



## أكثر من 1000 مشارك في الماراثون الخيري للمؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية..

# ناصر بن حمد: الرياضة وسيلة فاعلة لتحسين حياة الآخرين وتعزيز أثر المبادرات الإنسانية

أكد سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة، ممثل جلالة الملك للأعمال الإنسانية وشؤون الشباب، رئيس مجلس أمناء المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية، أن الرياضة تتجاوز حدود المنافسة وتحقيق الإنجازات، لتكون وسيلة فاعلة في تحسين حياة الآخرين، مشيرًا إلى أن الماراثون الخيري الذي نظمته المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية يترجم هذا التوجه من خلال تحويل خطوات المشاركين إلى دعم ملموس للأطفال المصابين بالسكري، بما يسهم في تخفيف التحديات الصحية التي يواجهونها، ويمنحهم فرصًا أفضل لممارسة حياتهم اليومية بثقة واطمئنان.

وأوضح سموه أن هذه الفعاليات تسهم في تعزيز أثر المبادرات الإنسانية، من خلال ترسيخ قيم التكافل المجتمعي وتحويل المشاركة الرياضية إلى عطاء ملموس ينعكس إيجابًا على حياة المستفيدين.

جاء ذلك بمناسبة تنظيم المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية للماراثون الخيري الثالث تحت شعار «خطوات تغير حياة»، تزامنًا مع اليوم العالمي للسكري، وذلك في واتر جاردن سيتي، بمشاركة أكثر من 1000 شخص من مختلف الفئات العمرية، وبالتعاون مع لجنة عدائي البحرين وواتر جاردن سيتي ووزارة شؤون الشباب، حيث خُصص ريع الماراثون لتوفير مضخات الإنسولين للأطفال المصابين بالسكري من النوع الأول، لتحسين جودة حياتهم ومساعدتهم على ممارسة أنشطتهم اليومية بمرونة أكبر.

من جانبه، أكد المهندس إبراهيم دلهان الدوسري، القائم بأعمال الأمين العام للمؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية، أن الماراثون يعكس نهج المؤسسة في تحويل المبادرات المجتمعية إلى أثر إنساني ملموس، امتدادًا لمسيرة عطائها على مدى 25 عامًا، مشيدًا بالمشاركة المجتمعية الواسعة، ومعربًا عن شكره وتقديره لجميع الجهات المساهمة والداعمة للماراثون، ولشركاء المؤسسة الذين أسهموا في دعم برامجها ومبادراتها الإنسانية خلال عام 2026، مؤكدًا أن هذه الشراكات تمثل ركيزة أساسية في استدامة العطاء وتوسيع أثره في حياة المستفيدين.

بدوره، أعرب الشيخ عبدالله بن إبراهيم آل خليفة رئيس لجنة عدائي البحرين، عن اعتزازه بالمشاركة في هذا الماراثون سنويًا، مشيرًا إلى أن الماراثون أصبح محطة مهمة تجمع بين الرياضة والعمل الإنساني، ويتيح للعدائين وأفراد المجتمع فرصة توظيف شغفهم بالرياضة في خدمة أهداف إنسانية نبيلة، مؤكدًا حرص لجنة عدائي البحرين على مواصلة التعاون مع المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية ودعم المبادرات التي تجمع بين النشاط الرياضي والهدف الإنساني النبيل.

وتضمن الماراثون خمسة سباقات للأطفال للفئة العمرية من 4 إلى 14 عامًا، تراوحت مسافاتها من 200 متر إلى كيلومتر واحد، إلى جانب سباق لذوي العزيمة لمسافة 500 متر، والسباق الرئيسي للكبار لمسافة 3 كيلومترات. كما شهد الماراثون فعالية مجتمعية ومعرضًا للمشروعات البحرينية الصغيرة، بالتنسيق مع وزارة شؤون الشباب.

