

# لويدجاند

مجلة لودجي ميديا الأسبوعية



منصف الخياري

لهذا السبب يحتج المحامون  
وهذا هو رأيي بخصوص  
الإصلاحات التي يقترحها وهي



SCAN ME!

WWW.LODJ.INFO

العدد 27 - سبتمبر 2024

## حياتنا

المنذوية السامية  
للتخطيط : ارتفاع أسعار  
اللحوم بنسبة 6,8%  
بين شهري يوليوز وغشت

## أخبار الأسبوع:

57% من المغاربة :  
الرجال أفضل من  
النساء في القيادة  
السياسية



# فهرس

الافتتاحية	04
أخبار الأسبوع	06
حياتنا	10
صحتنا	18
فن وفكر	20
أناقة وجمال	24



لوديجي ميديا - مؤسسة الرسالة الإعلامية

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

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

"سنخفض عدد التصاريح  
الممنوحة للطلاب  
الأجانب بنسبة 35%  
هذا العام وبنسبة 10%  
أخرى في العام المقبل.  
الهجرة هي ميزة  
لاقتصادنا ، ولكن عندما  
تسيء الجهات الفاعلة  
السيئة استخدام النظام  
وتستغل الطلاب ،  
يجب أن نتصرف "

جاستن ترودو  
رئيس وزراء كندا

@lodjmaroc



# افتتاحية

## منصف الخياري: لهذا السبب يحتج المحامون وهذا هو رأيي بخصوص الإصلاحات التي يقترحها وهبي

والذي تعتمد تغييب المقاربة التشاركية و إقصاء المحامين بصفتهم صلة الوصل بين المتقاضى و القضاء و كذلك بتغييب باقي الفاعلين المتدخلين في المجال .

هاته المشاريع على الخصوص تضمنت تراجمات خطيرة تمس بشروط الولوج المستنير و المتبصر للعدالة و تمس بشكل لا مسبوق بمبادئ الحقوق والحريات للمواطن مرتفق العدالة و الذي تم الاستفراد به بطريقة تحكومية باعتباره أضعف حلقة في منظومة العدالة.

و تتمثل هذه التراجمات على سبيل المثال لا الحصر في المس بالأحكام القضائية وأثرها الملزم للجميع و خاصة في مواجهة الدولة و الإدارات العمومية ، و حرمان المتقاضين من حق الطعن في الأحكام القضائية وحقهم في استئناف الأحكام التي قد تتضمن أخطاء في تطبيق و تأويل القانون أو مقتضيات ماسة بحقوقهم، وكذا حرمان المتقاضين من حقهم في الولوج المستنير و المتبصر للعدالة و الاستعانة بمحامي في إطار المساعدة القضائية في كل القضايا و حقهم في مراقبة التطبيق السليم للقانون من طرف المحاكم عن طريق الطعن

في حالة رفض الطلبات، والتي يعتبرونها تضر بالعدالة. ويستمر هذا الصراع منذ عدة أشهر، رغم إجراء بعض الحوارات، إلا أن الطرفين يجدان صعوبة في إيجاد أرضية مشتركة.

ويطالب المحامون باحترام دورهم كركيزة أساسية للديمقراطية، وبأن تعمل الإصلاحات على تعزيز قدرتهم على الدفاع عن حقوق الجمهور، بدلاً من تقليصها.

### 1. بالنسبة لك، هل ستؤثر أن الإصلاحات القضائية المقترحة على مهنة المحاماة وعلى العدالة؟

تميزت الولاية التشريعية الحالية بمشاريع قوانين استثنائية و فوق العادة تستفرد بالمواطن وتمس بالولوج المستنير للعدالة و تذخر بتغول السلطة التنفيذية على حساب السلطة التشريعية بعد أن أصبحت هذه الأخيرة تحت رحمة حسابات الأغلبية الحكومية و حيادها عن القيام بأدوارها التشريعية الطبيعية مما انعكس بشكل مباشر على جودة المنتج التشريعي.

و يعتبر مشروع قانون المسطرة المدنية و قانون المسطرة الجنائية الذين تقدمت بهما وزارة العدل من أهم تجليات هذا الشذوذ التشريعي الانفرادي

في هذا الحوار مع الأستاذ منصف الخياري، محامي بهيأة فاس، سنحاول تسليط الضوء على الصراع المتزايد بين المحامين ووزارة العدل التي يقودها عبد اللطيف وهبي.

حيث تعرف الساحة المتعلقة بمجال القضاء والمحاماة، احتجاج المحامين ممثلين عن نقابة المحامين المغاربة، على مختلف الإصلاحات القضائية التي اقترحتها الوزارة، بما في ذلك التغييرات في المسطرة المدنية والقانون الجنائي وتنظيم مهنة المحاماة.

ويرى المحامون أن هذه الإصلاحات تشكل اعتداءً على وضعهم المهني وتراجعاً ديمقراطياً إلى الوراء وإضعافاً لحقوق المواطنين في المحاكمة العادلة. وبلغ غضبهم ذروته في تظاهرة أمام مسرح محمد الخامس بالرباط، حيث تجمع 5000 محام للتعبير عن استيائهم.

وينتقد المحامون بشكل خاص إصلاح الإجراءات المدنية، الذي يقولون إنه يقيد الوصول إلى الاستئناف من خلال فرض قيود مالية على القضايا المؤهلة للاستئناف أو النقص، والتي يقولون إنها تضر بحقوق المواطنين. كما يستنكرون العقوبات المالية الجديدة المفروضة على المحامين

# افتتاحية

لحكم الأول وتأييده، أو التصدي بالغائه ، لذلك يعتبر الاستئناف إجراء وآلية تحول دون الوقوع في الخطأ، طبعاً مع ملاحظة مراقبة محكمة النقض التي تقدم طلبات النقض امامها و المعتبرة محكمة قانون وليس درجة من درجات التقاضي مما يكفل تحقيق الأمن القانوني و الاستقرار القضائي.

كما ان ما ورد في المشروع من عدم امكانية الطعن بالنقض اذا لم يتجاوز المبلغ موضوع الطلب ثمانين الف درهم هو تكريس لنفس التمييز الاجتماعي و الاقتصادي فضلا عن كونه تفويتا لفرصة بسط رقابة محكمة النقض على سلامة تطبيق القانون و إغناء الاجتهاد القضائي و تجويد الأحكام.

و أخيرا و ليس آخرا فإن أخطر ما جاء به مشروع المسطرة المدنية أيضا تمتيع الدولة و الادارات العمومية و الجماعات الترابية من امتياز إيقاف تنفيذ الاحكام في حالة الطعن بالنقض في ضرب صريح لمبدأ المساواة و دولة الحق و القانون.

هذه كانت بعض المقتضيات التي ارتأينا مناقشتها على سبيل المثال لـ الحصر في موطن الخلل الواردة في المشروع.

لم تحض بالقبول مما يحول دون ممارسة الحق في التقاضي و الحق في الدفاع المكفولين دستوريا ودوليا.

إن تنصيب مشروع قانون المسطرة المدنية على حصر النظر في القضايا التي لا تتجاوز المبالغ المتنازع بشأنها ثلاثون ألف درهم درهما على المحاكم الابتدائية و عدم امكانية الطعن فيها بالاستئناف إلا فيما تجاوز هذا المبلغ مما يعتبر غبنا و إجحافا و تمييزا اقتصاديا و مسا بالمقتضيات الدستورية التي ضمنت لجميع المتقاضين حق التقاضي على درجتين و دون تمييز.

و يعتبر التقاضي على درجتين أحد أهم مبادئ القضاء و ضمانات المحاكمة العادلة، بحكم انه يضمن للمتقاضين حق عرض النزاع و نشر الدعوى من جديد أمام محكمة أعلى درجة للبت فيها، و يتيح لاطراف النزاع الذين لم يتمكنوا من الحصول على حقوقهم بسبب ما قد يشوب حكم محكمة الدرجة الابتدائية من أخطاء أو عيوب سواء بسبب فهم خاطئ أو فساد التعليل أو سوء التقدير أو بسبب عدم اللدلاء بأدلة ووسائل اثبات إلا خلال مرحلة الاستئناف كما يتيح عرض نفس النزاع أمام محكمة أعلى درجة وهيئة قضائية أكثر حنكة و تجربة لتراقب ما إذا كان حكم المحكمة الأدنى درجة قد طبق القانون تطبيقا سليما فتفصل فيه من جديد، إما بإقرار ا

2بالنقض و تضمين قانون المسطرة الجنائية مقتضيات ماسة بالحرية والمحاكمة العادلة و حقوق الدفاع.

. ما هي الجوانب المحددة لإصلاح الإجراءات المدنية التي تحضى باهتمامك ، وكيف تعتقد أنه يمكن تحسينها ؟

إن جودة القوانين الشكلية تقاس بجودها و قانون المسطرة المدنية هو القانون الذي يوطر و يحدد مسار الدعوى و الحق ابتداء من تاريخ التقدم بالدعوى الى نهايتها.

و من هنا فإن فلسفة التشريع أو تحيينه نابعة من تحقيق الأمن القانوني و تجويد النصوص و سد الثغرات التشريعية و الملاءمة مع الاجتهادات القضائية القارة و المتواترة في احترام تام للدستور و المواثيق الدولية المصادق عليها من طرف المملكة.

و بالرجوع لمشروع قانون المسطرة المدنية يتضح جليا أن الصياغة جاءت غامضة في مجموعة مهمة من مقتضياته مما سيخلق وضعا مربكا اثناء التفسير والتأويل و يتضح أيضا أن المشروع يتجه نحو التخلي عن مبدأ مجانية التقاضي حتى أنه فرض عقوبات مالية مهمة على عاتق من قرر اللجوء الى القضاء و خسر دعواه إضافة إلى الغرامات و الجزاءات في حالة إثارته لدفع شكلية أو موضوعية

# افتتاحية

الحديدية المستعد لطحن الجميع بمان فيهم بني جلدته المهنية من المحامين فقط لأسباب نفسية ذاتية أكثر من تلك المرتبطة بوضعه كرجل دولة يمثل السلطة التنفيذية و بنزوات شخصية انتقامية ترتبط به كمحام سابق في علاقته مع المؤسسات المهنية خلال ممارسته للمهنة مع العلم بسبقية مؤاخذته تأديبيا من أجل الإخلال بقواعد المروءة و الشرف.

**4. ما هي الخطوات التي ينبغي للحكومة اتخاذها لدمج آراء المحامين بشكل أفضل في عملية صنع القرار للإصلاحات القضائية؟**

لقد أكد السيد النقيب الحسين الزياتي رئيس جمعية هيئات المحامين بالمغرب في أكثر من مناسبة و خلال مجموعة من اللقاءات مع الفرق البرلمانية و الندوات الصحفية بأن الجمعية تقدمت بمقترحاتها في إطار المقاربة التشاركية و أن وزير العدل تجاهل هذه المقترحات و أغلق باب النقاش بالاستعلاء و المعاكسة ، كما أكد السيد الرئيس أن مطالب المحامين و المحاميات تم بسطها بشكل علني من خلال مذكرات قدمت مباشرة لكل الجهات المعنية بالتشريع و تمت مناقشتها بشكل مفصل و واضح في ندوات صحفية عمومية و أنها ليست بمطالب فتوية ولا مادية

التنظيمي رقم 065-13 المتعلق بتنظيم وتسيير اشغال الحكومة والوضع القانوني لعضائها تضع على عاتق رئيس الحكومة بموجب قرار إرفاق مشاريع القوانين الرامية الى سن او تشريع جديد او مراجعة تشريع قائم بدراسة حول اثارها ، لتقييم جدوى الاصلاحات المرتقبة واحترام تراتبية القواعد القانونية وسهولة فهم النص القانوني وجودته ومتطلبات الأمن القانوني .

