

٠٦ - ٥٦٩٨٨٨

سدد دفعات التامين الآن من خلال اي فواتيركم مع gig - الاردن

JOSAT

تابعوها على تودوها الجيد

عامومي 11,390 - ثمر عرب سات (بحر)



إصابات باعتماد قوات الاحتلال على المتظاهرين شرقي القطاع

مقتل مجندة «إسرائيلية» وإصابة مستوطنين

رام الله - وكالات

قتل صباح أمس الجمعة، مجندة مستوطنة تبلغ من العمر ١٨ عاماً، وأصيب والدها وشقيقها بجراح خطيرة جراء إلقاء عبوة متفجرة تجاه سيارة لهم، قرب مستوطنة «توليب» غرب مدينة رام الله بالضفة الغربية المحتلة.

وأعلنت وسائل الإعلام العبرية، عن إصابة المجندة بجراح خطيرة ميوس منها قبل مقتلها، عندما ألقى فلسطينيين عبوة متفجرة تجاه سيارتهم، مؤكدة أن العملية قومية.

وأعلنت قوات الاحتلال، مدينة رام الله بحثاً عن منطوي العملية، فيما تقوم بمصادرة كاميرات المراقبة القريبة من المكان.

واقدم جيش الاحتلال، وبمساعدة أجهزة تسجيل الكاميرات، وينسب حاجز عسكري بين حي الارسال وبلدة سردا شمال رام الله، كما أصيب عدد من المواطنين امسى الجمعة باعتماد قوات الاحتلال الإسرائيلي على المتظاهرين المسلمين خلال مشاركتهم في فعاليات الجمعة ٧/٨ من مسيرة العودة وكسر الحصار شرقي قطاع غزة، تحت اسم «ثوبك يا أهلي».

وأهدت وزارة الصحة إصابة ٥٦ مواطناً منهم ٢٧ بالرصاص الحي وثلاثة مسعفين، باعتماد قوات الاحتلال على المتظاهرين قبالة مخيمات العودة الخمسة شرقي محافظات القطاع.



مندوبا عن الملك

الأمير هاشم يحضر افتتاح مسجد بمدينة شالي في جمهورية الشيشان

شالي - الشيشان

المسلمين، ويمزج انتماءهم وتمسكهم بالإسلام، دين الرحمة والتسامح والاستعداد، كما يجسد نهج التعددية وحرية العبادة في روسيا. وشارك سموه المصلين أداء صلاة الجمعة في مسجد "سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم".

والشيخ سمو الأمير هاشم بن الحسين في وقت لاحق رئيس جمهورية الشيشان في الاتحاد الفيدرالي الروسي رمضان أحمد قديروف، حيث نقل له سموه رسالة شغوية من جلالة الملك عبدالله الثاني، هنأه خلالها بافتتاح المسجد في مدينة شالي، ليكون معلماً حضارياً يعكس قيم الدين الإسلامي الحنيف القائم على الاعتدال والتسامح والوسطية.

وتضمنت الرسالة التأكيد على عمق العلاقات الأخوية بين أبناء الأردن وأبناء جمهورية الشيشان، والحرص على توطيدها في شئ المحييين، بما يحقق مصالحهما المشتركة، وفي إطار علاقات الصداقة والتعاون التاريخية بين المملكة الأردنية الهاشمية وروسيا الاتحادية تحت قيادة الرئيس الروسي فلاديمير بوتين. وحضر افتتاح المسجد واللقاء سمو الأمير "محمد عباس" بن علي بن نافذ، والسفير الأردني في موسكو.

مندوبا عن جلالة الملك عبدالله الثاني، شارك سمو الأمير هاشم بن الحسين، كبير أمناء جلالة الملك، امس الجمعة، بافتتاح مسجد "سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم" بمدينة شالي في جمهورية الشيشان.

ويعد المسجد الذي اقتحه رئيس جمهورية الشيشان في الاتحاد الفيدرالي الروسي، رمضان أحمد قديروف، بحضور ممثل عن الرئيس الروسي فلاديمير بوتين وعدد من معلمي رؤساء الدول العربية والإسلامية، أكبر مسجد في أوروبا حيث يتسع لثمن ٢٠ ألف مصل بالداخل، و١٠٠ ألف مصل في ساحاته الخارجية.

ونقل سمو الأمير هاشم، خلال كلمة له في الافتتاح، تحيات جلالة الملك إلى رئيس جمهورية الشيشان في الاتحاض الفيدرالي الروسي رمضان أحمد قديروف، وتهنئته له بافتتاح مسجد "سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم"، الذي سيكون منارة للعبادة والهدى والعلم والمعرفة.

وأكد أن هذا المسجد يجسد اهتمام جمهورية روسيا الاتحادية وجمهورية الشيشان بتسوية

«باص عمان» يطلق تطبيقا على الهواتف الشهر المقبل

3

فريق ميداني للوقوف على جاهزية المدارس للعام الدراسي الجديد

الانباط - عمان

عمليات في المركز والميدان تتابعها جاهزية واستعدادات المدارس ومعلميها لبدء العام الدراسي من حيث تعبئة شواجر الكوادر البشرية وتنفيذ أعمال الصيانة وتوفير المأخذ والكتب المدرسية والأثاث ومستلزمات العملية التعليمية الأخرى. كما طلبت الوزارة في تميم وجهته إدارياتها ومدارسها في الميدان.

التفاصيل من ٢٣

كلفت وزارة التربية والتعليم فرقا ميدانية من المركز والميدان لزيارة المدارس والاطلاع على أوضاعها وتلبية احتياجاتها وتدليل الصعوبات التي تواجهها، وذلك في ضوء استعدادات الوزارة للعام الدراسي الجديد.

وكانت الوزارة شكلت في وقت مبكر فرق

منظمة اهمية: الاردن يحتاج ل ٧٢ مليون دينار لتمويل برامج خلال ٤ اشهر

2

المياه والديسي تتفیان «فبركة» المستحقات المالية

الانباط - عمان

وتشكل عاجل، واستهجن مدير عام شركة مياه الديسي (ديواكو) نوسون كراي لتطبيق مثل هذه الاخبار غير الصحيحة مشددا على ان اعتداء وقع على الخط في منطقة الجفر اوجب وقف الطبع لاجراء صيانة عاجلة مشينا بالتزام الوزارة بتسديد المستحقات المالية وفق البرنامج المتفق عليه.

التفاصيل من ٢٣

تعت وزارة المياه والنري /سلطة المياه وشركة مياه الديسي (ديواكو) ما اوردته احدى المواقع الاخبارية بان سبب وقف طبع الديسي هو مستحقات مالية للشركة مؤكداً ان هذا عار عن الصحة ولا اساس له وان الاعتداء مؤخرًا على ناقل الديسي هو سبب وقف الطبع لاجراء اصلاح الخط

إجراءات جديدة للحد من تهريب السجائر للسوق المحلية

الانباط - عمان

ويحسب الضرار، الذي صدر بناء على تسيب لجنة مناقشة التحديات والتوصيات التي تواجه مركز حدود جابر ووضع الإجراءات للحد من تهريب الدخان، تم منع دخول أكثر من كروزي دخان مع كل مسافر من خلال مركز حدود جابر أو أي مركز أو معبر حدودي بري وبحري وجوي.

التفاصيل من ٢٣

حدد قرار صادر عن مجلس الوزراء كميات السجائر التي يمكن للتسافر إدخالها معه من المعابر الحدودية (كروزي واحد)، وذلك ضمن إجراءات عديدة للحد من عمليات تهريب السجائر (الدخان)، التي زادت في الأونة الأخيرة وأثرت على المنافسة في السوق المحلية.

تهديدات نتياهو لغزة... دعاية انتخابية أم قرع لطبول الحرب

غزة - وكالات



في بعد الانتخابات، يحضف نتيتحرر نتياهو أو أي رئيس وزراء فادم من ضغوط نتائج الاقتراع ويمكن حينها أن يقدم على تنفيذ عملية عسكرية واسعة ضد غزة في حال تصاعد التوتر مع الفصائل الفلسطينية الانحادي.

ويرجح عوكل، أن تهديدات نتياهو الأخريرة لغزة تأتي في سياق المعايير الانتخابية، والرد على خصومه السياسيين ممن يتهمونه بالضعف أمام حماس، وفقدان قوة الريع أمامها.

وتابع، إسرائيل لا تركز إلى حالة الهدوء القائمة حاليا، وبعد إجراء الانتخابات من الممكن أن تتدهور الأمور وتتدفع الحرب

الحرب وشيختر إبراهيم أن حماس ومعهما الفصائل الفلسطينية تركز أن نتياهو لا يريد حاليا الذهاب إلى حرب، ولذلك تحاول الضغط عليه لتلازم بالفاق التهديد الذي يحاول التماس منه والمماطلة في تنفيذ بنوده.

وأشار إلى أن إطلاق البالونات الحارقة والمشفحة من غزة باتجاه إسرائيل والعمليات الفردية المسلحة قرب حدود القطاع والصواريخ التي لا تنبئ للفصائل إطلاقها، كلها وسائل ضغط على الحكومة الإسرائيلية.

لكن المحلل السياسي الفلسطيني يرى أنه في حال فقدان السيطرة على حالة التوتر القائمة، ستجبه إسرائيل لها جمة غزوة تحت الضغط الشعبي الإسرائيلي وضغط أحزاب اليمين المتطرف على نتياهو.

وأوضح أنه في حال وقع حدث كبير نتج عنه عدد كبير من القتلى في صفوف الإسرائيليين، فقد تلعب الأمور وتتجه إسرائيل إلى شن عملية عسكرية واسعة ضد غزة.

إلا أن إبراهيم يعتقد أن الظروف القائمة على الأرض لا توحى بأن عدوانا إسرائيليا على غزة قد يحدث قبل الانتخابات ويقول، بعد الانتخابات ربما نتجبه إسرائيل لتشن

شن أي عدوان جديد حتى لا يؤثر على وضعه بالانتخابات المقبلة، ولذلك يؤجل العدوان لكنه لا يلقيه.

كما أشار إلى أن حركة حماس تحاول استغلال مخاوف نتياهو من شن هجوم على غزة قبل الانتخابات، للضغط عليه عبر جولات التصعيد المحدود، حتى يلتزم ببنود الاتفاق التمهيدية بين الفصائل الفلسطينية وإسرائيل.

ويعتقد الصواف أن حدة التوتر بين غزة وإسرائيل ستترفع كلما اقترب موعد الانتخابات الإسرائيلية، لافتا إلى أن الفصائل الفلسطينية المسلحة ستواصل ضغوطها على نتياهو لإجبارها على تنفيذ لشاهاات التهديد، والأخير سيواصل تهديداته وربما التهجرات والغارات المحدودة لتعزيز قوته الانتخابية.

في السياق نفسه، يقول الكاتب السياسي مصطفى إبراهيم، إن نتياهو يخشى عواقب شن حرب جديدة على غزة، لأنها بالتأكد ستؤثر على حظوظه بالانتخابات المقبلة.

ويخبر إبراهيم، يتعامل رئيس الوزراء الإسرائيلي بحذر مع ملف غزة فهو لا يريد شن عدوان جديد حالها لا يعرف أين سيوقده في ظل تطور قدرات المقاومة بالقطاع ويستبدل هذا العدوان بسياسة الحصار والتجويع التي لا تقل فتوة عن

عسكرية قاصمة مختلفة عما سبق وردت حماس، التي تتحكم غزة منذ عام ٢٠٠٧، على تهديدات نتياهو، معتبرة أنها فارغة الضمون.

وقال المتحدث باسم الحركة عبد اللطيف الظاهر، عبر تويتر، بالقول إن تهديدات نتياهو تأتي في إطار المزاييد الانتخابية والاستهلاكية الاعلامي.

وأضاف أن ضربات المقاومة التي أفضلت أهداف نتياهو على مدار رئاسته القوية للحكومة، وجعلت من جيشه أسيرا وقتيلا وجريحاً، هي اليوم أقوى من ذي قبل وقادرة على إفضال أهدافه من جديد.

الكاتب السياسي الفلسطيني مصطفى الصواف، يرى أن التهديدات التزايدية التي يطلقها نتياهو وعدد من وزراء حكومته تأتي في جزء كبير منها في سياق الدعاية الانتخابية.

ويستدرك الصواف، لكن هذا لا يعني أن إسرائيل لا تعد العدة لشن عدوان جديد على غزة خلال الفترة المقبلة.

ويتوقع المحلل السياسي أن يكون العدوان الإسرائيلي على قطاع غزة بعد الانتهاء من مرحلة الانتخابات، إلا أنه لا يستبعد أيضا شن عملية عسكرية إسرائيلية قبل إجراء الاقتراع في حال وقوع أي حدث طارئ، وأوضح، نتياهو يخشى في هذا الوقت

صعد رئيس الوزراء الإسرائيلي، بنيامين نتياهو، مؤخرًا، من تهتمه وعدم تهديتها بشن عملية عسكرية واسعة على قطاع غزة في خطوة يعتقد البعض أنها تأتي ضمن الدعاية الانتخابية، فيما يرى آخرون أنها بالفعل قرع لطبول الحرب.

تهديدات تأتي بالتزامن مع تكرار حوادث إطلاق الصواريخ من غزة باتجاه جنوبي إسرائيل، ومحاولات مجموعات متفرقة من الشبان الفلسطينيين تنفيذ هجمات فردية غير منظمة تستهدف قوات الاحتلال على حدود القطاع.

التصعيد الكلامي الصادر أيضا عن عدد من وزراء حكومة نتياهو، يأتي أيضا قبل أسابيع قليلة من إجراء الانتخابات التمهيدية (المرتان) الإسرائيلية المقررة في ١٧ سبتمبر/ أيلول المقبل، ما يعبر لتساؤلات حول مدى جدية هذه التهديدات وإن كان الهدف منها الدعاية الانتخابية فقط دون أية حقيعية لتفعيلها والأحد، هذه نتياهو بإمكانية شن حرب واسعة على غزة قائلا إنه يدافع باتجاه معركة واسعة انطلاقا ضد القطاع.

وأضاف، نحن مستعدون لمعركة واسعة، وفي حال حصل ذلك، فستكون ضريبة



سلط عدسة كاميرة هاتفك على الباركود لترى الأخبار المحلية، في الموقع الإلكتروني

الملك يهنئ برهان بتوليته رئاسة المجلس السيادي بالسودان

الأنباط-عمان

البلدين الشقيقين، وبما يحقق مصالحهما المشتركة، ووقوف الأردن إلى جانب السودان الشقيق في جهوده الرامية إلى الحفاظ على وحدته وأمنه واستقراره، وعبر جلالتك عن تهنئته للفريق أول ركن البرهان بالتفويض في مهامه، وللشعب السوداني الشقيق تحقيق ما يصبو إليه من رفعة ولتقدم وازدهار.

بعث جلالة الملك عبدالله الثاني برفقة نهنئة إلى الفريق أول ركن عبدالفتاح البرهان بمناسبة توليته رئاسة المجلس السيادي بجمهورية السودان الشقيقة، وأكد جلالة الملك في البرقية، الحرص على الاستمرار في تعزيز العلاقات بين

التربية : بناء جديد لهدرسة المنسف بلواء ذيبان

الأنباط-عمان

للمبنى الحالي ونقل الطلبة إليه تحين استكمال البناء الجديد إلا أنه لم يتقدم وفق الاعلان الا مالك بناء واحد فقط تم إيقاف عملية استجاره في حبه بناء على رغبة الأهالي لبعده عن سكان منطقة العالدية التي ترهب المدرسة بالطلبة إضافة لمنطقة المنسف، وأكدت الوزارة أنه في حال وافق الأهالي على انهاء عملية الاستجار فإنها ستقوم على تأمين مواصلات مجانية لنقل الطلبة للمدرسة "الجيش الستاجر الجديد" تحين الانتهاء من البناء الملك . يذكر أن مدرسة المنسف تضم 120 طالباً في المرحلة الأساسية.

أكدت وزارة التربية والتعليم ، أن البناء الجديد لمدرسة المنسف الأساسية المختلفة في لواء ذيبان قيد الإنشاء وفق ما هو مخطط له، وأكدت الوزارة حرصها على توفير البيئة المدرسية المناسبة للطلبة بالمدارس في جميع مناطق المملكة، مبيئة أن الجيش الجديد لمدرسة المنسف يقام بالقرب من الجيش الحالي "الستاجر"، وأكدت وزارة التربية والتعليم قد أعلنت في العام الماضي عن استجار مبنى بديل

منظمة اهمية: الاردن يحتاج ل ٧٢ مليون دينار لتمويل برامج خلال ٤ اشهر



الأنباط-عمان

خدمات البرنامج شملت 2٥٢,٦٠٧ أشخاص خلال تموز/يوليو ٢٠١٩، بنسب شبه متساوية بين الإناث والذكور، إذ استفاد من البرنامج ٤٩٧,٥٥٩ لاجئاً سورياً عبر الدعم النقدي المباشر، بينما استفاد ١٥٣,٣٦٣ أردنياً من مساعدات غذائية. منذ تموز/يوليو، وتوسع الصندوق خدماته ليشمل ١١ ألف لاجئ سوري، فهدمت لكل منهم مساعدات مالية مقدارها ٣٢ دولاراً (٢٣ ديناراً) يمكن الاستفادة منها عبر سحبها من صرافات آلية أو في متاجر محددة، أو كلاهما. التفسير ذكر أن البرنامج سوف يشمل ١٠ آلاف أسرة إضافية عبر توزيع مساعدات غذائية عليها، بالتعاون مع وزارة التنمية الاجتماعية، لكنه لم يحدد الإطار الزمني لذلك.

ويشير التقرير إلى أن احتياجات التمويل لعام ٢٠١٩ بأكملة بلغت ٢١٥,٣ مليون دولار أميركي (نحو ١٨٨ مليون دينار أردني)، لتطبيق برامج تستهدف لاجئين سوريين وأردنيين في مختلف الأشعة، وخاصة طلبة المدارس. البرنامج يقدم بالتنسيق مع الحكومة الأردنية وبالتعاون مع جهات أخرى،

قال برنامج الأغذية العالمي للأمم المتحدة في تقرير حديث، إنه يحتاج إلى ١٠٢,٧ مليون دولار (٧٢,٨ مليون دينار) لتمويل برامجه في الأردن خلال الأشهر الستة من شهر آب/أغسطس الحالي وحتى كانون ثاني/يناير ٢٠٢٠.

انخفاض طفيف على درجات الحرارة



الأنباط-عمان

شمالية غربية معتدلة السرعة تنشط أحياناً، وتتراوح درجات الحرارة العظمى والصغرى في عمان اليوم، من ٣٦ - ٢٢ درجة مئوية، وفي المناطق الشمالية ٣١ - ٢١، وفي المناطق الجنوبية ٣٣ - ٢٣، وفي مدينة العقبة ٢٢ - ٣٠ درجة.

ببطء انخفاض طفيف اليوم السبت، على درجات الحرارة، وتكون الأجواء حارة نسبياً في المرتفعات الجبلية، وحارة في باقي المناطق، مع ظهور الغيوم على ارتفاعات عالية، والرياح

إجراءات جديدة للحد من تهريب السجائر للسوق المحلية

الأنباط-عمان



السوق المحلية، حسب مع هو معمول به تباهي شركات إنتاج السجائر. وبحسب القرار، فقد تم الإيعاز للشركة التي تلقت الترخيصات في مركز

تصدير السجائر إلى الخارج بشكل عاجل، والسماح لها بإنشاء مصانعها في المنطقة الجمركية وفقاً للتشريعات المعمول بها، والسماح لها بالتبعية في

حدد قرار صادر عن مجلس الوزراء كميات السجائر التي يمكن للتجار إدخالها معه من العلب الحدودية بـ (كروز واحد)، وذلك ضمن إجراءات عديدة للحد من عمليات تهريب السجائر (الدخان)، التي زادت في الأونة الأخيرة وأثرت على المنافسة في السوق المحلية. وبحسب القرار، الذي صدر بناء على تسيب لجنة مناقشة التحديات والصعوبات التي تواجه مركز حدود جابر ووضع الإجراءات للحد من تهريب الدخان، تم منع دخول أكثر من كروز دخان مع كل مسافر من خلال مركز حدود جابر أو أي مركز أو معبر حدودي بري وبحري وجوي. وتضمن القرار منع الشركة الموجودة العاملة في المنطقة الحرة الزرقاء، من

اختتام المرحلة الاولى لبرنامج «مهاراتي»

الأنباط-عمان

التعبير الإيجابي في المجتمع لما يشكله من فرصة حقيقية للشباب والشابات للحصول على أنشطة تفاعلية تكسيهم المزيد من المهارات والقدرات وتعزز من التماسك الاجتماعي والتسامح وحبول الآخرين وتفعيل لغة الحوار بينهم. وأشار إلى أن البرنامج نفذ في خمسة مراكز شبابية هي: شباب وشابات صخرة وعين عبلين وعنجره وكفرنجة مينا أنه سيتواصل خلال المرحلة القادمة في مراكز أخرى ليشمل جميع المراكز بهدف أحداث نقلة نوعية للبرامج والانشطة الشبابية حيث تعمل هذه البرامج على تعزيز المشاركة الشبابية الفعالة وبناء جيل واع وقادر على التكيف والتفاعل مع كل جديد وعفيد وتمكينهم من التفاعل مع مشغريات العصر بأساليب غير تقليدية ليتكونوا قادرين على التعبير عن أنفسهم ودايتهم بطريقة معرّبة وعلمية ومعتدلة.

