

## أخبار الأسبوع

المغرب ينتخب  
أمينا عاما لجمعية  
النواب العموم الأفرقة

## صحتنا

جهود الحكومة المغربية  
في حل أزمة طلبة الطب:  
تفاعل إيجابي وإجراءات  
استثنائية

## حياتنا

تقييم ظروف وشروط  
تطبيق القانون  
رقم 103.13 في محاربة  
العنف ضد النساء



# هو يكاند

المملكة المغربية  
وزارة التشغيل والشؤون الاجتماعية  
ROYAUME DU MAROC  
Ministère de l'Emploi et des Affaires Sociales



## يمكن خلق فرص شغل أكثر 20 توصية لرابطة الاقصاديين



# محتوى

الافتتاحية	04
أخبار الأسبوع	06
حياتنا	12
صحتنا	16
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](http://www.pressplus.ma)



# تصريح الأسبوع

دد

لم يعد

مقبولا

أن نستمر بدون

قانون تنظيمي

للإضراب

عزيز أخنوش  
رئيس الحكومة

# افتتاحية

## رابطه الاقتصاديين: يمكن خلف فرص شغل أكثر

وتتفد هذه التوصيات يتطلب تعاوناً شاملاً بين الحكومة، القطاع الخاص، والمجتمع المدني لضمان استدامة النمو الاقتصادي وتحسين فرص الشغل على المدى الطويل.

### 1- إجراءات شاملة موجّهة للشباب والنساء والأنشطة غير المهيكلة:

برامج استعجالية للتكوين: تشمل التدريبات على المهارات الشخصية واللغات الأجنبية، بالإضافة إلى التخصصات ذات الحاجة الوطنية والدولية مثل السياحة والمطاعم والطاقت الخضراء.

توظيف المتقاعدين والمغاربة المقيمين بالخارج: لتأمين دورات تدريبية قصيرة المدى.

دعم حديثي التخرج: من خلال إنشاء صندوق "تضامن الأجيال" لدعم برامج التدريب المزدوج والتحويل الوظيفي لمدة تصل إلى 20 شهراً.

صناديق جهوية للاستثمار: لدعم المشاريع الصغيرة والمتوسطة مع برامج تدريب وتوجيه وحضانة للمقاولين الشباب.

### 2- تدابير خاصة بالعالم القروي:

تعزيز البنية التحتية: في النقل والكهرباء والاتصالات لتحسين وصول المناطق القروية للخدمات العامة.

### سارة البوفي

تسهيل بداية الأعمال ودعم زيادة الأعمال: إنشاء صناديق جهوية للدعم المالي والتوجيه للشباب الراغبين في تأسيس مشاريع صغيرة ومتوسطة، بالإضافة إلى تبسيط الإجراءات الإدارية وتخفيف الضرائب للمقاولين.

دعم القطاعات الاقتصادية الرئيسية: تعزيز التصنيع والبنية التحتية والطاقت المتجددة، مما يشمل بناء السدود وتطوير النقل والطرق والمطارات، وإنشاء مدن بدون صفح.

تمية الاقتصاد الريفي والمناطق النائية: تعزيز البنية التحتية والتكنولوجيا في المناطق القروية، ودعم الصناعات التقليدية والسياحة الريفية والثقافية.

التحفيز على الابتكار والاستدامة: دعم الشراكات بين القطاعين العام والخاص في المشاريع الكبرى والمبادرات الابتكارية مثل الطاقت النظيفة والاقتصاد الدائري.

التشجيع على السياحة والثقافة: تطوير المنتجات السياحية المحلية والثقافية، وتدريب الكوادر في هذا المجال مع اعتماد معايير دولية لجودة الخدمات.

التحفيز على الاستثمار الأجنبي المباشر: جذب الاستثمارات الأجنبية من خلال توفير بيئة استثمارية ملائمة وإنشاء مناطق صناعية متطورة.

تُعد رابطه الاقتصاديين الاستقلاليين، كجزء من التكتل الحكومي، مؤسسة ذات نفوذ كبير في تحديد السياسات الاقتصادية والاجتماعية. يجب أن تكون خلق فرص العمل المستدامة والجودة على أساس واسع أحد الأولويات الوطنية البارزة. بالتالي، فإنها تطالب الحكومة بإعطاء أولوية قصوى لهذه القضية في السنوات القادمة.

رابطه الاقتصاديين: شريك استراتيجي وقوة اقتراحية لتعزيز أداء حزب مشارك في الحكومة لتعزيز عملية خلق مناصب العمل المستدامة والقيمة على نطاق واسع في المغرب، يمكن اتباع الإجراءات والتوصيات التالية:

برامج تدريب سريعة ومناسبة: إطلاق برامج تدريبية مكثفة تشمل المهارات الشخصية والتقنية التي تلبى احتياجات سوق العمل، مثل السياحة والخدمات اللوجستية والطاقت المتجددة.

تعزيز الاستثمار في التعليم والتكوين المهني: دعم تحضير الشباب حديثي التخرج للدخول في سوق العمل من خلال تمويل برامج التدريب المزدوج وإنشاء صندوق تضامن أجيال لدعم التكوين والشغل.

# افتتاحية

## VIII- تعزيز التعاون الدولي والإقليمي:

التعاون الدولي: بالتعاون مع الشركاء الدوليين والمؤسسات الدولية لتبادل الخبرات والمعرفة في مجال خلق فرص العمل.

التكامل الإقليمي: تعزيز التعاون مع الدول الجارة والتكامل الاقتصادي الإقليمي لتعزيز النمو الاقتصادي وخلق فرص العمل.

هذه التوصيات تهدف إلى تعزيز النشاط الاقتصادي وخلق فرص عمل مستدامة وذات جودة في مختلف أنحاء المغرب، وتحسين ظروف العيش والتنمية في العالم القروي بالإضافة إلى تعزيز القدرات الصناعية والتكنولوجية في القطاعات الرئيسية.

## سارة البوفي

التأمين الاجتماعي والتغطية الصحية: تحسين التغطية الصحية والتأمين الاجتماعي للعمال غير المهيكليين والفئات الضعيفة.

## V- الدعم للمؤسسات الصغيرة والمتوسطة:

تبسيط الإجراءات الإدارية: لتسهيل إنشاء وتشغيل المشاريع الصغيرة والمتوسطة، بما في ذلك الدعم الفني والإداري. التمويل والضمانات: تعزيز الوصول إلى التمويل من خلال الضمانات الحكومية والمنح والقروض بشروط ميسرة.

VI- الدعم الفني والتكنولوجي: البحث والتطوير: تعزيز الاستثمار في البحث والتطوير لتطوير المنتجات والعمليات التكنولوجية.

التكنولوجيا الرقمية: تعزيز استخدام التكنولوجيا الرقمية في مختلف القطاعات لتحسين الكفاءة والإنتاجية.

## VII- السياسات الاقتصادية والاجتماعية:

تحفيز الاستثمار: بتحسين بيئة الاستثمار وتوفير الحوافز الضريبية للشركات التي توفر فرص عمل مستدامة.

التعليم والتكوين المهني: تحسين نظام التعليم والتدريب المهني لتلبية احتياجات سوق العمل المتغيرة.

تطوير السياحة القروية: لثمين الموارد السياحية مثل الطبيعة والثقافة والحرف اليدوية.

دعم الوحدات الإنتاجية الصغيرة والعائلية: بدعم من "صندوق التنمية القروية" لتجديد الثروة الحيوانية والنباتية.

## III- توصيات خاصة بـ 8 قطاعات منتجة:

قطاع البناء والأشغال العامة: تشجيع المناولة المشتركة للطلبات العمومية لتمكين المقاولات الوطنية من المشاركة في المشاريع الكبرى.

الصناعات التقليدية والسياحة والثقافة: تعزيز المنتجات المحلية من خلال زيادة التعاونات وإنشاء مراكز للتجميع والتسويق.

الطاقات المتجددة والاقتصاد الدائري: تعزيز الاستثمار في مجالات الطاقات المتجددة وإعادة استخدام الموارد لخلق فرص عمل جديدة..

## IV- تدابير إعادة الإدماج الاقتصادي والاجتماعي:

برامج التدريب المهني والمهارات: تعزيز البرامج التدريبية المهنية للشباب والبطالة الطويلة المدى، مع التركيز على مهارات الحاسوب والتكنولوجيا الحديثة.

التشجيع على التشغيل الذاتي: دعم المبادرات الشبابية في مجال ريادة الأعمال وتقديم دعم فني ومالي للمشاريع الناشئة.





## المغرب ينتخب أمينا عاما لجمعية النواب العموم الأفارقة

انتخب المغرب أمينا عاما لجمعية النواب العموم الأفارقة خلال الجمعية العمومية لهذه الهيئة الإفريقية، المنعقدة اليوم الأربعاء بمراكش، على هامش أشغال مؤتمرها السابع عشر

ووافقت اللجنة التنفيذية لجمعية النواب العموم الأفارقة على إحداث المقر الدائم للجمعية بالمغرب. وتم إسناد رئاسة جمعية النواب العموم الأفارقة إلى كينيا لسنتين قابلة للتجديد. خلفا لمصر، فيما عادت الخزانة إلى زامبيا، في نهاية هذه الجمعية العمومية التي تميزت بحضور الوكيل العام للملك لدى محكمة النقض، رئيس النيابة العامة، الحسن الداكي، ورئيس الجمعية المنتهية ولايته، محمد شوقي، بالإضافة إلى رؤساء النيابة العامة من الدول الإفريقية. واستهل المؤتمر، الذي يتواصل إلى غاية 12 من الشهر الجاري، أعماله بمناقشة واعتماد القرارات المتخذة عن اجتماع اللجنة التنفيذية لجمعية النواب العموم الأفارقة، التي تروم تطوير عمل أجهزة النيابة العامة والادعاء العام في القارة الإفريقية وتعزيز مجالات التعاون فيما بينها. وتتعدد يومي الخميس والجمعة ندوة دولية مدرجة في إطار أشغال هذا المؤتمر، تحت عنوان "الجريمة البيئية ودور القضاء في مكافحتها".