**و من هنا تطرح بعض الأسئلة نفسها بالباح:**

هل قانون المسطرة المدنية الحالي في حاجة إلى تغيير و إعداد قانون جديد أم أنه في حاجة إلى تعديل بعض مقتضياته فقط؟ هل جاء المشروع بمكاسب جديدة ترفع من مستوى ضمانات المحاكمة العادلة و تيسير الولوج للعدالة و تبسيط المساطر و تأمين المساعدة القضائية للمتقاضين؟

**و ماهي الإضافات النوعية في المشروع و ما علاقتها بالنجاعة القضائية و الولوج المستنير للعدالة؟**

نستطيع أن نوكد أن السيد وزير العدل لا يهتم مطلقا لجدوى التشريع و لا آثاره السلبية المحتملة و لا تهمة مصلحة المتقاضين و لا صورة العدالة و لا السمعة الحقوقية للمملكة بقدر ما يهمه إثبات ذاته و أنه الرجل ذو القبضة

**3. كيف تردون على ادعاءات وزارة العدل بأن هذه الإصلاحات ضرورية لتحديث نظام العدالة؟**

يتضح جليا أن مشاريع القوانين التي تقدم بها وزير العدل خلال هذه الولاية التشريعية تفتقر للجدوى و الراهنية التشريعية و أنه كان من الأولى الاهتمام بتعزيز

الثقة في دولة الحق و القانون و بالاسراع في إخراج قانون الإثراء الغير المشروع حيز الوجود و بتعيين الترسنة القانونية المتقدمة التي يرجع تاريخها إلى عهد الحماية و الاحتلال الفرنسي بداية القرن الماضي و النصوص القانونية المتقدمة(ظهير 1984 المتعلق بالتعويض عن حوادث السير و قانون حوادث الشغل...) التي تخنق اللوبيات الاقتصادية (الأبنك -شركات التأمين...)أنفاسها و تحكم قبضتها بالتحكم في دواليب السلطة التنفيذية و التشريعية.

من جهة أخرى فإن مشروع قانون المسطرة المدنية و الجنائية يفتقدان لدراسة الآثار الجانبية المحتملة للتشريع الجديد والتي تعتبر دراسة قبلية،تسمح بتوقع نتائجه و آثاره المباشرة و الغير المباشرة ، ودراسة ليجابياته و سلبياته تمهيدا لاستصدار قانون جديد وأثره على الفئة المستهدفة به أو الهيئات المعنية به ، خاصة و أن المادة 19 من القانون

# افتتاحية

و أنه و بغض النظر عن المواقف المتطرفة و الاستعراضية لوزير العدل يجب على الحكومة بمقتضى التزامها الدستوري بإعمال المقاربة التشاركية أن تتعامل بشكل جدي مع مطالب المحامين و المحاميات و تقييم مخاطر اختلال منظومة العدالة و المس بالأمن القانوني و نتائجها المحتملة.

ولا خاصة، بل هي مطالب تهم حقوق المتقاضين بالدرجة الأولى، و تعتبر السبيل لتحقيق المساواة و تنزيل المبادئ الدستورية التي تقوم عليها دولة الحق والقانون، و السبيل لإصلاح منظومة العدالة التي لا يمكن أن تقوم إلا بتحصين حق الدفاع و المحاماة كجناح ثاني للعدالة.

و لا يكمن تحقيق هذه الأهداف إلا بإعمال المقاربة التشاركية و مناقشة المقترحات التي تقدم بها المحامون في مذكرة جمعية هيئات المحامين بالمغرب و ما جاء فيها من بدائل جدية و موضوعية بعيدا عن الحسابات الضيقة و الشخصية لوزير العدل.

5. هل تعتقد أنه لا تزال هناك فرصة للحوار مع وزارة العدل، أم أن العلاقة بين مهنة المحاماة والحكومة غير قابلة للإصلاح؟

إن كل المحامين و المحاميات ملتفون حول مؤسساتهم المهنية التي يمثلها مركزيا رئيس جمعية هيئات المحامين بالمغرب و لدينا قناعة بأن باب الحوار سيبقى مفتوحا إلى حين استنفاد كل سبله مع كل المتدخلين في العملية التشريعية .

حوار مع الأستاذ منصف الخياري

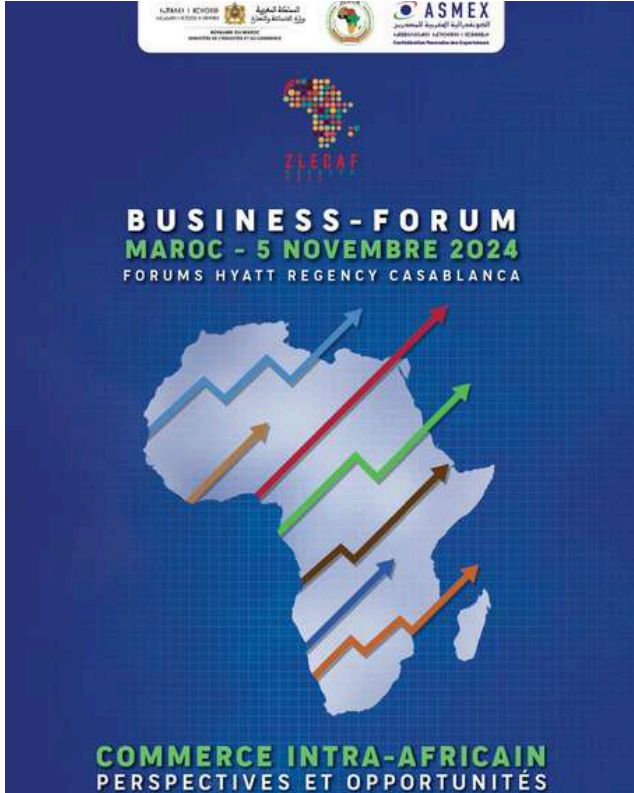
عضو سابق بمجلس هيئة المحامين بفاس  
عضو المكتب التنفيذي لرابطة المحامين الاستقلاليين بالمغرب

تحرير أمل الهواري



## الكونفدرالية المغربية للمصدرين (ASMEX) ووزارة الصناعة والتجارة بالمغرب ينظمان النسخة الأولى من منتدى الأعمال ZLECAF Morocco 2024

تنظم وزارة الصناعة والتجارة والاتحاد المغربي للمصدرين "ASMEX" منتدى أعمال للتوعية والتعريف بالفرص التي توفرها منطقة التجارة الحرة القارية الأفريقية (ZLECAF)، تحت عنوان "التجارة داخل أفريقيا: آفاق وفرص"، وذلك في الخامس من نونبر 2024 بفندق حياة ريجنسي في الدار البيضاء.



وتهدف هذه النسخة الأولى من منتدى الأعمال ZLECAF-Morocco إلى تعزيز الروابط التاريخية والاجتماعية والاقتصادية للمملكة المغربية مع شركائها الأفارقة، من خلال تعزيز التعاون جنوب-جنوب وإقامة شراكة رابحة للطرفين ضمن إطار هذه المنطقة.

وسيشهد هذا المنتدى مشاركة عدة وزراء أفارقة للتجارة وشخصيات بارزة من القطاع العام، إضافة إلى ممثلين عن هيئات الترويج التجاري، خبراء، ممثلين عن القطاع الخاص، والأوساط الأكاديمية والمجتمع المدني. وستساهم هذه المشاركة في تعزيز مكانة المملكة المغربية كمركز استراتيجي لأفريقيا. ويهدف هذا الحدث إلى توعية الأطراف المعنية بالتأثيرات المتوقعة لتطبيق منطقة التجارة الحرة القارية الأفريقية، وتقديم الفرص التي يتيحها هذا الاتفاق للمشاركين، إضافة إلى عرض التوجهات الاستراتيجية التي وضعتها الحكومة لتطبيقه. كما يعد المنتدى فرصة مثالية لجمع مقترحات المشاركين حول الاستراتيجية الوطنية لتطبيق ZLECAF وآليات الاستفادة المثلى من هذه المنطقة.

ومن الجدير بالذكر أن مناقشات هذا المنتدى ستتناول مواضيع مثل استراتيجيات اختراق الأسواق الأفريقية، الآليات التمويلية المتاحة، السياسات العامة الداعمة للتجارة البينية الأفريقية، وأفضل الممارسات للاستفادة من المزايا التي توفرها ZLECAF. ويتزامن هذا المنتدى مع الاحتفال بالذكرى الثلاثين لاتفاق مراكش الذي أسس منظمة التجارة العالمية (WTO)، وسيبرز التقدم الملحوظ في اندماج الاقتصادات الأفريقية في النظام التجاري العالمي.

## 57% من المغاربة: الرجال أفضل من النساء في القيادة السياسية الباروميتر العربي: مغربيات يفضلن الرجال في المجال السياسي

وفقاً لتقرير حديث صادر عن الباروميتر العربي، يرى 57% من المغاربة أن الرجال أفضل من النساء في القيادة السياسية. هذه النتيجة تعكس واقعاً اجتماعياً وثقافياً عميقاً في المغرب، حيث لا تزال الفجوات الجندرية تعيق مشاركة النساء في المناصب القيادية.

وشملت نتائج الاستطلاعات المستندة على 13 ألف مقابلة، سبع دول هي المغرب، الأردن، الكويت، تونس، فلسطين، لبنان وموريتانيا، وسجلت أعلى النسب في كل من 74%، الكويت 74%، فلسطين 64%، موريتانيا 60%، تونس 52%، بينما سجلت لبنان أقل نسبة بـ 44% سياسياً، يطرح هذا التقرير تساؤلات جوهرية حول الجهود المبذولة لتحقيق المساواة بين الجنسين في التمثيل السياسي بالمغرب وخاصة في ظل الإصلاحات القانونية التي تهدف إلى تعزيز دور المرأة في المجتمع.