اختتمت امس الجمعة في مديرية شباب عجلون، فعاليات المرحلة الأولى لبرنامج "مهاراتي" الذي تنفذه وزارة الشباب بالتنسيق مع هيئة "أحبال السلام" و"اليونيسيف" وفريق من الوزارة في خمسة مراكز شبابية ضمن الفئة العمرية ١٠-١٥ للمرحلة الأولى. وقال مدير شباب المحافظة الدكتور محمد جبرانات إن البرنامج اشتمل على فعاليات تدريبية صقلت شخصية المشاركين وأسهمت في تنمية مهارات إدارة ذاتهم بالإضافة إلى إكسابهم مهارات حياتية مختلفة مثل مهارات التواصل والانصال وغيرها من المهارات من خلال ألعاب رياضية وترفيهية مفيدة. كما تضمن العديد من المهارات التي تعزز ثقة المشاركين بأنفسهم وتضع منهم جيلاً قادراً على أحداث

٦٠ شركة تشارك بمهرجان صيف عمان الدولي للتسوق

الأنباط-عمان



مهرجان صيف عمان الدولي للتسوق Amman International Summer Festival يومياً من الساعة ٤٢ - ٤ مساءً من ٨/٢٩ حتى ٩/٩/٢٠١٩ المركز الدولي للتسوق والترويج والترويج للتسوق

المروضات منها الصناعات الغذائية والبلاستيكية والحرف اليدوية والكيماويات والسخانات الشمسية والاكسسوارات. وبين مدير عام شركة (ايكو) والد أبو سعدي، أن المهرجان الذي يقام للمرة الثامنة عشرة له أهمية اقتصادية وتجارية وترويجية كونه مفتوح للعائلة والزائرين للمملكة ويوفر متعة التسوق والترفيه والتسوية والترويج للصناعات المحلية. وأوضح أن دخول أرض المهرجان سيكون بالجان بالإضافة لوجود فعاليات للأطفال، مبيئة أن "صيف عمان" من أهم مهرجانات التسوق والترفيه التي تقام سنوياً على أرض المملكة.

تشارك ٦٠ شركة محلية وخارجية في مهرجان "صيف عمان" الدولي للتسوق الذي تطلقه فعاليات الخمس المنبل بالمركز الدولي للمعارض والمؤتمرات على طريق المطار. ويشارك في المهرجان، الذي يستمر عشرة أيام وتنتظمه شركة "المروجون الدوليون" للتسويق وتنظيم المعارض (ايكو) شركات من فلسطين وسوريا ولبنان وإيران بالإضافة لأخرى محلية. وحسب بيان صحافي للمنظمين امس الجمعة، يشتمل المهرجان الذي يفتح أبوابه من الساعة الرابعة عصراً وحتى منتصف الليل، على العديد من

الجامعة الأميركية في مادبا توقع إتفاقية تعاون مع رابطة اللاعبين الاردنيين الثقافية



الأنباط-مادبا

والتي من شأنها تدعيم سبل التعاون على مختلف الصعد بين الجامعة والرابطة، حيث وقع الإنفاضية رئيس الجامعة الدكتور نبيل أيوب و نائب رئيس الرابطة السيد فادي زريقا.

قامت الجامعة الأميركية في مادبا بتوقيع إتفاقية تعاون مع رابطة اللاعبين الاردنيين الدوليين الثقافية

اختتام أعمال مؤتمر التفتيش الوطني الاول

الأنباط-عمان



أعلى مستوى من المعايير الدولية. وتخلل الجلسات نقاش مفتوح عن منظومة التفتيش والخروج بتوصيات كان من أهمها، توحيد إجراءات التفتيش من خلال نظام تفتيش إلكتروني موحد مرتبط مع كافة مؤسسات الدولة والتي تحدد أهداف التفتيش مع توفير الحماية اللازمة للمفتشين أثناء تأدية أعمالهم من الاعتداءات بالإضافة إلى تصنيف القطاعات حسب درجة الخطورة. أما فيما يخص دعم وتأهيل جهاز

التحديات وزيادة وتحسين إنتاجية المفتش. والخروج بصيغة نواقية لتوحيد إجراءات التفتيش بمختلف محافظات المملكة لضبط وزيادة جودته. تخلت الجلسات في اليوم الأول طرح عدد من أوراق العمل حول تقسيم تفتيش العمل في الأردن وتجارب من دول شقيقة، إضافة إلى وجهات نظر أطراف الإنتاج فيما يتعلق بتفتيش العمل، ورؤية منظمات العمل الدولية والعربية للتقويض بمستوى التفتيش وتطويره للوصول إلى

اختتم امس الجمعة أعمال اليوم الثاني من مؤتمر التفتيش الوطني الاول المنعقد في فندق كراون بلازا/البحر الميت تحت عنوان تحديات... وأفاق مستقبلية، الذي تخلته وزارة العمل بالتعاون مع منظمة العمل الدولية. وألقى مدير مديرية التفتيش المركزية المهندس عدنان الربابعة كلمة، أعرب فيها عن شكره وتقديره للعلمين والناشطين للمؤتمر، وطرق لأهمية هذا المؤتمر ومخرجاته لما يصب في مصلحة جمع أطراف الإنتاج الثلاثة، وتنظيم سوق العمل الأردني، متمنياً جهود المشاركين في أعمال المؤتمر سواء من قدم أوراق عمل أو من شارك بتقديم المقترحات والملاحظات والمداخلات التي أسهمت في إثراء الجلسات على مدار يومين. وكان قد افتتح أعمال المؤتمر في يومه الأول وزير العمل نضال فيصل البطاينة، مرحباً بالمشاركين، والذي أكد أهمية الخروج بتوصيات من شأنها تطوير تفتيش العمل والسلامة والصحة المهنية للكواسل إلى منظومة تفتيش وفق أعلى المعايير الدولية، مما يساعد في تجاوز

لتتبع الباصات ومعرفة مواعيد الوصول

«باص عمان» يطلق تطبيقا على الهواتف الشهر المقبل

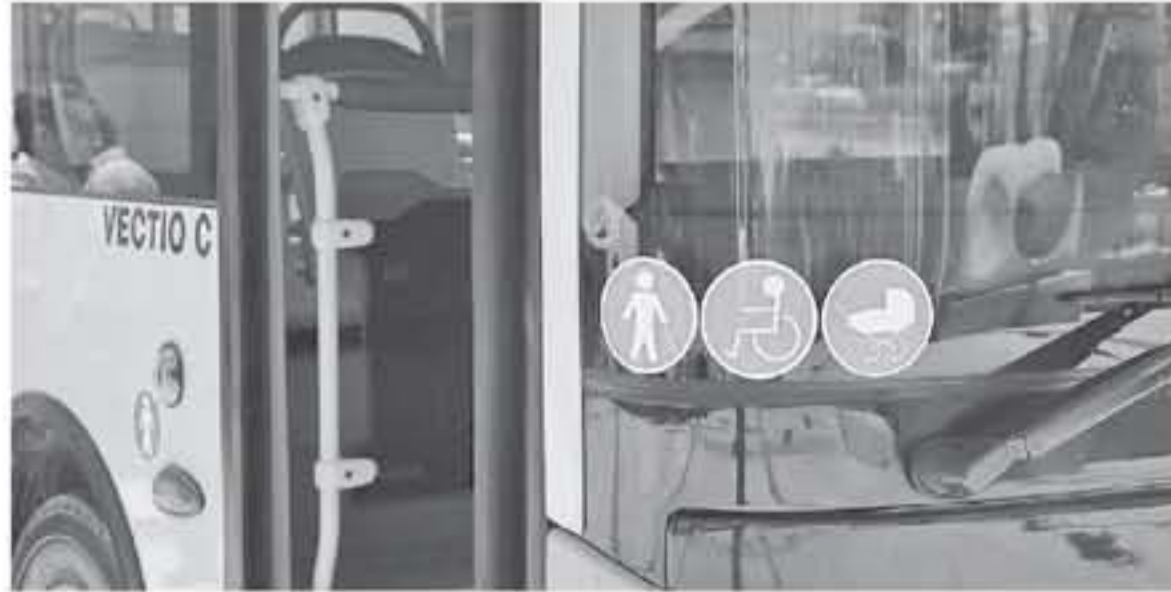


كيف تقاوم أي مؤامرة على مستوى الادارة في المؤسسات

أد مصطفى محمد عيروط

عندما يعلم ويعرف أي إداري مسؤول بأنه يتعرض لمؤامرة للاندحاض عليه داخل مؤسسة من ذوي الوجهين والتملقين والوصوليين والانتهازيين أو المتزئذين غير بث الفتن والاشاعات ونشر الأخبار الكاذبة أو استخدام سبب لغوات التواصل الاجتماعي يتم العمل على تطبيق القوانين والانظمة والعمل والالتزام وإجراء تغييرات هدفها العمل والإلتزام ورفع المؤسسة وتطبيق العدالة وتحسين الجبهة الداخلية لأي مؤسسة يشبه تحسين الجبهة الداخلية للدول وهذا التحسين الجبهة الداخلية يحمي أي دولة من أي مؤامرة خارجية ولن تستطيع أي قوة خارجية أن تتحجج في أي مؤامرة لأي جهاز إداري داخل مؤسسة وفي أي دولة فهمته إرضاء الناس أي إرضاء الشعوب وليس استفزازها غير العمل والإلتزام والعمل بعدالة وفي ظل تحديثات تواجه أي دولة كالتفرض والمطالمة والضرائب وارتفاع الأسعار وأي دولة يمكن أن تتجوا من أي مؤامرة خارجية إذا نفذت على الأرض سيادة القانون والعدالة الاجتماعية للمساكنة وإصلاح إداري يعزز الكفاءة ويؤيد من الإلتزام والفضاء الجرم على أي نوع من الفساد فربما بوله أفضل الانقلاب عليه الشعب غير تسجيل خلال الفس بولت فنزل الشعب إلى الشارع وافشل الانقلاب العسكري المحكم وكذلك حدث في دولة في أمريكا اللاتينية فافشل الشعب انقلاب عسكري محكم وهناك مثل شبي يقول (امتن عدل يختار عدوك فيك) وقال تعالى (ان خير من استأجرت القوي الامين) صدق الله العظيم وفيها وصف الإداري المطلوب (قوي وامين) والخلاصة أي مؤامرة على مستوى أي مؤسسة وفي أي دولة تأميه ام متقدمه تفضل بالمساكنة وإرضاء الناس وتحسين الجبهات الداخلية والعمل والإلتزام وسيادة القانون والعدالة الاجتماعية واختيار الكفاءه وانهاء الفساد وتكثيف التوجيه للناس عبر افلام مهني مسؤول لتعويضهم بما تكلفه الاوطان من مؤامرات وفضح التآمرين سواء داخل دول أو مؤسسات

حسب الله الأربن والشعب في ظل قائدنا جلالة الملك عبد الله الثاني المعظم



ويسمى "باص عمان" إلى تحسين النقل العام في العاصمة عمان من خلال تسيير 130 حافلة غير 24 مساراً في وسط عمان.

الباصات الاتصال شبكة الإنترنت عن طريق إدخال الاسم، ورقم الهاتف لتلقي رسالة بمرز التحقق لتتمكن من استخدام الإنترنت.

2020. وكانت باصات عمان قد اجرت في وقت سابق تفعيلاً لخدمة الإنترنت المجانية حيث يمكن لمستخدمي

الانباط-عمان

من المقرر أن يطلق "باص عمان" تطبيقاً في أيلول المقبل بهدف ربط 130 حافلة، ومن أجل إتاحة المجال لتتبع الحافلات أثناء عملها. وقال الرئيس التنفيذي لشركة رؤية عمان للنقل حمزة الحاح حسن إن التطبيق سيكون متاحاً على الأجهزة التي تعمل بنظامي (أندرويد وأبل). وأضاف أن التطبيق يشمل مزايا "تتبع الحافلة خلال سيرها لمعرفة موقعها ومعرفة الطريق الأفضل للوصول وخارطة مسار الحافلات إضافة إلى إمكانية شحن بطاقات الباص وغير ذلك". من جهته قال أمين عمان- يوسف الشواربة، أن 130 حافلة حديثة مجهزة سدياً للعمل في العاصمة اعتباراً من 30 حزيران ضمن مسارات وترددات ثابتة، وهي مرحلة أولى في خطة لتشغيل 181 حافلة مع نهاية عام

مؤتمر الحساسية والمناعة يوصي بتأسيس مركز وطني للمواد والاطعمة المسببة لها

الحساسية. وأشاد بمبادرة التي ان تسمية الحساسية كإبازرت 20 باللغة من سكان المملكة، وهناك أكثر من مليار شخص يعانون في الحساسية في العالم. ولقد ان نحو 120 مليون شخص في العالم يعانون من حساسية الانف، و33 مليون يعانون من الربو الصدي وذلك بسبب تغير أنماط الحياة والزراعة. وناقش المؤتمر خلال 13 جلسة علمية 57 بحثاً علمياً في تخصصات المناعة والحساسية بما فيها استخدامات الخلايا الجذعية، بمشاركة 18 باحثاً أردنياً وعربياً وأجانباً من الولايات المتحدة الأمريكية ورومانيا وكوريا والامارات العربية المتحدة والمملكة العربية السعودية ومصر وليبيا. وتناول المؤتمر أوراقاً علمية عن علم المناعة التشخيصي، والأمراض المناعية ووزارة نفاع العلم، والأمراض الروماتيزمية عند اليافعين والأطفال، واستخدام العلاجات البيولوجية في الأمراض المناعية والسرطان والربو القصبي، وحساسية الطعام، وسرطان اللانف والأذن والحنجرة، والتفاعلات المناعية، والحساسية لجميع المواقف، وعلم المناعة والعدوى. وأحدثت العلوم الطبية الحديثة في علم المناعة

الانباط-عمان

أوصى المشاركون في المؤتمر الدولي الأردني السابع للحساسية والمناعة الذي نظمته جمعية أطباء الحساسية والمناعة الأردنية في ندوة الأخصاء، بتأسيس مركز وطني للحساسية والمناعة في المملكة بالتعاون مع المؤسسات الوطنية في الدول العربية والأجنبية. كما أوصوا في المؤتمر الذي استلتمت أعماله امس بتأسيس قاعدة بيانات وطنية إلكترونية لتدواد والأطعمة المسببة للحساسية في المملكة لرقابة المواد الحافظة والملونة المحسنة التي تدخل في الطعام والشراب وتوثيقها، وقال رئيس الجمعية والمؤتمر الدكتور هاني عيادته أن الهدف من المركز رصد وعلاج الحساسية وتشخيص الكادر الطبي وتبادل الخبرات مع الدول المتقدمة والذي من شأنه المساعدة في التخفيف من كلفة العلاج على المرضى وإجراء الدراسات والدورات التدريبية للأطباء. وأكد ضرورة إدخال أجهزة قياس مستوى الحبار والدماء المناعية للحساسية في الجو كذلك وضع بروتوكولات موحدة للتشخيص والعلاج السريعة وتوفير حقن اللانف الحادة EpiPen لحالات صدمة الحساسية الحادة anaphylactic shock بالإضافة إلى توفير العلاجات المناعية والبيولوجية كمرضى

فريق ميداني للوقوف على جاهزية المدارس للعام الدراسي الجديد

التشيرية وتنفيذ أعمال الصيانة وتوفير المقاعد والكتب المدرسية والأثاث ومستلزمات العملية التعليمية الأخرى. كما طمأن الوزارة في تعميم وجهته تشييراتها وممارستها في الميدان متابعة استعدادات المدارس وجاهزيتها لاستقبال العام الدراسي الجديد، من حيث متابعة المختارين وإنجاز أعمال عمليات الصيانة في المدارس بالسرعة الكفائة، وبخاصة الأعمال المناعية منها وعدم ترك أية أفتاس أو مواد تعيق سير العملية التربوية.

الانباط-عمان

كلفت وزارة التربية والتعليم فرقاً ميدانية من المركز والقياد لزيارة المدارس والأطراف على والعهما وتقييم احتياجاتها وتذليل الصعوبات التي تواجهها، وذلك في ضوء استعدادات الوزارة للعام الدراسي الجديد. وكانت الوزارة شكلت في وقت مبكر فرق عمليات في المركز والميدان لتابعة جاهزية واستعدادات المدارس وعلاقتها ببدء العام الدراسي، من حيث تعبئة شواغل الكوادر

العمل، يمثل وافداً حقيقياً في دفع منظومة العمل وتسهيل الحركة الاقتصادية في المملكة، ووصفه بأنه من شأنه ان يوفر فرص عمل مختلفة للشباب من كلا الجنسين ومن مختلف الاصناف والمستويات التعليمية الأكاديمية مشيراً إلى ان المجموعة قدمت كافة التسهيلات لإنجاح هذا اليوم الذي من المتوقع أن يؤمن الوظائف للفتيات من الشباب والشابات الباحثين عن العمل. وأكد حمادة على الرافقين بالحصول على فرصة عمل أحضار الوظائف المطلوبة حيث أن هذا اليوم الوطني يحمل سياسة وزارة العمل بإجراء مقابلات منتهية بالتنسيق، ونمى التوفيق للجميع، مطالباً الراغبين بالحصول على وظائف التوجه إلى نادي حمادة الكائن في مجمع حمادة في شارع وصفي الثلث يوم السبت الموافق 24 / 8 من الساعة العاشرة صباحاً وحتى الساعة الرابعة عصراً لتقديم الطلبات وإجراء المقابلات وإبرام العقود مع الفروع الراغبة بالتوظيف مباشرة.



في إعداد كوادر أردنية مؤهلة ومدربة من خلال أكاديمية حمادة للتأهيل المستمر لتبسي متطلبات المجموعة، وأن سياسة المجموعة تتركز على توظيف الأردنيين من خلال التعاون والشراكة الاستراتيجية مع الجهات المختصة وأنها تأمل أن تحقّق الهدف بأن تكون المجموعة تحظن عمالة أردنية فعلة. وأضاف ان اليوم الوطني الذي تنظمه المجموعة بالتعاون مع وزارة

اليوم الوطني والإعلان عنه بأن لا يشترط الخبرة لدى معظم الشواغل بل يلمرح برامج تدريب وتأهيل تدعم من لا يحملون الشهادات العلمية ولا يمتلكون سنوات من الخبرة. وعين المنتظر أن يشارك في هذا اليوم الوطني جهات عديدة، من جامعات وكليات ومؤسسات تدريب مهني وجمعيات، وأكد السيد رائد حمادة هذا أن المجموعة لا تأو جهدا

الانباط-عمان

تنظم مجموعة مطاعم حمادة بالتعاون مع وزارة العمل اليوم السبت ويحضر لجنة مشرفة من الوزارة يوم وطني مميز في نادي حمادة الثقافي، ويضم أهاليهم فروع حمادة العشرة المختلفة وفروعها الثلاثين، وذلك بهدف طرح أكثر من 100 شاعر بمختلف المستويات المهنية للكفاءات الأردنية والباحثين عن فرص عمل في المجتمع الأردني من كلا الجنسين. وصرح السيد رائد حمادة رئيس مجلس إدارة المجموعة لدى إعلانه عن تنظيم هذا اليوم بأن أهمية هذا اليوم الوطني تسهم بتشجيع المعاملين عن العمل بالتوجه إلى أصحاب العلاقة مباشرة، وبين أن الأيام الوطنية تخدم الغاية الوطنية الاسمي نحو الحد من البطالة. وأضاف أن الشركات الخاصة مسؤولة أيضاً بالإضافة للقطاعات الحكومية والأهلية من خلال طرح برامج التدريب والتأهيل لسوق العمل، ومن هذا المنطلق جاء تنظيم

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
يُنْفَى
المدير العام لقوات الدرك اللواء الركن حسين محمد الحواتمة
وجميع منتسبي المديرية العامة لقوات الدرك
بمزيد من الحزن والأسى المرحوم بإذن الله
الشرطي المستجد
مصعب أيوب حماد العلاوي
الذي انتقل الى رحمة الله تعالى
يوم الخميس الموافق 2019/08/22
تغمده الله الفقيد بواسع رحمته ورضوانه ، وأسكنه فسيح جنانه
وألهم أهله وذويه جميل الصبر وحسن العزاء
إنا لله وإنا إليه راجعون

5 سفارات تحتفل باليوم الاسيوي في عمان



والضيف بصانف هذا العام الذكرى الـ 50 لتأسيس الرابطة والتي التزمت منذ ذلك الوقت بالعمل نحو تحقيق هدف مشترك من أجل مجتمع مزدهر سلمى والنهوض بالشراكة بين تلك الدول وحضر الحفل وزير الدولة لتعاون الاداء المؤسسي ياسرة عوشة وعدد من السفراء والمندوبين.

