



## تقرير الرصد اليومي لأخبار القطاع الصحي في الصحافة المحلية Daily Media Monitoring Report for Health Industry



اليوم: الثلاثاء



التاريخ: 15 فبراير 2022

## مجلس الوزراء: المملكة شهدت إنجازات شاملة باعتمادها الميثاق

الميثاق شكل المنطلق لمنظومة متكاملة من التطور والنماء على شتى الأصعدة



© صور وتي العهد رئيس مجلس الوزراء يترأس جلسة مجلس الوزراء.

## انخفاض العجز المالي عام ٢٠٢١ بنسبة ٣٥ بالمائة مقارنة بعام ٢٠٢٠ وارتفاع الإيرادات غير النفطية

والاستجارية والسياحة بشأن مشروع قسار حول حظر استخدام الآليات البلاستيكية ذات الاستخدام الواحد، والذي يدعم توجهات المملكة في آتني المبادرات الهادفة لحماية البيئة.

والتي ستؤدي الأضرار على إنشاء وتنامية وتقييم برامج التدريب وإعدادها للحصول على الاعتراف الدولي ووضع الآليات لإصدار الشهادات في كل التخصصات والبرامج الصحية الوظيفية ومعادلة وتقييم الشهادات المهنية، وإنشاء البرامج التدريبية المتخصصة.

المشروعات الحكومية التي تسمح لأشيرة دخول ورخصة الإقامة لأقارب البحرينيين وزيارات البحرينيين وأزواج البحرينيات الأجانب، مذكرة اللجنة الوزارية للظنون المالية والاقتصادية والتوازن المالي بشأن النتائج المالية الأولية لنتيجة المالية، والتي أظهرت ارتفاعاً في إجمالي الإيرادات العامة، مع محافظة مملكة البحرين على التزاماتها بتنفيذ

على الأسرة البحرينية والتشجيع المجتمعي وتعزيزها للنجاحات التي حققها هذا البرنامج الرائد ومنها تقيم سلوك الحكوميين، بعدها قرر المجلس ما يلي: - الموافقة على المنكرات التالية: ١- مذكرة اللجنة الوزارية للظنون القانونية والتشريعية بشأن مشروع قرار حول تنظيم

والتنمية والسياسية، وحشاء على توجيهات حضرة صاحب الجلالة ملك البلاد المعلى، أمر صاحب السمو الملكي ولي العهد رئيس مجلس الوزراء بتوفير الخدمات الإسكانية للمستفيدين المستحقين للحصول عليها من أسر بعض الحكوميين والمستفيدين من برنامج العفويات والتدابير اليمينية حفاظاً

والتي صاحب السمو الملكي ولي العهد رئيس مجلس الوزراء وإلى أبناء البحرين بمناسبة لإقرار ميثاق العمل الوطني، مؤكداً المجلس أن المملكة شهدت إنجازات في بداية الاجتماع، رفع مجلس الوزراء أصداق التهاني إلى حضرة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة عاهل البلاد المعلى

رأس صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة ولي العهد رئيس مجلس الوزراء الاجتماع الاتي الأسبوعي لمجلس الاعتراف الذي عقد أمس، بحضور اليمينية.

P 6

Link

## البحرين تنتقل إلى المستوى الأخضر اليوم

وفقاً لما أعلنه الفريق الوطني الطبي للتصدي لفيروس كورونا (كوفيد-١٩) يوم الخميس الماضي، تنتقل مملكة البحرين بدءاً من اليوم الثلاثاء الموافق ١٥ فبراير الجاري إلى المستوى الأخضر ضمن آلية الإشارة الضوئية لمستوى انتشار فيروس كورونا.

ودعت وزارة الصحة الجميع إلى المواصلة بوعي والتزام من أجل رفد مسارات التعامل مع فيروس كورونا وتحقيق النجاحات المنشودة، من خلال استمرار اتباع التعليمات والإجراءات والتدابير الاحترازية مع تفعيل المستوى الأخضر وفق آلية الإشارة الضوئية لمستوى انتشار فيروس كورونا، إلى جانب الحرص على المبادرة بأخذ التطعيم المضاد للفيروس بكامل جرعاته المقررة بما فيها الجرعة المنشطة لما تمثله هذه الجرعات من أهمية في رفع الاستجابة المناعية للجسم وحماية الفرد وأسرته ومحيطه المجتمعي من الفيروس ومتحوراته. يذكر أنه تم تحديث بعض إجراءات المستوى الأخضر، ويمكن الاطلاع على دليل الإجراءات الخاص بالمستوى الأخضر عبر زيارة الموقع الإلكتروني التابع لوزارة الصحة.

P 1

Link

في ضوء الانتقال إلى المستوى الأخضر..

«التربية» تعلن عودة طلبة المدارس الحكومية إلى نظام التعلم الحضوري مع إتاحة خيار التعلم عن بُعد

القادم الموافق ٢٠ فبراير ٢٠٢٢ في تطبيق التعلم حضورياً بواقع خمسة أيام في الأسبوع للراغبين من أولياء الأمور والطلبة، مع إتاحة خيار التعلم بشكل كامل عبر المنصة الرقمية والفصول الافتراضية. وأكد الدكتور محمد مبارك أن جميع الطلبة المسجلين ضمن الدوام الحضوري سيتم تحويلهم تلقائياً، اعتباراً من يوم الأحد القادم، إلى نظام الحضور التقليدي بواقع خمسة أيام في الأسبوع، مشيراً إلى أنه في حال رغبة الطلبة وأولياء أمورهم في الانتقال من نظام الحضور الكامل إلى نظام التعلم عن بُعد عبر المنصات الرقمية أو الانتقال من نظام التعلم عن بُعد عبر المنصات الرقمية إلى نظام الحضور الكامل، عليهم التواصل مع الإدارات المدرسية عبر قنوات الاتصال المعمول بها، والتي ستقوم بدورها بإشعار الطلبة وأولياء أمورهم بما سيتم من إجراءات التحويل فور الانتهاء من الترتيبات اللازمة لذلك.

أعلنت وزارة التربية والتعليم أنه في ضوء إعلان الفريق الوطني الطبي للتصدي لفيروس كورونا (كوفيد-19) الانتقال إلى المستوى الأخضر ضمن آلية الإشارة الضوئية لمستوى انتشار الفيروس، فقد تقرر اعتباراً من يوم الأحد القادم الموافق ٢٠ فبراير ٢٠٢٢ العودة إلى نظام التعليم الاعتيادي (الحضوري) بواقع خمسة أيام في الأسبوع في جميع المدارس الحكومية، مع بقاء خيار التعلم عن بُعد من خلال المنصات الرقمية للراغبين من أولياء الأمور والطلبة.

وأوضح الدكتور محمد مبارك بن أحمد المدير العام لتعليم البحرين أن جميع المدارس الحكومية سوف تعمل بكامل طاقتها الاستيعابية، وستوقف العمل بنظام التعليم المدمج أو المزدوج، الذي اعتمد خلال الفترة الماضية على دوام الطلبة فعلياً مدة يومين أو ثلاثة أيام ومن ثم الدراسة عبر المنصة الرقمية، وستبدأ اعتباراً من يوم الأحد

اعتباراً من يوم الأحد القادم الموافق 20 فبراير 2022

في ضوء الانتقال إلى المستوى الأخضر ضمن آلية الإشارة الضوئية.. «التربية» تعلن عودة طلبة المدارس الحكومية إلى نظام التعلم الحضوري بواقع خمسة أيام في الأسبوع مع إتاحة خيار التعلم عن بُعد

جميع الطلبة المسجلين ضمن الدوام الحضوري سيتم تحويلهم تلقائياً، إلى نظام الحضور التقليدي بواقع خمسة أيام في الأسبوع

في حال رغبة الطلبة وأولياء أمورهم في:

الانتقال من نظام الحضور الكامل إلى نظام التعلم عن بُعد عبر المنصات الرقمية أو الانتقال من نظام التعلم عن بُعد عبر المنصات الرقمية إلى نظام الحضور الكامل

التواصل مع الإدارات المدرسية عبر قنوات الاتصال المعمول بها

حلول علاجية حديثة لألم مفصل الركبة

الدكتور إبراهيم خميس لـ «الخليج الطبي»: تقدم العمر أهم أسباب خشونة المفاصل



يمكن إرجاع أسباب ألم الركبة الناتجة عن الإصابات بمعرفة التكوين التشريحي للمفصل. مفصل الركبة يتكون من ثلاث عظام متصلة بإربطة رئيسية وبعض الأوتار إضافة إلى مجموعة من العضلات العاملة على تحريك المفصل. لذلك فإن تعرض أي العظام أو قطع في الأوتار والأربطة أو تمزق في العضلات،

يشكل مفصل الركبة مع كل من العروق والكاحل نقل الجسم كامله أثناء الهبوط والمشي لذلك فمن غير المستغرب أن تكون الألم الركبة من الأمراض الأكثر شيوعاً إذا ما قورنت بالألم مفاصل الجسم الأخرى. بشكل عام يمكن تقسيم الألم الركبة إلى مجموعتين، تلك الناتجة جراء الإصابات وتلك الناتجة عن الحالات الطبية غير الالتهابية. وحاز الدكتور إبراهيم خميس استشاري جراحة العظام والكسور بمستشفى السلام التخصصي الذي ينا حديثه قائلاً:

المفاصل الموضعية: تستخدم المفاصل الموضعية لعلاج الألم المصاحب للخشونة وكذلك تقويم العظام وإعادة ما تكونت ذات فائدة في حالات الخشونة المتقدمة. توفر المفاصل الموضعية في عدة المحاور منها المراهق والبالغ والمفصل الموضعية.

