



أخبار الأسبوع

برقية تعاطف وتضامن
من جلالة الملك إلى
السيد دونالد ترامب
إثر تعرضه لمحاولة اغتيال

صحتنا

الأمم المتحدة تحذر من
تباطؤ معدلات تطعيم
الأطفال حول العالم
بسبب جائحة كوفيد-19

حياتنا

مغاربة العالم
يشتكون من
القضاء والداخلية

هو يكاند



شقالة الثقفية تضيء مدينة الأنوار

مجلة لودجي مديا الأسبوعية



SCAN ME!

WWW.LODJ.INFO

العدد 22 - يوليو 2024

محتوى

الافتتاحية	04
أخبار الأسبوع	06
حياتنا	12
صحتنا	18
فن وفكر	22
أناقة وجمال	26



لوديبي ميديا - مؤسسة الرسالة الإعلامية

فريق النشر :
سارة البوفي - أمل الهواري - سلمى الشاوي

تصميم ومونتاج :
وفاء اسنيينة - ندى دحان

إدارة فنية وتقنية :
محمد أيت بلحسن

اقرأ أعدادنا القديمة :
www.pressplus.ma



تصريح الأسبوع



54.423 مُلقحا
عانوا من أعراض
جانبية
لـ "أسترازينيكا"
و211 حالة كانت
خطيرة

خالد آيت الطالب
وزير الصحة

شالة : جوهرة ثقافية تضيء مدينة الأنوار

وبفضل جهود وزارة الشباب والثقافة والتواصل، وبمشاركة العديد من الفنانين والمبدعين، أصبحت شالة هذا العام مسرحاً مفتوحاً للفن والثقافة، مما أضاف عليها بريقاً خاصاً. ومع استمرار هذه الأنشطة والفعاليات، نتطلع إلى المزيد من الإبداع والتميز الذي سيجعل من شالة الرباط نقطة جذب ثقافية عالمية.

سارة البوفي

ومن أبرز الأحداث التي أقيمت في شالة هذا العام كان العرض التفاعلي "توستالجيا الماضي"، والذي قدم تجربة فريدة من نوعها عبر إعادة تمثيل الفترة الرومانية. بإخراج أمين الناصر، خريج المعهد العالي للفن الدرامي والتشيط الثقافي، استطاعت فرقة من الممثلين الحقيقيين إحياء التاريخ وجعله ينبض بالحياة. هذه التجربة التي كانت جزءاً من مشروع المخرج يوسف بريتل، والتي قدمت للجمهور فرصة لا تُنسى لاستكشاف التاريخ بطريقة تفاعلية ومبتكرة.

ومن خلال هذه الفعاليات المتنوعة، أصبحت شالة ليست فقط موقعاً أثرياً يعود تاريخه إلى العصور القديمة، بل أيضاً مركزاً للإبداع والتبادل الثقافي. هذه الأنشطة سمحت لمدينة الرباط أن تتألق كواحدة من المدن الثقافية الرائدة في المغرب، مما يعزز مكانتها كوجهة مفضلة للفنانين والمثقفين والسياح.

تعتبر شالة في الرباط أحد أبرز المعالم التاريخية والثقافية في المغرب، وقد تحولت هذا العام إلى مركز حيوي للنشاطات الثقافية والفنية، مما أكسب المدينة إشعاعاً فنياً وثقافياً جديداً. تحت رعاية وزارة الشباب والثقافة والتواصل، احتضن موقع شالة العديد من الأنشطة والمسهرات الفنية التي جذبت الزوار من مختلف أنحاء البلاد والعالم.

كما شهد فضاء شالة هذا العام، مجموعة متنوعة من الأنشطة الثقافية، من عروض المسرح والموسيقى إلى الفنون البصرية والمعارض. كانت الفعاليات تضم عروضاً موسيقية لموسيقيين محليين وعالميين، مما أتاح للجمهور فرصة الاستمتاع بتنوع الألحان الموسيقية والتراث الفني. كما تميزت الليالي الثقافية بالعديد من الأمسيات الشعرية والأدبية التي أضاءت السماء بلمعان الكلمات والمشاعر.



عدد يوليو 2024

العربية

MAG

عدد خاص بالملحون

الملحون المغربي
على قائمة
اليونسكو للتراث
العالمي



جهود
متواصلة لجمعية
إدريس بن المامون
للبحث والإبداع في
المحافظة على تراث
الملحون العالمي

ندوة تستحضر أهمية
التصنيف العالمي
للتراث الثقافي
غير المادي بالمعرض
الدولي للنشر والكتاب

فن الملحون

تراث عريق يتألق في ساحة سوق لغزل بسلا

أول نسخة ناطقة بالعربية لمجلتنا الشهرية I-MAG
مجلة 100% رقمية معززة - نسخة غير تجارية

WWW.LODJ.MA/MAGAZINE - WWW.PRESSPLUS.MA



SCAN ME!



برقية تعاطف وتضامن من جلالة الملك إلى السيد دونالد ترامب إثر تعرضه لمحاولة اغتيال

بعث صاحب الجلالة الملك محمد السادس إلى السيد دونالد ترامب برقية عبر له فيها جلالاته عن تعاطفه وتضامنه إثر محاولة الاغتيال التي كان ضحية لها أمس السبت أثناء تجمع انتخابي في بتلر بولاية بنسلفانيا.

وقال جلالة الملك، في هذه البرقية، إنه تلقى بتأثر وأسى بالغ نبأ محاولة الاغتيال المروعة التي وقعت يوم أمس في تجمع انتخابي في بتلر بولاية بنسلفانيا.

وأعرب صاحب الجلالة عن ارتياحه "لكونكم سالما ومعافى"، معبرا جلالاته عن تعاطفه وتضامنه إثر هذا الهجوم الشنيع.

وفي هذه البرقية، أدان جلالة الملك بشدة العنف السياسي، متمنيا جلالاته للسيد ترامب "شفاء عاجلا حتى تتمكنوا من مواصلة خدمة أمتكم العظيمة".

ومما جاء في برقية جلالة الملك "مشاعر تعاطفنا ودعواتنا ترافقكم، السيد الرئيس، وأسرتكم، وكذا الضحايا الأبرياء لهذا العمل المؤسف".

برشيد: اندلاع حريق مهول بوحدة صناعية متخصصة في صناعة المناديل الورقية

أفادت السلطات المحلية بإقليم برشيد أن حريقا اندلع، بعد زوال اليوم الأحد، بوحدة صناعية متخصصة في صناعة المناديل الورقية، كائنة بالمنطقة الصناعية ببرشيد.

وأوضحت السلطات المحلية أن هذا الحريق ألحق خسائر مادية بالوحدة الصناعية المذكورة ووحدة أخرى للتخزين على مساحة تقدر بـ 8000 متر مربع.

وأضاف المصدر ذاته أن السلطات المحلية والأمنية ومصالح الوقاية المدنية تدخلت من أجل اتخاذ التدابير اللازمة ومباشرة عمليات الإطفاء، حيث تم تحويط الحريق حاليا فيما تتواصل الجهود لإخماده بشكل نهائي، وذلك دون تسجيل إصابات أو خسائر بشرية، إلى حدود الساعة.



إطلاق برنامجين لتجديد مركبات النقل الطرقي بالوسط القروي

أعلنت وزارة النقل واللوجستيك إلى علم كافة مهنيي قطاع النقل الطرقي أنه تم إحداث خلال السنوات المالية 2024 و2025 و2026 برنامج تجديد المركبات المخصصة لخدمات النقل العمومي الجماعي للمسافرين عبر الطرق بواسطة الحافلات.

يهدف البرنامج بحسب بيان الوزارة إلى تجديد حظيرة النقل الطرقي لخدمات النقل العمومي الجماعي للأشخاص داخل الوسط القروي والنقل الطرقي للبضائع لحساب الغير وإغاثة المركبات وتعليم السياقة.

في ذات السياق، أفاد بلوغ للوكالة الوطنية للسلامة الطرقية بأنه سيتم، في هذا الإطار، إعطاء انطلاق البرنامج برسم سنة 2024 عبر المنصة الإلكترونية "tajdid-hadira.narsa.gov.ma" عبر مرحلتين.

