

الملك يعزي هاتفيا رئيس دولة الإمارات بوفاة الشيخ سعيد بن زايد آل نهيان

2

الخصاونة: مشروع قانون الجرائم الإلكترونية لا يمس أو ينتقص من جوهر الحريات المنصوص عليها في الدستور

الانباط- عمان

وسين أن غالبية مواد مشروع القانون المكون من (٤١) مادة تتعلق بحماية الفضاء الإلكتروني والمنشآت الإلكترونية من أي عبث في محتواها أو قرصنة الإلكترونية تستهدف قواعد البيانات والبنى التحتية والتعاملات المالية وهذه ضرورة لحماية حقوق الناس والخدمات الإلكترونية المقدمة لهم. وشهد رئيس الوزراء على أن مشروع القانون لا يمس أو ينتقص.

التفاصيل ص «٣»

جوه الحريات يستند إلى فكرة حماية جميع الأردنيين مؤكداً أن الحكومة لا تقدم أي شيء فيه انتقاص أو مساس بالدستور الأردني الواضح والمتوازن والذي نفاخر به، وتكون حماية الحريات بموجبه بالكيفية والشروط التي يعينها القانون. وأشار الخصاونة في مداخلة إلى ارتفاع نسبة الشكاوى المستمدة من إخلالات في الفضاء الإلكتروني إلى ستة أضعاف خلال سنة واحدة، مؤكداً أن هذا الأمر يتطلب وقفة.

أكد رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة أن مشروع قانون الجرائم الإلكترونية الذي أحالته الحكومة إلى مجلس النواب لا يمس أو ينتقص من جوهر الحريات المنصوص عليها في الدستور الأردني على الإطلاق. وقال رئيس الوزراء في مداخلة له خلال جلسة مجلس النواب التي عقدت أمس الخميس، لمناقشة مشروع القانون: "إن

مجلس النواب يقر مشروع قانون «الجرائم الإلكترونية»

الانباط- عمان

وسائل الدفع الإلكتروني والخدمات المصرفية وحماية البنى التحتية الحرجة، وإعادة تنظيم بعض إجراءات الضابطة العدلية والإجراءات القضائية للوصول إلى عدالة ناجزة وناجحة، وتنظيم العلاقة مع منصات التواصل الاجتماعي خارج المملكة. ونصت المادة ٢ من مشروع القانون والتي عرفت كلمات، وعبارات حينما وردت في هذا القانون، وهي:

التفاصيل ص «٤»

المعلومات الذي استوجب تجريم بعض الأفعال التي تتم بوسائل إلكترونية ومعاقبة مرتكبيها تحقيقاً للروح العام والخاص، ولشواءمة القانون مع الاتفاقية العربية لمكافحة جرائم تقنية المعلومات المصادق عليها من المملكة والمعايير الدولية بما يضمن مكافحة الجرائم الإلكترونية، وفقاً لأفضل الممارسات المعمول بها كونها من الجرائم الخطيرة محلياً ودولياً. وتأتي الأسباب الموجبة "لتوفير الحماية للحقوق والحريات العامة والخاصة من الاعتداء عليها كالابتزاز والاحتيال الإلكتروني والحض على العنف والكراهية وإزراء الأديان وانتهاك حرمة الحياة الخاصة والاعتداء على

أقر مجلس النواب خلال الجلسة التي عقدها اليوم الخميس برئاسة رئيس المجلس أحمد الصفدي، وحضور رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة وهيئة الوزارة، مشروع قانون الجرائم الإلكترونية لسنة ٢٠٢٣. وأقر المجلس مواد مشروع القانون كما جاءت من اللجنة القانونية الثابتة بعد نقاش موسع المواد وأجرى بعض التعديلات على بعض مواد القانون. وجاءت الأسباب الموجبة لمشروع القانون أنه ونظراً للتطور السريع في مجال تقنية

الملك يستقبل وزير الخارجية البريطاني



بين البلدين والحرص على تعزيز التعاون في مختلف المجالات، وإدامة التنسيق الوثيق لحماية مصالحهما المشتركة. وعبر جلالة الملك عن تقديره للدعم الاقتصادي والتنموي الذي تقدمه بريطانيا للأردن، فضلاً عن المساعدات المخصصة للاجئين. وتم بحث آخر المستجدات إقليمياً ودولياً.