وتناقش جلسات الندوة "الإطار القانوني الوطني والدولي لحماية البيئة"، و"الممارسات الفضلى في مجال مكافحة الجريمة البيئية"، و"دور القضاء في حماية البيئة"، و"الحق في بيئة سليمة: حق من حقوق الإنسان".

يذكر أن المؤتمر السابع عشر لجمعية النواب العموم الأفارقة يجمع 88 مشاركا ضمنهم نواب العموم، وقضاة النيابة العامة من 34 بلدا إفريقيا، وممثلو وخبراء من منظمة الهجرة الدولية، والشبكة الأوروبية للوكلاء من أجل البيئة، ومجلس أوروبا، و الرابطة الدولية للمدعين العامين، ومكتب الأمم المتحدة المعني بالمخدرات والجريمة، والمحكمة الإدارية للاتحاد الإفريقي



أجي تقرا المجلة الشهرية ديالنا

L'ODJ I-MAG

## انتخاب محمد بوعرورو رئيسا لمجلس جهة الشرق

انتخب محمد بوعرورو، عن حزب الأصالة والمعاصرة، بالإجماع، رئيسا لمجلس جهة الشرق، وذلك يوم أمس الثلاثاء بوجدة.

ونال السيد بوعرورو، الذي كان المرشح الوحيد لهذا المنصب، جميع أصوات أعضاء مجلس جهة الشرق الحاضرين، وبالباغ عددهم 44 عضوا.

وجرى أيضا انتخاب نواب الرئيس السبعة بـ41 صوتا من أصل 44، وذلك خلال جلسة التصويت، التي حضرها، على الخصوص، عامل إقليم بركان، محمد علي حيوها، نيابة عن والي جهة الشرق عامل عمالة وجدة - أنجاد.

ويتعلق الأمر بعمر حجيرة عن حزب الاستقلال (نائباً أولاً)، وعلاء بركاوي عن التجمع الوطني للأحرار (نائباً ثانياً)، وبلعيد رابحي عن الأصالة والمعاصرة (نائباً ثالثاً)، ومينة عاطف وفاطمة الزهراء بصراوي عن التجمع الوطني للأحرار، على التوالي، (نائباً رابعاً وخامساً)، وصفاء خربوش عن حزب الاستقلال (نائباً سادساً)، وصالحة حاجي عن الأصالة والمعاصرة (نائباً سابعاً).

وعبر السيد بوعرورو، في كلمة بالمناسبة، عن اعتزازه بالثقة التي وضعها فيه أعضاء المجلس، معرباً عن أمله في أن يكون في مستوى انتظارات ساكنة جهة الشرق.



وثن "الإرادة القوية والمشاركة" التي تحفز على التوجه نحو فتح آفاق تنموية جديدة وواعدة، أساسها التعاون والحرص على جودة التنسيق والتواصل الفعال مع مختلف القطاعات والمؤسسات لتجاوز مختلف الصعوبات، وذلك استحضارا للدلالات العميقة للتوجيهات الملكية السامية ومضامين الخطاب والرسائل المولوية لصاحب الجلالة الملك محمد السادس.

اقرأ المزيد

# شخصية الأسبوع



**نوال المتوكل**  
بطلة أولمبية مغربية سابقة  
في سباقات المضمار والميدان

مع اقتراب موعد دورة الألعاب الأولمبية في باريس 2024، سلطت مجلة ثوغ العربية الضوء على اثنتين من أبرز الرياضيات العربيات، وهما نوال المتوكل و دنيا أبو طالب. سلط عدد يوليوز وأغسطس 2024 من ثوغ العربية الضوء على إنجازات هاتين الرياضيتين الاستثنائيتين وتأثيرهما على رياضة المرأة العربية.



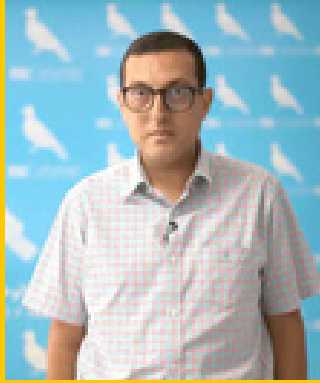
## 22 ألف و106 سؤالا كتابيا توصلت بها الحكومة منذ بداية الولاية التشريعية

أفاد الوزير المنتدب المكلف بالعلاقات مع البرلمان، الناطق الرسمي باسم الحكومة، مصطفى بايتاس، اليوم الاثنين، بأن الحكومة توصلت منذ بداية الولاية التشريعية بـ 22 ألفا و106 سؤالا كتابيا من مجلسي البرلمان، أجابت عن 15 ألفا و843 سؤالا منها، بنسبة تفوق 71,67 في المائة. بايتاس اعتبر في معرض جوابه على سؤال شفوي بمجلس النواب حول "الحصيلة الرقابية بخصوص الأسئلة الكتابية"، تقدم به فريق التجمع الوطني للأحرار، أن هذه الحصيلة "كبيرة ومتميزة".

وأضاف مشيرا خلال مقارنته بين حصيلة الولاية التشريعية الحالية ونفس المرحلة من الولايتين السابقتين، إلى أن الحكومة توصلت في الولاية العاشرة بـ 15 ألفا و751 سؤالا، أجابت على 8583 منها، بنسبة 54 في المائة، وفي الولاية التاسعة توصلت بـ 17 ألفا و264 سؤالا أجابت عن 7034 منها بنسبة 40,72 في المائة. وأكد المسؤول الحكومي أن الأرقام المتعلقة بالولاية التشريعية الحالية "تعد مؤشرا على الدشغال القوي للبرلمان والتفاعل الكبير من قبل الحكومة"، لافتا إلى أن الفضل في هذا التجاوب "يعود إلى الانخراط القوي للحكومة وتفاعلها مع البرلمان، وإلى نظام معلوماتي يمكن القطاعات الحكومية المعنية من التوصل على الفور بالأسئلة الكتابية، ما يمنحها إمكانية الاستجابة بشكل أكبر".

مع إجراء انتخابات جزئية لشغل المقعد الشاغر طبقا لأحكام البند 5 من المادة 91 من القانون التنظيمي المتعلق بمجلس النواب.

واستند قرار المحكمة الدستورية إلى المادة 11 من القانون التنظيمي لمجلس النواب، التي تنص على تجريد النائب من عضويته في حال صدور إدانة قضائية في حقه بعد الانتخاب. يذكر أن عبد الرحيم واسلم قد تمت إدانته سابقا بـ 8 أشهر حبسا نافذة.



## تجريد البرلماني عبد الرحيم واسلم عن حزب "الأحرار" من مقعده البرلماني عن دائرة الرباط المحيط

صرحت المحكمة الدستورية بتجريد عبد الرحيم واسلم بن محمد المنتخب عن الدائرة الانتخابية المحلية "الرباط - المحيط" (عمالة الرباط) من عضويته بمجلس النواب.

## وزير الداخلية يترأس حفل تخرج الفوج التاسع والخمسين للسلك العادي لرجال السلطة

ترأس وزير الداخلية، السيد عبد الوافي لفتيت، اليوم الاثنين بالمعهد الملكي للإدارة الترابية بالقيظرة، حفل تخرج الفوج التاسع والخمسين للسلك العادي لرجال السلطة والذي يضم 124 خريجا وخريجة، وذلك بحضور عدد من الشخصيات المدنية والعسكرية.

وذكر بلاغ لوزارة الداخلية أن هذا الحفل قد تخلته مراسيم توزيع الشهادات على المتفوقين، وكذا تقديم استعراض عسكري من طرف المتخرجين.

وإذ تعكس هذه المناسبة، يضيف المصدر ذاته، مدى الاهتمام الذي توليه وزارة الداخلية لتأمين مواردها البشرية بشكل عام ولمنظومة التكوين بالمعهد الملكي للإدارة الترابية على الخصوص، فإنها تحرص على تكوين ومد إدارة القرب بجيل جديد من المسؤولين القادرين على رفع التحديات وكسب الرهانات المرتبطة باستكمال أوراش التنمية وبناء صرح التقدم الذي يقوده صاحب الجلالة الملك محمد السادس، نصره الله وأيده، في سبيل خدمة المواطن.

وأشار البلاغ إلى أن هذه المناسبة تشكل أيضا فرصة متجددة للتأكيد على السعي المتواصل لوزارة الداخلية بغية تحديث منظومة التكوين بالمعهد والرفع من قيمتها بما يساهم في دعم القدرات المعرفية للمتخرجين والرفع من مستوى ممارستهم لمهام السلطة، ويروم الاستجابة لأولويات الارتقاء بأداء الإدارة الترابية وتحقيق مستلزمات النهوض بمفهوم الخدمة العمومية، التي ما فتئ يشدد عليها صاحب الجلالة الملك محمد السادس، نصره الله وأيده، في العديد من خطب جلالاته السامية، والتي تستحضر ضرورات تأهيل الرأسمال البشري ورفع تحدي التكوين والتأهيل.

