

7 أيار

By Lodj

حياتنا - أسرتنا

11-03-2026

المرصد المغربي يحذر من استخدام غير قانوني لكاميرات المراقبة في الفضاءات الحساسة

السودانيون يتصدرون قائمة اللاجئين وطالبي اللجوء بالمغرب بنهاية 2025

تنامي النفايات الهامدة من أورش عشوائية يثير تحركات إدارية في جهتي الدار البيضاء- سطات والرباط-سلا-القنيطرة

المرصد المغربي يحذر من استخدام غير قانوني لكاميرات المراقبة في الفضاءات الحساسة

شهدت الفترة الأخيرة تصاعداً في استخدام كاميرات المراقبة في المغرب، ليس فقط في الفضاءات العامة المزدحمة، بل امتد إلى مؤسسات تعليمية وعيادات ومقاه وإدارات عمومية، بل وحتى مرافق حساسة تتطلب درجة عالية من الخصوصية. هذا الانتشار المتزايد أثار مخاوف حقوقية جدية لدى الجهات المعنية بحماية البيانات والحريات الفردية.

وأكد المرصد المغربي لحماية المستهلك في بيان له أن الأمن العام ضرورة لا غنى عنها لحماية الأشخاص والممتلكات، إلا أن ذلك لا يمكن أن يكون على حساب الحق الدستوري للمواطن في الخصوصية وسرية الاتصالات، كما ينص الفصل 24 من الدستور المغربي. وذكر المرصد بأن القانون رقم 09.08 المنظم لمعالجة الصور والتسجيلات يشترط التصريح المسبق، وتحديد الغاية المشروعة، واحترام مبدأي الضرورة والتناسب، مع ضمان حفظ البيانات بطريقة آمنة تحمي حقوق الأفراد.

وأشار البيان إلى أن بعض الفضاءات تشكل تحديات خاصة على مستوى حماية البيانات الشخصية. فالعيادات والمصحات تحتاج إلى حماية صارمة للملفات الطبية والمحادثات السرية للمرضى، بينما تتطلب المؤسسات التعليمية موافقات قانونية صريحة لضمان احترام خصوصية القاصرين وكرامتهم. كما ينبغي أن تخضع البنوك ومكاتب المهن الحرة لرقابة دقيقة لحفظ سرية البيانات المالية والمهنية، فيما تفرض الإدارات العمومية والفضاءات الرياضية احتراماً صارماً للحق في الخصوصية.

ولفت المرصد الانتباه إلى التوجه نحو استخدام كاميرات عالية الدقة مزودة بتقنيات تقريب متطورة وقدرات تسجيل صوتي، محذراً من أن توظيف هذه الأجهزة خارج الإطار القانوني أو دون تحديد الأغراض المشروعة قد يفتح المجال لانتهاكات خطيرة للحقوق الرقمية وحماية البيانات الشخصية. واعتبر البيان أن هذه الممارسات قد تؤدي إلى تحويل الأداة الأمنية إلى وسيلة مراقبة مفرطة، تمس الحرية الفردية وتثير مشاكل قانونية معقدة.

وشدد المرصد على ضرورة قيام الجهات المختصة بمهامها الرقابية، مشيراً إلى الدور الذي تضطلع به اللجنة الوطنية لحماية المعطيات الشخصية، والنيابة العامة في حالات المخالفة، والسلطات الإدارية في منح التراخيص ومراقبة شروط الاستخدام. وأبرز المرصد مجموعة من الضمانات القانونية الواجب الالتزام بها، منها: الحصول على التصريح أو الترخيص قبل تثبيت الكاميرات، تحديد الأغراض المشروعة، منع أي تسريب للبيانات، وتمكين المواطنين من ممارسة حقوقهم كاملة.

واختتم البيان بالتأكيد على أن أي توظيف غير قانوني لكاميرات المراقبة في الفضاءات الحساسة لا يهدد فقط الحقوق الفردية، بل يمكن أن يخلق مخاطر واسعة على مستوى الأمن السيبراني وحماية المعطيات الشخصية، مطالباً بتعزيز الوعي لدى المسؤولين والمواطنين على حد سواء حول هذه المخاطر



أطلقت مصالح الإدارات الترابية بعمالات وأقاليم جهتي الدار البيضاء-سطات والرباط-سلا-القنيطرة أبحاثاً إدارية للوقوف على الظاهرة المتصاعدة لتكسب النفايات الهامدة الناتجة عن أوراش عشوائية، والتي أسفرت عن إغراق شركات مناولة محيط المنشآت الحيوية، وإتلاف طرق ومساحات خضراء، وإلحاق أضرار بمرافق عمومية وأراضٍ خاصة.

