

لويدجاند

مجلة لودجي ميديا الأسبوعية

”
اتقوا الله
في المغاربة

هل لا يزال بإمكان الوزير قول الحقيقة في المغرب؟



SCAN ME!

WWW.LODJ.INFO

العدد 46 - فبراير 2025

حياتنا

بنموسى يكشف عن أرقام
جديدة حول التفاوت
الاجتماعي ومستوى
المعيشة في المغرب

أخبار الأسبوع

المغرب وإسبانيا يبدآن
النشاط الجمركي في سبتة
ومليية بعد نجاح
العمليات الأولية



يحدث في آخر 24 ساعة



معرض

الافتتاحية	04
أخبار الأسبوع	06
حياتنا	12
صحتنا	18
فن وفكر	24
أناقة وجمال	30



لوديجي ميديا - مؤسسة الرسالة الإعلامية

فريق النشر :
سارة البوفي - أمل الهواري
سلمى الشاوي - عائشة بوسكين

تصميم ومونتاج :
وفاء - ندى دحان

إدارة فنية وتقنية :
محمد أيت بلحسن

اقرأ أعدادنا القديمة :
www.pressplus.ma



هل لا يزال بإمكان الوزير قول الحقيقة في المغرب؟



حزب الاستقلال يظل وفيًا لنهجه، سواء في الحكومة أو في المعارضة، من خلال أسلوبه القائم على "النقد الذاتي"، وهو نهج لم يولد اليوم.

في ظل الارتفاع المتزايد للأسعار في المغرب، يجد المواطن نفسه أمام معضلة حقيقية كلما قصد السوق. هذه الأزمة جعلت من غلاء المعيشة قضية سياسية ساخنة، حيث تتخذها المعارضة ذريعة للهجوم على الحكومة، لكن المفاجأة تكمن حينما يكون النقد صادراً من داخل السلطة نفسها.

هذا ما قام به نزار بركة، الأمين العام لحزب الاستقلال ووزير التجهيز والماء، خلال تجمع خطابي في أولاد فرج. لم يتردد في توجيه انتقادات لاذعة للمضاربات التي تسببت في ارتفاع أسعار المواد الغذائية، خاصة اللحوم الحمراء والدواجن، متهمًا بعض الفاعلين في السوق بالاستفادة من الدعم العمومي دون أن ينعكس ذلك على المستهلكين.

جراً في انتقاد المضاربات لم يكتفِ بركة بالكلام العام، بل قدم أرقاماً صادمة، قائلاً:

"خلال عيد الأضحى، قمنا بدعم استيراد الأغنام بـ 500 درهم للرأس، ومع ذلك، هناك من أدخلها بـ 2000 درهم وباعها بـ 4000 درهم!". هذا التصريح فجر موجة من التصفيق وسط الحضور.

حزب الاستقلال.. نفس الخطاب في الحكومة وخارجها لكن بعيداً عن الإثارة، يبرز تساؤل مشروع: كيف لوزير في الحكومة أن ينتقد وضعا هو جزء من إدارته؟ قبل أسابيع فقط، كانت الأغلبية الحكومية، بقيادة عزيز أخنوش، تصرّ على أنها

تتخذ إجراءات لحماية القدرة الشرائية للمواطنين. فما الذي تغير؟

الحقيقة أن حزب الاستقلال كان دائماً وفيًا لخطه السياسي، سواء في الحكومة أو في المعارضة. تاريخه يعكس توازناً بين المشاركة في تدبير الشأن العام والحفاظ على استقلالية القرار. حين يتحدث بركة بهذه الجراءة، فهو لا ينقلب على الحكومة، بل يواصل نهج الحزب الذي لم يتردد يوماً في انتقاد الخلل، حتى من داخل السلطة.

هل هذا الخطاب يهدد استقرار الحكومة؟

تصريحات بركة قد تبدو وكأنها تهدد تماسك التحالف الحكومي، لكن الواقع أكثر تعقيداً. فهو لا يضعف الأغلبية، بل يعيد التذكير بأن الالتزام بالحكومة لا يعني بالضرورة السكوت عن الأخطاء.

وبعيداً عن الحسابات الانتخابية، تعكس هذه المواقف واقع الضغط الذي تعيشه الطبقة المتوسطة والفئات الهشة بسبب الأزمة الاقتصادية. السؤال المطروح اليوم: هل تملك الحكومة فعلاً الأدوات الكافية لمواجهة التضخم وكبح المضاربات؟

في نهاية المطاف، يبقى حزب الاستقلال وفيًا لهويته السياسية كحزب يحاول التوفيق بين مسؤولية الحكم وواجب النقد. وفي ظل أوضاع اجتماعية متوترة، يبدو أن هذا النهج ليس مجرد تكتيك، بل خيار سياسي واقعي ينسجم مع تقلبات المشهد المغربي.



بقلم: عدنان بن شقرون

تصريح الأسبوع

دد

أنا أتسائل عن
سبب إغلاق
مسارح مذهبلة
في الرباط و
الدار البيضاء ..
لا أعرف ماذا
أقول؟

جاد المالح
ممثل كوميدي الفرنسي
من أصل يهودي مغربي

المغرب وإسبانيا يبدآن النشاط الجمركي في سبتة ومليلية بعد نجاح العمليات الأولية

أفادت تقارير صحفية إسبانية نقلًا عن مصادرها الخاصة، أن النشاط الجمركي بين المغرب ومديتي سبتة ومليلية المحتلتين سينطلق قريبًا بعد نجاح عمليتين تم تنفيذهما في معبري سبتة ومليلية، خصوصًا معبر باب سبتة.

حيث شهد المعبر الأخير نجاح شاحنة محملة بأجزاء سيارات في عبور المعبر بعد محاولتين فاشلتين، بينما عبرت شاحنة محملة بأجهزة تسخين معبر سبتة بنجاح بعد اجتياز الإجراءات الجمركية بشكل كامل.

وتعتبر هذه العمليات خطوة مهمة نحو استئناف النشاط التجاري بين المغرب والمديتين المحتلتين، حيث أكدت المصادر ذاتها أن نجاح العمليات يشير إلى انطلاق النشاط الجمركي التجاري في معبري سبتة ومليلية، ومن المتوقع الإعلان عن الصيغة النهائية لحركة العبور اليومي وعدد الشاحنات التي ستسمح لها السلطات بالعبور.

ووفقًا لتقارير صحفية، فإن انطلاق النشاط الجمركي في المعبرين أثار جدلًا في الأوساط السياسية الإسبانية، حيث وضع الأحزاب اليمينية، مثل حزب "فوكس"، في موقف مرجح بعدما كانوا قد شككوا في إمكانية استئناف النشاط الجمركي مع سبتة ومليلية.

وكان المغرب قد أغلق الجمارك التجارية مع مليلية بشكل أحادي في عام 2018، على خلفية توتر العلاقات الدبلوماسية بين البلدين بعد رفض إسبانيا الاعتراف بسيادة المغرب على الصحراء. أما سبتة فلم تكن تحتوي على أي مكتب جمركي يسمح بعبور البضائع، حيث كان يقتصر السماح فقط بعبور الأفراد والمركبات الخاصة.

وأشارت صابرنا موه، مندوبة الحكومة الإسبانية في مليلية، إلى أن شاحنة واحدة ستعبر يوميًا إلى المغرب في البداية، على أن يتم رفع هذا العدد في حال زيادة الطلب. ومع ذلك، تجنبت الحديث عن "الصيغة النهائية" للنشاط الجمركي، مؤكدة أن العملية ستتبع نفس المعايير الجمركية الإسبانية.



المغرب يجب مخططاً إرهابياً خطيراً ويوقف 12 متطرفاً على صلة بتنظيم "داعش"

تمكن المكتب المركزي للأبحاث القضائية، صباح اليوم الأربعاء 19 فبراير 2025، من إحباط مخطط إرهابي بالغ الخطورة كان يستهدف المغرب بتكليف وتحريض مباشر من قيادي بارز في تنظيم "داعش" بمنطقة الساحل الإفريقي. العملية الأمنية تم تنفيذها بناءً على معلومات استخباراتية دقيقة وفرتها المديرية العامة لمراقبة التراب الوطني، وأسفرت عن توقيف 12 متطرفاً تتراوح أعمارهم بين 18 و40 سنة، بايعوا التنظيم الإرهابي وانخرطوا في الإعداد لتنفيذ مشاريع إرهابية خطيرة.

تنفيذ عمليات أمنية متزامنة في عدة مدن

أوضح بيان صادر عن المديرية العامة للأمن الوطني ومراقبة التراب الوطني أن العمليات الأمنية نُفذت بشكل متزامن في مدن العيون، الدار البيضاء، فاس، تاونات، طنجة، أزموور، جرسيف، أولاد تايمة، وتامسنة بضواحي الرباط. العملية أشرفت عليها عناصر القوة الخاصة التابعة للمديرية العامة لمراقبة التراب الوطني، والتي طبقت بروتوكول الأمن الخاص بالتهديدات الإرهابية الخطيرة.