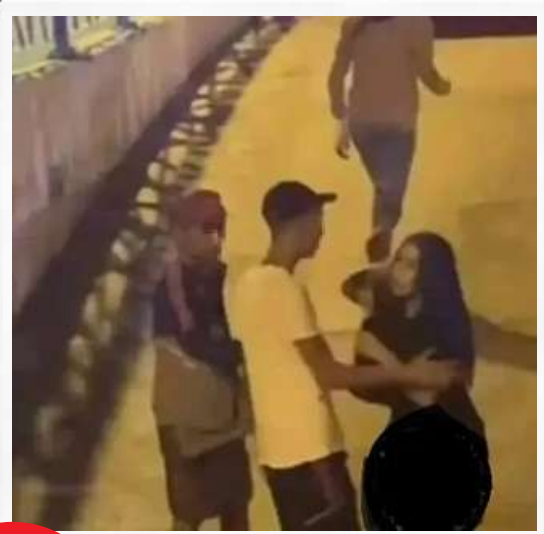
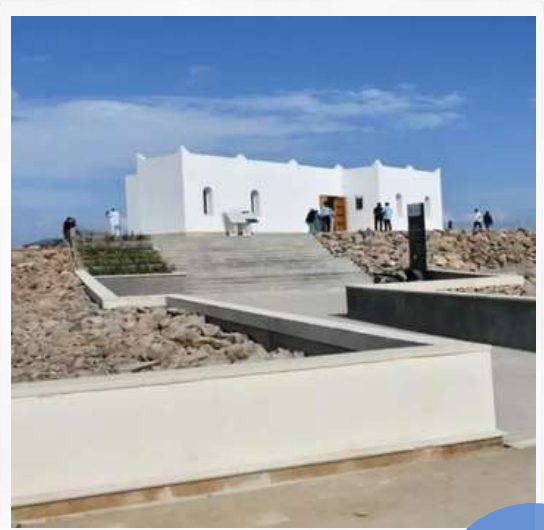
كما أن هذه التصورات تساهم في تفهقر وضعية النساء القياديات في الساحة السياسية، حيث يواجهن عراقيل ثقافية واجتماعية تعيقهن عن الوصول إلى مراكز صنع القرار من الجدير بالذكر أن الاستطلاعات الأخيرة قد كشفت عن زيادة ملحوظة في دعم النساء لفكرة تفوق الرجال في المجال السياسي في أربع دول، من بينها المغرب فقد ارتفعت نسبة النساء اللواتي يعتقدن بأن "الرجال أفضل في السياسة" بواقع 10 نقاط مئوية في كل من الأردن والمغرب وموريتانيا، في حين سجلت زيادة طفيفة بمقدار نقطة مئوية واحدة في تونس.





إعادة تهيئة ضريح سيدي عبد الرحمن:  
نموذج لتحويل الفضاءات الروحية إلى مراكز  
للعلم والثقافة

في خطوة تهدف إلى استعادة قدسية  
وأهمية الفضاءات الروحية، تم تأهيل فضاء  
ضريح سيدي عبد الرحمن، الذي كان لفترة  
طويلة مسرحًا لممارسات لا تمت بصلة  
لهدفه الروحي. بعد هدم البنيات العشوائية  
المحيطة به والقضاء على الممارسات  
المشينة، أصبح الفضاء مستعدًا لأداء دوره  
الحقيقي.



"التحرش الجماعي" بطنجة.. إحالة قاصرين  
على الجنايات وهيئات تدخل على الخط

يتواصل تفاعل قضية التحرش الجنسي  
الجماعي بشابة في الشارع العام بمدينة  
طنجة، فقد أحيل القاصرون الموقوفون  
على ذمة هذا الملف الذي أثار جدلا واسعا  
على غرفة الجنايات بمحكمة الاستئناف  
اليوم الأربعاء.

ووفق المعطيات فإن القاصرين الأربعة  
الموقوفين من المتورطين في عملية  
التحرش الجماعي التي وثقها مقطع  
الفيديو الذي جرى تداوله بشكل واسع بين  
المغاربة، يرتقب أن يواجهوا بتهمتي محاولة  
الاغتصاب ومحاولة هتك العرض.

## TOP & FLOP

## طلبة الطب يقررون تنفيذ اعتصام أمام كلية الطب والصيدلة بالرباط.. بعد تسعة أشهر من الإضراب

أعلنت اللجنة الوطنية لطلبة الطب وطب الأسنان والصيدلة بالمغرب تصعيدها ضد الوزارة، وذلك بخوض طلبة الطب اعتصام أمام الكلية بالعاصمة الرباط، مساء اليوم الأربعاء.

اللجنة قالت في بيان لها، توصل به موقع " لوديبي انفو"، أن تنظيم الاعتصام، الذي سيمتد لـ 12 ساعة يأتي احتجاجا على الاحتقان الذي طال أمده "عقب استمرار نهج سياسة ماوصفه البلاغ بالتعنت والترهيب من طرف الجهات المسؤولة في وجه طلبة عزّل وتكويننا الطبي، سيحملون غدا على عاتقهم واجب النهوض بالقطاع الصحي والسهر على صحة المواطن المغربي وفق الورش الملكي".

وقالت اللجنة إنها تابعت "بجدية واهتمام كبيرين مستجدات مسلسلنا النضالي العادل والمشروع الذي يدخل شهره العاشر على التوالي ليلبلغ بذلك أطول نضال طلابي عرفه المغرب والثاني عالميا عبر التاريخ، خصوصا منه الأسبوعان الأخيران نظرا لما احتواه من محطات فارقة وبالغة الأهمية".

إقرأ المزيد



أجي تقرا العجلة الشهرية ديالنا

L'ODJ I-MAG

## تصنيف فوربس الأخير : عزيز أخنوش وعثمان بنجلون يحافظان على مكانتهما كأكبر أغنياء إفريقيا

أعلنت مجلة فوربس عن تصنيفها العالمي المحدث لشهر سبتمبر 2024، حيث استمر كل من عزيز أخنوش، رئيس الحكومة المغربية، وعثمان بنجلون، الرئيس التنفيذي لبنك إفريقيا، في الحفاظ على مراكزهما ضمن قائمة المليارديرات العالمية.

جاء عزيز أخنوش، الذي يملك النسبة الأكبر في مجموعة "أكوا" التي تأسست عام 1932، في المركز 1922 على الصعيد العالمي بثروة تصل إلى 1.7 مليار دولار، بزيادة عن تصنيفه السابق الذي كانت فيه ثروته تقدر بـ 1.5 مليار دولار أما عثمان بنجلون، فقد احتل المرتبة 2054 بثروة تقدر بـ 1.6 مليار دولار، مرتفعة عن 1.3 مليار دولار في العام الماضي.

ويُعتبر بنجلون من الشخصيات البارزة في القطاع المصرفي الإفريقي، حيث تنشط مجموعة "بنك إفريقيا" في أكثر من 20 دولة عبر القارة. بالإضافة إلى ذلك، يترأس بنجلون مجموعة "RMA" للتأمين، ويمتلك حصة في "أورنج" المغرب عالميا، تصدّر إيلون ماسك، الرئيس التنفيذي لشركتي تيسلا وسبيس إكس، قائمة أغنى الشخصيات بثروة تقدر بـ 241.7 مليار دولار. في المرتبة الثانية، جاء جيف بيزوس، مؤسس أمازون، بثروة تصل إلى 194.9 مليار دولار. في حين حصل برنارد أرنو، مالك مجموعة LVMH الفاخرة على المرتبة الثالثة، بثروة بلغت 184.5 مليار دولار.

من الجدير بالذكر أن هذا التصنيف جاء في وقت تعرف فيه البلاد أزمة على المستوى الاقتصادي والاجتماعي بسبب ارتفاع مستوى المعيشة وتزايد نسبة البطالة.



# 2.75%



قرر بنك المغرب خلال اجتماعه الفصلي الثالث لسنة 2024 الإبقاء على سعر الفائدة الرئيسي عند 2.75%، مشدداً على ضرورة الحفاظ على السياسة النقدية الحالية، مع مواصلة مراقبة تطورات الظرفية الاقتصادية والاجتماعية.

وأشار البنك إلى أن توقعات التضخم تظل مستقرة، حيث انخفضت إلى 2.2% لأفق 8 فصول و2.3% لأفق 12 فصلاً، بفضل تراجع أسعار المواد الغذائية المتقلبة وتباطؤ المكونات الأساسية للتضخم. بعد تسجيل نسبة 5.6% في عام 2023، يتوقع البنك أن يستقر التضخم حول 2% في الأشهر القادمة.

## مجلس وزاري مرتقب في الأيام المقبلة قبل افتتاح البرلمان



كشفت مصادر اعلامية أن مجلسا وزاريا برئاسة الملك يرتقب أن يعقد في الأيام القليلة المقبلة على الأرجح بداية شهر أكتوبر القادم.

وسيُعقد المجلس الوزاري قبل افتتاح البرلمان من طرف الملك محمد السادس يوم الجمعة 11 أكتوبر.

و من المنتظر ان يخصص اجتماع المجلس الوزاري للتداول في التوجهات العامة لمشروع قانون المالية برسم سنة 2025، بالإضافة إلى مشاريع قوانين أخرى واتفاقيات دولية.

ففيما يتعلق بقانون المالية 2025 ، فإن المادة 48 من القانون التنظيمي لقانون المالية تنص على أنه "يودع مشروع قانون المالية للسنة بالأسبقية بمكتب مجلس النواب في 20 أكتوبر من السنة المالية الجارية على أبعد تقدير".

ومن المرتقب أن تصادق الحكومة على مشروع قانون المالية مباشرة بعد التداول في توجهاته العامة في المجلس الوزاري طبقا للفصل 49 من الدستور.

و أمام الحكومة ستة أشهر للتصويت النهائي على مشروع قانون المالية الجديد من طرف البرلمان اي اعتماده رسمياً. عزيز أخنوش، رئيس الحكومة، كان قد أكد أن مشروع قانون المالية لسنة 2025 يركز على أربع أولويات: تمثل في مواصلة تعزيز ركائز الدولة الاجتماعية، وتوطيد دينامية الاستثمار وخلق فرص الشغل، والاستمرار في تنزيل الإصلاحات الهيكلية، وكذا الحفاظ على استدامة المالية العمومية.

## بهدف تعميق دراسته : الحكومة تؤجل المصادقة على مشروع دمج "كنوبس" ب "الضمان الاجتماعي"



النقابات تضغط والحكومة تؤجل دمج "كنوبس" لتعميق الدراسة

أفاد مصطفى بايتاس، الوزير المنتدب المكلف بالعلاقات مع البرلمان والنطاق الرسمي باسم الحكومة، خلال الندوة الصحفية التي عُقدت بعد اجتماع المجلس الحكومي يوم أمس الخميس، بأن "الحكومة اتخذت قراراً بتأجيل المصادقة على مشروع القانون رقم 54.23 المتعلق بدمج منخرطي الصندوق الوطني لمنظمات الاحتياط الاجتماعي (كنوبس) في الصندوق الوطني للضمان الاجتماعي (CNSS)".

ويهدف تأجيل مشروع القانون حسب تصريحات بايتاس إلى " تعميق دراسة مضامينه، وعندما يكون يستجيب لمختلف هذه القضايا سنصادق عليه لتنطلق بعد ذلك المسطرة التشريعية على مستوى مجلسي النواب والمستشارين" و يأتي هذا القرار الحكومي في سياق رفض واسع للنقابات التي ترى أن خوصصة المجال الصحي في المغرب لا يصب في صالح موظفي القطاع العام

وأوضح بايتاس أن مشروع القانون جاء استجابة لمواد القانون الإطار 09.21 المتعلق بالحماية الاجتماعية، والتي تنص على ضرورة توحيد الهيئات المكلفة بالتدبير، مشدداً على أن "إصلاح هذا القطاع ليس بالأمر السهل، هو خطوة كبيرة وعميقة، وفيها مجموعة من الشركاء والمنخرطين"

## الأمم المتحدة.. رئيس الحكومة يتباحث بنيويورك مع نظيره الإسباني



أجرى رئيس الحكومة، عزيز أخنوش، اليوم الثلاثاء بنيويورك، مباحثات مع رئيس الحكومة الإسبانية، بيدرو سانشيز.

انعقد هذا اللقاء على هامش الدورة الـ 79 للجمعية العامة للأمم المتحدة، بحضور وزير الشؤون الخارجية والتعاون الإفريقي والمغاربة المقيمين بالخارج، ناصر بوريطة، ووزير الشؤون الخارجية والاتحاد الأوروبي والتعاون الإسباني، خوسيه مانويل ألبارس.