وخلص البلاغ إلى أنه وفي إطار نفس التوجه، تجدر الإشارة إلى مواصلة مصالح وزارة الداخلية تأهيل منظومتها وتوظيف وتكوين رجال السلطة بناء على تصور أكثر حداثة ومناهج أكثر احترافية، بما يمكن من مواكبة التحولات المجتمعية ومسيرة التطورات التي تعرفها البلاد، تلبية لاحتياجات المواطنين والاستجابة لتطلعاتهم.





LODJ.INFO

## رقم الأسبوع



PARIS 2024



60 رياضيا فقط  
19 رياضة

أعلنت اللجنة الأولمبية المغربية عن الوفد النهائي الممثل للمملكة في الألعاب الأولمبية، المقرر إقامتها في باريس في الفترة ما بين 26 يوليو الجاري إلى 11 غشت المقبل.

ويمثل المغرب في الأولمبياد 60 رياضيا للدفاع عن الألوان الوطنية في 19 رياضة؛ منهم 42 في فئة الذكور، و18 في فئة الإناث.



## ماكرون يبقى على تشكيلة حكومته بانتظار نتائج المشاورات

رفض الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون الاثنين استقالة رئيس الوزراء غابريال أتال، طالباً منه البقاء وتصريف الأمور الجارية، غداة الانتخابات التشريعية التي شهدت فوز تحالف اليسار من دون احراز الأغلبية المطلقة.

طلب ماكرون من أتال البقاء في منصبه "حفاظاً على استقرار البلاد"، بحسب الإليزيه، قبل ثلاثة أسابيع من استضافة باريس دورة الألعاب الأولمبية. بعد المفاجأة التي أحدثتها نتائج الانتخابات التشريعية وحجبت نتائج اليمين المتطرف، بدأت الأطراف السياسية محاولات لتشكيل غالبية وتعيين رئيس للوزراء.

ولم تتمكن أي من الكتل من الحصول على الأغلبية المطلقة وهي 289 مقعداً بمفردها. إذ يقدر أن تحصل الجبهة الشعبية الجديدة (اليسار) على 190 مقعداً والمعسكر الرئاسي حوالي 160 مقعداً وحزب الجبهة الوطنية وطفائه (اليمين المتطرف) على أكثر من 140 مقعداً وحذر وزير الاقتصاد والمال الفرنسي برونو لومير الاثنين من خطر الانجرار نحو "أزمة مالية" و"ترجع اقتصادي"، لكن رد فعل بورصة باريس كان غير محسوس. وانخفض مؤشر سوق الأوراق المالية الفرنسي كاك-40 بنسبة 0,63%، في نهاية اليوم.

[اقرأ المزيد](#)

## تحالف اليسار يتصدر الاقتراع أمام المعسكر الرئاسي والتجمع الوطني خلال الجولة الثانية من الانتخابات التشريعية الفرنسية..

ضد ما كان متوقعا، تحالف اليسار، المجتمع تحت راية "الجبهة الشعبية الجديدة"، يتصدر نتائج الجولة الثانية من الانتخابات التشريعية المبكرة بـ 182 مقعدا في الجمعية الوطنية الفرنسية، وفقا للنتائج النهائية للانتخابات التي نشرتها وزارة الداخلية اليوم الاثنين.

المعسكر الرئاسي، تحت راية "أونسومبل"، يتمكن من حصد 168 مقعدا، بينما حصل التجمع الوطني (أقصى اليمين) وحلفاؤه على 143 مقعدا.

وتصدر التجمع الوطني الانتخابات بأكثر من 8,7 مليون صوت، أي 32,05 بالمائة من الأصوات المعبر عنها.

وتصدر التجمع الوطني الانتخابات بأكثر من 8,7 مليون صوت، أي 32,05 بالمائة من الأصوات المعبر عنها. في حين حصلت الجبهة الشعبية الجديدة على أكثر من 7 ملايين صوت، أي 25,68 بالمائة من الأصوات، في حين حصدت الأغلبية الرئاسية على أكثر من 6 ملايين و314 ألف صوت، أي 23,15 بالمائة من الأصوات.

جدير بالذكر انه تم استعاء حوالي 493 مليون فرنسي إلى صناديق الاقتراع أمس الأحد برسم الجولة الثانية من الانتخابات التشريعية المبكرة التي دعا إليها الرئيس الفرنسي في 9 يونيو، بعد أن قرر حل الجمعية الوطنية عقب فوز أقصى اليمين في الانتخابات الأوروبية، وتنافس حوالي 1,094 مرشحا في هذه الجولة الثانية لشغل 501 مقعدا في الجمعية الوطنية.

وفي ختام الجولة الأولى، تم انتخاب 75 نائبا من أصل 577 وحصل التجمع الوطني على 39 مقعدا، مقابل 32 للجبهة الشعبية الجديدة، و2 للمعسكر الرئاسي. وبلغت نسبة المشاركة 66,63 بالمائة يوم الأحد، حيث صوت 28 مليون و870 ألف و328 ناخبا، وفقا للنتائج النهائية لوزارة الداخلية الفرنسية.

## زعيم حزب العمال كيم ستارمر يصبح رئيس وزراء المملكة المتحدة

تمكن زعيم حزب العمال، كير ستارمر، اليوم الجمعة، من الظفر برئاسة الوزراء للمملكة المتحدة بعد الانتصار الساحق لحزبه في الانتخابات التشريعية.

وتم تعيين ستارمر رسميا من قبل الملك تشارلز الثالث في قصر باكنغهام، ليحل محل زعيم المحافظين ريشي سوناك، قبل أن يتوجه إلى المقر الرسمي لرئيس الوزراء لإلقاء خطابه الأول إلى الأمة.

واستعاد حزب العمال، الذي لم يصل إلى السلطة منذ عام 2010، داوونينغ ستريت بأغلبية برلمانية مريحة بلغت 174 صوتا، بعد انهيار الدعم للمحافظين.

ومن عتبة 10 داوونينغ ستريت، وعد المحعي العام السابق بـ "إعادة بناء" البلاد، مشيرا بشكل خاص إلى الحاجة إلى مدارس ومساكن ميسورة التكلفة وعناصر يمكن لـ "الأسر العاملة مثل أسرتي بناء حياتها عليها".

وفي حين أقر بأن "تغيير البلاد سيستغرق بعض الوقت"، أكد ستارمر أن العمل لتحقيق ذلك سيبدأ "فورا". وأضاف أن الدور الأربعة المكوتة للمملكة المتحدة "تقف مرة أخرى معا لمواجهة، كما فعلنا في الماضي، تحديات العالم الذي يعاني من عدم الاستقرار".

وأكد ستارمر أن حكومته ملتزمة بـ "إعادة بناء هادئة وصبورة"، ودعا جميع الأطراف للانضمام إلى حكومته في " مهمة التجديد الوطني".



[اقرأ المزيد](#)

## برنامج الأسبوع



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

في هذه الحلقة من بلا فيلتر، تقدم لنا البروفيسورة أسماء زريول، المتخصصة الشهيرة في التغذية والرياضة، نصائحها القيمة لفقدان الوزن بشكل صحي ومستدام. شهادة غنية بالدروس لجميع أولئك الذين يرغبون في تبني عادات الأكل الجيدة. خلال هذه المناقشة الآسرة، تحذر البروفيسورة أسماء زريول من الحلول السريعة والوجبات الغذائية الخطيرة التي غالبا ما يروج لها المشاهير. ويؤكد بشدة على أهمية المراقبة الطبية والتغذية الصارمة لأي شخص يريد إنقاص الوزن بطريقة صحية ومستدامة.



SCAN ME

@lodjmaroc





## تقييم ظروف وشروط تطبيق القانون رقم 103.13 في محاربة العنف ضد النساء

تعد مشكلة العنف ضد النساء ظاهرة اجتماعية خطيرة تتطلب استجابة قانونية فعالة للحد منها ومكافحتها. في هذا السياق، أقر القانون المغربي رقم 103.13 المتعلق بمحاربة العنف ضد النساء، والذي يعد خطوة مهمة نحو تعزيز حقوق النساء وحمايتهن من أشكال العنف المتعددة.

مضمون القانون رقم 103.13

يهدف القانون رقم 103.13 إلى تعريف أشكال العنف ضد النساء وتصنيفها، مما يشمل العنف الجسدي والنفسي والجنسي والاقتصادي والتحرش الجنسي، وتقديم إطار قانوني دقيق لمحاسبة المرتكبين وتقديم الحماية للضحايا. كما يتضمن القانون تدابير وقائية لمنع حدوث العنف وتعزيز الوعي بحقوق النساء والآليات المتاحة للمساعدة.

لكن رغم الجهود المبذولة لإدراج القانون رقم 103.13 وتطبيقه بفعالية، تظل هناك تحديات تواجه عملية تطبيقه، منها:

**ضعف الوعي والثقافة القانونية:** يعاني العديد من الناس، خاصة في المناطق الريفية والمجتمعات التقليدية، من نقص في الوعي بحقوق المرأة والقوانين المتعلقة بالعنف ضدها.

**الإجراءات القضائية البطيئة:** يعاني النظام القضائي من تأخير في معالجة القضايا المتعلقة بالعنف ضد النساء، مما يؤثر على قدرته على تقديم العدالة في الوقت المناسب.

[إقرأ المزيد](#)

## مراكش: فك لغز اختطاف طفل وإستغلاله في التسول

تمكنت عناصر الشرطة القضائية بمدينة مراكش بتسيق مع نظيرتها بمدينة القنيطرة، مساء يومه الأحد 7 يوليوز الجاري، من توقيف سيدة تبلغ من العمر 25 سنة، وذلك للاشتباه في تورطها في قضية تتعلق باختطاف واحتجاز طفل قاصر واستغلاله في التسول.