الحسن الموضعية في المفصل

حسّن الكونترول: تعمل مدة الكونترول على تخفيف التيبس الغشاء المحيطة بالمفصل وتوفر ما يحتاجه عظام حالات الخشونة. هذا الأمر هو أحد مسببات الألم زووم لذلك فإن علاج التهابات سيكون له الأثر في تخفيف حدة الألم والزووم.

تحسين الترتيب: تكون الأوتار المرفقة مفيدة في المفصل تكون بنية زراعية والمفصل والتأثير يقلل من حدوث الاحتكاك ويكون أثر الأوتار الترتيبية أكبر في الحالات المتقدمة من الخشونة. العلاجات الخشونة التقليدية: تهدف إلى تحسين قوت الجسم الطبيعية على الالتئام ومن هذه العلاجات هو حقن الركبة بالبرازين. التثبيت الجراحي: يتم التثبيت الجراحي لعلاج خشونة الركبة إذا فشل العلاج الطبيعي أو التثبيت على أعراض المرض ولا سيما في الحالات المتقدمة.

وقد يشمل العلاج الجراحي أحد الطريقتين التاليتين والتي تتحدد بناءً على حالة المريض.

جراحات تقويم قوس الساقين: تستخدم الجراحات الجراحية المتقدمة معالجة تمزق الغضروف الالتهابي وتزوير الغضروف التالفة. مما يحسن بدوره من حالات الخشونة.

مفصل الركبة يكون تاريخياً موصلاً فقط قد يمتد، عادةً الظهر أو ساق في حين الأجزاء الأخرى تتأثر فقط في حالات الخشونة المتقدمة بقطع والغضروف الالتهابي.

جراحات تقويم قوس الساقين: تحسين حالات الخشونة الركبية والتجديد أساس من تقويم الساقين.

جراحات استبدال المفصل باستخدام المعامل الصناعية هي الخيار الجيد بطريقة علاج حالات الخشونة المتقدمة ويؤثر علاج جديداً مشكلة الخشونة ويتم استبدال الغضروف التالفة بمادة معدنية تمنع اختراق أجزاء المفصل بواسطة قرعها من بعضها البعض ويمكن إجراء تعويض كلي للغضروف أو تعويض جزئي فقط للغضروف التالفة إذا كانت خشونة في مكان محدد من المفصل.

الركبة

تتكون من ثلاث عظام متصلة بإربطة رئيسية وبعض الأوتار إضافة إلى مجموعة من العضلات العاملة على تحريك المفصل. لذلك فإن تعرض أي العظام أو قطع في الأوتار والأربطة أو تمزق في العضلات،

يمكن إرجاع أسباب ألم الركبة الناتجة عن الإصابات بمعرفة التكوين التشريحي للمفصل. مفصل الركبة يتكون من ثلاث عظام متصلة بإربطة رئيسية وبعض الأوتار إضافة إلى مجموعة من العضلات العاملة على تحريك المفصل. لذلك فإن تعرض أي العظام أو قطع في الأوتار والأربطة أو تمزق في العضلات،

يمكن إرجاع أسباب ألم الركبة الناتجة عن الإصابات بمعرفة التكوين التشريحي للمفصل. مفصل الركبة يتكون من ثلاث عظام متصلة بإربطة رئيسية وبعض الأوتار إضافة إلى مجموعة من العضلات العاملة على تحريك المفصل. لذلك فإن تعرض أي العظام أو قطع في الأوتار والأربطة أو تمزق في العضلات،

الحالات الطبية غير الالتهابية هي الأكثر شيوعاً وتنتجها بعد عدوى مفصل الركبة من مرض الالتهاب المفاصلي (مرض المفصل العظمي) من أكثر الحالات انتشاراً وهي عبارة عن حالة مرضية ناتجة عن التحلل والتفتت في الغضروف، الالتهاب المفصلي، التهاب المفصل والتهاب الغشاء المصاحبة بين العظام ما يؤدي إلى إزدياد قرص لأمس عظام المفصل في منطقة الركبة مع كل حركة.

ما أسباب خشونة الركبة؟

وعند تقدم العمر أهم أسباب الخشونة، مع العلم أن هناك عدة عوامل تسهم في زيادة نسبة الإصابة بهذا المرض ومنها:

العامل الوراثي والتكوين الجيني.

زيادة الوزن.

جنس المرء: حيث تكون النساء أكثر إصابة بعدد من الخشونة.

العوامل الخلطية: مثل الجلوس فترات طويلة في وضعية الترتيب والوقوف من بزوزة الرياضة بشكل منتظم.

الصعود الخشونة الركبية

إصابات الركبة المتعددة في الكسور وتآكل الأربطة والغضاريف بالإضافة إلى الإصابات الممتدة مثل الكسور من صعود وزووم الدرج.

الأمراض الروماتيزية: كالتآكل المفاصلي الروماتيزي ومرض التهابية المفاصل.

الحمراء.

أمراض الخشونة

تسبب الاحتكاك الحاصل بأعراض تتفاوت شدتها بدرجة الاحتكاك والوضع الصحي للمريض ويمكن أن تشمل بعض أو كل الأجزاء المكونة للمفصل.

ألم عند التحرك: وهو يحدث في البداية بسبب زيادة لزوجة السائل المفصلي وتزيد مع صعود الدرج وتزووم مع الزيادة والركوب المتعددة لأملاً. لكن مع تقدم المرض وتطور مرحلة المفصل تصبح الحالة أكثر سوءاً وتزداد مع صعود الدرج.

ألم في وقت الراحة: وهو يحدث في وقت الراحة والجلوس على الأرض وفي وقت النوم عندما تكون الأوتار الممتدة صلبة الأرض وفي وقت النوم عندما تكون الأوتار الممتدة صلبة

## اختصاصية التغذية هنا: ظاهر؛ للحمية الكيتونية إيجابيات وسلبيات

ومشاكل في الكلى لأن الكلى تساعد على استقلاب البيوتين والحمية الكيتونية قد تكبد الكلى مجهوداً أكبر.

كما أظهرت الحمية الكيتونية الضيقة بالأطعمة الغنية بالألياف مثل الحبوب والبقوليات والتي تعد مليئة للجهاز الهضمي مشاكل في حدوث إمساك، ويشكل عام ليس فقط فقر في الألياف بل نقص المغذيات من فيتامينات ومعادن لأن الحمية الكيتونية لا تحتوي على مجموعة متنوعة من الخضراوات والفواكه والحبوب، فقد تكون عرضة لخطر نقص المغذيات الدقيقة بما في ذلك السيلينيوم والمغنيسيوم والفسفور والفيتامينات B وC. وأثبتت بعض الدراسات أن الحمية الكيتونية قد تسبب تكبيراً مشوشاً وتقلبات مزاجية حيث يحتاج الدماغ إلى السكر من المشويات الصحية ليعمل وقد تسبب الحميات منخفضة المشويات الأرتياك والتهدج، وأيضاً لوحظت بعض أعراض التشنجات وشكل أكثر تحديداً تقلصات الساق التي عادة ما تحدث في الصباح أو في الليل، لكنها مشكلة بسيطة بشكل عام، إنها علامة على نقص المعادن وخاصة المغنيسيوم في الجسم. تأكد من شرب الكثير من السوائل وتناول الملح على طعمائك، يمكن أن يساعد القيام بذلك في تقليل فقد المغنيسيوم والتخلص من المشكلة.

