



تابعوها على توتدورها الجديد
عامومي 11390 - قمر عرب سات (بحر)

برنامج أمان
لتغطية علاج
مرض السرطان
ابتداءً من 38 دينار
سنوياً ويسقف
50,000 دينار

gig Jordan

06-5654550

العدد 26 - صفر 1440 هـ - الموافق 3 تشرين الثاني 2018 م - العدد 833 - السعر 200 فلساً - السنة الحادية عشرة

سلط عدسة
كاميرة هاتفك
على الباركود
لترى الصفحة
كاملة

الجزيرة يصيف الوحدات
لقائته ضحاياه وتبادل عادل
بين الأهلي وشباب الأردن

ضابط إسرائيلي كبير
قتلنا في استعادة
الحدود الأسرى من غزة

شركات محلية تتختم
مشاركتها بمعرض
«ياهكس» الغذائي

الملك يعزي الرئيس المصري بضحايا هجوم المنيا الإرهابي

إدائه الشديدة لهذا العمل الجبان
مؤكدا وقوف الأردن إلى جانب الشقيقة
مصر في جهودها في محاربة الإرهاب
والحفاظ على أمنها واستقرارها. وعبر
جلالته عن أسفه ومشاعر التعزية
والواساة بهذا التصيب، سائلا الله العلي
القدير أن يتخذ الضحايا بواسع
رحمته، وأن يمن على الصابرين بالشفاء
العاجل، ويحب مصر وشعبها الشقيق
كل مكروء.

الابتاط-عمان
بعث جلالة الملك عبدالله الثاني
برقية تعزية إلى الرئيس المصري
عبد الفتاح السيسي بضحايا الهجوم
الإرهابي الشيعي الذي استهدف أمس
الجمعة حافلة للأقباط في محافظة
المنيا المصرية. وأودى بحياة عدد من
الضحايا الأبرياء وإصابة آخرين.
وأصرب جلالته في البرقية عن

في جبهة «شعبنا سيسقط الوعد المشنوم» إصابات بالرهاس الحي في اعتداء الاحتلال على المسيرات

غزة-وكالات
أصيب عدد من المواطنين والصحفيين
بالرهاس والاختناق الشديد جراء اعتداء
قوات الاحتلال الإسرائيلي على المسيرات
السلمية في مخيمات العودة كافة شرق قطاع
غزة في الجمعة 32. إسيرات العودة وكسر
الحصار والتي أطلق عليها «شعبنا سيسقط
الوعد المشنوم».

وأفاد الناشط باسم وزارة الصحة د.
أشرف القرقرة أن 32 مواطناً أصيبوا بجراح
مختلفة جراء اعتداء الاحتلال على المسيرات
السلمية شرق قطاع غزة منها 7 إصابات
بالرهاس الحي، مشيراً إلى أن العشرات
من المواطنين أصيبوا بحالات اختناق شديدة
لم علاجها ميدانياً.

ويعتقد الناشطون أن الاعتداءات من
المواطنين شاركوا في فعاليات جمعة «شعبنا
سيسقط الوعد المشنوم» في كافة مخيمات
العودة تأكيداً على استمرار المسيرات حتى
تحقيق مطالب المسيرة كافة خاصة إنهاء
الحصار الإسرائيلي بشكل كامل عن قطاع غزة
وأشار إلى أن الجماهير الفلسطينية أمت
صلاة العصر في مخيمات العودة لم توجه
عدداً من الناشطين تجاه السياج الزائل واقفين
علم فلسطين. مؤكداً أن الجماهير التزمت
بقرارات الهيئة العليا لسيارات العودة وكسر

ورصد مراسلنا خلال تغطيته الصحفية
أن المواطنين أكثر وعياً خاصة وأنهم يلتزمون
بقرارات الهيئة العليا لسيارات العودة بسلمية
المسيرة. مشيراً إلى أن الجماهير تلقت

الحصار بسلمية المسيرات الشعبية وضيقت
النفس في مواجهة الاحتلال الإسرائيلي
الذي أطلق عشرات قنابل الغاز المسيل للدموع
تجاههم خاصة شمال القطاع.

المجالي: الإشاعة تقتل الروح المعنوية للمواطن

الابتاط-عمان
وأوضح المجالي أن ذلك يحثنا أولاً إلى
فهم مدى التأثير الذي تركته وسائل التواصل
الإجتماعي على المجتمع الأردني، مبيناً أن
الإشاعة في مفهوم العسكري والاستراتيجي
تستهدف هزيمة المجتمعات والدول من الداخل.
وأكد المجالي خلال الشدوة الحوارية التي
عقدت بالتعاون مع منتدى عمان للحوارات
الاستراتيجية أن الأردن دولة عصرية وتمتلك قوة
عسكرية حديثة من كثير من الأخطار والحرر
«وكان ذلك بفضل أبناء الأردن وبناة وشرعية
القيادة الهاشمية».

التفاصيل ص 20

الابتاط-عمان
حدث وزير الداخلية السابق العين حسين
هزاع التجالي من انتشار الإشاعة في مجتمعنا
الأردني وخاصة أثرها السلبى الضار على الدولة
والمجتمع.
وقال خلال ندوة حوارية عقدها جامعة
البيضاء الوطنية في كلية عمان الجامعية، بعنوان
«تعزيز داتنا الوطنية في مواجهة الإشاعات
وعكس التفكير والكرامة» ورعى فعالياتها
رئيس الجامعة الأستاذ الدكتور عبدالله سرور
الزويبي، إن تشخيص ظاهرة الإشاعة والأخبار
الكاذبة يحتاج إلى فراءة من زوايا عدد.

التفاصيل ص 21

«مكافحة التسول» تتابع سيدة تعرض حياتها للخطر

الابتاط-عمان
حركة وزارة التنمية الاجتماعية كوادر
مكافحة التسول للبحث عن سيدة يشتبه
أنها مريضة تعرض حياتها للخطر، وتزجج
المارة عبر أبنائها المسيرات ومطلب المال في
منطقة شارع بسمان وسط البلد.
وقالت الوزارة في بيان صحافي أمس

الجمعة، إن كوادر التفتيش بدأت البحث
بعد تلقيها شكوى من مواطنين وسيسار
إلى متابعتها وضيقتها، لغايات عرضها على
المتخصصين من أطباء وأطباء نفسيين لتقييم
حالتها النفسية والحضاعها للعلاج المناسب.
كما سيتم دراسة حالتها وأوضاعها الأسرية
والعيشية ومساعدتها وأسررتها إن وجدت.

التفاصيل ص 23

كتلتان تتنافسان على انتخابات صناعة عمان... والصناعيون ينشدون التغيير

الابتاط-عمان
وتم التحفظ عليها لانتفاخها وفق
الاصول
والشرايط والتحويل الجهة المعنية للقطاع.
وكانت المؤسسة قد أبدت استعدادها
لمساعدة المواطنين بفحص الزيوت
المشترأة مجاناً، للتأكد من عدم غش هذا
النسخ الوطني، محدثة من الشراء من
مصادر غير موثوقة.

ضبطت كوادر المؤسسة العامة للغذاء
والدواء أمس الجمعة، وبالتعاون مع
كوادر الإدارة الفنية لحماية البيئة، 40
لتر زيت زيتون مغشوش.
وقالت المؤسسة في بيان، انه وبعد
التفحص المخبري تبين أن الكمية
الضبوطة ومصدرها جرش، مغشوشة

بهرورراطية تحقيق المسام معاملات
الصناعيين، إضافة تعقيبات ادارية
وجرمية لغرضها دول مجاورة اثرت على
السباب المنتجات الاردنية لأسواقها.
وترشح سبعة من أعضاء مجلس
إدارة الغرفة الحالي للانتخابات المقبلة
وهم المهندس فتحي الجعفيير والمهندس
موسى المسالك والدكتور اياه ابو حاتم
وعبدان خيت وسعد ياسين ونبينا سخيتان
وأحمد الخضري.
وجاءت البرامج التثقيتي على شكل محاور
تناولت لتأضية الصناعة الوطنية وتحليل
القطاع والتدريب والتشغيل وتحسين

اسماعيل زهران وعاهد الرجبي والمهندس
موسى المسالك.
اما الكتلة الثانية فهي (وطن) ويرأسها
شيبيل اسماعيل وتضمعضويتها الدكتور
اياها ابو حاتم وعبدان خيت والمهندس
محمد مطهر عشاب وصبيحي جبري
والمهندس رجاء العلمي والمهندس الياس
قعواز وزكريا الفقيه وحسين الجزاز.
وسعد حديدات عميرة ليمشاة أبرزها ارتفاع
كلف الطاقة وقصص العمالة والاضرائق
والحماس الاسواق التقليدية وصعوبة
وصول الصادرات لأسواق اخرى واجراءات

التفاصيل ص 24

الابتاط-عمان
تتنافس كتلتان على انتخابات غرفة
صناعة عمان التي تجري بالتزامن مع
غرفة الصناعة بالمنطقة والقطاعات
الصناعية يوم السبت المقبل، في وقت يلتحق
فيه الصناعيون التغيير ونقاد الصناعة
الوطنية من الصعوبات التي تواجهها.
ويشاقس بالانتخابات الغرفة كتلة
(الجزاز) التي يرأسها المهندس فتحي
الجعفيير وتضم أيضاً المهندس نضال
السامعين وتميم القضاوي وسعد ياسين
ونبينا سخيتان وأحمد الخضري والمهندس

التفاصيل ص 25

ضبط 40 تنكة زيت زيتون مغشوش مصدرها جرش

الابتاط-عمان
ضبطت كوادر المؤسسة العامة للغذاء
والدواء أمس الجمعة، وبالتعاون مع
كوادر الإدارة الفنية لحماية البيئة، 40
لتر زيت زيتون مغشوش.
وقالت المؤسسة في بيان، انه وبعد
التفحص المخبري تبين أن الكمية
الضبوطة ومصدرها جرش، مغشوشة

الذهب مستقر والمستثمرون يترقبون بيانات الوظائف الأمريكية

بنجالورو-وكالات
حافظت أسعار الذهب أمس الجمعة
على المكاسب التي حققتها في الجلسة
السابقة مع بقاء المستثمرين على حذرهم
قبيلاً نشر تقرير وبقائهم في الولايات
المتحدة في عطية إشارات على وتيرة زيادة
أسعار الفائدة.

استقر المعدن الأصفر عند 1222.81
دولار للأونصة (الأونصة) بحلول الساعة
١٠:٢٠ بتوقيت جرينتش، وهفرت الأسعار
إلى أعلى مستوى منذ 29 أكتوبر تشرين
الأول عند 1237.29 دولار للأونصة يوم
الخميس مع تراجع الدولار.

التفاصيل ص 26

الناصر يقدم تفسيراً حول أسباب فاجعة البحر الميت

الابتاط-عمان
وأضاف الناصر، «إن ما قبل عن فتح
بوابات سد زرقاء-ماعين هو غير ممكن
من الناحية الفنية كونه لا يوجد تسد
بوابات وهذا هو الحال الفني ولتصاميم
المسدود الصغيرة باستثناء الفيض (وهو
بمؤازر التيار النهري) والضحة للتعامل
مع أثر التغيير المناخي خلال السنوات
الطويلة ومن تدريب للكوارث على هذه
الأوضاع من الكوارث وإنشاء شبكة
للإذار المبكر والتعاون الإقليمي خاصة
في مجال الارصاد الجوية والخبرا نوعية
والمتاحين بخطورة هذه الكوارث، لا بل
وإنعاقها في مناهجنا التدريسية».

التفاصيل ص 27

الابتاط-عمان
قدم الجعفيير التدوي في مجال القيادة
وزير المياه والنري الأسبق الدكتور
حازم الناصر، لتفسيره بشأن السيول
التي داهمت منطقة الجسر حيث أدت
لاستهداف 21 شخصاً منظم ثمانية مدارس
في وادي زرقاء-ماعين.
وقال الناصر في منشور عبر صفحته
على موقع التواصل الاجتماعي
فيسبوك، إن شدة الهطول المطري
والتي بلغت في منطقة ماعين 50 ملم في
فترة زمنية لم تتجاوز ال 20 دقيقة على
جزء من مساحة الحوض المذي لنادي

زرقاء-ماعين والبالغة تقريبا 6٠-٧٠ كم
مربع أدت إلى جريان وحشي بسرعة
عالية جداً قد تكون وصلت ال ما بين
10٠٠-15٠٠ متر مكعب بالثانية، نتج عنه
سرعة مياه يتعدى 1٠ متر/ثانية وهي
سرعة جنوبية هائلة على تدمير كل ما
هو بطريقها، فحدثت بئس الأضرار في
الارتفاع ما بين حصب وادي زرقاء-ماعين
على البحر الميت والمرتفعات العالية التي
سقطت عليها المطار الغزيرة والذي هو
(أي فرق الارتفاع) ما بين 10٠٠-12٠٠
متر والذي ساهم بشكل كبير بالإضافة
إلى شدة الهطول المطري، التي زيادة سرعة
الياه بقوة دفع عالية باتجاه البحر الميت».

النفط يرتفع وسط آمال بإمكانية حل الخلافت التجارية بين الصين وأمريكا

ستغافورة-وكالات
بعد التوقف حائلر كان قد مني بها في وقت
سابق من أمس الجمعة وسجل ارتفاعاً مع
زيادة الآمال في احتمالات أن تحل الولايات
المتحدة والصين الخلافات التجارية بينهما،
وهو ما حد من الخلاف من حدوث تباطؤ
اقتصادي يؤدي إلى الضغط على الدولار على

الوقود
وسجلت العقود الآجلة لأقرب استحقاق
لخام القياس العالمي مزيج برنت 73.١
دولار للبرميل بحلول الساعة ١٥:٠٠ بتوقيت
جرينتش يوم الجمعة. بارتفاع قدره 1٥ سنتا،
أو ما يعادل ٠.٢ بالمئة، عن التسوية السابقة.

التفاصيل ص 28



سلط عدسة كاميرة هاتفك على الباركو لتري الأخبار المحلية، في الموقع الإلكتروني

الامير الحسين بن عبدالله يصلي في أحد مساجد العقبة بلا حرس



حرب في العقبة عن دون حرس أو مرافقين.

وهلق شهود العيان. فقد صلى سموه في الصفوف الخلفية قبل أن يتبته عليه الناس.

الانباط-العقبة

شاهد ولي العهد سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني يصلي أمس الجمعة في مسجد تحسده

عملية جراحية نادرة بمستشفى الاميرة بسمة

أول مرة تجري عملية لكيس كبدى بهذا الحجم الكبير نسبياً ولطفه بمرصفر. وأشار الدكتور بتي ياسين الى ان العطفة ادخلت عدة مرات الى العناية الحثيثة في مستشفى الشرق الذي حوالت منه الى مستشفى الاميرة بسمة حيث شخصت الحالة وأجريت لها العملية. وأجرى العملية فريق طبي مؤلف من مدير المستشفى الخصاصي الجراحة الدكتور محمد بتي ياسين ومساعدته للشؤون الفنية الخصاصي الجراحة الدكتور تيسير عثمانة وطبيب التخدير الدكتور رياض مراد.

الانباط-عمان

أجريت في مستشفى الاميرة بسمة التعليمي في اربد عملية لكيس كبدى لطفة عمرها عشر سنوات تغطي أكثر من نصف البردة اليمنى كانت تعاني من ضيق تنفس. وقال مدير المستشفى الدكتور محمد بتي ياسين إن الكيس بحجم كيلو جرام واحد وتم إجراء عملية جراحية لاستخراجه وغابرت العطفة المستشفى وهي بصحة جيدة. وأضاف انه تجري عمليات لاكياس كبدية بكثرة في مستشفى الاميرة بسمة ولكن هذه

بلدية الجنيذ تستعد لفصل الشتاء

الآليات لاستقبال فصل الشتاء مبينا انه تم تنظيف مسارف مياه الامطار للتواجدة في منطقتي صحرة ومثقت عين. وأكد أهمية المتابعة والتعلم بروح الفريق الواحد لتجاوز أي عقبات من خلال فتح غرفة العمليات الرئيسية مع المحافظة لاستقبال أي شكاوى ترد من المواطنين لاتخاذ الاجراءات اللازمة.

الانباط-عجلون

اعنت بلدية الجنيذ في محافظة عجلون خططها وبرامجها لاستقبال فصل الشتاء الحالي ٢٠١٨. وقال رئيس البلدية فخري المومني انه تم التأكد من الاستعدادات والتجهيزات من خلال الكوادر الفنية في البلدية وتجهيز

حالة عدم إستقرار جوي للذيام الثلاثة الهقبلة

المناطق وتكون مثيرة للفتار في جنوب وشرق المملكة وأجزاء من المناطق الوسطى وتستمر حالة عدم الاستقرار الجوي مع بقاء الأجواء غائمة جزئياً إلى غائمة، وتضقد بمشيئة الله زخات من المطر في أنحاء متفرقة من المملكة تكون غزيرة أحياناً ومصحوبة بالبرق والرعد مع تساقط زخات من البرد في بعض المناطق ويتوقع أن تكون أشد غزارة شرق وجنوب المملكة مما يؤدي إلى تشكل السيول في الأودية والمناطق المنخفضة ومناطق تجمع المياه. وتكون الرياح شرقية نشطة السرعة، وقد يصبحها هبات قوية في بعض المناطق.

الانباط-عمان

ليس الأجواء اليوم السبت تحت تأثير عدم الاستقرار الجوي لتشمل معظم مناطق المملكة، حيث تظهر الغيوم على ارتفاعات مختلفة، وتسقط زخات محلية من المطر بمشيئة الله في أجزاء متفرقة من المملكة، وتكون غزيرة في ساعات المساء والتليل على فترات ومصحوبة بالبرق والرعد، واحتمال لتساقط زخات من البرد أحياناً، مما يؤدي إلى تشكل السيول في الأودية والمناطق المنخفضة ومناطق تجمع المياه، والرياح شرقية معتدلة إلى نشطة السرعة قد يصبحها هبات قوية في بعض

المجالي : الإشاعة تقتل الروح المعنوية للمواطن

أن جلالة الملك في مقالته الذي حمل عنوان "منضات التواصل أم التناحر الاجتماعي"، دعا إلى التفكير ملياً في كل معلومة تنقل أو يتم تداولها عبر هذه المنصات. وأعاد رئيس الجامعة التأكيد على مضامين مقال جلالة الملك، إذ إن "الأوطان لا تبني بالإشاعات بل بجهد الجميع"، مستيراً إلى إنجازات حققها الجامعة في الأعوام الأخيرة، خاصة في مجال تعزيز الإنتماء والولاء لدى الطلبة.



سد زرقاء ماعين، وشائعة نقل مصابين إلى إسرائيل للعلاج، بالإضافة إلى أخرى قللت إن مواطنين أحرقوا مدرسة فكتوريا. المجالي أشار في حوار مع الطلبة، إلى أن الأردن حقق إنجازات كبيرة بالرغم من شح الإمكانيات، محدثاً من تمدد ظاهرة اغتيال الشخصيات لغايات شخصية لدى البعض ودون امتلاكهم أي أدلة. وتطرق المجالي في حديثه إلى مقال جلالة الملك، مبيّناً أن جلالة الملك وضعنا أمام مسؤوليتنا حيال محاربة ظاهرة الإشاعة والأخبار الكاذبة، داعياً الطلبة دوناً إلى التفكير في ما يقرؤوه أو يسمعونهم ورأها. وخلال كلمته بين رئيس الجامعة الأستاذ الدكتور عبدالله سرور الزعبي، والوطنية، وبين أن محاربة الإشاعة والأخبار الكاذبة بالجميع يتطلب (٣) قواعد وهي تجريم الخبر الكاذب بالفانون وهي آخر الحلول، والتوعية والتي تعتبر الأساس، وتكريسها يتم في المدارس والجامعات ووسائل الإعلام، بالإضافة إلى ضرورة تزويد المواطن بالمعلومات الصحيحة. وحذر المجالي، من غياب المعلومة الصحيحة الرسمية، فالأول، "إن مؤسسات الدولة حين تحجب المعلومة يمل محلها أخرى خاطئة أو مجزئة بما يسهم بتقريب المجتمع، والتناحر والشائعات". واستعرض المجالي في حديثه -حادثة البحر الميت، مستعرضاً بعض الشائعات التي طالت، بينها تداول صور لأطفال على أنهم من ضحايا الحادثة بخلاف الحقيقة، وشائعة أن السيل تشكل نتيجة

غنيمة تدين الهجوم الإرهابي الذي استهدف حافلة جنوب مصر



مصر العربية الشقيقة في تصديها للعصابات الارهابية التي تحاول زعزعة الأمن والاستقرار والتليل من تماسك المجتمع المصري. وتقدمت وزير الدولة لشؤون الامتداد الناطق الرسمي باسم الحكومة بأصدق مشاعر العزاء الى الحكومة والشعب المصري الشقيق وأسرة الضحايا متمنية الشفاء العاجل للجرحى والمصابين.

الانباط-عمان

دانت وزير الدولة لشؤون الامتداد الناطق الرسمي باسم الحكومة جملة غنيمة الهجوم الارهابي الذي استهدف حافلة في جنوب مصر أمس الجمعة وادى الى مصرع عدد من الأبرياء واصابة آخرين. وأكدت شقيقات وهوف الاردن الى جانب جمهورية

اختتام فعاليات المؤتمر الدولي للتاسع للخدمات الطبية الملكية

والشطور الذي يشهده طب الاميدان والطب العسكري والذي يستطيع تجهيز مستشفى ميداني في اي منطقة لائبة خلال ٢٤ ساعة. وتشتمل العروض على المستشفيات الميدانية المتنقلة ونظام الاسعاف واختير البيولوجي والمستشفى الميداني السادس الخاص الذي ادخل الخدمة حديثاً كهيئة من جلالة القائد الاعلى للخدمات الطبية الملكية. من جهته أشار رؤساء وأعضاء الوفود العسكرية المشاركين في المؤتمر بالمستوى المتميز الذي وصلت اليه الخدمات الطبية الملكية والتمعة والجرود العظيمة التي تبين من خلال مشاركتهم الدولية في قوات حفظ السلام والحوار الدولي التي تعرض لثويات الاحزاب او الكوارث الطبيعية.

