبنة الفيتا من أشهر الأجبان اليونانية التقليدية، وتحظى بحماية المنشأ داخل الاتحاد الأوروبي، حيث تُصنع أساسًا من حليب الأغنام، مع إمكانية إضافة نسبة محدودة من حليب الماعز، كما تخضع لفترة تعتيق لا تقل عن شهرين.

الفيتا أم الموزاريلا؟ أيهما الخيار الأفضل لصحة الجسم؟



فيديو الأسبوع



حزب الاستقلال يستقبل منخرطيه الشباب بالرباط تحت شعار صناعة التغيير



رغم أن ألواح التقطيع تعد من أكثر الأدوات استخدامًا في المطبخ، إلا أن خبراء السلامة الغذائية يحذرون من أنها قد تتحول إلى مصدر رئيسي لانتقال البكتيريا والفيروسات بين الأطعمة إذا لم تُنظف وتُعقم بالشكل الصحيح، مما يرفع من خطر الإصابة بالتسممات الغذائية.

وتشير تقديرات صحية إلى أن التلوث المتبادل بين الأغذية يُعد أحد أبرز أسباب العدوى المنقولة عبر الطعام، حيث تنتقل الكائنات الدقيقة من الأغذية النيئة إلى الأطعمة الجاهزة للأكل من خلال الأسطح أو الأدوات الملوثة، وعلى رأسها ألواح التقطيع. يوضح المختصون أن المشكلة تبدأ عندما تُستخدم لوحة التقطيع نفسها لتحضير أصناف مختلفة من الأغذية.

ألواح التقطيع في المطبخ... خطر خفي قد يزيد من حالات التسمم الغذائي



هل يضعف الكافيين صحة العظام؟.. ما الذي تقوله الدراسات الحديثة؟

لطالما ارتبط الكافيين، الموجود في القهوة والشاي ومشروبات الطاقة، باعتقادات تفيد بأنه يضر بصحة العظام ويزيد من خطر الإصابة بهشاشة العظام. غير أن الأبحاث العلمية الحديثة تقدم صورة أكثر توازنًا، إذ تشير إلى أن تأثير الكافيين على الهيكل العظمي يبقى محدودًا لدى معظم الأشخاص، خاصة إذا كانوا يتبعون نظامًا غذائيًا متوازنًا وغنيًا بالكالسيوم. ويؤكد المختصون أن العظام نسيج حي يتجدد باستمرار من خلال عملية دقيقة تتوازن فيها عملية بناء العظم مع عملية هدمه.

لماذا يصعب أحيانًا قراءة وصفات الأطباء؟ خبراء يفسرون الظاهرة

لطالما ارتبطت مهنة الطب بصورة نمطية شائعة، تتمثل في صعوبة قراءة خط الأطباء، حتى أصبح الأمر مادة للتندر بين الناس ومصدرًا للحيرة لدى المرضى عند تسلم الوصفات الطبية. غير أن المختصين يؤكدون أن هذه الظاهرة لا تعكس بالضرورة الإهمال أو قلة الدقة، بل ترتبط بطبيعة العمل الطبي والضغوط التي يفرضها. وتوضح خبيرة في تحليل الخطوط أن كتابة الأطباء تختلف من شخص إلى آخر، فهناك من يحافظ على خط واضح ومنظم، بينما يلجأ آخرون إلى كتابة سريعة ومختصرة يصعب على غير المختصين فهمها. ويرجع ذلك إلى أن الكتابة تتأثر بالظروف المهنية وسرعة التفكير، وليست مجرد عملية رسم للحروف.





By Lodj



انضم إلى قناتنا
على واتساب

لتبقى على اطلاع بأحدث الأخبار !



www.lodj.ma

الرباط تستعد لاحتضان الدورة الـ 41 لأسبوع الفرس بمشاركة نخبة فرسان المملكة

تستعد العاصمة الرباط لاحتضان الدورة الحادية والأربعين من أسبوع الفرس، الذي يعد أبرز موعد سنوي لعشاق رياضة الفروسية بالمغرب، وذلك خلال الفترة الممتدة من 12 إلى 19 يوليوز 2026، بحلبة دار السلام، تحت إشراف الجامعة الملكية المغربية للفروسية.

وتقام هذه التظاهرة الرياضية الكبرى تحت الرعاية السامية لصاحب الجلالة الملك محمد السادس، حيث ستجمع نخبة الفرسان والخيول من مختلف جهات المملكة للتنافس على ألقاب بطولات المغرب لسنة 2026 في اختصاصي القفز على الحواجز والترويض، في أجواء رياضية ينتظر أن تعرف مستوى تقنيا عاليا ومنافسة قوية بين أبرز الأسماء الوطنية.

ووفق بلاغ صادر عن الجامعة الملكية المغربية للفروسية، فإن نسخة هذه السنة ستعرف مشاركة حوالي 400 فارس وفارسة يمثلون مختلف الأندية الوطنية والفئات العمرية، في تأكيد جديد على المكانة التي بات يحتلها أسبوع الفرس باعتباره المحطة الأهم في الموسم الرياضي للفروسية بالمغرب، وفضاء لاكتشاف المواهب الصاعدة إلى جانب تألق الأبطال المخضرمين.

وسيكون الجمهور على موعد مع ست أمسيات ليلية، تتيح متابعة المنافسات في أجواء احتفالية مميزة، حيث تحرص اللجنة المنظمة على الجمع بين الجانب الرياضي والتنظيم الاحترافي، بما يعزز إشعاع هذه التظاهرة ويمنح عشاق الفروسية فرصة الاستمتاع بعروض تنافسية رفيعة المستوى.



وستبلغ المنافسات ذروتها يوم الأحد 19 يوليوز، الذي سيشهد إجراء أبرز محطات البطولة، وفي مقدمتها جائزة صاحب السمو الملكي ولي العهد الأمير مولاي الحسن، الخاصة بنهاية بطولة المغرب لفئة أقل من 13 سنة، والتي تمثل محطة مهمة لاكتشاف الجيل الجديد من فرسان المستقبل.

كما سيعرف اليوم الختامي تنظيم الجائزة الكبرى لصاحب الجلالة الملك محمد السادس، وهي أرفع مسابقات أسبوع الفرس، وتعد الحدث الأبرز في برنامج التظاهرة، حيث تجمع أفضل الفرسان والخيول المتأهلة لخوض نهائي بطولة المغرب لفئة الكبار، قبل تتويج أفضل ثنائي (فارس وفرس) على الصعيد الوطني.