تناولت المباحثات بين الجانبين، على الخصوص، سبل توطيد العلاقات بين الرباط ومدريد، وعددا من القضايا الإقليمية والدولية ذات الاهتمام المشترك.

## تسمم غذائي ينقل 44 طالبا بالمعهد الوطني للبريد والمواصلات إلى المستشفى



شهد المعهد الوطني للبريد والمواصلات حالة من الاستنفار بعد تعرض 44 طالبا وطالبة لأعراض مغمص حاد، مما أدى إلى نقلهم إلى قسم المستعجلات بمستشفى ابن سينا في الرباط. وتم تقديم الرعاية الطبية اللازمة، حيث غادر 34 طالبا المستشفى بعد تلقي الإسعافات الضرورية، فيما تم الاحتفاظ بعشرة آخرين تحت المراقبة.

الطلبة يشتبهون في تناولهم لوجبة عشاء تحتوي على دجاج بالنشويات كسبب للتسمم، وتم فتح تحقيق لمعرفة أسباب الحادث، مع انتظار نتائج التحاليل اليوم الاثنين.

## جامعة جمعيات المستهلك: إذا كانت أثمان الزيت المستورد أعلى سعرا من المحلي فلاحاجة لنا بهذا المنتج

تعرف أثمان مادة زيت الزيتون ارتفاعا تصاعديا من عدة سنوات، وخاصة هذا العام. الارتفاع لم يمس الاثمنة فقط، بل كذلك الصادرات من حيث الحجم والقيمة. وبلغت شحنات زيت الزيتون، خلال الأشهر الستة الأولى من العام الجاري، 634 مليون درهم، مقابل 216 مليون درهم، بحسب مكتب الصرف الأجنبي. "ومع ذلك، فإن قرار وزارة التجارة، المنشور في النشرة الرسمية (BO) في أكتوبر 2023، حدد قيوداً كمية جديدة على الصادرات.



وهو إجراء ينبغي من حيث المبدأ أن يحد من الشحنات، ويضمن الإمدادات المنتظمة للسوق المحلية ويخفض الأسعار.

ولذلك يلزم الحصول على ترخيص تصدير مسبق لأي شحنة من هذا المنتج. وهذا حتى 31 ديسمبر 2024". تم اتخاذ هذا القرار بناءً على طلب من المتخصصين في القطاع الذي تمثله Interprolive.

وحسب مصادر مطلعة، فإن جزءا من زيت الزيتون الذي يغادر البلاد هذه السنة كان زيتا ذو درجة حموضة عالية جدا، وبالتالي ليس مخصصا للاستهلاك المباشر بل للصناعة.

وبالتالي فإن التصدير ليس سببا مباشرا في ارتفاع ثمن زيت الزيتون في السوق المحلي.

وفي هذا الصدد جاء قرار الحكومة بتسهيل شروط عملية توريد زيت الزيتون من اسواق محلية.

فهل ستمكن هذه الإجراءات من التأثير بشكل ايجابي على ثمن هذا المنتج محليا؟.

من أجل الجواب عن هذا السؤال، اتصلت لوديجي أنفو بمديح وديع، رئيس جامعة جمعيات حماية المستهلك. وعبر المتحدث عن تهمينه للفكرة بالقول: "نحن كجمعية تعنى بحماية المستهلك مع فكرة وزارة الفلحة والصيد البحري و التي جاء بعد تحليق أسعار زيت الزيتون، هذه الأثمان التي أصبحت تعرف ارتفاعا تصاعديا منذ مدة".

وأضاف ذات المصريح: نحن نعلم أنه مادامت الحكومة اتخذت خطوة تسهيل وتسريع استيراد هذه المادة، وتحفيز وكذلك تخفيض الضرائب الجمركية والضرائب على القيمة المضافة، فالأكيد أنه هذا الدعم من المفروض أن يكون لفائدة المستهلك، وبالتالي هذه الاجراءات لايجب ان تنحصر على المستورد فقط، بل على المستهلك ان يستفيد ويصله أثر هذه التسهيلات ايجابيا.

واقترح ذات المتحدث على الحكومة وضع معايير و فرض دفتر تحملات ليكون الثمن باستطاعة المستهلك، مادامت الحكومة دعمت هذه المادة بطريقة مباشرة او غير مباشرة، فمن اللازم ان تضمن حماية المستهلك بل وإجبار المورد على احترام نسبة الارباح المعقولة وان لا يكون الربح على حساب جيوب والمستهلكين.

ومن هنا شدد ذات المصريح لموقع "لوديجي أنفو"، على ضرورة احترام معايير الجودة ومراعاة شروط السلامة الصحية، وهذا مانرجحه من طرف المكتب الوطني للسلامة الصحية، والذي يقطن هاجسنا ايضا كجامعة جمعيات المستهلك.





في سابقة وطنية، نجحت الفرق الطبية متعددة التخصصات بالمركز الاستشفائي الجامعي ابن سينا، بالتعاون مع فريق مستشفى بول بروس (APHP)، في إجراء عمليتي زراعة كبد من متبرعين أحياء. العملية الأولى تمت لشابة تبلغ من العمر 19 عامًا كانت تعاني من فشل كبدي حاد، حيث تبرع والدها بفص الكبد الأيسر لإنقاذ حياتها. بينما خضعت مريضة أخرى تبلغ من العمر 65 عامًا لعملية زراعة كبد ثانية بعد تبرع ابنتها بفص الكبد الأيمن.



SCAN ME

## فاس تستعد لاستقبال واحدا من بين أضخم المصانع في قطاع النسيج

تستعد فاس لاستقبال واحد من أكبر المشاريع الصناعية في المغرب، يتمثل في مصنع للنسيج يعد الأضخم في العالم.

المشروع سيتم برمجته على وعاء عقاري هائل تبلغ مساحته 18 هكتاراً، وهو ما يجعله أحد أبرز الاستثمارات المنتظرة في المنطقة. مصادر من عين المكان أكدت أن شركة صينية رائدة في مجال النسيج ستكون هي المستثمر الرئيسي في هذا المشروع الضخم. يأتي هذا المشروع في وقت يشهد فيه قطاع النسيج في المغرب انتعاشاً متزايداً، حيث يُعد من أهم القطاعات الاقتصادية الحيوية التي تساهم بشكل كبير في رفع حجم الصادرات الوطنية. هذا المصنع من شأنه المساهمة في تحقيق قفزة نوعية على مستوى التصدير، حيث سيتمكن من تصنيع منتجات نسيجية موجهة للأسواق الأوروبية والأمريكية، بفضل الموقع الجغرافي الاستراتيجي للمغرب واتفاقياته التجارية مع مختلف الدول، سيعزز هذا المشروع القدرة التنافسية للقطاع المغربي على الساحة العالمية.



[اقرأ المزيد](#)



أجي تقرا المجلة الشهرية ديالنا

L'ODJ I-MAG

## المنذوبية السامية للتخطيط : ارتفاع أسعار اللحوم بنسبة 6,8% بين شهري يوليوز وغشت

ارتفاع معدل التضخم السنوي في المغرب المرتبط بمؤشر أسعار المستهلكين ب 0,3% بالمقارنة مع شهر يوليوز 2024

وفقا لآخر الأرقام التي أفادت بها المنذوبية السامية للتخطيط، اليوم الجمعة في مذكرة إخبارية حول الرقم الاستدلالي للأثمان عند الاستهلاك لشهر غشت 2024، فإن المغرب قد سجل ارتفاعاً ملحوظاً بنسبة 0.8% في الرقم الاستدلالي للأثمان عند الاستهلاك، خلال شهر غشت 2024، مقارنة بشهر يوليوز.



ويعزى هذا الارتفاع بشكل أساسي إلى تزايد الرقم الاستدلالي للمواد الغذائية بنسبة 1.8%، بينما استقر الرقم الاستدلالي للمواد غير الغذائية. وتشمل أبرز الارتفاعات في أسعار المواد الغذائية "اللحوم" التي ارتفعت بنسبة 6.8%، تلتها أسعار "الحليب والجبن والبيض" بزيادة 3.5%، و"السماك وفواكه البحر" بزيادة 2.8%.

كما شهدت "الخضر" ارتفاعاً بنسبة 2.4%، بالمقابل انخفضت أسعار "الفواكه" بنسبة 4.0%، أما فيما يتعلق بالمواد غير الغذائية، فقد سجلت "المحروقات" انخفاضاً بنسبة 1.8%

وحسب ما جاءت به المذكرة فإن مدنا عديده قد شهدت ارتفاعا في الرقم الاستدلالي للأثمان، حيث زاد في الحسيمة بنسبة 2,8% وفي آسفي ب 1,5% ، وفي الرشيدية ب 1,2% وفي أكادير والداخلة وسطات وبنو ملال ب 1,1% وفي وجدة ب 1,0% وفي فاس وتطوان ب 0,9%، وفي القنيطرة ب 0,8%، وفي مكناس ب 0,7% وفي الدار البيضاء ومراكش والرباط ب 0,6% وفي كلميم ب 0,5%، وفي طنجة والعيون ب 0,4%، وختتمت المنذوبية السامية للتخطيط مذكرتها الإخبارية بأن مؤشر التضخم الأساسي، الذي يستثني المواد ذات الأثمان المحددة والمواد ذات التقلبات العالية، قد عرف خلال شهر غشت 2024 ارتفاعاً ب 0,3% بالمقارنة مع شهر يوليوز 2024 ، وب 2,6% بالمقارنة مع شهر غشت 2023



LODJ.INFO



فين تمشي في أول زيارة  
لمدينة الصويرة؟



SCAN ME

@lodjmaroc



## المديرية العامة للأمن تطلق حملة لتجديد البطاقة الوطنية بالمناطق النائية

أطلقت المديرية العامة للأمن الوطني، أمس الاثنين، حملة واسعة النطاق لتجديد البطاقة الوطنية للتعريف الإلكترونية لفائدة ساكنة المداشر والتجمعات السكنية الجبلية التابعة لأقاليم تاونات وتازة والحسيمة، ضمنهم صغار مزارعي القنب الهندي المستفيدين من العفو الملكي بمناسبة ذكرى ثورة الملك والشعب.

وبمناسبة هذه الحملة التي ستتواصل إلى غاية 7 نونبر المقبل، أوفدت المديرية العامة للأمن الوطني مجموعة من الوحدات المحمولة لتسجيل المعطيات التعريفية، تتألف من عربات متنقلة لإنجاز وتجديد البطاقات الوطنية للتعريف الإلكترونية، إلى العديد من المداشر والتجمعات السكنية الجبلية التي تقع في عمالات وأقاليم تازة وتاونات والحسيمة. وتعمل هذه الوحدات المتنقلة لتسجيل المعطيات التعريفية على استقبال المواطنين بعين المكان، وإعداد وتجديد بطاقتهم الوطنية، في أفق تسليمها في زيارات لاحقة، بهدف رفع أعباء التنقل عليهم من هذه المناطق البعيدة وتمكينهم من الولوج إلى خدمات المديرية العام للأمن الوطني في أحسن الظروف.

[اقرأ المزيد](#)



## طانطان.. البحرية الملكية تقدم المساعدة لـ54 مرشحا للهجرة غير النظامية من إفريقيا جنوب الصحراء

اعترض خفر السواحل التابع للبحرية الملكية، أمس الأحد، على بعد 83 كيلومتر شمال غرب ميناء طانطان، قاربا كان على متنه 54 مرشحا للهجرة غير النظامية ينحدرون من إفريقيا جنوب الصحراء، من بينهم سبع نساء وقاصر واحد.