الانباط-عمان

اختتمت امس الجمعة فعاليات المؤتمر الدولي التاسع للخدمات الطبية الملكية الذي استمر اربعة أيام في قصر الملك الحسين بن طلال البحر الميت بمشاركة ٢٠٠ متحدثاً من خمسين دولة عربية واجنبية. وأقيم امس الجمعة في اختتام المؤتمر معرض طبي عسكري للخدمات الطبية الملكية اطلقت خلاله الوفود المشاركة على كافة المنشآت الميدانية والتجهيزات والعدات الجراحية التي تستخدم في طب الميدان والطب العسكري وتمثل خطوط الاسناد الطبي. وتهدف الخدمات الطبية الملكية من إقامة هذا المعرض الطبي العسكري إلى إظهار مدى الاحترافية



الناهر يقدم تفسيراً حول أسباب فاجعة البحر الميت



وان متوسط درجة الحرارة في الأردن ترتفع بحوالي ٢/١ درجة مئوية كل ١٠ سنوات مما أدى على سبيل المثال الى رفع متوسط درجة الحرارة في عمان ما يزيد على ١٥ درجة مئوية وانخفاض الهطول المطري لأخر ٧٠ عام بما لا يقل عن ٥٠ ملم سنوياً. لفصان الهطول المطري مما يؤدي الى نقصان لغذية الموارد المائية الطبيعية والجوفية. زيادة التبايين والتذبذب في أنماط الهطول المطري الزماني والمكاني والذي أدى الى المزيد من الشبغرات المتمثلة في شدة الجفاف وشدة الفيضانات. وعليه فقد بدأ العمل على مواجهة البحار التلات أعلاه من خلال خطة طويلة الأمد لبناء المزيد من السدود وزيادة موارد المياه وإعادة الاستعمال... الخ من خلال حزمة كبيرة من المشاريع التي بدأ العمل بها خلال الأعوام الماضية. ولعل البند رقم (٣) أعلاه ينسر ما حصل في "فاجعة البحر الميت" والتي ترجمت على ضحاياها صعباً ومساءً لا بل ادخلتنا بحزناً وكتائباً شديداً فيما بالكتم بديهم والفرهم والفرهم وطلب من الله العلي القدير ان يعسرهم ويصبرهم والقواته مسبح مجيد

وبالعودة الى تفسير ما حصل فإن شدة الهطول المطري والتي بلغت في منطقة ماعين ٥٠ ملم في فترة زمنية لم تتجاوز ال ٢٠ دقيقة على جزء من مساحة الحوض الغدلي لودي زرقاء ماعين والبالغة تقريبا ٧٠-٧٠ كم مربع أدت الى جريان ومض بسرعة عالية جداً قد تكون وصلت الى ما بين ١٠٠-١٠٠٠ متر في الثانية وهي سرعة جنونية قادرة على تدوير كل ما هو بطريقها، الحذين بعين الاعتبار فرق الارتفاع ما بين مصب وادي زرقاء ماعين على البحر الميت والمرتفعات العالية التي سقطت عليها المطر الغزيرة والذي هو (أي فرق الارتفاع) ما بين ١٠٠-١٢٠٠ متر والذي ساهم بشكل كبير بالإضافة الى شدة الهطول المطري الى زيادة سرعة المياه بقوة دفع عالية باتجاه البحر الميت. وما قبل عن فتح بوابات سد زرقاء ماعين هو غير ممكن من الناحية الفنية كون لا يوجد للسد بوابات وهذا هو الحال الفني وتصاميم السدود الصغيرة باستثناء القنص (وهو مخرج مياه الفيضانات) ولا يعمل الا إذا امتلئ السد بالكامل وهو لم يحصل وذلك من خلال المشاهدات

وقالما ما نشره الناهر: الفيضان الموسمي لودي زرقاء ماعين والتكبير التناخي وضرورة تبني وبناء سياسات للتعامل بوجهة أثر التغيير التناخي على القطاعات المختلفة لقد قلنا قبل عدة اعوام (٢٠١١-٢٠١٦) وفريق من وزارة المياه والري وبالتعاون مع جامعة ستانفورد الامريكية الشهيرة بأجراء دراسات تم تمويلها بالكامل بمحة من نفس الجامعة هدفها استنتاج المستقبل من خلال نماذج رياضية تحاكي المستقبل ويتم معايرتها من خلال ربطها بنماذج التنبؤ الجوي العالمية والتي خلصت وبعد ان تم نشرها بدوريات عالية محكمة الى ان معدلات الهطول المطري في المناطق الوسطى والجنوبية من المملكة ستتناقص وبمعدل ١/٢ ملم في العام وبالتالي انخفاض معدلات الهطول المطري في تلك المناطق وسيؤدي هذا التغيير الى المزيد من موجات الحر خلال الصيف بالإضافة الى زيادة تكرار وشدة الفيضانات بسبب الهطول الشديد للأمطار في مناطق محددة وبفترة زمنية قصيرة وهو مؤشر عاين رئيسي على التغيير التناخي والذي داهم الدول النامية بشكل عام دون ان تكون قد حضرت وتبنت لتبنت هذا التغيير التناخي. وهذا ما شهدناه بالفعل العام الحالي وبالتحديد في شهر نيسان ٢٠١٨/ حيث أدت الفيضانات الكبيرة التي ضربت جنوب المملكة الى امتلاء وفيضان سدي الوجوب والوافة (انظر الصور) وفيضان كمية كبيرة من المياه باتجاه البحر الميت وكذلك تخزين كمية مياه كبيرة في سد التتور تم تعاد عليها بالسابق وكذلك كارثة وادي زرقاء ماعين والتي سأنتظر اليها بالتفصيل لاحقا. وبناء على الدراسات سابقة الذكر وغيرها، Declining Rainfall, Rahman et al and Regional Variability Changes in Jordan, Water Res (٢٠١٥), (٥١٥). Precipitation Projections for Abdulla (٢٠١٥) and Temperature Change in Jordan. Report to MWI Jordan فقد تم إصدار ربة العام ٢٠١٦ سياسة بناء التعة لمواجهة أثر التغيير التناخي على قطاعات المياه وخاصة لمواجهة ارتفاع معدلات درجات الحرارة التي تؤدي الى زيادة التبخر. لاجلها

الانباط-عمان

قدم الخبير الدولي في مجال المياه، وزير المياه والري الأسبق الدكتور حازم الناهر، تفسيره بشأن السبب الذي داهمت منطقة البحر الميت وأدت لاستشهاد ٢١ شخصا معلم طلبة مدارس في وادي زرقاء ماعين. وقال الناهر في منشور عبر صفحته على موقع التواصل الاجتماعي فيس بوك: "إن شدة الهطول المطري والتي بلغت في منطقة ماعين ٥٠ ملم في فترة زمنية لم تتجاوز ال ٢٠ دقيقة على جزء من مساحة الحوض الغدلي لودي زرقاء ماعين والبالغة تقريبا ٧٠-٧٠ كم مربع أدت الى جريان ومض بسرعة عالية جداً قد تكون وصلت الى ما بين ١٠٠-١٠٠٠ متر مكعب بالثانية، نتج عنه سرعة مياه بحجم ١٠ متر/ثانية وهي سرعة جنونية قادرة على تدوير كل ما هو بطريقها، الحذين بعين الاعتبار فرق الارتفاع ما بين مصب وادي زرقاء ماعين على البحر الميت والمرتفعات العالية التي سقطت عليها المطر الغزيرة والذي هو (أي فرق الارتفاع) ما بين ١٠٠-١٢٠٠ متر والذي ساهم بشكل كبير بالإضافة الى شدة الهطول المطري الى زيادة سرعة المياه بقوة دفع عالية باتجاه البحر الميت. وأضاف الناهر، "إن ما قبل عن فتح بوابات سد زرقاء ماعين هو غير ممكن من الناحية الفنية كون لا يوجد للسد بوابات وهذا هو الحال الفني وتصاميم السدود الصغيرة باستثناء القنص (وهو مخرج مياه الفيضانات) ولا يعمل الا إذا امتلئ السد بالكامل وهو لم يحصل وذلك من خلال المشاهدات والأرقام الفنية التي أعطتها الوزارة. وأكد الناهر ضرورة تبني سياسات وأدوات جديدة لمواجهة أثر التغيير التناخي، مشيراً إلى أنه "وبالإضافة الى فكرة إنشاء المركز الوطني لأدارة الأزمات الذي بدأ العمل به قبل عدة سنوات يبدأ بتطوير تدريجياً من خلال التنسيق ما بين الوزارات والمؤسسات المختلفة، هناك حاجة ماسة الى قيام هيئات الوزارات والمؤسسات المعنية بتبني سياسات (سود بوزارة المياه والري) واضحة للتعامل مع أثر التغيير التناخي خلال السنوات القادمة من تدريب للكوادر على هذه الأنماط من الكوارث وإنشاء شبكة للإنذار المبكر والتعاون الإقليمي خاصة في مجال الامداد الجوية واخيراً نوعية المواطنين بحظوة هذه الكوارث، لا بل وادخلها في مناهجنا المدرسية،

كتلتان تتنافسان على انتخابات صناعة عمان... والصناعيون ينشدون التغيير

الانباط-عمان

تتنافس كتلتان على انتخابات غرفة صناعة عمان التي تجري بالتزامن مع غرف الصناعة بالمنطقة والقطاعات الصناعية يوم السبت المقبل. في وقت يشهد فيه الصناعيون التغيير وانقاد الصناعة الوطنية من الصعوبات التي تواجهها. ويتنافس بالانتخابات القرقة كتلة (الجزان) التي يرأسها المهندس قحسي الجغبير وتضم أيضا المهندس نضال الصاعين وتضم الصراوي وسعد ياسين ودعما سخيتان واهمدهم الخضرى والمهندس اسماعيل زهران واهمدهم الرجبي والمهندس موسى الساكن.

اما الكتلة الثانية فهي (وطن) ويرأسها نبيل اسماعيل وتضم بعضويتها الدكتور ابيد ابو حاتم وعبدالله شيت والمهندس محمد مشهور عتاب وصبحي جبيري والمهندس رجاء العلمي والمهندس الياس هوار وذكريا الفقيه وحسين الجزار. وتأتي انتخابات غرفة صناعة عمان وسط تحديات عميقة تعيشها أبرزها ارتفاع كلفة الطاقة وتقصص العمالة والاشراق وانحسار الاسواق التقليدية وصعوبة وصول الصادرات لأسواق اخرى واجسراءات بيروقراطية تعيق انمام معاملات الصناعيين، إضافة لتعقيدات ادارية وبمركزية تفرسها دول مجاورة اثرت على التسياب للمنتجات الاردنية لأسواقها. وترشح سبعة من اعضاء مجلس



إدارة الغرفة الحالي للانتخابات المقبلة وهم المهندس قحسي الجغبير والمهندس موسى الساكن والدكتور ابيد ابو حاتم وعبدالله شيت وسعد ياسين ودعما سخيتان واهمدهم الخضرى. وجاءت برامج الكتلتين على شكل محاور تناولت تنافسية الصناعة الوطنية وتمثيل القطاع والتدريب والتشغيل وتحسين الخدمات والحاكمة الرشيدة والعقبات التي تواجه الصناعيين والتشريعات

ومأسسة العلاقة بين الغرف والترويج والتشراكة مع الحكومة والهيئة العامة لغرفة صناعة عمان. وتعد الصناعة الوطنية قاطرة وراثة النمو الاقتصادي بالملكة وهي المشغل الرئيسي والاكبر لتلاميذ العمالة الاردنية كما ان صادراتها المساهم الاكبر في تحفيض العجز التجاري ودعم خزينة الدولة ومخزون الاحتياطيات من العملات الاجنبية.

ارتفاع زوار مدينة البترا بنسبة 29 بالمائة خلال تشرين أول

الانباط- لواء البترا

سليمان الفرجات امس الجمعة، ان عدد زوار مدينة البترا بلغ خلال الشهر الماضي حوالي 95225 سائحا مقارنة بنحو 74050 سائحا بالشهر ذاته من العام الماضي. وأصناف الفرجات ان البترا استقبلت 83970 سائحا اجنبيا، و11215 زائرا اردنيا وعربيا خلال شهر تشرين أول من عام 2018. بينما استقبلت 62266 سائحا اجنبيا و11749 زائرا اردنيا وعربيا خلال شهر تشرين أول من العام 2017.

شهدت مدينة البترا نشاطا ملحوظا وارتضاعا بأعداد السياح العرب والأجانب خلال تشرين أول الماضي. مقارنة بالشهر ذاته من العام الماضي. بنسبة زيادة بلغت 29 بالمائة. وهذا لتأثرهم بالصدارة عن سلطة إقليم البترا التنموي السياحي. وقال رئيس مجلس مفوضي سلطة إقليم البترا بالإناية الدكتور

اطلاق الخطة الاستراتيجية لعام 2020

الانباط-عجلون

أضاف المهندس الزهول ان الخطة تضمنت ايضا تنفيذ مشاريع ممتدة من وكالة الامانة الفرنسية بقيمة 4 ملايين و700 الف دينار وهي اشاء خمسة مواقف طابوقة للسيارات سعة كل طابق 80 سيارة على قطعة ارض تعود ملكيتها البلدية بمنطقة المجمع تلح وقوف السيارات في صحن المدينة. وأكد انه سيتم تنفيذ مشروع لتطوير وسط مدينة عجلون ومشروع اعادة تأهيل الشوارع الفرعية وشارع الحسبة بعمل اطراف وبلاد بازلتي وتطوير واجهات المحال التجارية وانشاء سوق للمنتجات اليدوية ومنتجات الجمعيات التعاونية ومشروع سلسلة مطاعم سياحية في منطقة العطل / شجرة حيث سيقام الى اشاء 3 مطاعم سياحية ذات طابع تاريخي يضيء على المدينة طابع جديدي وينمي القدرة الاستيعابية للسياحة في المدينة بهدف اطالة مدة اقامة السائح

اطلقت بلدية عجلون الكبرى خطتها الاستراتيجية 2018-2020 متضمنة العديد من المشاريع التي تساهم بتشغيل الايدي العاملة وتحد من الفقر والبطالة وتساهم في صندوق البلدية. وقال رئيس بلدية عجلون الكبرى المهندس حسن الزهول في حديثه ان الخطة تضمنت اشاء 20 مخزنا محاذية لسور القنطرة الاسلامية في مدينة عجلون بقيمة 600 الف دينار بالشراكة مع القطاع الخاص وسوق تجاري في منطقة مجمع السفريات مؤلفة من 40 مخزنا بقيمة 500 الف دينار يقرب من تلك التنمية. وأشار الى انه سيتم افتتاح سوق للخضار والفواكه يتكون من 22 مخزنا بقيمة 80 الف دينار يقرب من تلك التنمية بالإضافة لسوق للحرف اليدوية مطبخ التاجي بقيمة 330 الف دينار بمنحة من وزارة

«مكافحة التسول» تتابع سيدة تعرض حياتها للخطر

الانباط-عمان

وأطباء نفسيين لتقييم حالتها النفسية واخصائها للعلاج المناسب. كما سيتم دراسة حالتها وأوضاعها الأسرية والمعيشية ومساعدتها وأسرتها إن وجدت. وتؤكد الوزارة انها تتابع ضمن برنامج مكافحة التسول الحالات التي تتواجد في الشوارع ومراكز التسوق الكبرى (العولان) والقطاعات المرورية وضيقها خاصة الأطفال إضافة إلى تلقي الشكاوى عبر الهاتف ورصد وسائل التواصل الاجتماعي.



حركات وزارة التنمية الاجتماعية كواحد مكافحة التسول للبحث عن سيدة يشتبه أنها مريضة تعرض حياتها للخطر. وتزوج ابنة عبر إيفاف السيارات وطلب المال في منطقة شارع بسمان وسط البلد. وقالت الوزارة في بيان صحافي امس الجمعة، ان كواحد التفتيش بدأت البحث بعد تلقيها شكاوى من مواطنين. وسيتم إرسال متابعتها وسيتم. لغايات عرضها على المختصين من أطباء

مطالب بتنظيف مجاري الاودية وعبارات تصريف المياه

الانباط-عجلون

المعمل على تنظيفها حتى لا تتسبب في فيضائها وتشكل السيول. وقال محافظ عجلون علي الحجابي في حديث امس الجمعة انه تم تشكيل لجنة السلامة العامة من دوائر التنمية والدفاع المدني والاشغال والشرطة والبلديات للكشف على مجاري السيول والودية في مناطق المحافظة لتطهيرها على طبيعة هذه السيول ومدى الخطورة التي تشكلها على المواطنين الغاطسين بالقرب منها وما قد تتسبب به فيضان هذه الودية وارتفاع منسوب المياه فيها جراء هزارة الامطار. وأشارت مديرية اشغال عجلون الهندسة رحاب العثوم ان المديرية ستقوم بمعالجة المشاكل على منطقة الاشارة في عين ويستم ضغط مياه الامطار اولا باول تلاخيا لتشكل البركة المائية التي تعيق حركة المارة

طالب عدد من ابناء محافظة عجلون الجهات المعنية بضرورة العمل على تنظيف مجاري الاودية وعبارات تصريف المياه تضافيا للسيول والفيضانات وتسهيل حركة المواطنين. وأشار المواطن عامر المومني الى اهمية اتخاذ الاجراءات المناسبة وحل المشاكل التي كانت تحصل في فصل الشتاء تلا عوام السابقة وخصوصا عند منطقة الاشارة في عين التي كانت تشكل فيها بركة مياه عند تساقط الامطار الامر الذي يؤدي الى اعاقه حركة السير للمواطنين والشركبات. وقال المواطن نبيل الصمادي ان منطقة الوادي من عجلون تكفرجه تشهد في فصل الشتاء ارتفاعا في منسوب المياه الامر الذي يتطلب

شركات محلية تختتم مشاركتها بمعرض «يامكس» الغذائي

الانباط-عمان

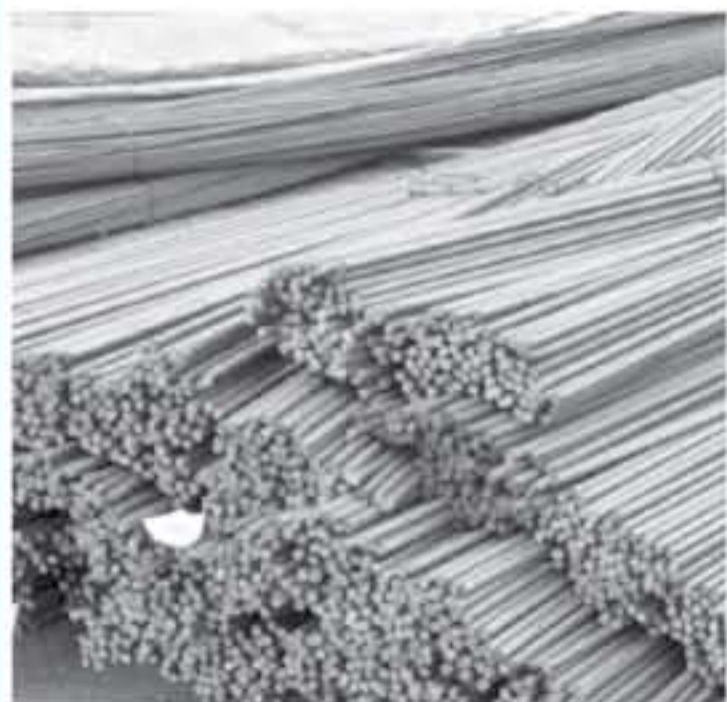
من مختلف دول العالم بهدف تعميق الفائدة من المشاركة بالمعرض من خلال التشبيك وعقد الصفقات التجارية. وجدد رئيس الجمعية تأكيد أهمية الاهتمام للمصادر الثابتة الوراثية. وأوضح ان الجمعية قامت على هامش المشاركة بالمعرض بتدريب لواءات ثلثية لشركات الأردنية والمشاركين بالمعرض



خلال المشاركة في المعارض الدولية وعقد الندوات وورش العمل للتعريف في كيفية الاستفادة من مزايا الاتفاقيات التي تربط الملكة مع العديد من دول العالم. من جانب اخر أكد ممثلو شركات اردنية على هامش المعرض أهمية لتكثيف المشاركات الأردنية بالمعارض الخارجية لترويج للصناعة الوطنية التي تعيش اليوم ظروفها ضاغطة جراء انسداد أسواقها التقليدية. وعبروا عن تقديرهم للجهود التي بذلتها الجمعية لتنظيم المشاركة الأردنية واللقاءات الثنائية التي تم عقدها على هامش المعرض مؤكداً ان ذلك يشكل حافزا لتكرار المشاركة بالمعارض الثلثة وبشكل أوسع وأكثر. وقالوا ان الصناعة الوطنية قادرة على المنافسة بالأسواق الخارجية نظرا لوجودها العالية وسمعتها التي اكتسبتها على مدى السنوات الماضية كونها الأقدم بالمنطقة واستطاعت الوصول لأسواق عالمية الدول والمنافسة فيها.

نشرة استرشادية لاسعار الاسمنت الاسود الكيس

الانباط-عمان



ارضى المصنّع من دون ضريبة المبيعات بين نحو 19 و14 دينار مقابل 14 و10 دينار لطن الواحد مع ضريبة المبيعات. وأشارت الغرفة الى ان الصانع على استعداد لتببيع مياشرة للمستهلك من خلال الوكيل والموزع المعتمد لها وبالسعر الذبح بالثورة. لكنها لا تشمل محافظة العقبة.

أصدرت غرفة صناعة الاردن نشرة استرشادية جديدة لاسعار الاسمنت الاسود الكيس والصنع محليا سارية من امس الجمعة وحتى نهاية شهر تشرين الثاني الحادي. وحسب النشرة تراوح سعر الطن الواحد من الاسمنت الاسود الكيس وطفنة.

مختصون بالزراعة والبيئة يحذرون من انقراض نباتات وحيوانات في الاردن

الانباط-عمان

والمصادر الوراثية الثابتة مهمة حتى من الشاحية السياسية لاثنا لحفظ مكاسب للبلد. ودعا الى حماية وصون النظم البيئية والتعزيز الفهم الوطني بأهمية التنوع الحيوي ونبلا مزيد من الاهتمام للمصادر الثابتة الوراثية. ودعا وزير الزراعة الاسبق العين الدكتور رضا الحوالدة الى تنظيم مؤتمر وطني لكل الخبرات الموجودة واصحاب الاختصاص بالتنوع الحيوي في الاردن والتوصل الى استراتيجيات وتخدم وتلزم هذا القطاع الهام. وقال لا يوجد حتى الان مظلة رئيسية لتوحيد الجهود المبذولة في مجال التنوع الحيوي وكذلك يوجد باحثين متميزين على المستوى القروي ولكن يتقصنا العمل بروح الفريق لتلطف ثمار جهودنا بهذا الخصوص. وأشار الباحث الدكتور زهير عمرو من جامعة العلوم والتكنولوجيا الى

وجود خلط من المجموعة الحيوانية في الاردن بسبب موقفه والنوع لا تتواجد الا في الاردن. وقال يوجد في الاردن 82 نوعا من الثدييات و50 نوعا من الطيور و18 نوعا من الاسماك منها 13 انواع موجودة فقط في الاردن. وأشار الى انه يوجد في الاردن اكثر من 2000 نوع من الحشرات وهناك عتارب موجودة فقط في الاردن ولها قيمة طبية وتربوية ايضا 700 نوع من النباتات. وعرض مدير الجمعية الملكية لحماية الطبيعة المهندس خالد يحيى استراتيجيات حماية التنوع الحيوي في الاردن مشيرا الى ان الاردن بدأ ميكرنا بحماية التنوع الحيوي حيث تأسست الجمعية الملكية لحماية الطبيعة قبل 57 عام. كما اشار عمرو الى ان الاردن وحسب الدراسات يشير افضل المناطق لتمثيل الانظمة البيئية لتكون مستودعات

حذر مختصون بمجال الزراعة والبيئة من اختفاء والظواهر اسلاف مهمة من النباتات والحيوانات الموجودة في الاردن في ظل التغير المناخي. ودعا خلال ندوة نظمتها الجمعية الاردنية للبحث العلمي وادارها رئيس لجنة الزراعة والبيئة في الجمعية الدكتور سمير ابو بكر بعنوان «واقع التنوع الحيوي في الاردن» الى اشاء بنك مركزي موحد لحفظ العينات النباتية والحيوانية للحفاظ عليها وحمايتها. وقال وزير الزراعة الاسبق الدكتور محمود النويري في ظل نشأت الجهود المبذولة للحفاظ على النباتات الاردنية من الانقراض فان الحاجة أصبحت ملحّة لتأسيس بنك مركزي يحفظ فيه العينات الخاصة بالنباتات والحيوانات الاردنية مؤكدا ان التنوع الحيوي



سلط عدسة كاميرة هاتفلك على الباركو
لترى أخبار الاقتصاد، في الموقع الإلكتروني

ترهب يطلب من مسؤولين إعداد مسودة لاتفاق تجاري مع الصين

واشنطن - وكالات



تلقّت وكالة بلومبرغ امس الجمعة عن أربعة مصادر مطلقة قولها إن الرئيس الأميركي دونالد ترامب يريد التوصل إلى اتفاق مع نظيره الصيني شي جين بينغ خلال قمة مجموعة العشرين في الأرجنتين، والتي ستُعقد في وقت لاحق من الشهر الجاري.

