

تمتع براحة البال أثناء سفرك  
لكافة أنحاء العالم  
مع برنامج سفر  
من مجموعة الخليج للتأمين-الأردن

gig Jordan

06-5609888

تابعوها على توتريدها الجديد  
عامودي 11390 - قمر عرب سات (بعد)

JOSAT



سلط عدسة  
كاميرة هاتفك  
على الباركود  
لترى الصفحة  
كاملة

السعودية تستثمر مليار  
دولار أميركي في شركة  
سيارات تنافس تسلا

أبل تقبل هواتف  
iPhone و iPhone X  
و iPhone ٦s و SE

٨ جبر في بيلاند ربما لم تسمع  
عنا من قبل.. لوجعات  
للأنبل لمصي للستحمام

## الرئيس الفرنسي يمنح الوزير القيسي وسام جوقة الشرف برتبة ضابط أكبر

**الأنباط - عمان**  
منح الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون وسام جوقة الشرف برتبة ضابط كبير لوزير التمثيل مكرم القيسي.

وجاءت هذه الخطوة تقديراً لجهود وزير الشباب أثناء توليه منصب سفير الأردن في فرنسا ٢٠١٣ وحتى منتصف حزيران ٢٠١٨.

وقام أمين عام وزارة الخارجية الفرنسية موريس فورودو مؤتلف استقبال القيسي الوصام خلال حفل استقبل في فرنسا حضره مدير إدارة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا جيروم بوناغو وعدد من رؤساء المبعثات الدبلوماسية في الجمهورية الفرنسية.

التفاصيل ص ٤٢

## «القوات المسلحة» تنشر بالوثائق الرسمية ملكية شركة الولاء لخدمات الإعاشة

**الأنباط - عمان**

أوضحت القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي ملكية شركة الولاء لخدمات الإعاشة.

وقالت إنه خلال الأيام القليلة الماضية، تناقلت بعض صفحات مواقع التواصل الاجتماعي مادة مكتوبة مفادها أن مالك شركة الولاء هو السيد ( مجدي الياسين)، وذلك بهدف التشويش والإساءة، حيث تمت الإشارة إلى وجود خلافات بين القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي والسيد ( مجدي الياسين ) على ملكية الشركة.

وعليه أكدت «القوات المسلحة» أن هذا الموضوع عاز عن الصحة، وتؤكد الوثائق المرفقة بأن شركة الولاء مسجلة لدى دائرة مراقبة الشركات تحت الرقم (١٥٥٣٣) باسم ( الولاء لخدمات الإعاشة) وأسمائها (٥٠٠) ألف دينار، والشركاء فيها القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي، وحصتها (٢٥٥) ألف دينار - وشركة اتفاق للاستثمار والتي تعود للسامية

رودني كول وسليمان المعالي وسامير أبو خضراء وشريف أبو خضراء وكريم أبو خضراء وحصتها (٢١٥) ألف دينار، وأنه لا علاقة للسيد مجدي الياسين بالشركة من قريب أو بعيد.

التفاصيل ص ٤٥

## الرزاز يطلق مؤشر خدمة رضا المواطنين عن خدمات الأراضي والمساحة

**الأنباط - عمان**  
أطلق رئيس الوزراء الدكتور عمر الرزاز، الخميس، مؤشر خدمة رضا المواطنين عن خدمات دائرة الأراضي والمساحة.

وقد تم اختيار دائرة الأراضي والمساحة، كأول دائرة حكومية لاطلاق خدمة رضا المواطنين عن الخدمات الحكومية من خلال تطبيق على الهاتف النقال، يمكن المواطن من إجراء مسح صوتي لا لاسلك موجود في خدمة الجمهور وأبناء رايه في مستوى الخدمة.

وأكد رئيس الوزراء التزام الحكومة بتحسين مستويات الخدمات المقدمة للمواطنين في الوزارات والدوائر الحكومية كافة، وهي تضع هذا الأمر كأولوية قصوى انطلاقاً من واجبها في خدمة المواطنين، لافتاً إلى أنه سيتم تعميم هذه الخدمة على جميع الوزارات والدوائر الحكومية.

ولفت إلى أن إطلاق هذه الخدمة في دائرة الأراضي والمساحة.

التفاصيل ص ٤٣

## «وادي الأردن» تسعى لرفع الحصاد المائي ٨٠٪

**الأنباط - الأغوار الجنوبية**  
قال أمين عام سلطة وادي الأردن بالوكالة المهندس علي الكوز، إن الخطط والبرامج التي وضعتها السلطة لتسيير هدماء، لرفع الطاقة التخزينية للسدود إلى ٤٠٠ مليون متر مكعب، وبمساهمة الحصاد المائي إلى ٨٥ في المائة بحلول الأعوام المقبلة.

وقال الكوز خلال لقائه أعضاء مجلس اللا مركزية في المنطقة ورؤساء جمعيات مستخدمي مياه الري وعدد كبير من ممثلي الجمع المحلي والزراعيين في منطقة الأغوار الجنوبية في قاعة نادي غور الزرعة، إن تلك الخطط والبرامج تهدف إلى جعل الأردن في مقدمة الدول الأكثر كفاءة بحصاد مياه الأمطار من خلال منظومة المشاريع الممتدة على طول امتداد وادي الأردن وكذلك

مشروع الحصاد المائي المنتشرة في كافة أنحاء المملكة، على الرغم من ضخ المصارف المائية وارتفاع كلف التشغيل والتحديات الأخرى.

وأضاف أن السلطة قامت بتخصيص عدد من السدود، والسدود الصحراوية والحقائل الريية وتعددت عدد من مشاريع تأهيل شبكات الري على امتداد وادي الأردن كما استثمرت السلطة طبيعة الوادي الجانبي للمياه الجارية والخصائص التثوية، مبيهاً أن السعة التخزينية للسدود بلغت حوالي ٣٣٣ متراً مكعباً، إضافة إلى حوالي ١٣٠ متراً مكعباً سعة السدود الصحراوية والبرك المائية، وفي معرض رده على طلبات أبناء لواء الأغوار الجنوبية أشار الكوز، إلى أن وزارة المياه والري / سلطة وادي الأردن -

التفاصيل ص ٤٣

## الطاقة والمعادن تصدر رخصة لتوليد 0٠ ميجاوات كهرباء من الشمس

**الأنباط-عمان**  
أصدرت هيئة تنظيم قطاع الطاقة والمعادن شركة الحسينية رخصة لتوليد الطاقة الكهربائية بواسطة الخلايا الشمسية باستطاعة ٥٠ ميجاوات في منطقة عمان.

وقال رئيس مجلس المخصصين في الهيئة المهندس طارق الحيازي في تصريح صحفي أمس الخميس إن إجمالي عدد الرخص التي أصدرتها الهيئة لتوليد

المطاقة الكهربائية من الطاقة الشمسية بلغ خمس رخص ضمن مشاريع العروض المباشرة/المرحلة الثانية وجميعها امتدت الطاقة الشمسية باستطاعة إجمالية بلغت ٢٥٠ ميجاوات، فيما بلغ عدد مشاريع توليد الكهرباء ضمن العروض المباشرة للمرحلة الأولى الممتدة على الطاقة الشمسية ١٢ مشروعاً باستطاعة إجمالية بلغت حوالي ٢٢٠ ميجاوات.

وفيما يتعلق بتفاصيل الرخصة قال إن مدتها ٢٠ عاماً وتم منحها لشركة

الحسينية لتوليد الطاقة الكهربائية من نظم مصادر الطاقة المتجددة بواسطة الخلايا الشمسية وتم اختيار الشركة لتطوير المشروع بموجب نظام العروض المباشرة من خلال وزارة الطاقة والثروة المعدنية وشركة الكهرباء الوطنية متوقفاً أن تدخل المحطة الخدمة عام ٢٠٢٠.

وقال المهندس الحيازي إن الرخصة لتوليد الطاقة الشمسية من مجال توليد الطاقة الكهربائية من الطاقة الشمسية وبيع الطاقة الكهربائية المولدة لشركة

الكهرباء الوطنية بموجب اتفاقية شراء الطاقة الموقعة بين الطرفين.

وأكد المهندس الحيازي أهمية مشاريع الطاقة المتجددة التي يتم تطويرها من خلال نظام العروض المباشرة في تعزيز مساهمة الطاقة المتجددة في خليط الطاقة الكلي وصولاً للأهداف المنشودة والاستراتيجية المتوافقة لقطاع الطاقة وتحقيق أمن التزود بالطاقة بالاعتماد على المصادر المحلية.

التفاصيل ص ٤٥

## طوقان يؤكد ضرورة انضمام اسرايل لمعاهدة عدم الانتشار النووي

**الأنباط-عمان**  
أهمية نظام ضمانات الوكالة باعتبارها عنصراً أساسياً في الجهود الدولية المبذولة لمنع انتشار الأسلحة النووية، وذلك لدى الخطر الذي تشكله هذه الأسلحة وغيرها من أسلحة الدمار الشامل على السلم والأمن العالميين، وبالأخص على الاستقرار في منطقة الشرق الأوسط، وطالب المجتمع الدولي بتكثيف الجهود لإنشاء منطقة خالية من الأسلحة النووية في الشرق الأوسط، مما يسهم في إحلال السلام والأمن الدوليين.

وفي كلمة الأردن خلال أعمال المؤتمر العام الثاني والستين المتعدد جانبياً في العاصمة لثمبارية فيينا، أكد طوقان

استخدام الطاقة النووية في التطبيقات السلمية، مستعرضاً أمام المشاركين في المؤتمر أهم إنجازات المشاريع الرئيسية الثلاثة للبرنامج النووي الأردني وهي مشروع محطة الطاقة النووية الأردنية، ومشروع المفاعل النووي الأردني لتجريب والتدريب، بالإضافة إلى مشروع اكتشاف اليورانيوم في منطقة وسط الأردن وما تم إحرازه من نتائج عمل مشتركة وعلى مستوى متقدم.

كما التقى الوفد الأردني عدداً من المسؤولين العرب والأجانب المشاركين في المؤتمر من ضمنها، وفد المملكة العربية السعودية، ووفد جمهورية مصر العربية.

وقد التقي الوفد الأردني عدداً من المسؤولين العرب والأجانب المشاركين في المؤتمر من ضمنها، وفد المملكة العربية السعودية، ووفد جمهورية مصر العربية.

وقد التقي الوفد الأردني عدداً من المسؤولين العرب والأجانب المشاركين في المؤتمر من ضمنها، وفد المملكة العربية السعودية، ووفد جمهورية مصر العربية.

التفاصيل ص ٤٤

## هنا بالناسبات الوطنية لعدد من الدول الملك يهنئ خادم الحرمين الشريفين بالعيد الوطني ببلادهم

الأنباط - عمان

ورئيسة جمهورية مملكة ماري لويس كويمبرو بريدا، ورئيس جمهورية أرمينيا أرمن سركيسيان، وباتسبا احتفالات بلاعم بالأعياد الوطنية.

وأمر جلالته في البرقيات من منبته لقيادة هذه الدول بوقوفهم للصحة والعافية، وللشوق ببلادهم الصديقة الذين من التقدم والأزدهار.

بعث الملك عبدالله الثاني أمنين برقية تهنئة إلى أوجه خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبد العزيز آل سعود، ملكة المملكة العربية السعودية الشقيقة بمناسبة العيد الوطني ببلادهم.

ملف خاصة كالميرة هاتك على الباركو لتزوي لأخبار المحلية، في التول الإلكتروني



## الرئيس الفرنسي يمنح الوزير القيسي وسام جوقة الشرف برتبة ضابط أكبر



الأنباط - عمان

التاريخية الفرنسية الازمنية التي يقومها جلالة الملك عبدالله الثاني بن الحسين والرئيس الفرنسي ايمانويل ماكرون. بدوره اشار القيسي الى الدور الرئيس الذي تلعبه فرنسا على الساحتين الإقليمية والدولية وسامعتها في حفظ الامن والسلم الدوليين بصفتها عضواً دائماً في مجلس الامن.

منح الرئيس الفرنسي ايمانويل ماكرون وسام جوقة الشرف برتبة ضابط اكبر لوزير الشباب محرم القيسي.

وتشن القيسي الموقف الفرنسي المعاصر والثابت للقضية الفلسطينية ودعم حل الدولتين وفق قرارات الشرعية الدولية ذات الصلة.

وقام أمين عام وزارة الخارجية الفرنسية موريس هورود موتان، بتقليد القيسي الوسام خلال حفل استقبال في فرنسا حضره مدير ادارة الشرق الاوسط وشمال افريقيا جيروم بوناغو وعدد من رؤساء البعثات الدبلوماسية في الجمهورية الفرنسية وعدد من السياسيين.. وشارك هورود في كلمة أمام الحضور بالعلاقات

## أكاديمية الأمير الحسين للحماية المدنية تنظم مبادرة (صحتي في غذائي)



الأنباط - عمان

مدرسية ووجبة طعام صحية لكل طالب في المدرسة هذا فضلاً عن عرض العديد من الأنشطة الترفيهية والمسابقات المختلفة. وتأتي هذه المبادرة ضمن نشاطات الأكاديمية والتي تسعى دوماً للتنسيق مع كافة مؤسسات المجتمع المحلي للمساهمة في خدمة الوطن والمواطن التحقيق مبدأ المسؤولية الاجتماعية.

نظمت أكاديمية الأمير الحسين بن عبدالله الثاني للحماية المدنية بالتعاون مع تربية نواء المحرق مبادرة تحت عنوان (صحتي في غذائي) نظمية مدرسة هرية سالم المختلفة في نواء المحرق. واستهدفت فعاليات المبادرة على محاضرات توعوية بأهمية الغذاء الصحي الذي يفيد الإنسان ويحده بالعاطفة التي تلزمه بوضوحاً للقيام بأعماله بنشاط وحيوية ويحسن من صحة الجسم والعقل وبصفي من الأمراض والمشاكل الصحية التي يسببها السلوكيات الخاطئة في تناول الأكل.