وفي ختام الماراثون، كرّم المهندس إبراهيم دلهان الدوسري، القائم بأعمال الأمين العام للمؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية، والشيخ عبدالله بن إبراهيم آل خليفة، رئيس لجنة عدائي البحرين، الفائزين في مختلف السباقات.

# وزير الخارجية ونظيره الأوكراني يبحثان مستجدات الأوضاع الإقليمية



التقى الدكتور عبداللطيف بن راشد الزياني وزير الخارجية، في مدينة أبوظبي أمس أندريه سيبيها، وزير الخارجية في جمهورية أوكرانيا، وذلك على هامش منتدى صير بني ياس الذي تستضيفه دولة الإمارات العربية المتحدة الشقيقة.

وتم خلال اللقاء بحث علاقات الصداقة والتعاون التي تربط بين البلدين، ومناقشة مستجدات الأوضاع الإقليمية، والجهود التي تبذل للحفاظ على الأمن والاستقرار الإقليمي، وسير المحادثات الثلاثية التي جمعت الولايات المتحدة الأمريكية وروسيا الاتحادية وجمهورية أوكرانيا، باستضافة دولة الإمارات العربية المتحدة، في إطار دعمها للجهود الرامية إلى تعزيز المساعي الدبلوماسية للتوصل إلى حل سياسي للأزمة، بالإضافة إلى تبادل وجهات النظر حيال القضايا ذات الاهتمام المشترك.

حضر اللقاء السفير سعيد عبدالخالق سعيد رئيس قطاع التنسيق والمتابعة بالوزارة.

# الثروة البحرية: تركيب كاميرات أمنية بالمرافئ البحرية قريبا

كتبت: مروة أحمد

كشف محمد العسم، مدير عام الثروة البحرية، عن المضي في إجراءات تركيب كاميرات مراقبة أمنية بالمرافئ البحرية خلال الفترة المقبلة، وإدراج المشروع ضمن الخطة الوطنية لتطوير المرافئ، وذلك في رد على طلب المجلس البلدي بشأن تركيب كاميرات أمنية في مرفأ ريا.

وفي ملف آخر، كشفت وزارة شؤون البلديات والزراعة عن استبعاد ارتباط المياه المتسربة إلى المنازل بمنطقة سماهيج بارتفاع منسوب الخزان الجوفي العميق، مؤكدة أن المياه المتجمعة تعود إلى ما يُعرف بـ«المستوى السطحي المائي»، وموجهة بلدية المحرق، بالتنسيق مع وزارة الأشغال، لدراسة إمكانية سحبها وتصريفها إلى أقرب شبكة لتصريف مياه الأمطار.

وتأتي هذه الردود ضمن الموضوعات المدرجة على جدول أعمال اجتماع مجلس بلدي المحرق المقرر عقده صباح غد الاثنين، لمناقشة عدد من الردود الوزارية بشأن الخدمات والمشروعات البلدية.



○ محمد العسم.

وأوضحت الوزارة، في ردها بشأن مشكلة تسرب المياه إلى منازل سماهيج، أن الفريق المختص بشؤون الزراعة والثروة الحيوانية أجرى معاينة ودراسة للموقع، خلصت إلى استبعاد أن تكون المياه ناتجة عن ارتفاع منسوب الخزان الجوفي العميق، نظراً إلى وقوعه على عمق يقارب 40 متراً تحت مستوى سطح البحر.

وأضافت أن الخزانات الجوفية في البحرين تقع تحت طبقات صخرية تحد من انتقال المياه إلى الطبقات العليا، وتُعرف بالخزانات الجوفية المحصورة، فيما تتجمع المياه المتسربة في سماهيج ضمن طبقات قريبة من سطح الأرض، وهو ما يستدعي دراسة الحلول المناسبة لسحبها وتصريفها.