التفاصيل ص «٢»

استقبل جلالة الملك عبدالله الثاني، أمس الخميس، وزير الخارجية البريطاني جيمس كليفرلي، بحضور سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وولي العهد. وأكد جلالاته عمق العلاقات التاريخية

الانباط- عمان

الصفدي: مجلس النواب جرم الإباحية الجنسية عبر الفضاء الإلكتروني وعلى رأسها الشذوذ

الانباط- عمان

قانون الجرائم الإلكترونية، إنما يتحدث بشكل عام عن تلك الجرائم دون تفصيل. وكان المجلس أقر المادة (١٣) في قانون الجرائم الإلكترونية والتي تفرض الغرامة على من ينقل أو يروج للأعمال الإباحية والجنسية، في حين تنص المادة ١٤ على معاقبة كل من استخدم الشبكة المعلوماتية أو تقنية المعلومات أو نظام المعلومات أو أنشأ موقفاً إلكترونياً لتسهيل أو الترويج أو التحريض أو المساعدة.

التفاصيل ص «٢»

أكد رئيس مجلس النواب أحمد الصفدي خلال الجلسة التي عقدها المجلس أمس الخميس بحضور رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة وهيئة الوزارة أن "ما تداولته بعض وسائل الإعلام بعدم تجريم مجلس النواب للمثلية والشذوذ الجنسي عبر الفضاء الإلكتروني أمر غير صحيح"، موضحاً أن "المجلس بتجريمه للإباحية والإخلال بالأداب العامة والترويج الجنسي في المواد ١٣ و ١٤ في

برامج وقائية وتوعوية تنفذها الاستراتيجية الوطنية للحد من عمل الأطفال

الانباط- عمان

عمل الأطفال غير القانوني وحماية الأطفال العاملين بطرق قانونية وأمنية، والبالغ عددهم حوالي ٧٦ ألف طفل وفقاً للمسح الوطني لعام ٢٠١٦، منهم ٤٤ ألفاً يمارسون الأعمال الخطرة. وصادق الأردن على اتفاقيات دولية لمكافحة عمل الأطفال وحماية حقوقهم، منها اتفاقية حقوق الطفل التي أصدرتها الأمم المتحدة، واتفاقية العمل الدولي رقم ١٣٨ و ١٨٢، بالإضافة.

التفاصيل ص «٣»

تركز الاستراتيجية الوطنية للحد من عمل الأطفال ٢٠٢٢-٢٠٣٠ التي انطلقت بجهود مشتركة بين القطاعات الحكومية وغير الحكومية والقطاع الخاص بالملكمة مطع هذا العام على تحديث وتنفيذ التشريعات والبرامج الوقائية والتوعوية، وضمان تنسيق الجهود وبناء الشراكات، بالالتزام بمبادئ حقوق الإنسان وحقوق الطفل والحوكمة. وتهدف الاستراتيجية إلى القضاء على

الرواجية: التحول الرقمي استراتيجية لدعم القطاعات الاقتصادية

الانباط- عمان

كان من الدول السباقة بالمنطقة التي اعتمدت التحول الرقمي في العديد من القطاعات الاقتصادية، سيما القطاعات المالية والزراعية والصناعية والخدمات الصحية. وأضاف، إن التحول الرقمي يعد محركاً رئيساً للتنمية الاقتصادية والاجتماعية، ما يتطلب التحجيل برهمنة المزيد من الخدمات الحكومية، كونه يقلص الكلف التشغيلية، ويسهم بتسيط إجراءات الخدمات المقدمة للمواطنين.

التفاصيل ص «٥»

أكد ممثل قطاع الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات في غرفة تجارة الأردن المهندس هيثم الرواجية، أن التحول الرقمي ليس خياراً بل يمثل استراتيجية عمل أساسية، تسهم في دعم القطاعات الاقتصادية وتوفير خدمات عالية الجودة للمواطنين. وقال الرواجية في بيان عقب لقاء نظمته غرفة تجارة معان أمس الخميس للقطاعات التجارية والصناعية في إقليم البترا، إن "الأردن

هجرة الخلافات الفلسطينية لم تتحطم في أنقرة.. استمرار الجدل قبل اجتماع الأئمة العامين و«الجهاد» يجدد شروطه للحضور



التفاصيل ص «٦»

ووفق مصادر خاصة، فإن الرئيس الفلسطيني جدد طرحه بتشكيل حكومة وحدة أو توافق وطني، تكون مقبولة دولياً، وتلتزم بالبرنامج السياسي لمنظمة التحرير، وهو ما أبدت حركة حماس تحفظها عليه، وكررت رفضها لهذا المقترح، ودعت للبحث عن صيغة توافقية ودفعت حماس باتجاه العودة إلى تبني وثيقة الوفاق الوطني التي جرى التوصل إليها في عام ٢٠٠٦. غير أن حركة فتح ترى أن تلك الوثيقة لا تصلح لأن تكون برنامجاً سياسياً لحكومة فلسطينية، وأنها تكون ناجحة في حال كانت عنواناً للقيادة الموحدة للمقاومة الشعبية

التفاصيل ص «٦»