يذكر ان تقادم المركبات في الوسط القروي تسبب في عدة حوادث مميتة خلال السنوات الأخيرة.



شخصية الأسبوع



سارة الشرايبي وسلمى بن عمر المغربيات اللواتي أبهرن عالم الموضة

لأول مرة، تصدر مجلة "فوربس" تصنيفاً للمبتكرين في مجال الموضة في منطقة الشرق الأوسط، حيث يتضمن هذا التصنيف قائمة من 40 مصمماً برزوا وأبدعوا في صناعة الموضة العالمية. من بين هؤلاء المبدعين، تميزت اثنتان من المغرب، وهما سارة الشرايبي وسلمى بن عمر. وقد انضمت هاتان المصممات إلى هذا التصنيف الأول من نوعه بجانب أسماء كبيرة في عالم الموضة مثل إيلي صعب وتوني ورد ورامي العلي.



هل أصبح ترامب أكثر تدينا بعد محاولة اغتياله في تجمع سياسي؟

اهتزت الولايات المتحدة بسبب حدث غير متوقع في محاولة اغتيال دونالد ترامب، الرئيس السابق للولايات المتحدة و المرشح للانتخابات الحالية. في بيان لأخير من البيت الأبيض وجه جو بايدن نداء إلى المواطنين لترك مكتب التحقيقات الفيدرالي يقوم بعمله وعدم التسرع في استخلاص النتائج التي قد تزيد الأمور تعقيدا، جاء الوضع على خلفية الحملة الانتخابية التي ترأب فيها خطابا أمام حشد من مؤيديه بتجمع انتخابي في ولاية بنسلفانيا يوم السبت.

ظهر أمس ترامب مضطرب نتيجة الإصابة التي تعرض لها معلنا ترشيح السناتور جيمس ديفيد فانس لمنصب نائب الرئيس. جاء هذا الإعلان في اليوم الأول من المؤتمر الحزبي العام الذي يُعقد في ميلووكي.

فانس هو استتساخ لترامب

وصف الرئيس الأمريكي جو بايدن في معرض حديثه عن المرشح و خصمه من الجمهوريين لمنصب نائب الرئيس ديفيد فانس انه استتساخ لترامب مضيافا بايدين، فانس، محابى للأثرياء إخذن فما وراء اختيار فانس نائب لترامب؟

سيناريوهات عدة لاختيار فانس واحتمالات متعددة لما قد يحدث في المستقبل باعتبار حال نجاح ترامب سيكون فانس شغله الشاغل التركيز على الطبقة المتوسطة الذي يرى أنها لم تحصل على ما وعد به الرئيس جو بايدن خصوصا في ما يتعلق بتوفير الوظائف. كما حسب محللين أمريكيين دي فانس كان يتصدر أسماء المرشحين لهذا المنصب في الحزب الجمهوري، مشيرا إلى أنه يحظى غالبا بتأييد الطبقة العاملة في الولايات شمال شرق الولايات المتحدة وهي منطقة الصناعات التي تضررت بسبب العولمة وأصبح سكانها يعانون بشكل كبير كما أن ترامب لطالما خاطب هذه الطبقة في الانتخابات الماضية، وإنه لا يزال يخاطبها بقوة حاليا بمساعدة فانس كما ان فانس ولم يؤيد ترامب قبل سنوات ولم يدعمه في الانتخابات الماضية ولا التي قبلها لكنه دعمه خلال انتخابات التجديد النصفى في 2022، واعتذر عن مواقفه السابقة المناهض لترامب مما ضمن له تأييد الأخير.

إقرأ المزيد



أجي تقرا المجلة الشهرية ديالنا

L'ODJ I-MAG



تدشين مستودع جوفي لغاز البوتان باستثمار يبلغ 400 مليون درهم بالمحمدية

دشنت الشركة المغربية للخرن (SOMAS)، اليوم الجمعة، مستودعها الجوفي الرابع لتخزين غاز البوتان بسيدي العربي (الجماعة القروية سيدي موسى بن علي بالمحمدية)، بحضور، على الخصوص، وزيرة الانتقال الطاقى والتنمية المستدامة ليلى بنعلي.

وحسب المعطيات التي كشفت عنها الشركة بهذه المناسبة، يرفع الخزان الجوفي الجديد، الذي تطلب استثمارة بقيمة 400 مليون درهم، الطاقة التخزينية الإجمالية للشركة إلى 310.000 طن، أي بزيادة تفوق 55%.

ويستجيب هذا التوسع للطلب المتزايد في السوق مع تحسين نسبة الاكتفاء الذاتي الوطني من مادة غاز البوتان لأكثر من 40 يوما، وبالتالي تعزيز استقرار إمدادات الطاقة في البلاد.

وأكدت السيدة بنعلي، في كلمة لها، أن "هذا الإنجاز يجسد الجهود التي تبذلها الشركة المغربية للخرن من أجل تطوير قطاع الطاقة الوطني"، معتبرة أن الأمر يتعلق بإنجاز يسجم وسياسة الحكومة الرامية إلى تعزيز القدرات التخزينية من منتجات الطاقة، تنفيذاً للتوجيهات السامية لصاحب الجلالة الملك محمد السادس.

وقالت "غاز البوتان يعد ضمن منتجات الطاقة الأكثر استهلاكاً في المغرب، بمعدل نمو سنوي يفوق 3 في المائة في المتوسط. وقد بلغ استهلاكه 3,2 مليون طن مكافئ نفط خلال سنة 2023، وهو ما يمثل 26 في المائة من الاستهلاك الوطني من المنتجات البترولية".

وأكدت ان "هذه الأرقام تؤكد أهمية هذه السعة التخزينية الجديدة، مما يعزز الدور الاستراتيجي ل SOMAS كفاعل رئيسي في تطوير البنية التحتية لتخزين الطاقة، وبالتالي المساهمة في الأمن الطاقى بالمملكة".

إقرأ المزيد

رقم الأسبوع



76 مليون دولار

قضى قرار الجمعية العامة للأمم المتحدة تم اتخاذه في 28 يونيو المنصرم، خلال دورتها 78، باعتماد حوالي 76 مليون دولار لفائدة ميزانية بعثة المينورسو بالصحراء المغربية في الفترة الممتدة من فاتح يوليوز الجاري إلى 30 يونيو من عام 2025.

وجاء قرار الجمعية الأممية المتعلق بـ "تمويل بعثة الأمم المتحدة للاستفتاء في الصحراء"، بعد تسجيلها بقلق أن "116 دولة فقط من الدول الأعضاء قد سددت اشتراكاتها المقررة بالكامل فيما يخص ميزانية المينورسو".



بتهم تزوير وثائق تأشيرات شينغن.. ثلاثة أشخاص تحت قبضة الأمن بوجدة

مكنت عناصر الشرطة بولاية أمن وجدة، مساء يوم الأربعاء 10 يوليوز الجاري، من توقيف ثلاثة أشخاص تتراوح أعمارهم ما بين 30 و44 سنة، اثنان منهم من ذوي السوابق القضائية، وذلك للاشتباه في تورطهم في قضية تتعلق بتزوير محررات رسمية واستخدامها في إعداد ملفات تأشيرات "شينغن" وتنظيم الهجرة غير الشرعية والاتجار بالبشر.

وحسب المعلومات الأولية للبحث، فإن المشتبه فيهم يرتبطون بشبكة إجرامية تنشط في تزوير وثائق ومستندات ومحررات إدارية، تدخل ضمن ملفات الحصول على تأشيرات السفر إلى الدول الأوروبية، وهي الملفات المزورة التي يشتبه في استخدامها في تنظيم الهجرة غير الشرعية.

وقد أسفرت عملية الضبط والتفتيش المنجزة عن العثور بحوزة المشتبه فيهم على وثائق وشهادات مزورة، ومجموعة من الطوابع والعقود المزيفة، علاوة على آلة للطباعة ومعدات معلوماتية يشتبه في استعمالها في هذا النشاط الإجرامي.