وذكر بلغ للقيادة العامة للقوات المسلحة الملكية أن المرشحين الذين تم إنقاذهم، وكانوا يعتزمون التوجه إلى جزر الكناري، تم نقلهم سالمين إلى ميناء طانطان وتسليمهم لمصالح الدرك الملكي قصد القيام بالإجراءات الإدارية الجاري بها العمل، بعد أن تلقوا الإسعافات الأولية.



## أولياء التلاميذ يحذرون من آثار التخلي عن "مليون محفظة" على التحصيل الدراسي

في الآونة الأخيرة، ارتفعت أصوات أولياء التلاميذ في مختلف أنحاء المملكة المغربية معبرين عن قلقهم البالغ إزاء عدم إستفادات بعضهم من برنامج مليون محفظة ،

البرنامج الذي كان يهدف إلى تخفيف الأعباء المادية عن الأسر ذات الدخل المحدود وتحفيز التطاق التلاميذ بالمدارس، خصوصا في المناطق القروية والمهمشة . وبحسب تصريحات لأولياء الأمور لموقع لوديجي أنفو، فقد لاحظوا تراجعاً كبيراً في فعاليات برنامج مليون محفظة لهاته السنة حيث باتت العديد من الأسر لا تستفيد من هذه المبادرة التي كانت تعتمد على تجهيز الأبناء للعودة المدرسية ويرجع بعض المراقبين هذه الإختلالات إلى سوء التدبير الإداري ونقص الشفافية في توزيع الحقايب والمستلزمات، إضافة إلى مشاكل في التنسيق بين الجهات المعنية على المستوى المحلي .

[اقرأ المزيد](#)



أدت تطورات الحرب والقصف الإسرائيلي العنيف على بلدات وقرى الجنوب اللبناني، إلى نزوح السكان بأعداد كبيرة هربا من الغارات الإسرائيلية المكثفة.

## متحور جديد من فيروس كورونا XEC: ماذا نعرف حتى الآن؟



بدأت تظهر حالات إصابة جديدة بفيروس كورونا بنسخة متحورة تعرف باسم XEC، الذي يُتوقع أن ينتشر بشكل أوسع خلال الأشهر القادمة. ورغم أن هذا المتحور ليس من المتوقع أن يحدث طفرة كبيرة أو موجة جديدة من الإصابات، إلا أنه قد يمثل نسبة كبيرة من العدوى بفيروس SARS-CoV-2 خلال الشتاء المقبل.

XEC ليس متحوراً جيداً بالكامل، بل هو نتيجة لتآلف بين السلالات الفرعية KP.3.3 وKS.1.1، وهما سلالتان من السلالات الفرعية التي ظهرت مؤخراً وتسببت في عدد من حالات الإصابة بكورونا.

### ظهور وانتشار متحور XEC

تم اكتشاف XEC لأول مرة في ألمانيا خلال شهر يونيو 2024، ومنذ ذلك الحين تم تسجيل حالات إصابة في كل من بريطانيا، الولايات المتحدة، الدنمارك وعدة دول أخرى. وعلى الرغم من انتقاله ببطء مقارنة بمتحورات كورونا السابقة، فإنه من المتوقع أن ينتشر أكثر خلال فصل الخريف، ويواصل الانتشار خلال الشتاء القادم.

### فعالية اللقاحات ضد XEC

يقول البروفيسور فرانسوا بالوكس، خبير علم الوراثة، إن اللقاحات الحالية التي تم تحديثها مؤخراً توفر حماية جيدة ضد XEC، رغم أنها لم تصمم خصيصاً له. وأضاف أن انتشار XEC قد يكون بطيئاً، إلا أن اللقاحات ما زالت قادرة على توفير وقاية كافية ضد الأعراض الشديدة الناجمة عن الإصابة به. كما يُنصح الأفراد الأكثر عرضة للخطر، مثل كبار السن والمصابين بأمراض مزمنة، بالحصول على جرعات معززة.

### أعراض متحور XEC

من المتوقع أن تكون أعراض XEC مشابهة لأعراض السلالات الأخرى من SARS-CoV-2. وتشمل الأعراض الرئيسية التي تم رصدها حتى الآن: ارتفاع في درجة حرارة الجسم، آلام في الجسم، الإرهاق والتعب، السعال، التهاب الحلق

وتشير التوقعات إلى أن معظم المصابين بـ XEC سيشعرون بالتحسن خلال أسابيع قليلة، لكن بعض الحالات قد تحتاج إلى وقت أطول للتعافي بشكل كامل.

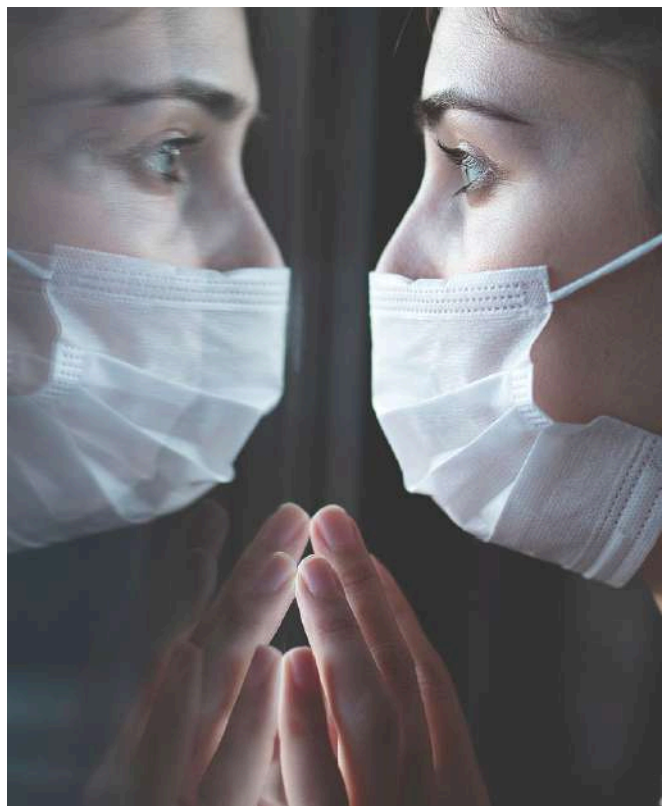
### هل ينبغي القلق بشأن متحور XEC؟

وفقاً للبروفيسور بالوكس، يتميز متحور XEC بمعدل انتقال بطيء نسبياً مقارنة ببعض المتغيرات الأخرى التي لا تزال تنتشر. لذلك لا يوجد داعٍ للقلق المفرط، خاصة مع توافر اللقاحات التي تقدم حماية كافية ضد الأعراض الشديدة. ورغم احتمالية زيادة حالات الإصابة خلال فصل الشتاء، لا يتوقع العلماء أن يؤدي المتحور XEC إلى حدوث موجة جديدة من الإصابات.

### التوقعات المستقبلية

يشير الخبراء إلى أن عدد الإصابات بفيروس SARS-CoV-2 قد يرتفع مرة أخرى خلال الأشهر القادمة، خاصة في الشتاء. وعلى الرغم من استقرار أعداد الإصابات في معظم الدول حالياً أو انخفاضها، فإن المتحور XEC قد يصبح السائد لفترة مؤقتة، لكن دون أن يتسبب في زيادة كبيرة أو مفاجئة في عدد الحالات.

ورغم أن المتحور XEC لا يمثل تهديداً كبيراً في الوقت الحالي، فإن الالتزام بالإجراءات الوقائية مثل التطعيم والحفاظ على النظافة الشخصية لا يزال مهماً للحد من انتشار الفيروس والسيطرة على أي تفشيات مستقبلية.



## حسن الفد ينفى تقاضيه 20 مليون سنتيم مقابل مشاركته في «منتدى المدرس»

نفى الفنان الكوميدي المغربي حسن الفد الأخبار التي تم تداولها حول تقاضيه مبلغ 20 مليون سنتيم مقابل مداخلته في «منتدى المدرس» المقرر انعقاده في الرباط يومي 26 و 27 شتنبر 2024. في مقطع فيديو على حسابه في إنستغرام، عبر الفد عن استغرابه من هذه الإشاعات، مؤكداً أن ما نُشر حول تقاضيه 10 آلاف درهم عن كل دقيقة من مشاركته هو خبر «عار تماماً من الصحة». وأكد الفد أن حضوره في المنتدى يأتي بدافع شخصي وليس لتحقيق مكاسب مادية، بل هو فرصة لاستحضار ذكرياته وتجاربه خلال فترة دراسته ومشاركة هذه التجارب مع المدرسين الذين ساهموا في توجيه مسيرته الفنية.





## الأمومة بعد الثلاثين: هل يرفع سن الإنجاب من مستوى ذكاء الأطفال؟

يؤخر غالبية الأزواج قرار الإنجاب نتيجة للتحديات المتعلقة بالعمل والتداعيات المستمرة للأزمة الاقتصادية الأخيرة، هذا التأجيل يأتي في ظل تعقيد الأوضاع الاجتماعية والاقتصادية، حيث تؤثر مشكلة الخصوبة ووصمة الأمومة المتأخرة بشكل متزايد على قرارات الأسرة، لكن ماذا لو كان لهذا هذا التأخير جانبا إيجابيا يتمثل في احتمالية ارتفاع مستوى الذكاء لدى الرضيع؟

كشفت دراسة حديثة أجراها باحثون من كلية لندن للاقتصاد أن النساء اللواتي ينجبن أطفالاً بعد سن الثلاثين لديهن فرصة أكبر لإنجاب أطفال أكثر ذكاءً، اعتمدت هذه الدراسة على بيانات طويلة الأمد، حيث قارنت بين أطفال ولدوا للأمهات تحت سن الثلاثين وأطفال ولدوا للأمهات بعد هذا السن

وبعيداً عن العوامل البيولوجية والديموغرافية والاجتماعية التي تميز الأمهات الأكبر سناً، والتي لا يمكن إغفالها، أظهرت دراسة أجرتها جامعة آرهوس في الدنمارك أن الأمهات الأكبر سناً أقل استخداماً للعقاب والعنف اللفظي مقارنة بالأمهات الأصغر سناً، مما يساهم في توفير بيئة عاطفية أكثر استقراراً للأطفال

وفي السياق نفسه، خلصت دراسة أخرى أجريت في جامعة كولومبيا بالولايات المتحدة إلى نتائج مماثلة، حيث أشار الباحثون إلى أن "الآباء الأكبر سناً قد يكونون أقل مرونة جسدياً من الآباء الشباب، إلا أن خبرتهم ومعرفتهم الأوسع تعزز من دورهم كأباء". هذا الأمر يظهر أن المزايا الاجتماعية يمكن أن تعوض التحديات البيولوجية التي قد يواجهها الآباء المتقدمون في السن

[اقرأ المزيد](#)

## فوائد الجلوس في الماء الدافئ مع الملح: علاج طبيعي لتخفيف التوتر والإجهاد

تعتبر حمامات الملح الدافئة وسيلة طبيعية شهيرة لتخفيف آلام الجسم والإجهاد، ويعود استخدامها إلى العصور القديمة. لا تقتصر فوائدها على الجسم فحسب، بل تساعد أيضاً في تحسين الحالة النفسية والتخلص من التوتر. تعد هذه الحمامات طقساً مفضلاً لدى عشاق العلاجات الطبيعية؛ لكونها تخلو من المركبات الكيميائية وتعتمد على الماء الدافئ والملح فقط، مما يجعلها طريقة آمنة وفعالة لتعزيز الراحة والاسترخاء.