ويؤكد تنظيم الدورة الـ 41 لأسبوع الفرس استمرار الجهود الرامية إلى تطوير رياضة الفروسية بالمغرب، وتعزيز حضورها على الساحة الوطنية والدولية، من خلال توفير فضاء تنافسي يرسخ ثقافة التميز الرياضي، ويساهم في صقل مواهب الفرسان وتشجيع الأجيال الصاعدة على ممارسة هذه الرياضة العريقة، التي تشكل جزءا أصيلا من التراث والهوية المغربية.

حديث الاسبوع



المغرب الفاسي بطل المغرب بعد 41 سنة...

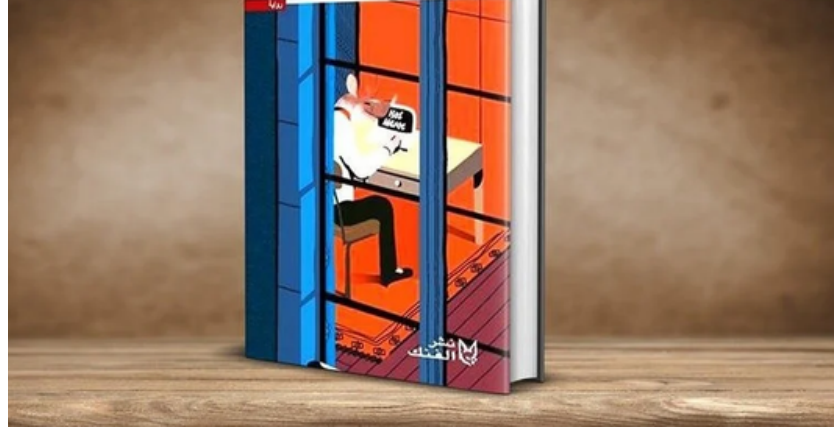
تتويج "العاص" بلقب البطولة الاحترافية لموسم 2025-2026 ما كانش غير مفاجأة رياضية، بل نتيجة مشروع خدم بهدوء: حكمة، استقرار إداري، انضباط مالي، وانتدابات ذكية بلا ضجيج. الفريق رجع من سنوات المعاناة والأزمات، وبنى مؤسسة قبل ما يبني تشكيلة.

ياسين عدنان ينافس على جائزة بيزا الإيطالية للترجمة الأدبية

بلغت الترجمة الإيطالية لرواية "هوت ماروك" للكاتب المغربي ياسين عدنان القائمة القصيرة للدورة السادسة من جائزة بيزا للترجمة الأدبية (Pisa Book Translation Awards)، التي يمنحها مهرجان بيزا للكتاب للأعمال المترجمة إلى اللغة الإيطالية، تكريماً لأفضل الترجمات الأدبية الصادرة خلال العام.

وضمنت القائمة القصيرة، إلى جانب "هوت ماروك" التي ترجمها الإيطالي أنطونينو ديسبوزيتو، رواية "مدينة الأشباح"

[اقرأ المزيد](#)



"سحر الهجوع" يتوج بالذهب في جوائز Telly Awards الأمريكية

حقق الإعلامي المغربي محمد حفيضي والمخرج عبد الإله موجاني إنجازاً دولياً جديداً، بعد فوز فيلمهما الوثائقي "سحر الهجوع" بالجائزة الذهبية (Gold Winner) ضمن جوائز Telly Awards، إحدى أبرز المسابقات العالمية المتخصصة في تكريم الإنتاجات التلفزيونية والوثائقية والرقمية، والتي تُنظم سنوياً في الولايات المتحدة الأمريكية منذ عام 1979.

ويُعد هذا التتويج محطة جديدة في مسار الثنائي المغربي، بعدما سبق لهما الفوز بالجائزتين

[اقرأ المزيد](#)

المهرجان الوطني للفنون الشعبية بمراكش يحتفي بتلاقي الإيقاعات المغربية والإفريقية في سهرة تراثية مميزة

شهدت مدينة مراكش، مساء الأحد، واحدة من أبرز سهرات الدورة الخامسة والخمسين للمهرجان الوطني للفنون الشعبية، حيث احتضنت ساحة قصر البلدية أمسية فنية استثنائية جسدت عمق الروابط الثقافية بين المغرب وامتداده الإفريقي، من خلال عروض موسيقية واستعراضية احتفت بتنوع الموروث اللامادي للمملكة وتلاقحه مع الفنون الإفريقية. واستقطبت السهرة جمهوراً غفيراً من المغاربة والسياح الأجانب الذين توافدوا لمتابعة هذا الموعد الفني العريق، الذي يعد من أبرز التظاهرات الثقافية بالمغرب،

[اقرأ المزيد](#)



شخصية الأسبوع

ياسين بونو..
رجل مباراة المغرب
و فرنسا بامتياز



جازابلانكا يحتفي بالموسيقى الإفريقية المعاصرة مع نايكا وأوكسليد

احتضنت منصة كازا أنفا، مساء الأحد 5 يوليوز 2026، أمسية فنية مميزة ضمن فعاليات الدورة التاسعة عشرة من مهرجان جازابلانكا، جمعت بين اثنين من أبرز نجوم الموسيقى الإفريقية المعاصرة، هما أوكسليد (Oxlade) ونايكا (Naïka)، في عرض عكس تنوع المشهد الموسيقي العالمي وانفتاحه على الإيقاعات الإفريقية.

وافتح الفنان النيجيري أوكسليد السهرة بعرض حماسي، قدّم خلاله مجموعة من أشهر أعماله، من بينها "OFA" و"Piano" و"Arabambi"، مستعرضاً صوته المميز وأسلوبه الذي يمزج بين الأفروبيتس والإيقاعات المعاصرة، في أداء تفاعل معه الجمهور بشكل كبير.



نيويورك تستضيف "الزفاف الأسطوري" لتايلور سويفت وترافيس كيلسي

تستضيف مدينة نيويورك، اليوم الجمعة، الفعالية الرئيسية لاحتفالات زفاف نجمة البوب العالمية تايلور سويفت ولاعب كرة القدم الأمريكية ترافيس كيلسي، وفق ما أوردته وسائل إعلام محلية، وسط حضور واسع لعدد من المشاهير وشخصيات بارزة.

ويُقام الحفل في قاعة ماديسون سكوير غاردن، بالتزامن مع احتفالات الولايات المتحدة بالذكرى الـ250 للاستقلال، في ظل إجراءات أمنية مشددة وحظر شبه كامل على التغطية الإعلامية، لضمان خصوصية المناسبة. وكانت مراسم الاحتفال قد انطلقت مساء الخميس بحفل عشاء اقتصر على نحو 100 مدعو، فيما وصفت بعض وسائل الإعلام المختصة بالمشاهير المناسبة



"ميال" .. فيلم مغربي يحتفي بالتراث الصحراوي في عرضه ما قبل الأول

احتضنت قاعة سينما ميغاراما بمدينة الدار البيضاء، مساء الجمعة 3 يوليوز 2026، العرض ما قبل الأول للفيلم المغربي "ميال"، بحضور طاقم العمل وعدد من الفنانين والإعلاميين، في أجواء احتفالية أبرزت أحدث الإنتاجات السينمائية الوطنية.