وقالت بلومبرغ إن ترامب يطلب من مسؤولين أميركيين البدء في إعداد بنود مسودة للاتفاق، مضيفة أن الانجذاب إلى التوصل لاتفاق محتمل مع الصين عززته مكالمة هاتفية مع الرئيس الصيني شي جين بينغ يوم الخميس.

وعبر ترامب وشي عن تفاؤلهما بأنه سيتم التوصل إلى حل لخلافتهما التجارية المبررة قبل اجتماعهما في نهاية نوفمبر بالآرجننتين.

وكان الرئيس الأميركي دونالد ترامب قد أجرى مكالمة هاتفية وصفها بأنها "جيدة جدا" مع نظيره الصيني شي جين بينغ حول التفاوض حول الترتيبات المتبادلة بين أكبر قوتين اقتصاديتين في العالم.

وقال ترامب في تغريدة على تويتر "أجريت لتوي نقاشا مطولا وجيدا جدا مع الرئيس الصيني شي جين بينغ تحدثنا عن مواضيع عديدة مع التركيز بشدة على التجارة، وشدد على أن المحادثات حول المسائل التجارية بين البلدين "تتقدم بسلامة" وأنه اتفق مع شي على لقاءه على هامش قمة مجموعة العشرين المقررة في يونيو أيرس في نهاية نوفمبر الجاري، مشيرا إلى أنه "يجري حاليا تحديد موعد" لهذا اللقاء.

وأعلن ترامب من جهة ثانية أنه أجرى ونظيره الصيني "نقاشا جيدا حول كوريا الشمالية".

بدوره، قال الرئيس الصيني إنه "سعيد للغاية" لتحدثت حمدا مع ترامب، مشيرا إلى أنه يُعطي أهمية كبيرة على العلاقات الجيدة مع الرئيس الأميركي، وفق ما ذكرت وكالة شينخوا التجارية بين البلدين.

كما عبر عن الرغبة في لقاء ترامب في قمة مجموعة العشرين.

وقال شي إن الخلافات التجارية "أثرت" على صناعات البلدين وعلى التجارة العالمية، مشددا على أن "الصين لا ترغب في رؤية ذلك".

وأضاف شي إنه "يتمتع على الفرق الاقتصادية للبلدين لدعم الصناعات والقيام بمشاروات حول القضايا ذات الاهتمام المشترك، ومواصلة جهودهما من أجل حل مقبول من الجانبين للمشاكل الاقتصادية والتجارية الصينية الأميركية".

وتصاعدت الخلافات التجارية في

النفط يرتفع وسط آمال بإمكانية حل الخلافات التجارية بين الصين وأمريكا

ستافور - وكالات

بدأ النفط خسائر كان قد مني بها في وقت سابق من امس الجمعة وسجل ارتفاعا مع زيادة الآمال في احتمالات أن تحل الولايات المتحدة والصين الخلافات التجارية بينهما، وهو ما حد من المخاوف من حدوث تباطؤ اقتصادي يؤدي إلى الضغط على الطلب على الوقود.

وسجلت العقود الآجلة لأقرب استحقاق لخام القياس العالمي مزيج برنت ٢٣.٠١ دولار للبرميل بحلول الساعة ٠٥:٢٠ بتوقيت جرينتش يوم الجمعة، بارتفاع قدره ١٥ سنتا، أو ما يعادل ٠.٢ بالمئة، عن التسوية السابقة.

وزادت العقود الآجلة لخام غرب تكساس الوسيط الأمريكي سبعة سنتات، أو ٠.١ بالمئة، مسجلة ٢٣.٧٦ دولار للبرميل.

وقال متعاملون إن النفط ارتفع إثر جانب أسواق الأسهم الآسيوية بعد مكالمة هاتفية بين الرئيسين الصيني والأميركي عززت الآمال في إمكانية حل خلاف تجاري بين أكبر اقتصادين في العالم.

وارتفعت الأسعار يوم الجمعة بعد هبوطها في وقت سابق من الجلسة، لكن برنت ما زال منخفضا ١٢ بالمئة منذ بداية أكتوبر تشرين الأول، بينما خام غرب تكساس الوسيط منخفض ١٣ بالمئة.

الذهب مستقر والمستثمرون يترقبون بيانات الوظائف الأمريكية

بنجالورو - وكالات

عند ١٢٣٧.٣٩ دولار للأوقية يوم الخميس مع تراجع الدولار، وانخفض الذهب في العقود الأمريكية الآجلة ٠.٣ بالمئة إلى ١٢٣٥.١ دولار للأوقية.

ومن بين المعادن النفيسة الأخرى، هفز البلاتين ١.١ بالمئة إلى ٨٦٥.٨٠ دولار للأوقية بعدما لامس أعلى مستوياته منذ ٢٧ يونيو حزيران عند ٨٦٦.٣٠ دولار للأوقية.

وزاد اليلاديوم ٠.٦ بالمئة مسجلا ١٠٩٩.٩٠ دولار للأوقية، بينما انخفضت النضبة ٠.٢ بالمئة إلى ١١.٧٢ دولار للأوقية.

حافظت أسعار الذهب امس على التماسك التي حققتها في الجلسة السابقة مع بقاء المستثمرين على حذرهم قهيب لنشر تقرير وظائف الولايات المتحدة قد يعطي إشارات على وتيرة زيادة أسعار الفائدة.

واستقر المعدن الأصفر عند ١٢٣٢.٨١ دولار للأوقية (الأونصة) بحلول الساعة ٠٧:٢٢ بتوقيت جرينتش، وهفزت الأسعار إلى أعلى مستوى منذ ٢٦ أكتوبر تشرين الأول

المضاربات تنفذ بورصة مصر من نزيف الخسائر الأسبوعية

القاهرة - وكالات

عبرت البورصة المصرية دفعتها وانضخت إلى المشقة الخضراء محققة مكاسب أسبوعية قوية وسط أداء جيد للأسهم المتعاملين الأفراد والأسهم المصرية.

ومنذ شهر إبريل الماضي، تواجه البورصة المصرية خسائر حادة وعينية مع استمرار غياب الحفزات وقبيام الحكومة المصرية بتأجيل تنفيذ برنامج... الظروف حاد.

وكانت المكاسب إلى المؤشر الأوسع نطاقا "إيجي إكس ١٠٠" والذي ارتفع بنسبة ٢.٩٨، مضيفا نحو ٤٥ نقطة بعدما ارتفع من مستوى ١٧٧٧ نقطة في إغلاق تعاملات الأسبوع الماضي إلى مستوى ١٧٢٢ نقطة بنهاية تعاملات امس الخميس.

وعلى صعيد الأسهم التي تصدرت الارتفاعات جاء سهم شركة وادي كوم أمبو لاستصلاح الأراضي الذي ارتفع بنسبة ١٩.٩٨ مسجلا مستوى ٩.٨٨ جنيه، تلاه سهم الشركة العامة لصناعة الورق "راكنا" بنسبة ارتفاع بلغت ٨.٤٨، إلى مستوى ٩.٤٧ جنيه. ثم سهم الشركة المتحدة للإسكان والتعمير بنسبة ارتفاع بلغت نحو ٨.٠٩، مسجلا مستوى ٣.٣٤ جنيه. وفي المقابل، تصدر سهم شركة سيدي كبريت لثيروتوكيمياويات الأسهم المتراجعة بنسبة تراجع بلغت نحو ١٧.٥٦، مسجلا مستوى ٩.٩٣ جنيه، تلاه سهم شركة الأفرام للتعبئة والتغليف بنسبة تراجع بلغت نحو ١٧.١٢، مسجلا مستوى ٩.٩٣ جنيه، تلاه سهم الشركة المصرية "تمار" لتداول الأوراق المالية والذي تراجع بنسبة ١٥.٠٣، مسجلا مستوى ٠.٥٨ جنيه.

والمتوسط "إيجي إكس ٧٠" بنسبة ٢.٨٤، مضيفا نحو ١٩ نقطة بعدما صعد من مستوى ٦٨٨ نقطة في إغلاق تعاملات الأسبوع الماضي إلى مستوى ٦٨٧ نقطة في نهاية تعاملات الأسبوع الجاري.

وأدت المكاسب إلى المؤشر الأوسع نطاقا "إيجي إكس ١٠٠" والذي ارتفع بنسبة ٢.٩٨، مضيفا نحو ٤٥ نقطة بعدما ارتفع من مستوى ١٧٧٧ نقطة في إغلاق تعاملات الأسبوع الماضي إلى مستوى ١٧٢٢ نقطة بنهاية تعاملات امس الخميس.

وعلى صعيد الأسهم التي تصدرت الارتفاعات جاء سهم شركة وادي كوم أمبو لاستصلاح الأراضي الذي ارتفع بنسبة ١٩.٩٨ مسجلا مستوى ٩.٨٨ جنيه، تلاه سهم الشركة العامة لصناعة الورق "راكنا" بنسبة ارتفاع بلغت ٨.٤٨، إلى مستوى ٩.٤٧ جنيه. ثم سهم الشركة المتحدة للإسكان والتعمير بنسبة ارتفاع بلغت نحو ٨.٠٩، مسجلا مستوى ٣.٣٤ جنيه. وفي المقابل، تصدر سهم شركة سيدي كبريت لثيروتوكيمياويات الأسهم المتراجعة بنسبة تراجع بلغت نحو ١٧.٥٦، مسجلا مستوى ٩.٩٣ جنيه، تلاه سهم شركة الأفرام للتعبئة والتغليف بنسبة تراجع بلغت نحو ١٧.١٢، مسجلا مستوى ٩.٩٣ جنيه، تلاه سهم الشركة المصرية "تمار" لتداول الأوراق المالية والذي تراجع بنسبة ١٥.٠٣، مسجلا مستوى ٠.٥٨ جنيه.

بدء العد العكسي.. هل تشل عقوبات أميركا اقتصاد إيران؟

واشنطن - وكالات



من المتوقع أن تترك هذه العقوبات تأثيرا ميسورا، كما حدث في عهد إدارة الرئيس الأميركي الأسبق بيل كلينتون في دولة الصراع حول الملف النووي بين إيران والغرب أي بين عامي ٢٠٠١ و٢٠١٦ حيث استهدفت العقوبات أهم مصدر من مصادر الدخل الإيراني أي النفط وللمعاملات المالية المتعلقة به، ما أضعف إيران في حينه ودفعها للجلوس إلى طاولة المفاوضات سرا والبدء بالتفاوض العنقلا حافا.

وكان البيت الأبيض قد أعلن أن صادرات إيران في منتصف عام ٢٠١٢، قد تراجعت بشكل ملحوظ بسبب العقوبات ما أدى إلى خسارتها مليارات الدولارات من عائدات النفط بعد توقف جميع المستوردين عن شراء النفط من إيران وانخفضت صادراتها إلى حوالي مليون برميل في اليوم.

كما أشار البيت الأبيض إلى تأثير العقوبات على قيمة العملة الإيرانية الريال، والتي أدت إلى انخفاض قيمتها بنسبة ٣٨، لكن الآن مع انهيار العملة بفعل الجائحة من العقوبات يتوقع أن يشهد الريال هبوطا حرا مرة أخرى.

بالإضافة إلى ذلك نخس الشركات والمستثمرين التي تعرضت لعقوبات سابقة جراء القيام بأعمال تجارية مع إيران، حتى التفكير بإمكانية الجرافة، حيث إن العديد من الشركات والبنوك العالمية دفعت غرامات باهظة جدا.

بموجب إعادة تفعيل قانون نفوس الدفاع الوطني (NDAA)، سوف يتزايد الضغط على صناعة النفط الإيرانية، حيث يتعين على الدول المستوردة للنفط الإيراني خفض حجم وارداتها باستمرار في غضون ٦ أشهر.

وسوف تقوم وزارة الخزانة الأميركية

بإستعراض تقارير دورية كل ستة أشهر عن واردات النفط من إيران من قبل الدول المستهدفة، وفي حال كانت السوق العالمية بحاجة للنفط الإيراني ستكون هناك "استثناءات جزئية" لبعض الدول شرط مراعاة قانون نفوس الدفاع الوطني.

وأشار مسؤولون في الحكومة الأميركية إلى أن الهدف هو خفض صادرات النفط الإيرانية إلى الصفر خلال الأشهر الستة المقبلة، وإن الاستثناءات أو الإعفاءات ستكون مرتبطة بعوامل مثل سعر النفط في السوق العالمية ومعدل إنتاج كبار مصدري النفط الآخرين وكذلك القرار الأميركي.

منذ منتصف أغسطس الماضي وتطبيق أول مجموعة من العقوبات على إيران، عادت مجموعة أخرى من العقوبات.

وقد شملت تلك العقوبات، حظر وصول الحكومة الإيرانية إلى الدولار، وتجارة الذهب والوصول إلى بعض المعادن مثل الألمنيوم

النفط يرتفع وسط آمال بإمكانية حل الخلافات التجارية بين الصين وأمريكا

ستافور - وكالات

عززت الآمال في إمكانية حل خلاف تجاري بين أكبر اقتصادين في العالم.

وارتفعت الأسعار يوم الجمعة بعد هبوطها في وقت سابق من الجلسة، لكن برنت ما زال منخفضا ١٢ بالمئة منذ بداية أكتوبر تشرين الأول، بينما خام غرب تكساس الوسيط منخفض ١٣ بالمئة.

من حدوث تباطؤ اقتصادي يؤدي إلى الضغط على الطلب على الوقود.

وسجلت العقود الآجلة لأقرب استحقاق لخام القياس العالمي مزيج برنت ٢٣.٠١ دولار للبرميل بحلول الساعة ٠٥:٢٠ بتوقيت جرينتش يوم الجمعة، بارتفاع قدره ١٥ سنتا، أو ما يعادل ٠.٢ بالمئة، عن التسوية السابقة.

بدأ النفط خسائر كان قد مني بها في وقت سابق من امس الجمعة وسجل ارتفاعا مع زيادة الآمال في احتمالات أن تحل الولايات المتحدة والصين الخلافات التجارية بينهما، وهو ما حد من المخاوف من حدوث تباطؤ اقتصادي يؤدي إلى الضغط على الطلب على الوقود.

وسجلت العقود الآجلة لأقرب استحقاق لخام القياس العالمي مزيج برنت ٢٣.٠١ دولار للبرميل بحلول الساعة ٠٥:٢٠ بتوقيت جرينتش يوم الجمعة، بارتفاع قدره ١٥ سنتا، أو ما يعادل ٠.٢ بالمئة، عن التسوية السابقة.

اعلان طرح عطاء شراء وتركيب وحدات انارة نوع (LED) للمرة الثالثة

صدر عن بلدية الخالدية / محافظة الحفرق

لدى الشركات من ذوي الاختصاص والراغبين بدخول العطاء ويحتمل رخصة مهن بهذا الاختصاص في الاشتراك في المناقصة مراجعة بلدية الخالدية اعتبارا من يوم السبت الموافق ٢٠١٨/١١/٣

رقم العطاء ٢٠١٨/١

نوع العمل، شراء وتركيب وحدات المارة موفرة للطاقة نوع (LED)

ثمن نسخة العطاء غير مستردة (٢٥) خمسة وعشرون دينار

- 1 - آخر موعد لبيع واستلام العطاء يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٨ / ١١ / ٧
- 2 - أنواع العروض في صندوق عطاءات البلدية في موعد قضاء الساعة العاشرة صباحا من يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٨ / ١١ / ٧ وتفتح العروض الساعة العاشرة صباحا من نفس يوم الأيداع.
- 3 - يحق لصاحب العمل إلغاء العطاء دون ابداء الأسباب وبدون ان يترتب على هذا الإلغاء أية مسؤولية مالية أو قانونية.
- 4 - لا تسلم وثائق العطاء إلا لصاحب الشركة نفسه او من ينوبه بموجب تفويض خطي موقع ومختوم
- 5 - تقدم حزمة مع العرض او يستعد من العطاء.
- 6 - على صاحب الشركة ان يرفعه كدالة بتكينة بقيمة ٥٪ من قيمة العرض المقدم وان تكون خاصة الكن سارية المفعول وكدالة مسعفة.
- 7 - البلدية غير ملتزمة بأقل الأسعار.
- 8 - اجور الاعلان على من يرسو عليه العطاء مهما تكور.

وأقبلوا الاحترام

فرد ناصر العزلمزة
رئيس بلدية الخالدية

بعد اجتماع مع ماي.. شركات أوروبية تطالب بتسريع البريكست

لندن - وكالات

الفاق بشأن نوع العلاقة التجارية التي ستكون لها مع التكتل بعد ذلك.

ويج بيان منفصل، قال مكتب ماي إنها أبلغت الشركات أنها ما زالت وثيقة بشأن احتمالات لاتفاق بريكست.

وقال البيان "حدثت رئيسة الوزراء عن التقدم الجديد في المفاوضات مع اكتمال ٩٥ من الفائق الانسحاب والاتفاق على هيكل ونطاق إطار عمل التكتل، وجمدت القول بأنها وثيقة بأنه سيتم التوصل لاتفاق.

وقال مكتب ماي إنها أبلغت رؤساء الشركات أنها لنفتر مساهمتهم في الاقتصاد البريطاني ومدت تفاصيل خططها لعلاقة اقتصادية مستقبلية مع أوروبا.

واللحظة في قلب خلاف داخل حزبا وي بروكسل، ولم يتضح حتى الآن ما إذا كانت ستشكل الأساس لعلاقة بريطانيا المستقبلية مع الاتحاد الأوروبي.

قال رؤساء شركات أوروبية إنه يجب على رئيسة الوزراء البريطانية تيريزا ماي أن تتوصل لاتفاق بريكست مع الاتحاد الأوروبي بأسرع ما يمكن، لأن حالة عدم اليقين لتتق ضررا بالاستثمار ونفوس النمو.

وجاء اجتماع الطاولة المستديرة الأوروبية لرؤساء الشركات الصناعية مع ماي في مكتبها بلندن في وقت سابق اليوم بينما تسعى ماي لإقناع قطاع الأعمال بأن بريطانيا لنفتر مكانا جيدا للاستثمار حتى رغم أن تعثر محادثات بريكست يعني أن الشروط المستقبلية للتجارة عبر الحدود لنفتر هامة إلى حد كبير.

وقالت المجموعة في بيان بالبريد الإلكتروني بعد الاجتماع "نحن قلقون من



أن الوقت ضيق لتفادي خروج بريطانيا من الاتحاد الأوروبي بدون اتفاق، وهو ما قد يلحق الضرر بكل من المملكة المتحدة والاقتصادات السبعة والعشرين للاتحاد الأوروبي.

وأضافت قائلة "يجب التوصل على وجه السرعة إلى اتفاقية بشأن انسحاب منظم للمملكة المتحدة لأن عدم اليقين يترتب عليه استثمارات أقل ويقوض النمو



في جمعة «شعبنا سيسقط الوعد المشنوم»

اصابات بالرصاصة الحي في اعتداء الاحتلال على المسيرات



غزة-وكالات

اصيب عدد من المواطنين والصحفيين بالرصاص والاشتباق الشديد جراء اعتداء قوات الاحتلال الإسرائيلي على المسيرات السلمية في مخيمات العودة كافة شرق قطاع غزة في الجمعة 3/11/2018 مسيرات العودة وكسر الحصار والتي أطلق عليها "شعبنا سيسقط الوعد المشنوم".

وأفاد الناطق باسم وزارة الصحة د. أشرف القدرة أن 31 مواطناً أصيبوا بجراح مختلفة جراء اعتداء الاحتلال على المسيرات السلمية شرق قطاع غزة منها 7 إصابات بالرصاص الحي "مثيراً إلى أن العشرات من المواطنين أصيبوا بحالات اختناق شديدة تم علاجها مبدئياً.

ويعتاد السبوت ذكر مراسلات أن الآلاف من المواطنين شاركوا في فعاليات جمعة "شعبنا سيسقط الوعد المشنوم" في كافة مخيمات العودة ناكيداً على استمرار المسيرات حتى تحقيق مطالب المسيرة كافة خاصة إنهاء الحصار الإسرائيلي بشكل كامل عن قطاع غزة. وأشار إلى أن الجماهير الفلسطينية أدت صلاة العصر في مخيمات العودة لم توجه عدداً من التائبين تجاه السياح الزائرين والرهائن علم فلسطين مؤكداً أن الجماهير التزمت بقرارات الهيئة العليا لمسيرات العودة وكسر الحصار سلمية المسيرات الشعبية وضيقت النفس في مواجهة الاحتلال الإسرائيلي الذي أطلق

مباركهم "مقتلهم" خلال الحرب، "لو كنت أعتقد أننا فعلنا كل ما بوسعنا لاستعدادهم سأشعر بالراحة أكثر، ولكنني أشعر أنه بالإمكان القيام بالزيد. وأضاف "إذا لم نستعد الجنود فما الذي سيفكر فيه الجنود القادمون كيف سنشرح لهم أهمية خروجهم إلى ميدان القتال دون القدرة على استعدادهم".

في حين قالت عائلة "غولدين" إن حركة حماس حولت الحكومة الإسرائيلية إلى مجموعة من المغفلين إذ استحصل على كل شيء دون تفكير منها بإعادة الجنود. ووجهت العائلة حديثها لحكومة الاحتلال قائلة: "لا تحلقونا بالحرور، فلا تضغط على حماس سيمتع الحرب ولن يشعروا".

وكالت وكالة الأنباء الإسرائيلية يديس شالوزارون خلال عملية شرقية حي التلح شرق مدينة غزة إبان العدوان البري، لكن جيش الاحتلال أعلن عن مقتله.

ويعتاد من أغسطس من نفس العام أعلن

بضربة المزعومة الخيرية شمال غرب المدينة بعد اقتحام قوات كبيرة من جيش الاحتلال للمنطقة.

وأدى أهالي القرية صلاة الجمعة في الرصاص الحي والقبائل الغازية على الأهالي، ما أدى لإصابة شاب بالرصاص الحي.

وقالت قوات الاحتلال الجمعة الماضية شاباً خلال المواجهات الأسبوعية واصابة أكثر من 20 مغالبتهم بالرصاص الحي.

وفي بلدة نعلين غرباً، اندلعت مواجهات في المنطقة الجنوبية من البلدة بعد توجه عشرات النشطاء إلى الجدار الفاصل والشمال الإطارات العظائية، اقتصدوا هجوم تعزيزات دوريات الاحتلال وإطلاق القنابل الغازية والرصاص الحي، كما شهد جبل الريسان المهجد بالمخاضة غرباً مواجهات بعد توجه أهالي قرية كفر نعمة نحو أراضيهم وأطلق الجنود القنابل الغازية على الأهالي لعرقبتهم منها.

كما هاجم مستوطنون مركبات المواطنين على طريق جنين- نابلس شمال الضفة الغربية المحتلة، بالزجاجات الحارقة.

وأفاد ناشطون بأن عدداً من المواطنين تعرضوا لإلقاء زجاجات حارقة أمام مركباتهم قرب مستوطنة "شليح شعرون" وعلى مدخل مستوطنة "حوش" المحتلة وأشاروا إلى عدم إصابة أي من المواطنين.