### فوائد الجلوس في الماء الدافئ والملح

#### تعزيز الدورة الدموية

عند الجلوس في الماء الدافئ المملح، تتوسع الأوعية الدموية بسبب تأثير الحرارة، مما يعزز تدفق الدم إلى العضلات والمفاصل. الملح، سواء كان ملح البحر أو ملح إبسوم، يساهم في تحسين الدورة الدموية وتقليل الالتهابات. هذا يجعله علاجاً فعالاً لتقليل التورمات الناتجة عن التهابات العضلات والمفاصل، ما يخفف الآلام تدريجياً.

#### تخفيف آلام العضلات والمفاصل

يحتوي الملح على معادن، مثل المغنيسيوم، التي تساعد على تقليل الالتهابات. عند امتصاص الجلد للمغنيسيوم أثناء الجلوس في حمام الماء الدافئ والملح، يساعد ذلك على تهدئة العضلات المتوترة وتخفيف آلامها، خاصةً بعد أيام مرهقة أو ممارسة رياضة مكثفة.

#### التخلص من السموم

يُعتبر حمام الملح وسيلة فعالة لتنظيف الجسم من السموم. المعادن الموجودة في الملح تفتح المسام، مما يسهل خروج السموم والشوائب. كما يعمل الملح على تقشير البشرة وإزالة خلايا الجلد الميت، مما يمنح بشرتك نعومة ونضارة. بفضل خصائصه المضادة للبكتيريا والالتهابات، يحد الملح أيضاً من بعض مشكلات البشرة مثل الإكزيما والصدفية.



[اقرأ المزيد](#)

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



## أطعمة غنية بفيتامين سي أكثر من الليمون والبرتقال

يعتبر "فيتامين سي" من أهم العناصر الغذائية التي يحتاجها جسم الإنسان، فهو يلعب دوراً بارزاً في تعزيز جهاز المناعة، مكافحة الشيخوخة، تحسين صحة العظام، والمساعدة في امتصاص الحديد. ورغم أن العديد من الناس يظنون أن الليمون والبرتقال هما أغنى مصادر هذا الفيتامين، إلا أن هناك أطعمة أخرى تحتوي على كميات أكبر من فيتامين سي.

وفي لقاء مع اختصاصية التغذية العلاجية وعلاج السمعة، عن بعض الأطعمة التي تتفوق على الليمون والبرتقال في محتواها من فيتامين سي.

### الجوافة: الأغنى بفيتامين سي

الجوافة تعتبر من أغنى الفواكه بفيتامين سي، حيث تحتوي ثمرة متوسطة الحجم على أكثر من 200 ملليجرام من هذا الفيتامين، وهو ما يعادل أكثر من 200% من الاحتياج اليومي الموصى به. بالمقارنة، يحتوي الكيوي على حوالي 71 ملليجراماً فقط من فيتامين سي، وهو ما يعادل 79% من الاحتياج اليومي.

### الفلفل الأحمر والبروكلي: مصادر رائعة لفيتامين سي

الفلفل الأحمر أيضاً يُعد من الأطعمة الغنية بفيتامين سي، حيث تحتوي حبة واحدة منه على حوالي 127 ملليجراماً، أي ما يعطي 142% من الاحتياج اليومي. البروكلي كذلك مصدر ممتاز لهذا الفيتامين، فكوب واحد منه يحتوي على 81 ملليجراماً، ما يمثل 91% من الاحتياج اليومي.

### السبانخ والطماطم: مساهمات صحية يومية

السبانخ هي خيار جيد للحصول على فيتامين سي، إذ يحتوي كوب واحد منها على حوالي 30 ملليجراماً، أي ما يعادل 34% من الاحتياج اليومي. أما الطماطم، فيوفر كوب واحد منها حوالي 28 ملليجراماً من الفيتامين، وهو ما يمثل 31% من الاحتياج اليومي.

### الفراولة والمانجو: فواكه لذيذة غنية بالفيتامين

كوب واحد من الفراولة يحتوي على حوالي 59 ملليجراماً من فيتامين سي، بينما يحتوي كوب من المانجو على 67 ملليجراماً. البابايا والأناناس أيضاً من الفواكه التي تتمتع بمحتوى عالٍ من فيتامين سي، حيث يحتوي كوب من البابايا على 88 ملليجراماً وكوب من الأناناس على 78 ملليجراماً.

### البطاطا الحلوة: مصدر غير تقليدي لفيتامين سي

البطاطا الحلوة، رغم أنها ليست الخيار الأول عند التفكير في فيتامين سي، إلا أنها تحتوي على 24 ملليجراماً في الحبة المتوسطة.

### نصائح هامة للحفاظ على الفيتامين

للحصول على أقصى فائدة من فيتامين سي، يُفضل تناول الفواكه والخضروات طازجة قدر الإمكان، وتخزينها في الثلاجة لتجنب فقدان الفيتامين أثناء التخزين. كما ينصح بعدم طهي الفواكه والخضروات لفترات طويلة، لأن الطهي الطويل يقلل من محتوى الفيتامين.

وبتنوع مصادر فيتامين سي في نظامك الغذائي، يمكنك تعزيز صحتك والاستفادة من الفوائد العديدة لهذا العنصر الغذائي الأساسي.

## ال فشل الكلوي والدواء المفقود: سباق ضد الزمن لإنقاذ الأرواح

منذ عدة أيام، أثار اختفاء عقار "ألفالكسيدول" وهو دواء حيوي للمرضى الذين يعانون من الفشل الكلوي المزمن، قلق لدى المغاربة. هذا المنتج الصيدلاني، يعتبر أساسياً لعملية التمثيل الغذائي للكالسيوم، إذ يواجه نقصاً عالمياً حسبما صرحت وزارة الصحة والحماية الاجتماعية.

يعد هذا العقار ضرورياً لتعويض نقص الكالسيوم الذي يتسبب فيه الفشل الكلوي، مما يفاقم خطر حدوث مضاعفات صحية خطيرة قد تؤثر بشكل مباشر على حياة المرضى. تُظهر هذه الأزمة حدود الاعتماد الذاتي في المجال الصيدلي بالمغرب، وتبرز التحديات التي تواجه الدولة في تأمين الإمدادات الضرورية في ظل نقص عالمي. ورغم الإجراءات المتخذة لتسريع عملية استيراد الدواء، إلا أن عدم اليقين حول حل سريع لهذه الأزمة لا يزال يثير مخاوف سياسية قد تسلط هذه الأزمة الضوء على أهمية تحسين الصناعة الصيدلانية المحلية لضمان تجنب مثل هذه الأزمات في المستقبل. على المستوى الدولي، واجهت دول مثل الهند ومصر نقصاً مشابهاً في الأدوية المتخصصة، مما يدل على الاعتماد العالمي المتزايد على إنتاج الأدوية من الخارج. هذا يؤكد أهمية تعزيز البنية التحتية المحلية للصناعة الدوائية لمواجهة التحديات العالمية التي تؤثر سلباً على المرضى والمجتمعات بشكل عام. وكخلاصة عامة، يتعين على المغرب اتخاذ خطوات طويلة المدى لتعزيز الاكتفاء الذاتي في صناعة الأدوية لمواجهة مثل هذه الأزمات بفعالية في المستقبل. التحرك نحو الاكتفاء الذاتي سيساعد على تقليل التأثير بالتقلبات في الأسواق العالمية وضمان توفير العلاجات اللازمة لمرضى الفشل الكلوي دون انقطاع.





# فالتلفزة كيبينو أن المرأة عاطفية وما قادراش تاخذ القرارات.. كنزة صمود فبودكاست هي مغربية



SCAN ME

## تأجيل مهرجان «سراب» في صحراء أغافاي لأسباب لوجستية

قررت إدارة مهرجان «سراب»، الذي كان من المزمع تنظيمه يومي 27 و28 سبتمبر 2024 في صحراء أغافاي، تأجيل الحدث إلى موعد آخر، وذلك لأسباب لوجستية غير متوقعة أعاقَت الوصول إلى الموقع وتجهيزاته.



وذكرت اللجنة المنظمة في بيان نُشر على الحساب الرسمي للمهرجان على إنستغرام أن الفريق بذل جهوداً مضيئة حتى وقت متأخر من ليلة 23 سبتمبر 2024، بحثاً عن موقع بديل، إلا أن التحديات التي واجهوها حالت دون ذلك، مما دفعهم لاتخاذ القرار بتأجيل الحدث صباح يوم 24 سبتمبر.

وأكد البيان أن التذاكر التي تم شراؤها للمهرجان ستظل سارية للموعد الجديد دون الحاجة لاتخاذ أي خطوات إضافية من قِبَل الحضور، مع إمكانية استرداد قيمة التذاكر لمن لا يستطيع الحضور في الموعد الجديد، وذلك من خلال نموذج متاح على الموقع الإلكتروني للمهرجان.

وأوضحت إدارة المهرجان أن هذا القرار جاء من منطلق الحرص على سلامة المشاركين وضمان تقديم تجربة متكاملة، مؤكدة التزامها بإقامة مهرجان يليق بتوقعات الجمهور. تجدر الإشارة إلى أن المهرجان كان يهدف إلى تقديم تجربة موسيقية استثنائية في قلب الطبيعة، بمشاركة 42 من أشهر منسقي الأغاني العالميين، إلى جانب مجموعة من المواهب المغربية الصاعدة

## الغافولي يفرج عن جديدته الفني "لالة سلطانة"

أصدر الفنان زكرياء الغافولي أغنيته الجديدة باللون الشعبي تحت عنوان «لالة السلطانة»، وذلك عبر قنواته الرسمية على منصة يوتيوب. كما قام بالترويج لهذا العمل الفني من خلال حسابه الشخصي على إنستغرام



ولتسويق عمله الجديد، علق زكرياء الغافولي على "البوستر" الخاص بأغنيته الجديدة على أنستغرام: "بعد نجاح أغنية دورة العروسة ألف هنية وهنية، أقدم لكم كشكول أعراس مغربي بعنوان 'لالة السلطانة'، بمشاركة نجم السوشيال ميديا زريقا وزوجته في فيديو كليب يعكس عرساً مغربياً أصيلاً"

وتأتي هذه الأغنية ضمن مجموعة من الأغاني الجديدة التي من المنتظر أن تخرج في ألبوم جديد موحد، سيقدم من خلاله الغافولي مجموعة من الأغاني الشعبية التراثية الخالدة بصوته، حيث أعلن عن ذلك عبر منشور على حسابه الرسمي بموقع إنستغرام، وشارك "البوستر" الخاص بألبومه القادم، وكتب قائلاً: "قريباً، ألبوم خالداً الفن الشعبي المغربي بصوتي، وأتمنى أن ينال إعجابكم."