وكانت مصالح الشرطة بمدينة القنيطرة قد فتحت بحثاً قضائياً على خلفية بلاغ تقدمت به سيدة، تتهم من خلاله جارها باختطاف ابنها القاصر البالغ من العمر ثلاث سنوات، حيث أسفرت الأبحاث والتحريرات المنجزة عن توقيف المشتبه فيها متلبسة باستغلال الطفل المذكور في التسول بمدينة مراكش. وقد تم إخضاع المشتبه فيها للبحث القضائي الذي تشرف عليه النيابة العامة المختصة، وذلك للكشف عن جميع ظروف وملابسات هذه القضية، وخصوصا الكشف عن كافة الخلفيات وراء ارتكاب هذه الأفعال الإجرامية



## رفع اللواء الأزرق بشاطئ بوزنيقة للمرة 18 عشر على التوالي

تم رفع اللواء الأزرق، بشاطئ بوزنيقة، أمس الأربعاء، وهي الشارة التي تمنحها مؤسسة محمد السادس لحماية البيئة والمؤسسة الدولية للتربية البيئية، وذلك للسنة الـ 18 على التوالي.

وبهذه المناسبة، نظم حفل رسمي، للاحتفاء برفع شارة "اللواء الأزرق" بهذا الشاطئ برسم سنة 2024، في إطار البرنامج الوطني "شواطئ نظيفة"، وذلك بحضور عامل إقليم بنسليمان ورئيس المجلس الجماعي لبوزنيقة وممثلي مؤسسة محمد السادس لحماية البيئة والمجتمع المدني، وكذا مسؤولين من المكتب الوطني للكهرباء والماء الصالح للشرب.

وحصل شاطئ بوزنيقة على هذه العلامة البيئية بفضل المشاركة المواطنة للمكتب الوطني للكهرباء والماء الصالح للشرب في برنامج "شواطئ نظيفة" الذي تديره مؤسسة محمد السادس لحماية البيئة، والذي يتمحور هذه السنة حول مكافحة النفايات البلاستيكية في البحار والمحيطات.

وينتطلب الحصول على علامة "اللواء الأزرق"، التي تعتبر مرجعا دوليا في جودة المواقع الساحلية، إعداد الموقع المرشح من خلال استيفاء عدد من المعايير، لاسيما في مجالات النظافة والسلامة.

[إقرأ المزيد](#)

LODJ.INFO

## پوست الأسبوع



بعد الجدل الكبير الذي خلفه تطبيق الخطبة الموحدة لوزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية منذ أول أسبوع لها، خصوصا، بعد توقيف خطيب في طنجة، عبر من منبره عن معارضته لتوحيد الخطبة ورأى فيها "إهانة للعلم والعلماء"، يتجه المجلس العلمي الأعلى إلى التراجع ليجعلها "خطبة مقترحة".

ونقلت وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية الإثنين 8 يوليوز 2024 إعلانا من المجلس العلمي الأعلى حول خطبة الجمعة، يخبر فيه أنه سيقترح على الخطباء خطبة الجمعة الموالية كل يوم أربعاء على الساعة الثانية بعد الزوال، جاعلا أمر اعتمادها اختياريا "لمن أراد".

@lodjmaroc



## المغرب ينظم اجتماعا رفيع المستوى حول الأمن الغذائي بإفريقيا بنيويورك

نظمت البعثة الدائمة للمغرب لدى الأمم المتحدة بنيويورك ومجموعة المكتب الشريف للفوسفات، حدثا رفيعا حول الأمن الغذائي في إطار المنتدى السياسي رفيع المستوى للمجلس الاقتصادي والاجتماعي التابع للأمم المتحدة حول التنمية المستدامة، المنعقد ما بين 8 و17 يوليوز بالحاضرة الأمريكية.



شاركت البعثات الدائمة لكل من رواندا وإثيوبيا ونيجيريا وكينيا في رعاية هذا الاجتماع، المنعقد الثلاثاء حول موضوع "تنفيذ أهداف التنمية المستدامة، بناء إفريقيا التي نريدها. شراكات فعالة للقضاء على الفقر وتحقيق السيادة الغذائية والتخفيف من آثار تغير المناخ". وتم استهلال هذا الحدث بمداخلات افتتاحية لكل من نائبة الأمين العام للأمم المتحدة، أمينة محمد، والسفير الممثل الدائم للمغرب لدى الأمم المتحدة، عمر هلال، إلى جانب عرض قدمه الرئيس المدير العام لمجموعة المكتب الشريف للفوسفات، مصطفى التراب. شارك أيضا في هذا اللقاء السادة تسفاي يلما سابو، وإرنست روموسيو، وسيندوف إنوني، ونجامي كينينغو، على التوالي السفراء الممثلون الدائمون لإثيوبيا ورواندا ونيجيريا وكينيا لدى الأمم المتحدة، والمديرة التنفيذية للمجموعة الاستشارية للبحوث الزراعية الدولية، اسمهان الوافي، والبروفيسور دانيال ناهون، مؤسس المركز الأوروبي للأبحاث وتدرّس علوم الأرض البيئية.

[اقرأ المزيد](#)

## لمختبر الوطني للشرطة العلمية والتقنية تحصل على شهادة الجودة (ISO 17024) للسنة السابعة على التوالي



جرى اليوم الثلاثاء 09 يوليوز الجاري بمدينة الدار البيضاء، حفل تسليم شهادة الجودة (ISO 17025) للمختبر الوطني للشرطة العلمية والتقنية التابع للمديرية العامة للأمن الوطني التي تمنحها المنظمة الأمريكية للاعتماد والتقييم "The ANSI National Accreditation Board" بحضور مجموعة من الضيوف من ممثلي القوات العمومية والسلطات القضائية والمؤسسات العمومية والعلمية والأكاديمية وممثلي السلك الدبلوماسي المعتمد بالمغرب.

وإلى جانب حصول المختبر الوطني للشرطة العلمية والتقنية على شهادة الجودة (ISO 17024) للسنة السابعة على التوالي، فقد تميزت السنة الجارية 2024 بتعميم شهادة الجودة على جميع التخصصات التي يتوفر عليها هذا المختبر ممثلة في مصالح البيولوجيا الشرعية والكيمياء الشرعية والمخدرات وعلم السموم وتحقيق الخطوط، وذلك بعد خضوعها المسطرة افتصاص وتحديق ومواكبة عملية أشرف عليها خبراء من المركز الدولي للعلوم الجنائية والعدالة (GFJC).

وتدرج عملية تنويع المختبر الوطني للشرطة العلمية والتقنية التابع للمديرية العامة للأمن الوطني بشهادة الجودة (ISO 17025) عن مختلف أنشطته في إطار شراكة بين المديرية العامة للأمن الوطني والمكتب الدولي المكافحة المخدرات وإنفاذ القانون (INL) التابع لوزارة الخارجية الأمريكية من خلال مكتبه المحلي بالرباط.

[اقرأ المزيد](#)

## مجلس جهة الرباط سلا القنيطرة يصادق على 30 مشروعا تنمويا

تتمة المصادقة تقريرا بالإجماع على جميع النقاط التي كانت مُدرجة على جدول أعمال الدورة الأخيرة لمجلس جهة الرباط سلا القنيطرة، وتمت المصادقة على 30 مشروعا تنمويا، بغلاف مالي يناهز مليار درهم، والذي في إطار تنزيل البرنامج الجهوي لعمل مجلس جهة الرباط سلا القنيطرة، و بعد التأشير عليه من طرف مصالح وزارة الداخلية وبتسبيق رئيس جهة الرباط سلا القنيطرة



رُكزت الدورة على مناقشة برنامج التنمية الجهوية 2022-2027 وإطار عمله و تّمت مناقشة جميع الميادين التي ستطالها المشاريع بما الاقتصادي، والاجتماعية، والثقافية، والرياضية، وإعداد التراب، والبنية التحتية، والنقل وتعكس هذه المشاريع رؤية المجلس لتحقيق التوازن بين مختلف القطاعات التنموية وتوزيع المشاريع بشكل عادل على جميع مناطق الجهة، ترسيخا للعدالة المجالية. وأوضح رشيد العبيدي، رئيس مجلس جهة الرباط سلا القنيطرة، في تصريح للصحافة أنه سيتم توسيع وتأهيل المناطق الصناعية والوجستية والتي يهيم "التقدم" بالرباط و عين عتيق بمدينة تمارة،

[اقرأ المزيد](#)

## BUZZ



### زوجة رياض محرز تنهي أكاذيب الجزائريين وتعترف: "القفطان مغربي"

أثارت عارضة الأزياء البريطانية، تايلور وارد، زوجة نجم مانشستر سيتي الجزائري رياض محرز، الجدل على مواقع التواصل الاجتماعي، بعد ظهورها بقفطان مغربي خلال احتفالها بذكرى زواجها الثالث. ونشر نشطاء مواقع التواصل الاجتماعي الجزائريين صوراً لـ تايلور وهي ترتدي القفطان، مدّعين أنه جزائري، وذلك في محاولة منهم للترويج للثقافة الجزائرية.

