

أعلن الدكتور طارق الجمال رئيس جامعة أسيوط عن مشاركة الجامعة فى مسابقة أفضل جامعة للعام الجامعى 2021/ 2022 والتي أطلقتها وزارة التعليم العالى تحت رعاية الدكتور خالد عبد الغفار وزير التعليم العالى والبحث العلمى والتي تنظمها الوزارة سنوياً لاختيار أفضل جامعة وفق عدد من المعايير والمعايير المحددة وهى المسابقة التى تشهد منافسة قوية من مختلف الجامعات المصرية، مشيراً إلى نجاح جامعة أسيوط فى حصد المركز الثانى كأفضل جامعة مصرية للعام الجامعى 2018/ 2019.

وفى هذا الشأن، ترأس الدكتور شحاتة غريب نائب رئيس الجامعة لشئون التعليم والطلاب اجتماع اللجنة القائمة على إعداد ملف مشاركة الجامعة فى المسابقة، وذلك برئاسة الدكتور عمر سيد خليل مدير مركز تطوير التعليم الجامعى، والتي تضم الدكتورة غادة عبد الرحمن الأستاذة بقسم تمريض النساء والتوليد بكلية التمريض ومقررة اللجنة والدكتور عادل تمام وكيل كلية الزراعة لشئون التعليم والطلاب، والدكتور محمد مصطفى حمد مدير

كل عام والتمتع بحب

مع قرب قدوم عيد الفطر المبارك

يهنئ قطاع خدمة المجتمع وتنمية البيئة ومجلس إدارة مركز الدراسات والبحوث البيئية الطلاب والعاملين وأعضاء هيئة التدريس بهذه المناسبة المباركة متمنين لهم جميعاً عيداً سعيداً مباركاً مملوءاً بالبركة والحفظ لجميع المصريين وعلى الأمة الإسلامية ومصرنا الحبيبة والعالم اجمع أن يحفه كل الخير والأمن .

جامعة أسيوط تعلن عن مشاركتها فى مسابقة أفضل

جامعة لعام 2021 - 2022



جاناب من الاجتماع

الحضارة البشرية توفر مصادر لاستدامة طريقة عيشنا المعاصرة. وهناك الكثير من الامثلة عبر تاريخ البشرية حيث عملت الحضارات على تدمير بيئتها وأثرت بشكل خطير على فرص البقاء. وتأخذ الاستدامة بالاعتبار كيف نعيش باتساق مع عالم الطبيعة وحمائته من التدمير والإتلاف.

إننا نعيش في عالم حديث متحضر حيث نستهلك الكثير من الموارد الطبيعية يوميا. وفي مراكز المدن، نستهلك الكثير من الطاقة أكثر مما نستهلكه في الأرياف، حيث تبقى الاضواء في المدن مضيئة، ويتم استخدام المعدات والأجهزة الكهربائية، وأجهزة التدفئة وغيرها من المعدات التي تحتاج إلى الطاقة الكهربائية. ولا يهدف ذلك الى القول بأن العيش المستدام يجب أن يركز فقط على الناس الذين يعيشون في المدن، بل يجب إجراء تحسينات في كل مكان (يقدر بأننا نستهلك حوالي 40% من الموارد سنوياً أكثر مما نحتاج) وأن هذا يحتاج إلى إجراء تغييرات للمحافظة على استدامة هذه الموارد.

وتركز الاستدامة والتنمية المستدامة على التوازن بين احتساب الاحتياجات، وحاجتنا إلى

مركز القياس والتقييم، والدكتور محمد حسين موسى مدير مركز رعاية ذوى الإعاقة، والدكتور أحمد ثابت هلال رئيس قسم خدمة الفرد بكلية الخدمة الإجتماعية، والأستاذ / عز الدين المنصوري مدير عام رعاية الشباب، والدكتور/ أحمد شريت مدير إدارة الاتحادات الطلابية. وصرح الدكتور شحاتة غريب، أن الجامعة تعكف حالياً على إعداد ملف متكامل عن أهم مميزات الجامعة ونقاط قوتها وذلك فى محاور المسابقة والتي تتضمن استعداد الجامعة للعام الجامعى الجارى، وجهود الجامعة فى مواجهة أزمة كورونا والتغلب على تداعياتها وهى المجالات التى حرصت إدارة الجامعة على أن توليها اهتماماً وجهداً مكثفاً.

