

# محمد السادس ملك المملكة المغربية ، وبجانب ابن عادل امام ، الصورة تعبر

محمد السادس ملك المملكة المغربية ، وبجانب ابن عادل امام ،  
الصورة تعبر



---

taza قفة شهر التقرب الى الله  
في عهد حميد كوسكوس كانت  
للاغنياء

قفة شهر التقرب الى الله في عهد حميد كوسكوس كانت للاغنياء

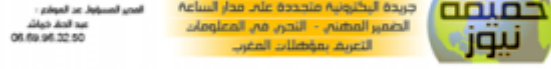
اندر عهد الحسيبة في مدينة تازة ، وذلك بفعل الهزيمة النكراء لمن آخر مشاريع تازة ، وشيب الإدارة ، وكون جيش من الزبانية ياخذون الأجر وهم نيام ، وبعد قدوم شهر التوبة ، بلغ إلى الجريدة ان 200 قفة كانت تذهب إلى جيوب الأغنياء ، شان ذلك ، شان الأشباح من النساء وهم كثر كانت خزينة الدولة تؤدي لهم الأجر ، وهنا كان الأجر أجران ، نهب الخزينة ، واستغلال مالها لأغراض دنيئة وقبيحة ، وفي السياق نفسه ، فاقت ميزانية الكازوال الخيال ، وقصته كانت معروفة ، سيارات خاصة كانت تخرق ميزانية الدولة ، كل هذا ، بدا يخرج للصحافة بفعل نزاهة السلطات الإقليمية والقضائية والمنتخبة بالإقليم ، بعدما كان سابقا في عهده أي 12 السنة من التسيير كان فرعون زمانه سخيا حتى الثمالة ، وقتل الثقافة ومجن الحقل الإعلامي ، وشوه جمالية المدينة وقتل العشب وشجع على الاسمنت وبناء الدول السكنية خارج قانون التعمير ، وصلك قانون آنذاك وورط باشا لفيقه بنصالح في تفريخ الباعة الجائلون والبناء العشوائي ، ميمونة نموذج ..

والأيام القادمة ستكشف الميزانية الضخمة التي راحت دون رجعة ، ولكم العبرة في ثمن تفويت صفقة المسبح البلدي في عهده والآن ، في عهده 2فرنك ، وألان 53 مليون ، سوق الجملة أكبر جريمة ارتكبتها في زمانه هو وسعادة الباشا الأسبق ف ص ، حتى قفة الصيام لم تنجو ، يحرم الفقير في عهده وتذهب إلى الموظف وآخرين انعم عليه الله بالصحة والعافية والرزق .

استمرارية الإدارة ستكشف المؤامرة لتازة في عهد حميد كوسكوس سابقا وألان ، وزيارة سيدنا لتازة آنذاك هي قصة أخرى ترقبوها على جريدتكم التي تعنى بالقضايا الحية بالإقليم .

عبدالحق خرباش

# لماذا يجب على النساء الحوامل عدم الاستسلام لإغراءات الأكل؟



نشر موقع "لايف ساينس" تقريراً تحدث فيه عن الدراسة الحديثة التي قامت بها ناتاليا أورلوف، وهي طالبة دراسات عليا في علم النفس السريري في جامعة ألبراني في نيويورك، أرادت من خلالها إثبات وجود صلة بين الرغبة الشديدة للأكل أثناء الحمل وزيادة الوزن.

وقال الموقع في تقريره الذي ترجمته "عربي21"، إنه وفقاً لهذه الدراسة قد يبدو من المنطقي أنه إذا ما رغبت المرأة في بعض الأطعمة خلال فترة الحمل، فإن هذه الرغبة ما هي إلا طريقة الجسم للتعبير عما يحتاج إليه، إلا أن الاستسلام لهذه الرغبة له مضار عديدة.