[اقرأ المزيد](#)

## الدار البيضاء تستضيف النسخة الثانية عشرة من مهرجان نجوم كناوة



احتفاء بالتراث المغربي وتلاحق الثقافات العالمية تستعد الدار البيضاء لاستضافة الدورة الثانية عشرة من مهرجان نجوم كناوة الدولي، الذي سينطلق في 26 من سبتمبر الجاري

يحتفي هذا الحدث المنظم بدعم من وزارة الشباب والثقافة والتواصل- قطاع الثقافة، وبشراكة مع مجلس جماعة الدار البيضاء، بالموسيقى الكناوية، باعتبارها عنصراً ثقافياً وإرثاً مغربياً عميقاً

ويعد المهرجان بتجربة ثقافية غنية بمشاركة فنانيين من مختلف أنحاء العالم، كما يهدف إلى الحفاظ على التراث الكناوي و تسليط الضوء على التلاحق الذي تعرفه الموسيقى المغربية مع نظيرتها العالمية

من الناحية الثقافية، يعزز هذا المهرجان الحضور العالمي لموسيقى كناوة، التي تعد جزءاً مهماً من التراث المغربي، كما يساهم في جذب السياح ومحبي الموسيقى، مما يعزز من اقتصاد المدينة ويعطي دفعة للقطاع السياحي المحلي

[اقرأ المزيد](#)

# الهندسة المالية للمقاومات الإدخار | كيفية تدير المال؟



SCAN ME



## انطلاق فعاليات الدورة الثالثة لمهرجان «ميدفيلم» بالرباط

تشهد العاصمة المغربية الرباط انطلاق فعاليات الدورة الثالثة لمهرجان «ميدفيلم» خلال الفترة من 25 إلى 29 شتنبر الجاري بسينما النهضة، على أن تتواصل الفعاليات في طنجة ما بين 2 و5 أكتوبر المقبل بسينماتك طنجة. يُعد هذا المهرجان تظاهرة دولية مخصصة لعرض أفضل الأفلام السينمائية الأورو-متوسطة.

وينظم المهرجان بالتعاون بين سفارة إيطاليا بالمغرب والمعهد الثقافي الإيطالي بالرباط، بدعم من عدة مؤسسات منها المعهد العالي لمهن السمعي البصري والسينما. ويهدف إلى تسليط الضوء على أفضل الإنتاجات السينمائية المتوسطية، مع استضافة ضيوف من صناع الأفلام، إلى جانب تقديم ورشات ودروس متقدمة (ماستر كلاس) وعروض فنية تشارك فيها نخبة من الفعاليات الفنية المحلية.

### برنامج غني بأفلام مميزة

يتضمن برنامج المهرجان هذا العام عرض سبعة أفلام إيطالية، اختيرت من بين الأعمال الأكثر توتياً لعام 2024. يفتتح المهرجان بعرض فيلم «أنا، الكابتن» للمخرج ماتيو جاروني، ويشمل البرنامج أيضاً أفلاماً مثل «بالزينا لاف» للمخرج ميشيل ريوندينو، و«عالم منفصل» لريكارديو ميلاني، بالإضافة إلى فيلمين وثائقيين وهما «أصغر جيش في العالم» من إخراج جيانفرانكو بانوني و«تحدث بصوت منخفض» للمخرجة إزميرالدا كالديرلا.

### احتفاء بالعلاقات المغربية الإيطالية

وفي إطار الاحتفاء بالعلاقات المتميزة بين المغرب وإيطاليا، سيتم عرض الفيلم المغربي «شي غدي وشي جاي» للمخرج حكيم بلعباس، إلى جانب مجموعة مختارة من الأفلام القصيرة التي أنتجت على يد طلبة المعهد العالي لمهن السمعي البصري والسينما.

## تكريم محمد اشويكة في مهرجان سلا

في إطار المهرجان الدولي لفيلم المرأة في سلا، تم تكريم الناقد والأكاديمي محمد اشويكة من خلال تقديم كتابه الجديد «فلسفة السينما: محفل نظري تطبيقي»، والذي صدر عن دار المتوسط في إيطاليا. جاء هذا التكريم تقديراً لقيمة اشويكة الفكرية في مجال النقد السينمائي، باعتبار النقد عملية تأملية تتطلب فهماً عميقاً للفيلم وأبعاده الفنية والجمالية، مما يساهم في تفكيك عناصره الجمالية وإبراز ما يحتويه من جماليات خفية. بالنسبة لاشويكة، النقد ليس ترفاً فكرياً، بل ضرورة لتحليل الفيلم وفهمه بشكل أعمق، حيث يمزج بين الرمزية والمعرفة الحسية، مما يُشكل مساراً مترابطاً للكشف عن الجماليات المتخيلة.



وقد أولى المهرجان منذ انطلاقتها اهتماماً كبيراً بالنقد السينمائي، حيث يتيح لل نقاد فرصة مناقشة قضايا وإشكاليات السينما المغربية، خاصة في ظل التحولات التي يشهدها القطاع السينمائي.

في كتابه، يوضح اشويكة أن العمل جاء ليعالج التساؤلات التي تهتم الفنون والثقافة البصرية في الوقت الحالي، حيث تركز معظم الأعمال على الطابع التأويلي والبلغني، محاولاً ربط مراحل تاريخ الصورة ببعضها البعض. إلا أن اشويكة اختار التركيز على فلسفة السينما، متناولاً العلاقة بين الفيلسوف الألماني إيمانويل كانط والفيلسوف الأمريكي ستانلي كافل، وتأثيرهما في مجال الدراسات الجمالية المتعلقة بالصورة.

[اقرأ المزيد](#)

## ريم فكري تستعد لإطلاق جديد الغنائي "Distance"

تستعد الفنانة ريم فكري لإطلاق أحدث أعمالها الغنائية، وذلك عبر قناتها الرسمية على منصة "يوتيوب"، وبدأت ريم في الترويج لأغنياتها الجديدة التي تحمل عنوان "Distance" أو "البعد"، من خلال منشور على حسابها الرسمي في "إنستغرام"، وقد شاركت مقطعاً قصيراً من العمل، مرفقاً بتعليق: "Distance غداً على اليوتيوب الساعة 18:00"

وكانت أغنية "بلادي زينة" آخر الأعمال الفنية التي أصدرتها ريم بداية شهر غشت الماضي، وذلك عبر قناتها الرسمية على منصة "يوتيوب"، هذه الأغنية جاءت كإضافة جديدة لمسيرتها الفنية، بعد فترة من التوقف وعادت ريم إلى الساحة الفنية بشكل مفاجئ في شهر ماي الماضي، حين أصدرت أغنية جديدة بعنوان "23"، ما أثار إعجاب جمهورها ومحبيها الذين اشتاقوا لأعمالها وكانت هذه العودة تحمل في طياتها قصة مؤلمة، إذ كشفت ريم تفاصيل معاناتها خلال فترة غيابها، والتي كانت ناتجة عن حادثة مأساوية تمثلت في مقتل زوجها بطريقة وحشية

[اقرأ المزيد](#)



## اللجنة الوطنية لطلبة الطب تحمّل الحكومة مسؤولية تعنيف الطلبة واعتقالهم وتطالب باعتذار رسمي

أعلنت اللجنة الوطنية لطلبة الطب وطب الأسنان والصيدلة بالمغرب تحميلها الحكومة، ممثلة في رئيسها عزيز أخنوش ووزير التعليم العالي عبد اللطيف ميراوي، مسؤولية تعنيف واعتقال 15 طالباً أثناء اعتصامهم السلمي أمام كلية الطب بالرباط. وطالبت اللجنة بالإفراج الفوري عن المعتقلين وتقديم اعتذار رسمي للحيلولة دون تفاقم الاحتقان.

واستنكرت اللجنة استخدام "المقاربة القمعية" التي تمثلت في الاعتداء الجسدي واللفظي على الطلبة وأولياء أمورهم، محذرة من أن مثل هذه التصرفات تزيد من تأزم الوضع وتؤخر حل الأزمة. كما أعلنت اللجنة تنظيم وقفات احتجاجية بكافة المستشفيات الجامعية، ودعت طلبة السنة الأولى إلى الانخراط في إضراب عن الدراسة. يأتي هذا التصعيد بعد 9 أشهر من الإضراب المفتوح، إذ لا تزال مطالب الطلبة عالقة، رغم موافقة نظرائهم في شعبة الصيدلة على العرض الوزاري عبر مؤسسة وسيط المملكة.



## إبداع فني في أكسسوارات أسبوع لندن للموضة لصيف 2025



تميزت أكسسوارات أسبوع لندن للموضة لصيف 2025 بالأناقة والفخامة، حيث استلهم المصممون تصاميمهم من الستايلات الكلاسيكية مع لمسات عصرية. عادت القلادات والأقراط المرصعة باللؤلؤ لتحتل مكانة بارزة على المنصات، فيما حظيت القفازات الطويلة المطرزة بحضور لافت يعكس استمرارها ضمن صيحات ربيع وصيف 2025. عكست هذه العروض إحياءً لصيحات قديمة، تؤكد أن الموضة تتجدد باستمرار.

### للؤلؤ يتصدر مشهد الأكسسوارات

أعاد أسبوع لندن للموضة إبراز أناقة اللؤلؤ كرمز للفخامة، حيث ظهرت القلادات والأقراط المرصعة باللؤلؤ في عروض ماركة "بورا أأكسو" (Bora Aksu)، ما يضيف لمسة كلاسيكية راقية تناسب الفساتين الدانتيل والبذلات الرسمية.

### القلادات التشوكر بلمسة عصرية

ظهرت القلادات التشوكر المصممة بتفاصيل معدنية بارزة، مثل تلك التي قدمتها ماركة "تشوبوفا لوينا" (Chopova Lowena)، والتي جمعت بين الجراءة والرقية. يمكن تنسيق هذه القلادات مع الجبسوتات البيضاء أو بلوزات الجينز، لتضفي لمسة أنيقة وعصرية على الإطلالات اليومية.

### الورود تزين رؤوس العارضات

أبهرت بعض التصاميم في أسبوع لندن الجمهور بأكسسوارات شعر مزينة بالورود الملونة، كما شاهدنا في عروض ماركة "إميليا ويكستد" (Emilia Wickstead). هذه الإطلالة الرومانسية تعد مثالية للعروس أو لإطلالة ساحرة في المناسبات الخاصة.

### البوتات القصيرة تعود بقوة

شهدت عروض ماركة "جيه دبليو أندرسون" (JW Anderson) عودة البوتات القصيرة ذات الرقبة الواسعة، لتحتل صدارة صيحات الألفية لعام 2025. يتميز هذا البوت بتصميمه العملي والمريح، مما يجعله خياراً مثالياً للإطلالات اليومية العصرية.

### أغطية الوجه تحيي أناقة الماضي

استلهمت ماركة "ريتشارد كوين" (Richard Quinn) تصاميمها من الأناقة الإنجليزية القديمة، حيث أعادت أغطية الوجه المصنوعة من الشبك الأسود إلى الأضواء. هذا الاتجاه الأنيق يضيف لمسة ملكية إلى إطلالات السهرات.

### الحقائب المعدنية تسيطر على الموضة

حقائب اليد المزودة بمقابض معدنية، التي قدمتها ماركة "إرديم" (Erdem)، كانت من بين أبرز القطع في عروض هذا العام. بفضل تصميمها العملي والأنيق، من المتوقع أن تكون هذه الحقائب من الصيحات الأكثر رواجاً في صيف 2025.

### عودة القفازات الطويلة

ركزت تصاميم القفازات في أسبوع لندن للموضة على الطابع الكلاسيكي، حيث ظهرت قفازات شيفون طويلة ومطرزة بالورود في عروض "بورا أأكسو" (Bora Aksu)، ما يجعلها خياراً مثالياً لسهرات نهاية العام.