أثبتت الحمية الكيتونية فعاليتها في علاج الصرع بالإضافة إلى العديد من الفوائد الصحية الأخرى وأكثر استقطاب نزول الوزن ولكن اتباعها لعلاج السمنة وفقدان الوزن وغيرها من الفوائد الصحية لا يزال تحت البحث والدراسة. لذلك ينصح لاتباع حمية غذائية مفيدة وصحية لبرنامج استشارة اختصاصية التغذية لإعداد برنامج يفيد في فقدان الوزن بناءً على الاحتياج والأهداف الصحية.



وخاصة مع إشارة الدراسات إلى أن زيادة تناول الأحماض الدهنية يمكن أن يكون لها تأثير كبير في وظائف الدماغ، بالإضافة إلى تحسين مستويات الكوليسترول وضغط الدم كما تلعب دوراً في تحسين حالة حب الشباب وذلك تبعاً للدراسات التي يقوم بها الباحثين خلال السنوات الماضية.

سلبيات الحمية الكيتونية:

النظام الغذائي الكيتوني له مخاطر عديدة، منها الآثار الجانبية الشائعة قصيرة المدى (إنفلونزا كيتو، والتي تشمل الأعراض: الغثيان، والقئ، والإمساك، وقلة تحمل التمارين، عادة ما تختفي الأعراض بعد بضعة أيام إلى أسابيع حيث يتكيف الجسم مع الحمية الكيتونية. كما ظهرت مشاكل القلب حيث تحتوي الحمية الكيتونية على نسبة عالية من الدهون المشبعة التي قد تسبب مشاكل في القلب، ومشاكل في الكبد مع وجود الكثير من الدهون في عملية التمثيل الغذائي يمكن أن تؤدي الحمية الكيتونية إلى تفاقم حالة الكبد الحالية.

البقوليات كالفول والحمص والعدس وأيضاً كل العصائر المحلاة.

المسموحات: المسموح كما ذكرنا من الفواكه التوتيات والفراولة والأفوكادو وجوز الهند ومن الخضار الورقية الخضراء والخيار والبروكلي ومن الدهون الزيوت الصحية (زيت الزيتون وزيت المسمم وزيت جوز الهند وزيت السمك).

ويعض أنواع المكسرات (الجوز واللوز والبنندق) بالإضافة إلى زبدة الفول السوداني. أما بالنسبة إلى البيوتين في الأسماك كالمسلمون وغيرها من المأكولات البحرية، لحم البط والأغنام والبيض وبعض الأحيان فهي من قائمة المسموحات.

إيجابيات الحمية الكيتونية:

كما ذكرت سابقاً تم استخدام الحمية الكيتونية منذ أوائل القرن العشرين لعلاج الصرع بنجاح، ولا يزال أحد العلاجات الأكثر استخداماً للأطفال الذين يعانون من الصرع غير المنضبط اليوم، ولكن الحدث الجديد هو أن تستخدم الحمية الكيتونية لنزول الوزن حيث تستخدم الدهون كمصدر للطاقة فبدلاً من حرق الدهون في الجسم وتخفض مستويات الأنسولين (هرمون تخزين الدهون) بشكل كبير. بالإضافة إلى الصرع ونزول الوزن الحمية الكيتونية تساعد بشكل طبيعي على خفض مستويات السكر في الدم بسبب نوع الأطعمة التي تتناولها، تشير الدراسات إلى أن الحمية الكيتونية هي وسيلة أكثر فاعلية لإدارة ومنع مرض السكري مقارنة بالنظمة الغذائية منخفضة السعرات الحرارية. إذا كنت تعاني من مرحلة ما قبل السكري أو كنت مصاباً ببدء السكري من النوع الثاني، فليك التفكير بجدي في اتباع الحمية الكيتونية لكن لا بد من استشارة الطبيب المختص بحالتك ومعرفة ما إذا كان النظام سوف يناسبك أم لا. بالإضافة إلى فوائد صحية أخرى كزيادة التركيز العقلي

ظهرت عدة حميات وأنظمة غذائية تستهدف نزول الوزن والحصول على نمط حياة صحي ومن تلك الحميات الحمية الكيتونية والحقيقة أنها لاقت إقبالا كبيراً نظراً إلى أنها ساعدت عدداً كبيراً من الناس على إنقاص الوزن وفي الحوار التالي سنتعرف على كيفية اتباعها وفوائدها وأضرارها مع اختصاصية التغذية العلاجية هنا: ظاهر.

ما أنواع الحمية الكيتونية؟

نظام الكيتوني القياسي: يعرف نظام الكيتوني القياسي بأنه نظام منخفض المشويات، ومعتدل البروتينات والدهون، وعادة ما يحتوي على نسبة 70% من الدهون، و20% من البروتينات، و10% من المشويات.

1- نظام الكيتوني الدوري: يتضمن فترات من الصدارة على تناول المشويات المرتفعة. مثلاً على ذلك من الممكن أن يتضمن هذا النظام خمسة أيام للكيتون يتبعها يومان تكون نسبة المشويات مرتفعة.

2- نظام الكيتوني المستهدف: من الممكن أن يسمح هذا النظام الكيتوني بإضافة المشويات فترة التدريبات.

3- نظام الكيتوني عالي البيوتين: قد يشابه هذا النظام مع النظام الكيتوني القياسي، لكنه يحتوي على نسبة أعلى من البيوتينات، أي غالباً ما تكون نسبة البيوتينات في هذا النظام 20%. أما بالنسبة إلى الدهون فقد تصل إلى 70% من المشويات فقط.

ما الأطعمة المسموحة والممنوعة خلال اتباع الحمية الكيتونية؟

المسموحات: كل أنواع الفواكه ما عدا التوتيات (التوت البري والتوت الأزرق والفراولة) والأفوكادو وجوز الهند وبالنسبة إلى الخضار فالخضار الجذرية والغنية بالمشويات ممنوعة كالبطاطا والجوز والقرع والشمندر بالإضافة إلى معظم أنواع الأحيان. أما الأهم هو أن جميع المشويات الأرز، الخبز، المكرونة الشوفان ممنوعة. بالإضافة إلى

P 22

Link

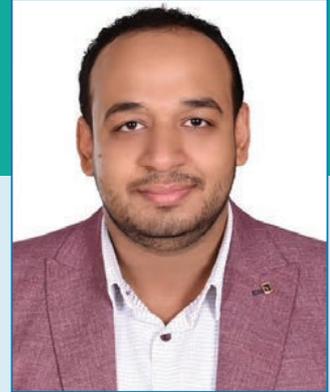


## مستشفى نور التخصصي

يرحب بانضمام الدكتور أحمد سلام إلى طاقمه الطبي



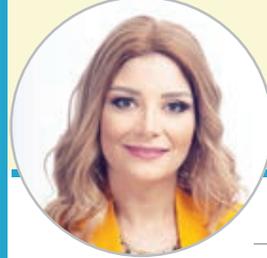
يسر مستشفى نور التخصصي أن يعلن انضمام الدكتور أحمد سلام أخصائي أمراض القلب والحاصل على اعتماد الجمعية البريطانية لنبض القلب، إلى طاقمه الطبي لمتابعة وتشخيص حالات اضطرابات نبض القلب وأمراض اعتلال عضلة القلب وصمامات القلب وعلاج حالات ارتفاع الكوليسترول وضغط الدم.



P 23

Link





## كلام في الصحة

بقلم: لمياء إبراهيم سيد أحمد

### الشيخوخة تبدأ من الساقين

احتفل العالم أمس بيوم الحب، «لا يمكنك أن تحب شخصاً حتى تحب نفسك» مقولة شهيرة أتفق معها كثيراً ويتلخص حبنا لأنفسنا في الاهتمام بصحتنا.

وأول نصيحة يجب علينا اتباعها هي المحافظة على ساقيك قوية فكلما تقدمنا في السن يجب أن تظل أقدامنا قوية دائماً، فلا يضرنا أبداً أن يتحول الشعر إلى اللون الرمادي أو تظهر التجاعيد ولكن المهم الاحتفاظ بخطوات شابة.

ونشرت مجلة «الوقاية» الأمريكية دراسة توضح العلاقة بين طول العمر وقوة عضلات الساقين،

ونوهت على أن عضلات الفخذ تعتبر من العضلات المهمة جداً والأساسية في جسم الإنسان، وهي مهمة ليس فقط لحركة الجسم بل إنها ضرورية لممارسة الأنشطة اليومية مثل التنظيف أو المشي أو ممارسة أي تمرين؛ ولذلك من المهم أن يتمتع الفرد بعضلات تتمتع بالليونة لتؤدي جميع الوظائف بسهولة.