التي تربط الاردن ودول اسيا وتدعمها الزيارات المتبادلة على مختلف المستويات ومبادرات وجود العديد من الاتفاقيات ومذكرات التفاهم بين الاردن ودول اسيا في مجالات عديدة منها القطاع والتعليم والثقافة والسياحة وقال اننا نتطلع الى تعزيز وتعميق الشراكة مع الاردن خلال السنوات المقبلة.

احتفلت لجنة اتحاد اسبان بيوم اسيا في منزل سفير بروناي دار السلام في عمان ويضم الحفاه دول جنوب شرق اسيا التي تأسست في عام 1976. حلت دول اسبوية. وأكد رئيس اللجنة في عمان سفير بروناي مهادي مايدين العلاقات المتميزة

الانباط-عمان



أسعار النفط تستقر مع ترقب الأسواق لإشارات المركزي الأمريكي

لندن - وكالات



استقرت أسعار النفط التفتطم امنس الجمعة، وتجه صوب تحقيق مكسب أسبوعي، مع تركيز الاهتمام على كلمة رئيس مجلس الاحتياطي الاتحادي (البنك المركزي الأمريكي) بينما عن أبناء بشأن ما إذا كان المركزي سيخفض أسعار الفائدة للمرة الثانية هذا العام لدم اسم أكبر اقتصاد في العالم.

وهبطت العقود الآجلة لشعام غرب تكساس الوسيط الأمريكي ثلاثة سنتات إلى ٥٩.٨١ دولار للبرميل، لكنها ارتفعت نحو ٢.١ بالمئة في الأسبوع.

وهبطت العقود الآجلة لشعام غرب تكساس الوسيط الأمريكي ثلاثة سنتات إلى ٥٥.٢٢ دولار مرتفعة ٠.٨ بالمئة منذ بداية الأسبوع الجاري.

وكان السعر الفوري للذهب منخفضا عند ١٢٩٩ دولار للأونصة (الأونصة)، بعد أن لاس في وقت سابق أدنى مستوياته منذ ١٣ أغسطس عند ١٢٩١.٥٠ دولار.

وتحدد سعر التسمية لعقود الذهب الأمريكي الآجلة بانخفاض ٠.٥ عند ١٥٠٨.٥ دولار.

وقال نايل غالي، محلل أسواق السلع الأولية في بي دي للأوراق المالية، "السوق بأسرها في وضع الانتظار والترقب، لكن

٢.٣ مليار درهم تصرفات عقارات دبي خلال أسبوع

دبي - وكالات

بتسجيلها أربع مبيعات ١٠٠ ملايين درهم، وجاءت مبيعة بقيمة ١٦ مليون درهم في منطقة الميركاتس، كأهم مبيعات الشقق والفلل، لتليها مبيعة بقيمة ١٤ مليون درهم في منطقة مرسس دبي، وأخيراً مبيعة بقيمة ثمانية ملايين درهم في منطقة برج خليفة.

وتصدرت مرسس دبي، المناطق من حيث عدد مبيعات الشقق والفلل، مسجلة ١٠٢ مبيعة بقيمة ١٤٤ مليون درهم، لتليها منطقة وادي الصفا ٢، بتسجيلها ١٢ مبيعة بقيمة ١٢ مليون درهم، وثالثة في الخليج التجاري، بتسجيلها ١٠ مبيعة بقيمة ٦٠ مليون درهم، وسجلت الرهونات قيمة قدرها ١.٣ مليار درهم، منها ٧٨ رهناً لأراض بقيمة ١.١ مليار درهم، و١٢٦ رهناً لفلل وشقق بقيمة ٢٠٠ مليون درهم، كان أهمها في منطقة البرشاء جنوب الرامية، بقيمة ٢٢٦ مليون درهم، وأخرى في منطقة بد حصا، بقيمة ٢٠٦ ملايين درهم.

حققت التصرفات العقارية في دائرة الأراضي والأحلاك دبي، خلال الأسبوع الماضي، أكثر من ٢.٣ مليار درهم. وشهدت الدائرة تسجيل ١١٩ مبيعة بقيمة مليار درهم، منها ١٠٥ مبيعات لأراض بقيمة ٣٧٧ مليون درهم، و٥١٤ مبيعة لشقق وفلل بقيمة ١٢٢ مليون درهم، بحسب صحيفة "الإمارات اليوم". وجاءت أهم مبيعات الأراضي بقيمة ١٥ مليون درهم في منطقة هور العنز شرق، ومبيعة بقيمة ٤٥ مليون درهم في الكهدة الثانية، ثم مبيعة بقيمة ١٩ مليون درهم في المعز.

وتصدرت جبل علي الأولى، المناطق من حيث عدد المبيعات إذ سجلت ٥٩ مبيعة ١٠٩ ملايين درهم، تليها حدائق التسع ١٠٩ ملايين درهم، بتسجيلها ١٠ مبيعات يه ١٦٠ مليون درهم، وثالثة في الحبية الثالثة،

أسعار المعادن الصناعية تهبط مع احتدام الحرب التجارية



لندن - وكالات

الصناعية في العالم، ومن شأن ارتفاع الأسعار هناك أن يحد خسرا بالعطبل. وتراجعت عقود النحاس القياسي في بورصة لندن للمعادن ٠.٨، لتعلق عند ٥٧٣٣ دولارا للطن بعد أن لامست ٥٧٧١ دولارا وهو أدنى مستوى منذ السابع من أغسطس.

وهبطت أسعار النحاس والمعادن الصناعية الأخرى الخمس مع تبادل الولايات المتحدة والصين تهديدات في نزاعهما التجاري، وهوعد اليون الصيني إلى أدنى مستوى في ١١ عاما مقابل الدولار الأمريكي.

الصين تعزز فرض رسوم على واردات أمريكية بقيمة ٧٥ مليار دولار

بكين - وكالات

رسوما على بضائع بقيمة ٢٥٠ مليار دولار، من إجمالي صادرات الصين إلى البلاد، والتي تراوح بين ٥٥٠ و٦٠٠ مليار دولار سنويا ومراداً جددت الصين لهديدها بتطبيق "إجراءات مضادة" في نزاعها التجاري مع الولايات المتحدة، في حال مضت واشنطن في سياساتها التجارية.

وأعلنت وكالة الأنباء الصينية الجديدة (شينخوا) أن هذه الخطوة تأتي ردا على التعريفات الجديدة على واردات صينية التي هدد بها الرئيس الأمريكي دونالد ترامب مؤخرا.

تركيا تدرس تعيين مدير البورصة نائبا لمحافظ البنك المركزي

أنقرة - وكالات

فالت ثلاثة مصادر ترويترز أن تركيا تدرس تعيين المدير العام لبورصة إسطنبول في منصب نائب محافظ البنك المركزي، ويحمل مراد جيتشليايا المرشح منصب نائب محافظ البنك المركزي للنس اسم محافظ البنك السابق الذي أقاله الرئيس رجب طيب أردوغان الشهر الماضي لأنه لم ينفذ تعليمات بشأن أسعار الفائدة.

وولد جيتشليايا في عام ١٩٧٠ وبدأ مسيرته المهنية في البنك الزراعي وهو أكبر بنوك تركيا من حيث الأصول، قبل أن يتولى منصب في عدة مؤسسات مالية.

الذهب يتراجع مع ترقب إشارات جديدة بشأن موقف مجلس الاحتياطي

سنغافورة - وكالات



تراجعت أسعار الذهب بعد تصريحات من مسؤولي مجلس الاحتياطي الاتحادي (البنك المركزي الأمريكي) نالت من آمال اتحاد المزيد من إجراءات التيسير النقدي، وإن كان المستثمرون ينتظرون مزيدا من الوضوح من رئيس البنك المركزي خلال ندوة جاكسون هول.

وتحدد سعر التسمية لعقود الذهب الأمريكي الآجلة بانخفاض ٠.٥ عند ١٥٠٨.٥ دولار.

وقال نايل غالي، محلل أسواق السلع الأولية في بي دي للأوراق المالية، "السوق بأسرها في وضع الانتظار والترقب، لكن

ويوجد سيل مطرد من متحدثي مجلس الاحتياطي الذين خرجوا برسالة أقرب إلى التشديد النقدي.

ويعد يوم من صدور وقيال اجتماع يوليو مجلس الاحتياطي والتي أظهرت انقسام صناع السياسات بشأن تخفيضات سعر الفائدة، قال بارت هازكر رئيس بنك هيلانثيا الاحتياطي الاتحادي إنه لا يرى مبررا لمزيد من التحفيز.

تكن أسعار النفط تظل تتلقى الدعم من تخفيضات إنتاج النفط التي يتفدها أعضاء أوبك وروسيا، وكذلك تراجع صادرات إيران وفنزويلا بسبب العقوبات الأمريكية.

البنوك تسارع بخفض سعر الفائدة بعد قرار «المركزي المصري»

القاهرة - وكالات



ردود فعل سريعة أعقبت قرار البنك المركزي بخفض أسعار الفائدة على الإيداع والإقراض، حيث قررت بنوك الأهلي المصري ومصر والقاهرة خفض معدلات الفائدة بعد ساعة واحدة من صدور قرار المركزي المصري.

وقررت اللجنة السياسية النقدية بالبنك المركزي المصري، خلال اجتماعها، خفض كلا من سعر عائد الإيداع والإقراض لليلة واحدة وسعر العملية الرئيسية للبنك المركزي بواقع ١٥٠ نقطة أساس ليصل إلى ١١.٢٥ و ١٥.٢٥ و ١١.٧٥، على التوالي، لتعلق بذلك مودة التيسير النقدي.

وأعلن البنك الأهلي المصري تخفيض أسعار الفائدة على شهادات عتب قرار البنك المركزي المصري.

وقال نائب رئيس البنك، يحيى أبو الفتوح، في تصريحات أمس إن لجنة "البنوك" قررت تخفيض أسعار الفائدة على الشهادات على الشهادات البلاينية ثابته الفائدة ذات أجل ٣ سنوات بنسبة ١١.٥ لتصبح ١١ و ١٥.٢٥، بدلا من ١٥ و ١٥.٢٥.

كما قررت اللجنة تخفيض معدل الفائدة على الشهادات متغيرة العائد بنسبة ١١.٥، لتصبح ١١.٥ بدلا من ١٢، وخفض فائدة الشهادات الخدمية بمقدار ١.

وكتف رئيس بنك مصر، محمد الإبري، أن البنك سيقوم بخفيض أسعار الفائدة على الشهادات المتغيرة بعد قرار المركزي المصري بخفض أسعار الفائدة بواقع ١٥٠ نقطة أساس.

وأوضح في تصريحات أمس عقب انتهاء اجتماع لجنة السياسة النقدية بالبنك المركزي المصري، أن البنك سيقوم بخفيض الفائدة على الشهادات لتغير بنسبة ١١.٥.

وأشار إلى أن لجنة الخصوم والأصول بالبنك المعروفة بالبنكو ستجتمع يوم الأحد المقبل لتقرر في صب التخفيض على الشهادات الثابتة والأوعية الادخارية.

في سياق متصل، توعدت مصادر معطلة، إن يتجه بنك القاهرة إلى خفض أسعار الفائدة على الشهادات الثابتة بنسب لتراوح ما بين ٠.٥ و ١.١. كما سيقوم البنك برفع

يخفيض الفائدة على الشهادات المتغيرة بنسبة ١.٥.

ومن المقرر أن تجتمع لجنة الخصوم والأصول الثابتة للبنك التاهروم الأحد المقبل ثلاثية التخفيض على الأوعية الادخارية.

وقالت مصادر رسمية مطلعة، إن قرار تخفيض "المركزي المصري" لأسعار الفائدة سيشجع الاقتصاد المصري خلال الفترة المقبلة، وسيجذب المزيد من الاستثمارات الأجنبية لتسوق المحلي، وسط توقعات بأن لنهجه البورصة المصرية إلى الصعود خلال جلسات الأسبوع المقبل.

ويجب أن يلاحظ، أوضحت لجنة السياسة النقدية بالبنك المركزي المصري، أن هناك عدة أسباب دفعتها إلى خفض أسعار الفائدة على عائد الإيداع والإقراض لليلة واحدة وسعر العملية

الرئيسية بالمركزي المصري، وكسرت أن أول هذه الأسباب يتعلق باستمرار انخفاض المعدل السنوي للتضخم العام والأساسي لتسجل ٨.٧ و ٥.٩، في يوليو على التوالي وهو أدنى معدل لهما منذ ما يقرب من ٤ سنوات على الرغم من إجراءات ضبط المالية العامة للدولة العظيمة مؤخرا والتي أدت إلى تعطيل تكاليف معلم المنتجات التكنولوجية.

وأشارت إلى أن تراجع التضخم جاء مدفوعا بإحتواء الضغوط التضخمية، وهو ما انعكس في الانخفاض التسيب معدلات التضخم الشهرية، فضلا عن التأثير الإيجابي لسنة الأساس نظرا لأن إجراءات ضبط المالية العامة للدولة العظيمة مؤخرا كانت أقل من مثيلتها في العام السابق.

ولفت إلى أن الأسباب تضمنت كذلك السياسات النقدية التي تشير إلى استمرار الارتفاع العظيمة لمعدل نمو الناتج المحلي الإجمالي الحقيقي، لتسجل ٤.٥٧ خلال الربع الثاني من ٢٠١٩، و ٥.٧٦ خلال العام المالي الماضي، وهو أعلى معدل له منذ العام المالي ٢٠١٧-٢٠١٨.

كما استمر انخفاض معدل البطالة لتسجل ١٧.٥، خلال الربع الثاني من ٢٠١٩ بما يعثل انخفاض قرب ٦ نقاط مئوية مقارنة ببنوته التي بلغت ٢٣.٤ خلال الربع الرابع من ٢٠١٢.

بورصة مصر تستعد للانطلاق مع بدء دورة التيسير النقدي

القاهرة - وكالات

وداع البنوك مع ارتفاع العائد بنسب كبيرة، مما تسبب في حالة ركود كبيرة خلال الفترات الماضية، مؤكدا أن البورصة سوف تستفيد من السيولة التي ستخرج من البنوك سواء فيما يتعلق بالودائع أو صرف عائد شهادات قناة السيولة خلال الفترة المقبلة.

وقدنا تبيانات البورصة المصرية وخلال تعاملات الأسبوع الجاري ربح رأس المال السوقي لأسهم الشركات المدرجة نحو ٩.٧ مليار جنيه، بنسبة ارتفاع قدره نحو ١٠.٩، وذلك بعدما ارتفع من مستوى ٧٢٠.٥ مليار جنيه في إغلاق تعاملات الأسبوع الماضي إلى نحو ٧٩٩.٢ مليار جنيه في إغلاق تعاملات أمس الخميس.

وعلى صعيد المؤشرات ارتفع مؤشر الرئيسي "إيجي إكس ٣٠" بنسبة ١.٢٦ بعدما أصاب



ولد جيتشليايا في عام ١٩٧٠ وبدأ مسيرته المهنية في البنك الزراعي وهو أكبر بنوك تركيا من حيث الأصول، قبل أن يتولى منصب في عدة مؤسسات مالية.

وقالت المصادر التي تحدثت شريطة عدم ذكر اسمائها إن من المتوقع الإعلان عن تعيين جيتشليايا قريبا، وأضافت أن منصب النائب الثاني لمحافظ البنك المركزي، وهو شاغر أيضا، سيتم شغله قريبا.



في جمعة لبيك يا أقصى

إصابات باعتماد قوات الاحتلال على المتظاهرين شرقي القطاع



غزة-وكالات

منهم ٢٧ بالرصاص الحي وثلاثة مسعورين، باعتماد قوات الاحتلال على المتظاهرين قبالة مخيمات العودة الخمسة شرقي محافظة القطاع...

أصيب عدد من المواطنين أمس الجمعة باعتماد قوات الاحتلال الإسرائيلي على المتظاهرين السلميين خلال مشاركتهم في فعاليات الجمعة الـ٧١ من مسيرة العودة وكسر الحصار شرقي قطاع غزة، تحت اسم لبيك يا أقصى...

المسترة بهذه السيارات دون كلل أو ملل، مؤكدة تمسكها بحق العودة كحق غير قابل للمساومة...

وأكدت الهيئة حرصها الكامل على سلامة المشاركين في المسيرات، وتجنب أي أذى سببها الإصابات نتيجة جرائم الاحتلال الذي يتحمل المسؤولية الكاملة عن أي اعتداء عدوان على المسيرات الشعبية السلمية...

دعوات للمستوطنين: لا تخرجوا إلّا وأسلحتكم معكم



رام الله - وكالات

بدلته، حتى يعلم كل مرتكب جريمة أنه يمكن سحب السلاح عليه وقتله، وفق قوله وبعد عملية تفجير عبوة ناسفة أسفرت عن مقتل إسرائيلية صباح اليوم، تواتر ردود الفعل...

ترجمة خاصة دعا مجلس مستوطنات غوش عتصون، أمس الجمعة، المستوطنين لعدم الخروج من منازلهم إلا وأسلحتهم معهم...

بوتين يتوعد «برد متكافئ» مع التجربة الصاروخية الأمريكية

موسكو-وكالات

وقال بوتين، إنه أمر بإجراء تحليل لمستوى التهديد الذي تسببت به أفعال الولايات المتحدة بالنسبة لبلدنا، واتخاذ التدابير الشاملة للتحضير لرد متكافئ...

قال الرئيس الروسي فلاديمير بوتين أمس الجمعة، إنه أمر الجيش بالتحضير لرد متكافئ بعد إعلان واشنطن هذا الأسبوع أنها أجرت تجربة صاروخية كانت...

إسرائيل تخطط لضرب منشآت ومواقع حساسة لـ«أنصار الله»

الكويت-وكالات



أطلقت واشنطن على التطورات وزودتها بالمعلومات حول القطع البحرية المبررة التي تحاول الجمهورية الإسلامية نفذها...

إلى منطقة باب القند وأبحر المصدري إلى أن بعض الطائرات المبررة والصواريخ نفل إلى العراق بهدف...

نقلت صحيفة كويتية عن مصدر إسرائيلي لضرب منشآت ومواقع حساسة، قرب مضيق باب المندب الاستراتيجي الواقع بين البحر الأحمر وخليج عدن...

الاحتلال يستنفر قواته لمطاردة المنفذ

مقتل مجنونة «إسرائيلية» وإصابة مستوطنين

رام الله-وكالات

مراجعة تارية، ألقى عبوة ناسفة تجاه جنود الجيش الإسرائيلي جنوب مدينة جنين في الضفة الغربية المحتلة...



قتل صباح أمس الجمعة، مجنونة مستولنة تبلغ من العمر ١٨ عاماً، وأصيب والدها وشقيقتها بجراح خطيرة...

وأعلنت وسائل الإعلام العبرية، عن إصابة الجندي بجراح خطيرة ميؤوس منها قبل مقتلها، عندما ألقى فلسطينيين عبوة متفجرة ومواد على الجسر الأخرى...

وأعلنت قوات الاحتلال، مدينة رام الله بحثاً عن منفذي العملية، فيما تقوم بمصادرة كاميرات المراقبة الغربية من المكان...

والتي تم جيش الاحتلال، قرية دير بزيق وبيدهم الخبال التجارية وبمصادر أجهزة تسجيل الكاميرات، ويتسبب حاجز عسكري بين حي الارسل وبلدة سرة شمال رام الله...

وفي سياق متصل، قال موقع عبري إن فلسطيني يستغل

«مطلوبون للعدالة»... دورية قتلة الأطفال

القدس المحتلة- وكالات

باب السلسلة خرجوا، وما دعتنا لا نستطيع الوصول إلى باب المغاربة قائلين أننا نستطيع الوصول إلى باب السلسلة...