وذكر الموقع أنه وفقاً للدراسة، فإن الرغبة الشديدة لدى الحوامل في تناول الطعام سيؤدي لاحقاً إلى زيادة وزنه.

وتجدر الإشارة، إلى أن أبحاثاً سابقة بيّنت أنه كلما اكتسبت المرأة وزناً خلال فترة الحمل، كلما كان من الصعب التخلص منه بعد الولادة، حيث إن الخبراء اتفقوا على أن اكتساب الكثير من الوزن خلال فترة الحمل هو أكبر مساهم في الاحتفاظ به بعد الولادة، خاصة وأن ما بين 40 و60 بالمائة من النساء يكتسبن الكثير من الوزن خلال تلك الفترة.

وأشار الموقع إلى أن الباحثين، بقيادة ناتاليا أورلوف، أكدوا خلال الدراسة أن "من 50 إلى 90 بالمائة من النساء في الولايات المتحدة الأمريكية تصيبن الرغبة الشديدة بالأكل في إحدى مراحل فترة حملهن"، وهو ما دفع بفريق الباحثين إلى إثبات وجود صلة بين

## الرغبة الشديدة بالأكل أثناء الحمل وزيادة الوزن.

وطلب الباحثون من مجموعتين من النساء الحوامل؛ تتكون المجموعة الأولى من 43 امرأة تم تجنيدهن عبر الإنترنت، مقابل 40 امرأة تم تجنيدهن في المستشفى، الإجابة عن أسئلة تتعلق بالرغبة الشديدة بالأكل حيث كان عمر النساء في كلا المجموعتين يتراوح بين 30 و31 سنة.

كما شملت هذه الدراسة، التي تجيب عنها النساء كل ثلاثة أشهر، أسئلة تتعلق بعدد المرات التي يشعرن خلالها برغبة في تناول فئات معينة من الأكل مثل؛ الحلويات، والكربوهيدرات، والنشويات، والوجبات السريعة، والوجبات الغنية بالدهون، فضلا عن عدد المرات التي استسلموا فيها لهذه الرغبة.

وأضاف الموقع أن الباحثين قاموا باحتساب مؤشر كتلة جسم كل امرأة باستخدام الطول والوزن قبل الحمل، وبناء على ذلك، حددوا كمية الوزن المناسبة لكل امرأة التي لا بد من اكتسابها خلال تلك الفترة. وقد أثبتت التجربة أن الرغبة الشديدة في تناول الحلويات والوجبات السريعة مثل؛ الشوكولاتة والبيتزا والكعك والمثلجات هي الأكثر شيوعا، خاصة وأن النساء في معظم الأحيان استسلمن لها.

كما بيّن الموقع أنه وفقا للدراسة، فإن النساء اللواتي لا يقاومن الرغبة الشديدة في الأكل غالبا ما يكتسبن وزنا زائدا. لكن الأمر المثير للاهتمام هو أن النساء اللواتي شاركن في التجربة عبر الإنترنت اكتسبن وزنا زائدا نتيجة الرغبة الشديدة في الأكل على عكس المجموعة الثانية، وفي هذه الحالة أفاد الباحثون أنه لا يوجد تفسير سوى أن النساء الموجودات داخل المستشفى يمتلكن منذ البداية وزنا أكبر من الأخريات.

وقد أشار الباحثون إلى أن المجموعات كانت مختلفة قليلا في تكوينها؛ فعلى سبيل المثال، كانت النساء اللواتي في المستشفى أكثر عرضة للسمنة في بداية الدراسة من النساء اللواتي شاركن عبر الإنترنت، وكان حوالي 93 في المائة من نساء الإنترنت من البيض، مقارنة بحوالي 60 في المائة من النساء في المجموعة الأخرى.

وذكر الموقع أن الباحثين أكدوا أنه يجب أن تتحكم النساء في الوزن الزائد خلال فترة الحمل، ويجب أن توظف المهارات التي من

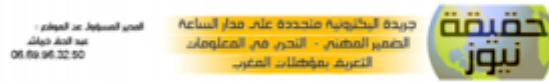
شأنها أن تدفعها إلى التحكم بالرغبة الشديدة في الأكل وعدم الاستسلام لها .