وقد تم إخضاع المشتبه فيهم لتدبير الحراسة النظرية رهن إشارة البحث القضائي الذي يجري تحت إشراف النيابة العامة المختصة، وذلك لتحديد باقي الامتدادات المحتملة لهذا النشاط الإجرامي، وكذا توقيف باقي المساهمين والمشاركين في ارتكاب هذه الأفعال الإجرامية بولاية أمن وجدة، مساء يوم الأربعاء 10 يوليوز الجاري، من توقيف ثلاثة أشخاص تتراوح أعمارهم ما بين 30 و44 سنة، اثنان منهم من ذوي السوابق القضائية، وذلك للاشتباه في تورطهم في قضية تتعلق بتزوير محررات رسمية واستخدامها في إعداد ملفات تأشيرات "شينغن" وتنظيم الهجرة غير الشرعية والاتجار بالبشر.

إقرأ المزيد

مراكش.. تسليم "جائزة التميز لبرلمان البحر الأبيض المتوسط" لوكالة بيت مال القدس الشريف

تم اليوم الخميس في افتتاح أشغال الدورة الثانية لـ"منتدى مراكش الاقتصادي البرلماني للمنطقة الأورومتوسطية والخليج"، تسليم "جائزة التميز للأعمال الإنسانية" لبرلمان البحر الأبيض المتوسط لوكالة بيت مال القدس الشريف، الذراع التنفيذية للجنة القدس، برئاسة صاحب الجلالة الملك محمد السادس.



وقد تسلم هذه الجائزة، في افتتاح المنتدى، الذي تستضيفه المدينة الحمراء على مدى يومين، المدير المكلف بتسيير وكالة بيت مال القدس الشريف، محمد سالم الشرفاوي.

ويأتي هذا التتويج عرفانا بما تسديه وكالة بيت مال القدس الشريف من خدمات جليلة وما تبذله من مجهودات قيمة، من أجل العمل الإنساني والاجتماعي الميداني الملموس، والذي يتلزم مع المسار السياسي والقانوني للقضية الفلسطينية، الذي تضطلع فيه الدبلوماسية المغربية، بقيادة جلالة الملك، بدور ريادي وإنساني مشهود بشانه ونبيل مساعيه.

كما تعد هذه اللاتفات بمثابة تكريم لما تقدمه المملكة المغربية، تحت القيادة الرشيدة لجلالة الملك، من إسهامات تتيح مد جسور التفاهم بين شعوب المنطقة الأورومتوسطية، وتعزيز قيم الاحترام المتبادل والتعايش والتعاون والتضامن.

إقرأ المزيد

الروابط الجوية مع إفريقيا: 10 ممرات ذات إمكانات غير مستغلة



كشفت دراسة حديثة أجرتها شركة إيرباص عن الإمكانيات غير المستغلة لعدد من الطرق الجوية التي تربط إفريقيا ببقية العالم. وعلى الرغم من استمرار التحديات، فإن فتح هذه الممرات يمكن أن يحقق فوائد اقتصادية كبيرة للمناطق المعنية، مع توفير فرص نمو جديدة لشركات الطيران.

وفقاً للدراسة، هناك 10 ممرات جوية تربط إفريقيا ببقية العالم تظل غير مستغلة بشكل كافٍ، على الرغم من الإمكانيات الكبيرة التي تتيحها. تتركز العديد من هذه الممرات في مدن مثل لاغوس، كيب تاون، ونيروبي. وللاستفادة من هذه الفرص، ستحتاج شركات الطيران إلى امتلاك طائرات مناسبة من حيث القدرة والأداء. بحسب الدراسة، الطائرات التي تحتوي على 100 مقعد أو أكثر تكون مناسبة لهذه الممرات.

الممرات الرئيسية
هراري-لندن (8300 كم). يُتوقع أن يكون ممر هراري-لندن الأكثر أهمية في إفريقيا. يُتوقع أن يؤمن هذا الممر حركة مرور سنوية كافية لست رحلات أسبوعية في كل اتجاه بحلول عام 2026.

إقرأ المزيد



برنامج الأسبوع



ها كيفاش تتقص الوزن.. وماشي غير اجي وبدى تعطي وصفات
الطب البديل فمواقع التواصل كايين مواد مسمومة

كوتش لطفي العلوي ضيف فگليسة مع بسمة، حلقة جديدة تخص الكوتشينغ وأنواعه،
الناس اللي محتاجين المرافقة و كذلك الآثار الإيجابية ديالو فمختلف الميادين



SCAN ME

@lodjmaroc



مغاربة العالم يشكون من القضاء والداخلية



سجلت مؤسسة الحسن الثاني للمغاربة المقيمين بالخارج تفاوتا في تفاعل المؤسسات والإدارات مع مراسلاتها، مما يعكس اختلافاً في كيفية تجاوب الجهات المخاطبة مع قضايا الجالية المغربية. وذكرت يومية "الأحداث المغربية" في عددها ليوم الأربعاء 17 يوليو 2024، أن بعض الجهات تقوم بالرد على المراسلات بطرق غير فعّالة، بينما تستغرق جهات أخرى وقتاً طويلاً للرد، وهناك إدارات لا ترد على التظلمات والملتزمات رغم توجيه عدة رسائل تذكيرية، مما يسبب استياء المرتفقين وعدم رضاهم عن الخدمات المقدمة لهم.

وفي هذا السياق، أكد الكاتب العام للمؤسسة، عبد الرحمان الزاهي، على ضرورة التعاطي الإيجابي مع ملتزمات المؤسسة بما يخدم مصالح الجالية المغربية. وشدد الزاهي، خلال لقاء توافي نظمه المؤسسة بالرباط حول "تدبير شكايات المغاربة المقيمين بالخارج: الحصيلة والإكراهات"، على أهمية الاستجابة لاحتياجات الجالية المتطورة وتوجيه الجهود نحو معالجة مشاكلهم بفعالية.

أكد الزاهي على ضرورة دعم جهود المؤسسة وتوفير الرعاية اللازمة للمهاجرين المغاربة لتعزيز علاقتهم ببلدهم الأم وثقتهم في مؤسساته. ودعا إلى حث القطاعات المعنية على بذل مزيد من الجهود للرد على المراسلات وحل المشاكل بشكل سريع وفعال.

كان اللقاء التوافي فرصة لتقديم حصيلة عمل بنية المساعدة القانونية والاجتماعية للمغاربة المقيمين بالخارج خلال العقد الأخير، والتي تشمل التدخل لدى الجهات القضائية والإدارية المختصة، وتقديم خدمات الاستشارة القانونية، كما تم عرض معطيات إحصائية تتعلق بطبيعة الشكايات والتظلمات الواردة على المؤسسة وتصنيفها الموضوعي والجغرافي والسلطات المعنية بها.

الإحصائيات والشكايات

أوضحت المعطيات الإحصائية أن المغاربة المقيمين بفرنسا يتصدرون قائمة المتوجهين إلى خدمات المؤسسة، يليهم المقيمون في إسبانيا، بلجيكا، وهولندا. تتركز الشكايات حول قضايا العقار والأحوال الشخصية، حيث استقبلت المؤسسة 21784 شكاية خلال العشر سنوات الأخيرة، ووجهت 32774 مراسلة إلى مختلف الإدارات، أبرزها وزارة العدل ووزارة الداخلية.

وتعتبر المنازعات القضائية أكثر القضايا وروداً بنسبة 65.09%، حيث تقوم المؤسسة بمتابعة سير إجراءاتها بالتنسيق مع السلطات القضائية والمختصين. ومع ذلك، نبهت المؤسسة إلى الحاجة لبذل جهود إضافية لتسريع إجراءات العدالة ومعالجة قضايا الجالية بفعالية.

التحديات والحلول المقترحة

رغم التقدم المحرز في معالجة التظلمات بالتنسيق مع قطاع العدل، إلا أن هناك حاجة لتحسين الوصول إلى العدالة والمساعدة القانونية، خاصة فيما يتعلق ببطء المساطر القضائية. يشدد الزاهي على أهمية تفعيل مسطرة التبليغ والتنفيذ بالخارج، خاصة في المنازعات الأسرية، ودعم العلاقة بين المغاربة المقيمين بالخارج ومحاميهم وموثقيهم.

كما دعا الزاهي إلى تحسين التفاعل مع الملتزمات الإدارية وتوفير طول سريعة وفعالة للمشاكل المتعلقة برخص البناء والأبحاث والشهادات الإدارية والجوازات ومضار الجوار، وذلك لحماية حقوق الجالية وصون ممتلكاتهم.