سلامة عيد الأضحى في الأقصى، يتوافد الناس ليستنشقوا نهاراً يأملون أن يكون من أسعد نهاراتهم، وجود أطفال نملواها النجعة...

في يوم الخميس الموافق ١٨-٨-٢٠١٩، وعقب صلاة العصر، وستقبلت مطبخ كخبان في ثانياً الملايس، يتحرك الفتيان نسيم أبو رومي وجوده الشيخ ابا الأربعة عشر ربيعاً نحو باب السلسلة، يبان حموة إلى رقع كونه ميكرًا ويحاول طعن أقرب الجنود إليه، يلحق به نسيمة مستهدفاً...

تتم ساعة بعد صلاة العيد، يُسرب مكتب بنارنيا لتتاهو، خيراً كادياً بأنه قرر منع المتطرفين الصهاينة من الاقتحام، لتفقه صحيفة بديموت أحروشوت وتقتبستها إسرائيل اليوم وبعيداً السياسيون الصهاينة...

ردود إسرائيلية غاضبة على «عملية رام الله» ودعوات لتفكيك السلطة وفرض «السيادة على الضفة»

رام الله-وكالات

وتابع نتنياهو أن «ذراع إسرائيل الطويلة ستعمل إلى أولئك الذين يريدون أن يقتلوا، وستقوم بمحاسبتهم»...

وقال نتنياهو، مساء أمس الجمعة، على العملية التي وقعت صباح اليوم في قرب مستوطنة دوليت غرب محافظة رام الله...

وقال نتنياهو، مساء أمس الجمعة، على العملية التي وقعت صباح اليوم في قرب مستوطنة دوليت غرب محافظة رام الله...

حان وقت جباية الثمن بحصل «الإرهابيون» على دعم من السلطة الفلسطينية، ويُنتظر إليهم كإبطال في مجتمعهم ويدخلون السجن بشروط حسنة...

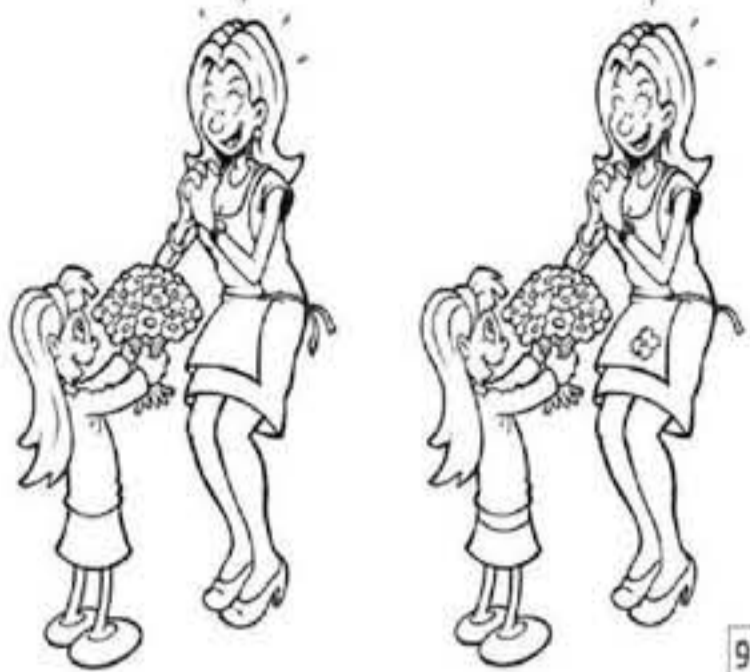


مواقيت الصلاة

- الفجر: ٤:٤٠
- الشروق: ٦:٠٠
- الظهر: ١٢:٣٩
- العصر: ٤:١٧
- المغرب: ٧:١٧
- العشاء: ٨:٢٧



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

شركة رونزا للدعاية و الاعلان



اعلانات خاصة للمحامين في العقبة

إعلان قضائي في صحيفتين معتمدتين (الرأي * الفد * الدستور)

بأسعار مغرية

للاستفسار هاتف - ٠٧٩٠٠٩٧٥٧٦

تلفاكس: ٠٣٢٠٣٣٠٨٨

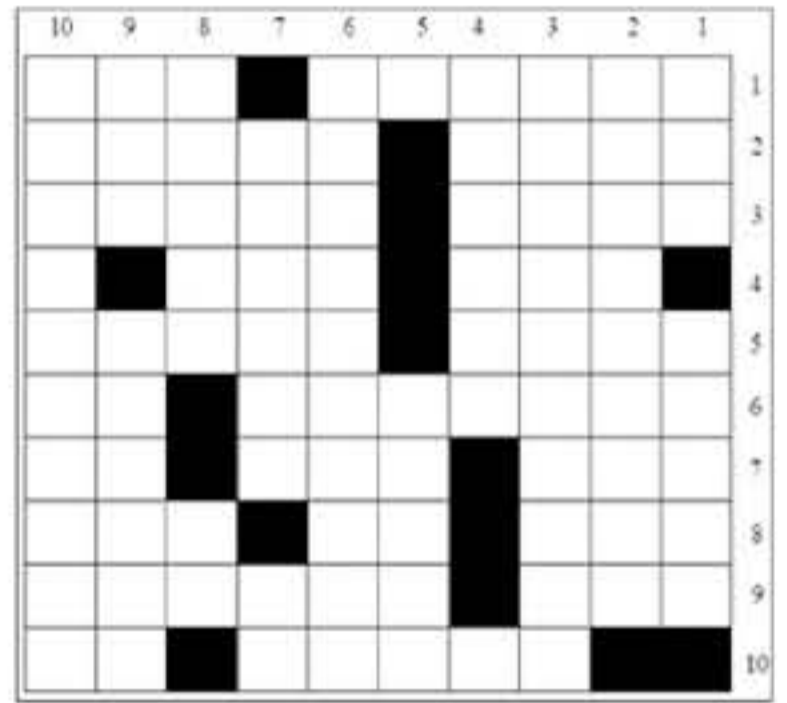
هاتف: ٠٦-٥٢٠٠١٠٠

العنوان - شارع اصيلبية / مقابل مطعم المهندس / عمارة رقم ١٣ / الطابق الرابع

جدول رحلات شركة جت

اسم الطائرة	التوقيت	اسم الطائرة
العملي - العقبه	يوميا	العملي - العقبه
7:00 AM	يوميا	7:00 AM
9:00 AM	يوميا	9:00 AM
11:00 AM	يوميا	11:00 AM
14:00 PM	يوميا	14:00 PM
16:00 PM	يوميا	16:00 PM
18:00 PM	يوميا	18:00 PM
ظهير - العقبه	يوميا	ظهير - العقبه
8:00 AM	يوميا	7:30 AM
10:00 AM	يوميا	10:00 AM
12:00 PM	يوميا	12:00 PM
14:30 PM	يوميا	14:30 PM
17:00 PM	يوميا	17:00 PM
18:30 PM	يوميا	18:30 PM
الوحدات - العقبه	يوميا	الوحدات - العقبه
8:00 AM	يوميا	8:30 AM
9:30 AM	يوميا	10:00 AM
11:00 AM	يوميا	12:00 PM
15:00 PM	يوميا	15:30 PM
17:00 PM	يوميا	17:00 PM
19:00 PM	يوميا	19:00 PM
السابع - العقبه	يوميا	السابع - العقبه
8:00 AM	يوميا	8:00 AM
10:00 AM	يوميا	10:30 AM
12:00 PM	يوميا	12:30 PM
14:30 PM	يوميا	15:00 PM
17:00 PM	يوميا	17:30 PM
18:30 PM	يوميا	19:00 PM
الزرقاء - العقبه	يوميا	الزرقاء - العقبه
8:00 AM	يوميا	7:30 AM
9:00 AM	يوميا	9:00 AM
11:00 AM	يوميا	11:00 AM
14:30 PM	يوميا	14:30 PM
16:00 PM	يوميا	16:00 PM
18:00 PM	يوميا	18:00 PM
أريد - العقبه	يوميا	أريد - العقبه
8:30 AM	يوميا	8:30 AM
12:00 PM	يوميا	12:00 PM
15:30 PM	يوميا	15:30 PM
السابع - العقبه	يوميا	السابع - العقبه
8:30 AM	يوميا	8:30 AM
15:30 PM	يوميا	15:30 PM
ظهير - العقبه	يوميا	ظهير - العقبه
6:15 AM	يوميا	6:30 AM
6:45 AM	يوميا	8:00 AM
7:15 AM	يوميا	14:45 PM
8:15 AM	يوميا	16:30 PM
15:00 PM	يوميا	17:30 PM
16:45 PM	يوميا	18:30 PM
18:30 PM	يوميا	
ظهير - العقبه	يوميا	ظهير - العقبه
6:15 AM	يوميا	6:30 AM
6:30 AM	يوميا	7:00 AM
6:45 AM	يوميا	
7:00 AM	يوميا	

رقم الطوارئ 911



- أظني
- حرب..... (تسميت فيها إسرائيل)
 - إمارة عمران
 - مشهور أو الثورين
 - من أسماء الله الحسنى - يترد على
 - دعاء الرامي قنفة - خلق
 - من الشهور السريانية - لؤلؤي (معكوسة)
 - بيل كانه (مبعثرة) - قام
 - أكثر ال..... فان الصخر طويل، (معكوسة)
 - كبريات كبريطية..... (معكوسة) - الأثر من (بائع)
 - أشعل - نصف معدن - (خامس ال.....)
 - سائس من أسفوا
 - كاه (كاه) مبعثرة - نباتات (معكوسة)
 - كثوب - من الضمائر (معكوسة)
- سعودي
- شعوب - مأثور في سبيل الله
 - أعلم الأما بالجلال والحرام (معكوسة)
 - الهديتان كسما لثمة الكنزضية
 - صاحب كتاب (الإسلام ومشكلات الحضارة)
 - جيش جبار
 - أخر من الله الحجاج
 - أبو سليمان بن سيد فتان
 - الجنة (معكوسة) - الأمر من (كان)
 - أفندك - مشاهير
 - أنا (مبعثرة) - إنما يوقى ال.....
 - أجرهم بغير حساب
 - تلك بحمزة من عيد العطب

حكم

- لا يفوز بمبارك الحياة الأثوي أو الأسرع ولكن إن عاجلا أو آجلا الذي يفوز هو من يعتقد أنه يستطيع.
- كانني أجلس على حيز الموت وكان الحياة حية صغيرة وردية أنتاها كي لا أفقد حيز الفكرة. الدقة شرط من شروط الكتابة واختزال الحياة إلى مائة خالصة، منزلق إلى الكذب.
- ما أصعب الأشياء التي تفكر فيها في تلك المساحة بين الحياة والموت. دوله لا حياة له هو أكثر لي بذلك لا حياة له لأنه لا يملكه ليشتي أستطيع الحصول عليه لأهديه له.
- الأميل في داخلي لا زال ينيض على.
- حسن علاقتك برب العمل وكى تذلل مصاعب الحياة حسن علاقتك بربك.
- الحياة يكل ما فيها ثقف دائما على حد الوسطية بين اتزان المعنى وعدل وقلم.
- أحمل روحي على راحتي وألقى بها في مآوى الردى فإما حياة تسر الصديق وإما ممات يغيظ العدا.
- حيث الحياة مفتاح وقلبي أبواب متفرقة لا أريد لسواك أن يعثر

السرطان (السرطان)

سوف يتعرض عقلك للاختيار اليوم، ولكن لا داعي للقلق إذا كنت قلما على إظهار التعريف العلمية. ستختبر أيضا في حياتك الخاصة مع هذه الحالة. يجب عليك الدفاع عن وجهة نظرك. لا تفقد التركيز على الهدف الحقيقي. حتى مع وجود الخلافات صعبة، يمكنك التغلب على أي مشكلة صعبة بالبراعة والحرارة ليست منافسة - لا يجب أن تحارب جانبا كئي القوي.

السرطان (السرطان)

أنت تشعر أن الطاقة الموجهة بداخلك قد تتجرب في أي وقت ولأخف هذا ليس شعورا جيدا. لا تستسلم للضغوط التي قد يجعلك تخرج كل نفس بداخلك لأنك قد تعاني المحبطين بك والخروج دون قصد. حاول أن تجد السلام الداخلي وأن تكون أكثر لطفما للآخرين.

السرطان (السرطان)

سوف تواجه اليوم بعض التوافق التي ستخبرك إلى الفرح. ومن المهم أن لا تفقد الثقة في قلبك. أنت تعلم القدرة على كثير هذه الظروف. إن كنت تواجه مشكلات في العمل فكن حازم في ذلك الظروف والتفكير أفضل طريقة لحل المشاكل. فالتفكير الوضع أمثما بحيث تلعب منها. يمكنك استخدام هذه الأوقات الصعبة أحيانا لتحمين مهاراتك.

السرطان (السرطان)

سبب الظروف التغيير يبدو أن هناك خارج السيطرة من جديد. لا يجب أن يتفكك اليأس والاحباط، إنما بإعادة التفكير في النهج. يتمعن. قد يكون مجرد التراجع ويمكن جعل الخسارة في تحقيق الحدود والتحكم الاجراءات الشاسية. إذا لم يكن هذا هو الوضع، فتذكر أن مختلف الرحلة غايتك. في حد ذاته.

السرطان (السرطان)

يتبين حاليا أن جميع أشكال التعاون فائقة لأن أهدافك تتوافق وتتزامن مع أهداف من حولك. افهم فرصة كونك معمم بالصحة والحيوية وخلق نفسك وقيم في المراتب الأولى وانجز الأعمال الخاصة بالفريق. الآن أيضا تجري التفاعلات الخاصة بطريقة متناغمة وشرعة.

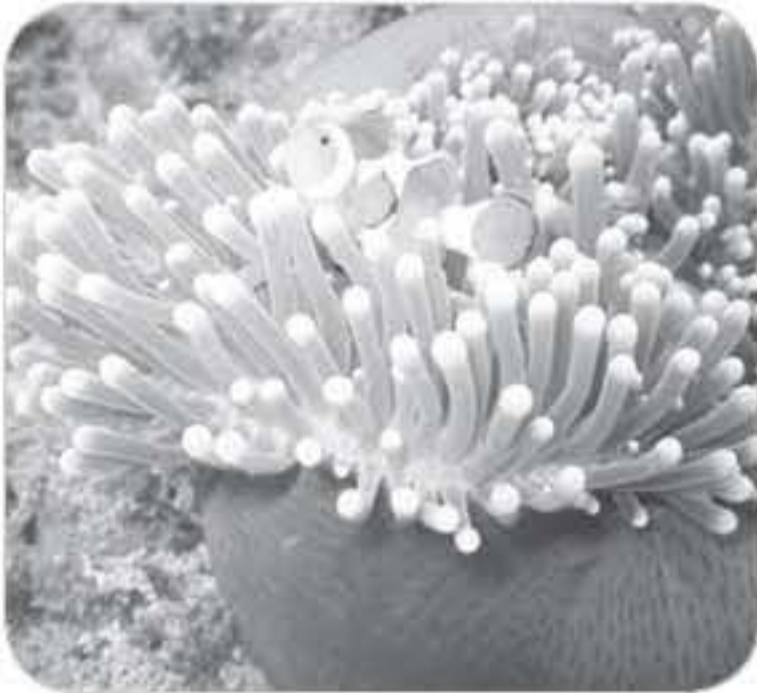
السرطان (السرطان)

يتبين حاليا أن جميع أشكال التعاون فائقة لأن أهدافك تتوافق وتتزامن مع أهداف من حولك. افهم فرصة كونك معمم بالصحة والحيوية وخلق نفسك وقيم في المراتب الأولى وانجز الأعمال الخاصة بالفريق. الآن أيضا تجري التفاعلات الخاصة بطريقة متناغمة وشرعة.

السرطان (السرطان)

سوف تحصل على السكينة والسعادة الذهنية اللذان طلة بحث عنهما. من خلال تلك القوة الداخلية، فأنت تلعب منك الثقة والتزامه. سوف يخلق منك استراتيجيات المحرمين أو زملائك بالعمل الصادقة والموثوق. فلا تتأخر عن تقديم المساعدة قدر الامكان دون الانشغال عن نفسك. التحليل أهدافك.

أسباب تدفئك لزيارة ماليزيا في الشتاء .. تعرف عليها



الأنباط - رصد جملة خنفر

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

أسباب تدفئك لزيارة ماليزيا في الشتاء .. تعرف عليها

المناخ الاستوائي

ماليزيا ليس لديها أربعة مواسم مثل اليابان وكوريا الجنوبية وتايوان، لذا فهي وجهة تكتسح بالمناخ الاستوائي على مدار السنة مع السماء المنمسة والأجواء الجميلة، لذا فعادة ما يحدد المسافرون الباحثين عن الأجواء الساخنة في فصل الشتاء بعيدا عن الثلوج والجليد، مع فرص الاستمتاع والاسترخاء بين الشواطئ في الطقس الجميل في ماليزيا.

تأكد من حجز الرحلات الجوية والفنادق مقدما، خاصة خلال موسم الذروة الذي يمتد ما بين ديسمبر ويوليو. 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، وفي الليل، لن تحتاج إلى مسترة 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 ببحار هادئة مع شواطئ رائعة مع أجمل مشهد لغروب الشمس.

يمكنك الاستمتاع بالأنشطة الترفيهية في تلك الجزر أو حتى الاسترخاء بين أجمل مشاهد الطبيعة المذهلة. واعتمادا على ما إذا كنت تفضل مكان منعزل أو لا، نقتترح عليك الاختيار ما بين لنكاوي وجزر بيرهنتيان وجزيرة ريدانغ وجزيرة بانفكور.

الفوس في الشعاب المرجانية

تعتبر ماليزيا أحد الأماكن المثالية لاكتشاف الشعاب المرجانية الجميلة مع الطقس الاستوائي والبحار الدافئة حتى في فصل الشتاء، لذا لا داعي للقلق من انخفاض درجة الحرارة عند التخطيط للفوس ما بين البحار الفيروزية في شتاء ماليزيا، ولعل مواقع الفوس الموصى بها هي جزيرة بانفكور وجزر بيرهنتيان وجزيرة سيادان. إذا كان لديك شغف لاكتشاف الشعاب المرجانية في البحار، يمكنك أيضا تعلم الفوس عبر الاسترشاد بمدربين متخصصين.

استكشاف الغابات المطيرة

من كوالالمبور، فإننا نوصي بزيارة حديقة غابة كوالالمبور الاستمتاع بالشلالات تعتبر الشلالات التي تحتوي على برك طبيعية خاصة بها من أفضل الوجهات السياحية التي يمكنك زيارتها خلال رحلتك إلى ماليزيا في الشتاء، وهناك يمكنك التمتع بالاستمتاع بالشاهد الطبيعية الخلابة، كما يمكنك حتى قضاء ليلة من التخييم بالقرب من معظم الشلالات ... أو مجرد تسلق التلال للاستمتاع بمجموعة من المناظر البانورامية للغابات المطيرة.

يمكنك زيارة شلالات رينبو هانس (أحد الأماكن الساحرة المخفية في ماليزيا) وحديقة لامبير هيلز الوطنية وشلال سيفين وينس في لانكاوي وشلال دوريان بيرانجين. استمتع بالمغامرة في الكهوف تحدي نفسك واكتشف الكهوف الحجر الجيرية بماليزيا، حيث يتم توفير جولات كهفية ونهرية، بما في ذلك زيارة غوا تيمبورونغ في ابوهو التي تضم شلالات 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.

الكتائب الخبرة في برامج التطوع بالإضافة إلى التمتع بنسيم مشمس في ماليزيا، يمكنك أيضا المشاركة في برامج التطوع لتعلم مختلف الثقافات في ماليزيا، بما في ذلك الفن والتراث واللغة ونسب الحياة اليومية، بما في ذلك استكشاف أجزاء مختلفة من ماليزيا مثل بيتانغ، ملقا، 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 تحظى عطلة نهاية العام الباردة وهم بالاحتفال بعيد رأس السنة على الطراز الماليزي، مع الاستمتاع بالتسوق والعروض الحية وسط الاحتفالات المبهجة، ذلك جنبا إلى جنب مع تناول الأطباق الشهية الماليزية البسيطة التي تعد خصيصا في ليلة رأس السنة (مثل الكاري والساتي) اللحوم المشوية على الفحم)، فضلا عن ذلك فإن احتفالات رأس السنة الجديدة في هذه الدولة الرائعة ممتعة ومجملة كدول العالم الكبرى، بما في ذلك مشاهدة عرض الألعاب النارية دون العلق بشأن الرياح الباردة.