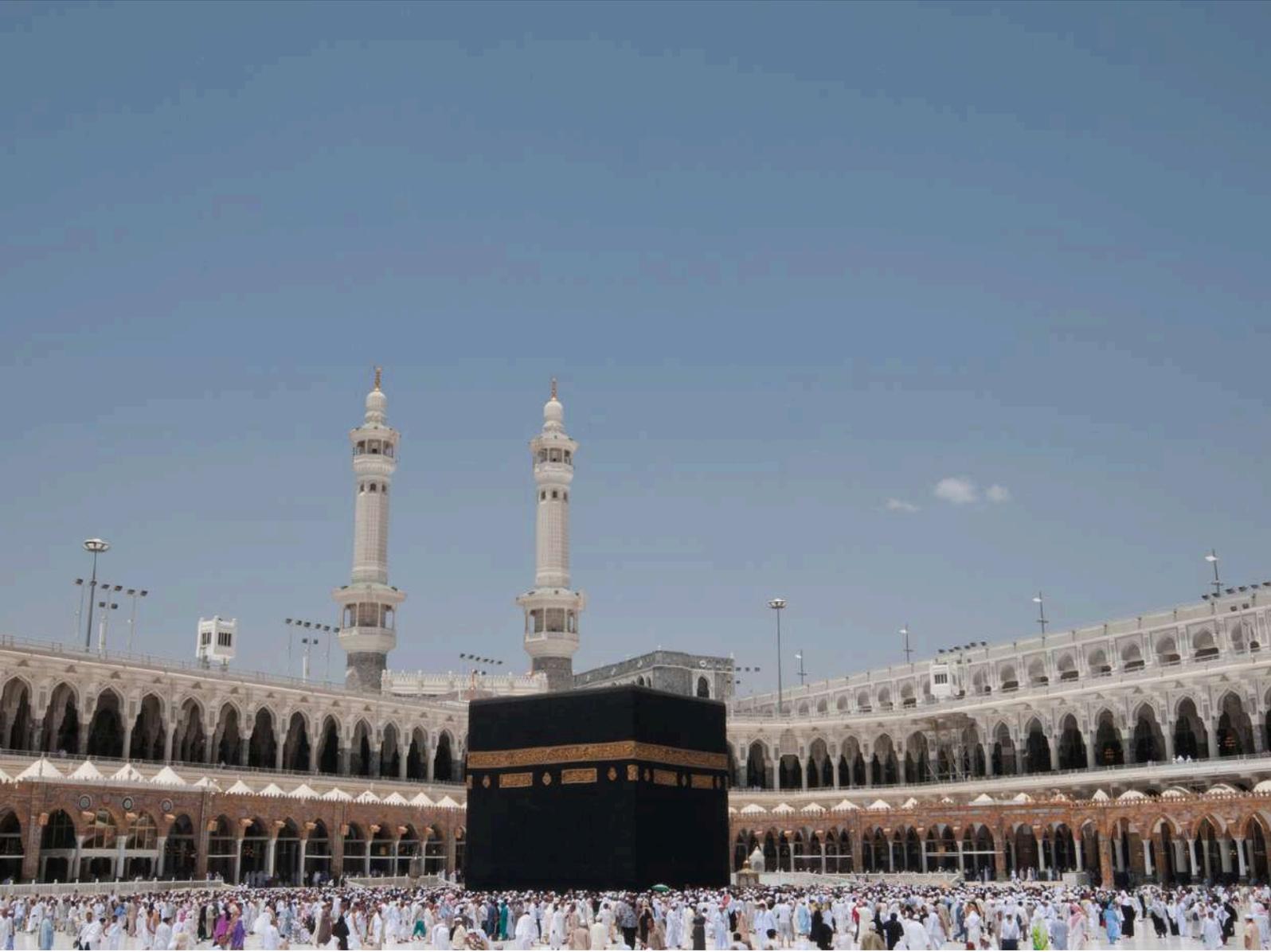
تم نشر فرق القنطرة لتحييد المخاطر المحتملة، واستخدام فرق الاقتحام والتسلق، بالإضافة إلى تقنيي الكشف عن المتفجرات وفرق الكلاب المدربة لمسح وتمشيط أماكن التدخل. كما قامت الشرطة بإجلاء سكان الشقق القريبة من أماكن العمليات كإجراء احترازي لضمان سلامتهم.

ضبط متفجرات وأسلحة وأدلة خطيرة

عمليات التفتيش التي أعقبت توقيف المشتبه فيهم أسفرت عن ضبط مواد شديدة الخطورة، منها أربع قنينات غاز معدلة تحتوي على مسامير ومواد كيميائية موصولة بأسلاك كهربائية وأجهزة هواتف محمولة معدة للتفجير عن بعد، بالإضافة إلى عبوة ناسفة داخل طنجرة ضغط. كما تم العثور على أسلحة بيضاء، مبلغ مالي بالدولار الأمريكي، ومواد كيميائية مشبوهة تدخل في صناعة المتفجرات.

[اقرأ المزيد](#)

63.770,00 درهما



أقرت اللجنة الملكية للحج خلال اجتماعها الثاني برسم موسم حج 1446هـ، يوم الثلاثاء، تحديد الكلفة النهائية للحج برسم هذا الموسم بالنسبة للحجاج المؤطرين من طرف وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية، في 63.770,00 درهما.

الجامعة الوطنية للصحافة ترفض قرار حرمان صحافيي القطاع العام من بطاقة القطار المجانية



عبر المكتب الوطني للجامعة الوطنية للصحافة والإعلام والاتصال، التابعة للاتحاد المغربي للشغل، عن رفضه القاطع لقرار حرمان العاملين في الإعلام العمومي من الاستفادة من بطاقة القطار المجانية، معتبراً إياه تراجعاً عن حق مكتسب لصحافيي القطاع دام لعقود

وأوضح المكتب في بيان له أن هذا القرار يأتي في وقت يتوفر فيه فائض مالي سنوي يقدر بـ 7 ملايين درهم في الغلاف المخصص لهذا الدعم، ما يبرز التراجع في حقوق الصحافيين في القطاع.

وأكد المكتب أن هذا القرار تم اتخاذه دون وجود نص قانوني ينظمه، مما يزيد من تعقيد الوضع الإعلامي في المغرب. كما جدد المكتب رفضه للمرسوم الوزاري المتعلق بدعم لصحافة الذي يستثني المقاولات الصغيرة من الاستفادة من الدعم العمومي. واعتبر المكتب أن غياب هذا الدعم بشكل ضربة قاسية للصحافة الجهوية التي تسهم بشكل كبير في التنمية المحلية والدفاع عن قضايا الوطن. كما طالب المكتب الوطني للصحافة بفتح حوار وطني شامل حول أزمة الصحافة والإعلام في المغرب، داعياً إلى ضرورة إشراك جميع الفاعلين في القطاع، وعلى رأسهم الجامعة الوطنية، للوصول إلى حلول عملية تعيد الاعتبار للقطاع.

اقرأ المزيد



أجي تقرا المجلة الشهرية ديالنا

L'ODJ I-MAG

محمد ولد الرشيد: الحماية الاجتماعية في المغرب تواجه تحديات تشريعية واقتصادية تتطلب نقاشاً جماعياً

صرح محمد ولد الرشيد، رئيس مجلس المستشارين، بأن ورش الحماية الاجتماعية في المغرب يواجه العديد من التحديات التي تستدعي تعاملًا تشريعيًا دقيقًا واستجابة مرنة للتحويلات الاقتصادية والاجتماعية، مؤكداً على ضرورة تعزيز التفكير الجماعي والنقاش البناء لمواجهة هذه التحديات.

وفي كلمة ألقاها صباح اليوم الإثنين خلال افتتاح المنتدى البرلماني الدولي التاسع للعدالة الاجتماعية تحت شعار "تعميم الحماية الاجتماعية في المغرب: رؤية تنموية بمعايير دولية"، أشار ولد الرشيد إلى أن هذا الإصلاح، رغم متانتها وصلابة أسسه، يواجه تحديات عديدة تتطلب التفكير الجماعي والنقاش العمومي البناء. وأوضح أن التحديات التي تعيق تنزيل هذا الورش تتعلق بملاءمة التشريعات الوطنية مع المعايير الدولية، إضافة إلى ضرورة تعزيز الإطار القانوني بشكل شامل لتفادي التداخل بين النصوص ذات الصلة. كما أشار إلى ضرورة توفير شروط استدامة المنظومة في مواجهة التحويلات الاقتصادية والاجتماعية والديمغرافية، بما يواكب احتياجات المواطنين في ظل الإكراهات المالية والمؤسسية.



وأكد ولد الرشيد أن المغرب حقق بالفعل خطوات مهمة في مجال الحماية الاجتماعية، مستعرضاً تاريخ بناء المنظومة الوطنية منذ الاستقلال تحت إشراف الملكين الراحلين محمد الخامس والحسن الثاني. كما أشار إلى أن العاهل المغربي محمد السادس، منذ توليه العرش، أطلق العديد من المبادرات لتعزيز وتقوية هذه المنظومة، من خلال المبادرة الوطنية للتنمية البشرية والإصلاحات المتتالية لأنظمة التغطية الصحية، وصولاً إلى تعميم الحماية الاجتماعية كما جاء في خطاب العرش عام 2020.

وفيما يخص القانون الإطار رقم 09.21 المتعلق بالحماية الاجتماعية، أكد رئيس مجلس المستشارين على أنه يشكل خطوة مهمة في تحديد الجدولة الزمنية لتنفيذ الإصلاحات، ما يعكس التزام الحكومة بالتطبيق الفعلي للمنظومة وفق منهجية التدبير بالنتائج.

اقرأ المزيد

بالصور والفيديو: المغرب يحبط مخططا إرهابيا خطيرا ويوقف 12 متطرفا على صلة بتنظيم «داعش»



أعلن المكتب المركزي للأبحاث القضائية اليوم الأربعاء عن إبطاء مخطط إرهابي بالغ الخطورة كان يستهدف المغرب.
وأوضح "البسيج" في تغريدة على تطبيق "إكس" أن هذا المخطط كان بتكليف وتحريض مباشر من قيادي بارز في تنظيم داعش بمنطقة الساحل الإفريقي.
كما كشف "البسيج" عن توقيف 12 متطرفاً في مدن العيون، الدار البيضاء، فاس، طنجة، أزموور، جرسيف، أولاد تايمه، وتامسنا.

الدار البيضاء تسعى لإنهاء فوضى حراس السيارات عبر تنظيم شامل

في خطوة جريئة تهدف إلى وضع حد لفوضى حراس السيارات في شوارع الدار البيضاء، تعمل جماعة المدينة على إعداد دفتر تحملات جديد خاص بتنظيم عملية ركن السيارات والدراجات. هذا الإجراء، الذي كشفت عنه جريدة «الأحداث المغربية» في عددها الصادر يوم الجمعة 14 فبراير 2025، يهدف إلى إحداث تحول جذري في إدارة مواقف السيارات بالمدينة.



شراكة مرتقبة مع شركة محلية لتنظيم القطاع تدرس جماعة الدار البيضاء إمكانية تفويض إدارة هذا القطاع إلى إحدى الشركات المحلية. في خطوة من شأنها تعزيز الشفافية والتنظيم، وقد تم تشكيل لجنة خاصة تضم ممثلين عن الأغلبية والمعارضة داخل المجلس الجماعي، تعمل حالياً على مراجعة النسخة المحدثة من دفتر التحملات الذي أعدته مصالح الجماعة، حيث من المرتقب أن تتم مناقشته والمصادقة عليه قريباً.

تعزيز العدادات الإلكترونية كبديل عصري وفقاً لمصادر مطلعة بمجلس المدينة، سيتم العمل على تعميم العدادات الإلكترونية كحل عملي لإنهاء ظاهرة حراس السيارات غير المرخصين. حالياً، لا يتجاوز عدد العدادات الإلكترونية في المدينة 15 ألفاً، في حين أن المخطط الأصلي

كان يستهدف تركيب 45 ألف عداد، مما يعني الحاجة إلى برمجة حوالي 30 ألف عداد إضافي لتغطية شوارع المدينة التي تضم حوالي 800 ألف مكان مخصص لركن السيارات. ورغم هذا التوجه، أكدت المصادر أن العملية لن تؤثر سلباً على حراس السيارات، حيث سيتم التعامل مع هذه الفئة وفق مقاربة اجتماعية تضمن لهم الاستمرار في العمل ضمن إطار قانوني ومنظم، مع وضع معايير خاصة لمنح الرخص بما يراعي الظروف الاجتماعية لهذه الفئة.