من جهة أخرى، نوه الزاهي بضرورة تعزيز دور البعثات الدبلوماسية والقنصلية في بلدان الإقامة، بهدف تسريع حل المشاكل المحالة عليها من المؤسسة، وتقديم الدعم القانوني والاجتماعي للمغاربة بالخارج.

دور البعثات الدبلوماسية والقنصلية

أكد الزاهي على أهمية تفعيل دور البعثات الدبلوماسية والقنصلية في بلدان الإقامة لتسريع حل المشاكل المحالة عليها من طرف المؤسسة. ويشمل ذلك المنازعات العائلية، الترحيل، وضعية السجناء، تصفية التركات، منازعات الشغل والضمان الاجتماعي، والمنازعات الجمركية والبنكية والتجارية.

من خلال هذه الجهود، تهدف المؤسسة إلى تحسين الخدمات المقدمة للجالية المغربية بالخارج، وتعزيز ثقتهم في المؤسسات الوطنية، وضمان حماية حقوقهم وممتلكاتهم أثناء إقامتهم خارج الوطن.



LODJ.INFO

پوست الأسبوع



كشفت المندوبية السامية للتخطيط، صباح يوم الثلاثاء، أن 90.2% من الأسر المغربية صرحت بعدم قدرتها على الادخار خلال الـ 12 شهراً المقبلة، مقابل 9.8% من الأسر التي أكدت قدرتها على ذلك. وحسب ما جاء في نتائج بحث "الظرية لدى الأسر في الفصل الثاني من 2024"، فإن 55.8% من الأسر صرحت، خلال الفصل الثاني من سنة 2024، أن مداخيلها تغطي مصاريفها، فيما استنزفت 42.1% من مدخراتها أو لجأت إلى الاقتراض.

@lodjmaroc



صديقي يعلن عن تدابير التحضير للموسم الفلاحي المقبل

أعلن وزير الفلاحة والصيد البحري والتنمية القروية والمياه والغابات، محمد صديقي، اليوم الاثنين بالرباط، عن سلسلة من التدابير التي ستتخذها الوزارة من أجل تحضير الموسم الفلاحي المقبل 2024-2025.



الوزير كشف خلال اجتماع مع ممثلي مهنيي القطاع الفلاحي خصص لتدارس إشكالية تدبير الموارد المائية وتحضيرات الموسم الفلاحي المقبل، بأنه "من أجل تحضير الموسم الفلاحي المقبل 2024-2025، تتخذ الوزارة سلسلة من التدابير، لا سيما فيما يخص توفير عوامل الإنتاج (البذور والأسمدة) وتنمية سلاسل الإنتاج وتدبير مياه الري والتأمين الفلاحي والتمويل ومواكبة الفلاحين". وأشار إلى أن الحكومة ستواصل دعم بذور الحبوب المعتمدة بحوالي 40 في المائة من أجل الحفاظ على الأسعار عند مستويات مناسبة للفلاحين كما ستدرج أصناف جديدة خاصة القطاني والنباتات الكثيفة. كما أكد على دعم بذور وشتائل الطماطم المستديرة والبصل والبطاطس بهدف خفض تكلفة إنتاج هذه الخضروات وتحسين الإنتاج وضمان ترويض السوق الوطنية بكميات كافية من الخضروات وعرضها على المستهلك بأسعار معقولة.

[اقرأ المزيد](#)

هذه الأرقام الهاتفية بالمغرب ستتوقف عن العمل بشكل نهائي



شددت وزيرة المنتدبة لدى رئيس الحكومة المكلفة بالانتقال الرقمي وإصلاح الإدارة، غيثة مزور، على ضرورة التزام متعهدي شبكات الاتصال بتحديد هوية أصحاب الشرائح الهاتفية.

وفي ردّها على سؤال شفهي خلال الجلسة الأسبوعية لمجلس النواب، أوضحت الوزيرة أن الوكالة الوطنية لتقنين المواصلات اتخذت العديد من الإجراءات لمكافحة انتشار الشرائح مجهولة الهوية. هذه الإجراءات تشمل إصدار قرارات تلزم المتعهدين بتحديد هوية المشتركين في الخدمة المتحركة، وذلك من خلال ربط قاعدة بيانات الشرائح ببطاقات الهوية الوطنية. وحددت الوكالة مهلة أقصاها 3 أشهر فقط لمتعهدي شبكات الاتصال لتطبيق هذه الإجراءات، مع إلزامهم بتوقيف أي شريحة لا يتم تحديد هوية صاحبها خلال هذه الفترة بالضبط. وابتداءً من اليوم أي رقم هاتفي غير مسجل بالبطاقة الوطنية سيتم إلغاؤه وإخراجه من الخدمة في مدة لا تتعدى 3 أشهر. وأشارت الوزيرة إلى أن الوكالة الوطنية لتقنين المواصلات، بالتعاون مع الأجهزة الأمنية، تمكنت من توقيف عدد كبير من الأرقام المجهولة.

زيادات وتعويضات لرجال الأمن الوطني والقوات المساعدة .. ابتداءً من هذا الشهر

وافقت الحكومة المغربية في اجتماعها الأخير، الخميس المنصرم، على زيادات هامة في أجور وتعويضات موظفي الأمن الوطني والقوات المساعدة، تماشياً مع الزيادات التي منحت لباقي موظفي القطاعات العمومية.



وكشفت ثلاث مراسيم أعدها الوزراء في الوزارة المنتدبة لدى رئيس الحكومة المكلفة بالانتقال الرقمي وإصلاح الإدارة عن تفاصيل هذه الزيادات، وتمت المصادقة عليها خلال الاجتماع الحكومي الأخير، بهدف تنفيذ اتفاق الحوار الاجتماعي.

وتبلغ قيمة الزيادة المقررة 1000 درهم، وفقاً لاتفاق الحوار الاجتماعي لتحسين الدخل لموظفي الإدارات العمومية، الجماعات الترابية، والمؤسسات العمومية، وتم تقسيم هذه الزيادة إلى قسطين، حيث سيتلقى الموظفون 500 درهم إضافية في الشهر ابتداءً من يوليوز 2024، وسيتم صرف القسط الثاني بنفس القيمة في يوليوز 2025. وتهدف هذه الزيادة، وفق المراسيم الثلاثة التي وقعها وزير الداخلية عبد الوافي لفتيت، ووزير الميزانية فوزي لقجع، ووزيرة الانتقال الرقمي وإصلاح الإدارة غيثة مزور، إلى مراجعة التعويضات النظامية المخصصة لمختلف فئات الموظفين، بهدف تعزيز قدرتهم على الاستفادة الكاملة من الزيادة العامة المقررة.

L'ODJ
.INFO

BUZZ



مولاي حفيظ العلمي عواد مزيان.
كيموت على هاد الالة وعاشق
لاسمهان



تخفيضات جديدة في أسعار الأدوية تدخل حيز التنفيذ: فوائد للمرضى وتأثيرات على التكاليف الصحية



بدأت تطبيق التخفيضات الجديدة في أسعار الأدوية حيز التنفيذ. وتشمل هذه التخفيضات قائمة تضم 35 منتجًا، تم نشرها في الجريدة الرسمية. تشمل هذه القائمة أدوية متعلقة بعلاجات مثل السرطان، الصرع، والسكري.

بينما يكون التخفيض هزيلًا بالنسبة للعديد من الأدوية، مثل انخفاض بضعة سنتات في بعض الأحيان، إلا أنه يمثل خطوة مهمة بالنسبة لبعض الأدوية الأخرى. على سبيل المثال، انخفض سعر دواء "Erluntas" المخصص لعلاج السرطان إلى 8943 درهم، بانخفاض وصل إلى 508 دراهم. بالنسبة لدواء "Lirapyn" المستخدم في علاج نوبات الصرع الجزئية، انخفض سعر علبة تحتوي على 180 كبسولة بمقدار 29 درهمًا، ليصل إلى 1101 درهم. الأمر نفسه ينطبق على دواء "Lyrica 300 mg"، الذي انخفض سعره بمقدار 46 درهمًا ليصل إلى 593 درهمًا، والذي يُستخدم لعلاج الصرع وآلام الأعصاب واضطرابات القلق لدى البالغين.