وفي سياق المشروعات الخدمية، كشف مدير عام بلدية المحرق المهندس خالد القلاف عن إعداد تصور وتصميم مبدئي لإنشاء ملعب لكرة القدم في حديقة المحرق الكبرى، بميزانية تقديرية تبلغ نحو 25 ألف دينار، ويتضمن المشروع ملعباً وسياجاً حديدياً ومدخلاً وممر مشاة بمساحة 27 متراً مربعاً، إلى جانب مساحات مغطاة بالعشب الطبيعي وأعمدة معدنية وأشجار.

كما أفادت الوزارة بأن مشروع تقاطع شارع 47 مع جسر الشيخ خليفة بن سلمان في الحد لا يزال في مرحلة إعداد التصاميم التفصيلية، بالتنسيق مع الجهات ذات العلاقة، مع دراسة تنفيذه على مراحل تشمل أعمال الدفان والطرق، بما يخدم مناطق الحد وعراد وحالتي النعيم والسلطة.

## تعزيزًا لفرص التدريب للشباب البحريني ودعم جاهزيتهم لسوق العمل..

# مؤسسة المبرة الخليفية توقع مذكرة تفاهم مع مجموعة فنادق هيلتون البحرين لتمكين الشباب وتطوير مهاراتهم المهنية في قطاع الضيافة




أعلنت مؤسسةُ المبرة الخليفية توقيعَ مذكرةِ تفاهم مع مجموعةِ فنادق هيلتون فيً مملكة البحرين، بهدف تعزيز التعاون المشترك في مجال تمكين الشباب البحريني، وتنمية مهاراتهم المهنية، ودعم جاهزيتهم للانخراط في سوق العمل، ولا سيما في قطاع الضيافة.

وتشمل مذكرةُ التفاهم التعاونَ مع كلٍ من هيلتون البحرين، وهيلتون البحرين سيتي سنتر للفنادق والشقق السكنية، وكونراد البحرين فايننشال هاربور، وهيلتون جاردن إن خليج البحرين، وذلك في إطار حرص المؤسسة على توفير فرص نوعيَّة تسهمُ في تطوير قدرات الشباب البحريني وربطهم بالفرص المهنية المتاحة في قطاع الضيافة.

وبموجب مذكرة التفاهم، التي تمتد مدة عامين، سيتعاونُ الطرفان في عدد من المجالات الهادفة إلى تعزيز الخبراتَ العملية والمهارات المهنية لدى طلبة وخريجي برامج مؤسسة المبرة الخليفية، من بينها توفيرُ فرص تدريب عملي في منشآت هيلتون بمملكة البحرين، وتنظيم زيارات ميدانية إلى منشآت هيلتون في مملكة البحرين والخبر، بما يتيح للمشاركين التعرف من قرب على بيئة العمل في قطاع الضيافة وطبيعة المسارات المهنية المتاحة فيه.

كما تتضمنُ الشراكةُ مشاركةَ متحدثين إقليميين من هيلتون في فعاليات اليوم المهني الذي يجري تنظيمه بالتعاون مع برنامج «واثق»، إلى جانب تعريف خريجي برامج المبرة الخليفية بالفرص الوظيفية وبرامج الخريجين والمسارات المهنية المتاحة لدى فنادق هيلتون في مملكة البحرين، بما يعزز اطلاعهم على متطلبات سوق العمل ويفتح أمامهم آفاقًا مهنية جديدة.

وبهذه المناسبة، أكدت السيدة صبا يوسف سيادي، المدير التنفيذي لمؤسسة المبرة الخليفية، أن توقيع مذكرة التفاهم مع مجموعة فنادق هيلتون يمثل خطوة مهمة في إطار جهود المؤسسة الرامية إلى تمكين الشباب البحريني وتأهيلهم للنجاح في سوق العمل، من خلال توفير فرص تجمع بين التدريب العملي والتوجيه المهني والتعرف المباشر على بيئات العمل المتخصصة.