ضابط إسرائيلي كبير: فشلنا في استعادة الجنود الأسرى من غزة

القدس المحتلة - وكالات

جيش الاحتلال فقد الاتصال بشباط يدعى حنار جولدن في رفح جنوبي القطاع وأعلنت النصار حينها أنها فقدت الاتصال بمجموعتها التي أسرتها في المكان وبحثت استنقاذها ومقتل الضابط الإسرائيلي.

وفي يوليو 2016 سحبت الرقابة الإسرائيلية بشراياً الخائف الإسرائيلي "أبراهام مندستو" من ذوي الأصول الأثيوبية بقطاع غزة قبل 10 أشهر (سبتمبر 2011) بعد تسلمه من السياح الأمني شمالي القطاع كما أفادت مصادر صحفية غربية بأن "إسرائيل" سألت عبر وسطاء غربيين عن شخص "غير يهودي" اختفى آثاره على حدود غزة في تلك الفترة وهو الأمر الذي لم تتعامل معه حماس مطلقاً.

وعرضت كتائب اللصام محور أربعة جنود إسرائيليين وهم: "شالوزارون" و"هانز جولدن" و"أبراهام مندستو" و"هاشم يدوي السيد"، وأفضت الكشف عن أية تفاصيل تتعلق بهم من حين.

وفي يناير 2018، قال وزير جيش الاحتلال

أقر ضابط كبير سابق في جيش الاحتلال الإسرائيلي والفشل في استعادة الجنود الأسرى لدى كتائب الشهيد عز الدين القسام الجناح العسكري لحركة المقاومة الإسلامية (حماس) في قطاع غزة "هانز غولدين" و"أورون شالوزارون".

وقالت القناة الثانية العبرية عن رئيس شعبة القوى البشرية الأسبق في الجيش "حجاي تيلنسكي" قوله إن الجيش فشل في استعادة جنود الأسرى في غزة، وأن هذا الفشل سيؤثر على الروح المعنوية للجنود في المعارك المقبلة.

وأضاف الضابط الذي شغل منصبه خلال العدوان الأخير صيف 2014، أنه يتوجب على الحكومة استعادة الجنود الذين أرسلتهم للقتال في غزة.

وعلقاً على التحطيرة الأسبوعية التي تنقلها عائلة الضابط الأسير في القطاع حنار غولدين "على مقربة من الحدود مع القطاع قال الضابط، الذي أبلغ عائلته الجنودين

أميركا تعلن إعادة فرض العقوبات على إيران

واشنطن-وكالات



وأعلنت الولايات المتحدة الأميركية إعادة فرض العقوبات على إيران التي رفعت وفرضت الاتفاق النووي عام 2015 وأكدت الخزانة الأميركية أن شبكة سويت العالمية ستخضع لعقوبات إذا تعاملت مع مؤسسات مالية إيرانية محظورة كما نوهت الخزانة بإضافة 700 شخص وكيان لعقوبات على إيران.

وقال وزير الخزانة الأميركي ستيفن منوشكين أمس الجمعة، إن شبكة سويت للتمويلات المالية العالمية التي مقرها بـ"بيليفيلد" قد تعرضت عليها عقوبات أميركية إذا قدمت خدمات لإسقاط مالية إيرانية لتضعها والتمسك في قائمة سوداء وأبلغ منوشكين الصحفيين في مؤتمر بالهاتف "سويت ليست مختلفة عن أي كيان آخر، وتعطي العقوبات قطاعات الشحن والطاقة

أعلنت الولايات المتحدة الأميركية إعادة فرض العقوبات على إيران التي رفعت وفرضت الاتفاق النووي عام 2015 وأكدت الخزانة الأميركية أن شبكة سويت العالمية ستخضع لعقوبات إذا تعاملت مع مؤسسات مالية إيرانية محظورة كما نوهت الخزانة بإضافة 700 شخص وكيان لعقوبات على إيران.

وقال وزير الخزانة الأميركي ستيفن منوشكين أمس الجمعة، إن شبكة سويت للتمويلات المالية العالمية التي مقرها بـ"بيليفيلد" قد تعرضت عليها عقوبات أميركية إذا قدمت خدمات لإسقاط مالية إيرانية لتضعها والتمسك في قائمة سوداء وأبلغ منوشكين الصحفيين في مؤتمر بالهاتف "سويت ليست مختلفة عن أي كيان آخر، وتعطي العقوبات قطاعات الشحن والطاقة

قتلى بقصف للقوات النظامية على المنطقة العازلة بإدلب

دمشق-وكالات

أسفر قصف مدفعي لقوات النظام استهدف إحدى البلدات الواقعة في المنطقة المتروعة السلاح في محافظة إدلب في شمال غرب سوريا، عن مقتل 8 أشخاص بينهم مدنيون حسبما أفاد المرصد السوري لحقوق الإنسان.

وقوصلت روسيا وتركيا في 17 سبتمبر إلى اتفاق بإقامة منطقة منزوعة السلاح في إدلب ومحيطها، بعدما توعدت دمشق على مدى أسابيع بشن عملية عسكرية واسعة ضد آخر معاقل المعارضة والتمسك.

ويرغم الاتفاق تشهد المنطقة بين الحين والآخر مناوشات وقصف متبادل بين قوات النظام والقوات المسلحة، وعلى رأسها هيئة تحرير الشام (جبهة النصرة سابقاً)، إقليمية لتنظيم القاعد، والدعم من قطر وتركيا.

وقالت وكالة فرانس برس عن مدير المرصد السوري زامي عبد الرحمن قوله إن قوات النظام تستهدف منذ صباح الجمعة المنطقة المتعددة بين بلدتي جرجان والتماعة

أسفر قصف مدفعي لقوات النظام استهدف إحدى البلدات الواقعة في المنطقة المتروعة السلاح في محافظة إدلب في شمال غرب سوريا، عن مقتل 8 أشخاص بينهم مدنيون حسبما أفاد المرصد السوري لحقوق الإنسان.

وقوصلت روسيا وتركيا في 17 سبتمبر إلى اتفاق بإقامة منطقة منزوعة السلاح في إدلب ومحيطها، بعدما توعدت دمشق على مدى أسابيع بشن عملية عسكرية واسعة ضد آخر معاقل المعارضة والتمسك.

ويرغم الاتفاق تشهد المنطقة بين الحين والآخر مناوشات وقصف متبادل بين قوات النظام والقوات المسلحة، وعلى رأسها هيئة تحرير الشام (جبهة النصرة سابقاً)، إقليمية لتنظيم القاعد، والدعم من قطر وتركيا.

وقالت وكالة فرانس برس عن مدير المرصد السوري زامي عبد الرحمن قوله إن قوات النظام تستهدف منذ صباح الجمعة المنطقة المتعددة بين بلدتي جرجان والتماعة

الزعم المتحددة: مليشيات طرابلس تهرب المؤسسات المالية

طرابلس-وكالات

وأضافت أنه تحت غطاء توفير الأمن أو الإمداء بسلطة غير مدعومة، قام مسلحون بتخويف الموظفين، وفي بعض الحالات الاغتداء البدني عليهم، ما حال بينهم وبين تمكنهم من أداء أعمالهم بعمالية.

وفي هذا السياق دعت الهيئة، المجموعات المسلحة إلى الانسحاب من مؤسسات الدولة والمؤسسات السيادية والرافق المدنية، وعدم إحكام قبضتها عليها، مطالبة حكومة الوفاق بضرورة الإسراع في تنفيذ الترتيبات الأمنية الجديدة في طرابلس، واستبدال المليشيات بقوات أمن نظامية ومنضبطة.

كشفت هيئة الأمم المتحدة إن ليبيا، أنها رصدت خلال الأيام الماضية استخداماً غير شرعي للقوة وأعمال التخويف ضد المؤسسات الخاصة والعامة في العاصمة طرابلس من قبل المليشيات المسلحة.

وأوضحت الهيئة في بياناً أن هذه الاعتمادات استهدفت خاصة مصرف الأمان/ فرع السياحة والشركة للسياحة للاستثمارات الخارجية، من أجل السيطرة على هذه المؤسسات والحصول على امتياز الوصول إلى الموارد المالية..

الحية: جهود كسر الحصار توشك على النجاح

غزة - وكالات

وتابع معهدة الاحتلال "إذ استمرت المسيرات وتأخر رفع الحصار سترون في فصل الشتاء ما لم تروى في فصل الصيف. وسين الشياطي في حماس أن حركته والفصائل وأبناء شعبنا يراقبون تنفيذ الوعود والاحتلال حالياً تحت الامتحان لتنفيذ وعده برفع الحصار، والوسطاء قنابون على الجماعه، وشدة الحجة على أن "استبدال شعبنا وأجياله للقطاع ولا مستقبله للاحتلال، وكانت معضاز فلسطينية وإسرائيلية تحدثت عن تقدم في مباحثات كسر الحصار الإسرائيلي المقروص على القطاع منذ أكثر من 14 عاماً وتراجعت مملكات الاحتلال يوم الأربعاء الماضي عن تقليص مساحة الصيد، وسحبت للضباطين ما نظروا لهم أحد، ولا جاعهم أحد.

أكد القيادي في حركة المقاومة الإسلامية (حماس) خليل الحية أمين اللجنة أن جهود كسر الحصار الإسرائيلي المقروص على قطاع غزة "توشك على النجاح"، متشكفاً على استمرار مسيرات العودة شرقى محافظات القطاع وأوضاع الحية، خلال كلمة له في مخيم العودة شرقى مدينة غزة عصر امس، أن "مسيرات العودة الهادئة وليسين الأول إحياء القضية الوطنية في مرحلة تقديب وتصفية لها خاصة فيما يخص حق العودة والثاني كسر الحصار الإسرائيلي الظالم عن قطاع غزة.

وأضاف مخاطباً الجماهير "لولا المسيرات وأشكر الحية إلى أن الجهود المصرية والتطورية والأمنية التحية تكسر الحصار عن غزة توشك على النجاح وانفذاً الخوض في التفاصيل.

السياسي ينعى ضحايا المنيا.. ويتوعد «الأيادي الغادرة»

القاهرة-وكالات

صموتيل، وأظهرت لقطات فيديو، تم تداولها على مواقع التواصل الاجتماعي، صورة قاسية لضحايا الهجوم مخرجين بالدعاء في الحافلة.

وقال مصدر أممي إن الطريق الرئيسي لتدمير كان مطلقاً لخياراً لخطورة موقعه على التطوير العمراني والارتفاع شبكة الاتصالات في محيطه، حيث استخدم الضحايا ذروياً فرعياً للعودة من المدير، وأعلنت مديرية الصحة بالثيا حالة الطوارئ باستشفيات العودة وبني مزار ومغاغة، كما دعت هيئة الإسعاف بمدد من السيارات لنقل المتضررين.

نحس الرئيس المصري عبد الفتاح السيسي، من الجمعة، ضحايا الهجوم الإرهابي الذي استهدف حافلة أقباط في محافظة المنيا جنوبى مصر.

وقال الرئيس المصري عبر حسابه على تويتر: "أني يرابع الحزن للشهداء الذين سقطوا اليوم بأباد غادرة ضمن الليل من تسج الوطن المتماستك. وأكد السيسي عزم بلاده على "مواصلة جهود مكافحة الإرهاب الأسود وملاحقة الجناة".

وقتل 7 أشخاص وأصيب مئلهم، في المنيا بعد أن أطلق مجهولون النار على حافلة أقباط أثناء عودتها من دير الأنبا

الهالكي: دفاعات التحالف تعترض صاروخا حوثيا استهدف نجران

بغداد-وكالات

البيدق، والذي أطلق لاستهداف المناطق المدنية والأهله بالسكان في منطقة نجران وتم ينتج عن اعتراض وتدمير الصاروخ أي إصابات.

وأكد الناطق، أن هذه الأعمال العنابية التي تقوم بها ميليشيا الحوثي الانقلابية، باتت تؤرد النظام الإيراني ودعمه لهذه الميليشيا الإرهابية.

وقد بلغ إجمالي الصواريخ الباليستية التي أطلقتها ميليشيا الحوثي للدعوة من إيران باتجاه المنكة حتى الآن 106 صواريخ تسببت في استشهاد 112 مدنيا من المواطنين والمقيمين، واصابة المئات.

صرح المتحدث باسم قوات تحالف دعم الشرعية في اليمن، العقيد تركي المالكي، بأن قوات الدفاع الجوي للتحالف رصدت إطلاق صاروخ باليستي من قبل ميليشيات الحوثي الإرهابية باتجاه السعودية.

وقال المالكي، صباح امس الجمعة، رصدت قوات الدفاع الجوي للتحالف إطلاق صاروخ باليستي من قبل ميليشيا الحوثي الإرهابية من داخل الأراضي اليمنية، من محافظة صعده باتجاه أراضي السعودية.

وقد تمكنت قوات الدفاع الجوي من اعتراض وتدمير الصاروخ داخل الأراضي

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يُنْعَى رَئِيسَ هَيْئَةِ الْأَرْكَانِ الْمَشْتَرَكَةِ الْفَرِيقِ الرَّكْنِ مُحَمَّدِ عَبْدِ الْحَلِيمِ الْفَرِيحَاتِ وَجَمِيعِ مَنْتَسَبِي الْقَوَاتِ الْمَسْلُحَةِ الْأَرْدْنِيَّةِ - الْجَيْشِ الْعَرَبِيِّ الْعَمِيدِ الْمُتَقَاعِدِ

علي عبدالله عايد رمضان

الذي انتقل الى رحمة الله تعالى يوم الجمعة الموافق ٢٠١٨/١١/٢

تغمده الله الفقيد بواسع رحمته ورضوانه وأسكنه فسيح جنانه

وألهم ذويهم وأهله جميل الصبر وحسن العزاء.

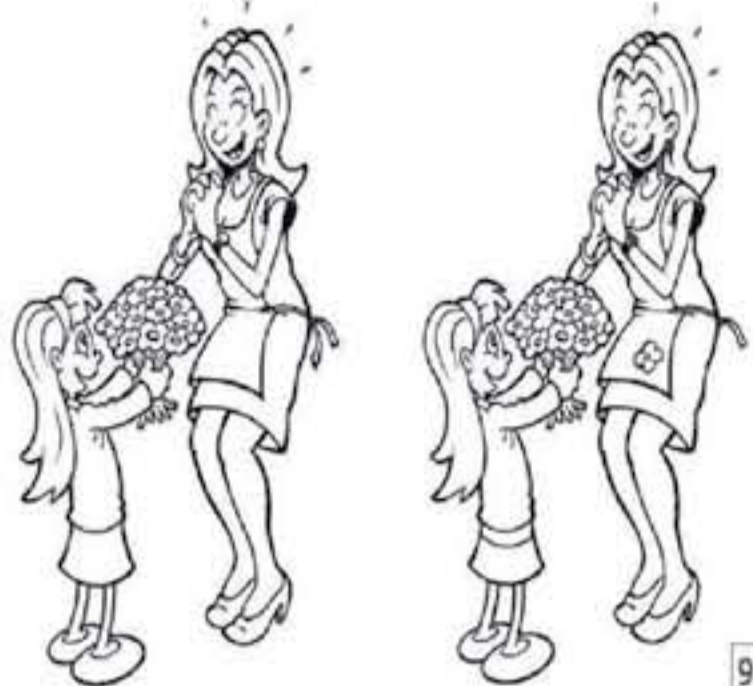
إنا لله وإنا إليه راجعون

مواقيت الصلاة

- الفجر: ٤:٣٠
- الشروق: ٥:٤٨
- الظهر: ١١:٢٠
- العصر: ٢:٢٤
- المغرب: ٤:٥١
- العشاء: ٦:٢١



جد الفروق بين الصورتين



سدوكو سهل

	2	3	4
3	4	1	
2	1	4	
	3	2	1

سدوكو وسط

8		4	6		7
				4	7
	1			6	5
5	9		3	7	8
			7		
	4	8	2	1	3
	5	2			9
		1			
3		9		2	5

شبكة الاردنية ROYAL JORDANIAN

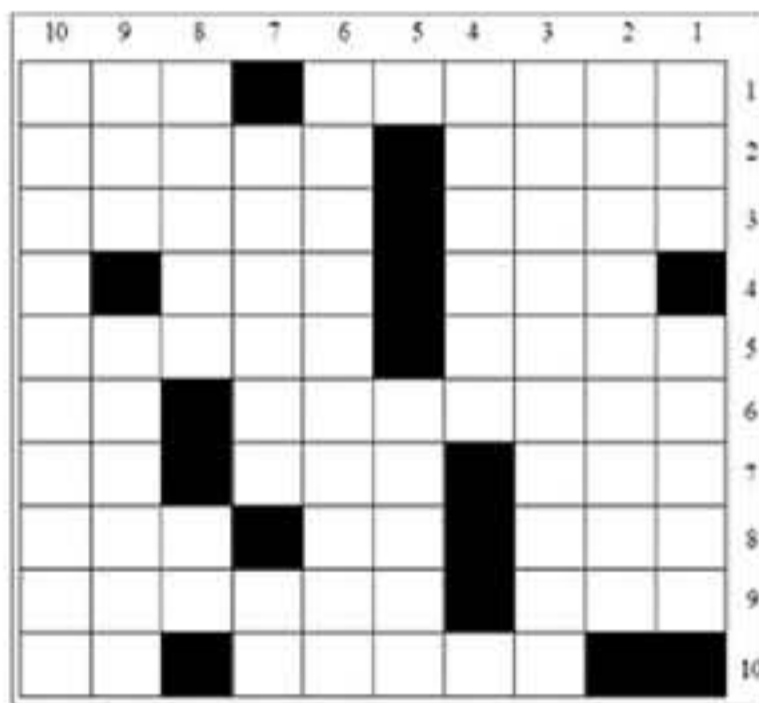
رقم الرحلة	الوقت	السرعة
810	04:30	510000
304	06:05	
342	06:05	
301	06:45	
620	07:40	
610	07:55	
602	08:15	
363	08:40	
151	09:45	
121	09:45	
202	09:45	
120	09:50	
017	09:55	
117	09:55	
183	09:55	
201	10:30	
503	11:00	
100	11:00	
101	11:00	
111	11:20	
123	12:00	
730	15:20	
640	15:55	
740	16:10	
614	16:30	
609	16:40	
403	16:40	
614	16:55	
700	19:05	
340	22:00	
612	22:00	
602	22:10	
302	22:10	
734	22:15	
610	22:15	
507	22:30	
600	23:55	
754	00:40	
624	01:00	
800	01:10	
688	01:10	
102	01:15	

رقم الرحلة	الوقت	السرعة
817	02:15	510000
181	04:40	
820	06:00	
800	06:00	
705	07:50	
735	08:10	
500	08:15	
745	08:15	
343	08:20	
623	08:30	
305	08:30	
649	08:40	
613	08:40	
803	08:40	
811	08:40	
800	08:40	
304	08:40	
304	08:40	
703	08:40	
621	08:40	
611	08:40	
605	08:40	
106	08:40	
120	08:40	
120	08:40	
102	08:40	
839	08:40	
102	08:40	
201	08:40	
205	08:40	
118	08:40	
118	08:40	
015	08:40	
104	08:40	
800	08:40	
404	08:40	
645	08:40	
743	08:40	
112	08:40	
610	08:40	
344	08:40	
101	08:40	
303	08:40	

جدول رحلات شركة جت

اسم الطائرة	التردد	اسم الطائرة
العمودي - العظيمة	يوميًا	7:00 AM
7:00 AM	يوميًا	9:00 AM
9:00 AM	يوميًا	11:00 AM
11:00 AM	يوميًا	14:00 PM
14:00 PM	يوميًا	16:00 PM
16:00 PM	يوميًا	18:00 PM
18:00 PM	يوميًا	ظهير يوم - العظيمة
ظهير يوم - العظيمة	يوميًا	8:00 AM
8:00 AM	يوميًا	10:00 AM
10:00 AM	يوميًا	12:00 PM
12:00 PM	يوميًا	14:30 PM
14:30 PM	يوميًا	17:00 PM
17:00 PM	يوميًا	18:30 PM
18:30 PM	يوميًا	

رقم الطوارئ 911



عمودي :

أفقي :

- 1- حرب..... (نسبت فيها امرأة في العاقبة)
- 2- امرأة عمران.....
- 3- مطهر - ذو النورين.....
- 4- (.....) من أسماء الله الحسنى - يتروى عن.....
- 5- نداء الرامي غنم - قطع.....
- 6- من الشهور المرثية - ملاي (معنوية).....
- 7- بدل لغة (معنوية) - كلم.....
- 8- الكثر ال..... فان السفر طويل (معنوية).....
- 9- في لسان كيد رغبة..... (معنوية) - الأمر من (باع).....
- 10- الفعل - نصف مبدأ - (خياب بن ال.....).....
- 11- ساس من أسنونا.....
- 12- (باه) معنوية - (معنوية).....
- 13- تشرب - من الضمائر (معنوية).....

التلفزيون الاردني

التلفزيون الأردني - القناة الرئيسية - الفضائية

عروض برنامج الثورة البراعمية - شهر تشرين الثاني 2018 اليوم السبت 11 / 11 2018

10:00 القرآن الكريم - انبعاثات

10:30 برنامج صباحي محلي - ساعة شوق

11:00 برامج متنوعة

11:30 نشرة الأخبار الصباح - إعادة

12:00 صبح شامخة - إعادة

12:30 برنامج محلي / صبح شامخة - إعادة

13:00 8:00 برنامج / يوم جديد - مباشر

13:30 1:00 هجر أخبار العاشرة - ساعة يوم جديد - مباشر

14:00 2:00 برنامج وثائقي / كيف يفعلون ذلك - إعادة

14:30 3:00 هجر أخبار الثانية عشر - مسلسل

15:00 4:00 برنامج / يوم جديد - مباشر

15:30 5:00 برنامج / أبطال من بادي - إعادة

16:00 6:00 برنامج / حريم - إعادة

16:30 7:00 نشرة أخبار الثالثة - 16:30 برنامج وثائقي / كيف يفعلون ذلك - إعادة

17:00 8:00 برنامج / أبطال من بادي - إعادة

17:30 9:00 برنامج / حريم - إعادة

18:00 19:00 نشرة أخبار الثالثة - 18:00 برنامج وثائقي / كيف يفعلون ذلك - إعادة

19:00 20:00 برنامج / أبطال من بادي - إعادة

20:30 21:00 برنامج / حريم - إعادة

21:30 22:00 نشرة أخبار الثالثة - 21:30 برنامج وثائقي / كيف يفعلون ذلك - إعادة

22:00 23:00 برنامج / أبطال من بادي - إعادة

23:30 0:00 برنامج / حريم - إعادة

0:30 1:00 نشرة أخبار الثالثة - 0:30 برنامج وثائقي / كيف يفعلون ذلك - إعادة

1:00 2:00 برنامج / أبطال من بادي - إعادة

السرطان (11 شهر 11)

يبدأ السرطان في كثير من الأحيان بغير أعراض، وقد لا يتم اكتشافه حتى يتقدم. السرطان هو مرض معقد، ويمكن أن يحدث في أي جزء من الجسم. السرطان هو مرض مزمن، ويمكن أن يستمر لسنوات طويلة. السرطان هو مرض خطير، ويمكن أن يؤدي إلى الموت. السرطان هو مرض شائع، ويمكن أن يحدث في أي فئة عمرية. السرطان هو مرض يمكن الوقاية منه، ويمكن علاجه. السرطان هو مرض يمكن التعايش معه، ويمكن أن يؤدي إلى حياة طويلة. السرطان هو مرض يمكن التغلب عليه، ويمكن أن يؤدي إلى حياة أفضل. السرطان هو مرض يمكن الشفاء منه، ويمكن أن يؤدي إلى حياة سعيدة. السرطان هو مرض يمكن الوقاية منه، ويمكن علاجه. السرطان هو مرض يمكن التعايش معه، ويمكن أن يؤدي إلى حياة طويلة. السرطان هو مرض يمكن التغلب عليه، ويمكن أن يؤدي إلى حياة أفضل. السرطان هو مرض يمكن الشفاء منه، ويمكن أن يؤدي إلى حياة سعيدة.