بدا واضحاً أن اللقاءات والاتصالات الأخيرة بين حركتي فتح وحماس، وأبرزها تلك التي عقدت في تركيا على أعلى مستوى، لم تفلح في تقريب وجهات النظر للتوصل إلى استراتيجية وطنية موحدة لمواجهة مخططات إسرائيل، وذلك قبل عقد مؤتمر الأئمة العامين للفصائل، المقرر نهاية الشهر الجاري في القاهرة

خلافات اجتماع أنقرة

وقد تصدر برنامج حكومة الوحدة الوطنية، الخلافات التي ظهرت في اللقاء الذي جمع الرئيس عباس مع وفد حركة حماس بقيادة إسماعيل هنية

العجز المالي لتونروا يزيد المخاطر الإنسانية على ٦ مليون لاجئ فلسطيني

الانباط- وكالات

الخدمات ما سيكون من تداعيات مفصلية على مستوى الدول المضيفة وقدرتها على تحمل مسؤولية تقديم جزء أو كل الخدمات التي تقدمها الوكالة من الصحة والتعليم والإغاثة وغيرها وفتت إلى أن ذلك سيشكل عبئاً إضافياً على الدول المضيفة التي لديها ظروفها الخاصة، وسيشكل فجوة سياسية في تراجع الثقة بين اللاجئين والدول المضيفة، واعتبار الدول شريكاً في مؤامرة تهدف إلى توطئتهم وتفرغ المحتوى السياسي بتطبيق القرار ١٩٤ الذي أكد على حق العودة للاجئين والتعويض واستعادة الممتلكات

التفاصيل ص «٦»

أكدت الهيئة ٣٠٢ للدفاع عن حقوق اللاجئين، أن العجز المالي والأزمة المالية المزمنة لوكالة أونروا، يزيد المخاطر الإنسانية المحددة بأكثر من ٦ مليون لاجئ فلسطيني يعيشون في مناطق عمليات أونروا الخمسة وقالت الهيئة، في بيان لها اليوم الخميس، إن ذلك أمرٌ يُحسب له ألف حساب على المستوى المحلي والإقليمي والدولي من أن تنزلق الأمور إلى مرحلة يصعب السيطرة عليها وبيت أن واحدة من المخاوف المطروحة وبموضوعية وكنتيجة لتراجع تقديم

إن الصلاة كانت على المؤمنين كتاباً موقوتاً



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا نُودِيَ لِلصَّلَاةِ مِنْ يَوْمِ الْجُمُعَةِ فَاسْعَوْا إِلَيْهِ
ذَكَرَ اللَّهُ وَذَرَوْهُ الْبَيْعَ ذِكْمَ خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ
صَلِّ عَلَى الْعَبْدِ الْعَظِيمِ



الملك يستقبل وزير الخارجية البريطاني



الانباط- عمان

استقبل جلالة الملك عبدالله الثاني، أمس الخميس، وزير الخارجية البريطاني جيمس كليفرلي، بحضور سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد. وأكد جلالة عمق العلاقات التاريخية بين البلدين والحرص على تعزيز التعاون في مختلف المجالات، وإدامة التنسيق الوثيق لحماية مصالحهما المشتركة. وعبر جلالة الملك عن تقديره للدعم الاقتصادي والتنموي الذي تقدمه بريطانيا للأردن، فضلاً عن المساعدات المخصصة للاجئين. وتم بحث آخر المستجدات إقليمياً ودولياً، وأهمية تكثيف جهود الدفع نحو النهضة وخفض التصعيد بالأراضي الفلسطينية وإيقاف أية إجراءات أحادية الجانب من شأنها زعزعة الاستقرار وتقويض فرص تحقيق السلام. وجدد جلالة الملك التأكيد على ضرورة تحقيق السلام العادل والشامل على أساس

حل الدولتين، الذي يضمن قيام الدولة الفلسطينية المستقلة على خطوط الرابع من حزيران عام 1967 وعاصمتها القدس الشرقية. وتطرق اللقاء إلى أزمة اللاجئين وأثارها على المجتمعات المستضيفة وأهمية الاستمرار بتوفير الدعم الدولي بهذا الخصوص، والعمل على إيجاد حلول سياسية لأزمات المنطقة للحيولة دون نشوب المزيد من أزمات اللجوء، وتمكين اللاجئين من العودة الطوعية والأمنة إلى بلدانهم. من جانبه، أشاد وزير الخارجية البريطاني بجهود الأردن، بقيادة جلالة الملك، في استضافة اللاجئين وتوفير الخدمات التعليمية والصحية لهم، معرباً عن تقديره للمعالي التي تبذلها المملكة في العمل نحو تحقيق السلام في المنطقة. وحضر اللقاء نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، ومدير مكتب جلالة الملك، الدكتور جعفر حسان، والسفيرة البريطانية في عمان بريديت بريند.