وأضافت أن الشراكة تسهم في توسيع نطاق الفرص المتاحة أمام طلبة وخريجي برامج المبرة الخليفية، وتعريفهم بالمسارات المهنية الواعدة في قطاع الضيافة، بما يعزز ثقتهم بقدراتهم ويساعدهم على تطوير المهارات التي يتطلبها سوق العمل، معربةً عن تطلعها إلى أن تشكل هذه المذكرة أساسًا لشراكة مستدامة تحقق أثرًا ملموسًا في مسيرة الشباب المهنية.

من جانبها، أكدت السيدة سارة يحيى، المديرة الإقليمية للتوظيف لدى فنادق هيلتون في المملكة العربية السعودية والبحرين والكويت، أهمية التعاون مع مؤسسة المبرة الخليفية في دعم المواهب الشابة وتوفير فرص تتيح لهم التعرف على قطاع الضيافة واكتساب الخبرات والمهارات العملية اللازمة لبناء مسارات مهنية ناجحة.

وأشارت إلى أن الشراكة ستوفر للطلبة والخريجين فرصاً للتعرف بصورة مباشرة على بيئة العمل في فنادق هيلتون، والاستفادة من برامج التدريب والفعاليات المهنية، إلى جانب الاطلاع على الوظائف وبرامج الخريجين والمسارات المهنية المتاحة، بما يعزز التواصل بين المواهب الشابة والفرص المتوفرة في قطاع الضيافة.

وتأتي هذه الشراكة في إطار التزام مؤسسة المبرة الخليفية بتوسيع شبكة شراكاتها مع مؤسسات القطاع الخاص، وتوفير مسارات عملية للشباب البحريني تسهم في تطوير مهاراتهم وتعزيز جاهزيتهم المهنية، بما يدعم انتقالهم من مرحلة التعليم والتدريب إلى سوق العمل.

## بعد تحذير الـ FDA الجديد

# الدكتورة مريم بونجم تكشف حقيقة تأثير إبر السكري والتخسيس (GLP-1) على العصب البصري والشبكية

## لا توقفوا إبر السكري والتنحيف من تلقاء أنفسكم

كتبت: لمياء ابراهيم

أكدت الدكتورة مريم بونجم، استشاري طب وجراحة العيون، أن فوائد أدوية السكري والسمنة من فئة (GLP-1) قد تفوق مخاطرها لدى أغلب المرضى رغم التحذيرات التنظيمية الجديدة، وذلك بعد إعلان هيئة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) في التاسع من نوفمبر 2026 أنها ستُلزم الشركات المصنِّعة لجميع أدوية (GLP-1) بإضافة تحذير على الملصق الدوائي من خطر نادر يصيب العصب البصري.

وأوضحت الدكتورة مريم بونجم، في قراءة علمية شاملة تجيب عن حقيقة هذا الخبر وحجم الخطر الفعلي وما ينبغي للمريض فعله، أن هيئة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) أعلنت وجود «زيادة محتملة» في خطر الإصابة بـ الاعتلال العصبي البصري الإقفاري الأمامي غير الشرياني (NAION)، وهي حالة تنتج عن انخفاض تدفق الدم إلى مقدمة العصب البصري، وقد تسبب فقداً مفاجئاً وغير مؤلم للبصر في عين واحدة، وأحياناً دائماً.

وأشارت إلى أن الهيئة أوضحت أن حالات المرض سُجّلت مع جميع أدوية (GLP-1) المسوّقة حالياً، ومنها أوزمبيك، وويغوفي، ومونجارو، وزيباوند.

ونقلت الدكتورة بونجم تأكيدات الهيئة في الوقت نفسه بأن الحالة نادرة، وأن العلاقة السببية لم تثبت بعد، وأن علماء الهيئة لم يتمكنوا من تحديد آلية تفسّر كيف أن هذه الأدوية قد تزيد الخطر.