إن الجلوس فترات طويلة يؤدي إلى تيبس العضلات وتقيد الحركة بصورة ملحوظة وبالتالي التعرض إلى الهشاشة والكسور، وعضلات الفخذ المرنة مهمة جداً للحفاظ على استقرار وتوازن الجسم حيث إن وزن الجسم كله يقع مباشرة على الساقين لذلك فإن التمارين المنتظمة مثل المشي مهمة جداً للحفاظ على تلك العضلات.

وتتدفق الدورة الدموية بسلاسة عندما تكون القدمان بصحة جيدة لذا فإنا نلاحظ الأشخاص الذين لديهم عضلات قوية في الساق سيكون لديهم بالتأكيد قلب قوي.

لا تحتاج تمارين العضلات الأساسية إلى أجهزة خاصة أو عضوية في صالة للألعاب الرياضية.

على الرغم من أن أقدامنا سوف تتقدم في العمر تدريجياً مع مرور الوقت، فإن تدريب أقدامنا يجب أن يستمر مدى الحياة.

لذا يرجى المشي مدة ٣٠-٤٠ دقيقة على الأقل يومياً للتأكد من أن ساقيك تتلقى تمريناً كافياً ولضمان أن تظل عضلاته قوية وصحية.

قم بتمرين الرجلين قبل فوات الأوان..



«الصحة» تدعو للمواصلة بوعي والالتزام لاستمرار تحقيق النجاحات

## البحرين تنتقل إلى المستوى الأخضر ضمن آلية الإشارة الضوئية

وفقاً لما أعلن عنه الفريق الوطني الطبي للتصدي لفيروس كورونا (كوفيد-19) يوم الخميس الماضي، تنتقل ملكة البحرين بدءاً من اليوم الثلاثاء الموافق 15 فبراير الجاري إلى المستوى الأخضر ضمن آلية الإشارة الضوئية لمستوى انتشار فيروس كورونا.

ودعت وزارة الصحة الجميع إلى المواصلة بوعي والتزام من أجل رقد مسارات التعامل مع فيروس كورونا وتحقيق النجاحات المنشودة، من خلال استمرار اتباع التعليمات والإجراءات والتدابير الاحترازية مع تفعيل المستوى الأخضر وفق آلية الإشارة الضوئية لمستوى انتشار فيروس كورونا، إلى جانب الحرص على المبادرة بأخذ التطعيم المضاد للفيروس بكامل جرعاته المقررة بما فيها الجرعة المنشطة لما تمثله هذه الجرعات من أهمية في رفع الاستجابة المناعية للجسم وحماية الفرد وأسرته ومحيطه المجتمعي من الفيروس ومتحوراته.

يذكر أنه تم تحديث بعض إجراءات المستوى الأخضر، حيث يمكن الاطلاع على دليل الإجراءات الخاص بالمستوى الأخضر، عبر زيارة الموقع الإلكتروني التابع لوزارة الصحة.

**المستوى الأخضر**

حين يبلغ المتوسط اليومي للحالات في العناية المركزة 50 حالة أو أقل لمدة 14 يوماً.

**فتح القطاعات والأنشطة التالية للمتطمئين ولغير المتطمئين:**

إتاحة خيار التعليم بمؤسسات التعليم والتدريب	المجمعات	إتاحة خيار الحضور
المطاعم والمقاهي	الصالات الرياضية وركن السياحة	محللات الخلفعة والصالونات ومحللات السبا
دور السينما	حضور الجماهير للمسابقات الرياضية	لبس الكمامات في الأماكن الداخلية

بعض المناسبات التي يجدها الفريق الطبي لن تخضع لمعدلات الآلية لما يشكل التجمع فيها من خطر على صحة وسلامة المجتمع

P 8

Link

بواقع خمسة أيام في الأسبوع مع إتاحة خيار التعلم عن بُعد

## «التربية» تعلن عودة طلبة المدارس الحكومية إلى نظام التعلم الحضوري

بدورها بإشعار الطلبة وأولياء أمورهم بما سيتم من إجراءات التحويل فور الانتهاء من الترتيبات اللازمة لذلك.

وأشار المدير العام لشؤون المدارس إلى أن المؤسسات المدرسية الحكومية سوف تستمر في اتباع جميع الإجراءات الاحترازية والتدابير الوقائية للحد من انتشار الفيروس عبر مواصلة قياس درجات الحرارة، والتطهير والتعقيم المستمرين، وغير ذلك من الإجراءات التي تم العمل على تطبيقها طوال الفترة الماضية وباتت الآن جزءاً من العمل اليومي في جميع المدارس، وأن بروتوكولات تتبع حالات الإصابة والمخالطة سوف تستمر كالمعتاد وفق ما هو معلن عنه، كما بين أن قطاع شؤون المدارس بوزارة التربية والتعليم، وبالتنسيق مع القطاعات المساندة، سيوفو خدمة المواصلات للطلبة عبر خطوط ونقاط النقل المعتادة على امتداد أيام الدوام المدرسي.

وأكد الدكتور محمد مبارك بن أحمد على أن عودة المدارس إلى العمل بكامل طاقتها الاستيعابية هي بئسرى خير، الأمر الذي يسهل عودة المؤسسات المدرسية إلى العمل بكامل طاقتها الاستيعابية وبما يعزز التحصيل العلمي لأبنائنا الطلبة.



المدير العام لشؤون المدارس

المسجلين ضمن الدوام الحضوري سيتم تحويلهم تلقائياً، ابتداءً من يوم الأحد القادم، إلى نظام الحضور التقليدي بواقع خمسة أيام في الأسبوع، مشيراً إلى أنه في حال رغبة الطلبة وأولياء أمورهم في الانتقال من نظام الحضور الكامل إلى نظام التعلم عن بُعد عبر المنصات الرقمية أو الانتقال من نظام التعلم عن بُعد عبر المنصات الرقمية إلى نظام الحضور الكامل، التواصل مع الإدارات المدرسية عبر قنوات الاتصال المعمول بها، والتي ستقوم

أعلنت وزارة التربية والتعليم أنه في ضوء إعلان الفريق الوطني الطبي للتصدي لفيروس كورونا (كوفيد-19) عن الانتقال إلى المستوى الأخضر ضمن آلية الإشارة الضوئية لمستوى انتشار الفيروس، فقد تقرر ابتداءً من يوم الأحد القادم الموافق 20 فبراير 2022 العودة إلى نظام التعليم الاعتيادي (الحضوري) بواقع خمسة أيام في الأسبوع في جميع المدارس الحكومية، مع بقاء خيار التعلم عن بُعد من خلال المنصات الرقمية للراغبين من أولياء الأمور والطلبة.

وأوضح الدكتور محمد مبارك بن أحمد المدير العام لشؤون المدارس أن جميع المدارس الحكومية سوف تعمل بكامل طاقتها الاستيعابية، وستوفو العمل بنظام التعليم المدمج أو المزدوج، والذي اعتمد خلال الفترة الماضية على دوام الطلبة فعلياً مدة يومين أو ثلاثة أيام ومن ثم الدراسة عبر المنصة الرقمية، وستبدأ من يوم الأحد القادم الموافق 20 فبراير 2022 في تطبيق التعلم حضورياً بواقع خمسة أيام في الأسبوع للراغبين من أولياء الأمور والطلبة، مع إتاحة خيار التعلم بشكل كامل عبر المنصة الرقمية والفصول الافتراضية. وأكد الدكتور محمد مبارك على أن جميع الطلبة

P 11

Link

## «الصحة»: تسجيل 4818 إصابة جديدة بفيروس «كورونا»..وتعافي 7002 ولا وفيات



أعلنت وزارة الصحة اليوم الاثنين الموافق 14 فبراير 2022، أن الفحوصات اليومية للكشف عن فيروس كورونا بلغت 23967 فحصاً، ليكون بذلك إجمالي الفحوصات التي أجرتها الصحة 9182056 فحصاً. كما كشفت الفحوصات عن تسجيل 4818 حالة قائمة جديدة مصابة بفيروس كورونا، ليبلغ إجمالي الحالات القائمة 52082 حالة، وبلغ عدد المتعافين اليوم 7002 حالة، ليبلغ إجمالي المتعافين 415114.