رئيس الوزراء يستقبل رئيس لجنة الإنقاذ الدولية



الانباط- عمان

أجرى جلالة الملك عبدالله الثاني، أمس الخميس، اتصالاً هاتفياً مع أخيه سمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس دولة الإمارات العربية المتحدة الشقيقة، معزيا بوفاة المغفور له، بإذن

الله، سمو الشيخ سعيد بن زايد آل نهيان ممثل حاكم أبوظبي. وأعرب جلالاته في الاتصال عن أصدق مشاعر التعزية والمواساة بهذا المصاب، سائلاً الله العلي القدير أن يتغمّد الفقيد بواسع رحمته ويسكنه فسيح جناته.

الأردن يدين ويحذر من التبعات الخطيرة لاقتحام المسجد الأقصى

الانباط- عمان

وقال إن استمرار الإجراءات الأحادية الإسرائيلية والخروقات المتواصلة للوضع التاريخي والقانوني في القدس ومقدساتها تهدد بتفجير دوامات جديدة من العنف. وأعاد التأكيد على أن المسجد الأقصى المبارك / الحرم القدسي الشريف بكامل مساحته البالغة 144 دونماً هو مكان عبادة خالص للمسلمين، وأن إدارة أوقاف القدس وشؤون المسجد الأقصى المبارك التابعة لوزارة الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية الأردنية هي الجهة القانونية صاحبة الاختصاص الحصري بإدارة جميع شؤون الحرم القدسي الشريف وتنظيم الدخول إليه. وشدد على حق دولة فلسطين بالسيادة على مدينة القدس الشرقية المحتلة، وأنه ليس لإسرائيل، القوة القائمة بالاحتلال، أي حق أو سيادة على مدينة القدس المحتلة ومقدساتها الإسلامية والمسيحية.

دانت وزارة الخارجية وشؤون المغتربين، إقدام وزير الأمن القومي الإسرائيلي، صباح امس، على اقتحام المسجد الأقصى المبارك/ الحرم القدسي الشريف، وحذرت من التبعات الخطيرة للسماح للمتطرفين باقتحام الأقصى وممارساتهم الاستفزازية تحت حماية شرطة الاحتلال الإسرائيلي. وأكد الناطق الرسمي باسم الوزارة السفير سنان المجالي أن قيام وزير إسرائيلي باقتحام المسجد الأقصى المبارك/ الحرم القدسي الشريف وانتهاك حرمة وممارسات المتطرفين تمثل خطوة استفزازية وخرقاً فاضحاً ومرفوضاً للقانون الدولي وللوضع التاريخي والقانوني القائم في القدس ومقدساتها، مشدداً على أنه لا سيادة لإسرائيل على القدس المحتلة.

الأحوال المدنية تقرر فتح عدد من مكاتبها أيام السبت

الانباط- عمان

عمان، ومكتب حي نزال ومكتب أحوال وجوزات عمان الغربية (جبل عمان) ومكتب اربد الرئيس ومكاتب أحوال وجوزات الزرقاء والرصيفة، والزرقاء الغربية، ومكاتب أحوال وجوزات السلط، والفحص. كما يشمل الدوام مكاتب مديرية جوزات الضفة الغربية وغزة. وأشار إلى أن الدوام سيكون حصرأً في المكاتب المذكورة من الساعة التاسعة وحتى الثانية ظهراً، واعتباراً من السبت المقبل 29/7/2023 وإلى إشعار آخر، مبيناً أن هذا الإجراء يهدف إلى تمكين المواطنين من الحصول على وثائقهم وإنجاز معاملاتهم بكل سهولة ويسر.

قرر مدير عام دائرة الأحوال المدنية والجوزات بالوكالة طلال الفايز، اعتبار يوم السبت من كل أسبوع دواماً رسمياً، في كل من مديريات أحوال وجوزات العاصمة والزرقاء واربد والبلقاء ومديرية الضفة الغربية وغزة. وبين الفايز، في تصريح لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، امس الخميس، أن دوام أيام السبت يشمل مكاتب وجوزات عمان والبطافة الذكية) في مركز الدائرة الرئيس في طبربور، ومكاتب أحوال وجوزات صوبلج، وادي السير، الأضرفية، ناعور، تلاح العلمي، جنوب

الصفدي: مجلس النواب جرم الإباحية الجنسية عبر الفضاء الإلكتروني وعلى رأسها الشذوذ



الانباط- عمان

دون تفصيل.. وكان المجلس أقر المادة (13) في قانون الجرائم الإلكترونية والتي تفرض الغرامة على من ينقل أو يروج للأعمال الإباحية والجنسية، في حين تنص المادة 14 على معاقبة "كل من استخدم الشبكة المعلوماتية أو تقنية المعلومات أو نظام المعلومات أو أنشأ موقعا إلكترونيًا للتسهيل أو الترويج أو التحريض أو المساعدة أو الحظ على الدعارة والنزور أو إغواء شخص آخر أو التعرض للأدب العامة بالحسب مدة لا تقل عن ستة أشهر وبغرامة لا تقل عن 9 آلاف دينار ولا تزيد على 15 ألف دينار..