تنويع المحميات الطبيعية

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

السكان المحليين الودودون

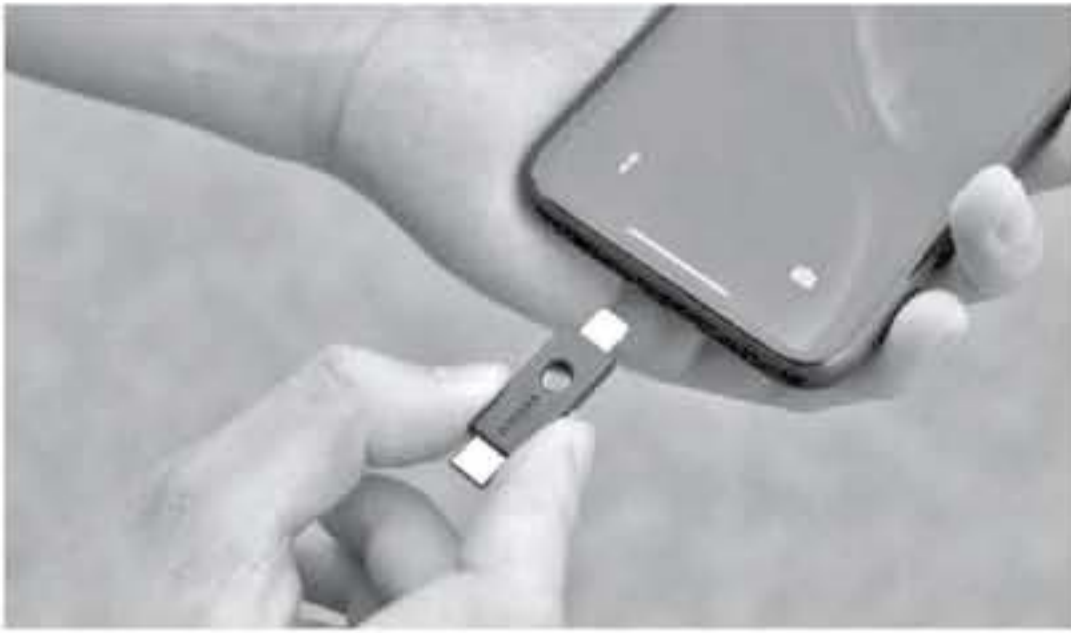
يعنى عزيزي المسافر التواصل مع السكان المحليين أحد أفضل التجارب المميزة لاكتشاف جمال ماليزيا، حيث يرحب السكان المحليين بالمشافرين إلى ماليزيا مع ابتساماتهم الدافئة والضيافة الرائعة، ما يضمن لك الاستمتاع برحلتك في هذا البلد الجميل بشكل كبير دون معوقات أو مشاكل وعلى الرغم من أن بعض هؤلاء السكان قد لا يتحدثون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

(المسافر العربي)



سلط عدسة كاميرة هاتفك على الباركود لتتري أخبار التكنولوجيا في الموقع الإلكتروني

إطلاق أول مفتاح أمان لأجهزة آيفون



ولا يعمل (YubiKey) مع أجهزة (iOS) في الوقت الحالي مع تطبيقات أو متصفحات أخرى، حيث يحتاج مطورو التطبيقات والمتصفحات إلى دعمه. وتقول Yubico، إنها تعمل مع مطوري آخرين من خلال برنامج مطور Yubico ويمكن للمهتمين بمفتاح (YubiKey) شراءه مقابل 70 دولاراً من موقع Yubico الإلكتروني. ويحصل جانب (USB-C) في (YubiKey) مع أجهزة ويندوز وماك عبر منفذ (USB-C)، وهو متوافق مع عشرات المواقع والخدمات مع قائمة متوفرة على موقع Yubico الإلكتروني. يدعم (YubiKey) بروتوكولات المصادقة المتعددة، بما في ذلك (IDO) و (WebAuthn) و (U2F) و (FIDO) و (OpenPGP) و (PIV) و (OTP) و (Password).

ويتميز (YubiKey) الجديد، الذي أعلنت عنه الشركة لأول مرة قبل شهرين، بمنفذ (Lightning) من طرف ومنفذ (USB-C) في الطرف الآخر. ويعتقد لذلك أنه يعمل مع أحدث أجهزة (iOS) وأجهزة (Mac) من آبل، باستثناء (iPad Pro)، لأنه غير متوافق مع جانب (USB-C) في الوقت الحالي. ويمكن للمستخدمين مع (YubiKey) زيادة أمان تطبيقات (Password)، و (Idaptive)، و (LastPass)، و (Okta)، و (Bitwarden)، و (Dashlane) باستخدام المصادقة المادية. ويعمل الجهاز أيضاً مع متصفح (Brave) لتطبيق (iOS) لتأمين عمليات مصادقة تسجيل الدخول لمواقع مثل تويتر، و (GitHub)، و (Bitbucket)، و (Password).

دبي - النوبة العربية للأخبار التقنية
أعلنت شركة Yubico، وهي الشركة التي تصنع مفاتيح الأمان المادية للمصادقة الثنائية، عن إطلاق مفتاح (YubiKey) المجهز بمنفذ (Lightning)، والتصمم للعمل مع أجهزة آيفون وآيباد من آبل. وتقدم Yubico منذ فترة طويلة أجهزة (YubiKey) بحيازات (USB-A) و (USB-C)، ولأجهزة الحواسيب الشخصية وأجهزة ماكنتوش والأجهزة المحمولة، لكن هذه هي المرة الأولى التي توفر فيها الجهاز بمنفذ (Lightning). ويُعد (YubiKey) بمثابة جهاز مادي للمصادقة الثنائية مصمم للعمل مع مئات الخدمات من أجل جعل عمليات تسجيل الدخول أكثر أماناً، وغالباً ما يكون أكثر ملاءمة من المصادقة الثنائية المتقدمة إلى البرامج، لأنه ليست هناك حاجة لإدخال رمز الحماية.

التكنولوجيا والأطفال.. نصائح تساعد الأهل يجعلها «صحية»



دبي - العربية نت
يصانف الكثير من الآباء وأولياء الأمور حيرة حول تعاملهم مع الأطفال بشكل صحي مع التكنولوجيا. كإنترنت والهواتف والألعاب التي تجعلهم موزعين مسافراً لأن يسبحوا أو يخاضوا في نهرين ناجحين. ووفقاً لما نشرته صحيفة "نيويورك تايمز"، لا بد من اتباع ضوابط محددة ونظام من بداية من بلوغ الأطفال سن عامين، حيث يقدم لهم فهمون الجهاز التوحي بشكل أفضل من بعض كبار السن، ووصولاً إلى سن الرافعة التي يتطلب منح بعض الحرية ولكن تحت عين الرافية. وأورد التقرير التوسع الذي نشرته "نيويورك تايمز" في ضوابط وخطوات عدة تساعد على جعل التكنولوجيا تعمل بشكل صحي. وهنجد لأفراد العائلة وقتاً مخصصاً مبرمجاً تتناسب مع مراحل العمر المختلفة. مراعاة التوازن يجب مراعاة تحقيق توازن دقيق عند وضع نظام لاستخدام أدوات التكنولوجيا والتواصل والإنترنت ولا توجد وصفاً واحدة لتحقيق النجاح في هذا الصدد، لكن كل أسرة لديها أسلوبها الخاص من خلال التجارب، وتتعهد كل عائلة عن الأخرى بأنماط وقيم أبوة وأعمومة مختلفة، وإنما يبقى معيار أساسي، بحسب عالم النفس الاجتماعي إدو أثار، وهو أنه "يجب تجنب قضاء الكثير من الوقت في التحديق السليبي على الشاشات، ولا يجب أن يكون وقت الشاشات (سواء هواتف أو جهاز لوحي) على حساب الوقت لممارسة النشاط البدني أو التواصل مع أمان حقيقيين". ويمكن وضع قواعد ثابتة للأوقات العالية من استخدام التكنولوجيا، مثل أوقات تناول الطعام وفي السيارة وفي الليالي المنسية. استخدامات غير صحية يتولى عالم النفس لاسار، الذي شارك في كتابة "تربية الأطفال للتوازن في عالم شديد الارتباط"، إنه يجب على الآباء ملاحظة ما سواجوهونه عند منع الاستخدام غير الصحي للتكنولوجيا. * شقوى الأطفال من الشعور بالقلق أو العاسية عندما لا يتمكنون من الوصول إلى التلوحي. * حدوث نوبات غضب أو مقاومة عنيفة عندما تقوم بوضع حدود زمنية لاستخدام الهاتف الذكي أو الجهاز اللوحي. * داخل بيت زمن استخدام التكنولوجيا وأوقات النوم والتمرن والاتصال وجهاً لوجه مع نسو الأطفال لتسقطون علاقاتهم الجديدة التي يمارسها أطفالهم.

«إل جي إلكترونيكس» تحصد أعلى الأوسمة من الجمعية الأوروبية للصورة والصوت عن أجهزة تلفازها

كما يجعل التلفاز إضافة خدمة للفرحة مهما كانت مساحتها. هذا ومثال لنماز NanoCellTM المزود بتقنية الذكاء الاصطناعي المعتمدة على منصة ThinQ. جائزة الجمعية من فئة أفضل تلفاز للمنزل الذكي، وذلك لأنه المبرر فيما يتعلق بجودة الصوت والصورة بفضل اعتماده على تكنولوجيا خلايا النانو المتقدمة، وتقنية Full Array Dimming التي تتحكم في وحدات الإضاءة الخلفية في كل وحدة على حدة إلى جانب اعتماده على الجيل الثاني من معالج "alpha"، حيث نالت تجربة المشاهدة المحسنة التي توفرها منصة ThinQ والتضمين المتكامل المساعد جوجل الصوتي ومساعد آمازون الصوتي الرقمي "أليكسا"، إعجاب لجنة تحكيم الجمعية. كذلك فقد نال كل من نظام تكبير الصوت طراز SLAYG ومكبر صوت XBOOM GO، جوائز الجمعية عن فئتي "أفضل مكبر صوت" و "أفضل مكبر صوت محمول" على التوالي، وذلك بفضل جودة الصوت الاستثنائية التي يوفرها الثيران، نتيجة لتعاون "إل جي" مع شركة ميريديان البريطانية للأجهزة السمعية. ويتعلق له بهذه المناسبة، قال رئيس شركة "إل جي إلكترونيكس" للتلفازات المتكاملة والترفيه المنزلي، براين كوكو، "بأننا نأخذنا بآثارنا المبتكرة وبإشادة مؤسسة مرموقة وموثوقة كالجمعية الأوروبية للصورة والصوت، ستواصل النمو والاستفادة من استثمارنا في الابتكار لتوفير حلول ذكية للترفيه المنزلي نسهم في تحسين حياة المستهلكين".



الأنباط - عمان
نالت شركة "إل جي إلكترونيكس" من جديد إشادة الجمعية الأوروبية للصورة والصوت، والتي تعد إحدى أرقى المؤسسات التحريية في عالم الإلكترونيات الاستهلاكية، منحة بما مجموعه 50 مطبوعة عالية متخصصة عبر 29 بلداً أوروبياً، وذلك بفضل أحدث ابتكارات التصميم والأداء المتكامل والقيمة المضافة لأحدث أجهزة "إل جي" للترفيه المنزلي، متمثلة على التلفاز OLED طراز E8 قياس 65 بوصة، وتلفاز NanoCellTM طراز SM900 قياس 65 بوصة، ونظام تكبير الصوت طراز SLAYG فضلاً عن مكبر صوت XBOOM GO طراز PKv. ويمكن لتلفاز OLED المزود بتقنية الذكاء الاصطناعي من تعزيز جودة الصورة عن فئة أفضل لتلفاز بتقنية OLED، مما يجعل هذا العام العام الثامن على التوالي الذي تحصل فيه أجهزة تلفاز "إل جي" على المركز الأول ضمن هذه الفئة. ويعتمد تلفاز OLED من "إل جي" طراز E8،

جهاز قابل للارتداء يحفز عقلك لتحسين الذاكرة!

سهل الاستخدام يتوفر برزها 5 دولارات، ويستكشف جهاز Humm الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 50 عاماً والذين يدرسون أو يقرأون مواد غير مأثورة أو يتعلمون مهارات جديدة. وتوفر تقنية Humm دعم قوية للتعلم الأمامية للدماع من خلال الجهاز الذي يوضع على الجبهة، بحيث يمتد نبضة كهربائية صغيرة ثم ضبطها بدقة تمتد في جميع أنحاء الدماغ. ويساعد ذلك على الاتصال مؤقثاً وتهيئة أجزاء أكثر من الدماغ لمعالجة المعلومات الجديدة، مما يحسن على الفور من ذاكرة العمل - حيث يحتفظ دماغك مؤقثاً بالأرقام والأسماء والحقائق الأخرى - والقدرة على التعلم، وتستمر التأثيرات بعد ذلك لمدة ساعة ونصف. ويتوفر الجهاز القابل للارتداء الجديد من Humm للطلب المسبق الآن من خلال موقع الشركة على الويب، مع موعد التسليم في أوائل عام 2020.



أي شخص تقريباً، وبخلاف الأجهزة الأخرى المصممة لتحسين أداء النوم أو الرياضة، والتي قد تكلف ما يصل إلى 10 آلاف دولار لتسليم بحثي مخبري أو 500 دولار لإصدار المستهلك فإن جهاز Humm الجديد

دبي - النوبة العربية للأخبار التقنية
أعلنت شركة Humm عن جهاز قابل للارتداء - يوفر لك تحفيزاً عصبياً - لتدريبه لمدة 15 دقيقة يومياً لتحسين ذاكرتك وزيادة سرعة التعلم لديك. وقالت الشركة، وجد الباحثون تحسناً بنسبة 20 في المئة في حجم المعلومات التي يمكن للمشاركين الاحتفاظ بها في ذاكرتهم العملية لمدة ساعات مقارنةً بالمشاركين الذين تم إعطائهم العلاج التقليدي. كما كان المعدل التعليمي أسرع بمقدار 120 مرة من العلاج البديل بعد جلسة استمرت 15 دقيقة مع الجهاز القابل للارتداء. وتأسس Humm من قبل أطباء الجهاز العصبي على مواصلة التعلم طوال حياتهم، حيث يمكنك وضع جهاز التحفيز العصبي على جبهتك،

سامسونج ومايكروسوفت تعززان شراكتهما الاستراتيجية لتوفير تجارب استخدام موحدة عبر الأجهزة المتنقلة

تعزيز الإنتاجية بشكل سلس عبر مختلف الأجهزة يستخدم المستهلكون عادة أجهزة متعددة لأغراض أعمالهم، كما أن الحاجة لوجود اتصال أفضل وأسهل عبر جميع الأجهزة باتت أمراً ضرورياً. وفي وقتنا الحالي، يفضل المستخدمون في معظم الأحيان إلى تفضيح تجربة استخدامهم عبر الأجهزة، حيث يلجأون على مستخدمي جهاز الكمبيوتر أن يتطعموا تجربة البث ليشتقوا هواتفهم أو يستخدموا تطبيقات المراسلة لإرسال الصور أو مقاطع الفيديو أو نقل الملفات إلى أجهزة الكمبيوتر الخاصة بهم. لذلك يرغب المستهلكون الآن بعالم متصل تتم فيه مزامنة محتوهم تلقائياً حتى يتمكنوا من إنجاز أي عمل باستخدام جهاز واحد. وبإيجاد العمل ذاته على جهاز آخر بعضهم، بدون أي عتاء.

وقال دي جي كود، الرئيس والمدير التنفيذي لتقسيم تكنولوجيا المعلومات والاتصالات المتكاملة في شركة سامسونج للإلكترونيات، "في الوقت الذي نشهد فيه تحولات كبيرة على مستوى القطاع، نتطلع لنا أجهزةنا الشخصية الاستمتاع بتجارب سلسة ومستمرة وأكثر اتصالاً أيضاً ذاتياً. وبمساهم التعاون المتكامل، مثل شراكتنا الرائدة مع شركة مايكروسوفت، في نشود عصر جديد كلياً من تجارب استخدام الأجهزة المتكاملة. ومع تحول التثنيات الجديدة مثل الجيل الخامس إلى واقع ملموس، ستعبر شراكتنا دوراً مهماً في مساعدة الناس على عيش نمط حياة أكثر مرونة وكفاءة". وعن جهته قال سالتيا ناي، الرئيس التنفيذي لشركة مايكروسوفت، "نتمتع كل من مايكروسوفت وسامسونج بتاريخ طويل من الابتكار والتعاون، وتمثل شراكتنا هذه بداية مرحلة جديدة من التعاون لتحقيق أهدافنا وطموحاتنا المشتركة المتمثلة بتزويد الناس أيضاً كانوا ليكونوا أكثر إنتاجية عبر أي جهاز يستخدمونه من خلال الجمع بين تجاربتنا الذكية والقدرة أجهزة سامسونج القوية والجديدة،

الأنباط - عمان
أعلنت شركة سامسونج للإلكترونيات اليوم عن المرحلة التالية في شراكتهما الاستراتيجية طويلة الأجل مع شركة مايكروسوفت لتوفير تجارب إنتاجية سلسة وموحدة عبر مختلف الأجهزة والتطبيقات والخدمات، والتي جانباً ميزة التكامل الحضوري مع تطبيقات مايكروسوفت في هاتف Galaxy Note 10 الجديد، سيكون لدى المستخدمين الآن طريقة بسيطة للعمل بشكل سلس عبر هواتفهم الذكية وأجهزة الحاسوب الشخصية، بينما يقدم حاسوب Galaxy Book S تجربة جديدة تماماً في مجال الحوسبة المتكاملة بفضل قابلية التثفل المبردة والقدرة الأداء الثالثة من الجيل الثاني، وتستمر الشراكة الاستراتيجية بين الشركتين بالتوسع من خلال تحقيق أفضل استفادة من مميزات Windows على حد سواء، حيث تعمل كل من سامسونج ومايكروسوفت على الاستفادة من الحوسبة السحابية والذكاء المتقدم لتزويد المستهلكين بتجارب متكاملة خلية ونسبة في عصر الجيل الخامس.

أول معلومات عن سعر لينكون نافيجيتور 2020 المحدث



Black Label 2020 نسخة
بينما من 98.065 دولار أمريكي
أي ما يعادل 367.743 ريال
سعودي ، لتشكل زيادة قدرها 375
دولار أمريكي أي ما يعادل
1.406 ريال سعودي .
وأخيراً سيبداً سعر نافيجيتور
موديل 2020 ذات قاعدة المحركات
الطويلة من 101.265 دولار
أمريكي أي ما يعادل 379.743
ريال سعودي .
كانت هذه المعلومات صحفية
أولية متعلقة بسعر لينكون
نافيجيتور 2020 المحدث ، حان
لتوفر لدينا معلومات رسمية عن
سعر هذه السيارة في أسواق الشرق
الأوسط سنودكم بها على الفور إن
شاء الله .