لكن سرعان ما خرجت مصممة الأزياء المغربية، سلمى بنعمر، لتؤكد أنّ القفطان الذي ارتدته تايلور من تصميمها الخاص، وأنه مغربي أصيل. ونشرت بنعمر عبر حسابها على إنستغرام صورة للقفطان مع تعليق كتبت فيه: "شرف كبير لي أن أرى تصميمي يزين عارضة الأزياء العالمية تايلور وارد. القفطان مغربي أصيل، رمز من رموز تراثنا العريق". وبذلك، حسمت تايلور بنعمر الجدل حول أصل القفطان، وأكدت على مغربيته، ممّا أثار استياء بعض النشطاء الجزائريين الذين واصلوا الترويج لروايتهم دون أدلة.

## أرشيف المغرب: توقيع اتفاقية هبة أرشيفات بحرية خاصة

وقعت مؤسسة أرشيف المغرب، مؤخرا، اتفاقية هبة مع الخبير في الشؤون المينائية، عبد الفتاح بوزوبع، تبرع بموجبها هذا الأخير بمجموعته الخاصة من الأرشيفات البحرية. وذكرت مؤسسة (أرشيف المغرب) في بلاغ أنه بموجب هذه الاتفاقية التي وقعها، مدير المؤسسة جامع بيضا، يهب السيد بوزوبع مجموعته الخاصة من الأرشيف الذي استخدمه في إحداث المتحف الافتراضي للملاحة التجارية المغربية، مضافة أن هذا التوقيع يأتي من منطلق حرصها على الحفاظ على جميع المصادر التي من شأنها إثراء كتابة تاريخ المغرب، وخاصة الأرشيفات الخاصة ذات المصلحة العامة. وأضاف المصدر نفسه أن المجموعة تتضمن وثائق متنوعة من بينها مطويات لملك السفن المغاربة، ومراسلات، ومقالات صحفية، وصور وتوصيفات لسفن مغربية، تشهد على ما كانت عليه الملاحة التجارية المغربية خلال النصف الثاني من القرن العشرين



[اقرأ المزيد](#)



## بحر بلا بلاستيك 2024: جهود مستمرة لحماية البيئة وتوعية الشباب في المغرب

في إطار استمرار جهودها المتواصلة لحماية البيئة والتنوعية بمشكلة التلوث البلاستيكي، أطلقت مؤسسة محمد السادس لحماية البيئة النسخة الخامسة من عملية "بحر بلا بلاستيك" لموسم الصيف 2024. هذه الحملة تأتي في إطار الموسم الـ 25 لبرنامج "شواطئ نظيفة"، والتي تهدف إلى تعزيز الوعي بأهمية الحفاظ على البيئة والمحافظة على نظافة الشواطئ؛

### الأهداف والنطاق:

برنامج هذا العام 109 شواطئ، بما في ذلك 27 شاطئًا حاصلًا على اللواء الأزرق، وأربعة موانئ ترفيهية، بالإضافة إلى بحيرة طبيعية لأول مرة. تهدف الحملة إلى جمع وإعادة تدوير النفايات البلاستيكية، وتقليلها بمقدار 10 أطنان على الأقل لكل شاطئ.

### التعاون والشراكات:

الجماعات المحلية الساطية تحظى بدعم كبير من المؤسسة، والمديرية العامة للجماعات الترابية، والشركات الراحية التي تقدم الموارد المادية والبشرية، بالإضافة إلى المساهمة الفعالة من جمعيات المجتمع المدني.

### التحديات المستقبلية:

عملية "بحر بلا بلاستيك" تستهدف توعية مليوني شاب بالتلوث البلاستيكي، وتنفيذ أكثر من 40 ألف عملية توعية بيئية. كما تسعى لتعزيز الاقتصاد الأزرق ودعم الوظائف الزرقاء والاستدامة البيئية.

### التوسع والابتكار:

تضمن البرنامج هذا العام العديد من الأنشطة المتعلقة بالتنوع البيولوجي البحري والتراث الثقافي الماغور بالمياه، بالإضافة إلى تنفيذ أنشطة اقتصاد دائري وصيد حرفي.

[اقرأ المزيد](#)

## تحذيرات مهمة للمستهلكين: ارتفاع حالات التسمم الغذائي في الصيف يهدد السياحة في المغرب

مع بداية فصل الصيف في المغرب شهد ارتفاعًا ملحوظًا في حالات التسمم الغذائي، مما دفع الجامعة المغربية لحقوق المستهلك إلى إصدار تحذيرات حاسمة بشأن هذه الظاهرة الخطيرة التي أسفرت في بعض الحالات عن حالات وفاة. وجددت الجامعة دعوتها للسلطات المعنية باتخاذ إجراءات عاجلة لمنع تكرار هذه التسممات والحد من أثرها السلبي على سمعة المغرب كوجهة سياحية.



صوفي بيان صحفي، أكدت الجامعة على ضرورة ربط تراخيص بيع المواد الغذائية بشهادات تدريب معتمدة، وفرض مراقبة صحية دورية لكل عامل في قطاع التغذية. كما دعت إلى تطبيق النظام الصارم لمتابعة حالات التسمم الغذائي، والذي تم وضعه منذ فترة بواسطة الأطباء المختصين. وأضافت الجامعة ضرورة إلغاء المادة 5 من المرسوم الوزاري الحالي، الذي يتعلق بمنح التراخيص للمطاعم والمطبات الغذائية، والذي اعتبرته يسهل التلاعب ويزيد من خطر حدوث التسممات الغذائية. وأكدت على ضرورة تحديد لجان التراخيص تحت إشراف سلطة محلية مستقلة ومهنية. يأتي هذا في ظل زيادة التقارير عن حالات التسمم الغذائي في المطاعم السريعة والمطبات التي تزداد شهرة خلال فترة العطلة الصيفية، مما يعكس صفو السياحة الداخلية التي تعتمد بشكل كبير على سلامة الغذاء المقدم للزوار.



LODJ .INFO

رييل الأسبوع  
REEL OF THE WEEK



@lodjmaroc





## جهود الحكومة المغربية في حل أزمة طلبة الطب: تفاعل إيجابي وإجراءات استثنائية

جرى اليوم اجتماع مشترك للجنة القطاعات الاجتماعية ولجنة التعليم والثقافة والاتصال في مجلس النواب، لمناقشة الوضع الراهن في كليات الطب والصيدلة بالمغرب والتفاعل معه من قبل الحكومة. حضر الاجتماع كل من وزير الصحة والحماية الاجتماعية، خالد آيت الطالب، ووزير التعليم العالي والبحث العلمي والابتكار، عبد اللطيف ميراوي، اللذان قدما عروضاً تفصيلية حول الإجراءات التي تم اتخاذها لتلبية مطالب الطلبة.

تمحورت المناقشات حول عدة مواضيع أساسية، منها تحسين فضاءات التدريب الاستشفائية، وتعزيز التعويضات للطلبة المتدربين، وإصلاحات في بنية السلك الثالث للدراسات الطبية. كما تم التأكيد على أن الحكومة اتخذت إجراءات استثنائية للرد على مطالب الطلبة وضمان استمرارية العملية التعليمية في الكليات المتضررة.

أثنى الوزير ميراوي على التفاعل الإيجابي مع الجمعيات والهيئات المعنية، مشيراً إلى الجهود الحكومية الرامية لإصلاح قطاع التعليم الطبي وتحسين جودة الخدمات الصحية الوطنية. وأكد على أن الإصلاحات التي تم اقتراحها تعكس التزام الحكومة بتلبية تطلعات المواطنين وضمان توفير بيئة تعليمية مناسبة وفعالة.

نواب الأغلبية أعربوا عن دعمهم لجهود الحكومة في حل المشكلة، مؤكداً على أهمية تحقيق التوازن بين مطالب الطلبة والمصلحة الوطنية. في المقابل، حث نواب المعارضة على ضرورة التفاوض وبطورة طول مستدامة تسهم في حل الأزمة بشكل نهائي. بهذا الشكل، تم التأكيد على أهمية الحوار والتفاعل البناء لإيجاد حلول ملائمة تلي تطلعات جميع الأطراف المعنية.



أجي تقرا العجلة الشهرية ديالنا

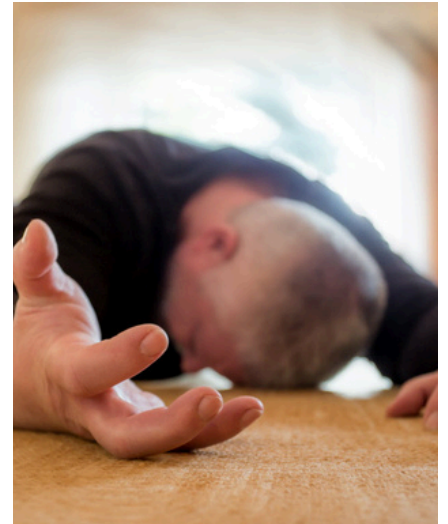
L'ODJ-MAG

## ماهو الصرع؟ وهل يمكن علاجه والوقاية منه؟

الصرع مرض مزمن غير سار يصيب الدماغ ويؤثر على نحو 50 مليون شخص في جميع أنحاء العالم، ويتميز بنوبات متكررة، هي عبارة عن نوبات وجيزة من الحركات اللاإرادية التي قد تشمل جزءاً من الجسم (جزئية) أو الجسم كله (عامة)، ويصاحبها أحياناً فقدان الوعي والتحكم في وظائف الأمعاء أو المثانة.

وتتجم هذه النوبات عن فرط الشحنات الكهربائية التي تطلقها مجموعة من خلايا الدماغ، وهي شحنات قد تنطلق من أجزاء مختلفة من الدماغ. وقد تتراوح النوبات بين غفلات الانتباه القصيرة الأمد للغاية ونفضات العضلات الخاطفة والاختلاجات الممتدة، كما أن النوبات قد تختلف من حيث مدى تواترها، من أقل من مرة واحدة في السنة إلى عدة مرات في اليوم.