أكد رئيس مجلس النواب أحمد الصفدي خلال الجلسة التي عقدها المجلس امس الخميس بحضور رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة وهيئة الإعلام بعدم تجريم مجلس النواب للمثلية والشذوذ الجنسي عبر الفضاء الإلكتروني أمر غير صحيح، موضحاً أن "المجلس بتجريمه للإباحية والإخلال بالأداب العامة والترويج الجنسي في المواد 13 و 14 في قانون الجرائم الإلكترونية، إنما يتحدث بشكل عام عن تلك الجرائم

الفوسفات: افتتاح غرف التشغيل الرقمية الجديدة في المجمع الصناعي

الانباط- العقبة

افتتح رئيس مجلس إدارة شركة مناجم الفوسفات الأردنية الدكتور محمد الذنيبات، امس الخميس، غرف التشغيل الرقمية الجديدة (DCS) لمصنعي حامض الكبريتيك والسماد، وغرفة تحكم وحدة الأمونيا في المجمع الصناعي التابع لشركة العقبة. وجاء افتتاح الغرفة في إطار الإجراءات التطويرية والتحديثية لمنظومة العمل في

الشركة والمراقب التابعة لها، بهدف تحسين الظروف التشغيلية وتوفير بيئة العمل الآمنة والمناسبة للعاملين. وأكد الذنيبات بحضور الرئيس التنفيذي للشركة المهندس عبد الوهاب الرواد، وعضو مجلس إدارة الشركة مائش قبطة، استمرار الشركة في عمليات التحديث والتطوير في أعمالها وفق أحدث المعايير الدولية المتبعة، وتوفير أعلى متطلبات السلامة المهنية للعاملين. وأشاد بجهود العاملين في المجمع، وما

يشهده من نقلة نوعية في آليات العمل والإنتاج، مشيراً لعمليات التطوير المستمرة التي يشهدها المجمع، والتي تستهدف زيادة الطاقة الإنتاجية، في ظل توجه الشركة نحو الصناعات التحولية، وخفض كلف الإنتاج والتعدين. وبين أن شركة مناجم الفوسفات الأردنية تتطلع وفي إطار خططها المستقبلية إلى تحقيق المزيد من الإنجازات على صعيد الإنتاج والتصدير، وبما يعزز مكانتها في سوق الفوسفات العالمي، ومساهمتها في دعم مسيرة

التنمية الاقتصادية. كما زار الذنيبات، موقع مركز الإسعاف الطبي، الذي سيقام في المجمع الصناعي في العقبة لخدمة المنطقة الجنوبية الصناعية، في إطار مساهمات شركة مناجم الفوسفات لخدمة المجتمع المحلي انطلاقاً من مسؤوليتها الاجتماعية. ويشمل المشروع، الذي سيقام على نفقة الشركة، إنشاء مركز إسعاف متطور وتجهيزه بكل المعدات ووسائل الإسعاف ورفده بـ 10 أسرة.

الصحّة تنفذ برنامجاً تدريبياً حول معايير اعتماد التطوير المهني

الانباط- عمان

وأدوات المتابعة والتقييم. وقال المجلس التمهيني في بيان امس الخميس، إن التدريب جاء استكمالاً للجزء النظري من التدريب الذي عقد في شهر نيسان من هذا العام في مديرية التطوير المهني وضبط الجودة بالوزارة. وتخلل البرنامج نقاش جماعي ومجموعات عمل وعروض توضيحية للمعايير الوطنية الموحدة لمدة لغايات التطوير المهني المستمر.

نظمت مديريةية التطوير المهني وضبط الجودة في وزارة الصحة، وبالتعاون مع المجلس التمهيني الأردني برنامجاً تدريبياً لتأهيل مقيمين من المجلس الصحي العالمي والمجلس الطبي الأردني والمجلس التمهيني الأردني ومديرية التطوير المهني وضبط الجودة حول معايير اعتماد أنشطة التطوير المهني المستمر

الخصاونة: مشروع قانون الجرائم الإلكترونية لا يمس أو ينتقص من جوهر الحريات المنصوص عليها في الدستور



الانباط- عمان

يعينها القانون.

وأشار الخصاونة في مداخلة إلى ارتفاع نسبة الشكاوى المستمدة من إخلالات في الفضاء الإلكتروني إلى ستة أضعاف خلال سنة واحدة، مؤكداً أن هذا الأمر يتطلب وقفة.