التسليم من 77.120 دولار
أمريكي أي ما يعادل 289.200
ريال سعودي لتسختها القياسية
، مما شكل زيادة في التسليم قدرها
2.620 دولار أمريكي أي ما يعادل
9.825 ريال سعودي مقارنة مع
سعر نافيجيتور 2019 .
ومن الجانبات الأخرى انخفض
سعر نسخة Reserve من طراز
لينكون نافيجيتور 2020 ، كيبداً
لن هذا الاصدار بشكل عالمي من
85.330 دولار أمريكي أي ما
يعادل 319.987 ريال سعودي ،
أقل بمقدار 1.170 دولار أمريكي
أي ما يعادل 4.387 ريال سعودي
من سعر لينكون نافيجيتور
Reserve 2019 .
أما نحن لينكون نافيجيتور

دبي - عرب جي تي

ستحدث اليوم ولأول مرة عن
سعر لينكون نافيجيتور 2020
المحدث التي سبق وعرفنا على
التحديثات التي حصلت عليها في
خير سابق .
وقبل كل شيء نود تذكيركم
أن سيارة لينكون نافيجيتور -
Lincoln Navigator
تتألف من 3 نماذج : كاديلاك اسكاليد
، و لكزس LX 570 ، و الفينيتي
QX80 ، و مرسيدس GLS ، و
بي إم دبليو X7 .
وقد لنا تم نشره على موقع
CarsDirect سيبداً سعر
لينكون نافيجيتور 2020 في
الأسواق العالمية مع احتساب رسوم

«جاكوار لاند رووفر» تطور تجربة غامرة ثلاثية الأبعاد داخل السيارة من خلال شاشة الزجاج الأمامي



الأنباط - دبي

تقوم شركة جاكوار لاند رووفر ، بتطوير الجيل التالي من التكنولوجيا الخاصة بشاشة الزجاج الأمامي ، والتي يمكنها أن تعرض معلومات مباشرة خاصة بالسلامة أمام السائق ، كما تتبع لشركاء بنت أفلام ثلاثية الأبعاد مباشرة من مقاعدكم كجزء من مستقبل لشركاء المركبات والتشغيل الآلي .
ويعمل المهندسون الآن على شاشة متطورة ثلاثية الأبعاد للزجاج الأمامي لعرض تحذيرات السلامة ، مثل مغادرة حارة السير ، أو رصد خطر محتمل ، أو إرشادات خرائط الأرقام التساهبية ، وللتخفيف من أثر الرؤية الضعيفة ضمن الإضاءة أو ظروف الطقس السيئة ، وسيضيف الواقع المعزز إحساساً بالعمق إلى الصور من خلال إظهار الرسائل بشكل مباشر على الطريق .
وأظهرت دراسات مجرأة في ألمانيا أن استخدام الشاشات الجسمة ثلاثية الأبعاد في السيارات يمكنه أن يحسن توقيت الاستجابة للتعليقات التي تظهر فجأة وتزيد من جودة تقدير العلق أثناء القيادة .
وبع الاستشعار ، يمكن استخدام هذه التكنولوجيا المتقدمة من قبل الركاب كشاهدة الأفلام ثلاثية الأبعاد ، حيث تقوم تكنولوجيا تعقب الرأس والعين بتتبع موقع المستخدم لضمان قدرته على مشاهدة الصور ثلاثية الأبعاد دون الحاجة لشاشات منفصلة أو النظارات المساعدة المستخدمة في دور السينما .
وبع المستقبل الغائم على التشغيل الآلي

سيارة جيب رانجر الجديدة تحصل على تعديل خارجي اقتصادي

دبي - عرب جي تي

جيب رانجر 2019 في الصور المرئية ضمن هذا الخبر .
وبعيداً عن حديثنا المتعلق بالتعديلات الرئيسية على واجهة سيارة جيب رانجر موديل 2019 الجديدة بالكامل ، نود تذكيركم أن هذا العنصر يتوفر بأصنافين : سيارة 1 أبواب ، وسيارة 5 أبواب ، ومن الممكن طلب رانجر JL مع سقف قماش يتم إزالته بشكل أو أوتوماتيكي في 20 ثانية .
ميكانيكياً تتوفر سيارة جيب رانجر الجديدة بهذه الخيارات من المحركات :
محرك 4 اسطوانات بقوة 2000 سي سي مع تيربو يصد عنه 268 حصان و 110 كيلوات من عزم الدوران ، غير متوفر في أسواق الشرق الأوسط .
محرك 6 اسطوانات على شكل حرف V بقوة 2900 سي سي يولد قوة تصل إلى 241 حصان و 237 كيلوات من عزم الدوران .
وتتصل كلا الخيارين من المحركات مع فير زد اف -ZF بوتوماتيكي من 8 سرعات ، ولا تتوفر رانجر 2019 في أسواق الشرق الأوسط مع فير عادي التبدل من 6 سرعات .
2014 jeep wrangler
الإشارة إلى أن سعر جيب رانجر 2019 في السوق الاماراتي يبدأ من 38.900 دولار أمريكي أي ما يعادل 142 ألف درهم اماراتي .
شاركوا رأيكم بالتعديلات البسيطة على واجهة سيارة جيب رانجر الجديدة .

سبق ونشرنا عدة تقارير عن سيارة جيب رانجر الجديدة بالكامل التي تحمل مسمى رانجر JL ، ونحن نتحدث أزماتنا عن سيارة رانجر 2019 التي تمثل الجيل الرابع والأجدد من أسطورة سيارات الدفع الرباعي ، حيث وفرت شركة Oracle Lighting تعديلات شكلية خارجية على الواجهة الأمامية لكلا من مركبتي سيارة جيب رانجر بجعلها الجديد (ومن الممكن إضافتها على رانجر القديمة) .
وبهذا ، جيب جلايتور ، وحملت هذه الحزمة من التعديلات اسم Vector ProSeries وتشتمل على:
غير الشبك السيارة الأمامي .
التفاصيل المتوفرة لدى فريقنا في عرب جي تي أشارت إلى أن تكلفة هذه الحزمة من التعديلات الخارجية لواجهة سيارة جيب رانجر الجديدة تبلغ 819,99 دولار أمريكي أي ما يعادل 3.172 ريال سعودي .
وتشتمل هذه الحزمة من التعديلات على شبك السيارة الأمريكية حصول رانجر على خط معدن من أضواء LED من نوع المسابيح الأمامية ذات التصفين الداخلي المزدوجة الجديدة وبشكل حول القسم العلوي من الشبك ، كما يوجد مصابيح دائرية صغيرة مزودة أيضاً على كل جانب أسفل المصابيح الرئيسية .
لا تشتمل حزمة التعديلات على العجلات الضخمة التي حصلت عليها

وتحسن القيمة الاقتصادية لأصنامنا .
وتشكل أبحاث الجيل التالي من شاشة الزجاج الأمامي جزءاً من تطوير رؤية "المصورة الذكية" في جاكوار لاند رووفر ، والتي تعني تطبيق التقنيات التكنولوجية التي توفر مساحة مخصصة بشكل شخصي داخل المركبة ، سواء بالنسبة للسائق أو لركابها من خلال الميزات الخاصة بتحسين الأمان والترفيه والملاحة ، كجزء من مستقبل لشركاء المركبات والتشغيل الآلي .
ولندعم هذه الجهود مجتمعة التقدم نحو "الوجه صفر" ، التي تمثل طموح شركة "جاكوار لاند رووفر" بجعل المجتمعات أكثر أماناً وصحة وجعل البيئة أنظف وتركز الشركة من خلال الابتكار المتواصل لتحقيق توافق منتجاتها وخدماتها مع طبيعة العالم المتغيرة بشكل سريع . على الوصول إلى مستقبل فيه ضمانات ، وصفر حوادث ، وصفر الإحباط .

يتقدم بشكل سريع ، سيأخذ هذا المركز أفضل التكنولوجيا المتوفرة ويساعدنا على تطوير تطبيقات لها نلائم لقطاع السيارات ، لا توفر هذه التكنولوجيا تجربة أكثر ثراءً لعملائنا فقط ، ولكنها أيضاً جزء من خطة "الوجه صفر" ، حيث تساعدنا على التقدم نحو مستقبل أكثر أماناً وحداثة وذكاء للجميع .
ومن جانبه قال البروفيسور داينغ شو ، مدير مركز الأجهزة والحساسات الضوئية ومدير مركز علوم الضوئيات والإلكترونيات المتقدمة ، "هذا البرنامج له أهمية كبيرة في تطوير مساحات الواقع الافتراضية ، حيث تدرس المفاهيم والتقنيات التي ستترجم ملامح السيارات المستقبلية القائمة على الاتصال والتشارك والتشغيل الآلي .
شركاء مركز علوم الضوئيات والإلكترونيات المتقدمة زواي غايلون وأصحاب قيمة كبيرة في شبكة التوريد ، ولماوتهم معنا يتبع لنا فرصة فريدة كي نترك أثراً أكبر على المجتمع

التمام ، ستتيح الشاشات ثلاثية الأبعاد للمستخدمين تجربة مصممة شخصياً وتسمح لمن يتشاركون المركبة باختيار البرنامج الترفيهي الخاص بكل منهم بشكل منفصل . وسيكون الركاب المتعدون الذين يتشاركون الرحلة قادرين على الاستماع بما يختارونه من الوسائط المتعددة ، بما فيها تفاصيل الرحلة أو معالم الطريق الهامة أو الأفلام ، وتبينتها بما يناسب مكان جلوسهم . ويركز البحث الجري بالشراكة مع مركز علوم الضوئيات والإلكترونيات المتقدمة في جامعة كاليفورنيا على تطوير شاشة زجاج أمامي شاملة ، تغارب تجربة الحياة الواقعية وتسمح للسائقين أن يستجيبوا بشكل طبيعي للمساحات والأحداث المتأخفة .
وقال فاليريان ميجيريغ ، الباحث في مجال اللوحات البشرية الآلية وشاشات الزجاج الأمامي في جاكوار لاند رووفر ، "ل تطوير الواقع الافتراضي والواقع المعزز

سيارة جيهس بوند قديمة تباع بسعر يعادل شراء 106 نسخة من كورفيت 2020

دبي - عرب جي تي

والتحيز في أغلى سيارة استون مارتن DB5 تباع في مزاد علني حتى الآن أنها أول سيارة صنعت من هذا الطراز ، كما أنها تعتبر واحدة من سيارتين قامت شركة الإنتاج Fon Productions بشراؤها من أجل فيلم Thunderball ، وتعتبر أيضاً واحدة من أصل 4 سيارات DB5 التي باعها التي ظهرت في فيلم جيمس بوند Thunderball و Goldfinger .
وتتميز بألوان خاصة تتلصق مدفع رشاش ، وزجاج مقاوم للرصاص ، ومعدن أمان مثل وغيرها من المواصفات العجيبة .
مقاعد استون مارتن القديمة قامت هذه السيارة بالمشافي بحول ترويجية لفيلم العميل السري قبل أن يملكها جامع السيارات الكوردي أنتوني بامفورد ، الذي قام لاحقاً ببيعها إلى مالك متحف سوكو مارتون كار في جنيف ، وبقيت معروضة في المتحف لمدة 35 عاماً قبل أن تباع في مزاد علني خلال عام 2016 ، ومن ثم حصلت السيارة الكلاسيكية على عملية ترميم شاملة في سويسرا قبل أن تباع مؤخراً مرة أخرى . هل لتسحق سيارة جيمس بوند قديمة أن تباع بسعر يعادل شراء 106 نسخة من كورفيت 2020 ، مع العلم أن سعر كورفيت الجديد يبدأ من 29.995 دولار أمريكي أي ما يعادل 111.981 ريال سعودي .

تم بيع سيارة جيمس بوند قديمة مؤخراً خلال مزاد علني مقابل ثروة هائلة تعادل تكلفتها شراء 106 نسخة من طراز كورفيت 2020 كورفيت 2020 الجديد بالكامل !!!
تحتل تحتل في هذا الخبر أزماتنا بالتحديد عن السيارة البريطانية استون مارتن دي بي 5 - Aston Martin DB5 التي شاركة في بطولة فيلم العميل السري جيمس بوند Thunderball خلال عام 1965 .
بيعت سيارة جيمس بوند قديمة مقابل مبلغ 1,785,000 دولار أمريكي أي ما يعادل 6,785,000 ريال سعودي في مزاد RM Sotheby's خلال نهاية الأسبوع الماضي ، لتسحق بذلك أعلى سيارة استون مارتن DB5 تباع في المزاد .
bond car التوقعات ترجح أن تباع سيارة العميل السري في أحد أقلامه القديمة مقابل مبلغ مالي يتراوح بين 1 مليون دولار أمريكي أي ما يعادل 3.6 مليون ريال سعودي صوداً مليون دولار أمريكي أي ما يعادل 12,6 مليون ريال سعودي ، ولكن هذه السيارة سجلت ضمن أعلى من ذلك .
ومن الجدير بالذكر إلى أن آخر سيارة استون مارتن DB5 بيعت قبل سيارة جيمس بوند قديمة هذه كان في عام 2010 وتم بيعها مقابل 1,7 مليون دولار أمريكي أي ما يعادل

داخلية كيا موهافي 2020 الجديدة كلياً تظهر في أول صور لها

دبي - عرب جي تي



زودناكم أزماتنا بأول مجموعة من الصور الرسمية لسيارة كيا موهافي 2020 الجديدة بالكامل ، اليوم سنتطرق إلى هذه الأتوم صورة وحيدة تكشف عن شكل داخلية كيا موهافي 2020 في جيلها التالي .
وبع البداية نود تذكيركم أن طراز كيا موهافي - Kia Mohave ، الذي يحل محل Borrego ، يمثل فئة سيارة SUV عائلية مزودة بـ 3 صفوف من مقاعد الركاب أصغر حجماً من شقيقتها الجديدة بالكامل كيا تيورايد 2020 .
والآن لتتركز حديثنا حول الصورة الجديدة التي وضحت ملامح داخلية كيا موهافي 2020 الجديدة كلياً ، يبدو أن كابتة السيارة الكورية القادمة بجيل ثاني جديد بالكامل حصلت على ملامح لتسوية مستمدة من أحدث سيارات كيا والتحديث سيارة كيا كوريس 2019 ، ومن الواضح لنا أيضاً أن مقصورة أبعد سيارات كيا 2020 رحية جيداً ومتناسقة لتكونها خاصة بسيارة عائلية عملية الاستخدام .
تظهر الصورة المرئية ضمن هذا الخبر ، الكوة الجديدة مع الخراف الحشبية وشباب الأتوم التي حصلت عليها موهافي الجديدة بالكامل من الداخل ، ويبدو أن شكك لم يحل كيا موهافي على أحدث سيارتها المرئية عن الأرض من ناحية تزيينها بمواصفات تتسمن

بالى سيارات كيا موهافي تحديده به مصابيح ذات تصميم عسري لتعطيها تصميم عملي هوية الشبك الذي يتوسطه اسم Mohave وليس شعار كيا ، أسفلهم صادم عرض يحوي أسماء شيايب وتمت تهبوية وشباب من الأتوميبوم ، من الجوانب حصلت السيارة على أغطية مرابيا جانبية والقواسم تجلات بارزة أسفلها جنوط جديدة وهناك عتبات أبواب بارزة ، من الخلفي تكتمل الهوية التساهبية المميزة التي جعلتها

شاملة هيأس 1123 التي تنظم الترفيه والمعلومات ، مقاعد كورديية ، ونظام صوتي فاخر ، والعديد من مفاخذ USB ، وشاحن لاسلكي للهاتف الذكي ، ونظام التحكم بالناح يتطقتين ، وغيرها من الإضافات .
يجدر الإشارة على أن سيارة كيا موهافي الجديدة بالكامل حصلت على هوية تصميم خارجية جديدة بالكامل ، لتشتمل على تصميم أمامية تشم شيك جديد بالكامل مختلف عن

دليل ميوزك - Apple Music بشكل مدح مع نظامها الترفيهي ، مما يتيح لركاب أحدث سيارات بورش الوصول إلى أكثر من 80 مليون أغنية بدون إعلانات مزعجة ، كما ستعاون شركة بورش الألمانية مع شركة اير الأمريكية لتوفير برامج تشغيل أمان حساسة لكلي سيارات بورش لكربان 2020 .
والتفاصيل المتوفرة تشير أن هذه السيارة ستحصل على 3 سنوات من الأمان داخله كموافقة فيها ، 10 أشهر مجانية من ابل ميوزك .

لوحة قيادة سيارة بورش تايجان 2020 تظهر بكل وضوح

دبي - عرب جي تي

بطرايات ليونارد بيون بقتة 90 كيلواط ، وستعمل بورش تايجان 2020 بنظام دفع كلي للتحملات التسارع من 0 إلى 100 كم/س خلال مدة أقل من 3.5 ثانية وستعمل إلى سرعة 200 كم/س بأقل من 10 ثانية ، كما ستتمكن هذه السيارة الكهربائية من قطع مسافة تزيد عن 800 كم بالشحنة الكهربائية الواحدة . من المتوقع أن تصل سيارات بورش تايجان 2020 إلى الأسواق العالمية قبل انتهاء عام 2019 الجاري إن شاء الله .

كما لوضح لنا صورة لوحة قيادة سيارة بورش تايجان 2020 الجديدة بتصميم مفود السيارة المستمد من سيارة بورش 911 الجديدة .
ستأتي السيارة الكهربائية مع وضعيات القيادة وهي Normal / Sport / Sport- Individual / Range .
وكما تعلمون سبق وعهدت شركة بورش الطريق لأولى سياراتها الكهربائية الإنتاجية تايجان من

الأمريكية تسلا موديل اس - Tesla Model S ، قبل أن يتجهجها زميلنا سيبداً شعاعاً حلبة دبي فزودوم أبحاث على ممتها تحديرات سرعة القيادة ، مجموعة كبيرة من السيارات العديدة .
تلك أول صورة رسمية خاصة ب لوحة قيادة سيارة بورش لكربان 2020 الجديدة بالكامل عند من المواصفات التي ستمتلكها أول سيارات بورش الكهربائية الإنتاجية ، هذه السيارة المتطورة القادمة ستكون أول سيارة إنتاجية في العالم مزودة

حصلنا على أول صورة رسمية تكشف عن ما تبدو عليه لوحة قيادة سيارة بورش تايجان 2020 الجديدة كلياً القادمة ، صاهية لكث أول سيارة كورديية بالكامل ستلتحقها شركة بورش الألمانية ، ولن 3 معالم سيده . يوم 1 سبتمبر القادم إن شاء الله على إطلاق سيارة بورش تايجان - Porsche Taycan بعد سنوات من الانتظار لهذه السيارة التي ستلتحق بالتحديد السيارة

الأمريكية تسلا موديل اس - Tesla Model S ، قبل أن يتجهجها زميلنا سيبداً شعاعاً حلبة دبي فزودوم أبحاث على ممتها تحديرات سرعة القيادة ، مجموعة كبيرة من السيارات العديدة .
تلك أول صورة رسمية خاصة ب لوحة قيادة سيارة بورش لكربان 2020 الجديدة بالكامل عند من المواصفات التي ستمتلكها أول سيارات بورش الكهربائية الإنتاجية ، هذه السيارة المتطورة القادمة ستكون أول سيارة إنتاجية في العالم مزودة

ملف خاصة كبيرة
هاتفك على البراد
لترى أخبار الرياضة
في تولى الإلكتروني



انطلاق فعاليات دورة الإعداد البدني لهدربي حراس المرمى

الأنباط - عمان

انطلقت فعاليات دورة الإعداد البدني لهدربي حراس المرمى في الأندية الأردنية.

والتي ينظمها اتحاد كرة القدم، على ملاعب البوثلو في مدينة الحسين للشباب.

المسبب الخليل، مدرب حراس مرمى المنتخب الوطني الأول أليكس فيشل، وبمعاونة خلدون ارشدات، حيث يشارك في الدورة ٢٢ هدرباً ومدرباً.

الامير علي يهنئ منتخب الشباب بعد الفوز على فلسطين

الأنباط - عمان



بارك الامير علي بن الحسين، رئيس الاتحاد الأردني لكرة القدم، الفوز الذي حققه منتخب الشباب على نظيره الفلسطيني ٢-٠، مساء اول امس الخميس، بافتتاح مشواره بطولة غرب آسيا الاولى.

تكلل بالفوز في مشواره بالبطولة، ووفقا للموقع الرسمي للاتحاد الأردني، لفت صوبير إلى تأكيد الأمير علي، على أهمية المشاركة وإنجاح بطولات غرب آسيا، متمنياً مواصلة العمل بنفس المستوى، ليبلغ الجاهزية المطلوبة قبل التصفيات الآسيوية.

الجزيرة يهزم فريق كامبروني بنتيجة كبيرة ودياً

الأنباط - عمان



تغلب فريق الجزيرة على فريق كولومبيا الكامبروني بنتيجة ٨-٠، في المباراة الودية التي جمعتهما مساء الخميس، على هامش معسكره التدريبي في تركيا.

ويواصل الجزيرة تحضيراته في تركيا، للوصول إلى الجاهزية المطلوبة.

مواجهته الخميس المقبل بمواجهة الجهاز الكويتي.

حيث سيكمل معسكره بمواجهة فريق المريخية القطري الاثنين المقبل، ويختتم

الوحدات يتعاقد مع لاعب صاعد



الأنباط - عمان

تعاقد نادي الوحدات مع اللاعب الشاب ابياد طمليه (٢٠) عاماً لمدة ثلاث سنوات ويشغل طمليه مركز قلب الدفاع، وجاء التعاقد معه بناء على ما قدمه من مستوى مميز خلال الفترة التدريبية مع الفريق الأول.

في نادي شاختر دونستيفك الأوكراني، حيث تقرب مع هذا النادي العريق لمدة ١٠ سنوات في فرق الفئات العمرية. ويدرس طمليه هندسة المعادن في أحد الجامعات الأوكرانية وحضر حفل التوقيع نائب الرئيس عصاب خليل وأمين السر عوض الاسمر ومدير نشاط كرة القدم زياد شلباية ومدير الفريق الأول مروان الشمالي إلى جانب والد اللاعب.