الحفاظ على البيئة والاستدامة



ما هي الاستدامة؟

تعرف الاستدامة بأنها دراسة كيفية عمل الانظمة الطبيعية، والتنوع وإنتاج كل ما تحتاجه البيئة الطبيعية لكي تبقى متوازنة. كما تقرر الاستدامة بأن

توفر البيئة استدامة افضل لممارساتهم ونشاطاتهم، أو عمل تغييرات اضافية في البيئة الحالية. ولم يكن هنالك مفهوم حقيقي لاستدامة العيش، وحتى وإن كان الناس لا يدركون معاني التربة والخصوبة، التي قد ترهق بسبب رعاية المواشي.

ومن المعروف بأن الكثير من المجتمعات قد انهارت بسبب عدم القدرة على التكيف مع الظروف التي فرضت نتيجة لممارسات عدم الاستدامة. ومن الامثلة على ذلك قطع الاشجار أو الفشل في مواكبة التضخمات الطبيعية والتغير المناخي. وغالبا ما أدى التغير الثقافي إلى بقاء هذه المجتمعات أكثر مما كان متوقعا وفي ظل العديد من الظروف.

ورغم أن بعض فلاسفة الحضارة والتنوير عبروا عن قلقهم بشأن الموارد وزيادة السكان وما إذا كان ذلك يمكن استدامته على المدى البعيد، إلا أن هؤلاء الباحثين والفلاسفة لم يتلقوا تقبلا جديا في ذلك الوقت ولم يتجاوز ذلك أكثر من فرضيات. وحدث الامر في القرن العشرين قبل أن ندرك تأثيرنا على البيئة والأضرار التي نتسبب بها، والتلوث، وانجراف التربة وقطع الأشجار، وانبعاثات الغازات وقضايا بيئية أخرى

استخدام التكنولوجيا وبشكل اقتصادي، والحاجة إلى حماية البيئات التي نعيش فيها. ولا ترتبط الاستدامة بالبيئة فقط، بل إنها تتعلق بصحة المجتمعات وضمن عدم تعرض الناس إلى المعاناة بسبب التشريعات البيئية، مع ضرورة اختبار التأثيرات بعيدة الامد للأفعال التي تقوم بها البشرية، وطرح اسئلة حول: كيف يمكن تحسين الوضع.

تاريخ الاستدامة

منذ بدء الخليقة، ووصولاً إلى الثورة الزراعية وربما قبل ذلك، كانت البشرية مستهلكة أكثر منها كمنتجة للموارد البيئية. وبدءاً من المجتمعات البدائية التي كانت تنتقل من مكان إلى آخر بحثاً عن موارد العيش في المواسم، وقبل إنشاء المخيمات، كانت تعود إلى نفس المكان في كل عام، وقد أدى التطور إلى زيادة في الاستيطان والاستقرار، حيث حلت الزراعة بدلا من الرعي، وتطور ذلك إلى بناء القرى، والبلدات والمدن التي أخذت تمارس الضغط بشكل أكثر على البيئة.

وفي بعض الأحيان، فقد أدت الضغوطات البيئية إلى إجبار الناس على إحداث هذه التغييرات بالدرجة الاولى (زيادة السكان كمثال على هذه الضغوطات) ومن ثم توجب عليهم الانتقال إلى أماكن أخرى حيث

الطبيعي. ومنذ الخمسينيات، فقد شهدنا تطورا غير مسبوق في الزراعة الكثيفة، وثورة التكنولوجيا، والزيادة الكبيرة في احتياجاتنا للطاقة، مما يفرض مزيدا من الضغوط ويجهد موارد كوكبنا. وما زلنا بحاجة إلى معرفة المزيد عن اساليب الحراثة في الدول النامية، علاوة على الكوارث التي يتسبب بها الناس وتأثيرات ذلك على نظام البيئة والتلوث البشري. ومن الضروري أن نعمل على تطوير تقنيات جديدة نظيفة للتكيف مع احتياجاتنا من الطاقة ولكن الاستدامة البيئية ليست إلا جزءا من هذه العناصر.