وبيّن أن غالبية مواد مشروع القانون المكون من (41) مادة تتعلق بحماية الفضاء الإلكتروني والمنشآت الإلكترونية من أي عبث في محتواها أو فرصه إلكترونية تستهدف قواعد البيانات والبنى التحتية والتعاملات المالية وهذه ضرورة لحماية حقوق الناس والخدمات الإلكترونية المقدمة لهم.

وشدد رئيس الوزراء على أن مشروع القانون لا يمس أو ينتقص من أوجه النقد البناء قيد أنملة

ويأتي شكل من الأشكال، مؤكداً "منفتحون تماماً إزاء أي مظهر من مظاهر النقد البناء" لكن يجب أن تنتظم القضايا المرتبطة بالإساءة والاعتداء على الناس وخصوصياتهم وحرمة حياتهم الخاصة، وحمايتهم من فئة قليلة تمارس الإساءة والتجريح والكتف على الناس. وأكد الخصاونة على ضرورة ضبط هذه الممارسات كي لا تنتقل إلى مظاهر من شأنها المساس بالسلم المجتمعي والأهلي، وهذه قواعد أساسية من واجبات المحافظة عليها بالتواجد في مجتمعنا الأردني المتحاب والمتألف. وفي مداخلة أخرى، أكد رئيس الوزراء وقوف جميع مؤسسات الدولة خلف جلالة الملك عبدالله الثاني في دعم الانتظام في الحياة الحزبية

والسياسية وعدم السماح بإعاقتها. وقال رئيس الوزراء: تحدثت في كل جولاتي مع أبنائنا الطلبة وشبابنا وشاباتنا المميزين في محافظات الشمال والوسط والجنوب عن ضرورة كسر المحظور للانتظام في العمل الحزبي والانتماء إلى الأحزاب السياسية، ودلت على جدية الدولة في هذا الاتجاه بتأكيد جلالة الملك عبدالله الثاني على هذا الأمر خلال لقائه برؤساء الجامعات، وكذلك لقاء سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد، مع عمدة شؤون الطلبة.

وأضاف الخصاونة: "أشرت من باب الطمأنينة العامة إلى الالتزام الواضح والعلمي الذي ظهر في الصحف لدائرة المخابرات العامة، وهي مؤسسة دستورية لها قانون وتبنت لرئيس الوزراء، حيث تحدث مدير عام المخابرات مشكوراً بالتأييد والتشديد على دعم الدائرة للانتظام الحزبي وللتحديث السياسي في إطار المنظومة العامة. وفي سياق آخر، شدد رئيس الوزراء على أن حرمة الحياة واحترام حريات الناس وحرمان المنازل مصانة، وهي مسألة فاضح فيها في المملكة الأردنية الهاشمية.

وقال رئيس الوزراء رداً على مداخلته لأحد أعضاء مجلس النواب: "تحدثي بأن تقوم أي من أجهزة الدولة الأردنية بانتهاك حرمان المنازل" مشدداً: "لا يقع في هذا الإطار الماهاتم الخاصة التي تقوم بها أجهزة إنفاذ القانون لحماية أبنائنا وبناتنا من خطر المخدرات والجرائم المنظمة، وأضاف: نفخر بأننا ندام القانونيين على هذه الجرائم ويتصدى جيشنا العربي يومياً لثل هذه المحاولات على حدودنا ونحني جلودهم في هذا الصدد.

الخصاونة يلتقي المدير الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية



الانباط- عمان

الخصاونة في مكتبه برئاسة الوزراء، امس الخميس، المدير الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية الدكتور أحمد المنظري، بحضور وزير

الصحة الدكتور فراس الهوارى وممثل المنظمة في الأردن الدكتورة جميلة الراعي. وأكد رئيس الوزراء التعاون الوثيق بين

الأردن ومنظمة الصحة العالمية والذي تعززت آثاره المثمرة خلال أزمة جائحة كورونا. وأعرب الخصاونة عن الشكر والتقدير لمنظمة الصحة العالمية على الدعم والمساعدات التي تقدمها للأردن والتي تسهم في دعم جهود الحكومة في تعزيز المنظومة الصحية في الأردن، أملاً باستمرار هذا الدعم وتعزيزه.

من جهته، أكد المدير الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية أن الأردن قطع أشواطاً كبيرة في المجال الصحي وتعزيز المنظومة الصحية وحقق إنجازات كبيرة في القضاء على العديد من الأمراض السارية. وأشار إلى مجموعة من الأنشطة والمشاريع التي تنفذها المنظمة في الأردن لدعم وتعزيز خدمات الرعاية الصحية.

وأشار إلى مجموعة من الأنشطة والمشاريع التي تنفذها المنظمة في الأردن لدعم وتعزيز خدمات الرعاية الصحية.

مقالي قبل الاخير.. لا نريد شكرا..



