

٥ يونيو.

العالم يحتفي باليوم العالمي للبيئة



في اليوم العالمي للبيئة والذي يصادف ٥ من شهر يونيو اتخذت الأمم المتحدة من دحر التلوث البلاستيكي شعارا لها لهذا العام. وتحذر الأمم المتحدة من أن العالم ينتج أكثر من ٤٠٠ مليون طن من اللدائن البلاستيكية سنويا في جميع أنحاء العالم، فيما لا يُعاد تدوير سوى أقل من ١٠ في المئة منها. وقد عثر العلماء على جزيئات بلاستيكية دقيقة في دم البشر؟ وفي المشيمة؟

ومشكلة البلاستيك أصبحت مسألة خارجة عن السيطرة وجزيئات البلاستيك متناهية الصغر، باتت موجودة في تربتنا ومائنا وهوائنا الذي نتنفسه. والخطورة تتمثل في أن البلاستيك يحتوي على مواد كيميائية تحتاج إلى مئات السنين لتتحلل. والحكومات تقول إن البلاستيك يعاد تدويره.

تهنئة

يهنىء

قطاع خدمة المجتمع وتنمية البيئة

بجامعة أسيوط

(مركز الدراسات والبحوث البيئية)

الامتين العربية والاسلامية



بحلول عيد الأضحى المبارك

أعاده الله علينا والأمة الإسلامية

والعالم أجمع

بكل الخير والسعادة

وكل عام وانتم بخير



واكتشفت مجموعة من علماء باكستان نوعا من الفطريات له القدرة على تحليل مادة البولي يوريثان الموجودة في البلاستيك.

لكن هذه المبادرات الإيجابية لم تمنع الأمم المتحدة من التحذير من البلاستيك. واعتباره شعارا لها في اليوم العالمي للبيئة لهذا العام.

<https://www.skynewsarabia.com/technology>

رئيس جامعة أسيوط يلتقي لجنة اختيار أفضل جامعة صديقة للبيئة



التقى الدكتور أحمد المنشاوي، رئيس جامعة أسيوط، اليوم الأحد، لجنة اختيار أفضل جامعة صديقة للبيئة، وذلك في إطار المسابقة التي تنظمها وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، لاختيار أفضل جامعة صديقة للبيئة لعام ٢٠٢٣، برعاية الدكتور أيمن عاشور وزير التعليم العالي والبحث العلمي.

نعم هذا صحيح.. لكن وفق الأمم المتحدة لا يُعاد تدوير سوى ١٠ في المئة من البلاستيك.. بل هناك دراسات حديثة تقول بأن عملية التدوير في حد ذاتها تؤذي البيئة إذ ينتج عنها جسيمات بلاستيكية متناهية الصغر ملوثة للبيئة. وبالتالي ينتهي المطاف بما يقدر بنحو ١٩ إلى ٢٣ مليون طن سنوياً من البلاستيك في البحيرات والأنهار والبحار. وهو ما يعادل أكثر من ألفي ضعف وزن برج إيفل تقريباً.

السؤال الذي قد يتبادر إلى ذهن كل من يسمعي الآن.. لماذا لا نستغني عن البلاستيك؟ المتخصص في شؤون البيئة والتنمية حسن التليبي عبر ان أمنيته "لو كان الأمر بهذه البساطة".

والجدير بالذكر أن ما يجعل مادة البلاستيك شائعة.. هو سهولة استخدامها ورخص ثمنها وخفة وزنها. ورغم سوداوية الأمر.. إلا أن العمل جار على قدم وساق لابتكار بدائل للبلاستيك.

في مصر مثلاً يعكف باحثون على تطوير وسيلة تسمح بتحويل قشر الجمبري (القريدس) إلى أغشية رقيقة من البلاستيك القابل للتحلل، فيما ويعمل باحثون في إندونيسيا على إنتاج بدائل للبلاستيك من الطحالب البحرية.