## بتوجيهات ملكية.. ولي العهد رئيس الوزراء يأمر: توفير الخدمات الإسكانية لأسر المحكومين والمستفيدين من العقوبات البديلة

- انخفاض العجز المالي في 2021
- 35% وارتفاع الإيرادات غير النفطية 5%
- تنظيم منح الإقامة لأقارب البحرينيين وزوجات المواطنين وأزواج البحرينيات الأجانب
- تشكيل المجلس البحريني للدراسات والتخصصات الصحية
- حظر استخدام الأكياس البلاستيكية ذات الاستخدام الواحد



09 ■

P 1

Link 

### 33% انخفاض في إصابات «كورونا» قبل أسبوع من تطبيق «الأخضر»

« محمد نصرالدين

يبدأ اليوم الانتقال إلى «المستوى الأخضر» وفق آلية الإشارة الضوئية لمستوى انتشار فيروس كورونا، في ظل انخفاض ملحوظ في الإصابات اليومية في الأسبوع الأخير بلغت نسبته 33%، ووفقاً لما رصدته «الوطن» فقد تم خلال الأسبوع الثاني من الشهر الجاري في الفترة من 8-13 فبراير تسجيل إصابات بلغت 35 ألفاً و682 حالة، وذلك بنسبة انخفاض 33% عن الإصابات المسجلة في الأسبوع الأول في الفترة من 1 إلى 7 فبراير والبالغة 53 ألفاً و547 حالة.

وبدأ منحنى الإصابات في الهبوط بشكل مطرد اعتباراً من يوم 7 فبراير ولمدة 6 أيام متواصلة حتى 12 فبراير والذي تم فيه تسجيل 4623 إصابة قبل أن يعاود المنحنى الارتفاع بنسبة محدودة أمس الأول يوم 13 فبراير إلى 5266 حالة، وجدير بالذكر أن أعلى يوم تم خلاله تسجيل أعلى عدد من الإصابات كان يوم 1 فبراير وبلغ 8 آلاف و173 حالة، وهي أعلى حصيلة يومية قياسية على الإطلاق تم تسجيلها في المملكة منذ بدء الجائحة.

وكان عضو الفريق الوطني الطبي د. منافع القحطاني صرح في 4 فبراير الجاري، بأن الفترة القادمة ستشهد تراجعاً في معدل الحالات القائمة اليومية بعد الوصول إلى ذروة انتشار المتحور «أوميكرون».

P 6

Link 

## انخفاض العجز المالي 35٪ وارتفاع الإيرادات غير النفطية 75٪ في 2021.. ولي العهد رئيس الوزراء: توفير الخدمات الإسكانية لأسر المحكومين والمستفيدين من «العقوبات البديلة»



أبرز ما جاء في الجلسة:

98.4% تهاه حاضرة صاحب الجلالة عامل البلد العمدي حفظه الله ورياه وصاحب السمو الملكي ولي العهد رئيس مجلس الوزراء حفظه الله وقياد البحرين بمخاضة الذكرى الحادية والعشرون لإقرار ميثاق العمل الوطني.

بناء على توجيهات حاضرة صاحب الجلالة ملك البلاد العمدي حفظه الله ورياه أمر صاحب السمو الملكي ولي العهد رئيس مجلس الوزراء بتوفير الخدمات الإسكانية للمتقدمين المستحقين للحصول عليها من أسر المحكومين والمستفيدين من برنامج العقوبات والتدابير البديلة حفاظاً على الأسرة الدينية والتسريح المجتمعي، وتعزيزاً للتبادلات التي حققها هذا البرنامج الرائد ومنها ترحيم سلوك المحكومين.

وأقر المجلس ما يلي:

مشروع قرار حول تنظيم منح تأشيرة دخول وخصصة إقامة لأقارب البحرينيين وزوجات البحرينيين وأقارب البحرينيين.

التناقص المالية لقرابة للسنة المالية 2021، والتي أظهرت انخفاضاً في إجمالي الإيرادات المائة وارتفاع الإيرادات غير النفطية بنسبة 5% وانخفاض العجز المالي بنسبة 35% في العام 2021 مقارنة بعام 2020.

إشراك وتشكيل المجلس الديني للدراسات والتخصصات الصحية.

مشروع قرار حول حظر استخدام الأكراس البلاستيكية ذات الاستخدام الواحد.

98.4%  
BahrainCPNews

مشروع قرار حول حظر استخدام الأكراس البلاستيكية في تبنّي المبادرات الهادفة لحماية البيئة. 5. بشأن رد الحكومة على 3 اقتراحات برغبة مقدمة من مجلس النواب.

- الميثاق منطلق لمنظومة متكاملة من التطور اقتصادياً وتنموياً وسياسياً
- المملكة شهدت إنجازات بمختلف القطاعات كان باعثها الميثاق
- تنظيم تأشيرة دخول ورخص إقامة لأقارب وزوجات البحرينيين
- تشكيل المجلس البحرينى للدراسات والتخصصات الصحية
- حظر استخدام الأكراس البلاستيكية ذات الاستخدام الواحد

بتوجيهات من حضرة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة عامل البلاد العمدي حفظه الله ورياه، أمر صاحب السمو الملكي ولي العهد رئيس مجلس الوزراء بتوفير الخدمات الإسكانية للمتقدمين المستحقين للحصول عليها من أسر المحكومين والمستفيدين من برنامج العقوبات والتدابير البديلة حفاظاً على الأسرة الدينية والتسريح المجتمعي، وتعزيزاً للتبادلات التي حققها هذا البرنامج الرائد ومنها ترحيم سلوك المحكومين.

جاء ذلك لدى ترؤس صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة، ولي العهد رئيس مجلس الوزراء، في قصر القديسة أمس الاجتماع الاعتيادي الأسبوعي لمجلس الوزراء.

وفي بداية الاجتماع، رفع مجلس الوزراء التهناتي إلى حضرة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة عامل البلاد العمدي حفظه الله ورياه وإلى

صاحب السمو الملكي ولي العهد رئيس مجلس الوزراء وعظيمة الله وإلى أبناء البحرين بمخاضة الذكرى الحادية والعشرين لإقرار ميثاق العمل الوطني، مؤكداً المجلس أن المملكة شهدت إنجازات متمثلة في القطاعات كان باعثها الميثاق الذي شكل المنطلق لمنظومة متكاملة من التطور والنماء على شتى الأصعدة الاقتصادية والتنموية والسياسية.

بعدما قرر المجلس ما يلي: أولاً: الموافقة على المذكرات التالية: 1. مذكرة اللجنة الوزارية للشؤون القانونية والتشريعية بشأن مشروع قرار حول تنظيم منح تأشيرة دخول ورخصة إقامة لأقارب البحرينيين وزوجات البحرينيين وأقارب البحرينيات الأجانب.

2. مذكرة اللجنة الوزارية للشؤون المالية والاقتصادية والتوازن المالي بشأن التناقص المالية الأولية للسنة المالية 2021، والتي أظهرت ارتفاعاً في إجمالي الإيرادات المائة وارتفاع الإيرادات غير النفطية بنسبة 5% وانخفاض العجز المالي بنسبة 35% في العام 2021 مقارنة بعام 2020.

3. مذكرة وزير الصحة بشأن إنشاء وتشكيل المجلس البحرينى للدراسات والتخصصات الصحية، والذي سيتولى الإشراف على إنشاء ومتابعة وتقييم برامج التدريب وإعدادها للحصول على الاعتراف الدولي ووضع الأنبارت إضمار المشروعات الحكومية التي تدعم الوصول الصحية المجتمعية ومعالجة وتقييم الشهادات المهنية، وإنشاء البرامج التدريبية المتخصصة. 4. مذكرة وزير الصناعة والتجارة والسياحة بشأن

P 9

Link

## بقاء خيار التعلّم عن بعد من خلال المنصات الرقمية.. «التربية»: عودة الطلبة إلى التعلّم الحضورى 5 أيام في الأسبوع من الأحد

اعتباراً من يوم الأحد القادم الموافق 20 فبراير 2022

في ضوء الانتقال إلى المنصات الرقمية، في ضوء الإشارة الضوئية.. «التربية» تعلن عودة طلبة المدارس الحكومية إلى نظام التعلّم الحضورى بواقع خمسة أيام في الأسبوع مع إتاحة خيار التعلّم عن بُعد

جميع الطلبة المسجلين ضمن الدوام الحضورى سيتم تحويلهم تلقائياً إلى نظام الحضور التقليدى بواقع خمسة أيام في الأسبوع

في حال رغبة الطلبة وأولياء أمورهم في الانتقال من نظام الحضور التام إلى نظام التعلّم الرقمية أو الانتقال من نظام التعلّم عن بعد عبر المنصات الرقمية إلى نظام الحضور الكامل