### أحذية "ماري جين" الكلاسيكية

شهدت منصات العرض حضوراً مميّزاً لأحذية "ماري جين" الكلاسيكية، كما رأينا في عروض "كينت كيروين" (Kent Curwen). هذه الأحذية الأنيقة تعد خياراً مثالياً للإطلالات الصيفية.

### الأقراط الطويلة تلفت الأنظار

أبدعت ماركة "إرديم" (Erdem) في تصميم الأقراط الطويلة المرصعة بالكريستالات، مما يجعلها قطعة مميزة تلائم إطلالات السهرات الفاخرة. هذه الأكسسوارات تضمن الارتقاء بمستوى أي إطلالة إلى أقصى درجات الأناقة.

وتظهر هذه الأكسسوارات في ربيع وصيف 2025 كعنصر أساسي لإطلالات متميزة تجمع بين الأناقة العصرية والتراث الكلاسيكي.



# "ما لم يقله ابن خلدون".. كتاب جديد يكتشف قانون الفراغ في قيام الدول والجماعات وانهارها



منذ قرون عديدة والعلامة ابن خلدون يحظى بمكانة سامقة في العالم العربي والإسلامي وحتى الغربي، حيث حاول المتخصصون في مجالات علوم إنسانية عدة فهم ما قاله، واكتشفوا نظرياته في العمران وعلم الاجتماع والدولة والعصبية وغيرها، وتبارى العديد في شرح نظرياته وبيان اختلافها عن غيرها من النظريات الغربية خاصة، غير أن المفكر المغربي كمال القصير انفك عن كل ذلك التراث المكتوب ليكتشف قانونا جديدا من خلال "ما لم يقله ابن خلدون"

## حقائب نسائية تخفي عيوب الجسم: أبرز صيحات أسبوع ميلانو لربيع وصيف 2025



عُرِضت خلال أسبوع ميلانو للموضة مجموعة من موديلات الحقائب النسائية التي تساهم في إخفاء عيوب الجسم، وقد لفتت الأنظار بشكل خاص إلى التصاميم الإيطالية الفاخرة التي تشتهر بجودتها العالية وحرفية التصنيع الدقيقة. بالنسبة لعاشقات الموضة، يعتبر هذا الأسبوع منصة هامة لاستكشاف أحدث صيحات الحقائب التي يمكن أن تضيء لمسة متجددة على إطلالتهم لموسمي ربيع وصيف 2025.

عودة حقائب الخصر والموديلات المزينة بالأهداب

عادت حقائب الخصر المعروفة باسم Belt Bags بقوة في عرض ماكس مارا، ما يجعلها خياراً عملياً لإخفاء البطن البارز، وخاصة في منطقة البطن السفلية. وبرزت أيضاً حقيبة Peekaboo الشهيرة من فندي، التي جاءت هذا العام بتصميم مزين بالأهداب، وهي من أبرز الصيحات المنتظرة. الحقيبة متوسطة الحجم باللون الأزرق الفاتح، ومزودة بيد قصيرة وقفل ذهبي يضيء لمسة من الفخامة، ويمكن ارتداؤها مع البدلات البيضاء لإطلالة أنيقة.

الحقائب السويدية والحقائب المزينة برسومات يدوية

سيطرت الحقائب المصنوعة من السويد على منصات عروض الأزياء، إذ قدمت ماركة إمبوريو أرماني تصميمات انسيابية وكبيرة الحجم بلون جملي مميز يسهل تنسيقه مع مختلف الأزياء. هذه الحقائب مناسبة للإطلالات الكاجوال وتضيف لمسة بوهيمية عند تنسيقها مع الفساتين الطويلة.

وعادت الحقائب المزينة برسومات يدوية لتحتل مكانتها في عروض موسكينو، حيث قُدمت حقيبة بيضاء صغيرة من طراز Baguette مزينة برسومات ملونة جذابة. هذه الحقائب مثالية للإطلالات الصيفية الملونة.

## موديلات البنطلون الجينز الرائجة في خريف 2024: اختارها حسب شكل جسمك

يبقى البنطلون الجينز جزءاً لا غنى عنه في خزانة النساء، خاصة محبي الإطلالات الكاجوال العملية. وبينما تتغير صيحات الموضة من موسم لآخر، يظل الجينز محافظاً على مكانته كعنصر أساسي في الإطلالات اليومية. ومع بداية خريف 2024، تبرز موديلات جديدة تستحق أن نلقي نظرة عليها لاختيار القطع التي تناسب قوامك وتضيف لمسة عصرية إلى إطلالتك.

### موديلات في الصدارة وأخرى تتراجع

في السنوات الأخيرة، شهدنا تراجعاً واضحاً لموديل "Skinny Jeans" الذي غاب عن منصات العروض وإطلالات الشارع. في المقابل، استحوذت الموديلات الواسعة مثل "Wide Leg Jeans" على الاهتمام، إلى جانب موديلات "Flared" والموديلات المستقيمة التي تعود إلى الواجهة من جديد. ولمحبي القصات القصيرة، عادت بناطيل الجينز التي تصل بالكاد إلى الكاحل كصيحة مميزة هذا الموسم.

### اختاري البنطلون الجينز حسب شكل جسمك

رغم أنه يُعتبر قطعة كاجوال بسيطة، إلا أن البنطلون الجينز قادر على إضفاء لمسة من الأناقة الفاخرة عند تنسيقه بشكل صحيح، خاصة عند اعتماد القصات المناسبة لشكل الجسم. هنا نقدم لك نصائح لاختيار البنطلون المثالي حسب قوامك.

### للقيام الكُمثري:

إذا كان شكل جسمك يشبه الكُمثري وتتميزين بفخذين عريضين، فمن الأفضل تجنب الموديلات الضيقة مثل "Skinny Jeans" أو الموديلات المتسعة من أسفل الركبة كـ "Flared Jeans". اختاري بدلاً من ذلك الموديلات الواسعة "Wide Leg Jeans"، مع الحرص على عدم المبالغة في اتساع الأرجل لتجنب تأثير عكسي.

### للقصيرات:

البنطلون "Flared" هو خيار مثالي للقصيرات، حيث تساهم قصته المتدرجة في إبراز الطول. يُفضل تنسيقه مع أحذية مدببة ذات كعوب متوسطة، خاصة الأحذية بلون الجلد التي تعطي إيحاءً بالطول الإضافي.

[اقرأ المزيد](#)







**MACHI SAHEL**  
MANAL FT TAGNE



SCAN ME

**تسريحات ذيل الحصان الويفي والناعمة**

لعشاق الشعر الطويل والكثيف، ظهرت تسريحات ذيل الحصان بأسلوب عصري في عروض Laura Biagiotti، حيث تم سحب الخصل إلى الخلف دون ترك أي خصل أمامية، مما يعزز تدويره الوجه ويبرز جماله الطبيعي. وتألقت دار Luisa Spagnoli بتسريحة ذيل الحصان الويفي المنخفضة، مع ترك الخصلات العريضة منسدلة على الظهر، مما يضيف لمسة أنثوية وجذابة على الإطلالة.

**موضة التسعينيات تعود مع تسريحات****الريترو كاريه**

عادت تسريحات الشعر المستوحاة من التسعينيات لتصدر المشهد في عروض ربيع 2025.

**اقرأ المزيد****تسريحات شعر عصرية ومتنوعة من عروض الموضة في ميلانو: إطلالات مبهرة لربيع 2025**

شهدت تسريحات الشعر العصرية والمتنوعة في عروض الموضة لميلانو ربيع 2025 نقلة نوعية في عالم الجمال، حيث قدّمت موديلات متجددة وأخرى كلاسيكية بأساليب مبتكرة لتلائم جميع الأذواق. تنوعت التسريحات بين الأنيفة والجريئة، مما يجعلها خيارات مثالية لتطبيقها حسب طبيعة الوجه والشخصية. كما برزت صيحات الغرة بأسلوب جديد وغير مسبوق، مما أضفى على الإطلالات لمسة من الجاذبية والجرأة، لا سيما في عروض أشهر دور الأزياء العالمية.

**تسريحات الشعر المبللة والمسحوبة إلى الخلف**

من بين أكثر التسريحات تميزاً لربيع 2025، تأتي تسريحات الشعر المبللة والمسحوبة إلى الخلف بأسلوب عصري. قدّمت دار Andreadamo هذه التسريحة بتصميم أنيق يناسب الشعر القصير، حيث يتم سحب الخصلات إلى الخلف بشكل متدرج مع الغرة العالية والمسحوبة. هذه التسريحة تبرز الأنوثة بتفاصيلها المتقنة وتناسب جميع المناسبات.

**أجي تقرا المجلة الشهرية ديالنا****L'ODJ I-MAG****Erborian تطلق منتجاتها المبتكرة للعناية بالبشرة في السوق المغربية بالشراكة مع SoPharma**

أعلنت شركة SoPharma عن إطلاق مجموعة منتجات Erborian للعناية بالبشرة في المغرب، ما يمثل خطوة جديدة في تقديم مستحضرات تجميل تجمع بين المكياج والعناية بالبشرة. وتشتهر Erborian، التي تعتمد على الوصفات الكورية في العناية بالبشرة، بتراكيباتها المبتكرة والمستوحاة من التقاليد الكورية القديمة.

تعد ماركة Erborian جزءاً من حركة متنامية في صناعة التجميل فهي تجمع بين الاهتمام بالصحة والجمال، حيث تعمل العلامة التجارية على تقديم مستحضرات تتميز بتراكيباتها الهجينة، والتي لها فوائد علاجية إلى جانب تأثيرها التجميلي.

وتستند سياسة Erborian على استخدام مكونات طبيعية فعالة ومعروفة في الطب التقليدي الكوري مثل **Centella Asiatica** و **Ginseng** و **Yuza**، وهي مكونات مشهورة بقدرتها على تجديد البشرة وتحسين إشراقها.

وأكدت شركة SoPharma في بيان لها أن Erborian ملتزمة بتقديم منتجات آمنة وفعالة، متمشية مع معايير الاتحاد الأوروبي الصارمة. وتحرص Erborian أيضاً على الاستمرار في تحسين تركيباتها بما يتناسب مع معايير "الآمان والوعي" الحديثة، التي تأخذ بعين الاعتبار الحفاظ على البيئة وتقليل الأثر البيئي من خلال استخدام مكونات جديدة ومستدامة.

**اقرأ المزيد**



## ليلى الحديوي تتألق كسفيرة جديدة لـ "لوريال باريس"

أعلنت العارضة ومقدمة البرامج المغربية ليلى الحديوي بفخر عن انضمامها كسفيرة جديدة لعلامة "لوريال باريس" في المغرب. وشاركت الحديوي هذا الخبر مع متابعيها على حسابها في إنستغرام، معبرة عن سعادتها بتمثيل هذه العلامة العالمية المرموقة في مجال الجمال. كما حضرت ليلى الحديوي عرض أزياء "لوريال" في أوبرا باريس يوم 23 شتنبر، لتضيف بذلك صفحة جديدة إلى مسيرتها المهنية الناجحة كأيقونة للموضة ومصممة أزياء.

زودا  
.MA

درد

ضيقة بودكاست  
"ألو طبيب"

ياسمين أوغادوم  
أخصائية التغذية  
والحمية العلاجية

كيفاش نوصل  
للوزن المثالي  
بلا حرمان؟  
نصائح خيرة  
التغذية



SCAN ME!