وتمتد إسهاماتها لخدمة المجتمع وتنمية البيئة، بالإضافة لكونها منارة للصعيد فى العلم والمعرفة فهي الجامعة الأم لجامعات الصعيد، كما لعبت دورا مهما بوصفها محركا أساسيا فى المجتمع العمراني بالمحافظة، إلى جانب دورها التنموي والخدمي والتعليمي والبحثي المتميز، كما أنها تمتلك مدينة طبية متكاملة بمستشفيات تخصصية تخدم محافظات الصعيد، ومدن جامعية لإقامة الطلاب المغتربين سواء من داخل أو خارج جمهورية مصر العربية؛ فعدد الطلاب يقرب من ٨٥ ألف طالب وطالبة، و ٢٥ ألفا من المقيدين بمرحلة الدراسات العليا وأكثر من ٥٠٠٠ طالب من الوافدين من كافة الدول، إلى جانب قرية أولمبية؛ لممارسة كافة الأنشطة الرياضية، ومجمع الخدمات المركزية لأعضاء هيئة التدريس والعاملين والطلاب؛ لتسهيل استخراج كافة الأوراق والشهادات الرسمية. وأشاد الدكتور أحمد المنشاوي رئيس الجامعة، بجهود وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، ومتابعتها لواحد من أهم الملفات المطروحة على الساحة فى الوقت الراهن، وهو الملف البيئي، والذي كان له الكثير من التداعيات التي أثرت على العالم بأكمله، مشيرا إلى أن الجامعة قد اتخذت الكثير من الخطوات الجادة ، وطبقت عددا من السياسات الخضراء؛ سعيا لتكون ضمن قائمة الجامعات الصديقة

حضر اللقاء الدكتور محمود عبد العليم القائم بعمل نائب رئيس الجامعة لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة، والدكتور ثابت عبد المنعم مدير مركز الدراسات والبحوث البيئية ومنسق الزيارة ، والدكتور محمد مصطفى حمد وكيل كلية التربية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة. وتضم اللجنة؛ د/ محمد نبيل عبدالمجيد الأستاذ المتفرغ بمعهد الأراضي والمياه والبيئة بمركز البحوث الزراعية، د. هند فروح أستاذ البيئة والتنمية العمرانية المستدامة بمركز بحوث الإسكان والبناء، م/ سماح صالح مسئول التنمية المستدامة بمكتب وزير البيئة، م/ إيهاب محمد فاروق مدير عام الاختبارات بهيئة تنمية واستخدام الطاقة الجديدة والمتجددة.



وفى مستهل اللقاء رحّب الدكتور أحمد المنشاوي رئيس الجامعة بأعضاء اللجنة؛ مؤكداً أن جامعة أسيوط من الجامعات المصرية العريقة، فمنذ نشأتها عام ١٩٥٧، وهى جامعة بلا أسوار

وأكد الدكتور محمود عبد العليم القائم بعمل نائب رئيس الجامعة لشئون خدمة المجتمع و تنمية البيئة، حرص الجامعة على المشاركة فى مسابقة اختيار أفضل جامعة صديقة للبيئة، مشيراً إلى أن المسابقة تعد بمثابة نافذة نرى من خلالها جهود جامعاتنا المصرية، ودور كلٍ منها؛ للحفاظ على البيئة، والسعي لتحقيق التنمية المستدامة، بأشكالها المختلفة، وأنظمتها البيئية على أعلى مستوى، مما يبرهن التزام الجامعات بتطبيق المعايير العالمية لجودة البيئة سواء فى الأنظمة التعليمية أو البحثية أو البنية التحتية، والطاقة والتبدل المناخي، وإدارة المخلفات ، والمياه، وأساليب النقل، والأزمات والكوارث، والاستعداد والتعامل مع الأوبئة، وهي بذلك تحض جامعاتنا على بذل أقصى الجهد؛ لمواكبة الركب العالمي نحو بيئة نظيفة مستدامة. وقد استهلّت اللجنة أعمالها بقاء لجنة إعداد الملف البيئي الذي تقدمت به جامعة أسيوط ٢٠٢٢/٢٠٢٣ وأعدت مجلس إدارة المركز وهم السادة د/ ثابت عبدالمنعم مدير المركز - وأعضاء المجلس وهم د/ محمد أبو القاسم - د/ حسام الدين عمر - د/ عادل عبدة - د/ فاروق عبدالقوي - د/ عصام عادل - د/ محمد محمود وبرئاسة نائب رئيس الجامعة لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة .

للبيئة محلياً وعالمياً مثل نظرائها من الجامعات المحلية والعالمية المتمتعة ببيئة واعية، ونظم وتقنيات تتواكب مع الأنظمة البيئية العالمية. مشيراً أن الكثير من أنظمة تصنيف الجامعات تعتمد معايير بيئية في تقييم الجامعات، وتحديد مراتبها، وتصنيفاتها عالمياً، ومن هنا سارعت جامعة أسيوط في إنشاء مركز التنمية المستدامة ليتابع أنشطة الجامعة، وخلق بيئة مستدامة في حرم الجامعة بلياته ومعاهده المختلفة، مع القيام بالكثير من الأنشطة والمشاريع البيئية مثل: تقليل انبعاثات غازات الكربون من الحرم الجامعي، وتنفيذ مشاريع إعادة التدوير، ورفع الوعي العام بالقضايا البيئية.



وكان في استقبالهم / مصطفى شبيب المشرف علي مجمع الخدمات، و/ جمال العدوي مدير الشهر العقاري، / هاني مهراي مدير مكتب البريد، / ياسر سعد مجدي مدير مكتب المصرية للاتصالات، وتم تفقد مكاتب كل من البريد، اتصالات we ، الشهر العقاري، حجز تذاكر القطارات، توثيق وزارة الخارجية، الضرائب العقارية، خدمات تجنيدية، السجل المدني، فضلاً عن تفقد مكتب الخدمات الشرطة، والتي تؤدي الخدمات التالية : استخراج جوازات السفر ، وصحيفة الحالة الجنائية، وتصاريح العمل للخارج، والشهادات الثبوتية (البيومترية)، قاعة المعارض. وتابعت اللجنة زيارتها للقرية الأولمبية والتي تضم (حمام السباحة الأولمبي، الملاعب " قدم، طائرة، اسكواش، سلة، الجيم ، الصالة الجديدة.



وأعقب ذلك، قيام اللجنة بزيارة كلية الهندسة، وكان في استقبالهم الدكتور محمد صفوت وكيل الكلية لشئون



ثم بادرت أعمالها برصد تطوير البنية التحتية الصديقة للبيئة في جامعة أسيوط. وأكد الدكتور أحمد المنشاوي رئيس جامعة أسيوط، أن جامعة أسيوط بكافة كلياتها تسير بخطى ثابتة نحو تحقيق جامعة خضراء، تسعى لأن تكون أكثر صداقة للبيئة ؛ إذ تمّ بناء أول سطح أخضر مكثف بكلية الزراعة، وتسعى الجامعة إلى تطبيق عدد من السياسات الخضراء؛ سعياً لتكون ضمن قائمة الجامعات الصديقة للبيئة محلياً وعالمياً. ومن الجدير بالذكر أن أعضاء اللجنة استهلوا زيارتهم بمجمع الخدمات.





وبعدما تفقدت اللجنة المستشفيات الجامعية، وقامت بتفقد مركزين وهما؛ المركز الطبي core lab بالباثولوجيا الإكلينيكية وكان في استقبالها د/ عزة محمود رئيس قسم الباثولوجيا الإكلينيكية، د/ حنان جلال أستاذ الباثولوجيا الإكلينيكية، د/ حنان سيد محمد مدير وحدة القياس والتقييم بكلية الطب، وزيارة بنك الدم ، ومحطة مياه لأنظمة معالجة المياه بالبنك.



خدمة المجتمع وتنمية البيئة، والدكتور وليد أبو الوفا منسق برنامج هندسة التشييد وإدارة المشروعات والمشرف علي ورش كلية الهندسة، د/ عزت عبد المنعم مرغني وكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب والقائم بعمل رئيس قسم العمارة، حيث تم تفقد قسم الهندسة المعمارية، ومعمل العمارة الذكية المستدامة بحضور د/ ربيع محمد رفعت أستاذ العمارة وتكنولوجيا المعلومات بقسم العمارة و الباحث الرئيسي للمشروع.



كما تفقدت اللجنة معمل الطاقة الشمسية بحضور د/ أحمد حمزة الحسيني رئيس قسم هندسة القوي الميكانيكية ، ومعمل الطاقة الجديدة والمتجددة بإشراف د/ محمد عبد العظيم نايل رئيس قسم الكهرباء في وجود د/ مازن عبد السلام د/ عادل عبده استاذ الهندسة الكهربائية واحد معدي ملفات المسابقة وأختتمت الزيارة باستقبال وتوديع اللجنة من الدكتور نوبي حسن عميد الكلية .

الكلية لمختلف قطاعاتها، فضلاً عن السادة رؤساء الأقسام وأعضاء هيئة التدريس، وتفقدت اللجنة المعامل المركزية بالكلية والتي تضم معمل البيولوجيا الجزيئية، وزراعة الأنسجة الميكروبيولوجي وتحليلات كيميائية، وحقن مجهري فسيولوجي النبات إلى جانب معمل الأراضي للتحليلات والاستشارات الفنية، وزراعة الأسطح والزراعة المائية.