كما شهدت أسعار الأنسولين تخفيضًا أيضًا، مثل "Pradaxa" و"Ryzodeg Flextouch 100" و"unités/ml".

يعد هذا التخفيض خطوة مهمة نحو تحسين إمكانية الوصول إلى الأدوية للمرضى الذين يعانون من حالات صحية خطيرة، وقد يكون له تأثير إيجابي على تكاليف الرعاية الصحية بشكل عام.

التغذية المتوازنة: ركيزة أساسية للصحة والعافية

التغذية المتوازنة هي مصطلح يشير إلى تناول مجموعة متنوعة ومتوازنة من الأطعمة التي توفر العناصر الغذائية الضرورية لصحة الجسم بشكل عام. يعتبر هذا المفهوم أساسيًا للحفاظ على الصحة والوقاية من الأمراض، ويعكس تفهمًا عميقًا لأهمية التوازن بين البروتينات والكربوهيدرات والدهون والفيتامينات والمعادن في النظام الغذائي اليومي.

المكونات الرئيسية للتغذية المتوازنة:
1. الفواكه والخضروات:

تشكل الفواكه والخضروات جزءًا أساسيًا من التغذية المتوازنة، حيث توفر الألياف والفيتامينات والمعادن الأساسية. ينصح بتناول مجموعة متنوعة من الألوان لضمان الحصول على تركيبة غذائية متوازنة.

2. الحبوب الكاملة:

تشمل الخبز الكامل، والأرز البني، والشوفان الكامل. توفر الحبوب الكاملة الألياف والمواد المغذية الأخرى بما في ذلك الفيتامينات والمعادن.

3. البروتينات:

تشمل اللحوم النباتية والحيوانية، والأسماك، والبيض، والفاصوليا، والعدس، والمكسرات، والبروتينات ضرورية لبناء العضلات وصيانة الأنسجة، ويجب أن تكون جزءًا من كل وجبة.

4. الدهون الصحية:

تشمل الدهون الأحادية والمتعددة غير المشبعة مثل زيت الزيتون، وزيت الكانولا، والأفوكادو، والمكسرات، والأسماك الدهنية مثل السلمون. الدهون الصحية ضرورية لامتصاص بعض الفيتامينات الدهنية الذائبة مثل فيتامينات A وD وE وK. فوائد التغذية المتوازنة

الحفاظ على الوزن الصحي: التغذية المتوازنة تساعد في السيطرة على الوزن والوقاية من السمنة.

تحسين الصحة العامة: تساهم في خفض ضغط الدم، وتحسين مستويات الكوليسترول، وتقليل خطر الإصابة بأمراض القلب. تعزيز الطاقة والنشاط: يؤدي تناول طعام متوازن إلى زيادة مستويات الطاقة والقدرة على الأداء البدني والذهني.

اقرأ المزيد

لوجي .INFO

رييل الأسبوع
REEL OF THE WEEK





فوائد رياضة كمال الأجسام للنساء

رياضة كمال الأجسام ليست مقتصرة على الرجال فقط؛ فالنساء أيضًا يمكنهن الاستفادة من هذه الرياضة بطرق متعددة لتحسين صحتهم البدنية والعقلية. في السنوات الأخيرة، تزايدت شعبية كمال الأجسام بين النساء لأسباب وجيهة. في هذا المقال، سنتناول فوائد رياضة كمال الأجسام للنساء وكيف يمكن أن تسهم في تعزيز صحتهم العامة ونمط حياتهن.

تحسين القوة البدنية والقدرة على التحمل

رياضة كمال الأجسام تساعد النساء على زيادة قوتهم البدنية والقدرة على التحمل. من خلال تمارين الوزن والمقاومة، يمكن للنساء بناء عضلات قوية وزيادة قدرتها على تحمل الأنشطة اليومية والرياضية بكفاءة أكبر. القوة البدنية المكتسبة تسهم أيضًا في تقليل مخاطر الإصابات وتحسين الاستقرار والتوازن.

تعزيز التمثيل الغذائي وفقدان الوزن

بناء العضلات يزيد من معدل الأيض الأساسي للجسم، مما يعني حرق المزيد من السعرات الحرارية حتى في حالة الراحة. هذا يساعد النساء على فقدان الوزن الزائد والحفاظ على وزن صحي. كما أن تمارين الوزن تساعد في تقليل نسبة الدهون في الجسم وتحسين توزيعها، مما يعطي مظهرًا متناسقًا وجذابًا. [اقرأ المزيد](#)

مصادرة كبيرة للأدوية في مراكش

قامت الشرطة القضائية في مراكش بعملية مصادرة كبيرة للأدوية والمنتجات الصحية، حيث كان العديد منها منتهي الصلاحية أو قادم من الخارج بدون تصريح.

وجرت هذه العملية في مقر جمعية مرضى السكري بمراكش، مما كشف عن ممارسات غير قانونية في تخزين وبيع الأدوية. كانت الجمعية تمارس مهنة الصيدلة بشكل غير قانوني، مما يعرض صحة المرضى للخطر. تسلط هذه المصادرة الضوء على المخاطر المرتبطة بتوزيع الأدوية غير المنظم وأهمية يقظة السلطات الصحية لضمان سلامة المنتجات الصحية. تثير أيضًا تساؤلات حول تنظيم ومراقبة الجمعيات الصحية ومدى امتثالها للمعايير القانونية.



المرضى النفسيون بين نقص ادويتهم و غلاء أسعارها

عاد ملف نقص الادوية الى الواجهة في ظل معاناة المغاربة الذين تجاوزوا سن 15 سنة (48.9%) من اضطرابات نفسية خفيفة أو حادة إذ يعاني قطاع الصحة النفسية من نقص حاد في الموارد البشرية والبنية التحتية. هذا النقص يحول دون تمكن العديد من المرضى من الحصول على حقهم في العلاج، مما يدفع الأسر إلى اللجوء إلى وسائل تقليدية مثل زيارة الأضرحة والاستعانة بالرقية الشرعية، مما قد يتسبب في مخاطر. وفي تقرير الصادر من المجلس الاقتصادي والاجتماعي والبيئي في المغرب في سنة 2022 الصحة العقلية وأسباب الانتحار بالمغرب أن الأمراض النفسية ضمن الأمراض المزمنة، لذا فإن المرضى النفسيين يقعون بين نارين : نقص الدواء في السوق، وارتفاع سعره في ظل انتشار رقعة الفقر .

ضغط توريد الأدوية

في هذا الصدد ادلى الطيب حمضي بتصريح لجريدة لوجدي أن السبب اول في نقص الادوية الضغط مما يؤدي الى تواجد الدواء بكمية قليلة إضافة مشكلة في النقل وصعوبة وصوله للصيدليات والمرضى او المستشفيات وأضاف في معرض حديثه ان المشكل ليس في الغياب لكن الضغط على الطلب يؤدي الى النقص، كما أن الاسر المغربية يقتنون الادوية بكمية كبيرة عند توفرها خمسة مرات من حاجياتهم مما يؤدي الى انقضاء الدواء و تفاقم الأزمة.

و أشار الطيب أن المواد الأولية التي توجد في الدول المصنعة مثل الهند والصين تنفذ كما أن الأدوية التي ليس لها الجينيس او بديل لا يمكن تعويضها ، لافتا بذلك أن هناك شركات مصنعة للأدوية تتخلى عن الإنتاج لحواعي انها لا تستفيد من عائدها وخلص أن الأدوية اساسية للحياة من الممكن ان يكون لها بديل وأخرى أساسية لا يوجد لها بدائل وبالتالي مما يسبب نقص او انعدام الدواء بصفة نهائية [اقرأ المزيد](#)

LODJ
.INFO

صورة الأسبوع



تقديم كيليان مبابي لاعبا
جديدا لريال مدريد

@lodjmaroc





مشاهد ساحرة من المتحف الجديد بعين أسردون: نافذة بني ملال المفتوحة على التاريخ والتراث

يعتبر المتحف الجديد بعين أسردون نافذة ثقافية على تاريخ وتراث جهة بني ملال-خنيفرة، حيث يجمع بين التكنولوجيا الحديثة والتراث العريق. هذا المتحف يلي شغف البحث واستكشاف خبايا التراث الثقافي للمنطقة عبر تقنيات متطورة مثل المجسمات الرقمية والخرائط.