وفي الختام، بيّن الموقع أنه من الصعب أن تتحكم المرأة الحامل في الحاجة الملحة للأكل، لذلك ينبغي لها أن تقوم بأشياء أخرى تلهيها عن هذه الرغبة مثل الانخراط في نشاط مفضل، أو لعب لعبة ما حتى يجنّبها ذلك الاستسلام لهذه الرغبة

# حجز كمية كبيرة من المخدرات وسيارة بصفائح مزورة . القيادة الجهوية للدرك الملكي

القيادة الجهوية للدرك الملكي

عمالة إقليم تازة .. جماعة تايناست



حجز كمية كبيرة من المخدرات وسيارة بصفائح مزورة



علم لدى الجريدة ، ان عناصر من الدرك الملكي ، حزت كمية كبيرة من المخدرات تفوق 4 كيلو غرام وسيارة ذات صفائح مزورة بدائرة تايناست خلال اليومين المنصرمين ، وتجدر الإشارة ان تجارة الحشيش والقربوبي وطابا البلدية والمعجون تلقى رواجاً غير مسبوق خلال شهر الصيام ، وذلك بفعل تعويض باقي المنشطات المحظورة في رمضان .

وقامت القيادة الجهوية بتحين مقرها بإقليم تازة ، وعملت على وجود عناصرها داخل المركز طيلة اوقات العمل ، بالليل والنهار ، كون الجهوية تخضع لها أكثر من 30 جماعة بالإقليم .

عبدالحق خرباش

## اعتقال داعشي خطير في مكناس

الصحف المصاحف من المغرب  
صندوق البريد  
06 69 96 32 50

جريدة الإلكترونية متجددة على مدار الساعة  
الصحف المصاحف - التحري في المعلومات  
التعريف بمؤسسات المغرب



علي أوحافي تمكن المكتب المركزي للأبحاث القضائية، اليوم السبت (4 يونيو) من إيقاف عنصر خطير موالى لما يسمى "تنظيم الدولة الإسلامية"، ينشط في مدينة مكناس.

ومكنت التحريات، حسب بلاغ لوزارة الداخلية، من كشف مدى الانخراط الكلي للمعني بالأمر في الاستراتيجية الإرهابية التي ينفجها هذا التنظيم المتطرف، حيث استطاع امتلاك خبرة واسعة في مجال إعداد وصناعة العبوات الناسفة، بالموازاة مع قيامه بتدريبات في إحدى المناطق الجبلية من أجل تطوير جاهزيته القتالية. في هذا السياق، تؤكد تورط المعني بالأمر في التخطيط لتنفيذ اعتداءات إرهابية بالمملكة أو في إحدى الدول الأوروبية.

---

# الرباط سلا تمارة القنيطرة طنجة مراكش وجدة فاس مكناس تازة آسفي.. اعتقال 21 شخصا بسبب صفحات تسريبات الباك

hakikanews

kifach

تمكنت مصالح الشرطة القضائية، مدعومة بالمصالح الجوية والمركزية لمكافحة الجريمة المعلوماتية، أمس الجمعة (3 يونيو) وصباح اليوم السبت (4 يونيو)، من توقيف ما مجموعه 21 مشتبه فيها في مدن الرباط وسلا وتمارة والقنيطرة وطنجة ومراكش ووجدة وفاس ومكناس وتازة وآسفي.

وأوضح بلاغ للمديرية العامة للأمن الوطني، اليوم السبت، أنه حسب المعطيات الأولية للبحث، فإن الموقوفين، بينهم مرشحون لامتحانات البكالوريا وطلبة في معاهد وكليات المعلوماتية، يشتبه في تورطهم في إنشاء وإدارة صفحات على مواقع التواصل الاجتماعي مخصصة لتسريب مواضيع الامتحانات مع توفير أجوبة لها مقابل مبالغ مادية.