السرطان (11 شهر 11)

يبدأ السرطان في كثير من الأحيان بغير أعراض، وقد لا يتم اكتشافه حتى يتقدم. السرطان هو مرض معقد، ويمكن أن يحدث في أي جزء من الجسم. السرطان هو مرض مزمن، ويمكن أن يستمر لسنوات طويلة. السرطان هو مرض خطير، ويمكن أن يؤدي إلى الموت. السرطان هو مرض شائع، ويمكن أن يحدث في أي فئة عمرية. السرطان هو مرض يمكن الوقاية منه، ويمكن علاجه. السرطان هو مرض يمكن التعايش معه، ويمكن أن يؤدي إلى حياة طويلة. السرطان هو مرض يمكن التغلب عليه، ويمكن أن يؤدي إلى حياة أفضل. السرطان هو مرض يمكن الشفاء منه، ويمكن أن يؤدي إلى حياة سعيدة.

السرطان (11 شهر 11)

يبدأ السرطان في كثير من الأحيان بغير أعراض، وقد لا يتم اكتشافه حتى يتقدم. السرطان هو مرض معقد، ويمكن أن يحدث في أي جزء من الجسم. السرطان هو مرض مزمن، ويمكن أن يستمر لسنوات طويلة. السرطان هو مرض خطير، ويمكن أن يؤدي إلى الموت. السرطان هو مرض شائع، ويمكن أن يحدث في أي فئة عمرية. السرطان هو مرض يمكن الوقاية منه، ويمكن علاجه. السرطان هو مرض يمكن التعايش معه، ويمكن أن يؤدي إلى حياة طويلة. السرطان هو مرض يمكن التغلب عليه، ويمكن أن يؤدي إلى حياة أفضل. السرطان هو مرض يمكن الشفاء منه، ويمكن أن يؤدي إلى حياة سعيدة.

السرطان (11 شهر 11)

يبدأ السرطان في كثير من الأحيان بغير أعراض، وقد لا يتم اكتشافه حتى يتقدم. السرطان هو مرض معقد، ويمكن أن يحدث في أي جزء من الجسم. السرطان هو مرض مزمن، ويمكن أن يستمر لسنوات طويلة. السرطان هو مرض خطير، ويمكن أن يؤدي إلى الموت. السرطان هو مرض شائع، ويمكن أن يحدث في أي فئة عمرية. السرطان هو مرض يمكن الوقاية منه، ويمكن علاجه. السرطان هو مرض يمكن التعايش معه، ويمكن أن يؤدي إلى حياة طويلة. السرطان هو مرض يمكن التغلب عليه، ويمكن أن يؤدي إلى حياة أفضل. السرطان هو مرض يمكن الشفاء منه، ويمكن أن يؤدي إلى حياة سعيدة.

أسباب تدفكك لزيارة ماليزيا في الشتاء .. تعرف عليها



الأنباط - رصد جملة خسر

لا داعي للقلق حول الملابس الثقيلة ليس هناك حاجة لارتداء طبقات من الملابس الثقيلة للحفاظ على الدفء عند السفر إلى ماليزيا في الشتاء، خاصة وأن الطقس في ماليزيا حار ورطب. ما يعني إمكانية ارتداء ملابس فضفاضة مريحة خلال السفر مع عدم حمل الكثير من الأمتعة معك جنبا إلى جنب مع النظارات الشمسية الخاصة بك. فضلا عن بعض الكريمات الواقية من الشمس، وبجانب ذلك، لن تحتاج إلى سترة لأن الرياح خفيفة.

الاسترخاء في الجزر

عند السفر إلى ماليزيا في الشتاء، سيكون بانتظارك هناك بين الجزر الجميلة، السماء المشمسة، والشواطئ الرملية ونسائم البحر في الجزر الاستوائية بديلا عن الثلوج والجليد، خاصة أن الجزر بماليزيا محاطة بحار هادئة مع شواطئ رائعة مع أجمل مشهد لغروب الشمس. يمكنك الاستمتاع بالأنشطة الترفيهية في تلك الجزر أو حتى الاسترخاء بين مشاهد الطبيعة المذهلة. واعتمادا على ما إذا كنت تفضل مكان منعزل أو لا، نقترب عليك الاختيار ما بين لتكاي وجزر بيرهنتيان وجزيرة ريديان وجزيرة بانغكور.

يفضل بعض المسافرين في عطلة الشتاء الاستمتاع بوقتهم في مناخ دافئ دون القلق كثيرا بشأن الأجواء الباردة، وتعد ماليزيا هي واحدة من الوجهات السياحية المثالية للزيارة في هذا الفصل من العام لتفوق من الثلوج الكثيفة والرياح المتجمدة. وفيما يلي بعض الأسباب التي تجعل ماليزيا مكانا مثاليا لقضاء العطلات في فصل الشتاء.

أسباب تدفكك لزيارة ماليزيا في الشتاء .. تعرف عليها

الطقس الاستوائي

ماليزيا ليس لديها أربعة مواسم مثل اليابان وكوريا الجنوبية ونيابور، لذا فهي وجهة تفضل بالطقس الاستوائي على مدار السنة مع السماء المشمسة والأجواء الجميلة، لذا فعادة ما يتصددها المسافرون الباحثين عن الأجواء الساخنة في فصل الشتاء بعيدا عن الثلوج والجليد، مع فرص الاستمتاع الجميل في ماليزيا. تؤكد من حجز الرحلات الجوية والشواطئ مقدما، خاصة خلال موسم السفر الذي يمتد ما بين ديسمبر ويوليو.

العوص في الشعاب المرجانية

لعتبر ماليزيا أحد الأماكن المثالية لاستكشاف الشعاب المرجانية الجميلة مع الطقس الاستوائي والبحار الدافئة حتى في فصل الشتاء، لذا لا داعي للقلق من انخفاض درجة الحرارة عند التخطيط للعوص ما بين البحار الفيروزية في شتاء ماليزيا، ولعل مواقع العوص المرمية بها هي جزيرة بانغكور وجزر بيرهنتيان وجزيرة سيبانان. إذا كان لديك شغف لاستكشاف الشعاب المرجانية في البحار، يمكنك أيضا تعلم العوص عبر الاسترشاد بمدربين متخصصين.

استكشاف الغابات المطيرة

الغابات المطيرة الغالسة في ماليزيا تعد وجهات مثالية لحبي استكشاف مختلف النباتات والحيتوانات، لذا فسيتوقع بانتظارك عند الزيارة خلال فصل الشتاء أيضا مع الأجواء الدافئة فرص السير لمسافات طويلة من خلال مسارات تلك الغابات المطيرة، وهناك بعض الأماكن (مثل تامان نيغارا) حيث يمكنك التخييم ليلا، كما يمكنك استكشاف الحياة البرية في الغابات المطيرة في حديقة ياكو الوطنية ومنزلة كينابالو، إذا كنت تفضل مكان قريب من

كوالالمبور، فإننا نوصي بزيارة حديقة غابة كوالالمبور.

الاستمتاع بالشلالات

لعتبر الشلالات التي تحتوي على برك طبيعية خاصة بها من أفضل الوجهات السياحية التي يمكنك زيارتها خلال رحلتك إلى ماليزيا في الشتاء، وهناك يمكنك التمشي والاستمتاع بالمشاهد الطبيعية الخلابة، كما يمكنك حتى قضاء ليلة من التخييم بالقرب من معظم الشلالات ... أو مجرد تسليق التلال للاستمتاع بمجموعة من المناظر البانورامية للغابات المطيرة.

يمكنك زيارة شلالات ريتيو فانس (أحد الأماكن الساحرة المخفية في ماليزيا) وحديقة لامبير هيلز الوطنية وشلال سيفين ويلس في لانكاوي وشلال دوريان بيرالنجين.

استمتع بالغامرة في الكهوف

تحدي تسلق الكهوف واكتشاف الكهوف الحجرية بماليزيا، حيث يتم توفير جولات كهفية ونهرية، بما في ذلك زيارة غوا تيمبورونغ في ابوهو التي تضم ثلاث غرف كبيرة مع تشكيلات الصخور المذهلة، إذا كنت تفضل الذهاب قديما، يمكنك استكشاف حديقة مولو

كافيس الوطنية، وهي رحلة صعبة تتضمن كهف الغزلان وكهف كبير ووتر.

اكتساب الخبرة في برامج التطوع

بالإضافة إلى التمتع بنسيم شمس في ماليزيا، يمكنك أيضا المشاركة في برامج التطوع لتعلم مختلف النفايات في ماليزيا، بما في ذلك الفن والغذاء واللغة وتوسط الحياة اليومية، بما في ذلك استكشاف أجزاء مختلفة من ماليزيا مثل بينانج، منغا، صباح وساراواك. هناك العديد من البرامج التطوعية لرعاية الحياة البرية في ماليزيا، فضلا عن الحفاظ على البيئة (الجزر والمحيطات والغابات المطيرة).

الاحتفال برأس السنة الجديدة بشكل مختلف

تحتفي عطلة نهاية العام الباردة وهم بالاحتفال بعيد رأس السنة على الطراز الماليزي، مع الاستمتاع بالنسوق والعروض الحية وسط الاحتفالات المبهجة، ذلك جنبا إلى جنب مع تناول الأطباق الشهية الماليزية البسيطة التي تعد خصيصا في ليلة رأس السنة (مثل الكاري والسالي (الفحوم المشوية على الفحم)، فضلا عن ذلك فإن احتفالات رأس السنة الجديدة في هذه الدولة الرائعة ممتعة وجميلة كدول العالم

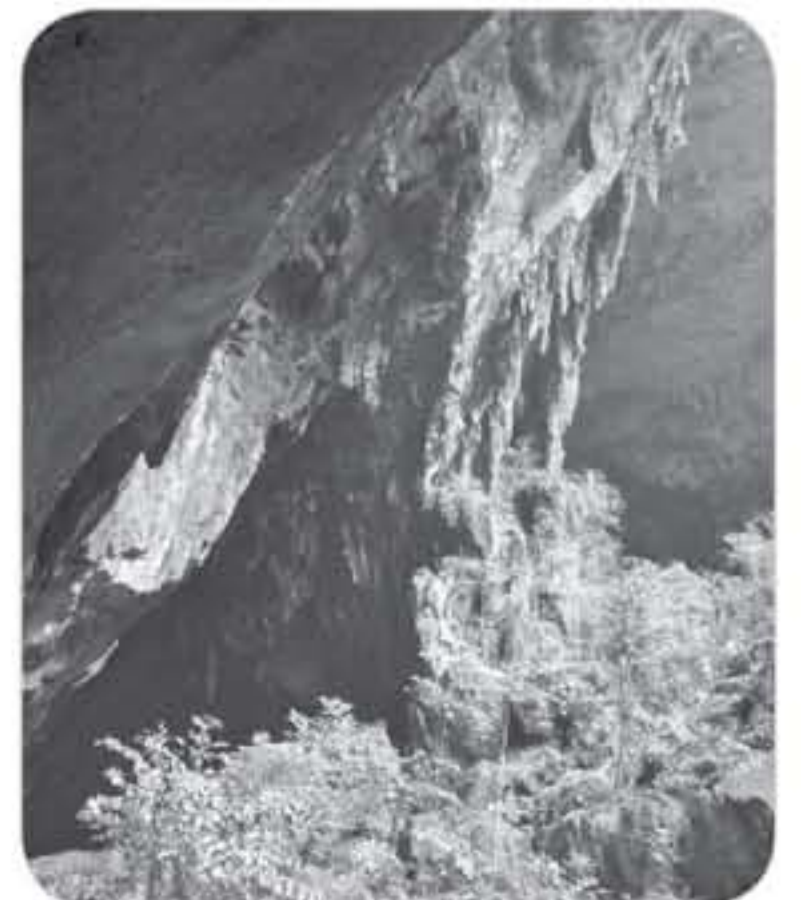
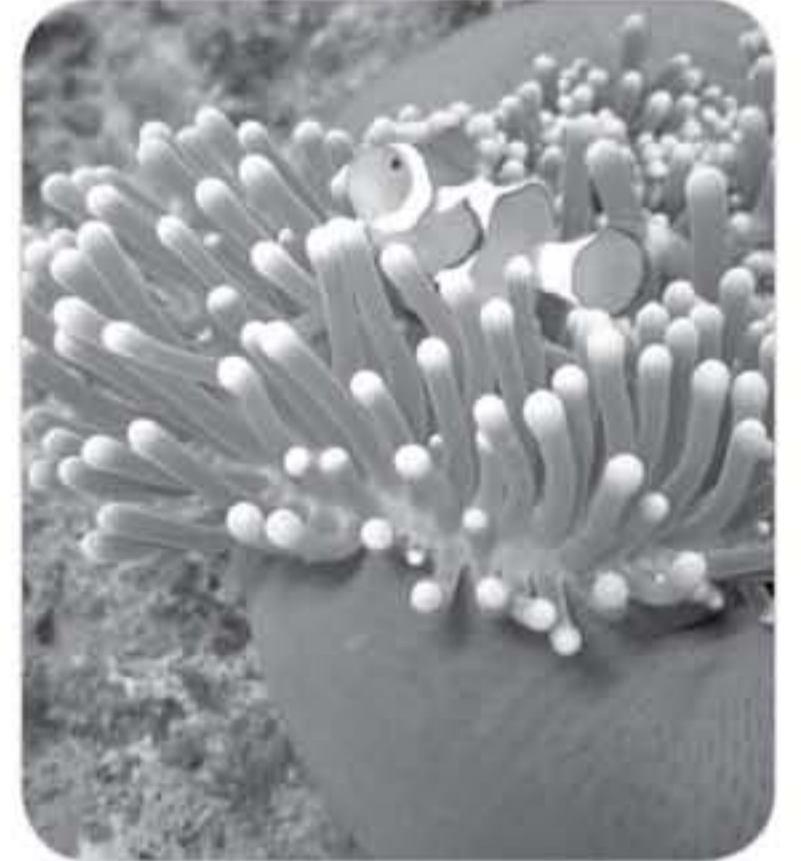
الكبرى، بما في ذلك مشاهدة عرض الألعاب النارية دون القلق بشأن الرياح الباردة.

تذوق الحلويات الماليزية

إلى جانب ذلك يمكنك خلال رحلتك الرائعة إلى ماليزيا في الشتاء، لتذوق الأطباق الحارة والمالحة مع مجموعة متنوعة من الحلويات الرائعة، التي تمنحك الفرصة لاكتشاف جانب آخر من ثقافة هذا البلد الرائع.

السكان المحليين الودودون

يفتخر ماليزيا المسافرين بالتواصل مع السكان المحليين أحد أفضل التجارب المميزة لاكتشاف جمال ماليزيا، حيث يرحب السكان المحليين بالمشافرين إلى ماليزيا مع ابتساماتهم الدافئة والضيافة الرائعة، ما يضمن لك الاستمتاع برحلتك في هذا البلد الجميل بشكل كبير دون معوقات أو مشاكل. وعلى الرغم من أن بعض هؤلاء السكان قد لا يتحدثون لغتك، إلا أن ابتساماتهم، كلماتهم الرائعة، ولغة الإشارة تجعلك تشعر بأنك في المنزل مع العلم أنه سيشارك بعض السكان المحليين بكل سرور ثقافتهم وقصصهم الفريدة. (المسافر العربي)





سلط عدسة كاميرا هاتك على الباركود لتري أخبار التكنولوجيا، في الموقع الإلكتروني

تويتر تخسر 9 ملايين مستخدم.. وتوقعات بالمزيد

دبي - البوابة العربية للأخبار التقنية

أعلنت تويتر عن نتائج أرباحها للربع الثالث من عام 2018، حيث أظهرت الشركة انخفاضاً في الإيرادات بنسبة 19٪، وهو ما كان أعلى مما توقعه المحللون في وول ستريت. وخفضت الشركة دخلاً صافياً بلغ 789 مليون دولار، ويرجع الفضل في ذلك إلى حد كبير إلى فائدة الائتمان الضريبي التي بلغت 913 مليون دولار واستمدت منها الشركة. ويسون هذه العائدة فإن صافي دخل تويتر وصل إلى 106 مليون دولار، وانخفضت عائدات الإعلانات بنسبة 19٪ إلى 60 مليون دولار.



تويتر إيرادات بلغت 789 مليون دولار خلال الأشهر الثلاثة الماضية. مما شكّل زيادة في الإيرادات بنسبة 19٪. وهو ما كان أعلى مما توقعه المحللون في وول ستريت. وخفضت الشركة دخلاً صافياً بلغ 789 مليون دولار، ويرجع الفضل في ذلك إلى حد كبير إلى فائدة الائتمان الضريبي التي بلغت 913 مليون دولار واستمدت منها الشركة. ويسون هذه العائدة فإن صافي دخل تويتر وصل إلى 106 مليون دولار، وانخفضت عائدات الإعلانات بنسبة 19٪ إلى 60 مليون دولار.

زيادة إنفاقهم على منصتها. مؤكداً على جهودهم للقضاء على الحسابات غير المرغوب فيها. من جهته، قال الرئيس التنفيذي، جاك بورتسي، في رسالة إلى المساهمين، "كثرت النتائج القوية لهذا الربع أننا نستطيع تحديد أولويات صحة تويتر على المدى الطويل مع زيادة عدد الأشخاص الذين يشاركون في المحادثة العامة. وتابع بورتسي، "إننا نحقق تقدماً ملموساً في جهودنا لجعل خدمة تويتر خدمة يومية أكثر صحة وقيمة، ونعمل بشكل أفضل على اكتشاف وإزالة الحسابات غير المرغوب فيها والتشبيوهة عند

الإشتراك، بينما شهد المبرر المالي، تيد سيجال، على أن "هذا هو الربع الثالث على التوالي الذي نمت فيه الإيرادات بشكل أكبر من زيادة المستخدمين". وذلك لتقليل مخاوف المحللين من أن الانخفاض في عدد المستخدمين النشطين شهرياً MAU لن يؤدي إلى إعاقة نمو الإيرادات. كذلك أشار بورتسي إلى أن جهود الشركة لزيادة أرباحها المستدامة للمستخدمين النشطين يومية أثناء محاولة التمسك بالهوامس من الحسابات غير المرغوب فيها والحسابات المزيفة وحسابات روبوتات المرفوضة الكتابية سوف تستمر في التركيز على إنشاء منتجات تولد على المستخدمين متابعي الأعداء، والتواضع ذات الصلة في الوقت

العلمي. وقالت تويتر إن سبب الانخفاض في عدد المستخدمين النشطين شهرياً يعود إلى عدد من القوى الخارجية وخيارات المنتجات الداخلية مثل اللاصقة العامة لحماية البيانات الأوروبية GDPR، وقرار تويتر بعدم الانتقال إلى رسائل SMS المدفوعة في بعض الأسواق، وتغيير المنتج الذي يقلل من الاستخدام التلقائي والاشترك. كما أضافت أنها تتوقع أن يتراجع عدد المستخدمين النشطين شهرياً مرة أخرى في الربع القادم.

التحرش يطيح بـ ٤٨ موظفاً في غوغل خلال عامين



مبتكر نظام التشغيل "أندرويد". ووفق الصحيفة، طلب من روبين معاذرة "غوغل" سنة 2011 بسبب لتهمة تحرش، لكنه رفض تعويضاً لإنهاء الخدمة بقيمة 90 مليون دولار. ولقد "نيويورك تايمز" أنها اطلعت على مستندات داخلية وأخرى قضائية وثقافت مع مصادر من داخل "غوغل".

ولم يعط بيتشاي أسماء الموظفين العائين بهذا التمييز. كما ذكر في رسالته بأن المجموعة حدثت نظامها الداخلي وياتت تعرض على كبار الموظفين الإفصاح عن أي علاقة حميمة تربطهم بموظف آخر. وفتح عملاق الإنترنت، بحسب بيتشاي، خطأ هامياً يتيح للموظفين الإبلاغ عن أي تصرف غير لائق بدر عن أحد المدراء شهدوا عليه أو تعرضوا له.

سان فرانسيسكو - فرانس برس

خلال العامين الماضيين، سرحت "غوغل" 48 موظفاً على خلفية تحرش جنسي، بحسب ما كشف مديرها العام، ستان بيتشاي، في مستند داخلي رداً على صحيفة "نيويورك تايمز" التي أفادت بأن عملاق الإنترنت كسرت على عدة حالات من هذا القبيل. وفي وثيقة موجهة إلى الموظفين حصلت وكالة فرانس برس على نسخة منها الخميس، تطرق بيتشاي إلى صرف 13 مسؤولاً وهي المستوي. وأكد المدير العام أن أي من هؤلاء لم يحصل على تعويضات إنهاء الخدمة، غير أن صحيفة "نيويورك تايمز" كشفت في تقرير نشر الخميس أن "غوغل" كسرت على عدة حالات تحرش جنسي لعمال البعض من كبار المدراء فيها، من بينهم أندري روبين

هاتف يحتوي على 6 كاميرات.. جديد «Honor»

بتبره 2.6 هيفايترز، والتين من أوبية Cortex-Av 1.8 بتبره 1.9 هيفايترز، وأربعة أوبية Cortex-Avo بتبره 1.8 هيفايترز، وبأني ذاكرة وصول عشوائي إما 16 أو 64 هيفايترز. ويتضمن هاتف هونر الجديد كاميرا خلفية ثلاثية العدسة بمستشعر أساسي بدقة 19 ميجابكسل مع فتحة عدسة f/1.8، ومستشعر أساسي اللون أبيض وأسد بدقة 12 ميجابكسل مع فتحة عدسة f/2.4، ومستشعر بدقة 19 ميجابكسل مع عدسة واسعة الزاوية وفتحة عدسة f/2.4. مع عدم وجود عدسة مقربة، وتزو الشركة لوجود تقنية AIS الخاصة بها من أجل تثبيت الصورة إلى جانب فلاش LED واحد.

دبي - البوابة العربية للأخبار التقنية

أطلقت شركة هونر Honor وهي العلامة التجارية الصينية لشركة هواوي هاتفها الجديد Honor Magic. في حدث عقده بالعاصمة الصينية بكين شركة هواوي Hisilicon Kirin 980 المتص وفق تقنية 7 نانومتر، وتقنية الشحن السريع Magic Charge AMOLED بدقة 10.1 إنش، ومستشعر بصمات الأصابع مدمج في الشاشة، وميزة إلغاء قفل الوجه ثلاثية الأبعاد، وكاميرا أمامية متزلفة، كما سلط الضوء على مساعد الذكاء الاصطناعي الافتراضي Yoyo.

وتوفر هونر Honor الهاتف الذكي بثلاثة أنواع مختلفة من ككرة الصوت العشوائي بسمعة لصل إلى 8 هيفايترز، و26 هيفايترز من مساحة التخزين الداخلية، كما كشفت الشركة عن تفاصيل السعر والتوفر الخاصة بهذا الهاتف Honor Magic 2. إذ يبدأ سعر الهاتف من حوالي 619 دولار أميركي لنسخة 128/64 هيفايترز، ويصل إلى 699 دولار أميركي لنسخة 256/128 هيفايترز، على أن يتم طرح الهاتف الذكي للبيع في 6 نوفمبر/تشرين الثاني.