وأضافت الدكتورة مريم بونجم أن الخلاصة المتفق عليها بين الجهات التنظيمية والدراسات الكبرى هي أن الخطر النسبي قد يرتفع، لكن الخطر المطلق يبقى صغيراً، وفي حدود حالات قليلة لكل عشرة آلاف مريض سنوياً. وفي المقابل، تُظهر الأدلة فوائد هذه الأدوية في ضبط سكر الدم وحماية القلب، حيث أشار مؤلفو دراسات عدة إلى أن الفوائد قد تفوق المخاطر لدى أغلب المرضى، وأن القرار يُتخذ بحسب حالة كل مريض.

ماذا ينبغي على المرضى فعله؟

ووجهت الدكتورة مريم بونجم جملة من الإرشادات الواضحة للمرضى بناءً على هذه المعطيات:

لا توقف الدواء من تلقاء نفسك: فإيقافه المفاجئ قد يضرّ بضبط السكر، ويجب مناقشة الأمر مع طبيبك.

راجع الطبيب فوراً: وذلك عند حدوث ضعف مفاجئ في الرؤية في إحدى العينين، خصوصاً عند الاستيقاظ، أو ظهور بقعة عمياء، أو تغيّر في الألوان، أو ضبابية في مركز الرؤية.

أخبر طبيبك بتاريخك المرضي: لا سيما إن أصبت سابقاً باعتلال العصب البصري، أو كانت لديك أمراض في العين، أو عوامل خطر وعائية.

اشترِ الدواء من الصيدليات المرخصة فقط: وذلك لتجنب المنتجات المقلّدة والمركّبة التي حذّرت منها الـ (FDA) سابقاً.

وتناولت الدكتورة بونجم تساؤلاً مهماً يتكرر لدى المرضى بين التحذيرات التنظيمية الجديدة بشأن العصب البصري وتساؤلاتهم عن شبكية العين، وهو هل تُفاقم أدوية السمنة والسكري اعتلال الشبكية السكري؟ مبينةً أن الجواب، بحسب الأدلة المنشورة، أكثر دقة من العناوين المتداولة.

وأوضحت أن الإشارة بدأت من تجربة سريرية عام 2016 مع دراسة (SUSTAIN-6) العشوائية التي شملت 3297 مريضاً بالسكري من النوع الثاني؛ فقد سُجّلت مضاعفات في الشبكية لدى 3.0% ممن تلقّوا السيماغلوتايد (المادة الفعّالة في أوزمبيك وويغوفي) مقابل 1.8% ممن تلقّوا الدواء الوهمي، أي بنسبة خطر 1.76، وشملت هذه المضاعفات الحاجة إلى العلاج بالليزر أو الحقن داخل العين ونزف الجسم الزجاجي.

وشددت الدكتورة مريم بونجم على أن التفاصيل هنا مهمة للغاية؛ إذ إن 83.5% ممن أصيبوا بهذه المضاعفات كان لديهم اعتلال شبكية قائم قبل بدء العلاج، مؤكدةً أن التفسير العلمي هو أن سرعة خفض السكر لا الدواء وحده هو السبب في تفاقم اعتلال الشبكية السكري.



○ د. مريم بونجم.

واختتمت الدكتورة مريم تصريحها بنصائح محددة لمرضى السكري ومستخدمي هذه الأدوية قائلة:

افحص قاع العين قبل البدء، خصوصاً إن كان السكر التراكمي مرتفعاً جداً، أو كنت تستخدم الأنسولين، أو لديك اعتلال متقدم.

المتابعة المبكرة لمن لديهم اعتلال متوسط إلى شديد قد يحتاجون فحصاً كل 3 إلى 6 أشهر في الأشهر الأولى، بحسب تقدير الطبيب.

لا توقف الدواء من تلقاء نفسك، فالقرار يُتخذ بالتنسيق مع طبيبي السكري والعيون.

وراجع الطبيب فوراً، عند ظهور تشوش، أو بقع، أو نقص مفاجئ في الرؤية.