ولا يعني حدوث نوبة واحدة أن الشخص مُصاب بالصرع (يُصاب 10% من الناس حول العالم بنوبة واحدة خلال حياتهم). ويُعرّف الصرع بأنه التعرض لنوبتين غير مبررتين أو أكثر، وهو من أولى الحالات الصحية التي تعرف الإنسان عليها، حيث تشير إليها كتابات سُجلت في عام 4000 قبل الميلاد. وقد أحاط الخوف والتمييز والوصم الاجتماعي بالصرع على مدى قرون، وهذا الوصم مستمر في العديد من البلدان حتى يومنا هذا، وقد يؤثر على نوعية حياة المُصابين بهذا المرض وأسرهم.



### علامات والأعراض

تختلف خصائص النوبات وتتوقف على الموضع الذي يبدأ فيه الاضطراب من الدماغ ومدى انتشاره. وتحدث أعراض مؤقتة، مثل فقدان الإدراك أو الوعي، والاضطرابات الحركية والحسية (بما في ذلك الرؤية والسمع والتذوق)، والحالة المزاجية، وغيرها من الوظائف الإدراكية.

اقرأ المزيد

لوجي .INFO

# كيسولة الأسبوع



SCAN ME

@lodjmaroc



## كيف تؤثر الأطعمة على حساسية الهيستامين وتسبب الحكة؟



حساسية الهيستامين هي حالة شائعة يمكن أن تسبب العديد من الأعراض المزجة مثل الحكة، وتأثر بشكل كبير بالنظام الغذائي الذي تتبعه. تعد الأطعمة التي تحتوي على مستويات عالية من الهيستامين أو التي تعزز إفرازه أحد العوامل الرئيسية في تفاقم هذه الأعراض. في هذا المقال، سنلقي نظرة على بعض الأطعمة التي قد تسبب حساسية الهيستامين وتؤدي إلى الحكة.

**ما هو الهيستامين؟**

الهيستامين هو مركب كيميائي يتم إفرازه في الجسم كجزء من استجابة مناعية عند التعرض لمادة معينة تُعتبر مؤذية. يساهم الهيستامين في الاستجابة الالتهابية ويسبب تضخم الأوعية الدموية، ويمكن أن يؤدي إلى أعراض مثل الاحمرار، الانتفاخ، والحكة.

**الأطعمة التي تحتوي على الهيستامين:**

الأطعمة المعالجة والمخزنة لفترات طويلة: مثل اللحوم المعالجة (مثل السجق واللحم المقدد)، والأسماك المجففة.

المشروبات الكحولية: خاصة النبيذ الأحمر والبيرة، التي تحتوي على مستويات عالية من الهيستامين.

الأطعمة المخمرة والمعقمة: مثل الجبن المعتق واللبن المخمر، حيث يتم تحرير الهيستامين أثناء عملية التخمير.

الفواكه المجففة: مثل التوت والكرز والعنب المجفف، التي تحتوي على مستويات مرتفعة من الهيستامين.

[اقرأ المزيد](#)

## ارشادات لتجنب مخاطر موجة الحرارة

### مخاطر حقن الفيلر على صحة الوجه



في عالم التجميل الحديث، أصبحت حقن الفيلر واحدة من العلاجات الشائعة لتحسين مظهر الوجه وتعزيز الشبابية. تُستخدم الفيلرات لملء التجاعيد، وإعادة حجم الوجه، وتعزيز الشفاه، وتحسين النسيج الجلدي. ومع أن هذه العلاجات تُعد غالبًا آمنة عندما تُجرى بواسطة متخصصين مؤهلين، إلا أنها تحمل مخاطر محتملة يجب على كل من يفكر في إجرائها أن يكون على دراية بها

تفاعلات تحسسية وتأثيرات جانبية

أحد أبرز المخاطر الناتجة عن حقن الفيلرات هو حدوث تفاعلات تحسسية، حيث يمكن أن تسبب المواد المستخدمة في الفيلرات ردود فعل جلدية مختلفة مثل الاحمرار، والتورم، والحكة، والحساسية الشديدة. بالإضافة إلى ذلك، قد تحدث تأثيرات جانبية أخرى مثل التورم الطفيف أو التهاب الجلد، خاصة إذا لم يتم إجراء العلاج بواسطة متخصص مؤهل وبشكل صحيح.

الإصابة بالعدوى

يمكن أن تزيد عمليات حقن الفيلر من خطر الإصابة بالعدوى، خاصة إذا لم تتم بعناية وفي بيئة نظيفة. تكمن خطورة العدوى في أنها قد تسبب تلفاً دائماً في الجلد أو حتى انتشار العدوى إلى أماكن أخرى من الجسم، مما يتطلب عادةً مضادات حيوية أو علاج جراحي للتعامل معها.

[اقرأ المزيد](#)



موجة الحرارة العالية تؤدي في غياب الاحتياطات إلى مضاعفات صحية خطيرة بسبب اجتفاف الجسم أو الضربة الحرارية أو هما معا. المخلفات الصحية يمكن أن تصيب الجميع واساسا المسنين والأطفال

هناك بعض الاجراءات الوقائية يجب اتباعها لمواجهة موجة الحرارة ومشاكلها الصحية، مستبقين ظهور أعراض الخطورة من ضربة حرارة او اجتفاف الجسم.

• شرب الماء قبل الإحساس بالعطش، و شرب العصائر والشورية للحصول على الأملاح المعدنية.

• الاغتسال بمياه الرشاش "دوش" عدة مرات اليوم في ان أمكن دون تجفيف الجسم بالفوط بعد الحمام، أو كبديل عملي استعمال الماء لتبيل الجسم وخصوصا الوجه والأطراف وجعد الجسم برذاذ بارد مع تعريض الأطراف المبللة للهواء والريح أو ريح المروحة الكهربائية أو اليدوية، خاصة بالنسبة للمسنين الذين تنقص لديهم قوة الإحساس بالحرارة والعطش، وتعجز أجسامهم عن تصريف الحرارة عن طريق التعرق مثل الشباب.

• تناول وجبات خفيفة وعلى مرات متعددة في اليوم، والتركيز على الخض والفواكه لمد الجسم بحاجياته من الماء والأملاح دون إنهاكه.

LODJ  
.INFO

## صورة الأسبوع



تحت ضغط الحرارة شاطئ الرباط  
يعرف كثافة المصطافين

@lodjmaroc





## أمين بودشار ينضم لأول مرة إلى مهرجان قرطاج إلى جانب كاظم الساهر وأصالة نصري

كشفت كمال الفرجاتي، مدير الدورة الـ 58 لمهرجان قرطاج الدولي، عن تفاصيل برنامج المهرجان في ندوة صحفية يوم الإثنين الموافق 8 يوليو. سيقام المهرجان على مدرجات مسرح قرطاج الأثري من 17 يوليو إلى 18 غشت، 2024.

سيفتح الفنان لطفي بوشناق المهرجان بعرض فني يحمل عنوان "عايش لغناياتي"، والذي يعكس مسيرته الفنية على مدى خمسة عقود.

أما حفل الاختتام، فسيتولاه النجم السوري أصالة نصري، التي تعود إلى تونس بعد غياب سنوات. وتتميز هذه الدورة من مهرجان قرطاج بحضور الفنانة المصرية أمال ماهر للمرة الثالثة، حيث سبق لها الغناء في قرطاج في عامي 2012 و2015.

ومن بين الفنانين العرب الذين سيحيون الحفلات لأول مرة في المهرجان، الفنان المصري حمزة نمر، والفنان المغربي أمين بودشار، الذي يشتهر بمقطوعات موسيقية متنوعة من الأغاني العربية الشهيرة.

وسيشترك الفنان اللبناني وأثل كفوري في ليلة 19 يوليو، حيث يعود إلى مهرجان قرطاج بعد غياب استمر لمدة تقارب العشر سنوات. كما تمكنت إدارة المهرجان من ضمان إقامة حفل للفنان كاظم الساهر أيضاً. السهرات التونسية ستشمل أداءات للفنانين زياد غرسة ونجاة عطية، إلى جانب عروض دولية أخرى تتنوع بين الأسماء المحلية والعالمية.

## نورا فتحي تحقق أكثر من 15 مليون مشاهدة على اليوتيوب

حصدت أغنية "نورا" للنجمة العالمية نورا فتحي نجاحاً كبيراً، حيث حققت نسبة مشاهدات على اليوتيوب عالية وصلت إلى أكثر من 15 مليون مشاهدة.

وأغنية نورا هي من كلمات وألحان محسن تيزاف و ياسين الإدريسي، ومن إخراج شركة وارنر ميوزيك جروب، وفيما أشرف على إخراجها المخرج المغربي عبد الرفيع العبدوي. وقامت الفنانة العالمية نورا فتحي من خلال جديدها الفني، بتسليط الضوء على الزي الأمازيغي الذي ظهرت به في العديد من المشاهد في الأغنية.

[اقرأ المزيد](#)



## "الخوف في زمن كورونا" إسهاماً جديداً في مجال أدب الأوبئة

صدر مؤخراً للأستاذ الجامعي والكاتب والحقوقي الدكتور خالد الشرقاوي السموني رواية جديدة بعنوان: "الخوف في زمن كورونا"، تتحدث عن الآثار النفسية والاجتماعية والاقتصادية للوباء وما صاحب ذلك من حجر صحي وخوف وهلع بين الناس وآلام يومية وأخبار عن الإصابات والوفيات وغيرها.