وأضاف البلاغ أن عمليات التفتيش التي باشرتها مصالح الأمن مكنت من حجز مجموعة من المعدات المعلوماتية المتصلة بشبكة الأنترنت، إضافة إلى هواتف نقالة وسماعات لاصقة تستعمل في تسهيل عملية الغش.

---

## رسميا.. الجمعية الرياضية

# التازية في القسم الثاني هواة

## أحداث تازة:

دون انتظار مباراة الجولة الاخيرة بين رجاء أوطاط الحاج والوفاء الصغيرة ،ضمن فريق جمعية تازة الصعود الى القسم الثاني هواة ،وذلك بعد تصدره ترتيب القسم الثالث ممتاز عصبة الوسط الشمالي بـ46 نقطة...

هنيئا لفريق الجمعية الرياضية التازية لكرة القدم على هذا الانجاز ... وحظ موفق في باقي السنوات ،وآمل الجماهير التازية هو التواجد في اقسام البطولة المغربية للمحترفين وليس اقسام هواة...

## فاجعة بطنجة.. غرق ثلاث شقيقات بشاطئ سيدي قاسم

[hakikanews.net](http://hakikanews.net)

طنجة نيوز

لقي ثلاث فتيات شقيقات مصرعهن غرقا، اليوم الثلاثاء، بشاطئ سيدي قاسم بمدينة طنجة.

وقالت مصادر مطلعة، أن الشقيقات كن يمارسن السباحة بالشاطئ المذكور، قبل أن تبتلعهن أمواج البحر. وأكدت نفس المصادر، أن عناصر الوقاية المدنية تمكنت من إنتشال جثة أمينة 17 سنة، حنان 15 سنة، ووثام 9 سنوات.



# بعد "إهانة" رئيس الحكومة لصحافيين.. النقابة تطالب بجبر الضرر

كيفاش

طالبت النقابة الوطنية للصحافة رئيس الحكومة، عبد الإله ابن كيران، بجبر الضرر الذي لحق الزميلين عبد الإله شبل، الصحافي في موقع "كشك"، وبشرى الضوو، الصحافية في إذاعة "راديو بلوس"، وبأن يقوم بواجبه الدستوري والتنظيمي لحماية الصحافيين وحفظ مكانتهم الاعتبارية.

وجاء في بلاغ للنقابة: "تلقت النقابة الوطنية للصحافة المغربية بحسرة واستياء ما تعرض له الزميلان من إهانة وسوء معاملة من طرف رئيس الحكومة، أثناء قيامهما بواجبهما المهني في تغطية فعاليات ملتقى دولي يوم أمس الخميس (2 يونيو) في الصخيرات".

وسجلت النقابة أن رفض رئيس الحكومة الرد على أسئلة الصحافيين كان مقرونا بعبارات لا تليق بمسؤول سياسي هو في الوقت نفسه رئيس حكومة. وأضافت: "كان عليه أن يقدر التعددية الإعلامية والسياسية والثقافية التي ينص عليها الدستور والقوانين والأعراف الديمقراطية. كما أن سلوك السيد بنكيران يتعارض والحق في المعلومة وينفي قيم الحق في الاختلاف".

واعتبرت النقابة الوطنية للصحافة أن ما لحق الزميلين هو مساس بالجسم الصحافي، ويشجع على الاستمرار في إهانة الصحافيين، مؤكدة أن سوء تعامل بعض المسؤولين الحكوميين مع الصحافيين يستهدف أولا حرية الصحافة وكرامة الصحافي ويسيء أيضا إلى المغرب.

---

## لهذا السبب يكره الجزائريون

**الملك محمد السادس و المغرب**

**لهذا السبب يكره الجزائريون  
الملك محمد السادس و المغرب**