وتابعت اللجنة زيارتها بتفقد معمل المناعة والنزف والتجلط، ثم حجرة الميكروسكوبات المتعددة العيون، ومعمل الكور لاب المركزي، ومجمع المفارم، ووحدة إدارة النفايات، وذلك بحضور الكيميائي أحمد حمزة المشرف العام على السلامة والصحة المهنية وتضمنت الجولة أيضاً تفقد المركز الطبي لزراعة الكبد بالصعيد بمستشفى الراجحي، حيث كان في استقبالهم د/ شريف كامل مدير المستشفى، د/ بشير أبو السعود نائب مدير المستشفى، د/ ناهد مخلوف أستاذ طب المناطق الحارة.



ويرجع تأسيس المركز لعام ٢٠١٤ والذي تم به إجراء ٨٦ عملية زراعة كبد، بما يساهم بدوره في تقديم الخدمات الطبية العلاجية والعمليات الجراحية الدقيقة في زرع الكبد. ثم تفقدت اللجنة كلية الزراعة وكان في استقبالها د/ عادل محمد محمود عميد الكلية، والسادة وكلاء

كما تم تفقد معمل الطاقة الخضراء وهو واحدا من مشروعات تطوير الكلية؛ لمواجهة ظاهرة الاحتباس الحراري والتغيرات المناخية تحت إشراف الدكتور محمد حميدة عبد الله، ويهدف إلي إنتاج الوقود الحيوي مثل الهيدروجين الأخضر والاسيتون الايثانول من المخلفات الزراعية ومخلفات الدواجن حيث أنها من المخلفات المستدامة في البيئة والتي يمكن التخلص منها بطريقة علمية آمنة تساعد في إنتاج الوقود الحيوي الأخضر كطاقة نظيفة لا تؤثر علي البيئة بعيداً عن الوقود البترولي والاحفوري المسبب للاحتباس الحراري والتغيرات المناخية والتي تعوق التنمية المستدامة في مجتمعنا المصري.

كما تم تفقد قسم الكيمياء (ب)، ووحده الكيمياء التحليلية، ومعمل قياسات الكيمياء العضوية، ومعمل طلابي.



وأجرت اللجنة زيارة إلى كلية العلوم وكان في استقبالهم الدكتور عبد الحميد ابو سحلي عميد الكلية، والدكتور أبو بكر محمد الطيب وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة، والدكتور بهاء أبو زيد رئيس قسم الكيمياء، والدكتورة نجوى أبو المعالي مدير مركز اختبار الكفاءة الفنية للمعامل، وخلال الجولة تم تفقد مركز التميز البحثي للعلوم متعددة التخصصات الذي



تم أنشأه عام ٢٠٠٤، ويقوم بإجراء البحوث الأساسية والتطبيقية لمكافحة الأمراض الوراثية والسرطانية الشائعة في مصر، ومعالجة القضايا الصحية المهمة، ويقوم بالتعاون الدولي والإقليمي مع كبرى المراكز البحثية والعلمية والجامعات والمعاهد العالمية، ويعقد مؤتمرات دولية تهدف إلى تبادل الرؤية البحثية وتحديثها في شتى القطاعات والمركز، تحت إشراف الدكتورة نجوى ثابت أبو المعالي.

على البكتيريا الضارة ومنع التلوث من خلال الحفاظ على نظافة اليدين المناسبة.

٢- أسطح نظيفة

حافظ على أسطح مطبخك نظيفة ومعقمة، قم بتطهير أسطح العمل وألواح التقطيع والأواني بانتظام لمنع انتشار مسببات الأمراض الضارة.

٣- تحقق من التلف

تأكد من نضارة ونظافة المكونات، تحقق من وجود أي علامات تلف أو تلف قبل الطهي أو تناول الطعام، قل لا للمواد الغذائية المشكوك فيها.

٤- فصل الطعام

استخدم أواني وألواح تقطيع وحاويات تخزين مختلفة لتجنب انتقال البكتيريا الضارة، احكم إغلاق الطعام النيء واتركه لأسفل ، بينما يمكن وضع الطعام المطبوخ على أرفف أعلى، لمنع التلوث المتبادل ، والحفاظ على صحتك سليمة ، مع هذه القاعدة البسيطة ، سلامة الثلاجة هي حقيقة واقعة.