ويجمع الفيلم نخبة من الممثلين المغاربة، من بينهم رفيق بوبكر وسعيد باي، تحت إدارة المخرج سعيد خلف، الذي اختار الصحراء المغربية فضاءً لأحداث العمل، بهدف تسليط الضوء على غنى التراث والثقافة الصحراوية.



By Lodj



**LA
WEB TV**

**100% digitale
100% Made in Morocco**

WWW.LODJ.MA



Scorpions تشعل أجواء الدار البيضاء بأمسية روك استثنائية

عاشت مدينة الدار البيضاء، مساء السبت، أجواءً استثنائية مع الحفل الذي أحيته فرقة الروك الألمانية الأسطورية Scorpions، ضمن فعاليات اليوم الثالث من مهرجان Jazzablanca، في سهرة امتزجت فيها الموسيقى باحتفالات المغاربة بالتأهل التاريخي للمنتخب الوطني إلى نصف نهائي كأس العالم 2026.

وتزامن الحفل مع الإنجاز غير المسبوق الذي حققه أسود الأطلس بعد تجاوزهم المنتخب الكندي، وهو ما أفضى على الأوسمة طابعاً احتفالياً خاصاً، وسط تفاعل جماهيري كبير.



منتدى فكري بسلا يسلط الضوء على الرؤية الملكية لتمكين المرأة وتعزيز العدالة المجالية

شكلت مكانة المرأة المغربية في ضوء التوجيهات الملكية السامية محور أشغال المنتدى الفكري السابع، الذي احتضنته مدينة سلا، بمبادرة من الجمعية المعتمدة لدى الاتحاد الوطني لنساء المغرب، تحت شعار "المرأة المغربية في الخطاب الملكية السامية.. جدية التمكين لتحقيق العدالة المجالية"، وذلك بمشاركة مسؤولين حكوميين، وأكاديميين، وخبراء وباحثين.

وأجمع المشاركون على أن الخطاب الملكية لصاحب الجلالة الملك محمد السادس أرسيت رؤية متكاملة للنهوض بأوضاع المرأة، تقوم على الانتقال من المقاربة الاجتماعية التقليدية.



اختار الفنان المغربي فريد غنام أن يعود إلى الساحة الفنية من بوابة الحماس الوطني، بعدما أطلق أحدث أعماله الغنائية بعنوان "ديما مغرب"، تزامناً مع مشاركة المنتخب المغربي في نهائيات كأس العالم 2026، في خطوة فنية تحمل الكثير من مشاعر الدعم والفخر بـ"أسود الأطلس".

الأغنية، التي جرى طرحها مساء الأربعاء عبر مختلف المنصات الرقمية، جاءت بروح احتفالية وإيقاعات سريعة تستحضر أجواء الملاعب وحماس الجماهير المغربية، حيث سعى غنام من خلالها إلى مواكبة الزخم الجماهيري الكبير الذي يرافق مشوار المنتخب الوطني في المونديال. وشكل هذا العمل ثمرة تعاون بين فريد غنام والفنان سهيل السريغيني، إذ تقاسما كتابة الكلمات، بينما تكفل السريغيني أيضاً بتلحين الأغنية وصياغة طابعها الموسيقي، الذي يمزج بين الإيقاعات المغربية الحديثة والنفس التشجيبي المرتبط بالأغاني الرياضية.

بعد ثلاث سنوات
من الصمت.. فريد
غنام يشعل أجواء
المونديال بأغنية
"ديما مغرب"



صخرة الاسبوع

نهاية مشوار أسود الأطلس



المغرب يطلق إصلاحاً شاملاً لمنظومته الإحصائية ويعزز صلاحيات المندوبية السامية للتخطيط

صادق مجلس الحكومة على مشروع القانون رقم 46.26 و47.26، في خطوة تشكل منعطفاً مهماً في مسار تحديث المنظومة الإحصائية الوطنية، من خلال إرساء إطار قانوني ومؤسساتي جديد يهدف إلى تعزيز جودة المعطيات الرسمية، وترسيخ مبادئ الشفافية والاستقلالية، وتطوير آليات تقييم السياسات العمومية بما ينسجم مع أهداف النموذج التنموي الجديد.

ويأتي هذا الإصلاح، الذي طال انتظاره منذ سنوات، استجابة للحاجة إلى ملاءمة النظام الإحصائي المغربي مع المعايير الدولية الحديثة في مجال إنتاج البيانات وتبويبها، بما يجعلها أكثر دقة وموثوقية وقادرة على دعم عملية اتخاذ القرار ورسم السياسات العمومية.

إطار قانوني جديد لتنظيم الإحصاء العمومي ويؤسس مشروع القانون رقم 46.26 لقاعدة قانونية جديدة تنظم عمل المنظومة الإحصائية الوطنية، حيث أصبحت جميع الإدارات والمؤسسات والمقاولات العمومية التي تنتج بيانات رسمية تُصنف ضمن "السلطات الإحصائية"، على أن يتم تحديد قائمتها بمرسوم، بناءً على اقتراح المجلس الوطني للمعلومات الإحصائية.

ويلزم النص الجديد مختلف هذه الهيئات باحترام مجموعة من المبادئ الأساسية أثناء جمع البيانات وإنتاجها ونشرها، من بينها الاستقلالية المهنية، والحياد، والموضوعية، والشفافية، والموثوقية، وحماية السر الإحصائي، بما يعزز ثقة المواطنين والباحثين وصناع القرار في المؤشرات الرسمية.



إحداث مجلس وطني للمعلومات الإحصائية

ومن أبرز مستجدات الإصلاح إحداث المجلس الوطني للمعلومات الإحصائية باعتباره مؤسسة دستورية تتمتع بالشخصية الاعتبارية والاستقلال المالي والإداري، ستتولى الإشراف على حسن سير المنظومة الإحصائية الوطنية.

وسيعهد إلى المجلس بمراقبة مدى احترام المبادئ الأساسية للإحصاء الرسمي، وتحسين جودة البيانات، وتعزيز التنسيق بين مختلف الجهات المنتجة للمعلومات الإحصائية.

كما سيتولى رئيس المجلس رفع تقرير سنوي إلى جلالة الملك، مع إحالته على رئيس الحكومة ورئيسي مجلسي البرلمان، بما يرسخ آليات التتبع المؤسساتي ويعزز الرقابة على أداء المنظومة الإحصائية الوطنية.