[اقرأ المزيد](#)



أجي تقرا العجلة الشهرية ديالنا

L'ODJ-MAG

عبد اللطيف حموشي يُوشح بوسام الأمير نايف للأمن العربي من الدرجة الأولى

شهدت العاصمة التونسية، اليوم الأحد، حدثاً بارزاً تمثل في توشيح المدير العام للأمن الوطني ولمراقبة التراب الوطني بالمغرب، السيد عبد اللطيف حموشي، بوسام الأمير نايف للأمن العربي من الدرجة الأولى. يُعد هذا الوسام من أرفع الأوسمة على المستوى العربي، ويُمنح للشخصيات القيادية التي ساهمت بشكل متميز في تعزيز الأمن والاستقرار في العالم العربي.

اختيار مستحق لشخصية قيادية بارزة

وجاء الإعلان عن هذا التوشيح خلال أشغال الدورة الثانية والأربعين لمجلس وزراء الداخلية العرب، التي انعقدت بتونس. وأكد بلوغ صادر عن المديرية العامة للأمن الوطني أن الأمانة العامة لجائزة الأمير نايف للأمن العربي اختارت السيد عبد اللطيف حموشي للحصول على وسام الدرجة الأولى لهذه السنة، تقديراً لجهوده الكبيرة في دعم العمل الأمني المشترك بين الدول العربية، وتعزيز الحضور العربي على الساحة الدولية.

دور ريادي في الأمن العربي

ويُعتبر وسام الأمير نايف للأمن العربي تكريماً يهدف إلى إبراز الشخصيات القيادية التي قدمت إسهامات استثنائية في مجال الأمن والسلم على المستوى العربي.



وقد أشادت الأمانة العامة للجائزة بالدور الريادي الذي لعبه عبد اللطيف حموشي في تعزيز التعاون الأمني بين الدول العربية، فضلاً عن إسهاماته الملموسة في تطوير العمل الأمني المشترك، بما يخدم استقرار المنطقة العربية ويعزز مكانتها على الساحة الدولية.

رمزية الوسام وأهميته

وسام الأمير نايف للأمن العربي يُعد من أعلى درجات التكريم في العالم العربي، ويُمنح للشخصيات التي تركت بصمة واضحة في مجال الأمن. ويهدف هذا الوسام إلى الاعتراف بالجهود الاستثنائية المبذولة من قبل القيادات الأمنية في سبيل تحقيق الأمن والاستقرار في الوطن العربي، وهو ما يعكس أهمية الدور الذي يضطلع به السيد عبد اللطيف حموشي في هذا المجال.

[اقرأ المزيد](#)

L'ODJ .INFO



ساهم زلزال الحسيمة سنة 2004 في تعزيز وعي الدولة بأهمية تدبير الأزمات.



SCAN ME

@lodjmaroc



بنموسى يكشف عن أرقام جديدة حول التفاوت الاجتماعي ومستوى المعيشة في المغرب



أفادت المندوبية السامية للتخطيط في تقريرها الأخير حول مستوى معيشة الأسر لعام 2022/2023، بزيادة الفوارق الاجتماعية على مستوى المعيشة، حيث ارتفع مؤشر التفاوت من 39.5% إلى 40.5% مقارنة بسنة 2019، عندما كان 38.5%. كما أظهرت أن عدد الأشخاص الذين يعانون من الهشاشة الاقتصادية بلغ 4.75 مليون شخص في سنة 2022.

التقرير أشار إلى أن الفئات الأكثر فقراً والفئات الأكثر يسراً شهدت تحسناً عاماً في مستوى معيشتها، بينما لم تستفد الطبقة المتوسطة من هذا التحسن أو من سياسات إعادة التوزيع بشكل ملحوظ.

وكشف عن أن فئة الـ 20% من الساكنة الأقل يسراً شهدت زيادة سنوية في مستوى معيشتها بنسبة 1.1% بين 2014 و2022، بينما تراجع فئة الـ 20% الأكثر يسراً بنسبة 1.7% بين 2019 و2022. أما بالنسبة للطبقة الوسطى، فقد سجلت زيادة طفيفة بنسبة 0.8% خلال نفس الفترة.

كما تطرق التقرير إلى الفجوة بين الوسطين الحضري والقروي، حيث بقيت الفجوة ثابتة عند نفس المستوى بين 2014 و2022، وهو 1.9 مرة. ومع ذلك، شهد الوسط الحضري زيادة في مستوى الهشاشة الاقتصادية مقارنة بالوسط القروي، حيث ارتفعت نسبة الهشاشة في الحضر من 7.9% إلى 9.5%، بينما استقرت الهشاشة في الوسط القروي عند 19.2%.

وأوضح التقرير أيضاً أن معدل الهشاشة الاقتصادية في المغرب بلغ 12.9% سنة 2022، حيث تضرر منها حوالي 4.75 مليون شخص، مع توزيع النسب بين الحضر والقرى، حيث يشكل سكان المدن 47.2% من العدد الإجمالي للأشخاص المتضررين.

فيما يتعلق بمستوى الدخل، بلغ متوسط الدخل السنوي للأسر المغربية 89,170 درهم على الصعيد الوطني، مع تفاوت كبير بين الوسط الحضري (103,520 درهم) والوسط القروي (56,047 درهم). وتصل نسبة الأسر ذات الدخل السنوي المنخفض إلى 71.8% على الصعيد الوطني، مع تفاوت بين الحضر والقرى.

تعتبر الأجور المصدر الرئيسي لدخل الأسر المغربية، حيث تشكل 35.1% من إجمالي الدخل، وتزداد النسبة في المدن (36.4%) مقارنة بالقرى (29.5%). كما أن التحويلات العمومية والخاصة تمثل 21.3% من الدخل، مع نسبة أعلى في الحضر (22.8%) مقارنة بالقرى (15.1%).





أعلنت المندوبية العامة لإدارة السجون وإعادة الإدماج، بشراكة مع جامعة الحسن الثاني وكلية الطب والصيدلة بالدار البيضاء، وبدعم من صندوق الأمم المتحدة للسكان، عن إحداث دبلوم جامعي في الطب السجني. هذه المبادرة الرائدة وغير المسبوقة في إفريقيا والعالم العربي تجسد أهمية هذا التخصص الطبي الفريد. تم إعداد برنامج هذا الدبلوم ليكون شاملاً ومتعدد التخصصات، مما يتيح للأطباء الصحية العاملة في المؤسسات السجنية فرصة اكتساب المهارات الضرورية التي تتماشى مع متطلبات بيئتهم المهنية. كما يهدف إلى تعزيز قدرات الأطباء للاستجابة بفعالية للتحديات الخاصة بتقديم الرعاية الصحية داخل المؤسسات السجنية.



SCAN ME

تحدي الموت على تيك توك: شاب طنجاوي يضرم النار في ملابسه ويختفي في البحر

اهتزت مدينة طنجة مساء يوم السبت، على وقع حادث مأساوي إثر اختفاء شاب معروف على منصة "تيك توك"، حيث أقدم على تحدٍ خطير، مما أدى إلى إضرام النار في جسده ثم القفز في البحر ليختفي في الأمواج.

الشاب الذي اشتهر بتقديم تحديات مرعبة ومقابل مثيرة على منصات التواصل الاجتماعي، فقد السيطرة على نفسه أثناء تصوير التحدي بالقرب من شاطئ مرقالة في مدينة طنجة. بعد أن اشتعلت النيران في جسده قفز في البحر، حيث جرفته الأمواج القوية، مما أسفر عن اختفائه تمامًا.

وتجري السلطات المغربية، بالتعاون مع فرق الإنقاذ والوقاية المدنية، عمليات بحث واسعة باستخدام زوارق الإنقاذ وفرق الغواصين لمحاولة العثور عليه وانتشاله من عرض البحر. حين فتحت الأجهزة الأمنية تحقيقًا مع أصدقائه وشقيقه، الذين كانوا برفقته أثناء الحادث، بهدف تحديد ملابسات الواقعة.

[اقرأ المزيد](#)



سكان "دوار العسكر" يرفضون الترحيل ويطالبون بحل منصف

عبّر سكان حي الأمير سيدي محمد، المعروف بـ"دوار العسكر" في العاصمة الرباط، عن رفضهم للطريقة التي تفترحها السلطات لإفراغ الحي، والتي تتضمن ترحيلهم إلى مناطق بعيدة مثل تامسنا أو عين عودة. وفي مراسلة موجهة إلى وزير الداخلية، شدد المتضررون على مطلبهم بالحصول على تعويض عادل يضمن لهم السكن في نفس الموقع أو في محيط قريب، حفاظًا على استقرارهم الأسري والاجتماعي.



[اقرأ المزيد](#)

وأشار أحد المتضررين إلى أن السكان كانوا يتوقعون معالجة وضعهم بطريقة تراعي الخدمات التي قدموها للوطن، خاصة أن العديد منهم من العسكريين السابقين الذين خدموا في الصحراء المغربية أو مهام خارجية في إفريقيا.

وأضاف أن بعض القاطنين في الحي استقروا فيه منذ عقود، بينهم مسنون ومرضى، مما يجعل انتقالهم إلى مناطق بعيدة أمرًا في غاية الصعوبة. وفي المراسلة، شدد المتضررون على ضرورة أن يتم الترحيل وفق معايير تحفظ كرامتهم وحقوقهم، خاصة أن لديهم روابط اجتماعية قوية داخل الحي، إضافة إلى حاجتهم لضمان استمرارية الخدمات الأساسية لأسرهم.

الحكومة تعتمد بطاقة خاصة لتسهيل استفادة الأشخاص في وضعية إعاقة

نُشر بالجريدة الرسمية مرسوم جديد يحدد الضوابط والإجراءات المتعلقة بمنح بطاقة شخص في وضعية إعاقة، وذلك في سياق تعزيز الحقوق الأساسية لهذه الفئة وتنفيذًا لمقتضيات القانون الخاص بحمايتها والنهوض بها. ويهدف هذا الإجراء إلى تمكين الأشخاص المعنيين من الاستفادة من الامتيازات القانونية عبر بطاقة رسمية تُمنح وفق مسطرة إلكترونية تعتمد على معايير دقيقة لتقييم الإعاقة ومدى تأثيرها على المشاركة الاجتماعية.

وينص المرسوم على وضع معايير دقيقة لتقييم الإعاقة، يتم تحديدها بقرار مشترك بين وزارة التضامن والإدماج الاجتماعي والأسرة ووزارة الصحة.