وتعد رواية "الخوف في زمن كورونا" إسهاماً جديداً في مجال أدب الأوبئة، يحكي من خلالها الكاتب عن فترة كورونا والتي تفاعل خلالها بما دار حوله من أحداث وأخبار تكاثرت وتناقلت، كما يحكي عن يوميات قضاها خلال فترة الحجر.

تشكل رواية "الخوف في زمن كورونا" قراءة جديدة ومختلفة لأوضاع العالم والتغيرات التي طرأت عليه بعد تفشي فيروس كورونا، وكيف شكّل هذا الفيروس تحدياً خطيراً ومهماً للبشرية وأدى إلى تغيير أنماط التفكير في المجتمع على المستوى الاقتصادي والسياسي والعلمي، وبالأخص على مستوى العلاقات الاجتماعية، مشيراً إلى أن هذا التحدي وضع العالم أمام حقائق مخيفة وأوضح مدى عجز البشر عن مواجهة هذا الفيروس، محذراً أيضاً من أن الخوف والهلع والرعب من الفيروس أخطر كثيراً من الإصابة به.

[اقرأ المزيد](#)



# كتاب الأسبوع



## خليل الدمون يوقع كتابه الجديد «السينما والفكر النقدي» بالعرانثس

يُتيح مؤلف «السينما والفكر النقدي» إمكانية الحديث مُجدِّداً عن وظيفة النقد السينمائي وقيّمته وأهميته داخل الراهن السينمائي المغربي. خاصّة حين لا يكون النقد انطباعياً، وإنّما مؤسس على معرفة أصيلة بفكر الصورة وتواشجاتها. فهذا النقد هو ما يعطي للعمل السينمائي قيمته وجماليّاته ويمنحه آفاق جديدة على مستوى التأويل. ولا شك أنّ التجربة النقدية المغربية تستحق اليوم مثل هذه اللقاءات التي تُضيء معالم النقد وتكشف الكثير من أحواله ومنطلقاته ومفاهيمه.

## نعمان لحوو يطرب جمهور المهرجان الوطني للفنون الشعبية بمراكش

اطرب الفنان نعمان لحوو، السبت بمراكش، جمهور المهرجان الوطني للفنون الشعبية بإقامة من أغانيه التي تتغنى بيهاء المدن المغربية وجمالها وتحمل في ثناياها قضايا إنسانية عميقة.



هذه السهرة، التي احتفت بالفنان وكاتب الكلمات والملحن والمغني نعمان لحوو، تأتي في إطار تقليد "ليلة النجوم" التي دأبت إدارة المهرجان على الاحتفاء من خلالها في كل دورة برمز من رموز الأغنية العربية، كما هو الحال سابقاً مع الراحل عبدو الشريف والفنان التونسي لطفي بوشناق. وقد تميز هذا الحفل التكريمي الذي حج إليه جمهور غفير من كافة الأعمار وغصت به جنبات قاعة قصر المؤتمرات الضخمة، بحضور وجوه مرموقة من كل مشارب المجالات الإبداعية، وفي مقدمتها شاعر أغنية "بلادي يا زين البلدان" و"مراكش يا بهجة الأيام"، محمد الصقلي، والمطرب فؤاد الزيايدي والمبايسترو أحمد شرقاني والممثل الكوميدي حسن فلان، فضلاً عن شخصيات جمعوية وإعلامية وعلمية. "بلادي يا زين البلدان"، التي تثنى كرم وضيافة المغرب وجمال جباله وشطآنه وتصف نخوة ولفظ ناسه، كانت أول أغنية استهل بها أصيل فاس الفنان نعمان هذه السهرة البهية في رحلة تغوص في خصوصيات المدن المغربية.

[اقرأ المزيد](#)

## اختتام فعاليات المهرجان الدولي للموسيقى الأندلسية بالرباط

أسدل الستار، السبت بفضاء منتزه الحسن الثاني بالرباط، على فعاليات المهرجان الدولي للموسيقى الأندلسية، المنظم تحت الرعاية السامية لصاحب الجلالة الملك محمد السادس.



وعرفت السهرة الختامية للمهرجان، الذي نظمتها جمعية رباط الفتح للتنمية المستدامة (على مدى ثلاثة أيام)، مشاركة نخبة من عازفي الأوجاق المغربية ومجموعة بيدرو بريوزو الإسبانية، وفرقة ريكاردو مارتينيز البرتغالية. وشارك في هذه الدورة من المهرجان، الذي يأتي تنويجا للدورة الـ 21 لخميس الأندلسيات، فرق موسيقية من إسبانيا والبرتغال، إلى جانب نخبة من الأوجاق المغربية المرموقة، احتفاء بنغمات ومقامات الموسيقى الأندلسية وإبرازاً للتلاقح الثقافي والفني بين المغرب والدول المشاركة.

هذا المهرجان الدولي للموسيقى الأندلسية يسعى إلى تعزيز التراث الموسيقي والتبادل الثقافي، وتشجيع الجمهور على الحضور والاستمتاع بهذه الاحتفالية الفنية المتميزة.

ودأبت جمعية رباط الفتح للتنمية المستدامة على تنظيم أنشطة حول الموسيقى الأندلسية من أبرزها برنامج "خميس الأندلسيات" الذي يروم إمتاع الجمهور المولع بالفن الرفيع، والحفاظ على تراث الموسيقى الأندلسية من خلال تكوين جيل يهتم بهذا النوع من الفن والطرب.

## أحمد الكندوز يلتقي عشاق الموسيقى في حفل فني بدار الفنون بالرباط

يستعد العازف الموسيقي المغربي البارز، أحمد الكندوز، لإحياء حفل فني مميز يوم الجمعة 12 يوليوز 2024 في دار الفنون بالرباط، ابتداءً من الثامنة مساءً.

**نوع الموسيقى والمعزوفات:**

ويعد حفل الكندوز بدار الفنون فرصة ممتازة لمحبي الموسيقى والفن الراقى. سيقدم الكندوز معزوفات موسيقية تجمع بين التراث الموسيقي المغربي والعربي، وبشكل خاص التراث الأندلسي. بالإضافة إلى ذلك، سيقدم أغاني من ريبورتوار مجموعة "المشاهب"، وسيتضمن الحفل أيضاً معزوفات أخرى أصلية من تأليف الكندوز نفسه التي أبدعها خلال مسيرته الفنية، بما في ذلك الأعمال التي أطلقها في العام الماضي 2023.

**مسيرة الكندوز وإسهاماته الفنية:**

يعد أحمد الكندوز من أمهر العازفين على آلة القيثارة في المغرب، حيث قدم أداءً استثنائياً مع عدد من أبرز الفنانين المغاربة والعرب على مدى أكثر من 30 عامًا. تعاون مع كبار الموسيقيين مثل عبد الوهاب الدكالي، وعبد الهادي بلخياط،



[اقرأ المزيد](#)



لوجا .INFO

# فيديو الأسبوع



الإبحار والمأكولات البحرية وملعب جولف في  
السعيدية في البحر الأبيض المتوسط المغربي



SCAN ME

@lodjmaroc



## فساتين الشيفون: تاريخ الأناقة والأنوثة



### رمز الأناقة والفخامة

بفضل خصائصها الرفيعة والأثيرة، أصبحت فساتين الشيفون رمزاً للفخامة والأناقة، ومناسبة للمناسبات المختلفة بفضل تنوعها في التصاميم والألوان. تتميز بقدرتها على تحقيق توازن مثالي بين الأناقة والراحة، حيث تسمح للمرتدين بالحركة بطريقة طبيعية وانسيابية.

### التنوع والإبداع في ربيع 2024

شهدت منصات العروض لربيع عام 2024 تنوعاً لافتاً لفساتين الشيفون الشفافة، حيث تنوعت القصات والألوان لتبلي تفضيلات الموضة المتنوعة. من الطبقات الجريئة إلى الألوان الهادئة، قدمت هذه الفساتين تصاميم تناسب كل امرأة تبحث عن التميز والأناقة في مظهرها.

بالنظر إلى تاريخها العريق وجماليتها الراقية، تظل فساتين الشيفون خياراً مثالياً للمرأة التي ترغب في الاستمتاع بأناقة متجددة ونعومة لا تضاهي. سواء كانت للسهرات الفخمة أو لإطلاقات يومية تبيض بالأنوثة، تظل هذه الفساتين تحفة فنية تعبر عن الذوق والأناقة في عالم الموضة المعاصر.

في عالم الموضة، تعتبر فساتين الشيفون الرقيقة أحد الخيارات الأكثر أنوثة وجاذبية عبر الزمن. بدأت هذه الأقمشة الرفيعة والشفافة تلعب دوراً مهماً في صناعة الأزياء منذ القرن الثامن عشر، حيث كانت تُصنع من الحرير، وكانت حصرية على النخبة والملوك. اشتهرت فساتين الشيفون بخفة وزنها ونعومتها التي تجسدت في تنسيقات ملابس متعددة، من الفساتين الرسمية إلى الأزياء غير الرسمية.



## إيميلي بلانت وإطلالاتها المذهلة: براعة في اختيار الأنسب والأنيق

بعد 18 عامًا من عرضه، كشفت شركة ديزني عن إنتاج الجزء الثاني من الفيلم الشهير *The Devil Wears Prada*، الذي شهد نجاحاً كبيراً وقت عرضه، وقد برزت فيه ميريل سترينج، آن هاتاواي، وإيميلي بلانت بأدوارهم البارزة. وفي ذكرى هذا الفيلم، نستعرض سوياً إحدى أبرز شخصياته، إيميلي بلانت، التي جسدت دورها ببراعة وأناقة لافتة.