اقرأ المزيد

By Lodj

فوليو عليك

الخبر علينا..

تابعونا لتغطية
إخبارية موثوقة
ومستمرة.



lodjmarocofficiel

المكتب الوطني للكهرباء والماء الصالح للشرب يطلق مشروع محطة "المنزل" لتخزين الطاقة بقدرة 362 ميغاواط

أعلن المكتب الوطني للكهرباء والماء الصالح للشرب (ONEE)، يوم 7 يوليوز 2026، عن إطلاق طلب عروض دولي لإنجاز محطة "المنزل" لنقل وتخزين الطاقة عبر الضخ (STEP)، بقدرة إنتاجية تبلغ 362 ميغاواط، في خطوة تندرج ضمن الاستراتيجية الوطنية الرامية إلى تعزيز منظومة الطاقة وتسريع الانتقال نحو الطاقات المتجددة.

ويأتي هذا المشروع تنفيذاً للتوجيهات الاستراتيجية الرامية إلى تحديث المنظومة الكهربائية الوطنية،



[اقرأ المزيد](#)

الدار البيضاء تحتضن ثلاثة معارض دولية كبرى لتعزيز الابتكار الصناعي والاقتصاد الأخضر

تستعد مدينة الدار البيضاء لاحتضان ثلاثة من أبرز التظاهرات الدولية المتخصصة في صناعات البلاستيك والتغليف وإعادة التدوير، وذلك خلال الفترة الممتدة من 8 إلى 11 يوليوز 2026، في محطة تعكس الدينامية المتواصلة التي يشهدها القطاع الصناعي المغربي، وتؤكد مكانة المملكة كمنصة إقليمية للابتكار والاستثمار الصناعي بإفريقيا.

وتُنظّم هذه الفعاليات، تحت الرعاية السامية لصاحب الجلالة الملك محمد السادس، من طرف الفيدرالية المغربية لصناعة البلاستيك،

[اقرأ المزيد](#)



القرض الفلاحي للمغرب و"فيزا" يوقعان شراكة استراتيجية لتسريع التحول الرقمي في منظومة الأداء

وقع القرض الفلاحي للمغرب وشركة Visa العالمية، يوم الثلاثاء 7 يوليوز، اتفاقية شراكة استراتيجية طويلة الأمد، تروم تسريع وتيرة التحول الرقمي لمنظومة الأداء بالمملكة، وتعزيز الابتكار في الخدمات المالية، بما يستجيب لتطور احتياجات الأفراد والمقاولات في مجال المعاملات الإلكترونية.

وجرت مراسم التوقيع بحضور رئيس مجلس إدارة مجموعة القرض الفلاحي للمغرب، محمد فكريت،

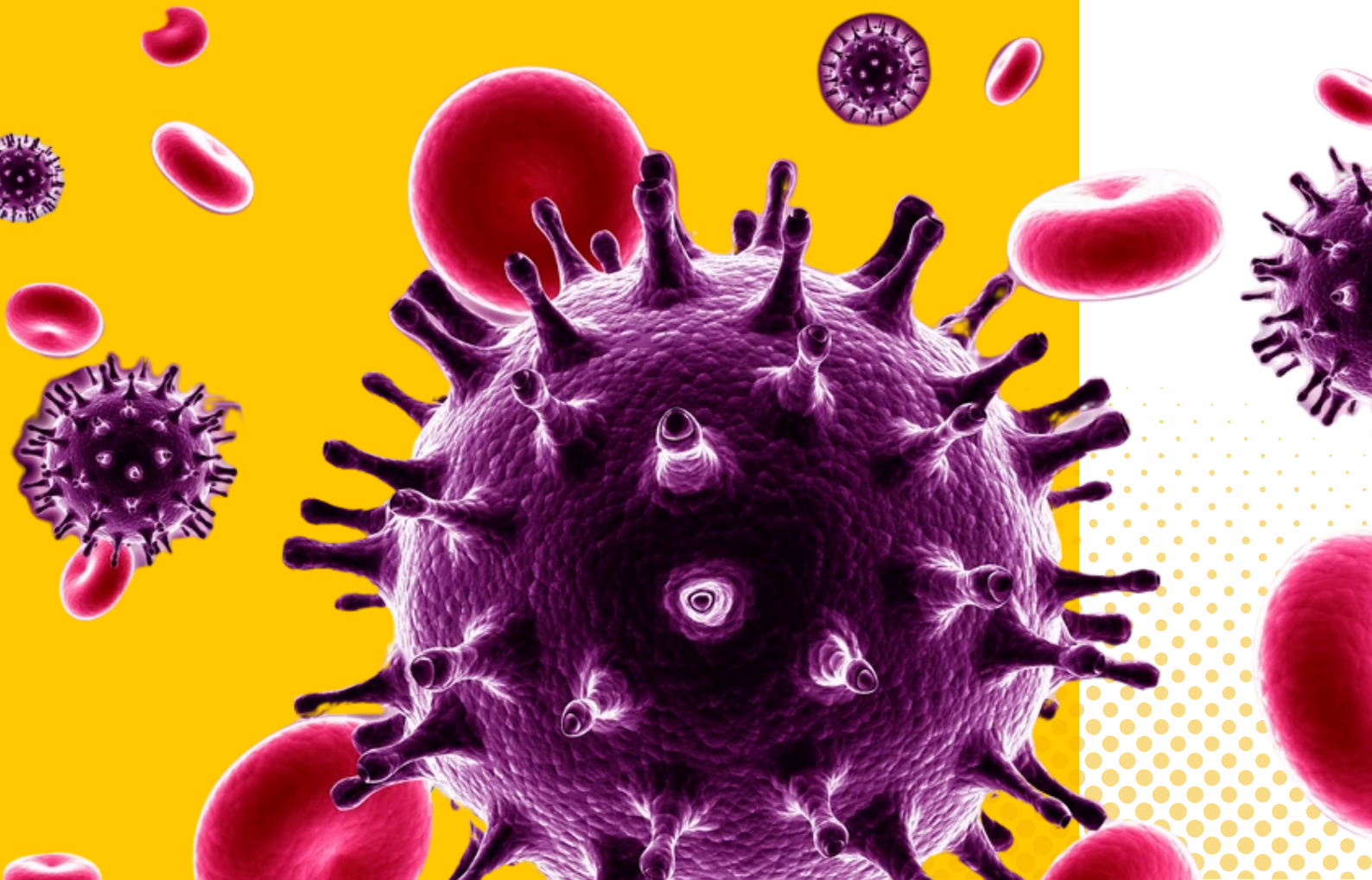
[اقرأ المزيد](#)



« فيروس نقص المناعة البشرية يصيب ما يصل إلى 87.1% من متعاطي المخدرات بالحقن في إفريقيا »

تكشف بيانات مفصلة وردت في التقرير العالمي للمخدرات الصادر عن الأمم المتحدة عن تفاوتات كبيرة في معدلات انتشار فيروس نقص المناعة البشرية (VIH) بين متعاطي المخدرات عن طريق الحقن في مختلف أنحاء القارة الإفريقية، حيث تتراوح النسب بين أكثر من 87% في بعض البلدان ونحو 1% فقط في بلدان أخرى، ما يعكس اختلافًا واضحًا في الوضع الوبائي بين الأقاليم.