[اقرأ المزيد](#)



منشورات مُضللة عن وفاة جلالة ملك المغرب محمد السادس.. هذه حقيقتها

رُوّجت حسابات وصفحات في وسائل التواصل الاجتماعي منشورات مُضللة زعمت وفاة ملك المغرب محمد السادس. شهدت منصات اجتماعية، منها فيسبوك وإكس، نشرًا غزيرًا لتلك المنشورات، مساء السبت، مع ارتفاع معدلات البحث باسم ملك المغرب عبر محرك بحث غوغل.

على سبيل المثال، قَدّرت منصة فيسبوك تداول اسم الملك 77 ألف مرة على الأقل في غضون 3 ساعات على الأقل من ظهور هذه الموجة، التي تحمل مؤشرات قد تجعلها جزءًا من حملة إلكترونية منسقة، لا سيما في ظل القفزة المفاجئة في عدد المنشورات خلال وقت قياسي قصير.

اعتمدت المنشورات على نصوص وملصقات منسوبة إلى صحيفة "هسبريس" البارزة في المغرب، زاعمة أنها نشرت خبرًا يقول "الديوان الملكي المغربي: وفاة الملك محمد السادس". في حين زعمت صفحات أخرى وجود "أخبار متداولة عن وفاة ملك المغرب محمد السادس".

وأظهر تدقيق موقع CNN بالعربية عدم صحة ما احتوته المنشورات من مزاعم حول وفاة الملك محمد السادس. ولم تنشر وسائل الإعلام المغربية الرسمية أو المحلية شيئًا حول ذلك. وكان آخر بيان للديوان الملكي المغربي منشورًا في موقع وكالة الأنباء المغربية الرسمية بتاريخ 23 ديسمبر/كانون الأول الماضي.

هسبريس

الجريدة الإلكترونية الأولى في المغرب

خبر زائف يستهدف "مؤسسة
دستورية" باستغلال الهوية البصرية
لجريدة هسبريس الإلكترونية

عقود وهمية وأحلام محطمة : مغاربة ضحايا النصب في الرباط والدار البيضاء

في فضيحة صادمة، اكتشف الآلاف من المغاربة أنهم وقعوا ضحية عملية احتيال واسعة النطاق بعد رفض السفارة البرتغالية في الرباط والدار البيضاء لطلبات تأشيراتهم بسبب عقود عمل مزيفة.



استغل المحتالون رغبة العديد من الشباب المغربي في الهجرة إلى البرتغال، مقدّمين لهم وعوداً بوظائف برواتب مغرية مقابل مبالغ مالية باهظة وصلت إلى آلاف اليوروهات. وعند تقديم الوثائق للسفارة، تبين أنها غير قانونية، ليجد الضحايا أنفسهم في مأزق مالي ونفسي صعب.

أحد الضحايا يروي قصته بزن: "بعث كل ما أملك كي أحقق حلمي بالسفر، والتّن خسرت كل شيء ولا أمل لي في المغادرة".

السلطات المغربية، بالتنسيق مع نظيرتها البرتغالية، فتحت تحقيقاً موسعاً أفضى إلى اعتقال بعض المتورطين، لكن البحث لا يزال جارياً عن بقية أفراد الشبكة. هذه القضية تكشف عن هشاشة الشباب أمام وعود الهجرة السريعة، وتجدد التحذيرات من الوقوع في شباك الاحتال.

الحل الأمثل لتجنب مثل هذه المآسي يكمن في تعزيز الرقابة على مكاتب التوظيف، وزيادة التوعية بمخاطر العقود الوهمية، وتوفير فرص عمل حقيقية داخل البلاد.



أجي تقرا المجلة الشهرية ديالنا

L'ODJ I-MAG

السوق المركزي بسلا: معلمة تاريخية تحولت إلى خراب بسبب الإهمال

يعاني السوق المركزي بمدينة سلا، الذي يعود تاريخ بنائه إلى أكثر من 80 عاماً، من حالة تدهور كبيرة حولته إلى مكان مهجور وملهيء بالنفايات، في مشهد يعكس الإهمال الذي طاله على مر السنوات. هذا السوق، الذي كان يوماً ما وجهة مميزة للزوار من داخل المدينة وخارجها، بات اليوم يعاني من غياب شروط النظافة والخدمات الأساسية، مما أثر بشكل مباشر على نشاطه التجاري وتراجع عدد المحلات النشطة داخله.

النفايات تغزو السوق وسط غياب التدخل الفوري

تحولت النفايات الناتجة عن نشاط المحلات التجارية إلى مشهد يومي أمام السوق المركزي، حيث تُترك لساعات طويلة قبل أن تتدخل الشركة المكلفة بقطاع النظافة لجمعها. هذا الوضع أثار استياء التجار الذين أكدوا أن غياب النظافة لا يليق بمعلمة تاريخية مثل السوق المركزي، الذي كان يُعتبر سابقاً أحد رموز مدينة سلا.

غياب الماء يعاقم الأزمة

من بين أبرز المشاكل التي يعاني منها السوق، انقطاع خدمات الماء الصالح للشرب منذ أكثر من ثلاث سنوات، مما أجبر التجار على تعبئة براميل من الماء خلال الليل لاستخدامها في اليوم التالي. هذا الوضع، وفقاً لتصريحات عدد من التجار، أثر بشكل كبير على أنشطتهم اليومية، خاصة في ظل الحاجة الماسة للماء في محلات بيع الخضّر والفواكه والسّمك.



تراجع النشاط التجاري وهجرة التجار

أدى الإهمال المستمر إلى انخفاض حاد في عدد المحلات النشطة داخل السوق، حيث يعمل حالياً ستة أو سبعة محال فقط من أصل أكثر من مائة محل تجاري. العديد من التجار فضلوا مغادرة السوق للعمل خارجه أو الانتقال إلى مواقع أخرى داخل المدينة، في ظل غياب أي تدخل لإعادة تأهيل المكان وتحسين ظروف العمل.

[اقرأ المزيد](#)



رشيدة داتي بـ "الملحفة الصراوية"

الشامي : كلفة العلاج في القطاع الخاص أعلى بخمس مرات والتأمين الصحي يواجه تحديات



أكد أحمد رضا الشامي، رئيس المجلس الاقتصادي والاجتماعي والبيئي، أن تكاليف الرعاية الصحية في القطاع الخاص قد تتجاوز نظيرتها في القطاع العام بخمسة أضعاف في بعض الحالات، مرجعاً ذلك إلى غياب بروتوكولات علاجية موحدة، مما يهدد التوازن المالي لنظام التأمين الإجباري الأساسي عن المرض. كما أشار إلى أن فعالية برامج الدعم الاجتماعي لا تزال مرهونة بتحقيق استهداف دقيق للمستفيدين، ما يستدعي تحسين آليات التحقق من صحة المعطيات المقدمة

وفي كلمته خلال المنتدى البرلماني الدولي التاسع للعدالة الاجتماعية، أوضح الشامي أن أنظمة التقاعد في المغرب تواجه تحديات مالية وهيكلية، ما يستلزم إصلاحات تضمن الاستدامة والعدالة بين الفئات المختلفة، خاصة في ظل التغييرات الديموغرافية المتسارعة، مثل ارتفاع معدلات الشيخوخة وتراجع الولادات، مما يزيد من الضغوط على صناديق التقاعد.

ولتفعيل التغطية الصحية الشاملة، اقترح المجلس الاقتصادي والاجتماعي والبيئي إنشاء نظام تأمين صحي موحد، قائم على مبادئ التضامن والتكامل، مع إتاحة إمكانية الاشتراك في تغطية صحية تكميلية اختيارية من خلال التعاقدات أو شركات التأمين الخاصة، بالتوازي مع تعزيز خدمات القطاع الصحي العام لضمان جودتها وقدرتها التنافسية.

وفي سياق إصلاح أنظمة التقاعد، أوصى الشامي بتوحيدها ضمن منظومة وطنية موحدة تتكون من نظام أساسي إجباري، تحميه منظومتان إضافيتان؛ الأولى إلزامية لمداخل تفوق سقف النظام الأساسي، والثانية اختيارية وفق احتياجات الأفراد.

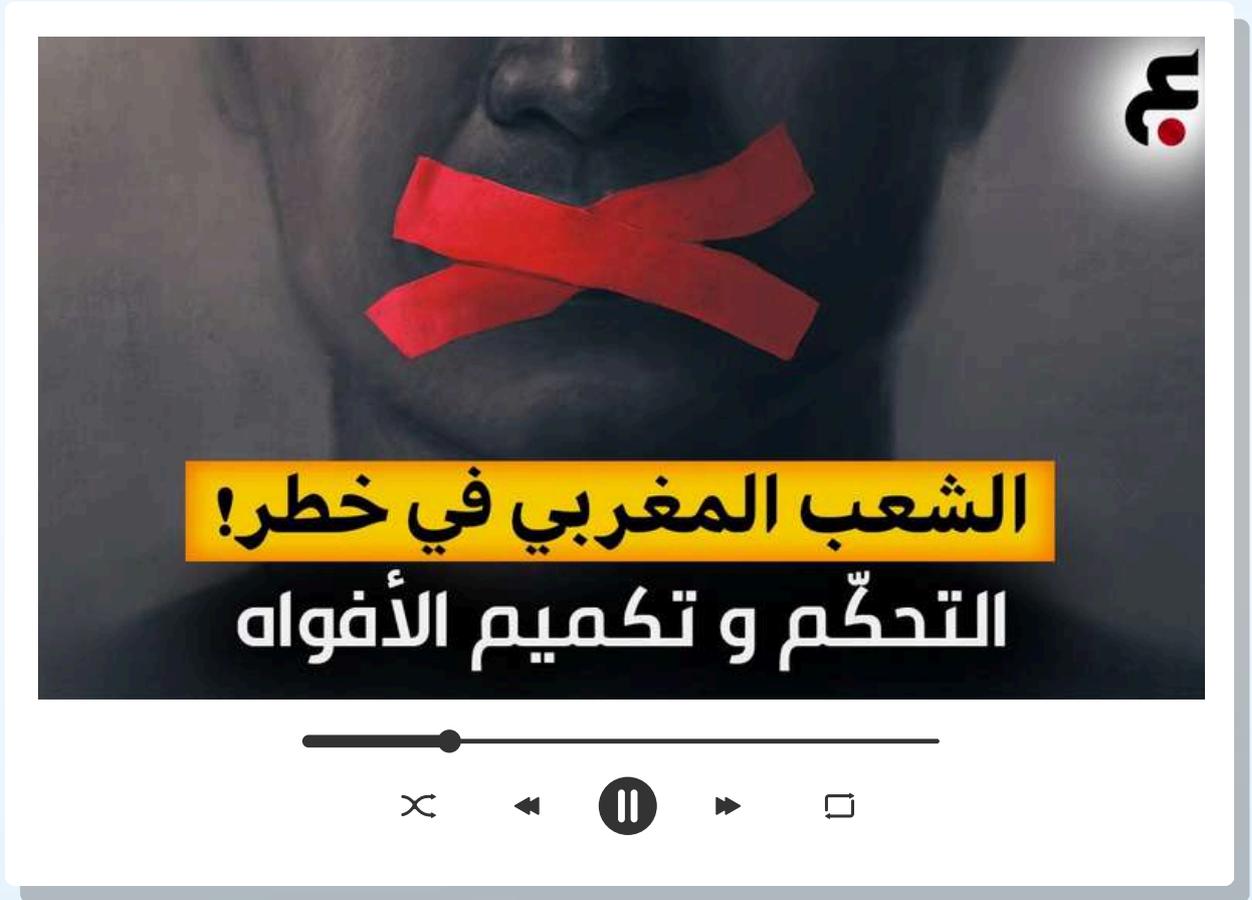
أما فيما يتعلق بالتعويض عن فقدان الشغل، فقد شدد المسؤول على الحاجة إلى تيسير شروط الاستفادة منه، وملءمة التعويض مع تكاليف المعيشة، وضمان تمويله بطريقة مستدامة، مؤكداً أن إصلاح منظومة الحماية الاجتماعية يستدعي دراسات معمقة لضمان استمراريته على المدى المتوسط والبعيد.