تكون مبنى المتحف من عدة قاعات تعرض المراحل الأساسية لتشكيل جهة بني ملال-خنيفرة منذ فترة ما قبل التاريخ، موثقة بدقة عبر كليشيهات ومسوحات أركيولوجية. يتيح المتحف للزوار التعرف على التراث الطبيعي، التاريخي، المعماري، والحضاري للمنطقة، بالإضافة إلى براعة الصناعات التقليدية.

يعرض المتحف جوانب مختلفة من التراث الطبيعي والتاريخي والعمراني للجهة، منذ ظهور الإسلام ووصول سيدي عيسى بن إدريس في العصر الإدريسي، حتى ظهور المراكز التجارية في العصر المرابطي. يتم ذلك من خلال أشرطة ولوحات ملموسة تشرح المراحل الرئيسية لتاريخ مدينة بني ملال، منذ عهد المرينيين وحتى ظهور الدولة العلوية.

يوفر المتحف تفاصيل عن التراث الجيولوجي والحيو-مورفولوجي والمائي للجهة من خلال صور ونصوص مترجمة إلى الإنجليزية والأمازيغية، موضحة تنوع الجهة الممتدة على الأطلس الكبير الأوسط والأطلس الأوسط وسهل تادلة.

وتتضمن باقي قاعات المتحف معلومات عن المواقع التاريخية والسياحية مثل قصر عين أسردون والحديقة النباتية والبحيرات والوديان وقمم الجبال الخلابة. كما تعرض تفاصيل الهندسة المعمارية للقرى الجبلية من خلال مجسمات وأشرطة فيديو.

كما يستعرض المتحف أيضًا مكونات التراث الحرفي للجهة، مثل نسج الزرابي من خنيفرة، أبي الجعد، أزيلال، وبني ملال. بالإضافة إلى عرض أزياء وحلي المناطق المحلية، وأسلوب حياة السكان.

وفي نفس الإطار، أكد محمد شكري، المحافظ الجهوي للتراث الثقافي، أن هذا المتحف الجديد يهدف إلى تعزيز مكونات الجهة الحضارية والسياحية والتاريخية، مشيرًا إلى أنه سيكون فضاء بحثي للطلبة والباحثين. وأشاد بافتتاح المتحف الذي يعزز المؤسسات التراثية والسياحية في الجهة.

ويندرج إنشاء المتحف في إطار اتفاقية شراكة بين وزارة السياحة والصناعة التقليدية والاقتصاد الاجتماعي والتضامني، مجلس جهة بني ملال-خنيفرة، مجموعة المكتب الشريف للفوسفات، والشركة المغربية للهندسة السياحية. تهدف الاتفاقية إلى تهيئة وتأهيل موقع عين أسردون بفضاءات جذب واسترخاء حديثة، بما يتماشى مع الاستراتيجية السياحية الجهوية.



أجي تقرا المجلة الشهرية ديالنا

LODJ I-MAG

جائزة عمار العربية 2024: دعم للمواهب ذوي الإعاقة في المغرب والعالم العربي



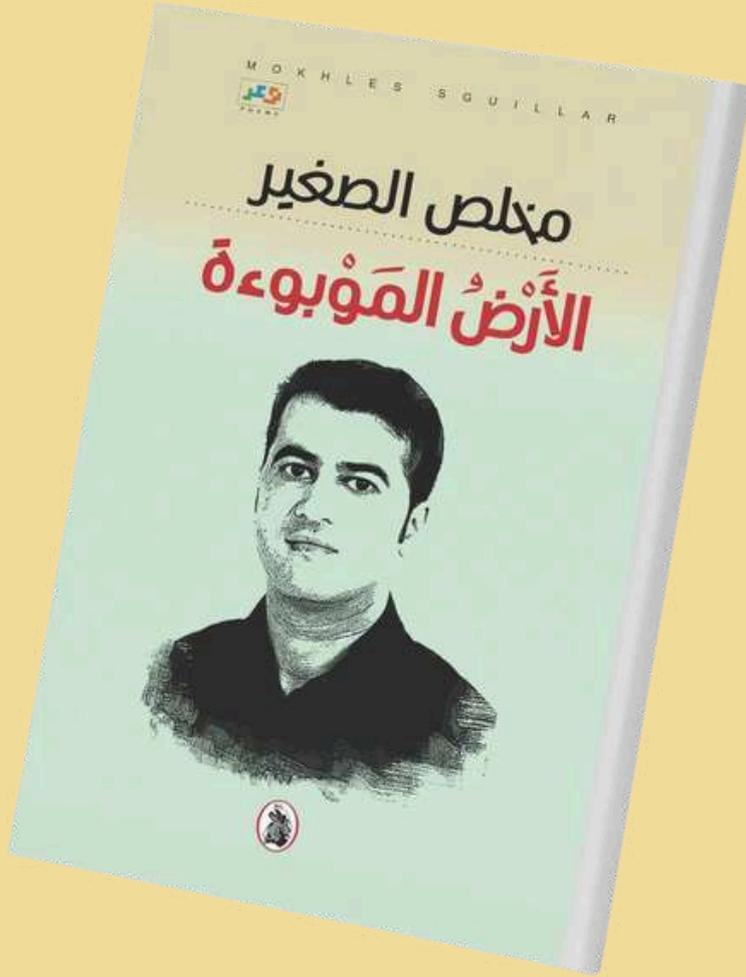
تقدم جائزة عمار العربية هذا العام لدعم المواهب المغاربة ذوي الاحتياجات الخاصة، في دورتها الثامنة من الجائزة، في المملكة العربية السعودية على المستوى المحلي والعربي. تعمل الفنانة التشكيلية نادية الشلاوي كعضو في لجنة التحكيم، ممثلةً المغرب في هذا الحدث البارز.

وتأسست جائزة عمار لتكريم ودعم المبدعين ذوي الإعاقة، والتي تحمل اسم الدكتور عمار بوقس، رمزًا للإرادة والموهبة في المجتمعات ذوي الاحتياجات الخاصة. تهدف الجائزة إلى تشجيع التفوق والابتكار بين هذه الفئة المميزة من المواهب، مما يساهم في دمجهم بشكل أكبر في المجتمع ودعمهم في تحقيق طموحاتهم الإبداعية.

في دورتها الثامنة، تستقطب الجائزة مشاركات من جميع أنحاء العالم العربي، مما يعكس التزامها بتعزيز التنمية المستدامة والشمولية الاجتماعية في المجتمعات. وتأتي هذه الجائزة في إطار دعمها المستمر من قبل أحمد بن سليمان الراجحي، وزير الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية بالمملكة العربية السعودية، ومن مختلف الجهات والمسؤولين المعنيين بذوي الإعاقة في دول الخليج والعالم العربي.

اقرأ المزيد

كتاب الأسبوع



الشاعر المغربي مخلص الصغير في «الأرض الموبوءة»

صدر حديثاً للشاعر المغربي مخلص الصغير ديوان «الأرض الموبوءة»
عن المؤسسة العربية للدراسات والنشر.

دراسة تكشف تأثير الذكاء الاصطناعي على الإبداع

توصلت دراسة حديثة إلى أن استخدام الذكاء الاصطناعي في كتابة القصص قد يشكل تهديداً للإبداع الفردي والتنوع الفني في المستقبل. أجرى أنيل دوشي وأوليفر هاوزر من جامعة "يونيفرسي تي كوليدج" وجامعة "إكستر" على التوالي، دراسة تجريبية شارك فيها نحو 300 متطوع يقومون بكتابة قصص باستخدام الذكاء الاصطناعي.

الدراسة قسمت المتطوعين إلى ثلاث مجموعات، حيث تلقت المجموعة الأولى دعماً محدوداً أو لم تتلق أي دعم من الذكاء الاصطناعي، بينما حصلت المجموعة الثانية على فكرة للقصة من الذكاء الاصطناعي، وتلقت المجموعة الثالثة مساعدة كاملة في إنشاء أفكار القصة بواسطة الذكاء الاصطناعي.