ويوفر جهاز Honor Magic 2 مساحة تخزين داخلية تبلغ 128 هيفايترز أو 256 هيفايترز ولا يمكن توسيع أي منهما عبر بطاقة microSD، وتشتمل خيارات الاتصال في الهاتف الذكي على (الانتقال السريع 4G+، وWi-Fi 802.11ac، وLTE، وFM، وNFC، وبلوتوث، ونظام تحديد المواقع مزيج التتالي، وUSB، وملف USB من النوع C.

ويحتوي الجهاز على بطارية بسعة 3500 ميلي أمبير ساعة لتقنية الشحن السريع Magic Charge بدقة 40 واط (10 فولط/1 أمبير)، مما يعني إمكانية شحن البطارية بنسبة 50٪ في أقل من ساعة واحدة. وتتلقى الشاشة لتكثف عن الكاميرا الأمامية ومستشعر إلغاء القفل عبر التعرف على الوجه ثلاثي الأبعاد 3D Face Unlock، كما أضافت هواوي Hisilicon Kirin 980 مع التين من أوبية Cortex-Av

جديد آبل.. أجهزة أعلى كلفة ومصنوعة من مواد أعيد تدويرها

نيويورك - فرانس برس



خدمت آبل في نيويورك نموذجاً جديداً من الكمبيوتر المحمول الخفيف "ماك بوك إير" مصنعة من الألمنيوم الذي أعيد تدويره بنسبة 100٪، فضلاً عن نسخة محدثة من جهاز "ماك مينى" الأصغر والجهاز اللوحي "ماك برو" بأشعار أعلى من النسخ السابقة. وبعد 10 سنوات على تقديم أول حاسوب "ماك بوك" إير، وقها تحت إدارة ستيف جوبز الذي تولى في العام 2011، كشف خلفه تيم كوك الشاب عن نسخة جديدة من هذا الجهاز الذي لا تتخطى سماكته 1.1 سنتيمتر، في مقابل 1.9 سابقاً. وقد صنع هذا النموذج من الألمنيوم الذي أعيد تدويره بنسبة 100٪، فضلاً عن بلاستيك خضغ لإعادة تدوير بنسبة 25٪ مع بسمت كربون منخفضة إلى التصف بحسب "آبل".

وقد رفعت "آبل" أسعار منتجاتها الجديدة إلى 1199 دولاراً لحاسوب "ماك بوك إير" (أي أكثر بـ 200 دولار من النسخة الحالية) و799 "ماك مينى" في مقابل 699. أما "آبل باد برو"، فقد زاء سعره من 629 إلى 799 دولاراً.

مبنى بنسبة مصنوعة من الألمنيوم الذي أعيد تدويره بالكامل واليلاستيك المستخدم بنسبة 100٪، فضلاً عن نسخة جديدة من الجهاز اللوحي "آيباد برو" ذات الشفارات الخرز من حيث الصورة وسرعة المعالجة. أيباد برو

وليس "آبل" المجموعة الوحيدة التي تعتمد هذه الاستراتيجية المراجعية للبيئة، غير أن تقريراً صادراً عن منظمة "جرينبيس" في العام 2017 أفاد بأنها من أكثر الشركات التكنولوجية مراعاة للبيئة. وخدمت "آبل" الثلاثة جهاز "ماك بوك

غروهي تستثمر بترسيخ مكانتها مزوداً للحلول المتكاملة في الحمام

الأنباط - عمان



لزاد الحاجة لحمام مريح يتضمن منتجاً منزلياً وعصرياً في الوقت عينه سواء كان الهدف إعادة تصميم الحمام أو ترقية في بناء جديد، لذا، توفر الحلول المعاصرة رضا المستخدم الذي يستمر لعقد وفي حالات كثيرة تحسّن منظر الحمام. وبفضل صواني أرضية الحمام المتخطبة من غروهي، يمكن إضافة خطوط تصميم من شأنها أن ترفع في النهاية من قيمة العنار، خصوصاً إذا كان الحمام من دون حواف حادة أو أذراج تصميم داخلي يخلو من العوائق. وبفضل صواني أرضية التريفة من نوعها العالية الجودة، لتضع "غروهي" المراد، عالمياً في قطاع التحسينات الصحية الآن معايير جديدة تضمن الترتيبية للتأنية التي تجمع الشغل والبراز المعقبة في الحمامات العميرة. صواني الأرضية من "غروهي" تم تصميمها لتكون PerfectMatch، بحيث تتطابق مع أحد خطوط التصميم الثلاث Match Grohe Bau. Grohe Euro. Grohe

الوصول، كما لتتاهم نماذجها المختلفة المتوفرة على شكل مستطيل ومرجع بسهولة مع أي تصميم، وتوفر "غروهي" سبعة محاسبات مختلفة تتراوح من 80X100 سنتيمتراً وتصل إلى 90X120 سنتيمتراً، جميعها مصنعة من الكريليك صحن عالي الجودة باللون الأبيض بياض جبال الألب، لتتحرك بالدفء اللطيف من الفسفة الأولى، كما يضمن التسطح المسطح الحالي من مسام عدم الانزلاق أثناء الاستخدام، وتتميز صواني الأرضية بصقلها ومزايا التسطح المتكامل الخروص بصقلها وطول عمر. يتم تحميل التوليفات المختلفة لمنتجات السيراميك والتجهيزات الصحية والأكسسوارات على موقع "غروهي" من خلال استخدام عرضي متقدم، وإذا كان أحد المستخدمين مولعاً بمجموعة معينة، ستعرض له صفحة منفصلة معلومات المنتج المعني، كما يمكن تنزيل أو طباعة المعلومات حول مختلف المنتجات حسب الحاجة، إضافة إلى جميع بيانات المنتج والتخفيف ونمذجة معلومات البناء BIM. لتزيد من المعلومات، يرجى زيارة الموقع التالي: www.grohe.com

إلى خيرة شركة LIXIL المطوية في هذه الفئة. تتميز صواني الأرضية العالية الجودة من "غروهي" بالخفاضا حيث لا يتجاوز سمها ثلاثة سنتيمترات وتضفي لسة تصميم ناعمة على كل حمام، مما يجعل عملية التركيب أكثر استدامة لأنها سهلة

وتتسجم أيضاً مع اكسسوارات الحمام الأخرى من "غروهي" كما يستعيد جدار الجزيرة المتخصصون من هذه المرفوعة بما أن الشركة توفر حلاً متكاملاً ولينسب عملية التطبيق وفق أذواق المستخدمين الشخصية بتصميم فريد لتذمه "غروهي" من مصدر واحد يرتكز

هكذا تستخدم ملصقات واتساب على آيفون

دبي - البوابة العربية للأخبار التقنية



سكور App Store أيضاً. وإذا همت بتنزيل تطبيق حزمة ملصقات من أب ستور فسيكون متاحاً للاستخدام ضمن واتساب مباشرة. الخطوة الأولى: قم بتنزيل حزم ملصقات واتساب WhatsApp sticker packs

- افتح أي دردشة أو مجموعة على واتساب
- انقر فوق رمز الملصق في حفل إدخال النص الموجود على يسار رمز التايميرا
- في الشاشة التالية اضغط على الرمز - لإضافة حزمة ملصقات
- تم اضغط على رمز التنزيل بجوار حزمة الملصقات التي تريد تنزيلها
- ستظهر علامة زرقاء بمجرد اكتمال التنزيل
- لإرسال ملصق، اضغط على رمز الملصق في الدردشة، ثم ابعث عن الملصق الذي تريد إرساله واضغط عليه
- للحصول على المزيد من الملصقات يمكنك البحث عن ملصقات واتساب

أعلن تطبيق الرسائل النصي واتساب عن إضافة ميزة الملصقات للتطبيق الأندرويد وأي أو إس iOS، وسيحصل مستخدمو التطبيق البالغ عددهم 1.5 مليار مستخدم في البداية على مجموعة محدودة من الملصقات من خلال الحزمة الأولى المقدمة من فريق التصميم الخاص بواتساب وبعض الشائين الآخرين الذين تختارهم الشركة. سيتم نشر ملصقات واتساب على مراحل في الوقت الحالي، وقد يستغرق الأمر بضعة أيام أو أسبوع للوصول إلى هواتف آيفون، ولكن يجب التأكد من تثبيت أحدث إصدار من واتساب على هواتف آيفون من متجر التطبيقات أب ستور App Store. يذكر أنه لكي لتضع ملصقات واتساب يجب تثبيت الإصدار الذي يحمل رقم 9.15.10 على هواتف آيفون. ولاستخدام ملصقات واتساب على آيفون ستحتاج إلى تنزيل حزمة ملصقات أولاً، ويمكنك القيام بذلك ضمن تطبيق واتساب ومن متجر أب

Camaro EC P Envisions أجدد سيارات كهارة و تصدها بقوتها وتطورها

لاس فيغاس - وكالات

لم تعد السيارات الكهربائية تقزو فقط أسطول سيارات الإنتاج التجاري بل وصلت إلى رياضة السيارات وبدأت خطواتها الأولى مع تحدي فورمولا إي - Formula E القائم منذ سنوات، أما اليوم فسنعرفكم من خلال هذا الخبر على سيارة Camaro Envisions eCOPU الاختيارية الكهربائية التي شاركت قبل أيام ضمن فعاليات معرض سيمما - Sema للسيارات العادلة في مدينة لاس فيغاس الأمريكية.

تتمتع سيارة السباقات Camaro Envisions eCOPU، أجدد نسخة من سيارة المضطرب الأمريكية الكهربائية Camaro Envisions eCOPU، بالتكامل على الطاقة الكهربائية لتتمتع قوة تصل إلى 700 حصان و 814 توتن، متر من عزم الدوران، وتحصل أجدد سيارة اختيارية من شيفروليه على هذه القوة الكبيرة من محركين كهربائيين من نوع BorgWarner HVH ٢٥٠-١٥٠، بدلاً من محرك V8 بنزين المتوفر في طراز شيفروليه كامرو ٢٠١٨ SS.

تتمتع هذه المحركات الكهربائية الموجودة في سيارة السباقات Camaro Envisions eCOPU، طاقتها من 4 بطاريات ٢٠٠ فولت، وزن كل واحدة من البطاريات ١٧ كيلوغرام، وتوفر طاقة تبلغ ٨٠٠ فولت.



Tesla Model S P١٠D

وتجاء لتصريحات شركة شيفروليه الأمريكية لتتعلق سيارة كامرو eCOPU Envisions قطع مسافة ربع الميول على مضمار الدراج ريس في ٩ ثواني، ومع هذه الأرقام تستطیع اختيار هذه النسخة الكهربائية من كامرو ٢٠١٩ منافسة قاهرة لسيارة تسلا موديل اس بي ١٠٠ دي -

تعتبر هذه النسخة من شيفروليه كامرو الاختيارية ولكنها ترسم مستقبل سيارات عضلات أمريكية رياضية كهربائية بالكامل. وهذا يمكن السؤال وهو هل يتقبل الزبون فكرة توفر نسخة كهربائية بالكامل من سيارة العضلات الأمريكية شيفروليه كامرو

تعيين مصمم لامبورجيني وبنلي واودي رئيساً لتصميم هيونداي وكيا

سيؤول - وكالات

في ١٩٩٦، انتقل دوتكرهولك لأودي لتصميم A١ أمانت و A٢، قبل انتقاله للامبورجيني في ١٩٩٨، يشرف على تصميم مورسيو وديابلو وجالاردو، في ٢٠١٢، تم اختياره لإدارة قسم التصميم في بنلي، قبل مغادرته للشركة وانضمامه لهونداي في ٢٠١٥، في دوره الجديد كرئيس عمليات التصميم في مجموعة هيونداي، سيستكمل بقيادة الشريك العالمي للتصميم وسيلعب دوراً بارزاً في توجه موديلات هيونداي وكيا وجينيسيس في الأعمار القادمة.

تم اختيار نائب رئيس قسم التصميم السابق لهونداي وجينيسيس، لوك دوتكرهولك، للإشراف على جميع عمليات التصميم لمجموعة هيونداي، تشمل كيا وجينيسيس كذلك، ليحل محل بيتر شراير في هذا المنصب، قبل انضمامه للصناعة الكورية، التحق دوتكرهولك بمجموعة فولكس فاغن في ١٩٩٢، ليعمل على سكودا من ١٩٩٦ إلى ١٩٩٦، وهو الوقت الذي اشرف فيه على تطوير الجيل الأول الحديث لأركاثيا وقايا.

هيونداي توفر تقنية الحدس البشري من أجل تطوير سيارات ذاتية القيادة

سيؤول - وكالات

من خلال إشارته، وتحرير هذه المعلومة إلى وحدة صناعة السيارات في نظام القيادة الذاتية.

وأعرب سد سموان المؤسس الشريك والرئيس التنفيذي لشركة بيرسيبتيف أوتوماتا، عن سروره بالشراكة مع مستثمر مثل هيونداي "بمركز أهمية المشكلة التي نحلها في سيارات ذاتية القيادة، والتجارب التي من أنظمة مساعدة السائق"، وقال: "هيونداي واحدة من أكبر صناعات السيارات في العالم، ودعينا لنناقشها هو دعم كبير هذا القيتنا".

أعلنت شركة كرهول - Cradle التابعة لشركة هيونداي الكورية والبارزة في مجال الابتكار التكنولوجي، عن استئجارها في الشركة الأمريكية التابعة بيرسيبتيف أوتوماتا - Perceptive Automata، بهدف تطوير برامج خاصة بسيارات ذاتية القيادة كاملة على الذكاء الاصطناعي، وطورت بيرسيبتيف أوتوماتا برمجية تتيح سيارات ذاتية القيادة القدرة على فهم حالة الأشخاص الذين يتناولونها أثناء سيرها على الطريق، مع تثبيت هذه البرمجية في السيارة، سوف يكون توسعها التكنولوجي بالخطوات التالية التي سوف يقدم عليها المشاة وراكبو الدراجات وسائقو السيارات.

وتأخذ التقنية الأساسية بياضات أجهزة الاستشعار المثبتة في السيارات والتي تظهر لتفاعلات الأشخاص، وتستخدمها في تدريب نماذج لغوية لتتعلم التعرف على تفسير لويما الإنسان بالطريقة نفسها التي يفعلها البشر، وعن شأن هذه التقنيات أن تمنح الآلات حدساً غير مسبق يشبه حدس الإنسان ويساعدها في إصدار أحكام سريعة استناداً إلى التوابل الخفية والتي مستوية وعي الناس في الشارع.

على سبيل المثال، إذا بدأ أحد المشاة في عبور الشارع ولكنه رأى السيارة تكثر في القفز التوقف قبل العبور وأشار لها بيده كي تسر، وسوف تتوقف السيارة ذاتية القيادة التي لا تحتوي على هذه البرمجية ولنظر عبور الشخص، لكن يمكن لتقنية بيرسيبتيف أوتوماتا "قراءة نية المشاة

٢٠١٩، عبر خاتمة التعليقات المرطفة في الأسفل، مع العلم أن شركة فورد الأمريكية تجهز لإطلاق نسخة هجينة أو كهربائية بالكامل من سياراتها مستتج ٢٠١٩، المنافسة لطران كامرو ٢٠١٩، ولكن يبدو أن طراز دوج تشالنجر مازال بعيداً عن التفكير بالاعتماد على محركات كهربائية.

إصدار خاص من «لاند روفر ديفندر» داخل قسم الألبسة الرجالية الجديد بهتجر «سيلفريدج» في لندن

الأنباط - دبي



سيلفريدج الذي قدم إلى لندن في عام ١٩٦٦، وبينما تحتفي «لاند روفر» بالذكرى السنوية السبعين لتأسيسها، يستغل «سيلفريدج» العام المقبل بمرور ١١٠ سنوات على افتتاحها.

من جانبها، قال سيانستان مانز، مدير التسويق والمشتريات في «سيلفريدج»، "يشكل تصميم وتجميع هذه السيارة خصباً لشم الأزياء الرجالية الجديد في متجرتنا لحققة استثنائية لكل من «سيلفريدج» و«لاند روفر» في أن معاً، حيث تعتبر منصة شركائنا في مجال الفن والأزياء، وواحدة من المعالم الرئيسية لهذا المكان المميز. ونحن فخورون بتعاوننا معاً ضمن إطار علاقة مستمرة تحلني بالإبداع والتصميم على نحو مبتكر".

حائلاً أساسية عن إصدار «سيلفريدج» من سيارة «بيندر ووركس» V٨، أسرع عملية لجميع بدوي سيارة «ديفندر» خلال ٤ أيام فقط. محرك بنزين ثنائي الأسطوانة بقوة ١٠٥ حصنة - أقوى بنسبة ٣٧٪ من نموذج الميرل الأصلي TDCI، مع ٩.٢ لتر. تم رفع السيارة بواسطة رافعة إلى علو ١١ متراً لتصل إلى مستوى واجهة العرض في الطابق الأول للمتجر.

الذي يحمل شعار سيلفريدج القديم وديتشر ووركس V٨، تم تطويره في منشأة «جاكوار لاند روفر كلاسيك» الحديثة في كوفنتري. قد تكون هذه أسرع عملية تجميع لسيارة «ديفندر» على الإطلاق، ولكنها السيارة ستكون مصدر ممتعة بالماله لزوار متجر «سيلفريدج» في لندن، وعلى غرار «لاند روفر»، يتتبع متجر «سيلفريدج» يارت عريق في المملكة المتحدة، حيث تم افتتاحه عام ١٩٠٩ في موقعه الحالي بشارع أكسفورد على يد الأمريكي هاري جوردن

أيام فقط، وأمنس خبراء وعمال الشركة أكثر من ٩٢٠ ساعة لتصنيع هذه السيارة الوحيدة من نوعها في العالم، حيث بدأ العمل عليها انطلاقاً من نموذج لسيارة «بيندر بيك أب» TDCI موديل ٢٠١٦ في منشأة «جاكوار لاند روفر كلاسيك» قبل نحو ٥ أشهر تقريباً. ويهذه المناسبة، قال تيم هانغ، مدير «جاكوار لاند روفر كلاسيك»، "كل ما في هذه السيارة ابتداءً من جلد القاعد ذي المراتب المتقاطعة وصولاً إلى غطاء المحرك

تعرض «جاكوار لاند روفر» نسخة فريدة من سيارة «لاند روفر بيندر ووركس» V٨، بشكل دائم ضمن قسم الألبسة الرجالية الجديد في متجر «سيلفريدج» الشهير في لندن، وقد تم إكمال أجزاء السيارة عبر إحدى واجهات العرض في الطابق الأول، وأعيد تجميعها في طابق الألبسة الرجالية. وتم تصميم «إصدار سيلفريدج» الوحيد من نوعه بالاستناد إلى سيارة «بيندر ووركس» V٨، المزودة بمحرك فوته ٤٠٥ حصنة - إصدار الذكرى السنوية السبعين. وتتميز الإصدار الجديد بعدد من العناصر المصممة حسب الطلب مثل طلاء السيارة باللون الأخضر البرونزي، وغطاء المحرك الذي يحمل شعار «سيلفريدج» باللون الأزرق، ومقاعد مصممة على الطراز الكلاسيكي مع حياكة مخصصة وشعار «سيلفريدج» الفريد. وبعد أن تم إكمال أجزاء السيارة بواسطة الرافعة عبر واجهة الطابق الأول للمتجر، قام فريق يضم خمسة من خبراء «جاكوار لاند روفر كلاسيك» بتجميع «بيندر ووركس» V٨، على مرأى من زوار «سيلفريدج» خلال ٤

هل تؤكد Tesla Model Y خوف تسلا من Mercedes EQC

نيويورك - وكالات



الشركة الأمريكية اتخذت قرار صنع سيارة كروس أوفر أصغر بالحجم من (Tesla Model X)، تسمى (Jaguar Pace) ومرسيدس إي كيو سي (Mercedes EQC)، وفي الجانب الآخر ستكون تسلا موديل X منافسة عنيفة لسيارة أودي إي ترون (Audi E Tron)، فجميع السيارات السابق ذكرها كهربائية بالكامل. ومن المؤكد أن سعر (Tesla Model Y)، القادمة ستكون أقل من سعر تسلا موديل X الذي يبدأ بشكل أساسي من ٧٥ ألف دولار أمريكي. حالما تتوفر لدينا المزيد من المعلومات عن سيارة تسلا موديل Y الكروس أوفر الكهربائية القادمة، سنزودكم بها على الفور إن شاء الله.

اقرب موعد إطلاق نسختها الإنتاجية التي ستكون موديل عام ٢٠٢٠ إن شاء الله. واليوم حصلنا على معلومات رسمية جديدة تؤكد هدم سيارة (Tesla Model Y)، تم الكشف عن هذه المعلومة أثناء اجتماع شركة تسلا التالي لإعلان نتائج مبيعات سياراتها في الربع الثالث من عام ٢٠١٨ الجاري. فبعد توفير سيارة تسلا موديل ٣ السيارة السيدان الصغيرة مقارنة مع سيارة تسلا موديل S سيارة السيدان الكبيرة، يبدو أن تسلا تفكر بإنتاج سيارة كروس أوفر أصغر حجماً من طرازها الحالي لتسلا موديل X وستحمل هذه السيارة القادمة اسم تسلا موديل واي (Tesla Model Y)، لتتعمق في هذا القرار يبدو أن

سبل وتحدثنا في أخبار سابقة عن سيارة تسلا موديل واي (Tesla Model Y)، ورومانك ب صورة تشويبه لها نشرها اليوم ماسك على حساباته الشخصية على شبكة مواقع التواصل الاجتماعي. ويبدو أن عائلة سيارات تسلا الكهربائية الأمريكية في ازدياد فهي تضم: تسلا موديل اس (Tesla Model S)، وتسلا موديل اكس (Tesla Model X)، وعملية إنتاج سيارات تسلا موديل ٣ (Tesla Model ٣) التي كانت مطبقة بالتسوية لخيار حسوزات الشراء الهائلة بدأت تنتسح، أما سيارة تسلا رودستر (Tesla Roadster) التي ظهرت بشكل اختياري فقد

دوج تشارجر SRT هيلكات ٢٠١٩ تحصل على مواصفات إضافية

نيويورك - وكالات



تشارجر ٢٠١٩ مبيعاً أصلية ٩٥ دولار أمريكي أي ما يعادل ٣٧٢١ ريال سعودي. كما أصبح من الممكن طلب سيارات دوج تشارجر ٢٠١٩ مع غطاء محرك بالكربون الأسود، ويمكن أيضاً طلبهم مع اطارات قياس ٢٠ إنش من نوع Brass Monkey. وليس هذا حسب يمكن طلب داخلية تشارجر ٢٠١٩ مع كسوة لتضمين الكنتارا. يجدر الإشارة إلى أن طراز دوج تشارجر ٢٠١٩ يتوفر بهذه النسخ: دوج تشارجر SXT ٢٠١٩ تعتمد على محرك V٦ ٣.٥ لتر بولد قوة ٢٩٢ حصان. دوج تشارجر GT ٢٠١٩ تعتمد محرك V٦ ٣.٥ لتر بولد قوة ٣٠١ حصان. دوج تشارجر R/T ٢٠١٩ تعتمد على محرك هيني V٨ ٥.٧ لتر بولد قوة ٣٧٠ حصان. دوج تشارجر R/T ٢٠١٩ سكات باك ٢٠١٩ تعتمد على محرك V٨ ٦.١ لتر بولد قوة ٤٨٥ حصان.