## محطة الفضاء الدولية ISS تظهر في سماء عمان الجبهة

الأنباط - عمان

مميز جداً. واضاف مجاهد ان العمود يبدأ في تمام الساعة ٧:٥٧ دقيقة مساء ويستمر حتى الساعة ٨:٠٤ دقائق أي أن العمود سيستغرق سبع دقائق فقط.

قال الفلكي الأرضي عماد مجاهد إن محطة الفضاء الدولية ISS ستبرق فوق سماء العاصمة عمان اليوم وتظهر لمعان

## اتلاف ٦٦٠٠ كيلوغرام اسماك فاسدة في اربد

الأنباط - اربد

لجنة زكاة وصدقات مخيم اربد كتبرعات من احد الشركات المحلية المستوردة لتجمد الغدافية.

أفادت كوادر المؤسسة العامة للغذاء والدواء في إقليم الشمال بالتعاون مع الإدارة الملكية لحماية البيئة أمس ٦٦٠٠ كيلوغرام من الاسماك الفاسدة كانت معدة للتوزيع على الأسماك والتجمد في جبل تلجة وصدقات مخيم اربد.

واوضح مصدر مسؤول في المؤسسة، ان عملية التصيغ تمت بناء على متابعة شكاوى من ظهور علامات فساد على اسماك من نوع ماكريل حصلت عليها والتفتيش لضمان اتلافها بالكامل.

وخلال فترة تم رئيس مجموعة الموردين النوويين، أنار رئيس المجموعة الى ان العلك، تقدم من الاردن للانضمام الى المجموعة هو في مراحل متقدمة ومن المتوقع ان ينضم الاردن للمجموعة خلال العام القادم.

## إلغاء قرار كف أيدي موظفي آل البيت وإعادتهم إلى العمل

الأنباط- المحرق

إلغاء قرار كف يد ٣٥ موظفاً على خلفية أحداث هودس ومقررة رئيس الجامعة السابق، وقرر رئيس الجامعة إعادة الموظفين إلى عملهم.

قرر رئيس جامعة آل البيت بالوكالة



## «القوات المسلحة» تتشر بالوثائق الرسمية ملكية شركة الولاء لخدمات الإعاشة

الأنباط - عمان

وعليه أكدت «القوات المسلحة» أن هذا الموضوع عار عن الصحة، وتؤكد الوثائق الرفقة بأن شركة الولاء مسجلة لدى دائرة مراقبة الشركات تحت الرقم (١٥٣٢٢)، باسم (الولاء لخدمات الإعاشة)، ورأس مالها (٥٠٠ الف دينار)، والشركاء فيها القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي، وحصلتها (٢٥٥) الف دينار، وشركة العفاق للاستثمار والتي تعود للساد (روثي كول وسليمان المعالي وسهير ابو خضرا وشريف ابو خضرا وكريم ابو خضرا) وحصلتها (٢٢٥) الف دينار، وأنه لا علاقة للسيد مجدي الياسين بالشركة من قريب او بعيد.

أوضحت القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي ملكية شركة الولاء لخدمات الإعاشة. وقالت إنه خلال الأيام القليلة الماضية، تناقشت بعض صفحات مواقع التواصل الاجتماعي مادة مكتوبة مفادها أن مالك شركة الولاء هو السيد (مجدي الياسين)، وذلك بهدف التنوير والإساضة، حيث تمت الإشارة إلى وجود خلافاً بين القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي والسيد (مجدي الياسين) على ملكية الشركة.

## القوات المسلحة الأردنية تتسلم دفعة من الآليات العسكرية فريجات و السفير الإماراتي يبحثان التعاون والتنسيق المشترك وتعزيز التعاون الثنائي

الأنباط - عمان

العلاقات العسكرية الأردنية الفرنسية. شاركوا الجانب الفرنسي الصديق لدعمه التواصل للارتين في جميع المجالات لاسيما المجالات العسكرية. وقال قائد القوات الفرنسية الموجودة في الإمارات اللواء ديدير ماتيتير في كلمة له إن الحكومة الفرنسية ملتزمة بدعم المملكة الأردنية الهاشمية للتعامل مع مختلف التحديات الأمنية التي تشهدها المنطقة، مؤكداً دور الاردن الكبير في التعامل مع أزمات المنطقة والتحديات والتعهديات الإزهايبند وأيدي اعتماد بلادهم للمشاركة

التشويق. وفي سياق متصل منسوباً عن رئيس هيئة الأركان المشتركة، رعى المساعد للاستخبارات العميد الركن ناصر مهورات اليوم الخميس، حفل تسليم ١٠ آليات عسكرية رباعية الدفع والمتنوعة من القوات المسلحة الفرنسية للقوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي. وقال مدير التخطيط والتنظيم العميد الركن عبدالله الحيطي ان استلام الآليات العسكرية، مؤشر على مدى عمق العلاقات الأردنية الفرنسية، وأن هذا الحدث سيعزز

استقبل رئيس هيئة الأركان المشتركة الفريق الركن محمود عبدالحليم فريجات، في مكتبه بالقيادة العامة، أمين السفير الإماراتي في عمان معمر الشامي والوفد المرافق له. ويحث الفريق الركن فريجات مع الضيف، خلال اللقاء الذي حضره مساعد المحق العسكري الإماراتي في عمان أوجه التعاون والتنسيق المشترك وسبل تعزيز علاقات التعاون الثنائي بين البلدين

## ندوة تعريفية لجائزة الأمير محمد بن فهد لأفضل أداء خيري عربيا

الأنباط - عمان

تطوفه في حفل افتتاح الندوة إن العمل الخيري والتطوعي يمنح الفرحة شعوراً قوياً بالانتمائية المشتركة ويمكن نتاجه على المجتمع في إحداث التغييرات الإيجابية عبر ريفه بالأهداف المؤسسة والوطنية، وبالأهداف العائلية للتنمية الشاملة. وأجريت تطوف عن تشديدها بوجود جائزة عربية تحفز على العمل الخيري التطوعي في الوطن العربي عبر الشان، مؤكداً ان العمل الخيري من خلال الجمعيات لأثيره يكون أقوى لأنه عمل جماعي، حالة الجمعيات الحاضرة للندوة على المشاركة في الجائزة، والسعي للفوز ضمن فئلتها. وأضافت تطوف بأن الجمعيات هي خير مثال يقدمه المجتمع الأردني، عن الجهود التطوعية المنسقة والكلمة لجهود الحكومة، وان أساسة عليها وسعيها إلى تطبيق الماعير والشعافية من خلال الحسرات العائلية والعربية، بتنها الفرة على تحقيق أهدافها التي تسد في مصلحة الوطن وتحقق العدالة الإجتماعية.

١٠٠ ألف - مليون دولار) ويخص لها ثلاثة فائزين، وكل فائز ٢٠٠ ألف دولار، والفئة الثالثة مخصصة للمؤسسة/الجمعية الصغيرة (حتى ١٠٠ ألف دولار) ويخصص لها ثلاثة فائزين وكل فائز ٢٠ ألف دولار، وأطلقت الجائزة في العام ٢٠١٥ بعد توقيع اتفاقية تعاون بين المنظمة العربية للتنمية الإدارية ومؤسسة الأمير محمد بن فهد للتنمية الإنسانية، حيث تبنى الجائزة نموذج التميز الأوروس الماعير التقييم، وبدأت أعمال الدورة الأولى للجائزة خلال الأعوام ٢٠١٦-٢٠١٧، ثم خلالها تنفيذ ندوات تعريفية في الأردن والسعودية والغرب ومصر، حيث شاركت ٩ جمعيات عربية أردنية في الترشح للجائزة من أصل ١٤٩ جمعية من مختلف البلدان العربية، وفازت ٩ جمعيات من كل من السعودية، ومصر، والغرب والإمارات العربية المتحد.

وأما الدورة الثانية الحالية للجائزة للأعوام ٢٠١٨-٢٠١٩، سيتم تنفيذ دورات تعريفية تعريفية في الأردن والتي من ضمنها ندوة اليوم المنساقه الى دول البحرين، والكويت، ومصر. وقالت وزيرة التنمية الاجتماعية هالة

## طوقان يؤكد ضرورة انضمام اسرائيل لمعاهدة عدم الانتشار النووي

الأنباط - عمان

والولايات المتحدة الأمريكية، وجمهورية باكستان، حيث تم خلال هذه اللقاءات بحث سبل التعاون المشترك في مجال الاستخدام السلمية للطاقة النووية. كما عقد الوفد اجتماعات مع مسؤولين رفيعي المستوى في مصر استخدام الطاقة النووية في التطبيقات السلمية، معترسة أمام المشاركين في المؤتمر أهم إنجازات التشريع الرئيسية الثلاثة الكوفة للبرنامج النووي الأردني وهي مشروع خطة الطاقة النووية الأردنية، ومشروع القانون النووي الأردني لتشجيع والتشجيع بالانضمام إلى مشروع استئناف البرنامج النووي في منطقة وسط الأردن وما تم إبرازه من نتائج عمل مشتركة وعلى مستوى مختلف.

خالية من الأسلحة النووية واسعة الدمار الشامل. وأضاف ان الأردن يولي أهمية كبرى لتظام الضمانات باعتباره عنصراً أساسياً في الجهود الدولية المبذولة مع انتشار الأسلحة النووية، ومصر استخدام الطاقة النووية في التطبيقات السلمية، معترسة أمام المشاركين في المؤتمر أهم إنجازات التشريع الرئيسية الثلاثة الكوفة للبرنامج النووي الأردني وهي مشروع خطة الطاقة النووية الأردنية، ومشروع القانون النووي الأردني لتشجيع والتشجيع بالانضمام إلى مشروع استئناف البرنامج النووي في منطقة وسط الأردن وما تم إبرازه من نتائج عمل مشتركة وعلى مستوى مختلف.

أكد رئيس هيئة الطاقة الذرية الأردنية الدكتور خالد طوقان ضرورة انضمام اسرائيل إلى معاهدة عدم الانتشار للأسلحة النووية وإخضاع كافة منشآتها النووية لضمانات الوكالة، تحقيقاً لعلية المعاهدة في المنطقة، سعياً لإنشاء منطقة خالية من الأسلحة النووية في الشرق الأوسط، مما يساهم في إحلال السلام والأمن الدوليين. وفي كلمة الأردن خلال أعمال المؤتمر العام الثاني للسلام والتنمية، خالها في العاصمة النمساوية فيينا، أكد طوقان أهمية نظام ضمانات الوكالة باعتبارها عنصراً أساسياً في الجهود الدولية المبذولة لمنع انتشار الأسلحة النووية. وذلك لدى الخطر الذي تشكله هذه الأسلحة وبرورها من أسلحة الدمار الشامل على السلم والأمن العالين، وبالأخص على الاستقرار في منطقة الشرق الأوسط، وطالب المجتمع الدولي بتكثيف الجهود لإنشاء منطقة في الشرق الأوسط

من جنسية، أكد ممثلو الوكالة النووية في الاجتماعات استعداد الوكالة الشام لوكالة دعم البرنامج النووي الأردني ولتقديم المساعدة والمشورة للوكالة في المجالات ذات العلاقة من خلال تنفيذ التشريع الوطني والإقليمية والأجنبية التي تشجع ضمت إطار برنامج التعاون الثنائي والتي من أبرزها مشروع خطة الطاقة النووية، واستخلاص اليورانيوم وتعزيز البنية التحتية التطبيقية الإشعاعية والنووية،

بالانضمام إلى وفود كل من كوريا الجنوبية،

### الرزاز يطلق مؤشر خدمة رضا المواطنين عن خدمات الأراضي والمساحة

الأنباط - عمان



أطلق رئيس الوزراء الدكتور عمر الرزاز، الخميس، مؤشر خدمة رضا المواطنين عن خدمات دائرة الأراضي والمساحة.

وقد تم اختيار دائرة الأراضي والمساحة، كأول دائرة حكومية لاطلاق خدمة رضا المواطنين عن الخدمات الحكومية من خلال تطبيق على الهاتف النقال، يمكن المواطن من إجراء مسح ضوئي لاصق موجود في خدمة الجمهور وإدائه في مستوى الخدمة.

وأكد رئيس الوزراء التزام الحكومة بتحسين مستوى الخدمات المقدمة للمواطنين في السجلات والسجلات الحكومية كافة، وهي تضع هذا الأمر كأولوية قصوى انطلاقاً من واجبها في خدمة المواطنين. لافتاً إلى أنه سيتم تعميم هذه الخدمة على جميع الوزارات والدوائر الحكومية.

ولفت إلى أن إطلاق هذه الخدمة في دائرة الأراضي والمساحة يمكن الدائرة من دراسة وتقييم التقدم الراجعة من المواطنين، والعمل على تحسين الخدمة والتعامل مع أي معوقات تواجههم لدى مراجعة الدوائر الحكومية. واستمع رئيس الوزراء من مدير عام دائرة الأراضي والمساحة معين الصايغ، بحضور وزراء تطوير القطاع العام والمالية والاتصالات وتكنولوجيا المعلومات، لشرح حول أهمية النظام الذي تطلقه الدائرة بالتعاون مع وزارتي

### الأمن يكرم مواطننا أنقذ شباباً حاول الانتحار



الأنباط - إربد

الأمن العام في المحافظة على الأرواح والممتلكات والأعراض وتمتع الجريمة بكافة أشكالها وصورها، مثلما تدل على عمق الدور الأمني للمواطن باعتباره شريكاً في تنفيذ هذه المهام والتواجبات.