تقرير



اندماج "سانلام المغرب" و "أليانز المغرب" يدخل حيز التنفيذ ويؤسس لرابع أكبر فاعل في سوق التأمين

دخل الاندماج بين شركتي سانلام المغرب وأليانز المغرب حيز التنفيذ رسمياً ابتداءً من 2 يوليو 2026، في خطوة استراتيجية تؤسس لمرحلة جديدة في قطاع التأمين بالمملكة، من خلال توحيد أنشطة الشركتين وتعزيز حضورهما في السوق الوطنية، انسجاماً مع استراتيجية التقارب التي تنهجها مجموعتا Allianz و Sanlam على المستوى الإفريقي. وجرى الإعلان عن هذا التطور خلال ندوة صحفية احتضنتها مدينة الدار البيضاء، حيث أوضحت الشركتان أن العملية تمت وفق صيغة الاندماج بالامتصاص، إذ قامت "سانلام المغرب" بامتصاص "أليانز المغرب"، بهدف بناء كيان أكثر قوة وتنافسية في سوق التأمين المغربي.



مجلس المنافسة: لا تعديل مرتقب لآلية تسعير المحروقات قبل استقرار الأوضاع الدولية

أكد مجلس المنافسة أن أي مراجعة لآلية تحديد أسعار المحروقات في المغرب ستظل مرتبطة بتطورات الأوضاع الجيوسياسية الدولية، خاصة في منطقة مضيق هرمز، مشيراً إلى أن الظروف الحالية لا تسمح بإدخال تغييرات على النظام المعمول به، في ظل استمرار حالة عدم اليقين المرتبطة بالتوترات في الشرق الأوسط.

وأوضح رئيس مجلس المنافسة، أحمد رحو، أن المؤسسة تفضل تأجيل أي إصلاح لآلية التسعير إلى حين استقرار الأوضاع الإقليمية والدولية، داعياً في المقابل شركات توزيع المحروقات إلى التفكير في بدائل يمكن اعتمادها مستقبلاً، بعد انقضاء الأزمة الحالية.

تعطل أكثر من 80 شاحنة مغربية بمعبر روصو بين موريتانيا والسنغال .. ومهنيون يحذرون من خسائر متزايدة

يواجه قطاع النقل الدولي المغربي تحدياً جديداً على مستوى المعبر الحدودي روصو الرابط بين موريتانيا والسنغال، حيث لا تزال أكثر من 80 شاحنة مغربية محملة بالبضائع عالقة منذ أيام، في ظل بطء إجراءات العبور، وهو ما ينذر بخسائر اقتصادية متزايدة ويهدد انسيابية المبادلات التجارية مع عدد من دول غرب إفريقيا. وأوضح النقابة العامة لمهنيي النقل الدولي والوطني أن هذا الوضع جاء بعد اضطرار الناقلين المغاربة إلى التخلي عن المسار التقليدي الذي يمر عبر مالي،





لودجي أنفو - بلاطفورم الشباب

جريدة الكترونية مغربية متجددة على مدار الساعة

سياسة، رياضة، ثقافة، ديجيتال، طوموبيلات
برامج ويب تيفي، بودكاست، روبورتاجات، مؤتمرات، كرونيكات..



www.lodj.info



SCAN ME!

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

كما يتم نشر أخبارنا يوميًا على Google News

@lodjmaroc



أزمة تضرب قطاع الفراولة بالمغرب .. الصادرات تتراجع إلى مستوى غير مسبوق



يشهد قطاع الفراولة المغربية أحد أصعب مواسمه خلال السنوات الأخيرة، بعدما سجلت صادراته من الفراولة الطازجة تراجعاً غير مسبوق، في ظل تراكم تحديات مناخية واقتصادية وهيكلية دفعت العديد من المنتجين إلى إعادة النظر في مستقبل هذا النشاط الزراعي والاتجاه نحو محاصيل أكثر مردودية وأظهرت بيانات نشرتها منصة "إيست فروت" أن المغرب صدر نحو 8700 طن فقط من الفراولة الطازجة بين أكتوبر 2025 وأبريل 2026، وهو ما يمثل انخفاضاً يقارب 50 في المائة مقارنة بالفترة نفسها من الموسم الماضي، ما يرجح أن يكون موسم 2025-2026 الأضعف في تاريخ صادرات الفراولة المغربية.

استثمار بـ 150 مليون درهم .. "بلاستيك باك المغرب" توسع قدراتها الصناعية بالرحامنة

عززت جهة مراكش آسفي جاذبيتها الصناعية بافتتاح شركة "بلاستيك باك المغرب" وحدة إنتاجية جديدة متخصصة في الحقن البلاستيكي بالمنطقة الصناعية سيدي بوعثمان بإقليم الرحامنة، باستثمار بلغت قيمته 150 مليون درهم، في مشروع يُرتقب أن يخلق 200 منصب شغل مباشر ويواكب تنامي الطلب على حلول التغليف البلاستيكي الموجهة لعدد من القطاعات الإنتاجية. ويهدف المشروع إلى رفع القدرات الصناعية للشركة وتوسيع نطاق منتجاتها، من خلال إنشاء ورشة إنتاج تمتد على مساحة 3000 متر مربع ومستودع للتخزين يناهز 7000 متر مربع، إلى جانب نقل تجهيزات الحقن الحالية وتعزيزها بخطوط إنتاج جديدة تعتمد تقنيات حديثة وتوفر منتجات ذات قيمة مضافة أعلى.