كما دعا إلى وضع نظام تأمين ضد فقدان الشغل خاص بالأجراء، مع الأخذ بعين الاعتبار العاملين غير الأجراء، عبر صيغة تأمينية مرنة تلائم طبيعة أنشطتهم، واعتبر أن هذه الإصلاحات ضرورية لضمان نجاح مشروع تعميم الحماية الاجتماعية.

ورغم التقدم المحرز في هذا المجال، أشار الشامي إلى أن هناك أكثر من 8 ملايين شخص لا يزالون خارج منظومة التأمين الصحي، إما بسبب عدم تسجيلهم، أو لأنهم في وضعية حقوق معلقة، وهو ما يستوجب معالجة هذه الإشكالات لضمان استفادة جميع المواطنين من التغطية الصحية.



الحلقة 1 : تكميم الأفواه و عودة التحكم



SCAN ME

وزارة الصحة تخفض أسعار 27 دواءً من بينها أدوية لعلاج السرطان

في خطوة تهدف إلى تخفيف العبء المالي على المواطنين، أعلنت وزارة الصحة والحماية الاجتماعية في المغرب عن تخفيضات جديدة شملت 27 دواءً، من بينها أدوية باهظة الثمن لعلاج بعض أنواع السرطان. القرار الجديد، الذي نُشر في الجريدة الرسمية، يعد جزءاً من تعديل القرار رقم 787.14، ويستند إلى المرسوم رقم 2.13.852 الصادر في ديسمبر 2013، الذي يحدد شروط تسعير الأدوية الأصلية والجنيسة والمماثلة الحيوية في المغرب.

ويشمل القرار تعديلاً للقرار رقم 787.14، مع مراجعة أسعار الأدوية الأصلية والجنيسة والمماثلة الحيوية المتاحة في المغرب. وتستند هذه المراجعة إلى المرسوم رقم 2.13.852 الصادر في 18 ديسمبر 2013، الذي يحدد كيفية وشروط تسعير الأدوية المحلية والمستوردة.

تتبع هذا القرار المراجعة التي قامت بها المؤسسات الصيدلانية الصناعية المعنية، والتي شملت أيضاً طلبات المصادقة على أسعار الأدوية الجنيسة والتقليدية، وكذلك طلبات تخفيض الأسعار. كما أخذ القرار في الاعتبار رأي اللجنة المشتركة بين الوزارات المعنية.



وتضمنت التعديلات خفض أسعار مجموعة من الأدوية الأصلية والجنيسة والمماثلة الحيوية، مع نشر لائحة مرفقة بالقرار تتضمن الأدوية المشمولة بالتخفيضات. من أبرز الأدوية التي شملها التخفيض دواء **AFINITOR** لعلاج سرطان الثدي، الذي انخفض سعره من 16,280 درهماً إلى 11,832 درهماً.

كما تم تخفيض سعر دواء **NEXAVAR** المستخدم لعلاج سرطان الكبد من 18,759 درهماً إلى 10,700 درهم، وتضمنت التعديلات أيضاً خفض سعر دواء **STIVARGA** المخصص لعلاج سرطان القولون والمستقيم، الذي انخفض سعره من 28,639 درهماً إلى 26,806 درهماً.

الصيام: فوائد صحية متعددة ونصائح للحفاظ على صحة الجسم للنساء

الصيام ليس مجرد عبادة دينية، بل يُعتبر من أقدم الممارسات التي عرفتها البشرية، وله فوائد صحية عديدة على جسم الإنسان. ومع اقتراب شهر رمضان أو في حالات الصيام المتقطع، تبرز أهمية معرفة الفوائد الصحية للصيام وكيفية الحفاظ على صحة الجسم، خاصة للنساء. في هذا المقال، نستعرض أبرز فوائد الصيام الصحية ونصائح مهمة من اختصاصية التغذية جنس حرب للحفاظ على صحة الجسم أثناء الصيام.

للصيام فوائد صحية عديدة، لعل أبرزها ما يلي:

1. تحسين صحة القلب والشرايين

يساعد الصيام على تقليل مستويات الكوليسترول الضار في الدم، مما يساهم في تحسين صحة القلب والشرايين. كما يقلل من ضغط الدم ويخفض خطر الإصابة بأمراض القلب والسكتات الدماغية. ووفقاً لدراسات حديثة، فإن الصيام يُقلل الالتهابات ويُحسن مستويات السكر في الدم، مما يعزز صحة القلب بشكل عام.

2. تحفيز عملية الأيض وخسارة الوزن

يساهم الصيام في تحفيز عملية الأيض (Metabolism)، حيث يبدأ الجسم في حرق الدهون المخزنة للحصول على الطاقة. هذا الأمر يساعد في خسارة الوزن بشكل فعال ويقلل من مخاطر الأمراض المزمنة مثل السكري من النوع الثاني.

3. تنظيف الجسم من السموم

أثناء الصيام، يعتمد الجسم على الدهون المخزنة كمصدر للطاقة، مما يساعد في التخلص من السموم المتراكمة. كما يمنح الصيام الجهاز الهضمي فترة راحة، مما يعزز وظائفه ويساهم في التخلص من الفضلات بشكل أفضل.

[اقرأ المزيد](#)



رجم: علاش مازال الهضرة على الدورة الشهرية طابو فالمغرب ؟



SCAN ME



إقرأ المزيد

الصداع: ألم متكرر في الرأس.
ضيق التنفس: خاصة عند القيام بمجهود بدني.
أعراض فقر الدم الشديد:
شحوب الأغشية المخاطية: مثل داخل الفم والأنف.
جلد شاحب: يظهر بشكل واضح تحت الأظافر.
تنفس سريع: وتسارع في معدل ضربات القلب.
الدوخة عند الاستيقاظ: قد تكون مصحوبة بزغلة في الرؤية.

كيف تعرفين فقر الدم من العين؟ طبيبة توضح الأعراض والأسباب والعلاج

فقر الدم هو حالة صحية شائعة تؤثر على العديد من الفئات، خاصة الأطفال، النساء الحوامل، والفتيات في فترة المراهقة. السبب الأكثر شيوعاً لفقر الدم هو نقص الحديد، وهو معدن أساسي يلعب دوراً محورياً في إنتاج الهيموجلوبين المسؤول عن نقل الأكسجين إلى خلايا الجسم. تختلف احتياجات الجسم من الحديد حسب العمر، الجنس، ومستوى النشاط البدني.

وفي هذا المقال، تقدم الدكتورة نيفين بشير، أستاذة محاضرة واختصاصية في علم التغذية، شروحاً وافياً عن أعراض فقر الدم، أسبابه، وطرق علاجه، مع التركيز على الأطعمة الغنية بالحديد للحفاظ على صحة الجسم.

أعراض فقر الدم: كيف تعرفين الإصابة؟

فقر الدم يتسبب في ظهور مجموعة من الأعراض التي قد تتفاوت في شدتها حسب درجة نقص الحديد في الجسم. تشمل الأعراض الشائعة ما يلي:

أعراض شائعة:

التعب الشديد: شعور دائم بالإرهاق حتى مع بذل أقل مجهود.
الدوخة: قد تكون مصحوبة بزغلة في العينين.
برودة اليدين والقدمين: إحساس دائم بالبرودة في الأطراف.

طرق تعزيز المناعة والحفاظ على صحة الجسم

يُعد الحفاظ على جهاز مناعي قوي أحد أهم عوامل الوقاية من الأمراض وتعزيز الصحة العامة. يُمكن تحقيق ذلك من خلال اتباع مجموعة من العادات الصحية التي تساهم في تحسين كفاءة الجهاز المناعي، بدءاً من التغذية السليمة ووصولاً إلى إدارة التوتر. في هذا المقال، نستعرض أبرز الطرق والنصائح لتعزيز المناعة والحفاظ على جسم صحي.

1. شرب كميات كافية من الماء

الماء عنصر أساسي للحفاظ على صحة الجسم، حيث يساعد في نقل العناصر الغذائية إلى الخلايا وإزالة السموم. يُوصى بشرب ما لا يقل عن 1.8 لتر يومياً، مع زيادة الكمية في حالات النشاط البدني المكثف أو في الطقس الحار.

2. ممارسة النشاط البدني بانتظام

النشاط البدني المعتدل يعزز الدورة الدموية، مما يساهم في تحسين وصول التغذية للخلايا المناعية. يُنصح بممارسة التمارين الرياضية لمدة 20-30 دقيقة يومياً، مثل المشي السريع أو ركوب الدراجات، للحفاظ على صحة الجسم وتقوية المناعة.



3. النوم الكافي والجيد

النوم الجيد ضروري لتجديد خلايا الجسم وتعزيز وظائف الجهاز المناعي. يُوصى بالحصول على 7-8 ساعات من النوم الليلي الجيد، مع الالتزام بمواعيد منتظمة للنوم والاستيقاظ.

4. إدارة التوتر والضغط النفسي

التوتر المزمن يُضعف الجهاز المناعي ويجعل الجسم أكثر عرضة للأمراض...

إقرأ المزيد



المغربي أنس الساعي يحطم رقم هشام الكروج في 3000 متر

حطم البطل المغربي أنس الساعي الرقم القياسي الوطني لسباق 3000 متر داخل القاعة، بعد قطعه المسافة في زمن 7:32.45 في لقاء ليفين الفرنسي لألعاب القوى، المندرج ضمن ملتقيات الجولة القارية الفضية.