محمود الدباس

في هذا المقال والذي هو قبل الاخير لي في مسيرة كتابة المقال.. سأحدث عن ظاهرة اجتماعية يعاني منها كثير ممن يعملون الخير.. وسكون اكتمالا لسلسلة مقالات اجتماعية.. حاولت من خلالها تسليط الضوء على بعض السلوكيات الاجتماعية.. لعلي اساهم في زيادة وعي الناس في امور هي من وجهة نظرم بسيطة..

تعلمنا من السلف.. ان شخصا حصل على فرصة خصصا وجده في الصحراء.. ووطن انه منهك وموشك على الموت.. وحين تمكن من الفرس.. انطلق بها.. فناداه ذلك الرجل الذي عمل المعروف قائلا.. ارجوك لا تخبر بما فعلت احدا.. حتى لا يموت عمل الخير والنخوة بين الناس..

لا ننكر باننا نعيش على الواسطة.. وانا من مؤيدي الواسطة التي تثبت حق.. وتدافع عن مظلمة.. مع ان الاصل والطبيعي يجب ان لا يكون لها وجود او داعي.. ولكن لوجود اناس فاسدين في بعض المراكز.. يضطر الكثير منا الى من يثبت له حقه.. او يرد عنه مظلمة..

وكثير من المواقف التي سمعتها اقول.. بان اسدقاء ومعارف لي كثير.. قالوا باننا نعيش في زمن كثر معاصينا وذنوبنا.. ونسعى بين الناس بالخير لعلمنا لتقف حسنتا منها.. تكون في ميزان حسنتنا.. ولا نبغي شكرا من احد..

الا ان هناك وللأسف من لا يشكر فقط.. وانما يصل به الحال الى النكران.. او حتى الى اشعار من ساعده بالتقصير..

فيقول احدهم.. طلب منه شخص بان يساعده في كتابة رسالة تطلب لمجلس ادارة الشركة التي يعمل فيها.. وحين كتبت له تلك الرسالة.. والتي استشرت فيها اناس قانونيين واداريين.. وبعد ان ثبت حقه.. واعيدت له مستحقاته.. وبعد ان سألته عن نتيجة الرسالة.. قال لي بالحرف الواحد.. (بصراحة الله من فوق نجاني من كارثة.. فقد قرأت الرسالة قبل ان ارسلها.. ووجدت انك ذكرت فيها "أشعر بالظلم" وقمت بتغييرها الى "أشعر بالعين".. وكادت هذه الكلمة لو ابقيتها.. ان تقصديني وظيفتي.. حسب ما قاله لي احد اعضاء مجلس الادارة).. وهنا اشعرت ذلك الشخص.. بان الرسالة التي احوط على الكثير من النفاق القوية والصريحة كلها ضاعت.. وانني كدت ان ادمر حياته المهنية لولا ان تبيه هو شخصيا لتلك الكلمة..

وأخر ذكر لي بأنه طلب منه شخص هاوي في الكتابة ان يقدمه الى احد المواقع لينشر مقالة له.. وحين تواصلت مع صاحب ذلك الموقع.. ورحب بالامر.. قمت بتبشيك الاثنين مع بعضهما عبر اصطاء أرقام الهواتف لهما.. وبعد فترة من الزمن.. سألته هل تم نشر مقالتك؟! رد علي.. لقد تواصلت مع صاحب الموقع.. ورد علي بالاعتذار لان قدديك لي عنده لم يكن بالشكل الصحيح.. وبعد ان عرفته بنفسي وارسلت له مقالي.. قال لي رجل هو انت فلان الفلاني؟! سمعتك سابقيتك.. ومك كنت اتمنى ان تتواصل معي منذ زمن..

وهنا يقول صديقي.. ايضا اشعرتني هذا الكاتب الهاوي بانني كدت ان ادمر مسيرته قبل ان تبدأ.. لولا لطف الله بأنه استطاع وبحمته ومحنته ان يقنع صاحب الموقع.. ويعرفه بنفسه بالشكل الصحيح.. مع ان كلامه كله متناقض..

ولا انسى موضوع فحص السواقية.. الذي كان يخرز بالواسطات.. فكم سمعنا عن اناس تواسلوا لاشخاص لا يجتاز الفحص.. وبعد ان نجحوا.. يقولون ان الفاحص قال لهم اتمنحتم بذارعكم.. ولو اركنتم على الواسطة كان رسيتم.. «ابو الليث.. طيبا انا لست مع هكذا واسطات.. ولكن ذكرتها من باب تكرارها ولايصال الفكرة..»

من خلال ما تقدم من امثلة.. اجد بان هناك من يعمل على قتل فعل الخير من باب ظنه انه سيحصل جميلة من الشخص المساعد.. وليته يقف على باب عدم الشكر.. وانما الصبية بان يشعر من عمل معه خيرا.. بأنه كاد ان يعطل مسيرته او يتسبب له بالاذى..