مواصلة قياس درجات الحرارة، والتطهير والتعقيم المستمرين، وغير ذلك من الإجراءات التي تسم العمل على تطبيقها طوال الفترة الماضية وباتت الآن جزءاً من العمل اليومي في جميع المدارس، وأن بروتوكولات تتبع حالات الإصابة والمخالطة سوف تستمر كالمعتاد وفق ما هو معلن عنه، كما يُبذل إنفاق شؤون المدارس بوزارة التربية والتعليم،



د.محمد مبارك

بواقع خمسة أيام في الأسبوع، مشيراً إلى أنه في حال رغبة الطلبة وأولياء أمورهم في الانتقال من نظام الحضور الكامل إلى نظام التعلّم عن بعد عبر المنصات الرقمية أو الانتقال من نظام التعلّم عن بعد عبر المنصات الرقمية إلى نظام الحضور التام، سيتم تحويلهم تلقائياً اعتباراً من يوم الأحد القادم إلى نظام الحضور التقليدي

أعلنت وزارة التربية والتعليم أنه في ضوء إعلان الفريق الوطني الطبي للتصدي لفيروس كورونا (كوفيد19) عن الانتقال إلى المستوى الأخضر ضمن آلية الإشارة الضوئية لمستوى انتشار الفيروس، فقد تقرر اعتباراً من يوم الأحد المقبل العودة إلى نظام التعلّم الاعتيادي «الحضورى» بواقع خمسة أيام في الأسبوع في جميع المدارس الحكومية، مع بقاء خيار التعلّم عن بعد من خلال المنصات الرقمية للراغبين من أولياء الأمور والطلبة. وأوضح المدير العام لشؤون المدارس الدكتور محمد مبارك بن أحمد أن جميع المدارس الحكومية سوف تعمل بكامل نظامها الاستيعابية، وستعوق العمل بنظام التعلّم المدمج أو المزدوج، والذي اعتمد خلال الفترة الماضية على دوام الطلبة عملياً مدة يومين أو ثلاثة أيام ومن ثم الترسية عبر المنصة الرقمية، وسجداً اعتباراً من يوم الأحد القادم 20 فبراير 2022 في تطبيق التعلّم حضورياً بواقع خمسة أيام في الأسبوع للراغبين من أولياء الأمور والطلبة. مع إتاحة خيار التعلّم بشكل كامل عبر المنصة الرقمية والنقل الإلكتروني.

P 6

Link



## ◆ انخفاض العجز المالي 35% وارتفاع الإيرادات غير النفطية 5% ... سمو ولي العهد رئيس الوزراء يأمر: توفير الخدمات الإسكانية لأسر محكومين في العقوبات البديلة



سمو ولي العهد رئيس مجلس الوزراء  
يترأس جلسة مجلس الوزراء

14 فبراير 2022

أبرز ما جاء في الجلسة:

تنهت حضرة صاحب الجلالة عاهل البلاد المعهود حفظه الله ورعاه وصاحب السمو الملكي مجلس الوزراء بتوفير الخدمات الإسكانية للمحكومين المستحقين للحصول عليها من أسر المحكومين والمستفيدين من برنامج العقوبات البديلة وحفاظاً على الأسرة البحرينية والنسيج المجتمعي، وتعزيزاً للنتائج التي حققها هذا البرنامج الرائد ومنها توفير سلوك المحكومين.

بناءً على توجيهات حضرة صاحب الجلالة ملك البلاد المعهود حفظه الله ورعاه، أمر صاحب السمو الملكي ولي العهد رئيس مجلس الوزراء بتوفير الخدمات الإسكانية للمحكومين المستحقين للحصول عليها من أسر المحكومين والمستفيدين من برنامج العقوبات البديلة، وحفاظاً على الأسرة البحرينية والنسيج المجتمعي، وتعزيزاً للنتائج التي حققها هذا البرنامج الرائد ومنها توفير سلوك المحكومين.

وافق المجلس على:

مشروع قرار حول تنظيم منح تأشيرة دخول وخصمة إقامة لأقارب البحرينيين وزوجات البحرينيين وأقارب البحرينيات الأجانب.

النتائج المالية الأولية للسنة المالية 2021، والتي أظهرت ارتفاعاً في إجمالي الإيرادات العامة وارتفاع الإيرادات غير النفطية بنسبة 5% وانخفاض العجز المالي بنسبة 35% في العام 2021 مقارنة بعام 2020.

إنشاء وتشكيل المجلس البحريني للدراسات والتخصصات الصحية.

مشروع قرار حول حظر استخدام الأكياس البلاستيكية ذات الاستخدام الواحد.

- ◆ تنظيم منح تأشيرة إقامة لأقارب البحرينيين وزوجات البحرينيين وأقارب البحرينيات
- ◆ إنشاء وتشكيل المجلس البحريني للدراسات والتخصصات الصحية
- ◆ البحرين شهدت إنجازات بمختلف القطاعات كان باعثها "الميثاق"
- ◆ حظر استخدام الأكياس البلاستيكية ذات الاستخدام الواحد

لمتابعة - بنا

رأس ولي العهد رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة، الاجتماع الاقتصادي الأسبوعي لمجلس الوزراء الذي عقد أمس بقصر الضيافة.

في بداية الاجتماع، رفع مجلس الوزراء أصق التهنئة إلى عاهل البلاد صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة وإلى صاحب السمو الملكي ولي العهد

رئيس مجلس الوزراء وإلى أبناء البحرين بمناسبة الذكرى الحادية والستين لإقرار ميثاق العمل الوطني مؤكداً المجلس أن المملكة شهدت إنجازات بمختلف القطاعات كان باعثها الميثاق الذي شكل المنطلق لمنظومة متكاملة من التطور والنماء على شتى الأصعدة الاقتصادية والتنموية والسياسية. وبناءً على توجيهات صاحب الجلالة ملك البلاد، أمر صاحب

بعدها قرر المجلس ما يلي:

أولاً: الموافقة على المقررات التالية:

1. مذكرة اللجنة الوزارية للشؤون القانونية والتشريعية بشأن مشروع قرار تنظيم منح تأشيرة دخول وخصمة إقامة لأقارب البحرينيين وزوجات البحرينيين وأقارب البحرينيات الأجانب.
2. مذكرة اللجنة الوزارية للشؤون المالية والاقتصادية والشؤون المالية بشأن النتائج المالية الأولية للسنة المالية 2021، والتي أظهرت ارتفاعاً في إجمالي الإيرادات العامة، مع محافظة مملكة البحرين

على التزاماتها بتنفيذ المشروعات الحكومية التي تدعم الوصول إلى مرحلة التعافي الاقتصادي، كما أظهرت البيانات انخفاض العجز المالي في العام 2021 بنسبة 35% مقارنة بعام 2020 وارتفاع الإيرادات غير النفطية بنسبة 5% خلال الفترة ذاتها.

3. مذكرة وزيرة الصحة بشأن إنشاء وتشكيل المجلس البحريني للدراسات والتخصصات الصحية، الذي سيتولى الإشراف على إنشاء ومتابعة وتقييم برامج التدريب وإعدادها للحصول على الاعتراف الدولي ووضع الآليات لإصدار الشهادات في كل التخصصات والبرامج الصحية الوطنية ومعاملتها وتقييم الشهادات المهنية، وإنشاء البرامج التدريبية المتخصصة.

4. مذكرة وزير الصناعة والتجارة والسياحة بشأن مشروع قرار بشأن حظر استخدام الأكياس البلاستيكية ذات الاستخدام الواحد والتي تدعم توجهات المملكة في تبني المبادرات الهادفة لحماية البيئة.

5. مذكرة اللجنة الوزارية للشؤون القانونية والتشريعية بشأن رد الحكومة على 8 اقتراحات برغبة مقدمة من مجلس النواب.

## ◆ "NBB" يدعم مبادرة "ابتسامة للأطفال"... خالد بن حمد لأولياء أمور المصابين بالسرطان: يد العون ممدودة لكم... ونشارككم المعركة الصعبة

المنامة - بنا



سمو الشيخ خالد بن حمد

الراحة النفسية والسكينة لكل من أولياء الأمور والطلاب في رحلتهم نحو التعافي. من جانبه، قال النائب الثاني لرئيس مجلس إدارة بنك البحرين الوطني وعضو لجنة الهيات والتبرعات بالبنك، فوزي كانوا: "نحن فخورون بدورنا لدعم المبادرات المجتمعية في المملكة، والتي تُمكننا من تحقيق أحلام الأطفال أيضًا كانت، وهو ما يندرج تحت مظلة استراتيجية الاستدامة لدى البنك. ويُعد دعمنا لمبادرة سمو الشيخ خالد بن حمد آل خليفة، تأكيدًا على مساعي البنك المستمرة للارتقاء بالمجتمع وإحداث تغيير إيجابي به. وإن بنك البحرين الوطني يسعى دومًا لتنفيذ المبادرات التي من شأنها أن تدعم كيان المملكة، وتلبي احتياجاتها. كما يحرص البنك على توفير برامج تصب لصالح تعزيز المجتمع".