فوز رديف الوحدات على أبناء البادية ودياً



الأنباط - عمان

تغلب الفريق الرديف للوحدات على نظيره أبناء البادية بنتيجة ٤-٣، في الموقعة الودية التي جرت على ملعب النادي في منطقة عمدان بحضور نائب رئيس النادي عصاب خليل ومدير نشاط كرة القدم زياد شلباية وإدارة الفريق الضيف.

المضفي ركلة جزاء ثانية احتسبت للفريق الرديف. الفترة الثانية شهدت إضافة الوحدات للهدف الرابع عن طريق حمزة مرهسي قبل أن يسجل أبناء البلدية هدفين لتنتهي المباراة وحيدة بنتيجة ٤-٣. وتابع الجهاز الفني للفريق الأول بقيادة الكابتن عماد الله ابو زرع هذه المباراة الودية، ويحرص (البرنس) على حضور المواجهات الودية للفريق الرديف بهدف الحصول على تصور كامل عن مستويات اللاعبين الشباب كافة قبل إضافة أي منهم لكافة الفريق الأول.

شباب الاردن يتغلب على الاولمبي تحضيراً للبطولة العربية

الأنباط - عمر الزعبي



تغلب فريق شباب الاردن ودياً على منتخبنا الاولمبي لكرة القدم، في اللقاء الودي تحضيراً للبطولات للمحطات الرسمية المقبلة.

ورغم الظروف الصعبة، أكد الحديب بأن لاعبيه سيقدّمون كل ما لديهم وأن يمتلكوا الاردن خير ممثل، ويعملون على تحقيق مفاجأة، مع حامل لقب النسبة الاخيرة من البطولة.

بطولة تشييطية للفئات العمرية في الجولف

الأنباط - عمان

يقيم الاتحاد الأردني للجولف، بطولة تشييطية للفئات العمرية، وذلك مساء اليوم في ميدان (المرابيح رينج) بملعب البشائر في عمان.

وتتم اشراك العديد من لاعبي المنتخب الوطني بهدف إعطاء البطولة طابع أكثر تنافسية خاصة وأن ١٧ مشاركاً لم يحضروا بمشاركات في بطولات رسمية وهم من التضمين حديثاً إلى ممارسة رياضة الجولف وبالتالي ضمن استراتيجيات الاتحاد بتوسيع القاعدة وزيادة انتشارها خاصة عند الأطفال وطلاب المدارس.



فضلت الفيصلي على الاحتراف الخارجي

الأنباط وكالات

قال المهاجم الأردني، صدي الفراء، اليوم الجمعة، إن انضمامه إلى الفيصلي يشكل نقلة نوعية مهمة في مسيرته.

تكن لم أشارك سوى لدقائق، ومع ذلك أتمنى التوفيق للشباب بالمرحلة المقبلة، وأتارهن بالإشارة في أي وقت... وواصل، أطمح للتتويج بلقب هداف الدوري مع الفيصلي، والمساعدة في إحراز كأس الاتحاد الآسيوي، في حال لم تتأهل لدوري أبطال آسيا.

بغيري من اللاعبين، لا أعرف الأسباب.

ليفربول والارسنال ابرز مواجهات انجلترا

لندن - وكالات



أرسنال (1-0) و(3-1) في ليفربول، في وجود المدرب أرسين فينجر، لكن هناك حالة من الشكوك تحيط بالنادي بعد فترة الانتقالات متسرة وترك الإسباني داني سيبايوس، المعار من ريال مدريد، بصمته كما جاءت بداية المدافع البرازيلي ديفيد لويز قوية، وأحاطت ضجة كبيرة بانضمام الجناح نيكولاس بيبي

الذي يمكنه صناعة الكثير للمهاجمين البارزين ألكسندر لوكازيت وبيير إيسيريك أوباميانج، ولم يشارك بيبي، القادم من ليل في صفة أساسية لأرسنال مقابل 72 مليون جنيه إسترليني (87 مليون دولار)، في التشكيلة الأساسية حتى الآن لكنه أظهر إمكاناته في مشاركته كبديل في الفوز 2-1 على بيرنلي.

سيواجه الفريقان الوحيدان، اللذان يفتان سجلاً متانياً في الموسم الجديد للدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم، مساء اليوم السبت، عندما يحل أرسنال في ثوبه الجديد، ضيفاً على ليفربول في مباراة ستوضح مدى تطور النادي اللندني، ضمن الجولة الثالثة من البريميرليج.

ويبدأ فريق المدرب أولي إيمري، الموسم بقوة بانتصاره على مستضيفه نيوكاسل يونايتد، ثم على ضيفه بيرنلي، لكنه ليس بحاجة للنظر إلى الماضي البعيد لدرجة أنه سيخوض اختياراً مختلفاً، في ديسمبر / كانون أول، وخلال الحديث عن التطور في الموسم الأول، تحت قيادة إيمري، تعرض أرسنال لهزيمة مخجلة 1-0 في أنفيلد، أمرز خلالها البرازيلي روبرتو فيرمينو 3 أهداف.

وكانت مباراة أرسنال أوضحت مدى تأخر الفريق القادم من شمال لندن عن المتنافسين الحقيقيين على اللقب، وكانت الحلقة الأخيرة في مسلسل التسوق المدوي في أنفيلد، وقبل هذه المباراة خسر

نيمار يكسب نجوم البرشا



برشلونة - وكالات

برشلونة، لأن مارتونيو لم يقدم حتى الآن عرضاً مقنعاً لإعادة نيمار إلى ملعب الكامب نو، وأوضحت أن نيمار أخير زملاءه السابقين بأن أفضل عرض تم تقديمه لسان جيرمان كان بقيمة 110 مليون يورو، في حين أن النادي الباريسي يطلب 250 مليون يورو، وكشف أن مارتونيو سبق أن أعطى لاعبي برشلونة وعداً في نهاية الموسم الماضي، بأنه سيعيد نيمار إلى النادي الكتلوني مرة أخرى.

أكد تقرير صحفي إسباني، أن البرازيلي نيمار لا سيقا نجم باريس سان جيرمان، لتسبب في فنتنة داخل جدران برشلونة، ووفقاً لصحيفة "ماركا" الإسبانية، فإن اللاعبين الكبار في برشلونة غاضبون من رئيس النادي، جوسيب مارييا مارتونيو، بسبب صفقة نيمار، وأشارت إلى وجود اشتباه داخل غرف ملابس

وليامس وشارابوفا لقاء العراق



أمريكا - وكالات

الأخيرة بداعي الإصابة قبل بدء المباراة وتطلع سيرينا (37 عاماً) والتصنفة الثامنة عالمياً لمعادلة الرقم القياسي في البطولات الكبرى (24) التي تحمّلها الاسترالية مارغريتا كورت حين تستهل مسوارها في البطولة القادمة على الملاعب الصلبة في ولاية نيويورك.

تستهل الأميركية سيرينا وليامس مسوارها نحو لقب سابع في بطولة الولايات المتحدة المفتوحة لكرة المضرب "فلاشينغ ميدوز" رابع البطولات الأربع الكبرى، بمواجهة شريعتها الألبانية الروسية ماريا شارابوفا في الدور الأول الذي ينطلق يوم الاثنين المقبل. وقد سيطرت الأميركية على سجل مواجهاتها مع الروسية حين حققت الفوز في 19 مناسبة مقابل اثنين فقط لشارابوفا، آخرها في ربع نهائي بطولة أستراليا المفتوحة 2016 حين هزمت سيرينا بمجموعتين دون زه، فيما بلغت شارابوفا الدور ثمن النهائي لبطولة فرنسا المفتوحة 2018 على حساب وليامس، بعد انسحاب

إيمري ينهي مشوار النبي



لندن - وكالات

وتابع، "تحدثت مع اللاعبين عدة مرات في العام الماضي، واعتقد أن الأفضل لهما أن يرحلا إلى فريق آخر يسمح لهما بأن يكونا أبطالاً وسعداء". وواصل، "إنهما لاعبان كباران، ولكن ولذا لطرف محبته فإن فرصتهما هنا أقل في المشاركة وإظهار قدرتهما". واستمر، "إنهما يعرفان الوضع جيداً، وأنتن لهما الأفضل، واعتقد أن حل الانتقال إلى فريق آخر هو الأنسب كي يواجها تحدياً جدياً". وأتم، "هناك الكثير من الاحترام للاعبين، فيما يتدربان معنا، ولكنهما يعرفان وضعهما في الفريق جيداً".

علق الإسباني أولي إيمري، المدير الفني لأرسنال، على وضع محمد النني وشكودان مستأجراً مع الجانرز في الموسم الحالي، وقال إيمري، في تصريحات أبرزتها شبكة "سكاى سبورتس"، "بعض اللاعبين في أرسنال يعرفون وضعهم في الموسم الحالي مثل النني وموستاغ". وأضاف، "أريد أن يكون اللاعبين سعداء هنا، ولكن في العام الماضي عندما تم يشارك النني وموستاغ أبدأيا عدم الرضا".

وعادل ليفربول بعزل أوروبا رقمه القياسي بالفوز في 11 مباراة متتالية في الدوري الممتاز ولم يخسر على ملعبه في آخر موسمين وكانت هزيمته الأخيرة في أنفيلد أمام كريستال بالاس في أبريل / نيسان 2017. ويستمر غاب الموازي أليسون بيكر الحارس الأساسي للفريق وسيكون على المدرب يورجن كلوب الاعتناء على الإسباني أديان، ويخرج مانستري ستي حامل اللقب، الذي اكتفى بالتعادل مع ضيفه توتنهام هوتسبير اليوم السبت، لمواجهة صعبة يستاد فينالتيني ضد بورنموث بقيادة المدرب إيدي هار، ويلعب توتنهام ضد نيوكاسل المتعثر الذي خسر أول مباراتين في الموسم مع المدرب الجديد ستيف بروس، ويأمل مانستري يونايتد، الذي تعادل مع مستضيفه وفترهاسيتون واندرارز يوم الاثنين في العودة لطريق الانتصارات عندما يستضيف كريستال بالاس في أولد ترافورد اليوم السبت.

وستكون المباراة هي مواجهة الأولى بين أرون وان بيساكا مدافع يونايتد الجديد ضد الشقيق الذي رحل عن صفوفه في الصيف الحالي.

الريال جاهز لاجتياز بلد الوليد وميسي يعود

شخص تملكه يساعدنا على التفكير بشكل إيجابي، جاريث، خامس رودريجيز، الجميع هنا سيقفون عن قميص النادي بأفضل طريقة ممكنة". وكان خامس أيضاً لاعباً، حاول الريال بيعه في الصيف ولكن يبدو حالياً أن اللاعب الكولومبي سينتهي به المطاف في الريال.

ويأمل بلد الوليد، الذي يملكه حالياً البرازيلي رونالدو لاعب الريال السابق، في تحقيق مفاجأة أمام الريال، وقال المدافع كيكو أوبياس "إننا كانوا في أفضل حالاتهم سيكون الأمر صعباً، لكننا فزنا في بيتيس ولم يكن يرتحننا أحد". واستهل أنتيكيو مدريد موسم بالفوز على خيتافي، ويلتقي يوم غد الأحد مع فريق ليجانيس، وكان لتجم فترة الانتقالات الصعبة حواف فيلكن لحظات لامة في مباراته الأولى، لكن المدرب دييجو سيميون يعتقد أن هناك الكثير سيأتي من الهامج البرنقالي.

ويبقى بقية مباريات هذه الجولة يتلقى غرناطة مع إشبيلية، وليفانتي مع فياريال، وأوساسونا مع إيبير، وستلحق مع فالنسيا، وخيتافي مع أنتيكيو بلباو، والأفيس مع إسمانيول، وريال مايوركا مع ريال سوسيداد.

ويأمل المدير الفني لبرشلونة إرنستو فالغيريدي، أن يكون لجريمان دور أكبر في مباراة الأحد، عما ظهر به في مباراة أنتيكيو بلباو، حيث اختفى تماماً للاعب الفرنسي في المباراة الافتتاحية. وقال مدرب برشلونة "إننا كان قريباً من منطقة الجزاء بإمكانه إنهاء الهجمة، يتحرك بشكل جيد، لكن يجب أن نهيمن على المباراة لتجعل هذا يحدث".

وداق بيتيس أيضاً طعم الهزيمة في الجولة الافتتاحية، بعد خسارته (2-1) أمام بلد الوليد، الذي يحل ضيفاً على ريال مدريد مساء اليوم السبت، واستهل الريال المنافس التقليدي لبرشلونة، مباراته في الدوري بالفوز ويسعى للبناء على هذا في المباراة التي تقام على أرضه. ورغم أن المدرب الفرنسي زين الدين زيدان، أعلن أنه يرغب في رحيل الويلزي جاريث بيل، خلال فترة الإعداد، إلا أنه دفع به منذ البداية في مباراة الفريق الأخيرة أمام سلتا فيجو، وإن استطاع بيل، الحس صفقة أبرمها النادي، أن يستمر بنفس الأداء الذي ظهر في المباراة التي فاز بها (3-1) على سلتا فيجو، سيجد زيدان أن بيل يظل سلاحاً هجومياً موجوداً، وقال زيدان "بيل سيفي، كل



مدريد - وكالات

الفريق يأمل أن يستعيد توازنه بعودة قائد الفريق ميسي، وغاب ميسي عن فترة إعداد ما قبل الموسم وأول مباراة بسبب إصابة في ربة الساق (السمانة)، ولكنه لنرد بشكل طبيعي قبل عودته المحتملة، وتعرض المهاجم الأخران لويس سواريز وعمان ديبيلو لإصابات أمام أنتيكيو بلباو ولن يكونا جاهزين لمواجهة بيتيس، لكن ميسي يمكنه أن يشكل ثنائياً خطيراً مع الفرنسي أنطوان جريزمان، أو ربما يشارك من مقاعد البدلاء.

يستعد الأرسناليون ليوبيل ميسي، لاعب وقلد برشلونة، لعودة مرة أخرى لتشكيلة فريق برشلونة، عندما يستضيف فريق ريال بيتيس، مساء غد الأحد، في الجولة الثانية من الدوري الإسباني لكرة القدم. ويبحث برشلونة عن تحقيق أول انتصار له في الدوري أمام ريال بيتيس، خاصة وأن الفريق تعرض للهزيمة بهدف نظيف أمام أنتيكيو بلباو في المباراة الافتتاحية للموسم، ولكن

يوفنتوس يبدأ حملة الدفاع عن اللقب

روما - وكالات

دييجو جودين والمهاجم البلجيكي الكوي روميلو ثوككو، بالإضافة للاعب الوسط الواعد لوكو باريلا. ومن المتوقع أن يسهم كوتشي، الذي يشتهر بطريقة عمله الصارمة، في حصول إنتر على مركز متقدم بالبطولة، بعدما حصل الفريق على المركز الرابع تحت قيادة نيابليتي، ليحجز ممعنا هذا الموسم في دوري الأبطال خلف يوفنتوس وباريولي وأتالانتا، وأوضح كوتشي، "لعمل جيد من أجل تطوير أتلنتا، نحن متحمسون ببعض الشيء لأننا نعمل لتشكيلة وبندينا لتحسين المستوى".

جائزوروتوأغل ميلان لبطولة الدوري الأوروبي هذا الموسم بعد حصوله على المركز الخامس في ترتيب الدوري الإيطالي الموسم الماضي، ولكن تم حظره من المشاركة في البطولة الفارية من جانب (يوييفا) على خلفية اتهامه قواعد اللعب المالي المشددة وتطمح الفريق الأخرى المشاركة في البطولة مثل روما، الذي يتولى تدريبه حالياً ياولو فونسيكا، ولورينو ولانسويو لأن يكون لها دور في المسابقة، بينما يحمل نابولي، الذي يقود كارلو أنشيلوتي للموسم الثاني، بالوقوف على منصة التتويج عقب حصوله على المركز الثاني ثلاث مرات خلال آخر أربعة مواسم.

الإنتر في شهر أيار/مايو الماضي، وذلك بعد عودته للدوري الإيطالي عقب فترة قضاها مع منتخب إيطاليا وكذلك مع فريق تشيلسي الذي فاز معه بالدوري الإنجليزي. ويلعب النجم البرنقالي الدولي كريسيتيانو رونالدو دور البطولة مع يوفنتوس، بينما يتطلع البرازيلي مانييلو والهولندي الشاب مانتاس دي ليخت للنجاس سريعاً مع زملائهما الجدد، وبعد ثلاثي الدفاع جورجو كيليني وليفاندرو بولوتشي بمثابة صمام الأمان للفريق. وصرح ساري بعد خسارة يوفنتوس 1 / 2 ودياً أمام أنتيكيو مدريد الإسباني، "إنها التفاصيل التي تصنع الفرق، يتلحن أن تتحسن في الدفاع، لكن سعيد لأن اللاعبين يديرون كيفية السيطرة على المباراة".

يرفع المنار مساء اليوم السبت عن النسخة الجديدة للدوري الإيطالي، بينما يتطلع يوفنتوس بواسطة هيمنته على البطولة، ولعزيمه وقده القياسي أكثر من نوح بها، تسعى الفرق الأخرى المشاركة لتسرق تلك السيطرة، ورغم تعاقده فرق أسبافة مع عدد من اللاعبين وتغيير مجموعة من المرشحين خلال فترة الانتقالات الصعبة الحالية، يتلح يوفنتوس المرشح الأول للفوز باللقب، رغم رحيل مدربه التشككي الناجح ماسيميليانو أليجري، والتعاقد مع ماريو ساري خلفاً له، ومن المتوقع أن يواجه يوفنتوس، المنافز بالبطولة في الموسم الحالية الأخيرة منافسة شرسة في الموسم الجديد من إنتر ميلان، الذي يقوده مدربه الجديد أنطونيو كوتشي، ولم يكن من واعي سرور جماهير يوفنتوس أن ترى المدرب السابق للفريق كوتشي وهو يتولى تدريب

ميونخ يسعى لتعويض تعثر البداية

ميونخ - وكالات



أنه سيرجع اسم كولينبو ضمن قائمة اللاعبين للمباراة المرتقبة، وضمن السياق ذاته، أتح كوفاتش إلى إمكانية الدفاع بهجاءه إيفان بيرينيتش

يسعى بايرن ميونخ إلى تعويض خيبة أملة جراء سقوطه في تعادل 2-2 على ملعبه ضد هرفا برلين في مستهل حملة الدفاع عن لقبه عندما يحمل ضيفاً على نتالته، مساء اليوم في الأسبوع التالي من الدوري الألماني وعلى الرغم من التعادل، فقد أعرب مدرب بايرن ميونخ التكرواني نيكو كوفاتش عن رضاه عن المستوى الذي قدمه فريقه مشيراً إلى أن هرفا برلين كان محتوطاً في الخروج بنقطة من معقل "ألتانز أرينا"، وحسم كوفاتش على هامش مؤتمر صحافي مقدم الجدل حول مشاركة لاعبه الجديد البرازيلي فيليبي كولينبو التنقل إليه على سبيل الإعارة من برشلونة، مؤكداً على عدم إشراكه أساسياً، لكنه أشار إلى

التدريب، ولعب عدة مباريات لإنتر ميلان استعداداً لانطلاق الدوري". وهنا كارل هاينس رومينغيه الرئيس التنفيذي ليمتل الدوري الألماني لكرة القدم في موسم السبعة الأخيرة فريته على التمام المصنفة بالفوز "لنشر برشلونة لقبه عرض الانتقالات، مع فيليبي، يصل إلى بايرن لاعب سيدعم خيارنا الهجومية بفضل إبداعه وأسلوبه التقني".

القادم من إنتر ميلان الإيطالي على سبيل الإعارة كأساسي في خط الهجوم، مؤكداً على جوهزية مواطنه وأنه "بدأ يتقن في الوقت ذاته الذي بدأ برنامجنا



أهم الأعشاب التي نراها حولنا وفوائدها الجمة



الأنباط - وكالات

ظهرت الأعشاب منذ العصور القديمة، مصدرًا لعلاج أمراض مختلفة فيما لا تحصى هذه الأعشاب تستخدم لإضافة نكهة مميزة للطعام وتستخدم كمشروبات، وعلاوة على ذلك فإنها تستخدم كعوامل غذائية صحية في الطب البديل لاختلاف الظروف والأمراض.

وتعمل الأعشاب على تعزيز الصحة والوقاية من الأمراض وتستخدم أيضا في مستحضرات التجميل، والأصباغ والروائح. الكثير من الناس على بينة من الفوائد الصحية من الأعشاب وتتنوع في قوة الشفاء باستخدامها.