أزيد من مليار درهم لتسريع التنمية بإقليم خريبكة .. مشاريع مهيكلية لتعزيز الاستثمار وتحسين جودة الحياة

يشهد إقليم خريبكة انطلاقة مرحلة جديدة من مساره التنموي، عقب مصادقة مجلس جهة بني ملال-خنيفرة، خلال دورته العادية المنعقدة في 6 يوليوز 2026، على حزمة من اتفاقيات الشراكة بقيمة إجمالية تناهز 1.085 مليار درهم، في خطوة تروم تعزيز الجاذبية الاقتصادية للإقليم، وتطوير بنياته التحتية، والارتقاء بجودة الخدمات المقدمة للمواطنين. ويأتي هذا البرنامج الاستثماري ثمرة شراكة تجمع الدولة، ومجلس جهة بني ملال-خنيفرة،



برنامج الأسبوع

LODJ
ما وراء
الإعاقة
الحلقة الثانية
إعاقات الطفل..
لماذا يبدأ التشخيص السليم
بتقييم دقيق؟
مع: هدى سيكليس
مربية متخصصة باحثة في مجال
علم النفس الاجتماعي
الدمج مسؤولية... والتغيير يبدأ من الوعي

ما وراء الإعاقة : إعاقات الطفل..
التشخيص السليم يبدأ بتقييم دقيق



فيات تطلق سيارتها الكهربائية الصغيرة "توبولينو" في الولايات المتحدة لاستهداف التنقل داخل المجمعات السكنية

أعلنت شركة Fiat عن الإطلاق الرسمي لسيارتها الكهربائية الصغيرة Fiat Topolino في السوق الأمريكية، في خطوة تستهدف تعزيز حلول التنقل الحضري منخفض السرعة، من خلال مركبة مدمجة موجهة بالأساس للاستخدام داخل المنتجعات السياحية والمجمعات السكنية المغلقة.

وتراهن الشركة على أن تشكل "توبولينو" بديلاً عملياً وصديقاً للبيئة لعربات الغولف والمركبات المستخدمة في التنقل داخل الأحياء الخاصة، حيث صُممت لتلبية احتياجات التنقل لمسافات قصيرة مع التركيز على سهولة الاستخدام وانخفاض تكاليف التشغيل.

وتُعد السيارة أرخص مركبة جديدة تطرحها مجموعة Stellantis في الولايات المتحدة، إذ يبدأ سعرها من 13,995 دولاراً، ما يجعلها من بين الخيارات الاقتصادية في فئة المركبات الكهربائية الصغيرة.

وتعتمد "فيات توبولينو" على بطارية ليثيوم-أيون بسعة 5.4 كيلوواط/ساعة، توفر مدى قيادة يصل إلى نحو 74 كيلومتراً بالشحنة الواحدة، في حين تبلغ سرعتها القصوى 31 كيلومتراً في الساعة، وهي مواصفات تتناسب مع طبيعة الاستخدام داخل المناطق محدودة السرعة. كما تستغرق عملية شحن البطارية حوالي خمس ساعات باستخدام شاحن يعمل بالتيار المتردد بقدرة 2.3 كيلوواط.



وفي مرحلتها الأولى، ستستخدم السيارة داخل الممتلكات الخاصة في الولايات المتحدة، إلا أن الشركة تعتزم طرح حزمة تطوير قبل نهاية صيف 2026، تسمح برفع سرعتها القصوى إلى 40 كيلومتراً في الساعة، مع تأهيلها للسير على بعض الطرق التي لا يتجاوز الحد الأقصى للسرعة فيها 56 كيلومتراً في الساعة.

وتتضمن حزمة التحديث تجهيزات إضافية، من بينها مرآة رؤية خلفية، وكاميرا للرجوع إلى الخلف، ونظام لتنبيه المشاة، بما يعزز مستوى السلامة أثناء القيادة.

وتتميز السيارة بأبعادها المدمجة، إذ يبلغ طولها 2.52 متر، وعرضها 1.40 متر، وارتفاعها 1.55 متر، بينما لا يتجاوز وزنها 487 كيلوغراماً، ما يجعلها مناسبة للتنقل داخل المساحات الضيقة والمناطق الحضرية المحدودة. وتوفر فيات خيارين من هذا الطراز، يشملان النسخة القياسية ونسخة Topolino DolceVita المكشوفة، التي تتميز بسقف قماش قابل للفتح، وأبواب بتصميم يعتمد على الحبال، إضافة إلى تفاصيل تصميمية مستوحاة من أجواء الشواطئ والمدن الساحلية، بما يمنحها طابعاً يجمع بين العملية واللمسة الكلاسيكية.

اقرأ المزيد

جينيسيس تكشف عن GV70 موديل 2027 بتحديثات تركز على الراحة والتجهيزات أكثر من التصميم

أزاحت شركة Genesis الستار عن النسخة المحدثة من سيارتها الرياضية متعددة الاستخدامات Genesis GV70 موديل 2027، في إطار تحديثات منتصف العمر (Facelift)، إلا أن التغييرات جاءت محدودة وركزت بشكل أساسي على تحسينات هندسية وتجهيزية، مع الحفاظ على الهوية التصميمية التي حققت نجاحاً للطرز منذ إنطلاقه.

ورغم تصنيف الشركة للسيارة على أنها نسخة "فيس ليفت"، فإن المظهر الخارجي لم يشهد تعديلات جذرية، حيث احتفظت GV70 بخطوطها الأنيقة

[اقرأ المزيد](#)



باجاني تكشف عن Huayra 70 Derecho.. إصدار نادر يجمع بين الفخامة والأداء الخارق

أزاحت شركة Pagani الإيطالية الستار عن سيارتها الجديدة Pagani Huayra 70 Derecho، وهي نسخة رودستر مكشوفة تنتمي إلى سلسلة محدودة الإنتاج، أُطلقت احتفاءً بالذكرى السبعين لمؤسس العلامة، Pagani، في خطوة تؤكد استمرار الشركة في تقديم سيارات تجمع بين الحرفية العالية والأداء الاستثنائي.

وتعد السيارة الإصدار الثاني ضمن سلسلة Huayra 70، التي سيقصر إنتاجها على ثلاث نسخ فقط حول العالم، ما يجعلها واحدة من أكثر سيارات باجاني ندرة وحصرية.

[اقرأ المزيد](#)

إم جي تستعد لإطلاق السيدان الكهربائية MG 07 بعدى يصل إلى 840 كيلومتراً

تستعد شركة MG Motor لإطلاق سيارتها الجديدة MG 07 في فئة سيارات السيدان متوسطة الحجم، في خطوة تستهدف تعزيز حضورها في سوق المركبات الكهربائية، من خلال طراز يجمع بين المدى الطويل والتقنيات الذكية ومستويات عالية من التجهيزات، على أن يبدأ استقبال طلبات الشراء في 29 يوليو الجاري.