٥- الطهي بشكل صحيح

يتم ضمان سلامة الطعام المطبوخ عندما ترتفع درجة الحرارة الداخلية بدرجة كافية لقتل الجراثيم التي لديها القدرة على إصابتك بالمرض، طهي طعامك بشكل صحيح لقتل البكتيريا ومسببات الأمراض الأخرى،

اليوم العالمي لسلامة الأغذية.. أعرف طرق تخزين الطعام وطهيته واستهلاكه بأمان



يتم الاحتفال باليوم العالمي لسلامة الأغذية في ٧ يونيو من كل عام، للفت الانتباه إلى معايير الغذاء حتى يكون ما نأكله آمناً ولا يصيبنا بالمرض، الغذاء هو أحد ضرورياتنا الأساسية، إنه الوقود الذي يغذي أجسامنا ، ويوفر الطاقة والعناصر الغذائية اللازمة للنمو والحيوية والرفاهية العامة، في حين أن الطعام الجيد يمكن أن يساعدنا في الحفاظ على صحتنا ، فإن الطعام الملوث أو المنتهي الصلاحية أو غير المخزن بشكل صحيح يمكن أن يؤدي إلى مخاطر صحية مختلفة، يصاب واحد من كل ١٠ أشخاص في جميع أنحاء العالم بالأمراض التي تنقلها الأغذية كل عام، وفقا لما نشره موقع "hindustantimes".

وهناك ٧ ممارسات أساسية يجب على المرء اتباعها لوجبات آمنة :

١- أيدي نظيفة .. طعام آمن

ابدأ بغسل يديك بالماء الدافئ والصابون لمدة ٢٠ ثانية على الأقل قبل التعامل مع أي طعام، القضاء

الطعام، قم بتسمية العناصر بالتواريخ لتتبع نضارتها وتجنب استهلاك الأطعمة منتهية الصلاحية، استخدم عدة أوعية نظيفة وضحلة لتعبئة الطعام الدافئ أو الساخن ثم قم بتبريده، لا بأس في تبريد أجزاء صغيرة من الطعام الساخن لأنها ستبرد بشكل أسرع.

<https://www.youm7.com/story>

جامعة أسيوط تنظم ندوة توعوية حول "الغذاء السليم وبناء الإنسان"



شهدت جامعة أسيوط، اليوم الثلاثاء، انطلاق وقائع الندوة التوعوية التي ينظمها قطاع شئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة، تزامنا مع اليوم العالمي لسلامة الغذاء تحت عنوان "الغذاء السليم وبناء الإنسان". والتي أكد فيها الدكتور أحمد المنشاوي رئيس جامعة أسيوط، الدور التوعوي الذي تقوم به الجامعة في مختلف المجالات، وخاصة في المجال الصحي، باعتباره واحدا

استخدم مقياس حرارة الطعام للتأكد من وصول درجات الحرارة الداخلية إلى مستويات آمنة ، والقضاء على أي مخاطر، يمكن وضع الأطعمة المجمدة بأمان في الثلاجة أو في الماء البارد أو في الميكروويف لإذابة الثلج، سيؤدي إذابة تجميد الطعام المجمد على المنضدة إلى تلفها حيث يمكن للبكتيريا أن تتكاثر بسرعة في أجزاء الطعام التي تصل إلى درجة حرارة الغرفة.

٦- يبقيه مبردا

حافظ على درجة حرارة الثلاجة عند ٥ درجات مئوية أو أقل ودرجة حرارة الفريزر أقل من -١٥ درجة مئوية، تذكر الاحتفاظ بالأطعمة القابلة للتلف (اللحوم والمأكولات البحرية ومنتجات الألبان والفواكه المقطعة وبعض الخضراوات وبقايا الطعام المطبوخة) أو أقل في غضون ساعتين وخلال ساعة واحدة إذا تعرضت لدرجة حرارة عالية مثل السيارة الساخنة، قم بتخزين بقايا الطعام على الفور بعد الوجبات لمنع نمو البكتيريا والحفاظ على سلامة الغذاء.