العناصر الثلاثة للاستدامة

في سنة 2005، حددت القمة العالمية للتنمية الاجتماعية ثلاثة مجالات رئيسية تسهم في الفلسفة وعلم الاجتماع الخاص بالتنمية المستدامة. وهذه العناصر - وبحسب الكثير من المعايير الوطنية ومخططات الاعتماد، تشكل حجر الاساس للتغلب على المجالات الثلاثة التي تواجه العالم حاليا. ووصت لجنة (Brundtland) ذلك على أنه "التنمية التي نحتاجها حاليا بدون تقليل قدرة الاجيال القادمة

أدت إلى زيادة الاهتمام بالبيئة والأضرار التي قد تحدث لنظام الطبيعة. وقد تم تأسيس الامم المتحدة بعد الحرب العالمية الثانية (سنة 1945)، وأنشئت اليونسكو بهدف تعزيز أهمية الثقافة الانسانية والعلوم. وفي الوقت الحالي، فإن الالتزام (بالمساهمة في بناء السلام، والقضاء على الفقر، والتنمية المستدامة، وما يشمل ذلك من حوارات عن طريق التعليم، والتثقيف والعلوم، والثقافة، والاتصالات والمعلومات).

وفي أواخر القرن العشرين، تم إنشاء علم التغير المناخي. ونذكر أنه في الثمانينات من القرن الماضي فقد كانت هناك مشكلات تأثيرات البيوت البلاستيكية الزراعية وتدمير طبقة الأوزون، وأدى ذلك إلى وعي بمفهوم الموارد- وخاصة الوقود الطبيعي- مما يتطلب القيام بجهود حثيثة لاستخدام طرق الطاقة المتجددة. وبعد ذلك، شهدنا تطور في العلوم الاجتماعية، والاقتصادية، والعلمية وعلوم البيئة.

الاستدامة المستقبلية

من غير الواضح بعد كيف سيكون عليه مستقبل الاستدامة بسبب ظهور التقنيات والتحسين في موارد التنظيف والوقود، ويبحث الكثيرون حاليا عن الوقود

التنمية الاجتماعية

هناك الكثير من العناصر التي ترتبط بهذا الجزء، والمهم في الأمر هو الوعي بالتشريعات التي تهدف إلى المحافظة على الصحة ومنع التلوث وغيرها من النشاطات الضارة التي تقوم بها الشركات والمؤسسات والمصانع. ففي أمريكا الشمالية وأوروبا وبقية عالم الدول المتطورة، يتم إجراء تفقدات قوية وبرامج للتأكد من الالتزام بالتشريعات وضمان صحة الناس وحسن عيشهم والمحافظة على هذه المكتسبات. كما أن ذلك يتعلق بالمحافظة على توفير الموارد الأساسية دون التأثير على جودة الحياة. ويتمثل التحدي الأكبر حالياً في استدامة توفير المنازل للناس وكيف يمكن بناء هذه المنازل من مواد مستدامة. أما العنصر الأخير فهو التثقيف والتعليم وتشجيع الناس على المشاركة في الاستدامة البيئية وتوعيتهم بتأثيرات المحافظة على البيئة وحمايتها، والتحذير من المخاطر إذا لم نستطع تحقيق هذه الأهداف.

الحماية البيئية

إننا ندرك ما نحتاج إلى عمله لحماية البيئة، سواء عن طريق إعادة التدوير، أو تقليل

على تلبية احتياجاتها". وبناء عليه، يجب أن ننظر إلى المستقبل عند اتخاذ قرارات حول الحاضر.