كرم مندوب مدير الأمن العام، قائد إقليم الشمال العميد رائد شقيريات، المواطن أحمد علي الشوافقة، تقديراً لشجاعته بإنقاذ مواطنين حاول الانتحار بالقضاء نفسه من أحد الطوابق العليا في أحد العتبات بمدينة إربد، الأسبوع الماضي.

واشتمت العميد شقيريات، على شجاعة المواطن الشوافقة وعمله الانساني، الذي يسبق مع أهدافه والتزامه ورسالة وفلسفة جهاز

### بحث التعاون بين «التكنولوجيا» والمهنية العلمانية للتبادل العلمي

الأنباط - الرمثا

كفيلة الدراسات العليا الدكتور برهان الدين اليس

وأشنى خريسات على جهود الهيئة لما تقدمه من منح بحثية لأعضاء هيئة التدريس في الجامعة لتضامها في المؤسسات التعليمية والبحثية الأكاديمية، واطلع الوفد على أداء الطلبة المتميزين. وأبدوا إعجابهم بالأداء الرائع للطلبة من خلال نتائجهم المميزة.

بحثت رئيس جامعة العلوم والتكنولوجيا الدكتور صائب خريسات، مع وفد الهيئة الأكاديمية للتبادل العلمي، أحقاد التعاون بين الجامعة والهيئة، إضافة إلى مناقشة أمور الطلبة المبتعثين إلى الجامعة على نفقة الهيئة. وضم الوفد رئيسة قسم برنامج للتحق في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، الدكتورة كاترينا فيكشتاين، ومديرة المركز الإستشاري للمهنية في عمان غابريلا فون فيركس، بحضور نائب الرئيس الدكتور خالد السالم، وعميد

### «وادي الأردن» تسعى لرفع الحصاد المائي ٨٠٪

الأنباط - الأغوار الجنوبية

والفيضانات الشتوية، مبيناً أن السعة التخزينية للسدود بلغت حوالي ٣٣٣ متراً مكعباً، إضافة إلى حوالي ١٣٠ متراً مكعباً سعة السدود الصحراوية والبرك المائية.

وفي معرض رده على طلبات أبناء لواء الأغوار الجنوبية أسرار الكور، إلى أن وزارة المياه والري / سلطة وادي الأردن تعمل على تعزيز إنتاج التواضلي والوقوف مسانداً على احتياجات المواطنين والجمعيات الخيرية كافة احتياجات ومطالب المجتمع المحلي في لواء الأغوار الجنوبية من حيث إنشاء مشاريع زراعية واستحداث قطع أراضي سكنية للمواطنين القاطنين في منطقة وادي الأردن والخير حاصلين على وحدات سكنية وكذلك عمل حامين على مجاري الأودية والسيول وتوفير البنية التحتية والخصبة لديهم من أجل النهوض بوادي الأردن لا يتكفله من أهمية حضارية وبيئية وتتمويه.

بحثت رئيس جامعة العلوم والتكنولوجيا الدكتور صائب خريسات، مع وفد الهيئة الأكاديمية للتبادل العلمي، أحقاد التعاون بين الجامعة والهيئة، إضافة إلى مناقشة أمور الطلبة المبتعثين إلى الجامعة على نفقة الهيئة. وضم الوفد رئيسة قسم برنامج للتحق في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، الدكتورة كاترينا فيكشتاين، ومديرة المركز الإستشاري للمهنية في عمان غابريلا فون فيركس، بحضور نائب الرئيس الدكتور خالد السالم، وعميد

واشتمت العميد شقيريات، على شجاعة المواطن الشوافقة وعمله الانساني، الذي يسبق مع أهدافه والتزامه ورسالة وفلسفة جهاز

الاراضي في عمان. ولاحقاً على جميع مديرياتها ال ٣٢ في المملكة . واكد ان التطبيق سيمنح العاملين من الشجارب مع التقوية الراجعة وتحليل المعلومات ، في حال وجود اي معوقات .

تطوير القطاع والاتصالات ودوره في تحسين الخدمة . وأشار الصايغ إلى ان الدائرة وزعت هذه الخدمة في مركزها كمحلة أولى وسيتم تعميمها على مديريات تسجيل

عام دائرة الأراضي والمساحة معين الصايغ، بحضور وزراء تطوير القطاع العام والمالية والاتصالات وتكنولوجيا المعلومات، لشرح حول أهمية النظام الذي تطلقه الدائرة بالتعاون مع وزارتي

### أكد أن إقرار قانون ضريبة الدخل بصيغته النهائية من صلاحيات مجلس الأمة - المعشر: «النقد الدولي» طلب من الحكومة أن يوافق «النواب» على الصيغة الحالية للقانون

الأنباط - عمان



قال نائب رئيس الوزراء الدكتور رجائي المعشر أن صندوق النقد طلب من الحكومة أن يوافق مجلس النواب على الصيغة الحالية لمشروع قانون الضريبة.

جاء ذلك خلال لقاء المعشر مع اللجنة المالية في مجلس النواب «للتشاور» حول مسودة قانون ضريبة الدخل حيث كان من المقرر عرضه الثلاثاء وتم تأجيله إلى الخميس.

وأضاف المعشر، أن الحكومة ستقدم لتسويق حجم الاحتجاجات على المشروع، موضحاً أن الأزمة التي يواجهها الأردن مع الصندوق، هي أزمة عدم ثقة.

وأكد أن الحكومة تدرس ملاحظات المواطنين بشأنه وملزمة سنوورياً بمبدأ الفصل بين السلطات، مشدداً على أن إقرار القانون بصيغته النهائية هو من صلاحيات مجلس الأمة.

وعلى السبيل ذاته أكد نائب رئيس الوزراء وزير الدولة، الدكتور رجائي المعشر، أمس، أن إقرار مشروع قانون ضريبة الدخل الجديد بصيغته النهائية من صلاحيات مجلس الأمة.

جاء ذلك خلال اجتماع عضلته اللجنة المالية والاقتصادية في مجلس الأعيان برئاسة الدكتور أمية طوقان، ناقشة مشروع قانون ضريبة الدخل الجديد، ويحت مفاصل مواء القانون المقترح وتأثيراته على مختلف شرائح الأفراد والإسكان.

وأطلع المعشر أعضاء اللجنة بحضور عدد كبير من الأعيان، على أبرز ما لتلوه القانون في صيغته الجديدة المقترحة. وأوضح أن برنامج عمل الحكومة سير ضمن خطين متوازيين، أولهما برنامج هسيبر، الذي هو ما يسمى بالـ «١٠٠ يوم»، والأخر بعيد المدى وهو ما أسماه بـ «البرنامج الوطني للإصلاح السياسي والاقتصادي» والذي تعمل الحكومة على إنشاؤه خلال أسابيع معدودة.

وأشار المعشر إلى أن البرنامج الوطني بركز بشكل أساسي على ثلاثة محاور بدءاً من الإصلاح السياسي وسيادة القانون، والمتعلق بالتأثيرات الناجمة لثبات السياسة

والدولة الديمقراطيّة، وثانياً الخدمات من خلال مراجعة مختلف الخدمات المقدمة كما ونوعاً، وأخيراً محور تحفيز الاقتصاد الوطني. وبين أن الحكومة أجرت دراسة حول العبء الضريبي على المواطن، حيث أظهرت نتائجها أن المواطن يتحمل عبئاً ضريبياً بنسبة ٣٦ بالمئة من الناتج المحلي الإجمالي، وأن النسبة تشمل القطاعات الضمان الاجتماعي، لافتاً إلى أن ٦٣ بالمئة من دخل المواطن يذهب إلى تسديد الفروض.

ولقد المعشر إلى أن الحكومة بتوجيهات من جلالة الملك عبدالله الثاني، تواصل حواراتها الوطنية الشاملة مع مختلف مكونات المجتمع والشرائح التنوع، فيما يتعلق بمشروع قانون ضريبة الدخل الجديد.

وأضاف بحضور وزير المالية عز الدين كنانة، ومدير عام ضريبة الدخل والمبيعات، حسام أبوعل، أن هناك أربعة محاور رئيسة لمشروع قانون ضريبة الدخل الجديد، هي: معالجة التجنب الضريبي، التهرب الضريبي، الإبادة الضريبية، ونسب الشرائح.

وأكد أن الهدف من قانون ضريبة الدخل الجديد هو إيجاد مدخل لنهج اقتصادي جديد يأخذ بعين الاعتبار تحقيق النمو والمعادلة، مشدداً أن نحو ٩٠ بالمئة من متشركي الضمان الاجتماعي لن يتسلمهم القانون.

ولفت المعشر إلى أن الإجراءات الحكومية

عدالة، كما يُعالج التثوهات الناتجة عن الاعفاءات التي منحت لختلف القطاعات الاقتصادية عبر السنوات السابقة. وأضاف أن القانون المقترح يعالج أيضاً التثوهات في الإبارة الضريبية والتحصيّل الضريبي والتمتعة بالتهريب الضريبي، لافتاً إلى أن نصوص مواء القانون أحدثت جدية مواضيع العدالة وتحفيز الاقتصاد، ما يجعل منه محفزاً للنمو الاقتصادي.

وأوضح طوقان أن وعي المواطن الأردني ولا سيما عند مواجهة الأزمات أثبت عبر التاريخ أن الصحة الوطنية العليا، تسعو فوق كل اعتبار، وأن الواجب الوطني يستدعي الحفاظ على الانجازات الكبيرة التي حققتها الدولة على مختلف الصعد والمستويات.

من جانبهم شمن الأعيان الجهود الحكومية بأجراء حوارات شاملة مع الفئات الحزبية والثقافية ومؤسسات المجتمع المدني وغيرها، لتعديل قانون الضريبة، وإعداد صياغته بشكل عادل ومعالجة التهرب الضريبي من أجل تحقيق عدالة نمو اقتصادية أعلى في المستقبل. وتناول الأعيان في مداخلةهم المتنوعة أهم القضايا الضريبية التي تهم المواطنين ومختلف المؤسسات التجارية والصناعية والخدمية بخصوص التعديلات الضريبية المطلوبة لخدمة جميع القطاعات الوطنية، وناقشوا الأمر الضريبي على الاقتصاد، والشكى والعبء الضريبي على قطاعات الأعمال والأشخاص الاجتماعي لمنظومة الضريبة.

التي الختات خلال النصف الأول من العام الماضي، عادت نحو ٥٠ بالمئة من متطلبات صندوق النقد الدولي، مؤكداً أن المرجعية الدستورية تنص على أن يكون مصير أي مشروع قانون تقدم به الحكومة بيد مجلس الأمة بتفقيه النواب والأعيان، وليس في أي مكان آخر.

وذكر أنه على الرغم من الاستقرار السياسي والأمني الذي تتمتع به البلاد، إلا أن الأردن يعاني من غياب الاستقلال الاقتصادي، الأمر الذي يتطلب المعنى بكل جدية للوصول إلى ذلك الاستقلال من خلال تنفيذ قائمة من الإجراءات المختلفة يقع مشروع قانون ضريبة الدخل الجديد على رأسها.

وكان طوقان استهل اللقاء قائلاً إن إشراك المواطن في صياغة التشريعات لا سيما تلك التي تمس حياته اليومية هي أولوية وجه بها جلالة الملك عبدالله الثاني. وأكد أنه على الرغم من أهمية الحوار الوطني حول مواد مشروع قانون ضريبة الدخل الجديد، فإن تسليم مشروع القانون يجب أن يتم أيضاً من منظور الحفاظ على مصداقية المملكة لدى المؤسسات المالية الدولية وأسواق رأس المال الدولية والدول المتقدمة، داعياً إلى أهمية الاستمرار في تنفيذ برامج الإصلاح الاقتصادي.

وأشار طوقان إلى أن قانون الضريبة المقترح يعالج التثوهات في توزيع العبء الضريبي بين القطاعات الاقتصادية المختلفة، وشرائح الأفراد المتساعدين، بحيث يكون توزيع العبء الضريبي أكثر

### الأعيان يقر ثلاثة مشاريع قوانين كما وردت من النواب

الأنباط - عمان



مقدمًا التعزير إلى جلالة الملك والتعبير الأردني وأسر ولوي الشهداء، ومؤكداً فخره واعتزازه بالقوات المسلحة والأجهزة الأمنية. وولفد أعضاء المجلس والحكومة دقيقة صمت وقرأوا الفاتحة على أرواح الشهداء وعلى عضوي مجلس الأعيان المساكين، حيدو عيسى مراد، وفواز محمد بونانيه، وعلى روح القائد ياسر المصري، والاعلامي سعد السيفلاوي والكاتب، جبري منصور، والباحث سامية بركات.

ولقد أمين علم مجلس الأعيان خالد اللوزي في بداية الجلسة نفس الإرادة الملكية السامية بالتمسكة دعوة مجلس الأمة إلى الاجتماع في دورة استثنائية اعتباراً من الثاني من أبول الجاري لإقرار الأمور الواردة فيها.

الفرزة لأسرة ذوي الشهداء، ويعتبر الخلف القانوني لكل من ، صندوق شهداء القوات المسلحة ، وصندوق شهداء الأمن العام ، وصندوق شهداء الدفاع المدني.

وقال رئيس الوزراء الدكتور عمر الرزاز ان الحكومة ستواصل مع الديوان الملكي بالتنسيق بشأن دمج "صندوق دعم أسر شهداء القوات المسلحة والأجهزة الأمنية التابع للديوان والموافق من موازنته مع "صندوق شهداء الجيش والأمن" لتتأفق القانون ، وذلك في رده على مداخلة يدمع الدكتور فايز الطراونة طالب خلالها بدمج الصندوقين . وكان الدكتور البيخيت نعم باسم مجلس الأعيان شهداء عمليتي الفحص والسطح

الدولية التي ينتسب إليها الديوان كمنظمة التوسية.