وأوضحت مصادر مطلعة أن جزءاً من هذه الأبحاث يستند إلى شكايات السكان المتضررين، والتي أشارت إلى إغلاق طرق وتحويل بعض المناطق إلى مكبات مؤقتة للنفايات ومخازن مفتوحة للأتربة والحجارة. كما أكدت التقارير الواردة إلى السلطات الإقليمية حدوث تحويل لمداخل المشاريع إلى مطابخ للنفايات، واقتلاع أرصفة وهدم تجهيزات طرقية دون إعادة تهيئتها.

[اقرأ المزيد](#)

تنامي النفايات
الهامدة من أوراش
عشوائية يثير تحركات
إدارية في جهتي الدار
البيضاء-سطات
والرباط-سلا-
القنيطرة



المنندوبية العامة لإدارة السجون وإعادة الإدماج تحتفل باليوم العالمي للمرأة وتكرم موظفاتها

احتفلت المنندوبية العامة لإدارة السجون وإعادة الإدماج بمناسبة اليوم العالمي للمرأة بموظفات القطاع على مستوى مختلف مصالحها المركزية والمؤسسات السجنية، وكذلك في المعهد الوطني لتكوين الأطر وملحقته بإفران.

وجاء هذا الاحتفال تكريماً للموظفات عرفاناً بمجهوداتهن وتضحياتهن، ولانخراطهن الفعّال في إنجاح البرامج الرامية إلى تعزيز الدور الأمني والإصلاحي للمؤسسات السجنية. وتندرج هذه المبادرة في إطار الاهتمام الذي توليه المنندوبية العامة لموظفاتها، من خلال تشجيعهن على تحمل المسؤولية، ورفع عددهن في القطاع، وتأهيلهن للمساهمة الفعالة في تنفيذ البرامج المختلفة التي تسهر المنندوبية على إنجازها. وخلال الاحتفال،

[اقرأ المزيد](#)

سلا: لقاء شبابي حول التعليم والتمكين يُبث مباشرة على منصات L'OD و«العلم»

تستعد مدينة سلا لاحتضان لقاء توافلي شبابي مهم يتمحور حول قضايا التعليم والتمكين، تحت عنوان «التعليم ورهان التمكين: نحو جيل قيادي فاعل»، وهو اللقاء الذي ينظمه حزب الاستقلال بسلا بشراكة مع الأكاديمية الاستقلالية للشباب، في إطار النقاشات المرتبطة بميثاق 11 يناير الموجه للشباب.

وسيحظى هذا الحدث بمتابعة إعلامية خاصة، حيث ستؤمّن منصات L'OD Média تغطية كاملة في بث مباشر (Live Streaming) لهذا اللقاء، ما يتيح للجماهير داخل المغرب وخارجه متابعة النقاشات والحوارات التي ستطرح خلال هذا الموعد السياسي والفكري.

[اقرأ المزيد](#)

LIVE STREAMING *By Lodj* العلم

لقاء توافلي
حول ميثاق 11 يناير
للشباب في موضوع
التعليم ورهان التمكين

YouTube LIVE Instagram LIVE LinkedIn
TikTok LIVE KICK twitch

الثلاثاء 10 مارس 6

578 17

دور الاستقلال بسلا
بشراكة مع الأكاديمية الاستقلالية للشباب

لقاء توافلي حول ميثاق 11 يناير للشباب في موضوع
التعليم
هناك التمكين:
حول جيل قيادي فاعل

بمشاركة:
الأستاذ عزيز هيلالي
عضو اللجنة التنفيذية لحزب الاستقلال
(رئيس لمنتدى النقاشات الشبابية الاستقلالية)

بمشاركة:
روندوف أخنو
مديرة أكاديمية التنمية الشبابية
بمبادرة من حزب الاستقلال

الثلاثاء 10 مارس 2020
على الساعة 19:00

اللقاء التوافلي لجماعة سلا - باب بوجاعة

الأطفال ذوو القدرات العالية (HPI): 5 علامات تدل على الطفل الموهوب

يشير العلماء إلى أن الأطفال ذوي القدرات العالية (HPI) يتميزون بمجموعة من الصفات النفسية والسلوكية التي تميزهم عن أقرانهم. أبرز هذه الصفات تتمثل فيما يلي:

الحساسية المفرطة: يتميز الأطفال الموهوبون بعمق حساسيتهم العاطفية، وقد تكون ردود أفعالهم تجاه المواقف أكثر قوة مقارنة بالأطفال الآخرين.