إيميلي بلانت أصبحت مشهورة بأسلوبها الفريد وأريائها الراقية التي لفتت دائماً الأنظار، سواء في المناسبات الكبرى أو الحفلات الرسمية. تتميز إطلالاتها بمزيج من الأناقة الكلاسيكية والجرأة العصرية، ما يجعلها مثلاً حياً على الأناقة والأنوثة.

في حفل جوائز *Sag Awards 2024*، تألقت إيميلي بلانت بفستان أحمر مفعم بالأنوثة، بقصة تلتف حول العنق وتكشف الظهر، مع تصميم يحدد الجسم وذيل أيق من الخلف، مما أضاف لمسة عصرية بالسوار الذهبي العريض والأقراط الألماسية.

وفي افتتاح فيلمها *Oppenheimer* في باريس، اختارت إيميلي فستاناً حريراً أخضر فاتحاً، بتصميم يشبه القميص بياقة عريضة وأكمام طويلة، مع تورة مزينة بكشاكش تبرز أنحاء جسمها، مرتدية حذاءً شفافاً ميتاليك ذهبياً ومجوهرات ذهبية.

في حفل العولدن غلوب *2024*، ظهرت بفستان نود مطرز بالذهبي، الذي أبرز أناقتها وسحرها بفضل تفاصيله الفخمة والتورة الشفافة، مع مجوهرات ذهبية مرصعة بالألماس وحقيبة كلاشن ذهبية.

[اقرأ المزيد](#)



# أغنية الأسبوع



**LABESS**

TAWSEN



## تألقي بأجمل مجوهرات الخرز الملون لصيف 2024

تعكس مجوهرات الخرز الملون جمالية فريدة وتضفي لمسة من الأناقة الخاصة على الإطلالات الصيفية. في موسم صيف 2024، تبرز هذه المجوهرات بأشكالها وألوانها المبتكرة التي تجسد روح الحياة والفرح، مما يجعلها مثالية للسفر وقضاء العطلات على النشاط. إليك أبرز القطع التي يمكن أن تستوحي منها أفكاراً لإضافة لمسة مميزة إلى إطلالاتك:



### 1. قلادة Color Bead من ديفيد يورمان (David Yurman)

قلادة Color Bead تأتي ضمن مجموعة Bijoux من ديفيد يورمان، مستوحاة من عالم البحار بألوانه الساحرة مثل الأزرق اللامع والتركواز. مصنوعة من الذهب الأصفر عيار 18 قيراطاً، تضفي هذه القلادة جاذبية ساحرة على إطلالاتك الصيفية.

### 2. أقراط Peacock Tail من أليكس مونرو (Alex Monroe)

أقراط Peacock Tail تتميز بتصميمها المستوحى من ذيل الطاووس، مع خرزات بألوان الأزرق والأرجواني، مصنوعة من الفضة الاسترليني مطلية بالذهب عيار 22 قيراطاً. تلك القطعة تعكس الأناقة والرقي مع لمسة من الفخامة الطبيعية.

### 3. سوار Britt Gold من كيندرا سكوت (Kendra Scott)

سوار Britt Gold مصنوع من النحاس المطلي بالذهب عيار 14 قيراطاً، مع خرز حقيقي متنوع بألوانه مثل العقيق الأحمر والمغنيسيت التركواز. إنه يتميز بالزخارف الفنية والنقوش الجميلة التي تضفي على إطلالاتك لمسة من الفخامة.

### 4. قلادة Infinite من سوزان كالان (Suzanne Kalan)

قلادة Infinite تجمع بين خرزات التورمالين الوردية مع حلي صغيرة من الذهب الوردية عيار 18 قيراطاً. تصميمها القصير يسهل تنسيقها مع قلادات طويلة لمزيد من الطبقات والعصرية في إطلالاتك الصيفية.

إقرأ المزيد

## صيحات عبايات القصيرات لصيف 2024: أساليب تزيد القامة وتبرز

تجد القصيرات أنفسهن محظوظات هذا الموسم، حيث تتربع عبايات 2024 على قمة صيحات الموضة التي تعمل على إبراز أنوثتهن وتطويل أجسامهن بأساليب متنوعة. تبدأ الصيحات بالعبايات المخططة عمودياً وتمتد إلى النماذج ذات الألوان الترابية القريبة من لون الجلد، التي حازت على اهتمام أبرز الماركات الشرقية المتخصصة في الملابس التقليدية. كما تشمل العبايات الشفافة المصنوعة من الشيفون أو الدانتيل الرقيق، التي تضفي لمسة عصرية راقية على إطلالات الصيف.

تكوني على اطلاع دائم بأحدث صيحات العبايات الخليجية المناسبة للقصيرات، اختاري من بين هذه التصاميم التي تضفي على أناقتك جاذبية لا مثيل لها، وتعلمي كيفية تنسيق كل موديل مع الملابس والإكسسوارات لترديد من رونق إطلالاتك.

### العبايات المخططة: حيلة ذكية لإطالة القامة

تتصدر الطبقات المخططة قائمة الصيحات الراقية في صيف 2024، اختاري من بين العبايات ذات الطبقات العمودية التي تعمل على تكبير مظهر الجسم. ننصحك بموديل عباية ترابية اللون مع خطوط سوداء من Zak Collection، ونقترح تنسيقها مع توب وبنطال سوداء لتحقيق تأثير تحيف القامة، وارتداء صندل مناسب بكعب رفيع وحقيبة سوداء متوسطة الحجم.

### العبايات بقياس مضبوط على الكتفين

عند اختيار أزياء تناسب القصيرات، يجب الحرص على اختيار الموديلات بقياسات مضبوطة خاصة حول منطقة الكتفين، لتجنب الفصص الكبيرة التي قد تظهر الجسم بشكل أقصر وأعرض. ننصح باختيار عباية وردية مستقيمة القصة من Ghudfah، وتنسيقها مع توب V Neck أسود وبنطال أسود عالي الخصر، وارتداء حذاء Slingback أسود بكعب عالٍ وحقيبة Baguette سوداء.

العبايات الترابية: اللون الذي يناسبك

العبايات بألوان قريبة من لون الجلد تعد حيلة موضة تساعد في إضفاء طول إضافي على القامة. اعتمدي على العبايات باللون الجملي الفاتح من WA Dubai، ونقترح تنسيقها مع فستان من نفس اللون، واستخدام صندل نيود، وحمل حقيبة مبطن سوداء متوسطة الحجم لإكمال الإطلالة الأنيقة.

العبايات بكسرات البليسيه: أناقة عصرية للقصيرات

تبني العبايات بكسرات البليسيه موضة عصرية وأنيقة، حيث تساعد القصة العمودية في إطالة القامة. ننصح بالعباية من Ta Marbota بقماش الكريب الأسود والجورجيت الأخضر الفاتح،

إقرأ المزيد



# لوجيا .INFO

## إشاعة



فيديو حول هجوم مزعوم لسمكة قرش بأحد شواطئ المغرب واصابة سيدة بجروح بليغة

انتشر مقطع فيديو على مواقع التواصل الاجتماعي يمرر معلومات خاطئة حول هجوم مزعوم لسمكة قرش بأحد شواطئ المغرب واصابة سيدة بجروح بليغة

## وزارة التربية الوطنية ترسم أزيد من 82 ألف متعاقد

أعلنت وزارة التربية الوطنية والتعليم الأولي والرياضة عن الانتهاء، اليوم الجمعة 28 يونيو 2024، من عملية ترسيم بعض موظفي الوزارة المكلفة بالتربية الوطنية (أطر الأكاديميات سابقا، الذين تم توظيفهم خلال الفترة الممتدة من 2017 إلى 2022، الذين لم يتم ترسيمهم إلى غاية فاتح شتنبر 2023).



## فتيحة المودني، رئيسة بلدية الرباط الجديدة، تضع أصحاب الورشات في حي المحيط تحت الضغط

اتخذت فتيحة المودني، رئيسة بلدية الرباط، قرارا أثار قلق أصحاب الورشات في حي المحيط. أمرت بإغلاق ورشهم، ما لم يحصلوا على ترخيص إداري لاستغلال المجال العام أو يفكروا في إعادة التكوين المهني.

ويأتي هذا القرار في إطار الرؤية السياحية للمدينة، التي تهدف إلى جعل الرباط من بين المدن المستضيفة لكأس العالم 2030. ترى السلطات المحلية أن وجود ورش تصليح السيارات هذه يتعارض مع صورة المدينة التي ترغب في الترويج لها.

# TOP & FLOP

## غادرنا إلى دار البقاء



### برقية تعزية ومواساة من جلالة الملك إلى أفراد أسرة المرحوم الفنان مصطفى الداسوكين

بعث صاحب الجلالة الملك محمد السادس برقية تعزية ومواساة إلى أفراد أسرة المرحوم الفنان مصطفى الداسوكين. وقال جلالة الملك، في هذه البرقية: "علمنا ببالغ التأثر والأسى نبأ وفاة الفنان المقتدر، المرحوم مصطفى الداسوكين، تغمده الله بواسع رحمته وغفرانه، وأسكنه فسيح جناته".



▶ WATCH NOW



SCAN ME!

أحمد العلمي يستضيف مريم البوخاري

المرأة المقابلة تواجه

صعوبات وعليها تجاوزها