بعد الانتهاء، تم قياس مدى الإبداع والتمتع بالقصص، وأظهرت النتائج أن استخدام الذكاء الاصطناعي قد ساهم في تحسين الإبداع الفردي بنسبة تصل إلى 10% وزيادة الاستمتاع بالقصة بنسبة 22%. لكن على الجانب الآخر، كانت القصص التي تم كتابتها بمساعدة الذكاء الاصطناعي أكثر تشابهاً بعضها مع بعض، مما يشير إلى خطر فقدان التنوع الإبداعي والفني.



[اقرأ المزيد](#)

مسلسل 'قفطان خديجة': رحلة درامية لإبراز التراث اللامادي المغربي

بدأت الدراما المغربية رحلة جديدة في تسليط الضوء على التراث الثقافي الوطني من خلال مسلسنها الجديد "قفطان خديجة". يأتي هذا العمل الدرامي في وقت تشهد فيه المنظمات الدولية سباقاً محموماً نحو تسجيل عناصر التراث الثقافي، مما يجعل المشاركة في هذا السباق أمراً حيوياً للمغرب.



تأتي قصة "قفطان خديجة"، المنتجة بواسطة شركة "إيماج فاكستوري" وتصويرها في الأحياء القديمة بالدار البيضاء، لتبرز رحلة "ليلي"، التي تجسد دورها محاسن المراتب، امرأة تجد نفسها مفلسة بعد أن كانت عائلتها من الطبقة الثرية. تعود "ليلي" إلى مهنة جدتها في صناعة القفطان المغربي، ومن خلال هذه العودة تكتشف ليلي الجانب الإبداعي في شخصيتها وتبدأ رحلة صعودها من جديد.

المسلسل يسلط الضوء على دور القفطان التقليدي كرمز للهوية الوطنية والتراث الثقافي، ويؤكد على أهمية نقل هذا التراث إلى الأجيال القادمة للمحافظة على استمراريته. بالإضافة إلى ذلك، يندرج "قفطان خديجة" ضمن الجهود الوطنية لدعم الملف المغربي لتسجيل القفطان كجزء من التراث الثقافي لدى منظمات مثل اليونسكو والإسكو، والتي تشهد المملكة حضوراً قوياً على المستويين الإقليمي والدولي.

المسلسل من إخراج لميس خيرات، ويشارك في بطولته نخبة من نجوم الشاشة المغربية والخارجية، وبعد خطوة إضافية نحو تعزيز مكانة الدراما المغربية وتعريف الجمهور بجوانب متنوعة من التراث الوطني بطريقة إبداعية وملهمة.

حضور وزيرة التضامن والإدماج الاجتماعي والأسرة لفعاليات افتتاح الدورة العاشرة للأيام الوطنية لنزهة الملحون

حضور وزيرة التضامن والإدماج الاجتماعي والأسرة، لفعاليات افتتاح الدورة العاشرة للأيام الوطنية لنزهة الملحون بساحة سوق الغزل بالمدينة العتيقة سلا

افتتحت وزيرة التضامن والإدماج الاجتماعي، السيدة عواطف حيار، فعاليات الدورة العاشرة للأيام الوطنية لنزهة الملحون، والتي أقيمت في ساحة سوق الغزل بالمدينة العتيقة سلا. وقد شهد هذا الحدث حضوراً لافتاً من مختلف الفئات المجتمعية والمهتمين بالفنون والثقافة التراثية المغربية. وتأتي هذه المبادرة لتعزيز دور الثقافة في تعزيز التضامن الاجتماعي وتأكيد الهوية الوطنية، كما تُبرز الاهتمام المتزايد بالتراث المغربي الأصيل، وتأكيد التزام الوزارة بدعم الفعاليات الثقافية التي تساهم في الإدماج الاجتماعي والاقتصادي للمجتمع.



[اقرأ المزيد](#)

لوجا .INFO

فيديو الأسبوع



أبرز المعالم التاريخية في الرباط



SCAN ME

@lodjmaroc



كيفية اختيار زي السباحة المناسب لإخفاء عيوب الجسم

مع قدوم موسم العطلات والإجازات الصيفية وقضاء الوقت على نشاط البحر، يصبح اختيار ثوب السباحة المناسب أمرًا مهمًا. ولكن كيف يمكن اختيار الزي المناسب الذي يخفي عيوب الجسم؟ نقدم لك دليلًا حول أفضل أثواب السباحة المناسبة لكل نوع من أنواع القوام. استنادًا إلى موضة صيف 2024.

قوام الإجازة

إذا كان محيط الأرداف لديك أكبر بمعدل 5% من بقية الجسم، فأنت تمتلكين قوام الإجازة. في هذه الحالة، يُنصح باختيار ثوب سباحة على شكل شورت قصير أو زي يتألف من قطعتين مثل "Skort"، وهو جزء علوي مع تنورة وشورت ملتصق. يمكن أيضًا اعتماد قصة "Tankini"، وهو ثوب سباحة يتخذ شكل ثوب مع جزء سفلي. يفضل اختيار قماش مطبوع خاصة عند الجزء العلوي للتركيز على نقاط القوة في الجسم.

قوام المثلث المقلوب (Inverted Triangle)

إذا كنت تعانين من أكتاف عريضة، اختاري زي سباحة بياقة منخفضة وجريئة "Plunging Neckline". يمكن أيضًا اختيار زي بحمالة عريضة أو من كتف واحدة لتقليل العرض. خيار آخر هو زي سباحة يتألف من قطعتين، مع جزء علوي بأكتاف منسدلة على طريقة بريجيت باردو في حقبة الخمسينيات، وهو ما يعرف بـ"باردو ستايل" (Bardot Style).

القوام الرملي

إذا كانت مقاييس الصدر متناسبة مع الأوراك ولديك خصر نحيل، فإن البيكيني من قطعتين يكون مثاليًا. يمكن أيضًا اختيار المايوه الذي يتخذ شكل الهرم. إذا كنت تعانين من مشكلة السيلوليت عند الأرداف، يمكن اختيار أثواب سباحة منخفضة الخصر، فالوزن الصحي لا يمحو بالضرورة مشكلة السيلوليت.



قوام المستطيل (Rectangular Bodyshape)

إذا كانت مقاييس الصدر والأرداف لديك متساوية، يُنصح باختيار قماش مطبوع بشكل هندسي، أو ثوب بتقنية "Cut out".

القوام الممتلئ من الوسط

إذا كنت تعانين من ترهلات في منطقة البطن نتيجة ولادات متعددة أو إذا كنت ممتلئة من الوسط، يُفضل اختيار ثوب سباحة من قطعة واحدة مزدان بتقنية تفرغ عند الصدر والخصر لتمويه العيوب وإضفاء رونق على القوام.

باختيار الزي المناسب لشكل جسمك، يمكنك الشعور بالراحة والثقة أثناء الاستمتاع بوقتك على الشاطئ هذا الصيف

ظهور بلوزة مستوحاة من الزي الروماني التقليدي في تشكيلة صيف

"لوي فيتون" أثار ظهور بلوزة مستوحاة من الزي الروماني التقليدي في تشكيلة صيف "لوي فيتون" موجة غضب عارمة في رومانيا، حيث طالب الكثيرون بسحبها واحترام التراث الثقافي للبلاد.

لم يكن معظم سكان قرية فايديني الرومانية، الواقعة عند سفح جبال الكاربات، على دراية بعلامة "لوي فيتون" الفاخرة قبل أن يروا بلوزة بيضاء مطرزة بنقوش سوداء ضمن تشكيلة ملابس البحر الخاصة بالعلامة.

وتبين أن البلوزة، التي صممها نيكولا غيسكيير، مستوحاة من "ie"، بلوزة تقليدية ترتديها النساء في جميع أنحاء رومانيا. هي نسخة طبق الأصل من الزي الشعبي الروماني، ليثير هذا الموضوع سخطا و غضبا في جميع أنحاء رومانيا، بما في ذلك وزارة الثقافة التي طالبت "لوي فيتون" بالاعتراف بتراث رومانيا الثقافي. وأكدت الوزارة إلى أن التراث الروماني كان مصدر إلهام للعديد من المصممين المشهورين على غرار إيف سان لوران وجان بول غوتيه وكينزو وديور.