وكشفت الشركة عن الأسعار الأولية للطرز الجديد، حيث ستبدأ النسخة الكهربائية الأساسية بسعر يقل عن 150 ألف يوان صيني، أي ما يعادل نحو 22 ألف دولار أمريكي،

[اقرأ المزيد](#)



المغرب يطلق منصة eTrade.ma لتعزيز التجارة الإلكترونية ودعم صادرات المقاولات نحو الأسواق العالمية

في خطوة جديدة لتعزيز التحول الرقمي وتطوير منظومة التجارة الخارجية، أطلقت كتابة الدولة المكلفة بالتجارة الخارجية، من مدينة بن جدير، النسخة التجريبية لأول منصة وطنية للتجارة الإلكترونية الموجهة للتصدير "eTrade.ma"، وذلك بهدف تمكين المقاولات المغربية من الولوج إلى الأسواق الدولية، وتعزيز تنافسيتها عبر حلول رقمية مبتكرة تواكب التحولات المتسارعة في التجارة العالمية.

وجرى الإعلان عن المنصة خلال حفل رسمي احتضنته جامعة محمد السادس متعددة التخصصات التقنية (UM6P)، بحضور مسؤولين حكوميين وممثلي عدد من القطاعات الوزارية والمؤسسات الوطنية، إلى جانب مسؤولي الجامعة وممثلي مؤسسة المكتب الشريف للفوسفات (Fondation OCP) وشركاء المشروع.

وأكد كاتب الدولة المكلف بالتجارة الخارجية، في كلمة بالمناسبة، أن إطلاق المنصة يندرج ضمن برنامج التجارة الخارجية للفترة 2025-2027، ويجسد التوجهات السامية لصاحب الجلالة الملك محمد السادس، الرامية إلى جعل الرقمنة رافعة أساسية لتعزيز الاقتصاد الوطني، والرفع من تنافسية المقاولات المغربية، وتوسيع حضور الصادرات الوطنية في الأسواق العالمية.

وتعد eTrade.ma أول منصة مغربية مخصصة للتجارة الإلكترونية بين المقاولات (B2B) والموجهة حصرياً للتصدير، حيث توفر فضاءً رقمياً يسمح للشركات المغربية بإنشاء متاجر احترافية تعرض من خلالها منتجاتها، وشهادات المطابقة والجودة، وقدراتها الإنتاجية، بما يسهل التواصل مع المشتريين الدوليين، وإبرام شراكات تجارية بشكل أسرع وأكثر فعالية.



وقد تم تطوير المنصة وفق مقاربة تشاركية جمعت بين كتابة الدولة المكلفة بالتجارة الخارجية، وجامعة محمد السادس متعددة التخصصات التقنية، ومؤسسة المكتب الشريف للفوسفات، بهدف توفير حل رقمي يستجيب للاحتياجات الفعلية للمصدرين المغاربة. وتوفر المنصة مجموعة من الخدمات الرقمية الموجهة للمقاولات، من بينها دليل وطني للمصدرين، وفضاءات خاصة بالفيديرياليات المهنية، إلى جانب خدمات متخصصة، أبرزها خدمة إرسال عينات المنتجات إلى الخارج بشراكة مع مجموعة بريد المغرب، ما يتيح للمقاولات التعريف بمنتجاتها لدى العملاء الدوليين وتعزيز فرصها في لوج أسواق جديدة.

ويستهدف المشروع بشكل أساسي المقاولات الصغيرة جداً والصغرى والمتوسطة، إضافة إلى تعاونيات الاقتصاد الاجتماعي والتضامني، التي تمثل نحو 95 في المائة من النسيج الاقتصادي الوطني، من خلال مساعدتها على الانتقال من مرحلة البحث عن فرص التصدير إلى حضور فعلي ومستدام في الأسواق الدولية.

اقرأ المزيد

By Lodj

لويدكاند

الخبر
فوقتو



www.lodj.info

"أوبن إيه آي" تطرح سلسلة GPT-5.6 للعامة بعد انتهاء المرحلة التجريبية

أعلنت شركة "أوبن إيه آي" (OpenAI) عن الإطلاق الرسمي لسلسلة نماذجها الجديدة GPT-5.6، مؤكدة أنها ستصبح متاحة للمستخدمين حول العالم ابتداءً من يوم الخميس، بعد مرحلة تجريبية اقتصر على عدد محدود من الشركاء داخل الولايات المتحدة. وأوضحت الشركة، في بيان نشرته عبر منصة "إكس" (X)، أنها بدأت منح المستخدمين حول العالم وصولاً مبكراً إلى النماذج الجديدة، على أن يتم تعميم الإثابة تدريجياً، في خطوة تهدف إلى توسيع الاستفادة من أحدث تقنيات الذكاء الاصطناعي التي طورتها الشركة.

[اقرأ المزيد](#)



وثيقة قضائية تكشف وجود مُعرّف خفي في ويندوز يتتبع 1.4 مليار جهاز

كشفت وثيقة قضائية أمريكية، أفرج عنها هذا الأسبوع ضمن قضية تتعلق بالجرائم الإلكترونية، عن وجود مُعرّف فريد ومخفي داخل كل جهاز يعمل بنظام Windows، يتيح لشركة مايكروسوفت ربط الجهاز بنشاطه على الإنترنت، حتى في حال استخدام شبكة افتراضية خاصة (VPN).

ووفقاً لما أوردته الوثيقة، فإن هذا المُعرّف لا يمكن للمستخدم رؤيته أو تعطيله من خلال إعدادات النظام، كما أن استخدام خدمات إخفاء الهوية مثل VPN

[اقرأ المزيد](#)



التجارة الإلكترونية في فرنسا تحقق رقماً قياسياً باقترابها من 200 مليار يورو في عام واحد

واصلت التجارة الإلكترونية في فرنسا تسجيل نمو لافت، بعدما بلغت قيمة المشتريات المنجزة عبر الإنترنت نحو 200 مليار يورو خلال عام واحد، في مستوى غير مسبوق يعكس التحول المتسارع في عادات الاستهلاك وترسخ التسوق الرقمي كخيار رئيسي لدى المستهلكين.

ويؤكد هذا الأداء القوي المكانة المتنامية لقطاع التجارة الإلكترونية داخل الاقتصاد الفرنسي، مدفوعاً بتوسع استخدام المنصات الرقمية،

[اقرأ المزيد](#)



رحل إلى دار البقاء

وفاة والد اليوتيوبر المغربي خالد
الإديسي المعروف بـ"الضالة"

بيجو 408 فيس ليفت 2027 تصل إلى السوق المصري بتجهيزات متطورة وتصميم أكثر عصرية

أعلنت شركة مانسكو أوتوموتيف، الوكيل الحصري لعلامة بيجو في مصر والتابعة لمجموعة منصور، عن طرح سيارة بيجو 408 فيس ليفت 2027 في السوق المصري، لتواصل العلامة الفرنسية تعزيز حضورها في فئة السيارات متعددة الاستخدامات ذات الطابع الكوبيه، من خلال مزيج يجمع بين التصميم الرياضي والتكنولوجيا الحديثة ومستويات الأداء المتقدمة.