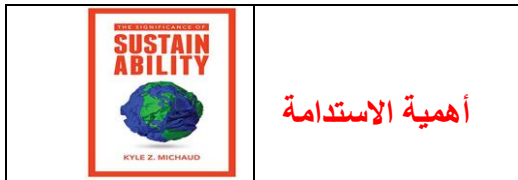
التنمية الاقتصادية

تعتبر التنمية الاقتصادية دليلاً على أهم المشكلات التي تثير الخلاف بين الناس فيما يتعلق بالفكر السياسي وماهيته وليست من وجهة نظر اقتصادية وحسب، وكيف أن ذلك يؤثر على التجارة والشركات، والوظائف وتوفير فرص العمل. ويتعلق هذا بتوفير حوافز من الشركات وغيرها من المؤسسات للالتزام بتعليمات الاستدامة وبما يتجاوز التشريعات والقوانين. وإضافة إلى ذلك، فيجب تشجيع وتعزيز وزيادة الحوافز للأشخاص عند القيام بواجبهم وتحقيق هذه الأهداف، وتقليل التأثيرات السلبية لما يقوم به الإنسان، وبما يؤثر عليه وعلى البيئة.

وعلاوة على ذلك، فإن العرض والطلب في السوق استهلاكي بطبيعته حيث أن الحياة المعاصرة تتطلب الكثير من الموارد يوميا. ولغايات المحافظة على البيئة، فمن الضروري السيطرة على الأشياء التي نستهلكها. وترتبط التنمية الاقتصادية بإعطاء الناس ما يريدون بدون التأثير على جودة الحياة، وخاصة في عالم الدول النامية، مع ضرورة تقليل الأعباء المالية عند القيام بعمل الأشياء الصحيحة.

- إنهاء المعاناة من الفقر والجوع؛
- معايير أفضل للتعليم والصحة- وجودة المياه والتنظيف الصحي.
- تحقيق المساواة الجندرية (النوع الاجتماعي)
- التنمية الاقتصادية المستدامة وفي نفس الوقت توفير فرص عمل وخلق اقتصاديات قوية.
- التغلب على تأثيرات التغير المناخي، والتلوث وغيرها من العوامل البيئية التي تضر بصحة الناس، والمعيشة والأرواح.
- الاستدامة التي تشمل صحة الأرض، والهواء والبحر.

<http://www.epa.gov/sustainability/basicinfo.htm>



يقول المؤلف كايل ميشود في مقدمة كتابه: أهمية الاستدامة " نحن نعلم أن تعليم وتثقيف المواطنين عن كوكب الأرض؛ هو الطريق الوحيد لتحقيق الاستدامة".

استهلاك الطاقة أو عن طريق الخروج في رحلات قصيرة بدلا من استقلال الحافلة. وتعمل الشركات على منع التلوث وتقليل مستوى انبعاث الكربون. وهناك حوافز مقابل تركيز مصادر طاقة متجددة في منازلنا وشركاتنا. ويعتبر عنصر حماية البيئة العنصر الثالث وموضع اهتمام لمستقبل البشرية. وهو يحدد كيف يتوجب علينا دراسة وحماية نظام البيئة الطبيعية، وجودة الهواء، وتوفير الموارد التي تركز على المحافظة على البيئة. كما أن مسألة حماية البيئة تهتم بالتكنولوجيا التي سوف تحسن من معيشتنا المستقبلية وتجنب مخاطر استخدام التكنولوجيا.

ما هي الاهداف الرئيسية للاستدامة؟

إن شبكة التنمية المستدامة تفكر وتتصرف على المستوى العالمي. ففي العام 2012، عقدت الامم المتحدة مؤتمرا للتنمية المستدامة لمناقشة وتطوير مجموعة من الأهداف التي يجب العمل على تحقيقها؛ وهي تتوافق مع أهداف الالفية الثالثة للتنمية، وتدعي النجاح في تقليل الفقر على المستوى العالمي وفي نفس الوقت تعتبر بأن هنالك المزيد الذي يجب القيام به. وتوصلت الامم المتحدة إلى قائمة تتكون من 17 مادة، ومنها:

تقتل البيئة، السعي لصنع منتجات مستدامة، تعميم الغذاء الأخضر، لماذا نركز على المنتج الأخضر؟ دعاة التغيير والعوائق للاستدامة، برامج تصميم المنتجات الخضراء، اتجاهات شركات التنمية، تقريب ثقافة الاستدامة أكثر، أشهر حملات التسويق الخضراء، وأفكار ختامية. كما يُعتبر كتاب ميشود مصدرًا رائعًا لأي شخص يبحث عن طرق جديدة لإحداث تأثير إيجابي على البيئة عبر طرح حلول للمشاكل المختلفة التي يواجهها العالم.