ويعود الرقم السابق في هذا السباق لهشام الكروج بتوقيت 7:33.73 حققه سنة 2003 في ملتقى ليفين، علما أن العداء المغربي تمكن، الأسبوع الماضي، من تحطيم الرقم القياسي لملتقى ميترز الفرنسي في سباق 1500 متر، المندرج ضمن الجولة القارية الفضية لملتقيات ألعاب القوى داخل القاعة

افتتاح ملحقة جهوية للمعهد العالي لمهن السمعى البصرى والسينما بالداخلة



شهدت مدينة الداخلة، يوم أمس الاثنين ، افتتاح ملحقة جهوية للمعهد العالي لمهن السمعى البصرى والسينما، بحضور وزير الشباب والثقافة والتواصل، محمد مهدي بنسعيد، ووزيرة الثقافة الفرنسية، رشيدة داتي. يأتي هذا المشروع في إطار اتفاق التعاون المبرم بين المغرب وفرنسا خلال مهرجان كان، والذي يهدف إلى تعزيز الإنتاج المشترك والتبادل السينمائي

وأكدت رشيدة داتي أن هذه الخطوة تندرج ضمن رؤية استراتيجية لدعم القطاع الثقافي، حيث يشمل التعاون مجالات متنوعة كالإعلام والتقنيات الحديثة والذكاء الاصطناعي، مما يتيح فرصاً واعدة للطلاب والأساتذة في الجهة. كما اعتبرت أن زيارتها للداخلة تحمل دلالة سياسية عميقة تعكس الشراكة المتينة بين البلدين.

من جانبه، شدد محمد مهدي بنسعيد على أن هذا المشروع يأتي تماشياً مع التوجيهات الملكية الهادفة إلى تطوير الرأسمال البشري في المجال الثقافي، مشيراً إلى أن الداخلة تمتلك إمكانات طبيعية مميزة تجعلها وجهة مثالية للإنتاج السينمائي. كما أبرز أهمية الاستفادة من الخبرة الفرنسية في تكوين الشباب مما يساهم في تطوير الصناعة السينمائية الوطنية.

حضر حفل التدشين عدد من الشخصيات البارزة، من بينهم سفير فرنسا بالمغرب كريستوف لوكورتيني، ووالي جهة الداخلة-وادي الذهب علي خليل، ومدير المعهد العالي لمهن السمعى البصرى والسينما حكيم بلعباس، إلى جانب قناصل عامين ومنتخبين وفاعلين ثقافيين محليين ضمن فعاليات اللقاء، سيتم تسليط الضوء على البرنامج الإذاعي "ريحة الدوار"، الذي يعدّ تجربة رائدة في مجال توثيق الموروث الشعبي المغربي. أطلق الإعلامي محمد عاطر هذا البرنامج قبل 15 سنة، حيث زار مئات القرى المغربية، والتقى بسكانها الذين تحولوا إلى رواة ومؤرخين محليين، يروون قصصاً من التراث، مستعرضين التقاليد والعادات المحلية.

إيمان بطمة تطرح "قلبي أنا" وتؤكد : الدعم العائلي سر نجاحي

طرحت الفنانة الشابة إيمان بطمة أغنيיתה الجديدة بعنوان "قلبي أنا" عبر قنواتها الرسمية على منصة يوتيوب وجميع المواقع الرقمية، وذلك بمناسبة عيد الحب

وأوضحت إيمان أن الأغنية تعكس قوة المرأة، لذلك أرادت أن تقدمها كهدية للمرأة وللجمهور الذي يقدر هذا النوع من الأغاني العاطفية. وأكدت أنها تسعى دائماً لتقديم أعمال تناسب ذوقها وتجذب إعجاب جمهورها، مشيرة إلى أنها تظل منفتحة على تجارب موسيقية جديدة، لأن الفنان يجب أن يظل مبدعاً ومتنوّعاً. وفيما يتعلق بعدم تصوير الأغنية بطريقة الفيديو كليب، قالت إيمان إنها فضلت التركيز على إحساس الأغنية وصوتها، حيث يمكن لبعض الأغاني أن تصل إلى قلوب الناس حتى بدون كليب. لكنها أكدت أن هذا الخيار ليس نهائياً، وأنها قد تقدم فكرة مرئية مميزة في المستقبل.

كما عبرت عن تقديرها الكبير للدعم الذي تلقتها من شقيقتها دنيا بطمة، مؤكدة أن هذا الدعم العائلي يعطيها طاقة إيجابية لمواصلة التطور والإبداع.

أما عن الجانب الفني، فقد تعاونت إيمان مع الثنائي الشهير رضوان ومحمود برجيل في كلمات وألحان الأغنية، فيما قام بدر المخلوف بتوزيع العمل، بينما تولت إيمان بطمة تصميم الملابس التي ظهرت بها في الأغنية.



شهدت مدينة الداخلة، يوم أمس الاثنين ، افتتاح ملحقة جهوية للمعهد العالي لمهن السمعى البصرى والسينما، بحضور وزير الشباب والثقافة والتواصل، محمد مهدي بنسعيد، ووزيرة الثقافة الفرنسية، رشيدة داتي. يأتي هذا المشروع في إطار اتفاق التعاون المبرم بين المغرب وفرنسا خلال مهرجان كان، والذي يهدف إلى تعزيز الإنتاج المشترك والتبادل السينمائي



افتتاح ملحقة جهوية
للمعهد العالي لمهن
السمعى البصرى
والسينما بالداخلة



مجتمع
تفكيك شبكة متورطة
في النصب والاحتيال
لحجز مواعيد «الفيزا» بفاس



تمكنت عناصر الفرقة الجهوية للشرطة القضائية بفاس، بتنسيق مع المديرية العامة لمراقبة التراب الوطني، من توقيف سبعة أشخاص تتراوح أعمارهم بين 26 و47 سنة للاشتباه في تورطهم في قضايا النصب والاحتيال والتزوير.

المشتبه فيهم قاموا بالنصب على مجموعة من الضحايا بدعوى مساعدتهم في الحصول على مواعيد خاصة بطلبات تأشيرات السفر، مما أدى إلى تحديد هويتهم وتوقيفهم.

TOP & FLOP

الرابور "الحر" يصدر أغنيته الجديدة "عارفاني" ويقتحم الطوندونس المغربي

نجاح سريع واحتلال الطوندونس في غضون ساعات قليلة من إطلاقها، حققت أغنية "عارفاني" نجاحاً كبيراً، حيث احتلت المركز السابع في الطوندونس المغربي، وسجل الكليب أكثر من 844 ألف مشاهدة على يوتيوب. ما يعكس الشعبية الكبيرة التي يتمتع بها الفنان بين جمهوره.

تفاصيل العمل الفني

أغنية "عارفاني" من كلمات وألحان الحر نفسه، بينما تولي إخراج الكليب المخرج أيوب بودادي، الذي أبدع في تقديم رؤية بصرية متناسقة مع أجواء الأغنية. وقد حظي الكليب بمشاركة مميزة للطفلة نور بنعمر، التي لعبت دور ابنة الحر في القصة المصورة للأغنية، مما أضاف لمسة إنسانية مؤثرة نالت إعجاب الجمهور.

رسالة الحر لجمهوره

عقب إطلاق الكليب، وجه الحر رسالة مؤثرة لجمهوره عبر حسابه الرسمي على إنستغرام، قال فيها: "أتمنى أن ينال إعجابكم هذا العمل التابع من القلب..."

[اقرأ المزيد](#)

عاد مغني الراب المغربي مراد حلحول، المعروف بلقب "الحر"، إلى الساحة الفنية بإصدار جديد يحمل عنوان "عارفاني"، الذي أطلقه يوم الاثنين 17 فبراير 2025 عبر قناته الرسمية على منصة يوتيوب.



أجي تقرا المجلة الشهرية ديالنا

L'ODJ I-MAG

فضيلة الكادي تكرم بوسام «فنون وآداب» للجمهورية الفرنسية

في حفل رسمي أقيم يوم الأحد 16 فبراير 2025 بإقامة فرنسا في الرباط، تم توشيح المصممة المغربية الشهيرة فضيلة الكادي بوسام «فنون وآداب» للجمهورية الفرنسية من درجة ضابط. وقد تسلمت الكادي هذا الوسام الرفيع من وزيرة الثقافة الفرنسية، السيدة رشيدة داتي، بحضور نخبة من الشخصيات البارزة في عالم الفن والثقافة.

اعتراف دولي بموهبة استثنائية

وفقاً لبيان رسمي، فإن هذا التكريم يعكس موهبة فضيلة الكادي الاستثنائية وإسهاماتها الكبيرة في الحفاظ على التراث المغربي في مجال الطرز والنسيج، مع تحديثه وتقديمه بأسلوب عصري. وقد شهد الحفل حضور شخصيات بارزة، من بينهم السيد أندريه أزولاي، مستشار صاحب الجلالة الملك محمد السادس، إلى جانب عدد من الدبلوماسيين والشخصيات المؤثرة في المجال الثقافي والفني.

سفيرة الأناقة المغربية عالمياً

يأتي هذا الوسام تقديرًا لمهارة فضيلة الكادي الفريدة، التي جعلتها سفيرة حقيقية للأناقة المغربية على الساحة الدولية. بفضل تصاميمها التي تدمج بين التطريز التقليدي والتصاميم العصرية، استطاعت الكادي أن تسلط الضوء على التراث الحرفي المغربي العريق، مع إضفاء لمسة جمالية حديثة تعكس تطور الهوية المغربية في عالم الأزياء.

تصاميم فضيلة الكادي، التي تجمع بين الخلود والرقي، لاقبت إعجاباً عالمياً وجذبت زبائن من مختلف أنحاء العالم. من بين الشخصيات البارزة التي ارتدت تصاميمها: إيفانكا ترامب، ليا سلامة، باربرا سترايساند، ...

[اقرأ المزيد](#)

باش تجيب بيكي فوق السطح خاصك تكون سميتك إلياس المالكي



SCAN ME

الخانزاة السينمائية بالرباط تعرض فيلم «المرجا الزرقا» للمخرج داوود أولاد السيد

داوود أولاد السيد: مخرج الهامش وسارد الحكايات البصرية داوود أولاد السيد ليس مجرد مخرج سينمائي عادي، بل هو فنان استطاع أن يخلق لنفسه هوية سينمائية خاصة، تتميز بتركيزها على الهامش كفضاء للتفكير والإبداع. أفلامه ليست مجرد سرد قصصي تقليدي، بل هي أعمال تدمج بين الذاتي والمعرفي، حيث يسعى من خلالها إلى تقديم رؤى جديدة للواقع عبر عدسة سينمائية تمزج بين الواقع والخيال.