٧- تخزين الطعام

قم بتخزين الطعام في حاويات مناسبة ، مع تقليل التعرض للهواء والملوثات، تأكد من أن حاوياتك نظيفة وفي ظروف مناسبة واستخدامها فقط لتخزين

ومدير المركز التخصصي لصحة وسلامة الغذاء بكلية الطب البيطري ، أ.د/ اسامة العشييري أستاذ طب الأطفال بجامعة أسيوط ومدير وحدة التغذية الإكلينيكية بمستشفى الأطفال الجامعي .



وفي محاضراته أكد د محمود نائب رئيس الجامعة على ضرورة الاهتمام بالجنين والرضيع خلال ١٠٠٠ يوم وهي الفترة ، من تشكيل الجنين حتى بلوغ الطفل لسنتين من عمره. وهي فرصة سانحة يمكنها إحداث فرق في الصحة مدى الحياة ، فعندما يتم التفكير جيدا في كل ما نفعله ونأكله فإن ذلك يعني اتباع نظام غذائي صحي ومضبوط، وهو أمر ضروري لنمو جيد للطفل، ولتطوره الدماغي والمعرفي، ولتكوين أمثل لأعضاء التمثيل الغذائي ولا سيما الجهاز الهضمي وأيضا لتقوية جهازه المناعي ، وفي الواقع، تلعب التغذية الجيدة خلال هذه الفترة دورا مهما في النمو وتقلل من مخاطر الإصابة بالأمراض، وتحدث سيادته عن أهمية الكالسيوم والحديد والمعادن والفيتامينات الهامة ودورها للام والجنين .

من الركائز الأساسية لبناء إنسان صحي سليم قادر على العمل والعطاء من أجل بناء الوطن وتقدمه.



وأوضحت الدكتورة مديحة درويش، أن المركز تم إنشاؤه عام ٢٠٠٧ طبقا لقرار المجلس الأعلى للجامعات، وتم تفعيله في ٢٠٢٢، وذلك برئاسة الدكتور أحمد المنشاوي رئيس جامعة أسيوط كرئيس لمجلس إدارته، مصرحة أنه يعد أول مركز على مستوى الصعيد يشتمل على أجهزة متميزة تكلفتها تزيد عن ١٠ ملايين جنيه، ويقدم العديد من الخدمات المختلفة التي تسهم في ضمان سلامة الغذاء للحفاظ على صحة الإنسان، كما يوفر إمكانيات بحثية حديثة لطلاب الدراسات العليا، فضلاً عن تقديم الخدمات الاستشارية للقطاع الحكومي والخاص. وقد حاضر في هذه الندوة كل من ا.د/ محمود أحمد عبدالعليم نائب رئيس الجامعة لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة ، ا.د/ أشرف عبدالملك استاذ ورئيس قسم الرقابة الصحية على الأغذية

أمام الشاشات الإلكترونية والذي يعد أحد أسباب الإصابة بالسمنة عند الأطفال ، كما وضع أمام الحضور ملامح خريطة التغذية السليمة للأطفال .



أسرة النشرة

الأستاذ الدكتور/ محمود احمد عبد العليم

نائب رئيس الجامعة
لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

بيطري
هندسة
علوم
هندسة
زراعة
طب
آداب
مستشفى

أ.د. ثابت عبدالمنعم إبراهيم
أ.د. محمد أبو القاسم محمد
أ.د. حسام الدين محمد عمر
أ.د. عادل عبده حسين أحمد
أ.د. فاروق عبد القوي عبد الجليل
أ.د. أميمة الجبالي
إم.د. عصام عادل أحمد
د. محمد محمود أحمد



وقد ركز د أشرف عبدالملك بضرورة توخي الحذر عند تناول الأطعمة خاصة المضاف إليها النيتريت خاصة مع تعديه للنسب المسموح بها عالمياً ، أما د العشري فقد أكد في حديثه على ضرورة إبعاد الأطفال عن الأغذية غير الصحية مثل المشروبات الغازية، والمعجنات، والوجبات السريعة ، مع الاهتمام بتربية الأطفال على أكل الخضروات ، والفواكه ، كمصدر أساسي للفيتامينات والمعادن والتي تساعد الجسم على النمو بشكل سليم وحفظ وظائفه الحيوية.

كما نصح بتقليل تعرض الأطفال للشاشات الإلكترونية مثل أجهزة الحواسيب والهواتف المحمولة بما لا يزيد معدل استخدامها عن ساعتين في أيام العطلات فقط وذلك لتأثيرها المباشر والسلبى على القدرات الذهنية للطفل، محذراً كذلك من السماح للأطفال بتناول المأكولات