وأقر المجلس قرار النواب بشأن القانون المعدل لقانون الإدارة العامة لسنة ٢٠١٨ مع التوصية بالغاء عبارة " وكيل الوزارة والنواب ، وذلك في جلسة أمس برئاسة رئيس المجلس بالإنابة الدكتور معروف البيخيت وحضور رئيس الوزراء الدكتور عمر الرزاز وهيئة الوزارة.

أقر مجلس الأعيان قوانين ديوان الحاسبية ، والإدارة العامة، وصندوق شهداء الجيش والأمن ، كما وردت من مجلس النواب ، وذلك في جلسته أمس برئاسة رئيس المجلس بالإنابة الدكتور معروف البيخيت وحضور رئيس الوزراء الدكتور عمر الرزاز وهيئة الوزارة.

ووافق الأعيان على القانون المعدل لقانون ديوان الحاسبية لسنة ٢٠١٨ كما أقر مجلس النواب، والهدف إلى تعزيز استقلالية ديوان الحاسبية بما يمكنه من تأدية دوره الدستوري ، وبما يتماشى مع المعايير الرقابية الدولية والممارسات الدولية ومتطلبات الخطات





مواقيت الصلاة

- الفجر: ٥:٠١
الشروق: ٦:١٨
الظهر: ١٢:٣٠
العصر: ٣:٥٨
المغرب: ٦:١١
العشاء: ٧:٥٨



ROYAL JORDANIAN

جد الفروق بين الصورتين



سدوكو سهل

3 1
4 2
3 1
4 2

سدوكو وسط

3 8 5
1 2
4 5 7 1
9
7 3
2 1 4 9

شركة رونزا للإعلان



إعلانات خاصة للمحامين في العقبة

إعلان قضائي في صحيفتين معتمدتين (الرأي \* الغد \* الدستور)

بأسعار مغرية

للاستفسار هاتف - ٧٩٠٠٩٧٥٧٦

تلفاكس: ٣٢٠٣٣٠٨٨

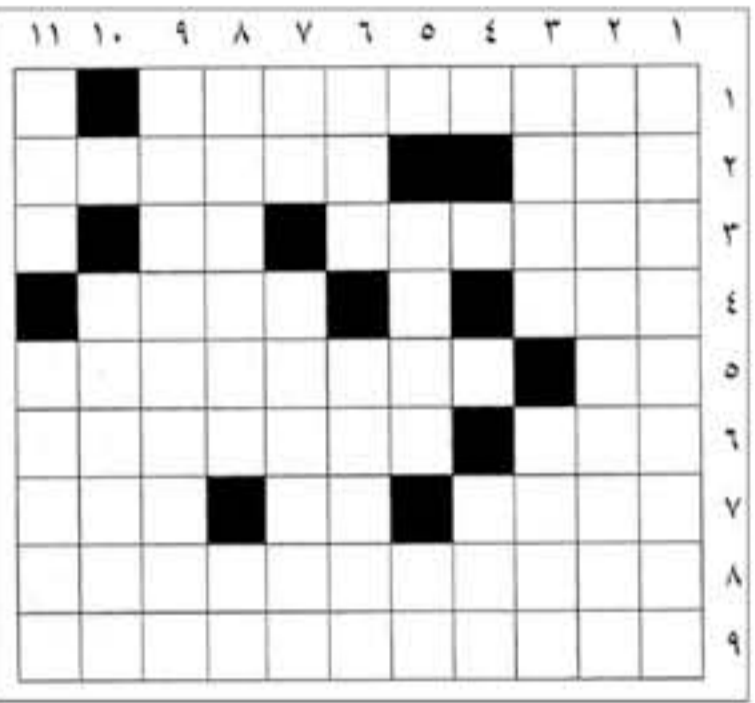
هاتف: ٠٦-٥٢٠٠١٠٠

العنوان - شارع الشبيبة / معشال مطعم المهندس / عمارة رقم ١٢ / الطابق الرابع

جدول رحلات شركة جت

Table with flight schedules including columns for destination, departure time, and arrival time.

رقم الطوارئ 911



- عمودياً
1- معقل سوري راحل
2- دولة أوروبية
3- مخلوق صوت الثعلب (مكوسة)
4- أضغ التسم خلصة
5- مدينة في فلسطين- اللدناه
6- مشى- مدينة عراقية
7- للتعريف- حفر عميقة بواسطة التجميع المياه والثلج
8- من الألعاب الإلكترونية السريعة- عاصفة بحرية
9- أنهر وأزجر- بياض (مبغثرة)
10- الشاب البالغ الذي لم يبد لهجته بعد
11- عسكري- مدينة عراقية

- أفقياً
1- مقبية ومعلقة لبنانية
2- نور وشعاع- دولة عربية
3- مدينة مغربية- عمال
4- شحب السيف من شعدة (مكوسة)- قلد يصوره (مكوسة)
5- مرض صدرى معد- مدى الاضلاع والنظر (مكوسة)- ملكك
6- حرف أبجدي- أكبر محافظات العراق
7- حجر ونفور- من الحبوب (مكوسة)- والدك
8- ثاني أكبر مدن البرازيل
9- أختبة محمد عبد الوهاب

التلفزيون الاردني

- التلفزيون الأردني - القناة الرئيسية
عروض برامج المودة البرامجية - شهر ابول
1٠١٨-٢٠١٨ الجمعة ١١-١٨-٢٠١٨
1٠٠٠القران الكريم / انشادات
٦:٣٠ برنامج أطفال / الوان المرخ
٧:٣٠ برنامج وثائقي / مدن من العالم - اعاد
٨:٠٠ برنامج ديني / الخبر من الاسلام - اعاد
٩:٠٠ مسلسل / شوق حيا عاقلة
١٠:٠٠ برنامج / يسعد صباحك - مباشر
١٢:٠٠ موزع الحمار - برنامج الفلشي
١٢:٢٠ يت حي ومباشر لائل شعائر خطبة وسلا
الجمعة ١٢:١٥ برنامج / رجال حول الرسول
١٣:٢٠ لحنه الرياضية - مباشر
١٤:٠٠ موزع اخبار الثالثة - ١٥:٠٥ برنامج الاغنية السبعة - اعاد
١٦:٠٠ عالم صناعة السينما
١٦:٣٠ برنامج محلي / صروح شامخة
١٧:٠٠ مسلسل تركي / قصة حب / ج ٢٢
١٨:٠٠ موزع حمار
١٨:٢٠ برنامج محلي / شارع الثالث ١٨:٢٠

صحيفة الأنباط

عن اجهزة الحداثة عبر (ان سابر - جودل بلاي)



إتبعنا على مواقع التواصل الاجتماعي



Horoscope section with 12 zodiac signs: Aries, Taurus, Gemini, Cancer, Leo, Virgo, Libra, Scorpio, Sagittarius, Capricorn, Aquarius, Pisces. Each sign has a brief description of its personality and characteristics.

# ٨ جزر في تايلاند ربما لم تسمع عنها من قبل .. الوجهات الأمثل لمحبي الاستجمام



## رصد جمانة خنفر

تعد تايلاند موطنًا لثلاث الجزر الجميلة، مع الشواطئ الرملية البيضاء والمياه الصافية والمناظر الطبيعية الجميلة، فبالإضافة إلى جزيرة فوكيت الشهيرة، فضلًا عن كوه في و كوه ماهوي - لا تزال هناك بعض الجزر الجميلة التي لا يعرف عنها الكثير من السائحين إلا القليل، وفي التقرير التالي سنتعرف معنا على ٨ جزر في تايلاند ربما لم تسمع عنها من قبل.

جزر سيميلان - جزر في تايلاند هل سمعت عن جزر سيميلان من قبل؟ هي جزر رائعة تقع إلى الشمال الغربي من فوكيت على بعد ٩٠ دقيقة فقط بالقطار السريع، لتشتهر بين السائحين بالحيات البحرية الغنية والشواطئ البيضاء غير الملوثة، مع مياه صافية وشمس مرجانية ومشاهد طبيعية نابضة بالحياة.

ولعل الظروف المثالية للغطس أو غوص الكوينا ساهم في أن تصنف جمعية ناشيونال جيوغرافيك سيميلان، كواحدة من أفضل ١٠ مراكز لغوص في العالم.

وخلال الزيارة لا تفوت زيارة كوه هويونغ للحصول على فرصة مراقبة السلاحف البحرية، فضلًا عن زيارة كوه بايان لرؤية المرجانية وكوه ميانغ لاستكشاف أنفاق وكهوف تحت الماء.

كجزء من جهود الحديقة للحفاظ على الجمال الطبيعي للجزر، يسمح للزوار فقط بالزيارة من نوفمبر إلى أبريل، حيث تقتصر أماكن الإقامة على عدد قليل من البungalos والحيات في كوه ميانغ التي تلتفها سفقات

الثلج، وبدلاً من ذلك، يمكنك الإقامة في منطقة Khao Lak القريبة واستكشاف الجزر خلال بضعة رحلات ليوم واحد.

## كوه ليب، جزر في تايلاند

لا تحظى جزيرة كوه ليب في بحر اندامان بشهرة كبيرة بين السائحين، فباعتبارها جزيرة جنوب تايلاند الأكثر بُعداً عن البر الرئيسي، فلها لا تزال غير معروفة لدى الكثيرين، إلا أن الشواطئ البيضاء الرائعة والمياه الفيروزية والسكان المحليين الودودين ليست سوى بعض من جاذبيتها!

فضلًا عن ذلك، توفر هذه الجزيرة الجميلة، فرص الغوص والغطس وهو النشاط الأعلى في الجزيرة، كما يمكنك أيضًا هناك زيارة العديد من الشواطئ في الجزيرة، بما في ذلك شاطئ بانايا، وهو الأكبر والأكثر شعبية، وشاطئ سن رايز، ذلك فضلًا عن شاطئ الغروب الهادي المثالي للاعتماد عن الحشود السياحية.

ويصرف النظر عن الشاطئ والبحر، يجب استكشاف المناطق الداخلية في كوه ليب عبر رحلة حول الجزيرة والتعرف على النباتات والحيوانات المتنوعة، فضلًا عن ذلك يمكنك هنا زيارة قرية Sea Gypsies أو Chao Ley بالقرب من سن رايز بيتش لعرفه المزيد عنها وعن نمط الحياة بها.

فضلًا عن ذلك توفر جزيرة كوه ليب العديد من أماكن الإقامة التي تناسب أصحاب الميزانيات الصغيرة، مع وسائل الراحة مثل أجهزة الصراف الآلي.

تقدم كوه واد لالاب مع المتاحرات

الكهف الرائعة والكهوف المذهلة تجرية لا تقارن مع فرص الترفيه المتنوعة، حيث يمكن الصعود إلى نقطة الإطلالة البانورامية في حديقة مو كو انج تونغ الوطنية والتي تقع على ارتفاع ١٠٠ متر فوق مستوى سطح البحر للتمتع بمناظر رائعة على الجزر الجيرية المحيطة. كما يمكنك أيضًا زيارة كهف لونس القريب لمساعدة تشكيلات الصواعد والهوابط المذهلة.

إذا كانت الرحلات غير مناسبة لك، يمكنك الجلوس والاستمتاع بشاطئ الجزيرة والغطس في البحر بينما تستمتع بالنعيم من مطعم الجزيرة. غالبًا ما يجمع زوار كوه واد لالاب ما بين رحلة إلى الجزيرة مع زيارة إلى كوه ماي كوه الجوار.

جاذبية الجزيرة الرئيسية هي بحيرة الزمرد الخفية التي تحبس الأنفاس والتي تحيط بها من كل جانب بالمتاحرات الجيرية وتصل بالبحر عن طريق نفق تحت الأرض.

## كوه موك، جزر في تايلاند

تقع جزيرة كوه موك على بعد ١٤ كم فقط من البر الرئيسي لتايلاند، وهي جزيرة ذات طابع فريد، وعلى خلاف الجزر الأخرى في هذه القائمة، تعد كوه موك موطنًا لجمع صيادين ذي غالبية مسلمة، وقد بدأت تكتسب شعبية بين سائحي البلاد في الأونة الأخيرة.

يعتبر معلم Emerald Cave المعروف باسم "ثام موراكوت" هو معلم الجذب الرئيسي في الجزيرة، حيث يُعد

هذا الكهف شبه المغمور مكانًا مثاليًا لزيارة السائحين عبر قوارب الصيد أو زوارق الكاياك.

ستكون زيارة الكهف غير مكتملة دون توقف بالقرب من أو ساباي، وهو شاطئ صغير غير مأهول تحيط به الشجيرات الشاهقة، وتعمل تلك العزلة تجعل من المكان وكأنه متجا سري.

إذا لم يستويك استكشاف الكهوف، تقدم الجزيرة أيضًا بعض الشواطئ مثل Hat Lodung و Hat Sivalai ويعدا من ذلك، يمكنك أيضًا زيارة كوه ليونج القريبة لرؤية المجموعات من أبقار البحر المهدة بالانقراض في بيئتها الطبيعية.

## كوه كوت، جزر في تايلاند

توصف كوه كوت بأنها واحدة من أجمل الجزر في تايلاند، ولديها كل ما يمكن أن تتمناه في جزيرة الفردوس، من الشواطئ البيضاء الناعمة والمياه الصافية والهدوء في الهواء الطلق.

عند الوصول إلى كوه كوت، يمكنك أن تشعر ببراحة واسترخاء من وتيرة الحياة، لا سيما مع صمود عدد قليل جدا من السائحين، مع عدم توفر وسائل النقل العام، الأمر الذي يجعل منها وجهة مثالية لقضاء عطلة مريحة.