سبق وعرفتكم أمراً ما متابعي عرب جي تي على التحديتات التي حصلت عليها سيارة السيدان الأمريكية دوج تشارجر ٢٠١٩، أما اليوم فسنقدمت عن مواصفات إضافية جديدة من الممكن طلبها على دوج تشارجر SRT هيلكات ٢٠١٩ الجديدة. أصبح من الممكن طلب سيارة الأداء العالي دوج تشارجر SRT هيلكات ٢٠١٩ مع هيكل خارجي يتوسط على خطوط رياضية مستمدة من سيارات السباق تمتد من مقدمة غطاء المحرك وصولاً إلى صندوق الأمتعة الخلفي، وتتوفر هذه الخطوط بعدد من الألوان: رمادي معدني، وأسود كربوني، وأحمر، وأزرق، وفضي. ومن الممكن الآن لأول مرة إضافة خطوط السباق هذه أيضاً بلونين رمادي معدني وأسود كربوني على نسخ دوج تشارجر R/T سكات باك ٢٠١٩ ودوج تشارجر R/T ٢٠١٩. وتبلغ تكلفة إضافة هذه الخطوط على سيارات دوج

دوج تشارجر SRT هيلكات ٢٠١٩ تعتمد هذه النسخة ذات الأداء العالي على محرك هيني V٨ ٦.٢ لتر سوبرتشارجر بولد قوة ٧٠٧ حصان و ٨١١ نيوتن-متر من عزم الدوران. أسعار سيارات دوج تشارجر ٢٠١٩ كالتالي: سعر دوج تشارجر SXT ٢٠١٩ يبدأ من ٢٨٩٥٥ دولار أمريكي، ونسخة الدفع الخلفي، وبيداً سعر السيارة من ٣٣٠٩٥ دولار أمريكي أي ما يعادل ١٢٤.١١٢ ريال سعودي لنسخة الدفع الرباعي. سعر دوج تشارجر GT ٢٠١٩ يبدأ من ٣١.٩٥٥ دولار أمريكي. سعر دوج تشارجر R/T ٢٠١٩ يبدأ من ٣٤.٩٥٥ دولار أمريكي. سعر دوج تشارجر R/T سكات باك ٢٠١٩ يبدأ من ٣٩.٩٥٥ دولار أمريكي. سعر دوج تشارجر SRT هيلكات ٢٠١٩ يبدأ من ٦٥.٣٤٥ دولار أمريكي.

ملف خاصة كبيرة
هاتفك على الراكود
لترى أخبار الرياضة
في تلوين الإلكتروني



اتفاقية تبادل حكام مع الاتحاد الكويتي

الانباط - عمان

أعلن صبيح ايل رئيس لجنة الحكام بالاتحاد الكويتي لكرة القدم عن موافقة النادي قطر والاردن على اتفاقية تبادل الحكام اعتباراً من الموسم الحالي، وقال صبيح ايل في تصريحات لفتواة الكاس النظرية بان قطر والاردن وافقا

على طلب الاتحاد الكويتي بتبادل الحكام سواء في المسابقات المحلية أو في المباريات الدولية للمنحيين الوطنيين. وأوضح صبيح ايل بان الفترة الماضية شهدت تعاوناً ملحوظاً بين الاتحادات الثلاثة في مجال تبادل الحكام الامر الذي يحتم بالمخاطبة على

الجميع ويساعد الحكام على اكتساب المزيد من الخبرات. وكان الاتحاد الكويتي قد فتح المجال أمام الاستفادة بالحكام من الخارج بداية من الموسم الماضي وبالأخص عقب رفع الاتحاد الدولي من قبل الفيفا بناء على طلب ورغبة من الاتحادية المحلية.

اداء مقنع لمحترفينا في الدوري الكويتي والاماراتي



الانباط - عمان

، لكنه لم يشجع له في مغادرة المركز الأخير على سلم الترتيب العام. كما التقى ساديا المسيحيين والشباب، ضمن منافسات الاسبوع الثامن من دوري فيفا الكويتي، في المباراة التي انتهت بالتعادل 1-1. وأهدر محترفنا (مستدر أبو عمارة) خلال اللقاء عدة فرص محققة، فيما تعرض المحترف الآخر (ابراهيم الزواهره) لتطيرة الشر منه الكرة في فرصة للشباب من دخول المرعى، احتسب عليها زملة جزاء تحققت منها هدف التعادل.

تعاود ناديا دبا الصغيرة وضيعة الجزيرة ليلية الخميس، ضمن مباريات الاسبوع الثامن من دوري الخليج العربي الاماراتي في لقاء منير للغاية حسم في اخر ثواني، وبنسبة 3-2. وتألق محترفنا (ياسمين البسخت) في اللقاء، حيث صنع هدفين من الاهداف الثلاثة، وأهدر هدفاً كيداً في كرة اصطفت بالفالم، وقدم مردوداً مميزاً كأحد من أبرز نجوم المباراة الرائعة والمتعة. ويهدا التعادل يرفع رصيده لأربع نقاط

مالوش يثمن جهود المديرين في التطوير



الانباط - عمان

والتي تهدف للاطلاع على كل ما هو جديد في مجال التدريب كما تم الاتفاق على برنامج زمني لاقامة الورش بشكل دوري ضمن استراتيجية العمل وفق منهجية واضحة وحضر الاجتماع رئيس القسم الإداري علي شباب ورئيس قسم التنية أحمد الدرزي ومدير الامارة المالية لاتحاد الكرة إبراهيم بصيوس والتدير المالي حسام أبو دية وعن شؤون الأندية محمد العويبي. حيث ركز النقاش على أهمية تدليل العبيات وتسهيل آلية عمل الفئات وفق معايير وأسس واضحة تخدم توجه الاتحاد بهذا الشأن، من جهته تم الحاضررون خطوة المائدة العنية بالاجتماع بهم بشكل دوري وتبادل وجهات النظر بطريقة إيجابية بناءً تبحث عن الأفضل لما فيه مصلحة اللعبة.

التقى المدير الفني لاتحاد الكرة الدكتور بلحسن مالوش في مقر الاتحاد القراء الفنين لقطاع الناشئين بأندية المحترفين، وذلك لتقييم المرحلة السابقة من بطولات الفئات العمرية وبحث مالوش في بداية الاجتماع بالحضور مثنياً جهودهم المبذولة سعياً لتطوير كرة القدم الأردنية انطلاقاً من الفئات العمرية. كما استمع عقب ذلك للملاحظات المرصودة من قبلهم حول المرحلة الماضية، مؤكداً لهم أن المائدة العنية تستعمل على قدم وساق لحل جميع الصعوبات وتدعيم الأمور الإيجابية التي ظهرت. واستعرض مالوش ورش العمل العنية

الجزيرة يضيف الوحدات لقائمة ضحاياه وتعادل عادل بين الاهلي وشباب الاردن

الانباط - عمر الزعبي



الجزيرة، وارتقى لها السوري مارديك مارديكيان، فهدعا بنجاح على يسار الحارس تامر صالح، مهدياً ثلاث نقاط ثمينة لفريقه. ابتعد بها في صدارة الدوري.

الاهلي - شباب الاردن

خطف الاهلي نقطة ثمينة من شباب الاردن عندما تعادل معه سلبياً، في المواجهة التي جمعتهم مساء امس الجمعة، على استاد الملك عبدالله الثاني، في الجولة الثامنة لبطولة دوري المحترفين.

واستعاد الاهلي رقع رصيده إلى 6 نقاط ليتقدم للمركز العاشر، وبقي شباب الاردن ثانياً لكن برصيد 17 نقطة. وكان الاهلي العريف الافضل في الشوط الافضل، حيث تعامل مع المباراة منذ البداية بجديّة كبيرة، وانطلق نحو المواقع الهجومية بمهاجمة مرمر عامر شبيع، حيث كان قريب من احراز هدف السبق، عندما مرر هدشان كرة بين مدافعي شباب الاردن ليطلق بها الجوابري لكن شبيع خرج له في الوقت المناسب.

وكان شباب الاردن قريب من التسجيل، بعد مجهود فردي رائع من محمد مصطفى ليمرر باتجاه ورد البري الذي وجد نفسه في مواجهة حاكمر لكنه سد بسرع بعيدة عن المرعى.

وحاول شباب الاردن خطف هدف بضمن له النقاط الثلاث، لكنه وجد صلاية دفاعية من جانيه اللين الأبيض، وسد يوسف التير ضربة حرة مباشرة قوية، تألق خاطر حارس الاهلي في ابعاده، وكانت أبرز فرص المباراة من نصيب الاهلي عن طريق ابراهيم الجوابري عندما وضعه هدشان بتسوية طويلة في مواجهة شبيع لكنه سد بجوار القائم، لتنتهي المباراة بالتعادل السلبى.

له نقاط المباراة ميكر، وعدم تكرار سيناريو اخر مباريات، عندما حسم الوحدات المباراة بالوقت القائل. تخلصت خطورة الجزيرة في الحصة الثانية، عندما شعر المدرب فزار محروس بخطورة الفريق الضيف، حيث فضل عدم الجزافة في الهجوم، والحفاظ على كثافة الشباك. وكانت أبرز فرص الشوط الثاني، للوحدات، عندما راوغ بهاء فيصل المدافعين، وسد كرة قوية داخل المنطقة، تصدى لها الحارس عبدالستار بنجاح.

المعرض. وفي الربع الثاني من الشوط الاول، احتسب حكم المباراة ضربة جزاء لصالح الوحدات بعدما ارتطمت عرضية عبدالفتاح بيد مدافع الجزيرة جبر خطاب لكن بهاء فيصل فشل في استكافها الشباك، عندما وجدت كرتة فزازات عبدالستار. حاول الوحدات مراراً وتكراراً تسجيل هدف بضمن قبل نهاية الشوط الاول، لكنه وجد تماسك دفاعي من الشباطين الحمر بقيادة بزن عرب وجبر خطاب ليتنهي الشوط الاول سلبياً وسعد اداء ارتقى للمستوى المطلوب. في الشوط الثاني دخل الوحدات المباراة مكشراً عن اياه، باحنا عن هدف بضمن

طموح الفيصلي في اختبار صعب امام نشوة الحسين

الانباط - عمان

باجولة اناضية أمام شباب الأردن 1-0 بددت شيئاً من طموحاته في استعادة اللقب، حيث يدخل المباراة ويجمعه 10 نقاط وضعته بالمركز السادس الامر الذي وضع الازرق تحت ضغوط عشاق الفريق الذين يطالبون اللاعبين شباب المباراة الاخيرة والانطلاق من مباراة اليوم التي لا يرضيهم فيها سوى الفوز. وعلى العكس تماماً، يعيش الحسين إرصد أفضل أحواله الحموية بعدما

تجه انظار الجماهير الأردنية اليوم، صوب ملعب ستاد عمان الدولي. عندما يلتقي الفيصلي الجريح، فريق الحسين اريد المتألق في الساحة السادسة والحسين وذلك في اليوم الاخير، من منافسات الاسبوع الثامن لدوري المحترفين. الفيصلي يعيش حالة صعبة، ويمر بنتائج سلبية، بعدما تلقى هزيمة ثلثية

هزلة ذات رأس ضيفه الرمتا على استاد الفخر للمركز الثالث برصيد 12 نقطة، ويسعى لتحقيق الفوز الخامس املاً في الاقترب أكثر من المتصدر لا سيما وان نشوة الفريق والتشاف عشاقه خلفه ساهمت بارتفاع سقف التطلعات لدى اللاعبين الى جانب وعود المكافآت التي اهابت عليهم ان يكونوا من الفوز على الفيصلي. وفي لقاء اخر يقام اليوم، يستقبل

تفريم اندية الفيصلي والوحدات والرمثا والسلط

الانباط - عمان

مبلغ (٧٥٠) ديناراً لقيام جمهوره بشتم جمهور الفريق المنافس بألفاظ نابية. تفريم الوحدات مبلغ (٧٥٠) ديناراً لقيام جمهوره بشتم لاعب الفريق المنافس بألفاظ نابية. قيام مساعد مدرب الوحدات عامر ذيب، بالدخول إلى أرضية اللعب للاحتفال بتسجيل الهدف، حيث تم الاكتفاء بالقرار المتخذ من قبل الحكم، وتفريم الفيصلي مبلغ (٧٥٠) ديناراً لقيام جمهوره بشتم لاعبي فريقهم بألفاظ نابية. تفريم الفيصلي مبلغ (٥٠٠) دينار لعدم إجراء لاعبي الفيصلي المباريات على أرض الملعب، ما أدى لإصابة الحكم المساعد ولاعب الفريق المنافس. وتفريم الرمثا مبلغ (٥٠٠) دينار لرفض لاعبيه إجراء المباريات التلفزيونية عقب انتهاء المباراة، فرار غير قابل للاستئناف، وتفريم الرمثا

الوحدات للجنة التأديبية في اتحاد كرة القدم جملة من العقوبات على الأندية واللاعبين والاداريين بسبب أحداث مباريات الاسبوع السابع لدوري كرة المحترفين بعد العودة لتقارير الحكام ومرافقي المباريات وقائلا أبرز تلك القرارات: تفريم نادي السلط (٧٥٠) ديناراً لقيام جمهوره بشتم الحكم والفريق المنافس بألفاظ نابية. وتفريم السلط أيضاً مبلغ (١٥٠٠) ديناراً لقيام جمهوره برمي الحمازة على أرض الملعب، ما أدى لإصابة الحكم المساعد ولاعب الفريق المنافس. وتفريم الرمثا مبلغ (٥٠٠) دينار لرفض لاعبيه إجراء المباريات التلفزيونية عقب انتهاء المباراة، فرار غير قابل للاستئناف، وتفريم الرمثا



الاتحاد الاسيوي يؤكد الحرص على تقديم الدعم والمساندة



الانباط - خاص

أفضل خمس دول على صعيد كرة القدم الآسيوي بحلول عام 2023. وأشاد رئيس الاتحاد الآسيوي لكرة القدم بالخطوة الطموحة للاتحاد الآسيوي مؤكداً أنها تعكس سياسة التحفيز السليم التي يتبناها الاتحاد المحلي وحرصه على استئناف المستقبل عبر خطط وبرامج نوعية تراعي مختلف متطلبات التطوير المتشودة. وأكد حرص الاتحاد الآسيوي على تقديم مختلف أشكال الدعم والمساندة للاتحاد الآسيوي من أجل ترجمة محاور غنخته الإستراتيجية على أرض الواقع داعياً أسرة اللعبة في البلاد إلى التكاتف والتعاون للوصول إلى الغايات المرجوة.

شهد الشيخ سلمان بن ابراهيم آل خليفة رئيس الاتحاد الآسيوي لكرة القدم الثالث الأول لرئيس الاتحاد المحلي لكرة القدم حفل إطلاق الخططة الاستراتيجية للاتحاد الآسيوي لكرة القدم الذي عقد في العاصمة كوالالمبور بحضور جيمالي إيفانتيو رئيس الاتحاد الدولي لكرة القدم وعدد من المسؤولين في الاتحاد الآسيوي والمحلي وأسرة الاتحاد الآسيوي. وأطلع الشيخ سلمان والحضور على أبرز محاور الخططة الاستراتيجية للاتحاد الآسيوي التي تركز على وضع ماليزيا ضمن قائمة

منتخبنا لسيدات الكرة يواصل الاستعداد للتصفيات الاولمبية

الانباط - عمان



السمطري، طبيب المنتخب نزار البشتوري، المعالجة سندن المصري ومسؤول التوأم ماهر عبد الهادي. ويخاض المنتخب إلى فلسطين يوم الثلاثاء لحوض التصفيات الأولمبية، بعد ان حل في المجموعة الرابعة الى جانب كل من النرويجيا والنرويج والبلد المستضيف - فلسطين - ويواجه المنتخب نظيره المالديبي عند الثالثة والنصف من ظهر الخميس 8 تشرين الثاني، في افتتاح مشواره بالتصفيات على ان يلتقي فلسطين عند الخامسة والنصف من مساء الاحد 11 منه، ويختتم منافساته في المجموعة بقاءً لثلاثيها عند الثانية والنصف من ظهر الثلاثاء 12 من الشهر ذاته.

عوي، نستيم أبو الرب ونالا البرغوثي، ملك شلك، لانا فراس، عيا خليل، ريس الغويري، جود الشنتي، الغال الصويح، الحنسانين، مساعد المدرب اسماعيل يسزراوغ مسدوب حراس الرسمي لكرم جوت، نور زوقل، زين البعوش، جى ابو

جبرين أبة المحباني، شيرين التليبي، ملك شلك، لانا فراس، عيا خليل، ريس الغويري، جود الشنتي، الغال الصويح، العدو هباب، ثالثة التير، راية حينا، رند جوت، نور زوقل، زين البعوش، جى ابو

يواصل منتخبنا الوطني لسيدات كرة القدم مساء اليوم تدريباته المكثفة من خلال معسكره التدريبي المغلق الذي يدها امس الاول في احد فنادق العاصمة تأهياً للتصفيات الآسيوية التي تقام في فلسطين في الفترة من 8 وحتى 13 من الشهر ذاته. ويعتمد الجهاز الفني للمنتخب بقيادة المدرب عز الدين شيب من خلال المعسكر الى تعزيز الانسجام بين اللاعبات وتطوير التواصل التقنية والبدنية من خلال تمارين مكثفة في التمرين الصباحية والمسائية. وكان الجهاز الفني للمنتخب استعنى 21 لاعبة للمعسكر الحالي، شيفاني التير، شروق الشاذلي، عيبر الشاهر، شهناز

الريال على المحك والبرشا يدافع عن الصدارة

مخبر - وكالات



بالتجديد وتعامل في 3 وحقق انتصارا وحيدا، ونجح برشلونة في تعويض غياب نجمه الأبرز، اللاعب الجماعي بوجود باقي لاعبيه، وهو الأمر الذي يسهل تحفيقه الهزيم الموقت للريال، سولاري الذي اختير لخلافة جوليان لوبيتشي، وبعد 11 جولات مع لوبيتشي يحتل الريال الترتيب التاسع في الليجا ويتقدم بتسع نقاط عن البلاكبيرن، واستهل سولاري مشواره مع الفريق الأبيض في الكأس أيضا بفوز ضخم 4-1 على مليه، ليتركز الآن على تحقيق الانتصار الأول في الليجا، ولعاشي الترتيب المكتبة من الإصابات (كارفاخال، مارسيلو، فاران ومارياو) لكنها

بالتجديد وتعامل في 3 وحقق انتصارا وحيدا، ونجح برشلونة في تعويض غياب نجمه الأبرز، اللاعب الجماعي بوجود باقي لاعبيه، وهو الأمر الذي يسهل تحفيقه الهزيم الموقت للريال، سولاري الذي اختير لخلافة جوليان لوبيتشي، وبعد 11 جولات مع لوبيتشي يحتل الريال الترتيب التاسع في الليجا ويتقدم بتسع نقاط عن البلاكبيرن، واستهل سولاري مشواره مع الفريق الأبيض في الكأس أيضا بفوز ضخم 4-1 على مليه، ليتركز الآن على تحقيق الانتصار الأول في الليجا، ولعاشي الترتيب المكتبة من الإصابات (كارفاخال، مارسيلو، فاران ومارياو) لكنها

يدافع برشلونة، عن صدارته لجدول الدوري الإسباني، عندما يزور ملعب صاحب المركز قبل الأخير، رايو فالكانو مساء اليوم، ويلاحظه كل من الأفيش إيبيلية وألتيتكو مدريد، الذين يتعين عليهم أيضا عدم إهدار النقاط إذا ما أرادوا الانقضاض على الصدارة مع انتظار سقوط الفريق الكتالوني، أما ريال مدريد فيستعد لخوض مباراته الأولى في الليجا مع مدريه الموقت، الأرجنتيني سانتياجو سولاري، حيث يستضيف نظيره على التويد، الذي يقدم موسما جيدا ويتفوق على الملكي بتخطي 3 أهداف، وبعد الفوز بهدف يتيم في الوقت الحسب بدلا من الضائع خارج أرضه على لوبينا، أحد أندية الدرجة الثالثة، في ذهاب دور الـ 32 بكأس الملك، يستعد فريق المدرب إرنستو فاليريدي لتسغرافي فايكاس لخوض مباراة أخرى بدون نجمه الأرجنتيني ليونيل ميسي، ويأمل البارسا في الفوز لتأكيد قدرته على مواصلة الانتصارات في غياب "البرونو"، متلقا قبل أمام إنتر ميلان وريال مدريد، ولم يخسر الفريق الكتالوني أمام رايو منذ 16 عاما، ودالما ما يحقق عليه انتصارات كبيرة وهو الأمر الذي يسهل لتفكيره مدرب الفريق صاحب الضيافة، ميشيل ساشيل، الباحث عن أي نقاط لإقناد رايو عن عثرته، حيث خسر في 6 مباريات

ميونيخ يستعيد نجومه في مواجهة فرايبورج

ميونيخ - وكالات



بالتجديد وتعامل في 3 وحقق انتصارا وحيدا، ونجح برشلونة في تعويض غياب نجمه الأبرز، اللاعب الجماعي بوجود باقي لاعبيه، وهو الأمر الذي يسهل تحفيقه الهزيم الموقت للريال، سولاري الذي اختير لخلافة جوليان لوبيتشي، وبعد 11 جولات مع لوبيتشي يحتل الريال الترتيب التاسع في الليجا ويتقدم بتسع نقاط عن البلاكبيرن، واستهل سولاري مشواره مع الفريق الأبيض في الكأس أيضا بفوز ضخم 4-1 على مليه، ليتركز الآن على تحقيق الانتصار الأول في الليجا، ولعاشي الترتيب المكتبة من الإصابات (كارفاخال، مارسيلو، فاران ومارياو) لكنها

بالتجديد وتعامل في 3 وحقق انتصارا وحيدا، ونجح برشلونة في تعويض غياب نجمه الأبرز، اللاعب الجماعي بوجود باقي لاعبيه، وهو الأمر الذي يسهل تحفيقه الهزيم الموقت للريال، سولاري الذي اختير لخلافة جوليان لوبيتشي، وبعد 11 جولات مع لوبيتشي يحتل الريال الترتيب التاسع في الليجا ويتقدم بتسع نقاط عن البلاكبيرن، واستهل سولاري مشواره مع الفريق الأبيض في الكأس أيضا بفوز ضخم 4-1 على مليه، ليتركز الآن على تحقيق الانتصار الأول في الليجا، ولعاشي الترتيب المكتبة من الإصابات (كارفاخال، مارسيلو، فاران ومارياو) لكنها

يتطلع بوروسيا دورتموند، متصدرا جدول ترتيب الدوري الألماني لكرة القدم (بوندسليجا)، للحفاظ على هاري النقاط الذي يبعده عن بايرن ميونيخ حامل اللقب، عندما يواجه ضيفه فولفسبورج، مساء اليوم في الجولة العاشرة من الدوري، ويتصدر دورتموند جدول الترتيب برصيد 21 نقطة بفارق نقطتين خلف ملاحقه بايرن ميونخ، الذي يواجه فرايبورج، علما بأنهما سيتواجهان في الجولة المقبلة، وتمكن فريقا دورتموند وبايرن من عبور الدور الثاني بكأس ألمانيا بصعوبة، حيث لعب دورتموند على يونيو برلين، المنافس بالمرحلة الثانية، 2-3 بهدف من ركلة جزاء في الوقت بدل الضائع فيما فاز بايرن على رودنهايمر، المنافس بالمرحلة الرابعة 1-2، وعلى الفور تحرك الفريقان سريعا ووضعا مباراتي الكأس خلفهما، رغم أنهم خسرا لبايرن بسبب الإصابات، ويتعين على بايرن ميونخ أن يجد بديلا لتناجو أنشتاير، لاعب خط الوسط، الذي أصيب بتمزق في الربطة الكاحل، وسيغيب على إثر هذه الإصابة لمدة أسابيع، بينما خرج المنافس غيندميغالو، لاعب دورتموند، مصابا ويمكن أن يغيب عن الفريق