خلال هذه المبادرة، سنسعى لتحقيق أحلام هؤلاء الأطفال، وسندعم يد العون لأولياء أمورهم خلال هذه المعركة الصعبة... وأن هدفنا هو رسم البسمة على وجوههم، وتشجيع الجميع على المشاركة في هذه المبادرة الوطنية. من جهته، أعلن بنك البحرين الوطني عن دعمه لمبادرة سمو الشيخ خالد بن حمد آل خليفة "مع مبادرة ابتسامة للأطفال المصابين بالسرطان"، والتي تعدّ هذه الشراكة إحدى مبادرات سموه لدعم المجالين الإنساني والمجتمعي، كما إنها تندرج ضمن إطار المساعي المعنية بتقديم الدعم النفسي والاجتماعي للأطفال مرضى السرطان في مملكة البحرين. وتتماشى هذه الشراكة مع استراتيجية البنك للاستثمار في المجتمع، كونها تعمل على تحقيق أحلام الأطفال المصابين

أشاد النائب الأول لرئيس المجلس الأعلى للشباب والرياضة رئيس الهيئة العامة للرياضة رئيس اللجنة الأولمبية البحرينية سمو الشيخ خالد بن حمد آل خليفة، بالتفاعل المميز من بنك البحرين الوطني (NBB). مع المبادرات التي يطلقها سموه لدعم المجالين الإنساني والمجتمعي. وقال سموه: "سعداء بتفاعل بنك البحرين الوطني لدعم مبادراتنا المختلفة لاسيما في المجالين الإنساني والمجتمعي، وأن إطلاقنا لمبادرة مع ابتسامة للأطفال المصابين بالسرطان، تهدف لتقديم الدعم اللازم للأطفال المصابين بمرض السرطان، والذي يشمل في مفهومه قيامنا جميعًا كأفراد وجهات ومؤسسات بتقديم الدعم للأطفال الذين يُكافحون مرض السرطان، ومنحهم الدعم النفسي والاجتماعي للمضي قدّمًا، حيث إننا ومن

P 12

Link

Link

## بدءاً من اليوم... البحرين بالمستوى الأخضر

المنامة - وزارة الصحة

وفقاً لما أعلن عنه الفريق الوطني الطبي  
للفيروس كورونا (كوفيد-19) يوم الخميس الماضي

وزارة الصحة:  
الانتقال إلى المستوى الأخضر  
ضمن آلية الإشارة الضوئية لمستوى  
انتشار فيروس كورونا

بدءاً من يوم غد الثلاثاء 15 فبراير

الدعوة إلى المواصلة بوعي والتزام من خلال الاستمرار  
باتباع التعليمات والإجراءات والتدابير الاحترازية

وفقاً لما أعلن عنه الفريق الوطني الطبي للتصدي لفيروس كورونا (كوفيد 19) يوم الخميس الماضي، تنتقل مملكة البحرين بدءاً من اليوم الثلاثاء الموافق 15 فبراير الجاري إلى المستوى الأخضر ضمن آلية الإشارة الضوئية لمستوى انتشار فيروس كورونا.

ودعت وزارة الصحة الجميع إلى المواصلة بوعي والتزام من أجل رفق مسارات التعامل مع فيروس كورونا وتحقيق النجاحات المنشودة، من خلال استمرار اتباع التعليمات والإجراءات والتدابير الاحترازية مع تفعيل المستوى الأخضر وفق آلية الإشارة الضوئية لمستوى انتشار فيروس كورونا، إلى جانب الحرص على المبادرة بأخذ التطعيم المضاد للفيروس بكامل جرعاته المقررة بما فيها الجرعة المنشطة لما تمثله هذه الجرعات من أهمية في رفع الاستجابة المناعية للجسم وحماية الفرد وأسرته ومحيطه المجتمعي من الفيروس ومتحوراته.

يذكر أنه تم تحديث بعض إجراءات المستوى الأخضر، حيث يمكن الاطلاع على دليل الإجراءات الخاص بالمستوى الأخضر، عبر زيارة الموقع الإلكتروني التابع لوزارة الصحة [www.healthalert.com](http://www.healthalert.com)

P 1

Link

◆ نهج يُحتذى به على صعيد المشاركة في صنع القرار

وزراء ومسؤولون: ميثاق العمل الوطني بوابة الإنجازات الكبيرة



نواف حمزة



محمد القائل



الشيماء ربا بنت عيسى



عبداللطيف الرضاوي



الشيخ محمد بن عبدالله

البلاد | محور الشؤون المحلية

تلقت القيادة البحرينية متمثلة بعاقل البلاد صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة، وولي العهد رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة، المزيد من التهانى والتبريكات، من قبل الوزراء وكبار المسؤولين في الدولة، وذلك بمناسبة حلول الذكرى الحادية والعشرين للتصويت على ميثاق العمل الوطني، وأكدوا في تصريحاتهم أن الميثاق محطة تاريخية مضيئة في تاريخ البحرين المعاصر، ونهج يحتذى به على صعيد المشاركة الشعبية والتكامل في صنع القرار، وأنه بوابة للإنجازات الكبيرة، منزهة بصور التقدم والتضامن الشعبي، خلف القيادة الحكيمة لمصاحب الجلالة ملك البلاد.

جسور العلاقات

وقال وزير الخارجية عبداللطيف الرضاوي إن هذه الصادرة الزائدة التي أظنّها جلالة الملك إهدافها السامية النبيلة أسست لمرحلة تاريخية جديدة لعملة البحرين وشعبها العزيز، تميزت بإنجازات التنمية والتجارات الكبرى التي حفظتها المملكة ضمن مسيرة النهضة والتقدم والازدهار على جميع الأصعدة ومختلف المجالات في ظل قيادة جلالة الملك، منذ نشوء ميثاق العمل الوطني، قبل ما يقارب خمسين، بتوافق شعبي تاريخي وتأييد 98.4% من المواطنين منوّفاً بكل فخر واعتزاز بصور التلاحم والتضامن الشعبي خلف القيادة الحكيمة لجلالة الملك، والترايط المجتمعي، والناتج الإنساني، الأمر الذي عزز من مكانة مملكة البحرين كنموذج رائد في الديمقراطية والتطور السياسي، وكرس موقعها، باحترام حقوق الإنسان وحرية التعبير السياسية والمدنية، وأكد وزير الخارجية أن مملكة البحرين

الولاء والالتزام الوطني، وتابعت الرئيس التنفيذي الجهاز الوطني للإيرادات أن ميثاق العمل الوطني جسّد انطلاقاً عهد جديد لمملكة البحرين وشكل خارطة طريق مفاهية للدفع بالهجرة التنموية الشاملة بفضل اللدغعة التافية والحكيمة لجلالته، وتطلعاته الفووحة التي تتواكب مع تطورات شعب البحرين، مشيرة إلى ما تضمه ميثاق العمل الوطني من أسس ومبادئ أسهمت في تحقيق البحرين إنجازات تربية لمسيرة العمل الوطني وأصبحت اليوم في مصاف الدول المتقدمة في كل الأصعدة الاقتصادية والتنموية.

مملكة البحرين والبحر واليمن والبركات في ظل العهد الزاهر لحضرة صاحب الجلالة عاقل البلاد.

مركزات وطنية

وقال رئيس هيئة التشريع والرأي القانوني المستشار نواف عبد الله حمزة إن هذه المناسبات الوطنية العزيزة فرصة في وجدان أبناء مملكة البحرين الأوفياء الذين أكدوا تمسكهم بالمرکزات الوطنية الثانية والولاء التاريخي على هذه الوثيقة، ميث فخر وانتزاز لما تحققت بفضلها من إصلاحات رائدة والمتطلقة من الرؤية الإصلاحية الشاملة من لدن جلالة الملك، والتي عززت من مكانة وأسم مملكة البحرين في جميع الأصعدة والمجالات الخوقية والقانونية وعلى المستوى الإقليمي والدولي.