وتتوفر السيارة الجديدة بفئتين من التجهيزات، حيث يبدأ سعر الفئة الأولى من 1.89 مليون جنيه مصري، فيما يصل سعر الفئة الأعلى تجهيزاً إلى 2.2 مليون جنيه.



بي إم دبليو تكشف الجيل الجديد من X5 وأول نسخة كهربائية بالكامل X5i بثورة في التصميم والتكنولوجيا

كشفت شركة بي إم دبليو الألمانية عن الجيل الخامس والجديد كلياً من سيارتها الرياضية متعددة الاستخدامات X5، إلى جانب أول نسخة كهربائية بالكامل تحمل اسم X5i، في خطوة تعكس توجه الشركة نحو مستقبل يجمع بين الفخامة والابتكار والاستدامة. وبعد هذا الطراز أكبر تحديث تشهده السيارة منذ إطلاقها لأول مرة عام 1999، حيث يجمع بين لغة تصميم جديدة، وتقنيات رقمية متطورة، وخيارات متنوعة من أنظمة الدفع تلبى مختلف احتياجات العملاء. اعتمدت بي إم دبليو في الجيل الجديد فلسفة تصميم مستوحاة من لغة Neue Klasse، التي تمثل ملامح سيارات الشركة المستقبلية.

زيكر تطرح النسخة الجديدة من 9X بخمسة مقاعد لتعزيز حضورها في سوق السيارات الفاخرة بالصين

أعلنت شركة Zeekr، التابعة لمجموعة Geely، عن فتح باب الطلبات في السوق الصينية على النسخة الجديدة ذات الخمسة مقاعد من سيارتها الرياضية متعددة الاستخدامات الهجينة الفاخرة Zeekr 9X، في خطوة تستهدف توسيع قاعدة عملائها وتعزيز حضورها في فئة السيارات الرياضية الفاخرة. ويأتي إطلاق هذه النسخة بعد النجاح الذي حققته النسخة السابقة من السيارة، إذ بلغت التسليمات التراكمية نحو 61 ألفاً و965 مركبة حتى التاسع من يونيو 2026، منذ طرحها في السوق المحلية أواخر سبتمبر 2025، وفق المعطيات التي أعلنتها الشركة.



رغم أرباح قياسية.. سهم "سامسونغ" يتراجع في بورصة سيول وسط مخاوف المستثمرين

أعلنت شركة Samsung Electronics تحقيق نتائج مالية قوية وأرباحاً قياسية، في أداء يعكس متانة أعمالها واستمرار الطلب على عدد من منتجاتها وخدماتها. غير أن هذه النتائج لم تكن كافية لطمأنة الأسواق، حيث شهد سهم الشركة تراجعاً في بورصة سيول عقب الإعلان عن النتائج. ويعكس هذا التراجع حالة الحذر التي تسود أوساط المستثمرين، الذين ركزوا بشكل أكبر على التوقعات المستقبلية للشركة أكثر من تركيزهم على الأداء المالي الحالي. فبالرغم من تحقيق أرباح غير مسبوق، تبقى المخاوف قائمة بشأن وتيرة النمو خلال الفترات المقبلة، في ظل المنافسة المتزايدة والتقلبات التي يشهدها قطاع التكنولوجيا العالمي.



دراسة: المستهلكون لا يزالون يفضلون محركات البحث التقليدية على الذكاء الاصطناعي

كشفت دراسة حديثة أن عدداً كبيراً من المستهلكين ما زالوا يعتبرون محركات البحث التقليدية أكثر موثوقية وفعالية من أدوات الذكاء الاصطناعي عند البحث عن المعلومات، في مؤشر يعكس استمرار الحذر تجاه التقنيات الحديثة، رغم التطور السريع الذي يشهده هذا المجال.

وأظهرت نتائج الدراسة أن المستخدمين يفضلون محركات البحث الكلاسيكية لسهولة الوصول إلى مصادر متعددة للمعلومات، وإمكانية مقارنة النتائج والتحقق منها، في حين يرى كثيرون أن أدوات الذكاء الاصطناعي، رغم سرعتها في تقديم الإجابات، لا تزال بحاجة إلى مزيد من الدقة والشفافية فيما يتعلق بمصادر المعلومات.

سوار ذكي جديد يراقب صحة كبار السن على مدار الساعة دون الحاجة إلى هاتف ذكي

أعلنت شركة Carely عن تطوير سوار ذكي جديد مخصص لكبار السن، يهدف إلى تمكين أفراد العائلة من متابعة الحالة الصحية لذويهم بشكل مستمر، دون الحاجة إلى الاتصالات اليومية أو الاعتماد على الهواتف الذكية والتطبيقات المعقدة.

ويتميز الجهاز باستقلاليته الكاملة، إذ يعمل دون شاشة أو تطبيقات تفاعلية، كما لا يحتاج إلى الاتصال بشبكات Wi-Fi أو Bluetooth أو حتى بهاتف ذكي، ما يجعله خياراً مناسباً لكبار السن الذين يواجهون صعوبة في استخدام التقنيات الحديثة، مع الحفاظ على سهولة الاستخدام والاعتماد على المراقبة التلقائية.

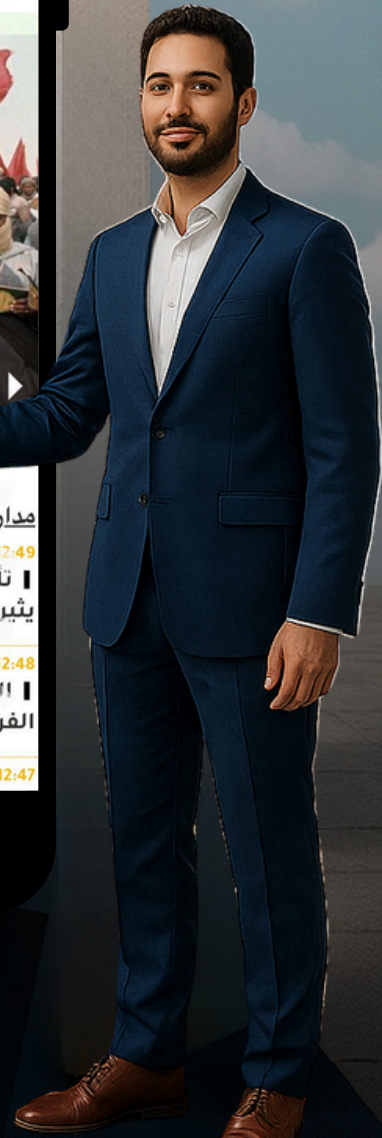


By Lodj

بوابة لك

نحو آخر
الأخبار

PRESSPLUS



www.lodj.info