في هذه الزاوية نقدم لكم قائمة بأهم الأعشاب وفوائدها الصحية والجمالية وطرق استخدامها:

البابونج: هو أحد الأعشاب الحولية ذو رائحة عطرية زكية وهو ذو فائدة طبية كبيرة.

أهم الأعشاب التي نراها حولنا وفوائدها الجمة: ربما لانهم بها أحيانا فوائد:

يستعمل من الخارج مسحوق الأزهار لعلاج التهابات الجلدية والفروخ والجروح في العم والتآكل الأظفار.

ويستعمل بخار مفلح الأزهار للاستنشاق في حالة التهابات المسالك الهوائية: الأنف والحنجرة والقصبية الهوائية.

علاج السعال وريحه الصوت.

ويستعمل مستحب الأزهار من الخارج لسيل العينون المصابة بالرمم والانتفاخات، ولعمل دوش مهين لعلاج إضرابات المهبل البيضاء.

يساعد في معالجة التهابات العدة والتبد وتفتت الحمص، ويحضر على إزار العرق وأخراج السموم من الجسم.

تعتبر من أقوى الأعشاب التي لها تأثير مهدئ ومساعد للنوم.

يستعمل في التخلص من الإجهاد والقلق والصعاب والشعور بالجوهر.

مفوي للأعصاب ومساعدة على الهضم يستعمل في حالة آلام الظهر وآلام الروماتزم والقرص وذلك بوضع كمادات على مكان الألم.

مفيد في حالات الاضطرابات الهضمية ومضاد للتشنجات وعافض للحرارة، طازره للريح.

يستخدم في مستحضرات التجميل الطبية.

النعناع (يعرف في بعض البلدان بالنعناع) هو أحد الأعشاب المعهدة والرائحة النفاذة الحبيبة، يوضع مع السلطة والمخاشي وفي الشاي الأخضر والأحمر سواء كان طازرا أو يابس كما يمكن شربه لوحده مفلحا أيضا.

أهم الأعشاب التي نراها حولنا وفوائدها الجمة: ربما لانهم بها أحيانا فوائد:

يستعمل من الخارج ويصنع لينة من التناوع (أوراق العنب، زيت العنب، عصارة العنب) مع خلطها مع الماء وتناولها بعد الوجبات.

تستخدم في علاج أمراض الجهاز التنفسي: التهاب الحلق، التهاب الشعب الهوائية، والربو القصبي.

مفيد في تسهيل حالات الولادة وفي إزار اللبن كما يعالج تشنجات الطمث.

مفيد في حالات التشنج وريحه الصوت ويعالج الربو ويزيل البلغم.

يساعد في التخلص من الانتفاخات.

يعالج التهابات المعدة والتبد.

يساعد في هضم الأطعمة الدسمة.

يعالج أمراض الجهاز التنفسي: التهاب الحلق، التهاب الشعب الهوائية، والربو القصبي.

مفيد في تسهيل حالات الولادة وفي إزار اللبن كما يعالج تشنجات الطمث.

مفيد في حالات التشنج وريحه الصوت ويعالج الربو ويزيل البلغم.

يساعد في التخلص من الأرق والنوم الهادئ: الاستخدامات الأخرى لليانسون:

– قبل الرأس:

يمكن استخدام اليانسون خارجيا كعبيد للعثرات (العثرات الصغيرة) مثل الثعلب والعلاب على الشاي.

– أعراض الطفلي:

يمكن إضافة اليانسون للبخار والحلوى والتبكيك والفطائر والبستوتيت بإعطائه مذاق الرائحة الحلوة.

زيت اليانسون يستخدم في الأمراض الطبية كعقار للحمية والانتفاخ.

يضاف إلى عسل النحل والي التحضيرات الطبية للأطفال.

«الميرامية (القصفين)» نبات عشبي يعيش في المناطق الجبلية بوضع في العلب على الشاي.

الجزء المستخدم منه: الأوراق.

أهم الأعشاب التي نراها حولنا وفوائدها الجمة: ربما لانهم بها أحيانا فوائد:

مضاد للالتهابات، ولجراثيم، مطهر للجهاز الهضمي وخاصة في حالة وجود ديدان معوية، مطرد للريح، يحسن ويغوي الذاكرة، ويعالج مرض الزهايمر.

مفيد لصحة الفم والأسنان مثل الفرحة والتهاب اللثة وذلك باستخدام منقوعه للفرحة وكسول.

يستخدم لتهدئة الجلد في حالة لدغات الحشرات وذلك باستخدام عصارة أوراق الميرامية على مكان اللدغة.

يخفف من التعرق الليلي.

يستخدم في تنظيم الشهوية، والتخفيف من أعراض سن اليأس.

قدنما تستخدمه الأعراق والرومان كمادة لحفظ اللحوم.

وقد تزيد الجروح.

يعتبر منته للطعام حيث يستخدم في وصفات الطفلي.

«الميرامية لاستخدم من قبل الحامل في الشهر الأول كما يمنع منها الأطفال.

«الزوقا (أسنان داود)» هي عشبة دائمة الخضرة يتم استخدامها النبات بالتأمل، بما في ذلك الأوراق والأزهار. تعتبر أحد أنواع النباتات التي تنمو في

بتم وضع ٥٠ جراماً من الخوخ المجفف مع لتر ماء على نار هادئة حتى الغليان، وبعد أن يبرد يؤكل الخوخ مع شرب الماء.

العنب الأسود والدرار: توضع حفنة من العنب وقبضة من الدرار مع نصف لتر من الماء وتضع نصف ساعة، وبعد ذلك تهرس ويتم تناولها مرة في اليوم.

البصل والثوم: عرف البصل والثوم منذ القدم بأن لهما تأثيراً قاتلاً للكشفية عند تناولهما ملازمين أو عند الطهي.

الزيتون: توضع ملعقة من عنب الزيتون على كوب ماء مفلح وتغلى ١٥ دقيقة وتشرى بعد أن تصفى.

السداب: تؤكل هذه العشبة العطرية وهي طازجة مع الخبز.

الزعرور: يؤكل الزعرور مع زيت الزيتون والخبز وقد تصاف للطعام كمنته ومعد.

عرق السوس: ملعقة صغيرة من مسحوق عرق السوس مع كوب ماء بارد وتشرى مرة واحدة في اليوم.

الكمون: يضاف الكمون مع الطعام ليهنحه الطعم المميز والفوائد الغذائية أيضا.

أوراق الجوز: يتم وضع قبضة من ورق الجوز مع كوب ماء مفلح، وبعد أن تترك مغطاة لمدة ١٥ دقيقة يتم شربها على جرعات مع وجبات الطعام (لذلك التوب لكل وجبة).

القرنفل: يوضع مقدار ملعقة من مسحوق القرنفل على كوب ماء مفلح، ويمكن تحليته بملعقة من العسل.

إضراب الأعشاب الطبية... واحتياطات مع استخدامها

أهم الأعشاب التي نراها حولنا وفوائدها الجمة: ربما لانهم بها أحيانا فوائد:

من الأكد أن الطبيعة هي مصدر كل خير و لكن لا تنسى أن الكثير من السموم مستخرجة من الطبيعة أيضا لذلك لها تحتاج إليه هو كيفية الاختيار مما تقدمه لنا الطبيعة.

ما هو طب الأعشاب الطبية ؟

طب الأعشاب ويسمى أيضا الأدوية النباتية، هو مصطلح يشير إلى استخدام الجذور والنبات والأوراق واللحاء أو زهور النباتات في علاج الكثير من الأمراض.

ما هي إضراب الأعشاب الطبية ؟

أهم الأعشاب الطبية

مصادر غير موثوق فيها قد تتعرض للفساد وذلك من طريق خلط الأعشاب الطبية بأعشاب أخرى عديمة الفائدة أو غيرها مما قد يكون مضراً.

الأعشاب مجهولة التركيب: غالباً ما تباع الأعشاب على أنها "علاج لسقوط الشعر" أو "علاج مرض السكر" وذلك بدون ذكر معلومات عن محتوى ونوعية هذه الأعشاب بحيث تستطيع التأكد من فاعليتها، وكثيراً ما "تسمع" مصنوع من خلطة سرية من الشرق الأقصى" وغيرها من العبارات الغامضة.

تفاعل الأعشاب مع الأدوية الأخرى:

فالأعشاب الطبية باعتبارها أدوية قد تتفاعل مع بعض الأدوية الأخرى التي تستعملها في نفس الوقت مما قد يؤدي إلى خطورة في بعض الأحوال وخاصة عندما لا تحبر طبيبك عن استعمالك لتلك الأعشاب. و على سبيل المثال، الثوم كعقار طبيعي معروف بتأثيره المضاد لتجلط الدم، فإذا كنت تعاني من زيادة في لزوجة الدم، قد وصف لك طبيبك أدوية تتعاك ذلك وأنت ممن يتناولون الثوم بكميات كبيرة تكون معرضاً في هذه الحالة إلى زيف نتيجة السيولة الزائدة في الدم التي قد تحدث.



الإصابة بأمراض القلب، وهي مصدر عنى للأعضاء والأعضاء الدهنية والألياف المتعددة لتعزيز صحة القلب وتقليل ضغط الدم وتخفيف نسبة الكوليسترول السرم في الجسم، كما أن قشرتها لها دور كبير في محاربة السرطان والوقاية منه.

أعشاب زيادة الوزن بسرعة

أهم الأعشاب التي نراها حولنا وفوائدها الجمة: ربما لانهم بها أحيانا فوائد:

مشكلة النحافة المفرطة النحافة هي من المشاكل التي يعاني منها بعض الأشخاص، وهي عبارة عن نقصان الوزن عن المعدل الطبيعي، وقد تكون النحافة ناجمة من مرض أو بتدبيرها سبب النحافة وفقدان الوزن لفترة معينة، أو قد تكون بشكل دائم نتيجة لتعددية غير المتكاملة، أو أنها من مشكلة وراثية، ومن المهم العناية الجيدة بالطعام والحداء للحصول على كميات المواد الغذائية الكافية للحصول على الوزن المناسب، وفي بعض الأحيان يمكن للجوهر لبعض الأنواع من الأعشاب التي تساعد في زيادة الوزن.

أشعاب لزيادة الوزن

الحلبة: يتم على كوب من الماء مع حوالي ٢ جرامات من مسحوق الحلبة، وتستخدم هذه اللوصفة ثلاث مرات يوميا للحصول على نتائج أفضل.

البانسون مع الشين: توضع أربع حبات من الشين الجفف مع ملعقة من البانسون في كوب من الماء، وتترك على النار حتى يخش الماء، ثم يؤكل الشين ويشرب الماء قبل الإفطار.

حب العزيز: تؤخذ منه كمية مناسبة وتغلى وتضع بالماء طوال الليل، وفي الصباح يهرس ويشرب الماء بعد أن يحلى بالعسل.

المشمشم: يتم تناول مقدار كوب من حبوب المشمشم يوميا لزيادة الوزن.

فول الصويا: تناول كوب من فول الصويا يوميا من بعد سلفه يزيد الوزن بشكل جيد.

البطاطس المحمرة: تناول نصف كيلو من البطاطس المحمرة يمنع الجسم سعرات حرارية عالية تزيد الوزن.

الزيتون: تناول ملعقة من مسحوق الزيتون بعد تناول وجبات الطعام يزيد الوزن، ويمكن أن تصاف الزيتون إلى السلطة.

الخوخ:

الاستخدام المنتظم والمعروف لها، ما قد يؤدي إلى هبوط ضغط الدم، كما أنها قد تشكل خطراً على السيدة الحامل أو المرضع أو على الأشخاص الذين يعانون الحساسية منها.

الركيبي: عرف الزنجبيل بأنه من الأعشاب التي تساهم في عملية تخفيض الوزن، وأنه أحد الأطعمة الصحية الفعالة في إنقاصه، ويسمح للأوعية الدموية بالتوسع ما يساعد على تحسين الدورة الدموية، ويمكن أن يعزز بشكل كبير من عملية التمثيل الغذائي، وتعتبر الدراسات إلى أنه من خلال تناول الأشخاص للزنجبيل فقد تفقد ما يصل إلى ٢٠٪ من الدهون أكثر من الذين لا يتناولونه.

الشاي الأخضر: اشتهر الشاي الأخضر بأنه رقم واحد في أعشاب إنقاص الوزن، ليس كونه ينزح البول بكثره كما يعتقد البعض، فهذا ليس مبرهناً بحرق الدهون وسرارتها، وإنما لأن معظم الأبحاث أثبتت دوره وتأثيره في تسريع وتعزيز عمليات الأيض وحرق الدهون في الجسم، كما يحتوي على مركبات تسمى بمضادات الأكسدة، وهي هذه أريحط مع زيادة عملية التمثيل الغذائي والقدرة على تحييز حرق الدهون، كما أنه من العوامل المسؤولة عن زيادة عملية التمثيل الغذائي في الشاي الأخضر، مادة الكافيين ومادة البوليفينول الموجودة في أوراق الشاي، بالإضافة إلى احتوائه على مواد تسمى الفنتولين، وهي مواد كيميائية نباتية تؤثر على عملية الأيض، وأشارت إحدى الدراسات إلى انخفاض نسبة LDL، من وزن الجسم في التجارب السريرية في فترة امتدت على أكثر من ثلاثة أشهر على ٧٠ شخصاً ممن تناولوا خلاصة الشاي الأخضر.

بذور الكتان: تحتوي بذور الكتان على كمية عالية من الألياف وكمية منخفضة من الكربوهيدرات، السكر، وهي تدرج ضمن أعشاب التخفيف وتصل ضمن خلطه تخفيض الوزن، رغم أن الدهون في بذور الكتان مرتفعة نسبياً إلا أنها من الدهون الجيدة للجسم، ما جعلها خياراً ممتازاً سواء بالنسبة للصحة أو لفقدان الوزن، كما أنها تحتوي على مادة صمغية، وعند تغتها بالماء وأنها تساعد على امتلاء المعدة وتنع الإحساس بالشبع وتقليل كمية الطعام المتناولة خلال اليوم، وتساعد بذور الكتان في الحد من خطر

المستعصمات الناتجة في أماكن كثيرة من العالم.

أهم الأعشاب التي نراها حولنا وفوائدها الجمة: ربما لانهم بها أحيانا فوائد:

تستخدم الزهور في معالجة السعال والتهاب الشعب الهوائية، وعدوى الجهاز التنفسي العلوي.

مفيد في علاج نزلات البرد خاصة للأطفال وطازره للريح.

يساعد في عمليات الهضم وتخفيف انتفاخات البطن والعد، طازره للريح.

يساعد في رفع ضغط الدم المرتفع، كما أنه مفيد في حالات التشنج وريحه الصوت ويعالج الربو ويزيل البلغم.

يساعد في التخلص من الأرق والنوم الهادئ: الاستخدامات الأخرى لليانسون:

– قبل الرأس:

يمكن استخدام اليانسون خارجيا كعبيد للعثرات (العثرات الصغيرة) مثل الثعلب والعلاب على الشاي.

– أعراض الطفلي:

يمكن إضافة اليانسون للبخار والحلوى والتبكيك والفطائر والبستوتيت بإعطائه مذاق الرائحة الحلوة.

زيت اليانسون يستخدم في الأمراض الطبية كعقار للحمية والانتفاخ.

يضاف إلى عسل النحل والي التحضيرات الطبية للأطفال.

«الميرامية (القصفين)» نبات عشبي يعيش في المناطق الجبلية بوضع في العلب على الشاي.

الجزء المستخدم منه: الأوراق.

أهم الأعشاب التي نراها حولنا وفوائدها الجمة: ربما لانهم بها أحيانا فوائد:

مضاد للالتهابات، ولجراثيم، مطهر للجهاز الهضمي وخاصة في حالة وجود ديدان معوية، مطرد للريح، يحسن ويغوي الذاكرة، ويعالج مرض الزهايمر.

مفيد لصحة الفم والأسنان مثل الفرحة والتهاب اللثة وذلك باستخدام منقوعه للفرحة وكسول.

يستخدم لتهدئة الجلد في حالة لدغات الحشرات وذلك باستخدام عصارة أوراق الميرامية على مكان اللدغة.

يخفف من التعرق الليلي.

يستخدم في تنظيم الشهوية، والتخفيف من أعراض سن اليأس.

قدنما تستخدمه الأعراق والرومان كمادة لحفظ اللحوم.

وقد تزيد الجروح.

يعتبر منته للطعام حيث يستخدم في وصفات الطفلي.

«الميرامية لاستخدم من قبل الحامل في الشهر الأول كما يمنع منها الأطفال.

«الزوقا (أسنان داود)» هي عشبة دائمة الخضرة يتم استخدامها النبات بالتأمل، بما في ذلك الأوراق والأزهار. تعتبر أحد أنواع النباتات التي تنمو في

بتم وضع ٥٠ جراماً من الخوخ المجفف مع لتر ماء على نار هادئة حتى الغليان، وبعد أن يبرد يؤكل الخوخ مع شرب الماء.

العنب الأسود والدرار: توضع حفنة من العنب وقبضة من الدرار مع نصف لتر من الماء وتضع نصف ساعة، وبعد ذلك تهرس ويتم تناولها مرة في اليوم.

البصل والثوم: عرف البصل والثوم منذ القدم بأن لهما تأثيراً قاتلاً للكشفية عند تناولهما ملازمين أو عند الطهي.

الزيتون: توضع ملعقة من عنب الزيتون على كوب ماء مفلح وتغلى ١٥ دقيقة وتشرى بعد أن تصفى.

السداب: تؤكل هذه العشبة العطرية وهي طازجة مع الخبز.

الزعرور: يؤكل الزعرور مع زيت الزيتون والخبز وقد تصاف للطعام كمنته ومعد.

عرق السوس: ملعقة صغيرة من مسحوق عرق السوس مع كوب ماء بارد وتشرى مرة واحدة في اليوم.

الكمون: يضاف الكمون مع الطعام ليهنحه الطعم المميز والفوائد الغذائية أيضا.

أوراق الجوز: يتم وضع قبضة من ورق الجوز مع كوب ماء مفلح، وبعد أن تترك مغطاة لمدة ١٥ دقيقة يتم شربها على جرعات مع وجبات الطعام (لذلك التوب لكل وجبة).

القرنفل: يوضع مقدار ملعقة من مسحوق القرنفل على كوب ماء مفلح، ويمكن تحليته بملعقة من العسل.

إضراب الأعشاب الطبية... واحتياطات مع استخدامها

أهم الأعشاب التي نراها حولنا وفوائدها الجمة: ربما لانهم بها أحيانا فوائد:

من الأكد أن الطبيعة هي مصدر كل خير و لكن لا تنسى أن الكثير من السموم مستخرجة من الطبيعة أيضا لذلك لها تحتاج إليه هو كيفية الاختيار مما تقدمه لنا الطبيعة.

ما هو طب الأعشاب الطبية ؟

طب الأعشاب ويسمى أيضا الأدوية النباتية، هو مصطلح يشير إلى استخدام الجذور والنبات والأوراق واللحاء أو زهور النباتات في علاج الكثير من الأمراض.

ما هي إضراب الأعشاب الطبية ؟

أهم الأعشاب الطبية

مصادر غير موثوق فيها قد تتعرض للفساد وذلك من طريق خلط الأعشاب الطبية بأعشاب أخرى عديمة الفائدة أو غيرها مما قد يكون مضراً.

الأعشاب مجهولة التركيب: غالباً ما تباع الأعشاب على أنها "علاج لسقوط الشعر" أو "علاج مرض السكر" وذلك بدون ذكر معلومات عن محتوى ونوعية هذه الأعشاب بحيث تستطيع التأكد من فاعليتها، وكثيراً ما "تسمع" مصنوع من خلطة سرية من الشرق الأقصى" وغيرها من العبارات الغامضة.

تفاعل الأعشاب مع الأدوية الأخرى:

فالأعشاب الطبية باعتبارها أدوية قد تتفاعل مع بعض الأدوية الأخرى التي تستعملها في نفس الوقت مما قد يؤدي إلى خطورة في بعض الأحوال وخاصة عندما لا تحبر طبيبك عن استعمالك لتلك الأعشاب. و على سبيل المثال، الثوم كعقار طبيعي معروف بتأثيره المضاد لتجلط الدم، فإذا كنت تعاني من زيادة في لزوجة الدم، قد وصف لك طبيبك أدوية تتعاك ذلك وأنت ممن يتناولون الثوم بكميات كبيرة تكون معرضاً في هذه الحالة إلى زيف نتيجة السيولة الزائدة في الدم التي قد تحدث.