العمق العاطفي: يمتلك هؤلاء الأطفال قدرة على فهم المشاعر بعمق والتفاعل معها بطريقة معمقة، ما يجعلهم يشعرون بتجارب الحياة بشكل أعمق.

الإحساس القوي بالعدالة: يظهر لدى العديد منهم حس عالٍ بالإنصاف والعدالة، ويشعرون بالاستياء والإحباط إذا واجهوا مواقف يعتبرونها غير عادلة.

القدرة على التفكير النقدي: يميل هؤلاء الأطفال إلى تحليل الأمور بتمعن، وطرح أسئلة عميقة عن العالم من حولهم.

الاستجابة المكثفة للمحفزات: قد يظهر على الطفل الموهوب تفاعل قوي مع المواقف المختلفة سواء كانت إيجابية أو سلبية، بسبب قوة إدراكه ومشاعره العميقة.

وبحسب الخبراء، فإن فهم هذه الصفات ومراعاتها من قبل الأهالي والمربين يساعد في تنمية قدرات الطفل الموهوب، وتوفير بيئة داعمة لعاطفته وذكائه، بعيدًا عن أي شعور بالضغط أو الإحباط.



في عالم العلاقات الإنسانية، يلعب الذكاء العاطفي دورًا حاسمًا في بناء الثقة والتواصل الفعّال. وفقًا لموقع YourTango، هناك عادات بسيطة لكنها قوية تجعل الآخرين يشعرون بالراحة عند التعامل معك، نعرض أبرزها:

الذكاء العاطفي: 11 عادة بسيطة تجعل الجميع يشعر بالارتياح معك فوراً

الاستماع بانتباه حقيقي: الأشخاص الذين يمتلكون ذكاء عاطفي مرتفعًا يركزون على المتحدث، يحافظون على تواصل بصري مناسب، ويتعدون عن مقاطعة الحوار. هذا الاستماع الصادق يعزز الثقة بسرعة.

الاعتراف بالمشاعر قبل التحليل: بدلاً من القفز مباشرة لحل المشكلة، يقوم هؤلاء الأشخاص بالاعتراف بمشاعر الآخرين باستخدام عبارات مثل: "أفهم لماذا تشعر بذلك". هذا الاعتراف يقلل التوتر ويخلق حوارًا أكثر هدوءًا.

[اقرأ المزيد](#)



«نجاحي يبرز فشلها»: الأطفال الذين يعانون منغيرة أحد الوالدين

في كثير من الأحيان، تتسلل عبارات صغيرة لكنها مؤذية إلى حياة الأبناء بشكل يومي، لتترك أثرًا نفسيًا طويل الأمد. من بين هذه العبارات، ما يردده بعض الآباء أو الأمهات بدافع الغيرة أو الإحباط الشخصي، مثل: «هذا سهل بالنسبة لك»، أو «نجاحك يبرز فشلي».

يروى هذا الواقع قصصاً مؤلمة، كما في حالة أورلي، البالغة من العمر 46 عاماً، وهي إطار عليا وأم لثلاثة أطفال، تعرف جيداً متى تظهر هذه العبارات: عند الحديث عن ترقية حصلت عليها، أو عن رحلة عمل إلى الخارج، أو حتى عند مشاركة خبر جيد عن أحد أطفالها. يشير الخبراء إلى أن الغيرة الأبوية يمكن أن تتسبب في تدهور الثقة بالنفس لدى الأبناء، وتجعلهم يشعرون بأن نجاحهم أو سعادتهم مصدر للذنب أو الإحباط لدى الوالد الغيور. هذا السلوك غالباً ما يكون غير واعٍ.

[اقرأ المزيد](#)

كيف تُحوّل النباتات المنزلية حياتك اليومية دون أن تشعر!