خارطة طريق

وأكد الرئيس التنفيذي للجهاز الوطني للإيرادات رنا قهيبي أن ذكرى التصويت على ميثاق العمل الوطني عاقلة في أذهان كل بحريني وبحرينية، وهي مرحلة تاريخية مضيئة في الذاكرة الوطنية، عكست الحملة الوطنية بين القيادة والشعب وعبرت عن أروع العاني في

الهادفة إلى تطوير منظومة الخدمات الصحية في المملكة وفق أعلى معايير الجودة والكفاءة والتفسيمة، سائلًا الله سبحانه أن يعيد هذه المناسبات الوطنية على مملكة البحرين قيادة وشعباً بدوام الرفعة والتقدم والازدهار.

محطة تاريخية

من جانبها، أكدت الأمين العام لمجلس التعليم العالي نائب رئيس مجلس أمناء مجلس التعليم العالي، الشيماء ربا بنت عيسى آل خليفة، أن ميثاق العمل الوطني شكل محطة تاريخية مضيئة في تاريخ مملكة البحرين المعاصر، بدعم وعزيمة وإصرار جلالة الملك، حيث أصبح اليوم نهجاً يحتذى به على صعيد المشاركة الشعبية والتكامل في صنع القرار والإصلاح والتقدم والماء.

كما أضافت الأمين العام أن ما تضمنته ميثاق العمل الوطني من مبادئ وركائز أساسية قد كان لها الأثر البالغ في إثراء التجربة الديمقراطية في مملكة البحرين، والارتقاء بمسيرة النهضة والبناء، إلى جانب ترسيخ قيم التلاحم الوطني بين أبناء هذا الوطن الغالي ومواصلة تحقيق المزيد من المنجزات الدامعة لكل السعاني الدؤوبة المصنفة لصالح تحقيق التطلعات والأهداف المنشودة، سائله الله العلي القدير أن يعيده هذه المناسبات على

خاصة بعد أن امتلكت نموذجها الخاص في التطور الديمقراطي والتحديث المستمر، في إطار تكريس دولة القانون والمؤسسات.

توافق وطني

بدوره، أكد رئيس المجلس الأعلى للصحة الفريق طبيب الشيخ محمد بن عبدالله آل خليفة أن مملكة البحرين قد حققت في العهد الزاهر لمصاحب الجلالة إنجازات متميزة ومكتسبات تاريخية رائدة على مختلف الأصعدة، وشكل ميثاق العمل الوطني بوابة للإنجازات الكبيرة، حيث كان بمثابة وطني ناصح من فصول هذا الوطن، مؤشراً لنهضة حضارية شاملة أخذت مداها على جميع المستويات، مرتكزة على توافق وطني وعقد اجتماعي فريد.

وأضاف الشيخ محمد بن عبدالله أن مملكة البحرين حققت منجزات حضارية شامخة في تجسيد أهداف التنمية المستدامة، مرمّزا عن بالغ الانعزاز بقيادة جلالة الملك، وبما توأمت مملكة البحرين إنجازات من خطوات كبيرة في طريق التقدم والتنمية والرخاء، في ظل توجهات جلالة الملك ومتابعة صاحب السمو الملكي ولي العهد رئيس مجلس الوزراء وحرصهما الدائم على دعم ومساندة المشاريع والمبادرات

بقيادة جلالة الملك ماضية في تعزيز مكنساتها الحضارية وفقاً لمتصور المملكة وميثاق العمل الوطني، في ظل التزام السياسة الخارجية لمملكة البحرين بمواصلة دورها في ترسيخ قيم التسامح والتعاضد والتآخي والسلام بين الجميع، هذه القيم السامية المستمدة من النهج الإصلاحى الشامل لجلالة الملك، والمستندة على إرث حضاري راسخ من مبادئ الدين الإسلامي الحنيف والتقاليد العربية الأصيلة، والتي فتحت أمام المملكة جسوراً لتعزيز علاقات الأخوة والصداقة والتعاون مع دول العالم كافة.

عصر الحداثة

من جهتها، قالت الرئيس التنفيذي لمعهد البحرين للؤلؤ والأحجار الكريمة "نادات" نورة جشمير إن ميثاق العمل الوطني نقل البحرين إلى مصاف الدول المتقدمة سياسياً واقتصادياً واجتماعياً وأدخّلها عصر الحداثة والتقدم والارتقاء. وأضاف جشمير أن ما حققته مملكة البحرين خلال الأعوام السابقة من إنجازات على مختلف الأصعدة يبرهن صوابية الرؤية الاستراتيجية المستنيرة لصاحب الجلالة الملك، باني دولة البحرين الحديثة التي تمتع بكل معالم النهضة والحضارة والتقدم والرقي، وتحظى بإعجاب واحترام العالم،

P 13

Link

Link



◆ الإبقاء على خيار التعلم عن بُعد العمل ووقف النظام المزدوج... "التربية": من الأحد... العودة إلى المدارس حضورياً 5 أيام أسبوعياً

مدينة عيسى - وزارة التربية والتعليم

أعلنت وزارة التربية والتعليم أنه في ضوء إعلان الفريق الوطني الطبي التصدي لفيروس كورونا (كوفيد-19) عن الانتقال إلى المستوى الأخضر ضمن آلية الإشارة الضوئية لمستوى انتشار الفيروس، فقد تقرر اعتباراً من يوم الأحد المقبل الموافق 20 فبراير 2022 العودة إلى نظام التعليم الاعتيادي (الحضوري) بواقع خمسة أيام في الأسبوع في جميع المدارس الحكومية، مع بقاء خيار التعلم عن بعد من خلال المنصات الرقمية للراغبين من أولياء الأمور والطلبة، وأوضح المدير العام لشؤون المدارس الدكتور محمد مبارك بن أحمد أن جميع المدارس الحكومية سوف تعمل بكامل طاقتها الاستيعابية، وستوقف العمل

بنظام التعليم المدمج أو المزدوج، والذي اعتمد خلال الفترة الماضية على دوام الطلبة فقطاً مدة يومين أو ثلاثة أيام ومن ثم الدراسة عبر المنصة الرقمية، وستبدأ اعتباراً من يوم الأحد المقبل الموافق 20 فبراير 2022 في تطبيق التعلم حضورياً بواقع خمسة أيام في الأسبوع للراغبين من أولياء الأمور والطلبة، مع إتاحة خيار التعلم بشكل كامل عبر المنصة الرقمية والفضل الافتراضية. وأكد مبارك أن جميع الطلبة المسجلين ضمن الدوام الحضوري سيتم تحويلهم تلقائياً، اعتباراً من يوم الأحد المقبل، إلى نظام الحضور التقليدي بواقع خمسة أيام في الأسبوع، مشيراً إلى أنه في حال رغبة الطلبة وأولياء أمورهم في الانتقال من نظام الحضور الكامل إلى نظام التعلم عن بعد غير المنصات الرقمية



محمد مبارك

والمخاطبة سوف تستمر كالتعاقد وفق ما هو معلن عنه، كما يتبن أن قطاع شؤون المدارس بوزارة التربية والتعليم، وبالتنسيق مع القطاعات المساندة، وسيسوف خدمة المواصلة للطلبة عبر خطوط ونقاط النقل المعتادة على امتداد

اعتباراً من يوم الأحد القادم الموافق 20 فبراير 2022 في ضوء الانتقال إلى المستوى الأخضر ضمن آلية الإشارة الضوئية.. "التربية" تعلن عودة طلبة المدارس الحكومية إلى نظام التعلم الحضوري بواقع خمسة أيام في الأسبوع مع إتاحة خيار التعلم عن بعد

جميع الطلبة المسجلين ضمن الدوام الحضوري سيتم تحويلهم تلقائياً، إلى نظام الحضور التقليدي بواقع خمسة أيام في الأسبوع

في حال رغبة الطلبة وأولياء أمورهم في: الانتقال من نظام الحضور الكامل إلى نظام التعلم الرقمية أو الانتقال من نظام التعلم عن بعد عبر المنصات الرقمية إلى نظام الحضور الكامل التواصل مع الإدارات المدرسية عبر قنوات الاتصال المعمول بها

أيام الدوام المدرسي، وأكد مبارك أن عودة المدارس إلى العمل بكامل طاقتها الاستيعابية هي بشىء خير، الأمر الذي يسهل عودة المؤسسات المدرسية إلى العمل بكامل طاقتها الاستيعابية وبما يعزز التحصيل العلمي لأبنائنا الطلبة.

P 15

Link