اسم الكتاب: أهمية الاستدامة - سنة الإصدار: 2018
دار النشر: Kyle Z. Michaud Publications



مضادات الالتهاب الطبيعية.. نظام غذائي ذو مفعول سحري

اتباع نظام غذائي مضاد للالتهاب يعتبر صحياً على نطاق واسع وقد يساعد في السيطرة على حالات من الالتهابات كالتهاب المفاصل الروماتويدي.

يكشف ميشود -الذي يعدّ مناصراً للحياة الصحية ونمط الغذاء النباتي- التغييرات الضرورية التي يحتاجها المجتمع من أجل الحفاظ على الكوكب وحمايته، مخاطباً كل القراء حتى ممن لا يملك أي خلفية بيئية موضحاً مفهوم الاستدامة كما ينطبق على الشركات والمنتجات والحياة اليومية، طارحاً اقتراحات معقولة لتعديلات بسيطة من شأنها أن تؤدي إلى عالم أكثر بيئةً وصحة. سيساعد هذا الكتاب المستهلكين في اختيار مواد آمنة وصديقة للبيئة، بالإضافة إلى فهم مزايا أن تكون أخضراً وصديقاً للبيئة. ويتحدث ميشود في مقدمة الكتاب عن أهمية ضمان نجاح التنمية المستدامة، وأن على الإنسان أن يبدأ أولاً من بيته عبر تغذيته ونمط حياته، لأن تشجيع أنماط حياة صحية أمام أطفالنا سيؤسس لثقافة مستدامة تترسخ مع السنوات، وتصبح معياراً للمجتمعات. وتثبت الأبحاث والدراسات العلمية انه إذا أردنا أن نخلق مجتمعات مستدامة فعلياً تحقيق الأهداف التالية: نمو اقتصادي مسؤول، نمو اجتماعي عادل، حماية بيئية فعالة. هذه العناصر الثلاثة هي مفاتيح نجاح أي تنمية مستدامة في أي مجتمع. ويستعرض الكتاب فهم الاستدامة، نشاطات الإنسان المدمرة للأرض، الاستدامة وماذا تعني للأجيال القادمة، عادات يومية

الالتهاب، وكذلك المادة التي تعطي اللون للفواكه مثل الكرز والتوت.

الحبوب الكاملة:

دقيق الشوفان والأرز البني وخبز القمح الكامل من الحبوب الغنية بالألياف، مما قد يساعد أيضاً في علاج الالتهابات.

الفاصوليا:

تحتوي على نسبة عالية من الألياف، بالإضافة إلى أنها تحتوي على مضادات الأكسدة والمواد الأخرى المضادة للالتهابات.

المكسرات:

تحتوي على نوع صحي من الدهون يساعد في وقف الالتهاب، ولكن يجب الالتزام بتناول حفنة فقط من المكسرات يوميا، لمنع زيادة الدهون والسعرات الحرارية.

السلك:

تناوله مرتين على الأقل في الأسبوع، خاصة السلمون والتونة والسردين التي تحتوي على الكثير من أحماض أوميغا 3 الدهنية التي تقاوم الالتهابات.

صحة 18 نوعاً من الخضار الورقية والأعشاب المليئة بالفوائد الصحية

يعاني جميع الناس في مختلف فترات حياتهم وعلى اختلاف أعمارهم من الإصابة بالالتهابات بشكل عام فهو أمر طبيعي يحدث للجميع، وعلى الرغم من إنتاج العديد من شركات الأدوية عقاقير مضادة للالتهابات لعلاج الأنواع المختلفة منه، إلا أن هناك عاملاً مساعداً قد يساعد كثيراً في منظومة العلاج، وهو مضادات الالتهاب الطبيعية. فهذه المضادات ما هي إلا أطعمة يمكن تناولها لتقليل احتمالات الإصابة بالالتهاب.