تُعد النباتات المنزلية أكثر من مجرد لمسة جمالية للديكور؛ فهي تلعب دوراً مهماً في تحسين جودة حياتنا وصحتنا بطرق قد لا نلاحظها دائماً. وفقاً لموقع CultureFemme، إليك أبرز الفوائد التي يمكن ملاحظتها عند اقتناء النباتات في المنزل:

تنقية الهواء:

أثبتت دراسة أجرتها وكالة الفضاء الأمريكية (NASA) أن النباتات، إلى جانب الكائنات الدقيقة في التربة، تتمكن من امتصاص العديد من الملوثات والسموم من الهواء داخل غرفة مغلقة. هذا يعني أن وجود النباتات يساهم في خلق بيئة أنظف وأكثر صحة للعيش.

[اقرأ المزيد](#)



طالبت عدة عائلات إسبانية في إقليم الأندلس الحكومة الإسبانية بالتدخل لنقل أبنائها المحكوم عليهم في المغرب في قضايا تهريب المخدرات إلى السجون الإسبانية، لضمان قضاء العقوبة بالقرب من أسرهم. ويستند هذا الطلب إلى الاتفاق الثنائي بين المغرب وإسبانيا المبرم في ماي 1997، الذي يسمح بنقل السجناء إلى بلدهم الأصلي بعد موافقتهم وموافقة السلطات، مع مراعاة تطابق العقوبة مع التشريعات في كلا البلدين. وأكدت العائلات أنها لا تنكر مسؤولية أبنائها، لكنها تسعى لتخفيف المعاناة النفسية الناتجة عن البعد عن الأسرة، خصوصاً في حالات الاكتئاب واليأس، وصعوبة التواصل المستمر مع المحكوم عليهم. كما يشددون على أهمية تعزيز التعاون القضائي والسجني بين البلدين لضمان احترام العقوبة مع مراعاة الجوانب الإنسانية وحقوق السجناء في الحفاظ على علاقاتهم الأسرية والاجتماعية. هذه المطالب تبرز حرص العائلات على توفير الدعم القانوني والمعنوي لأبنائها وتفعيل بنود الاتفاقية الثنائية، في محاولة لتحقيق توازن بين الردع القانوني والمصلحة الإنسانية للأفراد وعائلاتهم.

عائلات إسبانية تطالب بنقل أبنائها المحكوم عليهم في المغرب إلى السجون الإسبانية



السودانيون يتصدرون قائمة اللاجئين وطالبي اللجوء بالمغرب بنهاية 2025

أظهرت معطيات الأمم المتحدة أن اللاجئين السودانيين تصدروا قائمة اللاجئين وطالبي اللجوء بالمغرب بنهاية 2025، حيث بلغ عددهم نحو 5,290 شخصاً، متقدمين على السوريين بعدد 5,217. ووفق المفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين، بلغ إجمالي المسجلين بالمغرب 22,370 شخصاً من أكثر من 60 جنسية، بينهم 9,827 لاجئاً و12,543 طالب لجوء، مع تسجيل معدل وصول شهري للوافدين السودانيين يصل إلى 297 طلب لجوء، ما يمثل 68% من الطلبات الجديدة. وأبرزت المفوضية أن المغرب يوفر بيئة مستقرة نسبياً للاجئين، ويعمل على إدماجهم ضمن الإحصاء العام للسكان والسكنى، مع التركيز على الصحة من خلال "إعلان الرباط" 2023. ورغم ذلك، تواجه المفوضية عجزاً تمويليّاً بنسبة 62% من الاحتياجات، حيث استفاد اللاجئون من سكن وحماية للأطفال.



وفاة إمام مسجد متأثراً باعتداء بسلاح أبيض نفذه شخص يعاني اضطرابات عقلية بصفرو

شهدت جماعة رأس تبودة بإقليم صفرو حادثة مأساوية إثر تعرض إمام مسجد لاعتداء بالسلاح الأبيض بعد خروجه من المسجد عقب صلاة العصر، ما أدى إلى وفاته. وأكدت مصادر أن المهاجم يعاني اضطرابات عقلية، فيما تدخلت عناصر الدرك الملكي لتعقب المشتبه فيه، مستخدمة السلاح الوظيفي قبل توقيفه ووضعه تحت الحراسة النظرية رهن البحث القضائي تحت إشراف النيابة العامة. تم نقل جثة الضحية إلى مستودع الأموات بالمستشفى الإقليمي بصفرو لإخضاعها للتشريح الطبي وتوثيق الإصابات. وتواصل مصالح الدرك الملكي التحقيق لكشف ملابسات الجريمة، بما يشمل دوافع الاعتداء وظروفه والاستماع لشهود الواقعة. وتسبب الحادث في حالة من الحزن والاستياء وسط سكان الجماعة، إذ كان الإمام معروفاً بحضوره اليومي ومساهمته في الحياة الدينية.