في أعماله، يمنح داوود أهمية كبيرة للصورة السينمائية، سواء من حيث التأطير أو الألوان، ليخلق فضاءً سينمائيًا متخيلاً يمزج بين الحكايات والقصص. بالنسبة له، الواقع ليس مجرد انعكاس ميكانيكي لما نراه حولنا، بل هو نقطة انطلاق لبناء سردية بصرية مبتكرة تتجاوز حدود الواقع العيني المباشر، لتصل إلى عوالم تخيلية غنية بالرمزية والجمال.

بين السينما والفوتوغرافيا: تجربة بصرية متكاملة

منذ بداياته الفنية، راهن داوود أولاد السيد على المزج بين السينما والفوتوغرافيا، حيث يعتبر الصورة أداة أساسية لإيصال رسائله الفنية والإنسانية..

[اقرأ المزيد](#)



في إطار الأنشطة السينمائية الافتتاحية للخانزاة السينمائية بمدينة الرباط، يُعرض الفيلم الروائي الطويل «المرجا الزرقا» للمخرج المغربي داوود أولاد السيد، الذي سبق أن حصد إشادات واسعة من النقاد وعُرض في العديد من المهرجانات السينمائية العربية. يُعد هذا العرض فرصة لاكتشاف عمل سينمائي مميز يحمل بصمة أحد أبرز المخرجين المغاربة الذين ساهموا في تطوير السينما المغربية بجماليات جديدة ورؤية فنية متفردة.

دنيا بوتازوت تمر بوعكة صحية أثناء التصوير وتستعد للعودة قريباً

واجهت الممثلة المغربية دنيا بوتازوت وعكة صحية مفاجئة أثناء تصوير مشاهدتها في الجزء الثاني من السلسلة الكوميدية "أولاد يزة"، المقرر عرضها خلال الموسم الرمضاني لعام 2025. الأمر استدعى نقلها بشكل عاجل إلى إحدى المصحات الخاصة بضواحي الدار البيضاء، حيث خضعت للفحوصات الطبية اللازمة للطمئنان على حالتها

ووفقاً لتصريح مدير أعمالها، أيوب بندقية، فقد فقدت الفنانة المغربية وعيها خلال كواليس التصوير نتيجة الإرهاق والتوتر الناجمين عن ضغط العمل المستمر، إلا أن حالتها الصحية شهدت تحسناً ملحوظاً، ومن المتوقع أن تعود إلى التصوير في وقت لاحق من اليوم.

وتسبق بوتازوت الزمن لإنهاء تصوير مشاهدتها في "أولاد يزة 2"، الذي يشرف على إخراج إبراهيم الشكري، استعداداً لعرضه ضمن البرمجة الرمضانية للقناة الأولى. ومن المتوقع أن يحقق الجزء الجديد نجاحاً جماهيرياً كبيراً، نظراً للإقبال الواسع الذي حظي به الموسم الأول من السلسلة.



إلى جانب هذا العمل، ستطل النجمة المغربية على جمهورها خلال شهر رمضان المقبل من خلال مسلسلين دراميين جديدين، الأول بعنوان "يوم ملافك"، من إخراج مصطفى أشاور، وسيعرض على قناة "إم بي سي 5"، فيما يحمل المسلسل الثاني عنوان "الدم المشروك"، من إخراج أيوب الهنود، وسيُعرض على القناة الثانية.

وقد كان لبوتازوت حضور قوي في الموسم الرمضاني السابق من خلال مشاركتها في السلسلة الكوميدية "أولاد يزة"، إلى جانب تألقها في المسلسل الدرامي الاجتماعي "جوج وجوه"، الذي أخرجه مراد الخودي وناقش قضايا اجتماعية حساسة، مثل ظاهرة التسول والاستغلال. واستطاع العمل تحقيق نسب مشاهدة عالية سواء عبر شاشة التلفزيون أو على منصات العرض الرقمية.

[اقرأ المزيد](#)

زبد .MA

درد

ضيف برنامج

“CHABKA ON AIR”

موسى العريف

بعث هوايجي
باش نجيب
مسلم فأول
حفل راب
فالرباط

WATCH NOW



SCAN ME!



مانيكير BIAB: صيحة جديدة في عالم الأظافر لعام 2025

تطبيق الطبقة الأولى:

يتم وضع طبقة رقيقة من منتج BIAB على الأظافر، ثم تجفف تحت مصباح UV لتثبيتها.

إضافة الطبقات الأخرى:

يتم وضع ثلاث طبقات إضافية من طلاء BIAB، مع زيادة السمك تدريجياً للحصول على المظهر المطلوب. بعد ذلك، تلمّع الأظافر لإزالة أي زوائد أو شوائب.

اللمسة النهائية:

يتم تطبيق طبقة نهائية (Top Coat) لتثبيت الطلاء وإضافة لمعان، ثم تجفف الأظافر مرة أخرى تحت مصباح UV.

نصائح لإزالة مانيكير BIAB بالطريقة الصحيحة

على الرغم من أن مانيكير BIAB يمنع الأظافر مظهراً قوياً وصحياً، إلا أن إزالته تتطلب عناية خاصة لتجنب إلحاق الضرر بالأظافر الطبيعية. وفقاً لخبيرة الأظافر بيكي وود، يمكن إزالة BIAB بسهولة باستخدام تقنية التنقيح (Soaking)، مما يجعله أكثر لطفاً على الأظافر مقارنة بالأظافر الأكريليك أو الجل التقليدي.

الطريقة الأنسب:

قومي بتنعيم الطبقة السطحية من الطلاء باستخدام مبرد خاص (Lime). انقعي أظافرك في منتج مخصص لإزالة الجل (مثل الأسيتون) لمدة 10-15 دقيقة.

في كل عام، تظهر صيحات جديدة في عالم الجمال والعناية بالأظافر، و عام 2025 ليس استثناءً. بعد انتشار صيحة "الأظافر الآيس كريم"، يأتي الآن دور مانيكير BIAB ليصبح حديث الساعة بين عشاق فن الأظافر. إذا كنتِ تبحثين عن طريقة جديدة وأنيقة للعناية بأظافرك، فإن مانيكير BIAB هو الخيار المثالي لك.

ما هو مانيكير BIAB؟

BIAB هو اختصار لعبارة "Builder In A Bottle"، ويعتمد على استخدام تركيبة خاصة من الجل المرن، وهي أكثر نعومة من الأكريليك ولكنها أكثر سماكة من طلاء الجل التقليدي. وكما أوضحت تانو بيلو، سفيرة علامة Mylee، فإن مانيكير BIAB لا يقتصر على المظهر الجمالي فقط، بل يوفر فوائد إضافية مثل تعزيز قوة الأظافر وحمايتها، مما يساعدها على النمو بشكل أطول وأكثر صحة.



بدلاً من إزالة الطلاء بالكامل، مما يساعد على الحفاظ على قوة وطول الأظافر الطبيعية.

كيفية تطبيق مانيكير BIAB

سواء كنتِ تخططين لتطبيق مانيكير BIAB في المنزل أو في صالون التجميل، فإن الخطوات الأساسية متشابهة:

تحضير الأظافر:

يبدأ خبير الأظافر بتنظيف الأظافر وتشكيلها، ثم تلميع السطح والعمل على تنظيف الجلد المحيط بالأظافر (الكيوتيكل).

تجنبي تقشير الطلاء بيديك، لأن ذلك قد يسبب تلفاً في الطبقة الطبيعية للأظافر.

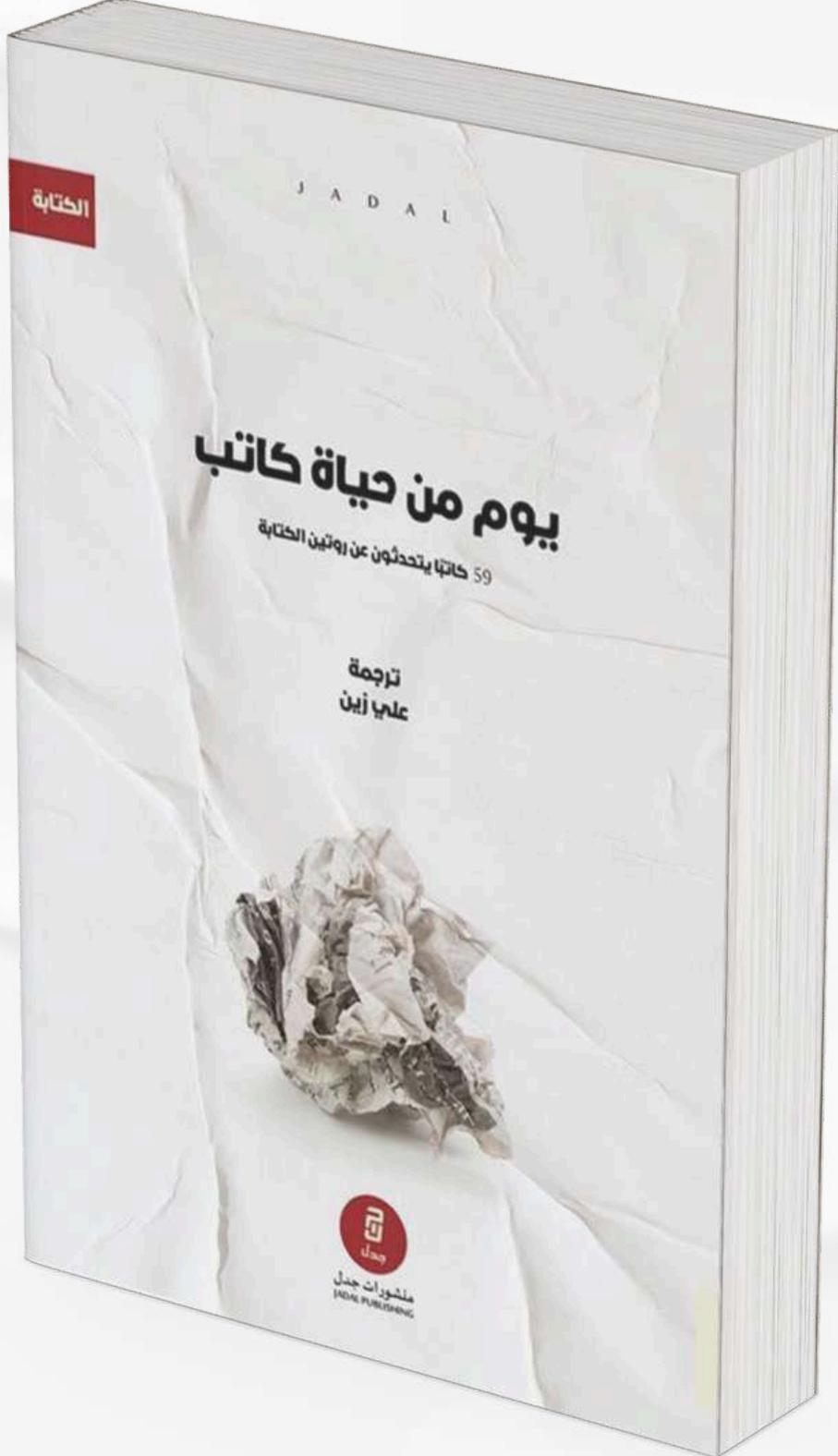
لماذا تختارين مانيكير BIAB؟

مانيكير BIAB ليس مجرد صيحة عابرة، بل هو حل مثالي لمن يبحث عن مزيج من الجمال والمتانة. فهو يمنح أظافرك مظهراً طبيعياً وأنيقاً مع تعزيز صحتها وحمايتها من التكسر. كما أنه مناسب لجميع الفئات، سواء كنتِ مبتدئة في عالم العناية بالأظافر أو خبيرة تبحثين عن تجربة جديدة.