ويصرف النظر عن الاستمتاع بشواطئ كوه كوت العديدة، يمكن أيضًا استكشاف الجزء الداخلي من الجزيرة المغطى بالغابة الكثيفة، مع زيارة شلالات كلونج باي كي الصغيرة والأكثر هدوءًا في شمال غرب الجزيرة.

## كوه كرادان، جزر في تايلاند

تقع كوه كرادان على مقربة من كوه موك، وتوفر توازنًا رائعًا بين الاسترخاء والاستمتاع، مع بيئة هادئة للراغبين في الاسترخاء وسط مجموعة لا تقارن من المناظر الجميلة والمياه الصافية.

وهناك يمكنك زيارة شاطئ كوه كرادان، وهو امتداد ضيق بطول ٢ كم من الرمال، والذي صنف من قبل الجارديان ضمن أفضل ٩ شواطئ في العالم في عام ٢٠١٦.

كما تشمل خيارات الشاطئ الأخرى شاطئ Ao Pai أو شاطئ Ao Niang الصغير إلى الشمال من الجزيرة.

كما تتمتع جزيرة كوه كرادان بالعديد من مواقع الغطس، وبما أنه لا يوجد مجتمع لصيد الأسماك في الجزيرة، فإن الحياة البحرية ووفرة في البحر المحيط بالجزيرة، بما في ذلك الشعب المرجانية والأسماك المتنوعة التي يمكن العثور عليها بسهولة في المياه على طول الحافة الجنوبية الشرقية من الجزيرة حتى الشمال وصولاً إلى شاطئ كوه كرادان.

## كوه فرا تونغ، جزر في تايلاند

تقدم كوه فرا تونغ المناظر الطبيعية الفريدة من نوعها بين جزر تايلاند، حيث يمكن جمال الجزيرة في مجموعة من المناظر الطبيعية الخلابة في شرق الجزيرة إلى المناطق الداخلية من السافانا.

لا توجد أدغال غناء أو تضاريس جبلية في الجزء الداخلي للجزيرة، وبدلاً من ذلك، أدت المناظر الداخلية ذات الكثافة

العالية إلى جانب الكثبان الرملية والأعشاب الطويلة وأشجار القشور إلى دفع الكثيرين إلى إجراء سفارات بين الجزيرة والسافانا في إفريليا.

ولعل التزام الجزيرة بالحفاظ على البيئة كان يعني الحد الأدنى من التطور، مما سمح بوجود مساحة كبيرة من الشواطئ الساحرة على طول الساحل، وكذلك أشجار المنغروف التي لا نهاية لها.

كما تعد كوه فرا تونغ أيضًا موطنًا للتنوع البيولوجي، ففي المناطق الداخلية الشبيهة بسافانا، يمكن العثور على سحالي الرمل مع فرص مراقبة الطيور حيث تم رصد أكثر من ١٠٠ نوع في المنطقة بما في ذلك أنواع تادرة لطبور المفلق المهدة بالانقراض. ذلك فضلًا عن السلاحف البحرية التي تسبح على الشاطئ ليلاً لتعشى بيضها.

## كوه لاو تايغ، جزر في تايلاند

تهدم جزر كوه لاو تايغ الصغيرة على جرف جميل من الحجر الجيري يصل ارتفاعه إلى ٨٠ مترًا، وتعمل هذه العجائب الطبيعية الضخمة أحد الميزات الساحرة التي يمكنك الاستمتاع بها في هذه الجزيرة الجميلة.

(المصدر العربي)

على الرغم من أن التسلسل هو النشاط الرئيسي في الجزيرة، إلا أن شواطئها الأصلية رائعة أيضًا للسياحة والتشمس كما توفر المياه الهادئة والشعب المرجانية حول الجزر فرصًا لممارسة الغطس وركوب قوارب الكاياك.







## السعودية تستثمر مليار دولار أمريكي في شركة سيارات تنافس تسلا

دبي - وكالات



استثمرت دولة خليجية ثروة بلغ قدرها مليار دولار أمريكي أي ما يعادل ٣,٧٥ مليار ريال سعودي في شركة لوسيد موتورز - Lucid Motors المتخصصة بصنع السيارات الكهربائية. ووفقاً لما نشره موقع "عرب جي تي" المختص بعالم السيارات أن الشركة العربية السعودية التي أحاطت بها شهرتها الماضية اشاعت رجحت سعيها لتسراء حصص لتتراوح نسبتها بين ٣٣ إلى ٥٥ من شركة تسلا - الأمريكية المتخصصة بصناعة السيارات الكهربائية المتطورة وتحويلها إلى ملكية خاصة من خلال سحب أسهمها من البورصة، هي التي مثلت دولة خليجية تستثمر مليار دولار في شركة لوسيد موتورز.

ومن الجدير بالذكر أن شركة Lucid Motors التي تأسست من مدينة ليوارد بولاية كاليفورنيا الأمريكية مرة لها تأسست في عام ٢٠٠٧ أي منذ ١١ عام، وكان العديد من المهتمين العاملين لديها حالياً يعملون في الماضي لدى شركتي تسلا الأمريكية

ومازالت اليابانية، وأعلنت هذه الشركة في عام ٢٠١٦ أنها ستبني مصنعها في ولاية أريزونا الأمريكية. سيوفر استثمار دولة خليجية مثل السعودية فرصة لتطوير العلامة التجارية من خلال توفير الأموال التي

تحتاجها الشركة الأمريكية لإطلاق أولى سياراتها الإنتاجية لوسيد إير - Lucid Air في عام ٢٠٢٠ إن شاء الله، والتي سيق وتظهر بنسخة اختبارية في عام ٢٠١٦ وصورها مرهقة ضمن هذا الخبر، النسخة القياسية من طراز

Lucid Air الكهربائي تمتلك طاقة كهربائية قدرها ٤٠٠ حصان، وستطبع السير شاقة تصل إلى ٣٨٦ كم بالحنة الكهربائية الواحد، ويبلغ ثمنها ٥٢,٥٠٠ دولار أمريكي أي ما يعادل ١٩٦,٨٧٥ ريال سعودي.

## سيارة MG الجديدة كلياً تعلن متى ستتوفر للبيع في أسواق الشرق الأوسط

بيكين - وكالات

حددت شركة ام جي موتور - MG Motor موعد إطلاق سياراتها السيدان الفخمة كبيرة الحجم MG٦ في أسواق الشرق الأوسط، الذي سيكون في أواخر شهر أكتوبر القادم إن شاء الله. ولكن لا يذكر سيق ونسرتنا تقريراً مفصلاً عن السيارة ٦ - MG٦ عندما كشف عنها في مدينة شنغهاي الصينية، بما أن شركة MG البريطانية تقع تحت إدارة مجموعة سايك موتور - SAIC MOTOR الصينية.

وتعدّ سيارة MG٦ الجديدة كلياً الطراز الأحدث من العلامة التجارية للسيارات التي تشهد عملية إعادة إحياء بارزة ولقبي شعبية متنامية في المنطقة مع توسعة مجموعة منتجاتها الجديدة التي تستمر باستقطاب أعداد متزايدة بمرور من العملاء الراغبين بامتلاك سيارات عملية اقتصادية. التصميم الطراز جي ٤ سيارة ام جي الجديدة كلياً يوفر انسيابية وشفة رياضية مع اعضاء امامية تتألق بمفهوم تصميمي مشابه لتعلم "عين لندن" تحيط بشبك امامي يتمط Star Rider المستوح من اللغة التصميمية التعبيرية لدى العلامة التجارية البريطانية المثلث. وحصلت السيارة على مخرج عام توأمية. مقصورة سيارة ام جي ٦ حصلت على نسبة رياضية مع مسطار من

الرفعي، وزوتت بلوحة عدادات وكونسول وسطي بتصميم دكي، ويكتمل هذا مقاعد عصرية مغطاة بالجلد. مع التميز بمقصورة بالونين الأسود والأحمر في طرازات الفضة العليا. إلى جانب توفير المساحة الداخلية الأفضل ضمن فئتها، فإن MG٦ الجديدة كلياً مزودة بشاشة قياس ٨ إنش مع تقنيته ابل كار بلاي - Apple CarPlay، ومفتاح تشغيل يعمل بالضغط عليه، وميزة الدخول بدون مفتاح، وميزة التثبيت الأوتوماتيكي، ونظام مراقبة ضغط هواء الإطارات، وكاميرا رؤية خلفية، ونظام ثنائي المناطق للتحكم بالناح البارد مع فتحات خلفية لتكييف الهواء، وكل هذا من الطراز أن يتوفر قياسياً ضمن كامل لطاق المجموعة. ميكانيكا ستوفر سيارة ام جي ٦ في أسواقنا العربية ب محرك ٤ سلندر سعة ١.٥ لترع تيربو بولد قوة ١٩٦ حصان و ٢٥٠ نيوتن متر من عزم الدوران، يتصل به فير اوتوماتيكي من ٧ سرعات من نوع DCT، لتتسارع السيارة لشي تعمل فقط بنظام دفع أمامي للمحركات ٠ إلى ١٠٠ كم/س في ٧,١ ثانية، تستهلك هذه السيارة البنترول بمعدل ٧,١ لتر من البنزين لقطع مسافة ١٠٠ كم. لا تتوفر لفرقتنا في الوقت الراهن معلومات رسمية عن سعر ام جي ٦ في أسواقنا العربية، ولكن حالاً تتوفر لدينا هذه التفاصيل سنزودكم به على الفور إن شاء الله.

## مفهوم فولفو C ٣٦٠ ينادي بهييار سلامة عالمي للتواصل مع السيارات ذاتية القيادة



الأنباط - عمان

أطلقت فولفو للسيارات مفهومها C ٣٦٠ لمعالجة إحدى أهم التحديات التي تواجه اعتماد التكنولوجيا الذاتية وتنادي بمعيار عالمي جديد لضمان سلامة التواصل بين السيارات ذاتية القيادة والسائقين الآخرين على الطرقات. ترتبط القيادة الذاتية والسلامة بشكل وثيق، ولا تسلك إن تلك التكنولوجيا قد أحدث أهم تحسين في سلامة الطرق منذ أن اخترعت فولفو للسيارات حزام الأمان ثلاثي النطاق في العام ١٩٥٩.

إلا أن اعتماد التكنولوجيا للقيادة الذاتية سوف يتطور تدريجياً ولن يأتي بين ليلة وضحاها. كما أنه سوف يتم طرح السيارات ذاتية القيادة بالكامل على الطرقات مع السائقين الآخرين لتتشارك مع الطرقات نفسها. وبالتالي يصبح من المستحيل النظر إلى السائق الآخر مباشرة لتتصرف على نيته وهي إحدى العناصر الأساسية من التفاعل المروري اليوم. وفي إطار تطوير مفهوم C ٣٦٠، عمد مهندسو فولفو للسيارات إلى التطرق إلى كيفية ضمان التواصل بين السيارات ذاتية القيادة والسائقين الآخرين بشكل آمن وسليم.

كما تم التركيز على وضع معيار قابل للتطبيق عالمياً لكي تكون C ٣٦٠ الأول قياسياً بأربع مقاعد عالية الأداء، ومجهز بتقنيات أمان من حواف من المغنيزيوم إضافة إلى وسادة خلفية أكثر اتساعاً لتعزيز مستويات الدعم، بينما يتكامل النموذج الاختباري الثاني "كراش باك" بمعددين على مقاعد أمامية خلفية الوزن مخصصة للسيارات السباق ومصنوعة من ألياف الكربون مع ٤ نقاط للتثبيت عبر حلفات مثبتة مثبتة بدلاً من المقعد الخلفي.

الأهم هو أن تصميم C ٣٦٠ لتقنية التواصل السليم والأمن ركز على جعل السيارة تلتصق عن لثباتها للسائقين ولتتمكن أبداً من إضلال أية توجيهات وإرشادات على السائقين الآخرين. وقال ماثين إيكوبل، نائب رئيس مركز السلامة في فولفو للسيارات "نحن نؤمن تماماً بأن طريقة التواصل هذه سوف تتحول إلى معيار دولي لتسهيل التواصل بين السائقين وأية سيارة ذاتية القيادة بغض النظر عن صانعها. من الضروري أيضاً ألا نلغي على الآخرين ما هي الخطوات التالية لتفادي أي لغف. وأظهر بحثنا أنها الطريقة الأسلم للتواصل بين السيارات ذاتية القيادة والسائقين". يمثل C ٣٦٠ رؤية فولفو مستقبل نقل مستقل وكهربائي ومتصل وأمن ما يسمح لتولفو للسيارات بأن تدخل في أسواق حديثة تحقق نمواً كبيراً. يقدم استخدام أربعة محتفة للسيارات ذاتية القيادة هي بيئة النوم والمكتب المتحرك وعمرهة الجلوس والفضاء الترفيهي وكلها أدوات صياغة طريقة لنقل الأشخاص. كما نظر مهندسو فولفو للسيارات في بيئة النوم ولتصوير مستقبل تكنولوجيا السلامة وكيفية تأثير وضعية الراكب على سلامته. وتم تطوير بطنانية سلامة خاصة في بيئة النوم لتصور نظاماً مستقبلياً يعمل مثل حزام الأمان ثلاثي النطاق ولكن قابل للتكيف مع وضعية الأشخاص المستلقين أثناء الرحلة. كما تصور مفهوم C ٣٦٠ مجموعات من العملاء الجند المحتملين لأعمال الشركة ويفكر في تدابير ذلك على التخطيط الذي والشمسية التحتية والبصمة البنية

## تحقيق... هل السيارات الكهربائية أكثر نظافة حقاً من سيارات البنترول والديزل؟

الأنباط - رصد



السيارات الكهربائية أكثر نظافة وصداقة للبيئة من سيارات الاحتراق الداخلي، هذه الجملة قد تبدو بديهية ومحسومة للوهلة الأولى ولكن الغصة في الواقع أعمق من ذلك، والحقيقة أن تلبس السيارات الكهربائية في ظروف معينة -وإسناد معينة قد لا يمثل تليراً ملحوظاً في التأثير الضار على البيئة والمناخ مقارنة بسيارات البنترول والديزل.