تشهد بنية الزواج في المغرب خلال السنوات الأخيرة تحولات واضحة نتيجة تغيّرات ديموغرافية واقتصادية واجتماعية. فمع ارتفاع سن الزواج، وتراجع معدلات الولادة، وشيخوخة السكان، أصبح الزواج يواجه تحديات جديدة تدفع كثيراً من الشباب إلى تأجيله. ويرتبط ذلك خصوصاً بارتفاع تكاليف الأعراس والتوقعات الاجتماعية المرتبطة بها، ما يفرض ضغطاً مادياً كبيراً على المقبلين على الزواج.

كما تدفع الظروف الاقتصادية الصعبة العديد من الشباب إلى إعطاء الأولوية للاستقرار المالي قبل التفكير في تأسيس أسرة، وهو ما يعكس تغيّراً في ترتيب الأولويات داخل المجتمع. ورغم هذه التحولات، لا يزال الزواج يحتفظ بمكانته كقيمة اجتماعية مهمة في المغرب، غير أن شكله وممارساته بدأت تتطور. فقد أصبح بعض الشباب يميلون إلى تبسيط مراسم الزواج أو البحث عن صيغ أكثر مرونة تتناسب مع إمكانياتهم.

هل أصبح الزواج رفاهية في المغرب؟



العلاقات الزوجية: خمس عبارات يجب تجنبها لتحسين التواصل

توضح المعالجة الزوجية مارين مونغان عبر حسابها على إنستغرام أن بعض العبارات التي يستخدمها الأزواج أثناء النقاشات المتوترة قد تشكل جدراناً غير مرئية تقطع أي إمكانية للتواصل الحقيقي. هذه الكلمات غالباً ما تُقال بلا وعي، تلقائياً أو دفاعياً، لكنها تعكس في الواقع خوفاً عميقاً من الإصغاء وإعادة النظر في النفس وبناء علاقة بطريقة مختلفة.

وتشير مونغان إلى أن هذه العبارات تعمل كـ "قنابل لفظية صغيرة" تضعف قدرة الزوجين على الحوار الهادئ والبناء. لذلك، التعرف على هذه العبارات وتجنبها يُعد خطوة أساسية للحفاظ على التواصل الفعّال وتعزيز الترابط العاطفي بين الشريكين.

شرفة أو تراس: طريقة تجديده بالكامل في 60 دقيقة قبل فصل الربيع

مع اقتراب فصل الربيع، يسعى الكثيرون إلى تجديد الشرفات والتراسات لتحويلها إلى فضاء مريح ومنعش للاستمتاع بأشعة الشمس والهواء الطلق. ويمكن تحقيق هذا التجديد في وقت قصير لا يتجاوز 60 دقيقة عبر خطوات بسيطة وفعّالة. تبدأ العملية بإخلاء المساحة من جميع العناصر المؤقتة مثل الكراسي والأنصص النباتية والفوانيس والسجاد والإكسسوارات، ما يسمح برؤية المكان بوضوح وتسهيل عملية التنظيف.

بعد ذلك يتم القيام بتنظيف سريع وشامل للأرضيات والأسطح لإزالة الغبار والأوساخ المتراكمة خلال فصل الشتاء، باستخدام مكنسة كهربائية أو منظفات مناسبة. الخطوة التالية تتمثل في إعادة ترتيب الأثاث بطريقة أفضل تسمح بدخول المزيد من الضوء والهواء، مع إنشاء ركن مريح للجلوس والاسترخاء. كما يمكن إضفاء لمسة جمالية عبر إضافة نباتات موسمية أو زهور ملونة، إلى جانب تحديث الوسائد أو السجاد الخارجي.



رمضان كريم
By Lodj

مع
صوفية

راحة البال فرمضان

سلسلة بودكاست
على مهارات وسلوكات ناعمة و فعالة
باش ندوزو رمضان بنشاط وهدوء