ارسنال في امتحان صعب امام رفاق صلاح

لندن - وكالات



بالتجديد وتعامل في 3 وحقق انتصارا وحيدا، ونجح برشلونة في تعويض غياب نجمه الأبرز، اللاعب الجماعي بوجود باقي لاعبيه، وهو الأمر الذي يسهل تحفيقه الهزيم الموقت للريال، سولاري الذي اختير لخلافة جوليان لوبيتشي، وبعد 11 جولات مع لوبيتشي يحتل الريال الترتيب التاسع في الليجا ويتقدم بتسع نقاط عن البلاكبيرن، واستهل سولاري مشواره مع الفريق الأبيض في الكأس أيضا بفوز ضخم 4-1 على مليه، ليتركز الآن على تحقيق الانتصار الأول في الليجا، ولعاشي الترتيب المكتبة من الإصابات (كارفاخال، مارسيلو، فاران ومارياو) لكنها

بالتجديد وتعامل في 3 وحقق انتصارا وحيدا، ونجح برشلونة في تعويض غياب نجمه الأبرز، اللاعب الجماعي بوجود باقي لاعبيه، وهو الأمر الذي يسهل تحفيقه الهزيم الموقت للريال، سولاري الذي اختير لخلافة جوليان لوبيتشي، وبعد 11 جولات مع لوبيتشي يحتل الريال الترتيب التاسع في الليجا ويتقدم بتسع نقاط عن البلاكبيرن، واستهل سولاري مشواره مع الفريق الأبيض في الكأس أيضا بفوز ضخم 4-1 على مليه، ليتركز الآن على تحقيق الانتصار الأول في الليجا، ولعاشي الترتيب المكتبة من الإصابات (كارفاخال، مارسيلو، فاران ومارياو) لكنها

فتح أرسنال بقيادة المدرب إرنستو إيمري، مشوارا طويلا منذ هزيمته في أول مبارياته في الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم هذا الموسم، ويخوض اختيارا كبيرا لإمكاناته مساء اليوم، عندما يستضيف ليفربول، صاحب السجل الحاسي من الهزائم، ولم يفقد فريق الحزب بورجن كلوب، الذي يحتل المركز الثاني متأخرا بفارق الأهداف عن مانشستر سيتي حامل اللقب، نقاطا سوى أمام المتصدر وتشيلسي في أول مبارياته إذ يسعى للقب الأول في دوري الأندية منذ 1990، ولعب سيتي وتشيلسي على أرسنال في أول مباراتين لإيمري مع الجانر، بعد ثلثه السدوية عقب رحيل

يوفنتوس يخشى مطاردية الكبار

روما - وكالات



بالتجديد وتعامل في 3 وحقق انتصارا وحيدا، ونجح برشلونة في تعويض غياب نجمه الأبرز، اللاعب الجماعي بوجود باقي لاعبيه، وهو الأمر الذي يسهل تحفيقه الهزيم الموقت للريال، سولاري الذي اختير لخلافة جوليان لوبيتشي، وبعد 11 جولات مع لوبيتشي يحتل الريال الترتيب التاسع في الليجا ويتقدم بتسع نقاط عن البلاكبيرن، واستهل سولاري مشواره مع الفريق الأبيض في الكأس أيضا بفوز ضخم 4-1 على مليه، ليتركز الآن على تحقيق الانتصار الأول في الليجا، ولعاشي الترتيب المكتبة من الإصابات (كارفاخال، مارسيلو، فاران ومارياو) لكنها

بالتجديد وتعامل في 3 وحقق انتصارا وحيدا، ونجح برشلونة في تعويض غياب نجمه الأبرز، اللاعب الجماعي بوجود باقي لاعبيه، وهو الأمر الذي يسهل تحفيقه الهزيم الموقت للريال، سولاري الذي اختير لخلافة جوليان لوبيتشي، وبعد 11 جولات مع لوبيتشي يحتل الريال الترتيب التاسع في الليجا ويتقدم بتسع نقاط عن البلاكبيرن، واستهل سولاري مشواره مع الفريق الأبيض في الكأس أيضا بفوز ضخم 4-1 على مليه، ليتركز الآن على تحقيق الانتصار الأول في الليجا، ولعاشي الترتيب المكتبة من الإصابات (كارفاخال، مارسيلو، فاران ومارياو) لكنها

يخوض يوفنتوس، متصدرا الدوري الإيطالي، مباراة مهمة على ملعبه أمام كالياري، أحد الفرق في وسط الجدول في مباراة في التنازل مساء اليوم، ضمن المرحلة الـ 11 من الدوري الإيطالي لكرة القدم، بينما سيكون نصف تركيزه منصبا على ملاحقه المشاهير إنتر ميلان ونابولي، ويتصدر يوفنتوس جدول ترتيب الدوري الإيطالي بفارق 6 نقاط عن إنتر ميلان ونابولي، وقال ماسيميليانو أليغري، مدرب يوفنتوس، "علينا أن نعلم بكل ما أوتينا من قوة في إيطاليا لأن هناك منافسين كبار مثل إنتر ميلان ونابولي، يوفنتوس هو الفريق الوحيد الذي لم يتعرض

ميسي يرفض عرضا خياليا

مخبر - وكالات



بالتجديد وتعامل في 3 وحقق انتصارا وحيدا، ونجح برشلونة في تعويض غياب نجمه الأبرز، اللاعب الجماعي بوجود باقي لاعبيه، وهو الأمر الذي يسهل تحفيقه الهزيم الموقت للريال، سولاري الذي اختير لخلافة جوليان لوبيتشي، وبعد 11 جولات مع لوبيتشي يحتل الريال الترتيب التاسع في الليجا ويتقدم بتسع نقاط عن البلاكبيرن، واستهل سولاري مشواره مع الفريق الأبيض في الكأس أيضا بفوز ضخم 4-1 على مليه، ليتركز الآن على تحقيق الانتصار الأول في الليجا، ولعاشي الترتيب المكتبة من الإصابات (كارفاخال، مارسيلو، فاران ومارياو) لكنها

بالتجديد وتعامل في 3 وحقق انتصارا وحيدا، ونجح برشلونة في تعويض غياب نجمه الأبرز، اللاعب الجماعي بوجود باقي لاعبيه، وهو الأمر الذي يسهل تحفيقه الهزيم الموقت للريال، سولاري الذي اختير لخلافة جوليان لوبيتشي، وبعد 11 جولات مع لوبيتشي يحتل الريال الترتيب التاسع في الليجا ويتقدم بتسع نقاط عن البلاكبيرن، واستهل سولاري مشواره مع الفريق الأبيض في الكأس أيضا بفوز ضخم 4-1 على مليه، ليتركز الآن على تحقيق الانتصار الأول في الليجا، ولعاشي الترتيب المكتبة من الإصابات (كارفاخال، مارسيلو، فاران ومارياو) لكنها

ديوكوفيتش سعيد بالوصول الى قمة التصنيف العالمي

باريس - وكالات



بالتجديد وتعامل في 3 وحقق انتصارا وحيدا، ونجح برشلونة في تعويض غياب نجمه الأبرز، اللاعب الجماعي بوجود باقي لاعبيه، وهو الأمر الذي يسهل تحفيقه الهزيم الموقت للريال، سولاري الذي اختير لخلافة جوليان لوبيتشي، وبعد 11 جولات مع لوبيتشي يحتل الريال الترتيب التاسع في الليجا ويتقدم بتسع نقاط عن البلاكبيرن، واستهل سولاري مشواره مع الفريق الأبيض في الكأس أيضا بفوز ضخم 4-1 على مليه، ليتركز الآن على تحقيق الانتصار الأول في الليجا، ولعاشي الترتيب المكتبة من الإصابات (كارفاخال، مارسيلو، فاران ومارياو) لكنها

بالتجديد وتعامل في 3 وحقق انتصارا وحيدا، ونجح برشلونة في تعويض غياب نجمه الأبرز، اللاعب الجماعي بوجود باقي لاعبيه، وهو الأمر الذي يسهل تحفيقه الهزيم الموقت للريال، سولاري الذي اختير لخلافة جوليان لوبيتشي، وبعد 11 جولات مع لوبيتشي يحتل الريال الترتيب التاسع في الليجا ويتقدم بتسع نقاط عن البلاكبيرن، واستهل سولاري مشواره مع الفريق الأبيض في الكأس أيضا بفوز ضخم 4-1 على مليه، ليتركز الآن على تحقيق الانتصار الأول في الليجا، ولعاشي الترتيب المكتبة من الإصابات (كارفاخال، مارسيلو، فاران ومارياو) لكنها

مالكوم نادم ويتمنى اللعب مع روما

روما - وكالات



بالتجديد وتعامل في 3 وحقق انتصارا وحيدا، ونجح برشلونة في تعويض غياب نجمه الأبرز، اللاعب الجماعي بوجود باقي لاعبيه، وهو الأمر الذي يسهل تحفيقه الهزيم الموقت للريال، سولاري الذي اختير لخلافة جوليان لوبيتشي، وبعد 11 جولات مع لوبيتشي يحتل الريال الترتيب التاسع في الليجا ويتقدم بتسع نقاط عن البلاكبيرن، واستهل سولاري مشواره مع الفريق الأبيض في الكأس أيضا بفوز ضخم 4-1 على مليه، ليتركز الآن على تحقيق الانتصار الأول في الليجا، ولعاشي الترتيب المكتبة من الإصابات (كارفاخال، مارسيلو، فاران ومارياو) لكنها

بالتجديد وتعامل في 3 وحقق انتصارا وحيدا، ونجح برشلونة في تعويض غياب نجمه الأبرز، اللاعب الجماعي بوجود باقي لاعبيه، وهو الأمر الذي يسهل تحفيقه الهزيم الموقت للريال، سولاري الذي اختير لخلافة جوليان لوبيتشي، وبعد 11 جولات مع لوبيتشي يحتل الريال الترتيب التاسع في الليجا ويتقدم بتسع نقاط عن البلاكبيرن، واستهل سولاري مشواره مع الفريق الأبيض في الكأس أيضا بفوز ضخم 4-1 على مليه، ليتركز الآن على تحقيق الانتصار الأول في الليجا، ولعاشي الترتيب المكتبة من الإصابات (كارفاخال، مارسيلو، فاران ومارياو) لكنها



أعراض الاكتئاب ونصائح لمنع الانتكاسة بعد العلاج



الإنباط - وكالات

• **العلاجات القائمة على اليقظة:** يلقب الشخص قد تساعده على أن يصبح مدركاً لأصناف التفكير السلبى، وتطوير الوسائل لتعامل معها. وقد أثبتت دراسة أن ممارسة اليقظة ثلاث مرات في الأسبوع، يمكن أن تقلل انتكاسة الاكتئاب بأكثر من 50% في السنة خلال العام.

• **تنظيف الأصدقاء وأفراد العائلة:** إن إبلاغ الأصدقاء وأفراد العائلة للانتكاسة إلى الإشارات التحذيرية، قد يساعد على التغاط نوبة الاكتئاب في وقت مبكر.

• **الاستعداد للانتكاسة:** حتى إن لم تعد أعراض الاكتئاب مرة ثانية، فقد يكون من الجدي أن يقوم الشخص بإعداد خطة لتعمل بها بسرعة فور ظهور الإشارات التحذيرية. بإمكان الطبيب تقديم المساعدة بهذا الشأن.

السيطرة
علاجات الاكتئاب التي يتصح بها التحالف الوطني لفصحة العقلية NAMI، والجمعية الأمريكية لطب النفس APA، تشمل ما يلي:

• **علاجات التحث:** وتشمل الخيارات العلاج الشخصى التبادلي (IPT) والعلاج السلوكى المعرفي (CBT)، وقد ثبت أن كليهما يقلل من مخاطر عودة الاكتئاب.

• **الأدوية:** بإسكان الأطباء وصف مضادات الاكتئاب أو أدوية لاستقرار المزاج، والاستمرار في أخذ مضادات الاكتئاب لمدة 6 أشهر إضافية، حتى بعد تراجع الأعراض يمكن أن يقلل مخاطر حدوث الانتكاسة.

• **الرياضة والتمارين:** يفاء الشخص نشطاً حركياً، قد يعمل كمضاد طبيعي ضد الاكتئاب. فالتمارين والريضة تطلق الاندروفينات التي يمكن أن تحسن المزاج، وتشير مراجعة حديثة لعدد من الدراسات، أن الرياضة فعالة كمضاد للاكتئاب، أو كعلاج نفسي في حالات الاكتئاب الخفيف إلى المعتدل. وعندما يكون الاكتئاب شديداً، ولا يستجيب إلى العلاجات المعتادة، فقد يوصي الطبيب بالعلاج الكهربائي (ECT).

• **متابعة العلاج:** إنهاء الوصفة الطبية بالكامل قد يقلل بشكل كبير مخاطر الانتكاسة. وقد يكون ذلك مهماً، تحديداً خلال السنة أشهر الحرجة بعد أن يبدأ العلاج.

الاكتئاب مرض وليس عيباً شخصياً بالإنسان وقابل للعلاج جسداً، وحواسي 80 إلى 90 في المئة من المصابين، سوف يستجيبون بشكل جيد إلى الوصفة الطبية التي ينصح بها الطبيب.

تكون مخاطر عودة الاكتئاب أعلى عندما تكون النوبة السابقة شديدة جداً، أو عند وجود حالات أخرى مصاحبة مثل اضطراب الفلق واضطراب الشخصية.

والخبر الجيد هو أن الأشخاص الذين يعانون الاكتئاب يمكن أن يحسنوا لوقعتهم على المدى الطويل، بإخذ الخطوات اللازمة لتلق أو معالجة كل نوبة جديدة يمكن أن تظهر.

الاستراتيجيات الوقائية التالية
قد تساعد على منع عودة الاكتئاب مرة أخرى:

• **متابعة العلاج:** إنهاء الوصفة الطبية بالكامل قد يقلل بشكل كبير مخاطر الانتكاسة. وقد يكون ذلك مهماً، تحديداً خلال السنة أشهر الحرجة بعد أن يبدأ العلاج.

نصائح لمرضى ضغط الدم المرتفع مايو كليك

الشرابيين، إذا كنت من المدخنين، فاطلب من الطبيب مساعدتك على الإقلاع.

اصنع على إدارة الضغوط
قلل الضغوط قدر الإمكان، وامارس التقنيات الصحية للتكيف مع الضغوط، مثل استرخاء العضلات أو التنفس بعمق. أيضاً من المفيد الحصول على قدر وفير من النوم.

راقب ضغط الدم في المنزل
تساعدك مراقبة ضغط الدم بالترول على متابعة ضغط الدم عن كثب، ولعرفة مدى فاعلية الدواء، كما يبينك وينبه الطبيب بأية مضاعفات محتملة. وبج حالة السيطرة على ضغط الدم، فقد لتجأ لزيارة الطبيب مرات أقل إذا كنت تراقب ضغط الدم في المنزل.

تعرّس على الاسترخاء أو التنفس البطيء العميق
تعرّس على التنفس بعمق وببطء لتحصل على الاسترخاء، توجد بعض الأجهزة المتاحة بالأسواق والتي تساعدك على توجيه التنفس من أجل الاسترخاء، مع ذلك، فهناك شوك حول قدرة هذه الأجهزة على خفض ضغط الدم.

جداً بالصوديوم والأملاح.

حافظ على وزن صحي للجسم
إذا كنت تعاني من الوزن الزائد، فإن فقد 5 أرطال (2.3 كجم) فقط يخفض من ضغط الدم.

زد معدل النشاط البدني
يمكن للنشاط البدني المنتظم خفض ضغط الدم والسيطرة على وزنه، واعمل على ممارسة نشاط بدني لمدة 30 دقيقة على الأقل يومياً.

تجنب تناول الكحوليات
حتى وإن كنت بحالة صحية جيدة، يمكن للكحوليات رفع ضغط الدم، ولكن إذا اعتدت شرب الكحوليات، فيجب الاعتدال في ذلك. بالنسبة لتيار السن الأصحاء، يتم تناولها مرة واحدة في اليوم لتتواءم مع جميع الأصمار والرجال ممن تزيد أعمارهم عن 65 عاماً، ومرتين في اليوم للرجال البالغة أعمارهم 65 عاماً أو أقل.

لا تدخن
يعد التدخين على إصابة جدران الأوعية الدموية ويسرع من عملية تصلب



الإنباط - وكالات

بعض الشطر عن الأدوية التي يصفها الطبيب لعلاج ضغط الدم المرتفع (hypertension). ستحتاج لتغييرات تشتمل الحياة من أجل خفض ضغط الدم، ويمكن أن يوصي الطبيب بتغييرات عدة في نمط الحياة وتشمل ما يلي:

تناول الأطعمة الصحية
جرب الأطعمة الغذائية الصحية لإيقاف ارتفاع ضغط الدم، والتي تحتوي على فواكه وخضراوات وحبوب كاملة ومنتجات ألبان قليلة الدسم، واحصل على كمية وفيرة من البوتاسيوم، والتي تساعد على الوقاية من ضغط الدم المرتفع والسيطرة عليه، وقلل من تناول الدهون المشبعة والدهون الكلية.

قلل استخدام الملح في النظام الغذائي لديك
يجدر بمرضى الضغط لتقليل كمية الصوديوم قدر الامكان وذلك باتباع عدة طرق مثل:

- تجنب اللحوم والأغذية المصنعة والمحفوظة بالأملاح والتدفين على البطاطة الغذائية المرفقة بالماء التي يتم شراؤها والتأكد من نسبة الصوديوم التي تحتويها.

الغضاب لها الملح.
يفضل الامتناع عن تناول المخللات والريون والأجبان المملحة كونها عالية

مصدراً عالياً للصوديوم بشكلها الطبيعي مثل اللحوم.
حاول تجنب الحلويات والمخبوزات

- حاول لتقليل كمية الملح المضاف للطعام بالتدريج، وامتنع عن إضافته عند الطبخ أو بعد، كما إن بعض الأغذية تعد

كبح الطموح أحياناً مفيد



أحياناً يأخذ مساراً خاطئاً نتيجة لتجاوز السابفة أو عوامل التشبث مثل الحرمان العاطفي في الطفولة بسبب إهمال الوالدين، أو التفرقة في معاملة الأبناء أو غياب أحد الوالدين تحديد الأولويات وحتى تأخذ المشاعر مسارها الطبيعي تهدد حيرابير ثلاث طرق يجب اتباعها:

- 1- على كل شخص أن يحدد أولوياته وأهدافه.
- 2- أن يكتب قائمة بأهم 10 أشياء في الحياة طبقاً لأولوياتها.
- 3- لتسهيل الأمور أكثر عليه أن يحدد بالترتيب أولويات الأشياء الأتية، الحب، الإحساس بالأمان، الصحة، المال، النجاح، السعادة، والاستقلال.
- 3- تحديد الأهداف ورسم الطريق للوصول إليها.

وترى، أن أهم مشكلة تواجه أي شخص هي أن يهتم في تحديد أولوياته، فإذا كان الحب هو رقم (1) في الأولويات وتم يبيع إليه فإنه يظل طوال حياته مؤرقاً ميماً حتى من نجاح مادي أو أدبي وتؤكد أن الطموح الزائد والتفوق للمجهول إحساس يمكن أن يكون دافعاً واحفظاً لتتقدم بشرط ألا يتحول هذا الإحساس لتكوابس يفسد على الإنسان حياته.

الإنباط - وكالات W

الطموح... قيمة كبيرة تدفع صاحبها إلى التفوق والتبوع. ولكن عندما يتحول إلى تيار جارح بلا حدود أو غاية يتوقف عندها، يصبح سلاحاً خطيراً يفسد كل لحظة سعادة عندما لا يفتح الإنسان بكل ما حققه وأن كل ما وصل إليه مجرد لحظة فصي بحر أحلامه اللاهثية!

الطموح... هو الذي يملك كل مقومات النجاح ومع هذا يتحمر بأن ما يملكه لا يكفي، وأن هناك جزءاً ناقصاً حتى تكتمل الدائرة. وعادة ما يظن أن المجتمع يمكن أن يتسامح مع فكرة عدم الرضا عن النفس والطموح الزائد، خاصة في فترة المراهقة أو بدايات الشباب.

أميرة حيرابير استشاري علم النفس أكدت أن الإنسان بالظفرة يتطلع إلى ما لا يملك. لكن المشكلة أن هذه الرغبة قد تملك عقله ومشاعره إلى درجة المرض، فتفسد عليه الاستمتاع باللحظة التي يعيشها وتغفده الإحساس بنقمة ما يملك، وتفشل المحفلة النفسية "أميرة حيرابير" إن أكبر إحساس بالطموح هو الرغبة في تحقيق الذات والرضا عن النفس. وهذا شيء طبيعي ومقبول، ولكنه

نصائح لجلب الطاقة الإيجابية



الإنباط - وكالات

انضمامك تجلب لك السعادة خلال اليوم، لذلك عليك أن تبدأ يومك بانتسامة مشرفة تجلب الطاقة الإيجابية، كما أن الضيق والحزن سيعملان على الشعور بعدم الرضا، والطاقة السلبية تؤدي إلى انحصار طاقة الجسم والروح وأثبتت الدراسات أن الإجهاد الذهني والتوتر العظمي يؤديان إلى ضعف كوريد الدم إلى القلب وعدم وصوله إليه بشكل كاف، وأن المواقف لعب دوراً مهماً في وظائف أنظمة الجسم التي تؤثر على الصحة بشكل عام.

لذلك يجب على المرأة التخلص من المفاهيم السلبية، والتسلح بالطاقة الإيجابية، مثل: الحب، والدماء، وعمل الخير للجميع، وعليك بالرضا عن نفسك وتطويرها نحو الأفضل من خلال الشعور الإيجابي والتابع التصالح التالية:

- التأمل: أثبتت الدراسات الأخيرة أن المخ يتغير مع مرور الزمن، لذلك فالتأمل يجعلك بطيئة ومسألة.
- لتعظيم وتبشير السبب بالأعصاب، يساعد ذلك على التخلص من الطاقة السلبية الموجودة، لأن هذه الاعتقاد تقوم بإطلاق أفيونات سائلة

المطاقة الإيجابية التي تكسبها لتستعيد القدرة على مواجهة صرامة الحياة والفضاء على الطاقة السلبية.

- مشاهدة البحر: الجلوس أمام البحر يجلب حالة من الهدوء والسلام وتطهير الذات عن لو كان مجرد بحر صغير.

• **النسي في الطبيعة:** طريقة سهلة وسريعة للتخلص من الطاقة السلبية التي تحيط بك، فالتنسي في الطبيعة له العديد من الفوائد المذهلة كالتخلص من التوتر والشور بالانعاش والطاقة الإيجابية من خلال متاهة الطبيعة الكاملة الكلية بخرات الأكسجين. وهذه

ودرات الأكسجين، مما يجعلك لتعمرين بالهدوء والراحة عندما تكونين في وسط الطبيعة والهواء الطلق النقي.

- **التحدث مع الذات:** يجب أن تدربي عقلك على التفكير بشكل إيجابي، وأيضاً تحويل الفكر السلبى إلى أفكار إيجابية، والتحدث مع نفسك وجعلها إيجابية.