مصدر الكهرباء

العامل الأهم هنا هو الكهرباء، أو بالأحرى مصدر الطاقة المستخدم في توليدها لشحن سياراتك الكهربائية، والذي يتمثل في معظم بلدان العالم حالياً في الوقود الحفري، مثل الفحم. حتى في الدول الغربية ذات الاهتمام الكبير بالدعم الرسمي للطاقة النظيفة والمتجددة، لا يزال الوقود الحفري هو المصدر الأهم لتوليد الكهرباء فيهم، بنسب تتراوح بين ٤٥ و ٦٠ في ألمانيا وأمريكا كإبرز مثال، ما يعني ببساطة انشغال الانبعاثات الضارة للبيئة من عادم سياراتك إلى المصنع المسؤول عن توليد الطاقة في مدينتك.

وقد قدرت الدراسات بأن سيارات تسلا الكهربائية كإبرز مثال في المجال ستؤدي إلى انبعاثات المواد النادرة اللازمة لتصنيع السيارات الكهربائية، بالأخص مادة الليثيوم المستخدمة في البطاريات، وقد أشارت الدراسات إلى أن تعدين هذه المواد يؤدي إلى استهلاك ضخم للطاقة، والتي تأتي في المعتاد من الفحم والغاز. وفي الواقع، تم تقدير أن ثلث

الكهربائية بأن انشغال الانبعاثات الضارة إلى المصانع ومحطات توليد الكهرباء على أطراف المدن هو أمر إيجابي في النهاية، إذ سيؤدي ذلك من انخفاض للتلوث المباشرة داخل المدن من عوادم السيارات، والتي قد تصل لمستويات غير مسبوقة في عواصم الدول النامية بالأخص، مثل القاهرة ونودني وبيكين.

الانبعاثات الكربونية التي تسبب فيها السيارات الكهربائية طيلة حياتها تأتي من عمليات تعدين المواد اللازمة للإنتاج قبل أن تلحق من المصنع للمستهلك، بما يعادل أكثر من ١١,٠٠٠ كيلوجرام من انبعاثات ثاني أكسيد الكربون، بينما عمليات إنتاج سيارات البنترول والديزل التقليدية ينتج عنها ما يعادل ٧,٠٠٠ كيلوجرام من هذه الانبعاثات.

ومما يتصل بهذه النقطة تحديداً هي إشكالية البطاريات الكهربائية المنتهى صلاحيتها، والتي تم حلها من معظم أماكن التصنيع لسببها مكوناتها وخطورتها على البيئة. حلول مبتكرة ولكن ظهرت حلول مبتكرة لهذه المشكلة مؤخراً، مثل قيام نيسان بإعادة تدوير البطاريات المستهلكة وجمعها

## جاكوار XE SV Project ٨ تسجل رقماً قياسياً جديداً في السرعة

الأنباط - دبي



عززت سيارة جاكوار XE SV Project ٨ مكانتها كأحد سيارات أربعة أبواب في العالم بعد تسجيلها رقماً قياسياً جديداً. حيث تمكن السائق المحترف راندي بويست على متن هذه السيارة، التي تشتمل بمحرك قوة ٦٠٠ حصان وسرعة قصوى تصل إلى ٢٠٠ ميل في الساعة، من اجتياز حلبة "ويلراندك ريسواي لاغونا سيكا" البالغ طولها ٦,٢٣٢ ميلاً - خلال دقيقة و٥٤.٣ ثانية متفوقة بفارق ثانية واحدة تقريبا على رقمها القياسي السابق.

وتعدّ XE SV Project ٨ سيارة سيدان فائقة الأداء وأقوى سيارة طريق تتجها "جاكوار" حتى الآن، وقام مهندسو قسم العمليات الخاصة لدى "جاكوار لاند روفر" بإجراء تحسينات تصميمية وهندسية مميزة لاختيار السيارة على أكثر منارات الاختيار إدارة في العالم بما فيها حلبة نوربورغرينغ نوردهايف الألمانية - البالغ طولها ١٢,٩ ميلاً - والتي اجتازتها خلال زمن قياسي قدره ٧ دقائق و٢٢.٢٣ ثانية.

وقد حرص مهندسو قسم العمليات الخاصة على تصميم وهندسة وجمع سيارة السيدان هذه لتواكب أقصى متطلبات عشاق القيادة حول العالم. وتعدّ XE Project ٨ التجسيد الأمثل لسيارات السيدان الرياضية XE من جاكوار، وبلاستثناء إلى هيكل الطراز XE المصنوع من الأنيوم خفيف الوزن. قام المركز الفني لقسم العمليات الخاصة في كوفشترتي بتجميع جميع سيارات XE Project ٨ ٣٠٠ حصاناً وتدريبها

المقاعد وإمالة زوايا الإطارات. وتم تصميم الحساسات الأمامية والخلفية خصيصاً للتلامح مع العجلات الأكبر والأعرض التي يتطلبها استخدام قرامل أكبر حجماً. كما تم استخدام عجلات من نوع "ميتلان بايلوت سيورز كاب ٢" لتوجيه قوة المحرك عبر ناقل حركة أوتوماتيكي Quickshift ثنائي السرعات، مما يساعد على تحقيق تسارع من ٠ إلى ٦٠ ميلاً في الساعة خلال ٢,٣ ثانية فقط، ويبلغ سرعة قصوى محددة إلكترونياً عند ٢٠٠ ميل في الساعة. ولتحقيق هذا الأداء الفائق، تم إدخال تحسينات مهمة على معمد الديناميكية الهوائية ونظام التعليق بما في ذلك وضع السباق Track Mode، لتتصلص على قوة ضاغطة قصوى، فضلاً عن إجراء تحسينات إضافية على استجابة أنظمة التخميد والخائق وعجلة القيادة. ويوجد نموذجين لسيارة Project ٨، الأول قياسياً بأربع مقاعد عالية الأداء، ومجهز بتقنيات أمان من حواف من المغنيزيوم إضافة إلى وسادة خلفية أكثر اتساعاً لتعزيز مستويات الدعم، بينما يتكامل النموذج الاختباري الثاني "كراش باك" بمعددين على مقاعد أمامية خلفية الوزن مخصصة للسيارات السباق ومصنوعة من ألياف الكربون مع ٤ نقاط للتثبيت عبر حلفات مثبتة مثبتة بدلاً من المقعد الخلفي.

## مشاركة كبيرة في الدورة العربية لاعداد القيادات

الانباط - عمان

الدورة العربية، برئاسة المجلس الوطني الأولمبية العربية و رئيس الاتحاد العربي لمراكز اعداد القيادات، مدير مركز اعداد القيادات الشبابة، د. ياسين الهليل قال ان هذه الدورة التي يشارك بها وفود تمثل 14 دولة عربية من مدارات الاندية في وزارات الشباب العرب، تهدف الى دراسة القضايا والتحديات التي تواجه ادرات الاندية في الدول العربية وتعزيز دور ورسالة الاندية الاجتماعية والثقافية

تحت رعاية وزير الشباب مكرم القيسي ينظم مركز اعداد القيادات الشبابة معنلا بوزارة الشباب بالتعاون مع جامعة الدول العربية - اللجنة الشبابة والكتب التنفيذية لوزراء الشباب والرياضة العرب - حفل افتتاح الدورة العربية لاعداد القيادات الرياضية للمعلمين مع الاندية - وذلك يوم الاحد المقبل 23 ايلول بحضور مندوب جامعة

ملف خاصة كالميرة  
هاتفك على الباركود  
لترى أخبار الرياضة  
في التولج الإلكتروني



## وفد اتحاد الإعلام الرياضي يغادر الى جدة



الانباط - عمان

مجلس الإدارة وخالد الخطاطبة أصبح المستوفى في اجتماع مجلس الإدارة الذي عقد مؤخراً للمشاركة في اجتماعات جدة المنتظر ان تحظى بمشاركة قرابة (30) دولة. ويؤكد حضور وفد الاتحاد الأردني للإعلام الرياضي تواجد الأردن الدائم في نشاطات واجتماعات الاتحاد الآسيوي للصحافة الرياضية، التي تشكل كذلك فرصة اللقاء بقيادات الإعلام الرياضي العربي والآسيوي ويحث أفاق التعاون المستقبلي مع الاتحادات والهيئات والروابط واللجان والجمعيات الشرفة على الإعلام الرياضي في الوطن العربي والقارة الآسيوية.

غادرتنا مساء امس وفد الاتحاد الأردني للإعلام الرياضي الذي يضم الزميلين عوني فريخ وخالد الخطاطبة، متوجها الى مدينة جدة بالمملكة العربية السعودية للمشاركة في اجتماع الجمعية العمومية للاتحاد الآسيوي للصحافة الرياضية الذي يستضيفه الاتحاد السعودي للإعلام الرياضي خلال الفترة من 21 - 25 أيلول الجاري. وبحسب الزميل محمد قدرى حسن أمين عام اتحاد الإعلام الرياضي الساطق الإعلامي فقد تم اختيار الزميلين عوني فريخ عضو

## الحسين يحقق اول فوز له في دوري المحترفين

الانباط - عمر الزعبي



حقق الحسين اربد اول انتصار له بالدوري، بعدما تغلب على الصريح بهدفين دون رد، في اللقاء الذي جمعها مساء امس، على ستاد الحسن، بمدينة اربد، بالفتاح مباريات الاسبوع الرابع، من الدوري الأردني للمحترفين لكرة القدم. هدفي الحسين اربد كانين بامضاء كل من بلال الداود وياترك على مدار شوطي المباراة، والتي شهدت اهدار الصريح لركلة جزاء عبر لابعه هناد جاسر، تألق الحناوي حارس الحسين اربد في ابعاده. ورفع الحسين اربد رصيده إلى "3 نقاط"، وهو ذات رصيد الصريح الذي تعرض لأول خسارة.

## منتخب الناشئين يبدأ مشواره الآسيوي بمواجهة كوريا



الانباط - عمان

منتخبنا الوطني المشاركة في البطولة الآسيوية من اللاعبين، اساعة الكواملة : ياسين محمود، عبد الرحمن الشقة، رزق بنى هاني، مهدي سميرين، راشد الحناحة، زائر الدبريالي، عامر جاموس، محمد جمال، محمد هشام، محمد بنى ياسين، محمد الحياوي، فايز لطفي، محمد الزايد، أحمد العفراوي، عبادة الرزي، عادل المصري، جبر خلف، عثمان الشاشية، عمرو اسماعيل، شريف اليابالي، أمين الشاشية، أحمد الزعول.

بالتصفيات ضمن المجموعة الأولى، يفوز على السعودية "صاحب الأرض"، وتقلب على سيرلانكا 1-0، وتعادل مع أوزبكستان 1-1، وهزأ على البحرين 2-0. وكان المنتخب وعلى مدار الأشهر الماضية قد كثف تحضيراته عقب تأهله للنهايات، وحرص الجهاز الفني بقيادة المدرب عبدالله القططلي على إقامة عدة محسرات داخلية وخارجية تخلفها مباريات ودية دولية، وتتكون تشكيلة

وزعت على أربع مجموعات حيث ستأهل المنتخبات التي احتلت المركز الأربعة الأولى إلى بطولة كأس العالم تحت 17 عاماً والتي تستضيفها برو العام المقبل. ويتطلع المنتخب الوطني بقيادة المدير الفني عبدالله القططلي في تسجيل بداية قوية في أولى مبارياته بالبطولة أمام كوريا الشمالية وذلك قبل ملاقاته عمان يوم 21 واليمن يوم 24 أيلول الحالي. وتأهل منتخب الناشئين إلى النهائيات الآسيوية بعد أن احتل المركز الأول

يفتح منتخبنا الوطني للناشئين (تحت 17 عاماً) لكرة القدم اليوم مشاركته في النسخة الثامنة عشرة من بطولة كأس آسيا والتي تستضيفها ماليزيا حيث سيخيل عن الساعة 11:30 صباحاً بتوقيت الأردن مع المنتخب الكوري الشمالي ضمن منافسات المجموعة الثانية. ويشارك في البطولة التي تستمر حتى 7 تشرين الأول المقبل، 16 منتخباً

## وسام جوقة الشرف الفرنسي للقيسي

الانباط - عمان

استقبال حضره مدير ادارة الشرق الاوسط وشمال افريقيا السيد جبروم بونافو وضد من رؤساء البعثات الدبلوماسية في الجمهورية الفرنسية رجال السياسة الفرنسيين - و اشاد شورود في كلمة أمام الحضور بالعلاقات التاريخية الفرنسية الأردنية التي يقومها جلالته الملك عبدالله الثاني ابن الحسين والرئيس الفرنسي ايمانويل ماكرون. بدوره اشار القيسي الى الدور الرئيس الذي لعبه فرنسا على الساحات الإقليمية والدولية وساهمتها في حفظ الامن والسلم الدوليين -

متح الرئيس الفرنسي ايمانويل ماكرون وسام جوقة الشرف برتبة ضابط كبير لوزير الشباب مكرم القيسي تقديراً لخدمته الثناء تولىه منصب سفيرا للمملكة في الجمهورية الفرنسية منذ العام 2013 حتى منتصف حزيران 2018 حينما صدرت الازارة الملكية السامية بتعيينه وزيرا للشباب في حكومة الدكتور عمر المرزا. وقد قام امين عام وزارة الخارجية الفرنسية السيد موريس غوردو موتان بتقليد القيسي الوسام خلال حفل

## جرايا يقود الفيصلي

الانباط - عمان

الفريق مساء اليوم... وقيادته امام فريق السلف يوم السبت خلفا للمدرب السابق الذي اعطته الازارة من مسؤولية قيادة الفريق بالنظر لتراجم المستوى الفني..