ومع دخولنا عام 2025، أصبح مانيكير BIAB الخيار الأول في عالم العناية بالأظافر. إذا كنتِ تبحثين عن طريقة تجمع بين الأناقة والمتانة، فلا ترددي في تجربة هذه الصيحة الجديدة. سواء اخترتِ تطبيقها في المنزل أو في صالون التجميل، تأكدي من اتباع النصائح اللازمة للعناية بأظافرك والاستمتاع بمظهرها الرائع لفترة طويلة.



يوم من حياة كاتب 50 كاتبا يتحدثون عن روتين الكتابة





بشرة ناعمة ومشرقة: سيروم غني بحمض الهيالورونيك يقلل التجاعيد بنسبة 94% في غضون أسبوعين

إذا كنت تبحثين عن منتج فعال لمكافحة علامات التقدم في العمر، فقد حان الوقت للتعرف على هذا السيروم الذي يقدم نتائج مذهلة خلال 15 يوماً فقط. يبدو أن هذا المنتج سيصبح بسرعة جزءاً أساسياً من روتين العناية بالبشرة لكل من يسعى للحصول على بشرة شابة ومشرقة.

أهمية روتين العناية بالبشرة في مكافحة علامات التقدم في العمر لا يخفى على أحد أهمية اتباع روتين يومي للعناية بالبشرة للحفاظ على نضارتها وشبابها. ومع تنوع المنتجات المتوفرة في السوق، أصبح من السهل العثور على مستحضرات تستهدف علامات التقدم في العمر مثل التجاعيد والخطوط الدقيقة. ومع ذلك، فإن العثور على منتج يقدم نتائج ملموسة في وقت قصير ليس بالأمر السهل، مما يجعل هذا السيروم الجديد محط اهتمام الكثيرين.

سيروم Korres 6xAH: المزيج المثالي بين الطبيعة والعلم هذا السيروم الجديد يأتي من علامة "Korres" اليونانية، التي تأسست في عام 1996. تعتمد العلامة على التقاليد اليونانية القديمة والمكونات الطبيعية المحلية لتطوير منتجاتها. ويعتبر سيروم Korres 6xAH Activateur Jeunesse من أبرز ابتكاراتها، حيث يحتوي على تركيبة فريدة تعتمد على 97.6% من المكونات الطبيعية.

اقرأ المزيد

5 ألوان طلاء أظافر مثالية للبشرة الناضجة: تمنح يديك مظهراً شاباً!

اختيار ألوان طلاء الأظافر بعد الأربعين عالم طلاء الأظافر واسع ومتنوع، وكل امرأة لديها ذوقها الخاص. البعض يفضلون الألوان الطبيعية مثل الـ"نود" أو أسلوب الـ"بيبي بومر"، بينما تظل أخريات مخلصات الـ"فرنش مانيكير" الكلاسيكي. لكن مع التقدم في العمر، يصبح اختيار لون طلاء الأظافر أمراً مهماً لا يمكن تركه للصدفة.

ألوان مثل الوردي الفاقع أو التصاميم المبالغ فيها قد تكون ممتعة في العشرينيات أو الثلاثينيات، لكنها تصبح أقل تناسباً بعد الأربعين، حيث قد تعطي مظهراً مبالغاً فيه وغير ملائم. لذلك، من الأفضل اختيار ألوان طلاء أظافر تضيف لمسة من الأناقة والشباب ليديك. 3 ألوان طلاء أظافر مثالية للبشرة الناضجة

بعد سن الأربعين، تصبح بعض ألوان طلاء الأظافر أقل تناسباً مع البشرة الناضجة، حيث قد تُظهر اليدين بشكل أكبر عمراً مما هي عليه. في المقابل، هناك ألوان معينة يمكن أن تضيف لمسة من الشباب والحيوية على اليدين. إذا كنتِ تبحثين عن طلاء أظافر يعكس جمالك الطبيعي ويمنحك مظهراً أنيقاً، فإليك 5 ألوان مثالية للبشرة الناضجة!

1. الأخضر الزمردني يُعتبر الأخضر الزمردني من الألوان الرائجة لهذا الموسم، ويضيف لمسة من الانتعاش على اليدين. هذه الدرجة الداكنة من الأخضر تُظهر الأظافر بشكل أنيق ومميز، مع الحفاظ على مظهر عصري يناسب النساء الناضجات. إنه خيار مثالي لمن ترغب في إضافة لون حيوي دون مبالغة.

2. الأحمر البورغندي الأحمر البورغندي هو اللون المثالي للنساء الناضجات اللواتي يبحثن عن الأناقة والراقي. هذا اللون الغني والعميق ليس مبالغاً فيه، بل يُضيف لمسة كلاسيكية تناسب جميع المناسبات، سواء كنتِ ذاهبة للعمل أو تحضيرين مناسبة خاصة. إنه اللون الذي يجمع بين الجاذبية والاحترافية.

اقرأ المزيد





قصارة
سلمى رشيد



SCAN ME

"بوم بوب": قصة الشعر المتوسطة الأكثر رواجاً لربيع وصيف 2025



بعد أن كانت قصات الشعر المتدرجة مثل "التايرد لوب" و"الشاغ كات" و"البترفلي بوب" تتصدر صيحات الشعر في بداية عام 2025، يبدو أن صيحة جديدة بدأت في الظهور لتسيطر على مشهد الموضة لموسم الربيع والصيف. إنها قصة الشعر "بوم بوب" (Broom Bob)، التي تتميز بخطوطها الواضحة والمستقيمة، مما يجعلها الخيار المثالي لمحبات الإطلالات العصرية والبسيطة.

ما هي قصة "بوم بوب"؟

وفقاً لمصنف الشعر الشهير ديفين توث، الذي تحدث لموقع Popsugar، فإن قصة "بوم بوب" تُمثل نسخة متطورة من قصة الكاريه الكلاسيكية. تتميز هذه القصة بطولها المتوسط الذي يتراوح بين 2 إلى 3 سنتيمترات أسفل الذقن، وبخطوطها المستقيمة والواضحة التي تمنحها مظهراً أكثر تنظيماً وهيكلية.

على عكس قصة الكاريه المتدرجة التي تعتمد على الحركة والتلاعب بالخصلات لإضفاء مظهر مليء بالحياة، فإن "بوم بوب" تتميز بخلوها من الزوايا والتدرجات، مما يمنحها شكلاً ثابتاً وأنيقاً. يصف ديفين توث القصة بأنها تبدو أكثر "صلابة"، ولكن بطريقة إيجابية تضيف على الإطلالة لمسة من الجرأة والتميز.

اقرأ المزيد



أجي تقرا المجلة الشهرية ديالنا

L'ORÉAL
I-MAG

4 ألوان شعر جذابة ستسيطر على صيحات الموضة في 2025

مع بداية العام الجديد، تسعى الكثير من النساء لتجديد إطلالتهن والبقاء على اطلاع بأحدث صيحات الموضة. وإذا كنتِ تبحثين عن لون شعر جديد يبرز جمالك ويمنحك مظهراً شبابياً، فقد حان الوقت لاكتشاف ألوان الشعر الأكثر رواجاً لعام 2025. هذه الألوان ليست فقط عصرية، بل تعتبر أيضاً مثالية للنساء بعد سن الخمسين، حيث تضيف عليهن إشراقاً وحيوية دون عناء.

لماذا تتجه النساء إلى صبغ الشعر؟

تشير الإحصائيات إلى أن حوالي 60% من النساء في أوروبا يقمن بصبغ شعرهن، خاصة بعد سن الأربعين. ومع ذلك، فإن نصف هؤلاء النساء تقريباً يعتمدن على الصبغ في المنزل دون استشارة متخصصين. لهذا السبب، يلجأ خبراء التجميل إلى تقديم نصائحهم عبر وسائل الإعلام ومنصات التواصل الاجتماعي لضمان تحقيق أفضل النتائج. ومع اقتراب موسم الربيع، حان الوقت للتعرف على ألوان الشعر التي ستتصدر المشهد في 2025.

ألوان الشعر الأكثر رواجاً لعام 2025

1. درجات العسل الذهبي والكراميل

وفقاً لجيروم لوردت، مدير ومصنف الشعر في صالون "Pierre Michel"، فإن الألوان الدافئة مثل العسل الذهبي والكراميل ستتصدر صيحات الشعر لهذا العام. هذه الدرجات مثالية لصاحبات الشعر البني الداكن، حيث تضيف لمسة من الإشراق والدفع. جيروم أشار إلى أن هذه الألوان مستوحاة من الثقافة الشعبية، مثل أغنية "Espresso" للمغنية الأمريكية سابرينا كارنتر، والتي أثرت بشكل كبير على صيحات الموضة.

للحصول على مظهر أكثر جاذبية، ينصح بإضافة خصلات بلون الكراميل لإضفاء عمق وتباين على اللون الأساسي، كما رأينا على النجمة كاتي هولمز.

2. تقنية "الشفرون" للألوان الطبيعية

تقدم أدرينا تايبا، خبيرة الألوان في صالون "Pierre Michel"، تقنية "الشفرون" التي تمزج بين درجات الألوان الدافئة والباردة بطريقة مبتكرة. هذه التقنية مثالية للنساء اللواتي يبدأن في ملاحظة ظهور الشعر الرمادي.

اقرأ المزيد





انضم إلى قناتنا على واتساب لتبقى
على اطلاع بأحدث الأخبار!



SCAN ME!

www.pressplus.ma



الكشك الرقمي للوادي ميديا

100%
FREE



پريس بلوس هو الكشك الرقمي والمعزز بنسبة 100٪ من لوديدي ميديا من مجموعة الرسالة الإعلامية ، والتي تسمح لك بقراءة المئات من مجلاتنا الأسبوعية والصحف اليومية مجاناً

سواء كنت تستخدم هاتفك المحمول أو جهازك اللوحي أو حتى جهاز الكمبيوتر الخاص بك ، پريس بلوس يجلب الكشك مباشرة إلى منزلك



SCAN ME