ومن المهم التأكيد على دور وسائل التواصل الاجتماعي التي ساهمت في توسيع نطاق النقاش ووجود الفعل، حيث أعرب العديد من النشطاء حول العالم عن رفضهم القاطع لقيام العلامات التجارية الكبرى باستغلال التراث الثقافي دون إذن أو تعويض.

كما أطلقت جمعية "البلوزة الرومانية" حملة بعنوان "Give Credit" للدفاع عن الثقافة الرومانية وفصح الاستخدام المفرط لمصممي الأزياء للزي التقليدي الروماني. لطالبت "لوي فيتون" بسحب الملابس من مجموعة صيف 2024 التي تستسخ بشكل كامل أو جزئي قطعها والعناصر الزخرفية للتورة والقمصان التقليدية الرومانية.

[اقرأ المزيد](#)



أغنية الأسبوع



بوم بوم

هند زيادي



تنسيق الفساتين الموردة بالورود للمحبات

لا منافس للفساتين الموردة في الصيف، فهي من الصيحات التي لا يكل المصممون من إدراجها ضمن مجموعاتهم الجديدة في مختلف المواسم. وتتسابق المؤثرات في التألق بها ويتفنن في تنسيقها بطرق رائعة تعكس شخصيتهن وتبرز جمال كل تصميم. من هنا، نقدم لك أجمل موديلات فساتين معرقة بالورود أطلت بها مدونات الموضة المحبات، لعلها تكون مصدر إلهام تستوحين منه أجمل التنسيقات سواء مع الأكسسوارات أو الطرحات.

نصائح لتنسيق الفساتين الموردة بأناقة

ابتعدي عن الطبقات المزدحمة: لأنها ستظهر كإطلالة مبالغ بها خاصة إذا كان حجم الطبعة كبيراً. من الأفضل اللجوء إلى الموديلات المزينة بطبقات ناعمة لتحصلي على إطلالة راقية. كما يفضل عدم دمج أنماط الورود مع تفاصيل أخرى مثل الكشاكش أو الريش للحفاظ على بساطة الطلة.

اختر لون الطرحة بعناية: إذا كان فستانك متعدد الألوان، يفضل اختيار طرحتك بأقل لون متوفر في الطبعة التي تعتمدينها، لتبقى إطلالتك أنيقة وبسيطة. كذلك، خامة الطرحة تلعب دوراً في إكمال أناقتك بالشكل الصحيح. ننصحك باعتماد الطرحات الشيفون إذا كان فستانك مصمماً من نفس الخامة، أما الفساتين القطنية والدينيم، فستاسبها الطرحات القطنية.

الأحذية بالألوان المحايدة: وجهي اختيارك نحو الأحذية السادة المصممة بألوان محايدة مثل الأبيض أو الأسود أو بألوان ترابية مثل البيج أو الجملي أو الرمادي. ابتعدي عن الألوان الصارخة والجريئة لأنها قد تفسد رقي إطلالتك.

الأحذية بالألوان المحايدة: وجهي اختيارك نحو الأحذية السادة المصممة ...



إقرأ المزيد



أجي تقرا العجلة الشهرية ديالنا

L'ODJ-MAG

"موسم الموضة 2024: جرأة وإبداع في تصاميم تجسد الفن والأناقة"

ترجم الموسم الحالي في عالم الموضة نهجاً مرعاً وجريئاً، حيث تجسدت الإبداعات بأساليب مختلفة ومبتكرة تماماً. استطاع المصممون أن يلعبوا بالأشكال والألوان بشكل لافت، مع اعتماد نقشات فنية وتصاميم جريئة تعكس تجارب جديدة ومتنوعة.

بموسمه المميز، استطاع عالم الموضة هذا العام أن يتجاوز التقاليد ويمزج بين الجرأة والإبداع بطرق مثيرة ومبتكرة. من خلال تصاميم تتسم بالحرية والجرأة، ابتكر المصممون نماذج فنية استثنائية تبتض بالحيوية والأناقة. على سبيل المثال، استخدم "آرثر أريسر" تقنيات فنية متقدمة في نقشاته التي تحاكي فن الرسم بالفرشاة، ما أضفى لمسة فنية مبتكرة على مجموعته. ولم تقتصر الإبداعات عند هذا الحد، حيث قدمت "بريري" سلاسل معدنية متشابكة تجسد الأناقة التقليدية ولمسة عصرية، مما جعلها تحية مميزة لإرث الدار.

في نفس السياق، لم تكن نقشات دار "كافالي" التي زينت قميصها بطائر الفينيق، الودي مجرد تفاصيل جمالية، بل عثرت عن روح الإبداع والتجديد التي تسيطر على موسم الموضة هذا العام. بمعاطفها وستراتها الفخمة، أكد المصممون على رغبتهم في تقديم قصص أزياء تتجاوز الحدود التقليدية وتتفتح بأسلوب يلامس الجمال والأناقة في آن واحد.



المطبخ المغربي ينتصر: أفضل مطبخ في العالم!

وفي قرار شهد مشاركة عالية، صوت جمهور بوبيتي للمطبخ المغربي باعتباره "أفضل مطبخ في العالم". وتم تحديد هذه النتيجة من خلال تصويت شعبي حيث حصل المطبخ المغربي على 60% من الأصوات مقابل 40% للمطبخ المكسيكي.

شارك ملايين المعجبين في هذا التصويت، مما أظهر حماسًا حقيقيًا لمسابقة الطهي هذه. لقد كان مجتمع @pubity نشطًا بشكل لا يصدق، حيث عبر عن تفضيلاته ودعم مأكولاته المفضلة.



الكوفية الفلسطينية تغضب عميد كلية في المغرب

"الحياة مواقف، والمواقف لا تُنسى". هذه المقولة تلخص قصة ما حدث بين طالبة مغربية ارتدت الكوفية الفلسطينية خلال حفل توزيع الجوائز على المتفوقين ساعة تسليمها الشهادة وبين محمد الطالب عميد كلية العلوم بنمسيك في مدينة الدار البيضاء بالمغرب، الذي رفض تسليمها الشهادة الجامعية بسبب ارتدائها للكوفية.

ووثق مقطع فيديو صعود الطالبة المتفوقة إلى المنصة للتكريم، ولكن عميد كلية بنمسيك الذي كان حاضرا كضيف شرف رفض تسليمها الشهادة، بل طالبها بنزع الكوفية الفلسطينية، ولكن الطالبة رفضت طلبه وبقيت على موقفها.

TOP & FLOP

حدث الأسبوع



محاولة اغتيال ترامب جعلت إعادة انتخابه أمرا لا مفر منه

يبدو أن المرشح الرئاسي الجمهوري المفترض دونالد ترامب في صحة جيدة بعد أن أصابت رصاصة أذنه مساء السبت، في محاولة فاشلة لاغتياله خلال تجمع انتخابي في بتلر بولاية بنسلفانيا. ويمكن لترامب، الذي كان يتوقع بالفعل فوزا ساحقا في نوفمبر قبل التحول الدراماتيكي للأحداث يوم السبت، المضي قدما والبدء في الاستعداد لعودته شبه الحتمية إلى البيت الأبيض.

L'ODJ .MA CHATBOT

WWW.LODJ.MA



PARLEZ-NOUS À TRAVERS NOTRE NOUVEAU CHATBOT
ET OBTENEZ DES RÉPONSES INSTANTANÉES, IL EST LÀ POUR
VOUS AIDER 24H/24.



SCAN ME



لوجا .INFO

كيسولة الأسبوع



SCAN ME

@lodjmaroc





www.pressplus.ma



LE KIOSQUE 2.0 DE L'ODJ MÉDIA

100%
FREE



Pressplus est le kiosque 100% digital et augmenté de **L'ODJ Média**

du groupe de presse **Arrissala SA** qui vous permet de lire une centaine de nos **magazines, hebdomadaires et quotidiens** gratuitement.

Que vous utilisiez votre téléphone mobile, votre tablette ou même votre PC, **Pressplus** vous apporte le kiosque directement chez vous !



SCAN ME



WATCH NOW



SCAN ME!

أحمد العلمي يستضيف فوزية الريحاني

التعليم عن بعد تطور

بسرعة بعد كوفيد 19