انتهت ادارة النادي الفيصلي يوم امس التفاوض مع المدرب طارق جرايا بشكل رسمي على ان يتولى قيادة تدريبات

## النشامى يحافظ على مركزه في تصنيف الفيفا

الانباط - عمان



استقر المنتخب الوطني لكرة القدم في المركز (110) في تصنيف الاتحاد الدولي "فيفا" والذي صدر يوم امس، وبقي المنتخب بذات المركز منذ حزيران الماضي وفق لنظام "فيفا" الجديد، الذي يرتكز على احتساب نقاط المباريات الرسمية بشكل أكبر من "الودية"، ويملك النشامى (1189) نقطة في رصيده حالياً، في المركز 19 على المستوى الآسيوي الذي تصدره ايران على حساب استراليا واليابان فيما تقدمت بلجيكا للريادة العالمية أمام فرنسا التي تراجع للمركز الثاني.

## مشاركة كبيرة في الدورة العربية لاعداد القيادات



الانباط - عمان

يشارك بها وفود تمثل 14 دولة عربية من مدارات الاندية في وزارات الشباب العرب التي تواجه ادرات الاندية في الدول العربية وتعزيز دور ورسالة الاندية الاجتماعية والثقافية الى جانب الرياضة واعداد قيادات فاهارة على التعامل مع ادرات الاندية وادارة الازمات اضافة الى تبادل الخبرات بين الدول المشاركة في الادارة الفاعلة للاندية -

تحت رعاية وزير الشباب مكرم القيسي ينظم مركز اعداد القيادات الشبابة معنلا بوزارة الشباب بالتعاون مع جامعة الدول العربية- اللجنة الشبابة والكتب التنفيذية لوزراء الشباب والرياضة العرب حفل افتتاح الدورة العربية لاعداد القيادات الرياضية للمعلمين مع الاندية - وذلك يوم الاحد المقبل 23 ايلول بحضور مندوب جامعة الدول العربية، ورئيس اللجان الوطنية الأولمبية العربية ورئيس الاتحاد العربي لمراكز اعداد القيادات.

ويشارك في الدورة التي ستقام فعالياتها خلال الفترة من 23 وحتى 28 من ايلول كلا من فلسطين مصر العراق المغربال كويت، عمان، البحرين، اليمن، موريتانيا، لوصمال، ليبيا، الامارات العربية المتحدة، السودان وليبنان والاردن -

مدير مركز اعداد القيادات الشبابة د. ياسين الهليل قال ان هذه الدورة والتي

## منتخب الناشئات يواجه الصين في التصفيات الآسيوية

الانباط - عمان



يخوض منتخبنا الوطني للناشئات تحت 16 عام مواجهته المهمة امام منتخب الصين عند الثامنة والنصف صباح اليوم بتوقيت الاردن على ملعب سيلوس في كوثيو عاصمة سيرلانكا لحساب الجولة الثالثة من الدور الاول للتصفيات الآسيوية. واجرى المنتخب امس تدريباً رئيسياً بمشاركة جميع اللاعبات استعداداً للقاء المهم والذي يسعى من خلاله الجهاز الفني الخروج بنتيجة مرضية تعزز من آماله بالتأهل لتدور الثاني. وقالت مدربة المنتخب منار فريخ ان المهمة التدريبية سبقت الجوانب الفنية والتكتيكية، والتركيز على طريقة اللعب امام الصين ووضع اللمسات

1-0، في حين هزأت الجولة الثالثة عن فوز أوزبكستان على جوام 1-0. والصين على سيرلانكا 1-0.

1-0، وفوز سيرلانكا على جوام 1-0، فيما شهدت الجولة الثانية فوز الأردن على سيرلانكا 1-0، والصين على جوام

النهائية على التشكيلة التي ستخوض لقاء الجمعة. وكانت الجولة الأولى شهدت تعادل الأردن مع أوزبكستان

## بطولة المهلكة للجودو تنطلق اليوم

الانباط - عمان

الرجال، الشباب والناشئين. وتأتي هذه البطولة ضمن أجندة الاتحاد العربي والتي يسعى من خلالها إلى إقامة العديد من البطولات التنشيطية لزيادة احتكاك اللاعبين والترويج للرياضة. في حين تأتي مشاركة فئة الناشئين بهدف رصد المواهب التي يمكن ضمها للمنتخب الوطني.

تتعلق صباح اليوم منافسات بطولة المهلكة التنشيطية للجودو للفئات العمرية بعناية الأمير راشد بمدينة الحسين للشباب، وستمر حتى يوم السبت القادم بمشاركة أكثر من 100 لاعب يمثلون فئات

# صحف إيطاليا تبرز طرد رونالدو الفاضح ودرس الريال لروما

روما - وكالات



ركزت الصحف الإيطالية الصادرة، على الطرد الذي تعرض له كريستيانو رونالدو، نجم يوفنتوس أمام فالنسيا، بدوري أبطال أوروبا، وعلقت صحيفة "لاجازيتا ديللو سبورت" يوفنتوس من ١٠، أكثر قوة بالرغم من الحكم، بينما باعترة لاصيين لمدة ساعة، بعد الطرد السخيف لرونالدو الذي خرج يركب، وأضافت "بعد ذلك، يسجل ميراليم بيانيش ركني جزاء وتشيزي يتصدى لوحده من فالنسيا، وتابعت في البرناديو، روما يخسر أمام إسكو فرانيسكو يستلم، روما يخسر أمام إسكو ويبل، درس من الريال، بينما أولسن حد من الضرر وماريانو ميازا أكملها بالثلاثية، وأردفت "لاجازيتا ديللو سبورت"، ابتكاري غاد، الآن يبحث عن الـ ١١ أهداف مع التتر، السان سبرو صندوقاً لتر، الثلاث مباريات الأولى جمع ٧ ملايين يورو، واكملت "هيجواين المخلص في الدوري الأوروبي، ميلان يتنقذ، وخرجت صحيفة "كورييري

ديلو سبورت" بعنوان، "حش بدونه! كريستيانو يُطرد بعد نصف ساعة - لأول مرة في دوري أبطال أوروبا - ويغادر وسط دموعه لكن يوفنتوس يبقي هادئاً، وأضافت "هدفاً بيانيش من ركني جزاء، منحنان أيجري النجاح في فالنسيا، ماكس أيجري بهاجم الحكم، بعقابة رونالدو الحمراء

خاطئة، نحن بحاجة إلى تقنية الفيديو، وعن مواجهة روما أمام ريال مدريد، علقت الصحيفة قائلة، "روما، تم دفع الضراب، دي فرانيسكو يستلم في سانتياجو بيرنابيو، تحت طلفات إسكو، بيل وماريانو، الريال قوي للغاية، أولسن الأفضل لكن النتيجة ٢-٠، واستمكت "سبورت ريج بعقابة التأهل

# معسكر مشترك لمنتخب الطاولة مع نظيره الكرواتي

الأنباط - عمان



بهذا المعسكر لاصياً وأن منتخب كرواتيا يضم في صفوفه لاعبين مميزين الأمر الذي يساهل إضافة قوية لتدريبات منتخبنا الوطني، من جانبه، أثنى المدرب الكرواتي، ليوكولا فيكولجا، على تدريبات المنتخب الوطني لكرة الطاولة واصفاً إياها بالاحترافية، في الوقت الذي أشاد به بمركز الإعداد الأولي وبالمرافق التي يحتويها وهو الأمر الذي يساهل نقطة مضنية في مسيرة الرياضة الأردنية على حد وصفه.

يقدم المنتخب الكرواتي لكرة الطاولة معسكراً مشتركاً رفقة منتخبنا الوطني يستمر حتى يوم الثلاثاء القادم في مركز الإعداد الأولي، التابع للجنة الأولمبية الأردنية ويتكون المنتخب الكرواتي من عشرة لاعبين من بينهم اللاعب أندريا بافوفيتش والتي تستعد للمشاركة في دورة الألعاب الأولمبية الثالثة للشباب، وأعرب مدرب المنتخب الوطني لكرة الطاولة، مصطفى رضا، عن سعادته

# حملان السيتي ورجال يونايتد في صدر صحف إنجلترا

لندن - وكالات



فالنسيا بالذوق، "الناصح رون يحرم من العودة إلى أولد ترافورد"، في إشارة إلى احتمالية غياب اللاعب من مباراة فريقه أمام مانشستر يونايتد، من ناحيتها، نشرت صحيفة "جارديان" عنواناً يقول "ليون يصنع سيتي الرقيق" مضيفة "هدف سيلفا يفسد في منع الهزيمة أمام ليون"، وقالت الصحيفة في عنوان آخر "الريدز على نار" مضيفة "يوناييتد العائد إلى مستوى يلغى الشبان درساً"، أما صحيفة "ديلي ستار"، فكانت في عنوان "فريش فرايد - فني فرنسي" وأضافت "الحرم بيب يراقب العرض المرعب"، واستعرضت أيضاً فوز يونايتد بـ يوسف النجم بول بوجيا بـ "الثاني"، فيما فضلت صحيفة "ديلي مابل"

التركيز على طرد رونالدو بعنوان "دموع رونالدو"، وقالت في عنوان آخر "سيتي يسقط أمام ليون لكن بوجيا يحمل يوناييتد"

# تواصل منافسات بطولة السلة العسكرية

الأنباط - عمان



بشريحة ٧٢-٦١، فيما فاز فريق المنطقة العسكرية الوسطى على فريق سلاح المدفعية بنتيجة ٧٦-٥٥، وتوكلت منافسات الدوري حتى يوم الخميس المقبل حيث يلتقي سلاح الجو والمنطقة العسكرية الشرقية، يشار إلى ان الدوري العسكري يقام بمشاركة ٥ فرق، ويتكلم من الاتحاد الرياضي العسكري.

حقل فريقا المنطقة العسكرية الشمالية والمنطقة العسكرية الوسطى فوزين يوم أمس في طائر منافسات دوري الفوتبال لسلحة لكرة السلة التي تقام منافساته في صالة الأمير حمزة بمدينة الحسين للشباب، وفاز فريق المنطقة العسكرية الشمالية على فريق المنطقة العسكرية الشرقية

# يد الناشئين تخسر امام الهند وتلتقي اليابان اليوم

الأنباط - عمان



وكان يوسف المعطاي أفضل هداف من جانب منتخبنا الوطني برصيد ٦ أهداف، وسيلتقي منتخبنا الوطني مع المنتخب الياباني مساء اليوم في مباراته الثانية بالدور الثاني قبل أن يختم لقاءاته في هذا الدور مع المنتخب البحريني يوم غد السبت.

خسر منتخبنا الوطني للناشئين لكرة اليد مباراته أمام المنتخب الهندي بنتيجة ٢٨-٢٦، وذلك في اللقاء الذي جمع المنتخبين مساء أمس في أول مباريات المنتخبين بالدور الثاني للبطولة الآسيوية والتي تستضيفها الأردن حتى ٢٦ الحادي، وفرض المنتخب الهندي أفضليته في الشوط الأول من اللقاء وسط سوء المراقبة الدفاعية من قبل لاعبي منتخبنا الوطني لينتهي هذا الشوط لصالح الهند بنتيجة ١١-١٠، تحسن أداء منتخبنا الوطني بشكل ملحوظ في الشوط الثاني ونجح في لتفليس الطرف لينتهي هذا الشوط لصالح الأردن بنتيجة ١٦-١٤، لكن الهند تفوقت بالنتيجة الإجمالية ٢٨-٢٦.

# ديوكوفيتش: واقعة فيدرر ونادال الأفضل في ٢٠١٧

عواصم - وكالات

عندما تغلب فيدرر على كيربوس ومن ثم هز نادال لاحتضانه فحراً، وأضاف اللاعب الصربي، كما تابعنا لقطات رائعة من مباراة فيدرر ونادال في الزوجي، وكان من الرائع متابعة أفضل اثنين في تاريخ اللعبة (فيدرر ونادال) يلعبان إلى جوار بعضهما البعض للمرة الأولى، حيث يدعمان بعضهما بشكل يومي، وتقع ديوكوفيتش، هذه هي فترة كأس تير، وهذا هو السر وراء روعة الفكرة وتميز تلك الصبغة التي تحمل اسم تيفر أمد الأنابتر الحية في اللعبة، وأشعر بالفخر في للمشاركة في بطولة تحمل اسم فهو واحد من أهم اللاعبين في تاريخ اللعبة، وعهد الطيرين للأجيال القادمة.

أعرب اللاعب الصربي لوفاتك ديوكوفيتش، عن تحمسه الشديد للمشاركة في كأس تيفر في نسختها الثانية والتي تطلق اليوم الجمعة في مدينة شيكاغو، ولهاب اللاعب الصربي عن النسخة الأولى من البطولة بسبب الإصابة، وهي النسخة التي توج بها فريق أوروبا على حساب فريق العالم بعد فوز روجر فيدرر على نيك كيربوس في المباراة أقيم بالعاصمة الأنجولية لوانا، ويشتهر مازينبي، بقوله على مقعبه الذي نادرا ما يخسر عليه خاصة في دوري أبطال أفريقيا، وهو ما يزيد من فرص تأهله

# صحف إسبانيا تشغل بحفلة ريال مدريد وتوهج ميسي

مدريد - وكالات



متابلاً في دوري الأبطال، مع أفضل معدل تهديفي، وسلطت الصحيفة الضوء على طرد رونالدو أمام فالنسيا، وانتصر ريال مدريد بثلاثية نظيفة على روما، وتصدر ميسي غلاف صحيفة "سبورت" بعنوان، "ميسي المتكامل"، وأضافت الصحيفة، "ميسي يضع كل تركيزه مع برشلونة، قائد في اللعب وفي غرفة خلع الملابس، يريد أن يعيش سنة لا نسي"، وأبرزت إضافة كولينو ميسي، إنه يلوم بأشياء لا يمكن تصديقها، ولا يمكن إيفاءه، ويفعل دائماً أشياء جديدة"، وواصلت، "رونالدو يُطرد في السبانيا، ويوفنتوس يحقق الانتصار بدونه"، وكان العنوان الرئيسي لصحيفة "ديوير ديورتي"، "أين أنتم؟"، وتابعت، "ملعب السبانيا أملاً بالجاهير، ولكن مارسيلينو وفريقه لم يظهروا في المباراة".