ويقول كثير من الخبراء، حسب ما جاء في موقع "ويب ميد" المعني بالصحة، إن اتباع نظام غذائي مضاد للالتهاب يعتبر صحياً على نطاق واسع وقد يساعد في السيطرة على حالات من الالتهابات كالتهاب المفاصل الروماتويدي، حيث يقلل من عدد النوبات وتخفيف الألم نوعاً ما. وتشمل قائمة المضادات الطبيعية للالتهاب العديد من الأطعمة، ومنها:



الفواكه والخضروات:

تظهر الأبحاث أن الخضروات الورقية الغنية بفيتامين K مثل السبانخ والبروكلي والملفوف تقلل

البلد	إصابات	وفيات	معافى
أمريكا	33,269,076	592,294	25,961,82
الهند	20,658,234	226,169	16,938,40
البرازيل	14,856,888	411,588	13,336,47
فرنسا	5,680,378	105,387	4,717,330
تركيا	4,929,118	41,527	4,554,037
روسيا	4,839,514	111,535	4,457,044
بريطانيا	4,423,796	127,543	4,234,772
إيطاليا	4,059,821	121,738	3,524,194
أسبانيا	3,544,945	78,399	3,222,697
ألمانيا	3,448,182	84,285	3,061,500
الأرجنتين	3,047,417	65,202	2,717,458
كولومبيا	2,919,805	75,627	2,737,757
بولندا	2,808,052	68,133	2,536,931

الأعشاب والتوابل:

تضيف مضادات الأكسدة مع نكهة جيدة إلى طعامك، مثل الكركم، الموجود في مسحوق الكاري، والثوم الذي يحد من الالتهاب في الجسم.

ومع وجود هذا النظام الغذائي الطبيعي الذي يحمي من الإصابة بالالتهابات، توجد أطعمة أخرى يجب الحذر منها، حيث إنها تزيد من الإصابة كالحلويات، المشروبات الغازية، اللحوم الحمراء عالية الدهون والمصنعة، والمقلبات، ومبيضات القهوة والأطعمة التي تحتوي على دهون متحولة.

في النهاية يجد الأطباء أن تغيير النظام الغذائي والاعتماد على مضادات الالتهابات الطبيعية يعد فرصة للوقاية من الالتهاب المزمن، وهو الالتهاب الطبيعي الذي يتكرر كثيرا وقد يتسبب في الإصابة بالسرطان وداء السكري ومرض الزهايمر وأمراض القلب.

احصائيات انتشار فيروس كورونا في العالم
: آخر تحديث 2021 / 5 / 4

مصاب 154,943,681

وفاة 3,239,679

معافى 132,303,099

المصدر worldometers.info :

831,090	6,369	838,697	إسرائيل
797,901	16,981	837,715	البرتغال
733,062	18,310	837,523	باكستان
532,990	28,045	784,837	هنغاريا

أسرة النشرة

الأستاذ الدكتور/ مهنا كامل غانم
نائب رئيس الجامعة
لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

بيطري	أ.د. ثابت عبدالمنعم إبراهيم
هندسة	أ.د. محمد أبو القاسم محمد
علوم	أ.د. حسام الدين محمد عمر
هندسة	أ.د. عادل عبده حسين أحمد
زراعة	أ.د. فاروق عبد القوي عبد الجليل
صيدلة	أ.د. مني المهدي
طب	أ.د. أميمة الجبالي
آداب	د. عصام عادل أحمد
المستشفى الجامعي	د. محمد محمود أحمد

2,022,586	73,219	2,575,737	إيران
1,872,375	217,345	2,349,900	المكسيك
1,689,630	44,916	2,088,410	أوكرانيا
1,688,091	62,375	1,814,127	بيرو
1,541,149	46,137	1,686,373	إندونيسيا
1,565,481	29,421	1,636,836	التشيك
1,509,656	54,511	1,586,148	جنوب أفريقيا
1,284,957	17,221	1,524,527	هولندا
1,141,134	24,387	1,248,195	كندا
1,155,630	26,696	1,219,064	تشيلي
971,793	15,608	1,086,141	العراق
984,210	17,622	1,067,892	الفلين
1,000,451	28,474	1,059,331	رومانيا
873,183	24,322	996,896	بلجيكا
817,785	14,091	988,554	السويد