ركزت الصحف الإسبانية الصادرة، على انتصار ريال مدريد على روما بثلاثية في دوري الأبطال، والأرقام القياسية التي حققها برشلونة في البطولة، وعلقت صحيفة "ماركا"، يا لها من حفلة، وأضافت، "ريال مدريد كان رائعاً، حيث تفوق على روما بـ ٣ أهداف من إسكو، بيل، وماريانو ميازا"، وأبرزت الصحيفة طرد كريستيانو رونالدو ويوفنتوس، وانخرطه في اليكاه أشاء خروجه من أرض الملعب، وجاء العنوان الرئيسي لصحيفة "موندو ديورتيو"، "بارسا الأرقام القياسية"، وتابعت، "مع ميسي ودييغو برنولته يسجل أفضل انطلاقاً له منذ ١٩٦٠"، وواصلت، "ميسي يسجل في ١٤ موسمًا

# العرب يستهدفون نصف نهائي دوري أبطال أفريقيا

عواصم - وكالات



تطلع الفرق العربية فواصلة مسيرتها في بطولة دوري أبطال أفريقيا لكرة القدم، حينما تخوض مباريات الإياب في دور الثمانية بالمنطقة القارية، وضمت الكرة العربية لمقعدين على الأقل في المربع الذهبي للبطولة، حيث يلتقي النجم الساحلي التونسي مع صيفه ومواطنه الترسني، بينما يستضيف الوداد البيضاوي المغربي (حامل اللقب) وفق سطيح الجزائر، ويواجه الأهلي المصري صيفه حوريا كوناكري الغيني، ميريثي تونسي ساحل وينشهد الملعب الأولي بسوسة مواجهة لوسية ساخنة بين النجم والترسني، حيث يدخل كل فريق اللقاء والأمل بحدوده في الاستمرار بالبطولة الأهم والأقوى على مستوى الأندية في القارة السمراء، وعقب فوزه ١-٠ في لقاء الذهاب الذي جرى بالملعب الأولي في رادس أصبح يكتفي الترسني، الفائز باللقب عامي ١٩٩١ و٢٠١١، بالتعادل بأي نتيجة أو الخسارة بفارق هدف وحيد شريطة نجاحه في تسجيل هدفين على الأقل للصعود للدور قبل النهائي للمرة الأولى بعد غياب دام خمسة أعوام، في المقابل، يرغب النجم في الفوز بهدف نظيف أو بفارق هدفين على الأقل حال امتزاز شبكه في اللقاء، من أجل الاستمرار في البطولة التي توج بها عام ٢٠٠٧، والتأهل للمربع الذهبي لتتسحق الثانية على التوالي، ويدير شهاب التليبي مدرب النجم الساحلي المدع بمسارين الشبخاري، في القائمة الأساسية للمباراة لزيادة

الخامس بالمر البيضاء، تحجز بطاقة التأهل للدور قبل النهائي في البطولة التي توج بها عام ١٩٩٢ أيضاً، واستمرار الظهور في هذا الدور للنسخة الثالثة على التوالي من جانبه، يلعب الوفاق المباراة بأحساب أهدأ قليلاً من منافسه، حيث يكفيه التعادل بأي نتيجة أو حتى الخسارة بفارق هدف وحيد بشرط نجاحه في التسجيل للصعود إلى الدور المقبل، في المقابل، يأمل الأهلي في اجتياز عقبة حوريا كوناكري عندما يلتقي معه بعد

العامين من وداع السنافة عقب خسارته ٠-٠ لقاء الذهاب، ويتعين على الوداد الفوز بفارق هدفين في اللقاء الذي سيقام على ملعب محمد



## كيف تكتسب خبرة في مجال التدريب حسب تخصصك؟

الأنباط - وكالات

يجب على كل فرد عامل الحرس على التدريب والتأهيل المناسب، الذي يضمن له نقل الخبرات بشكل احترافي، لكي يظل هو محور النجاح الأول في كل المشاريع، سواء على صعيد القطاع الحكومي، أو القطاع الخاص، وهنا عليه البدء في تحديد الاحتياجات والبرامج والمناهج التي يود التدريب عليها، وألية التدريب، وكيفية الوصول للنتيجة المرجوة، من أجل مواكبة المناهضة في سوق العمل، ولا يتوقف التدريب في مرحلة معينة، حيث أن العلم دائماً في تطور مستمر.

ولكني تحدد المجال المناسب لبدء التدريب الخاص بك، عليك تحديد بعض المحاور الهامة قبل أن تشتت نفسك، وبما ما يلي يقدم لك مدرب التنمية البشرية محمد أبو شوك بعض النقاط الهامة لتستفيدك التدريب.

### الهدف من التدريب

تحديد الهدف من التدريب، الذي سوف تقوم به، فإذا كنت في مجال الهندسة، وتطمح بأن تكون في التسم الإداري من الشركة، فهذا يجب أن يكون تدريبك يميل أكثر إلى دراسة الإدارات الهندسية وألية عملها، بخلاف إذا كان هدفك هو التعمق في مجال الهندسة والتبحر فيه، فهذا يختلف نوع التدريب بشكل كلي.

الاستعانة بخبير لتقييم أهدافك، قبل البدء في التدريب، عليك أن تكون



من المهارات اللازمة، ويعتبر هذا السؤال والملاحظة والاستماع للتصالح هو العامل الأساسي للتعلم.

### التعلم عن بعد

أصبحت مواقع التواصل الاجتماعي وشبكات الإنترنت عامل حفاظ للتعلم والتدريب، فممتلكك التواصل وتبادل الخبرات مع العديد من الأشخاص في مختلف المجالات والبيئات، مما يعزز معلومات بشكل أكبر، وبممتلكك التواصل مع العديد من المحترفين في مجالك والعاملين فيه في وقت واحد.

### اختيار المركز المناسب

إذا كنت ممن يفضلون التدريب الأكاديمي القائم على المحاضرات والحضور والانصراف، فهناك العديد من المراكز التي تقدم دورات تدريبية، ولكن عليك اختيار الأكثر كفاءة فيها من حيث المادة التعليمية والشهادات المعتمدة واحترافية المدربين.

أكثر الأخطاء التي يقع فيها العديد من الأشخاص تتمثل في الوقوف عند حد معين من التدريب والتعليم والاكتفاء به، إلا حين أنه يمكنهم تطوير أنفسهم بشكل أكبر ومستمر، فالعلم لا يتوقف أبداً، وكذلك التطور في المجالات المختلفة، فتجد كل يوم وكل ساعة بحثاً جديداً ينشر قد يلب جميع الموازين، بل قد يغير مفهوم التخصص تماماً، لذلك يجب متابعة التدريب والتعلم بشكل يومي وأسبوعي وشهري وسنوي.

من الجيد اكتساب الخبرات من قبل الآخرين والعاملين القدماء، وذلك عن طريق متابعة ملاحظاتهم، وتعلم الكثير

قد يرشدوك إلى شيء آخر لم تتح عليه عينك من قبل.

**التدريب أثناء العمل**

بعد سنوات قليلة، وعليك أن تواقب المستقبل، كذلك عليك استشارة الآخرين في مجالك، سواء مديرك، أو الزملاء،

متأكد تماماً من هدفك، وأنه ملائم لك ويتماشى مع المستقبل، فلا تضع وقتاً في التدريب على شيء سوف يأتي

## الخضراوات الخضراء - تحسين المزاج في أوقاتنا



الأنباط - وكالات

الخضراوات الورقية الخضراء تلك فواكه جمة على الجسم، لذا، حاولي عدم التخلي عنها أبداً، لا سيما في الجو الحار، لأنها تعارب الانتهايات في الجسم وتقي من الأمراض المختلفة.

اختصاصية التغذية د.أمل فتناهي تطلقنا في الأنبي على محتويات الخضراوات الورقية الخضراء وأهميتها.

الخضراوات الورقية الخضراء مصدر مهم للنيوتامينات مثل فيتامين سي، C، فيتامين إي، E، وبي، B9، والمعادن، مثل الحديد، الكالسيوم، البوتاسيوم والمغنيسيوم، وغيرها، حيث تعمل على تقوية العظام، ومنع تكسب الخلايا والحد من ارتفاع ضغط الدم، وتحسين جهاز المناعة.

وتؤمن الخضراوات الورقية الخضراء الوقاية من سرطان القولون والمستقيم، والمعدة، وسرطان عنق الرحم، والجلد،

والرئة.

وتعد الخضراوات ذات الأوراق الورقية الخضراء الداكنة مثل: الجرجير، الهندباء، السلق، السبانخ، الكرنب، والبنقدوس... من أغنى المصادر بمادة اللوتين التي تمتاز بخصائصها الوقائية للعيون من الأمراض، حيث تقوّي النظر وتختلف من احتمال الإصابة بإعتام عدسة العين.

والخضراوات الخضراء غنية بحمض الفوليك أي فيتامين بي، B9، الذي

يؤمن الحماية من أمراض القلب والأوعية الدموية، ويحمي الذاكرة. كما أنه يحتمل على إنتاج السيروتونين، مما يحول دون تعكر المزاج، ويحسن القدرات العقلية.

في حين أن النيوتامين إي، E الموجود في الوريقات الخضراء يعمل جنباً إلى جنب مع النيوتامين سي، C للحفاظ على الصحة الجلدية، وحماية الجلد من الشبوخة التي تسببها أشعة الشمس، كما محاربة الإرهاق والتعب.

## كيفية التعامل مع الزوج الذي يفشي أسرار العائلة



الأنباط - وكالات

أبناءكم؟ بالإضافة إلى الصورة والفكرة العامة التي ستترين من قبل الآخرين عندك.

**• أظهر مدى الزعاجك،** أخبره بأنك تتضايقين من هذا السلوك، وعبري عن مشاعرك تجاه هذا الفعل، وأكّد لا تودين أن يعرف أحد بالأمر والمشكلات التي تحصل بينكما؛ لأن هذا الأمر تدين أنه يؤثر العلاقة بينكما، ويظهر أمام الآخرين بشكل سيء ومزعج.

**• اتخذ قرارات قوية،** هناك مواقف لا يمكن أن تمر دون أن تكون هناك وقفة، وكما انغلنا عبري بهدوء شام عن ما يزعجك، واتخذ قرارات اللازمة والإجراءات القروضة إلى حين أن يتغير زوجك من هذه الخسلة الغير جيدة.

**• ساعديه على التغيير،** التغيير يتطلب وقتاً ومساومات كثيرة، فلو شعرت بأن زوجك يبذل مجهوداً فاعلماً ليتغير، ساعديه وشجعه، واتجاوزي عن الأخطاء الصغيرة التي يمكن تجاوزها. ولو رأيت أنه يشعر بخطئه، فني إلى جانبه، وأبدية على نوم نفسه.

**• اجيني إلى أخصائي،** يمكنك أن تلجئي إلى شخص متخصص عند تطبيقتك لكافة الحلول ولم تصدي أنها تبدي معك أدنى نفع أو لم تغير من العادات السيئة التي يعاها زوجك تجاهك وتجاه العائلة في إضفاء أسراركم.

الأسرار المنزلية ومحيط البيت شيء خاص بك أنت وزوجك، ولا يحق لأحد أن يطلع على تلك الأسرار العائلية، لكن المشكلة إذا كنت تمتلكين زوجاً يفشي كافة الأسرار والمشاكل العائلية التي تدور داخل محيط المنزل، فكيف تتعاملين مع زوجك إن توصلت إلى أنه يفشي أسرار المنزل إلى الخارج، أي بين محيط عائلته وإخوته؟

أخصائية العلاقات الأسرية والتربوية د.أمل فتناهي، تطرح عليك في ما يلي عدداً من التصالح التي تساعدك في حل هذه المشكلة:

**• الاتفاق فيما بينكما،** اتفقي مع زوجك على ما يمكن أن يقال، وما لا يصلح أن يقال لأي شخص آخر، فعلى الرغم من أن هناك أشياء متفق على أنها لا يجوز أن تنال للأخرين، إلا أن هناك أموراً أخرى يختلف تقديرها من شخص إلى آخر، وترجع إلى الاتفاق بين كل زوجين، وربما تكون أسراراً من وجهة نظرك، وأبست كذلك في رأيها، لذا يجب أن تتحدثا بهضكما حتى يفهم كل منكما كيف يفكر الآخر؟ وتتوصلا إلى حل يرضيكما أنتما الاثنان.

**• معرفة مساوي كثره (الجديت)،** ذكره دائماً بأسرار إفضائه للأسرار، وساعديه على إدراك أن هذا السلوك يضر العلاقة بينك وبينه وبينك وبين أهله، وكيف يؤدي

حمل تطبيق صحيفة الأنباط

عن أجهزةكم المحببة عبر (آبل ستور - جوجل بلاي)

تحميل من Google Play و App Store

إندعونا على مواقع التواصل الاجتماعي: @Alanbatnews