من هنا اقول.. من يعمل الخير في كثير من الاحيان.. ان لم يكن في غالبيتها.. لا ينتظر الشكر ولا الجزاء.. ولا رد المعروف.. وانما يبتغي مرضاة الله تعالى.. وان يكون ممن يمسون في الخير.. والدالين عليه.. فلا تقطعوا المعروف بين الناس بنرجسيتمك وانانيتمك واتكاركم فعل

اهل الخير والصالح..

ابو الليث..

الأردن ولبنان يوقعان البرنامج التنفيذي للتعاون الثقافي



الانباط- عمان

تواجه كلا البلدين الشقيقين، إضافة إلى انهما يتشابهان في الموروث.

وأشار في حفل توقيع البرنامج الذي حضره عدد من مندوبي وسائل الإعلام الرئيسية، إلى مشاركته في افتتاح فعاليات مهرجان جرش للثقافة والفنون بدورته الحالية السابعة والثلاثين مساء أمس، لافتاً إلى أن مهرجان جرش ويعلمك تجميعها الكثير من الحضرات لا سيما ما يتعلق بالوروث الثقافي والفني.

وقال، إن ما يجمع بين الشعبين الشقيقين اللبناني والأردني كثير من المشتركات والقواسم الثقافية والحضارية خصوصا في الخضم التاريخي.

وبيّن المرتضى أن الاتفاقية تشمل تفعيل كل الجوانب الثقافية والفنية ومنها المسرح والمهرجانات والآداب والفنون بمختلف صنوفها والنشر وموضوعات التراث.

وأكد أن لبنان والأردن سيعملان معا لتفعيل هذا البرنامج لجعل الثقافة المصدر الأساسي لبث الوعي لمواجهة التحديات على المستويين اللبناني والأردني.

وفي رده عن سؤال مندوب وكالة الأنباء الأردنية (بترا) قال المرتضى، "نتطلع إلى تفعيل قطاعي وهي بين لبنان والأردن على كل المستويات ونسعى لتحقيق كل التفاصيل في بنود البرنامج، وسنعمل على إيجاد توأمة بين المهرجانات الثقافية والفنية في لبنان والأردن..

وقعت وزيرة الثقافة هيفاء النجار ونظيرها اللبناني محمد المرتضى أمس الخميس، في المركز الثقافي الملكي بعمان، البرنامج التنفيذي للتعاون الثقافي بين البلدين الشقيقين. وفي حفل توقيع البرنامج الذي حضره أمين عام الوزارة بالوكالة المهندس ماهر نضش، والقائم بالأعمال في السفارة اللبنانية لدى الأردن السفير يوسف رجي، ورئيس الهيئة الوطنية اللبنانية في منظمة اليونسكو شوقي ساسين، قالت النجار إن "علاقة الشعبين الشقيقين الأردني واللبناني متجددة وقائمة على المحبة والتعاون والشغف، وبيئت أن الاتفاقية تمثل المستوى الرسمي لغايات تنظيم التعاون، أما على المستوى الشعبي فالمعلاقات قائمة ومتواصلة في مختلف مناحي الحياة ومنها الثقافي والفني.

وأضافت، إن لبنان غني بالموروث الثقافي والفني ورائد على مستوى النشر، مبيّنة أن البرنامج يتضمن التعاون في مجال التراث وحفظه وصيانتة، والتنسيق بين الجانبين في هذا الشأن، مؤكدة أن لبنان بلد الثقافة والفنون وما يزال يمثل مصدر الفرح والإبداع في العالم العربي. من جهته، قال المرتضى إن هناك الكثير مما يجمع بين لبنان والأردن، كما يجمعهما الكثير من التحديات التي

برامج وقائية وتوعوية تنفذها الاستراتيجية الوطنية للحد من عمل الأطفال

الانباط- عمان

تتركز الاستراتيجية الوطنية للحد من عمل الأطفال 2020-2022 التي انطلقت بجهود مشتركة بين القطاعات الحكومية وغير الحكومية والقطاع الخاص بالملكة مطلع هذا العام على تحديث وتنفيذ التشريعات والبرامج والوقائية والتوعوية، وضمان تنسيق الجهود وبناء الشراكات، بالالتزام بمبادئ حقوق الإنسان وحقوق الطفل والحوكمة.

وتهدف الاستراتيجية إلى القضاء على عمل الأطفال غير القانوني وحماية الأطفال العاملين بطرق قانونية وأمنة، وبالبالغ عددهم حوالي 76 ألف طفل وفقاً للمسح الوطني لعام 2016، منهم 44 ألفاً يمارسون الأعمال الخطرة.

وصادق الأردن على اتفاقيات دولية لمكافحة عمل الأطفال وحماية حقوقهم، منها اتفاقية حقوق الطفل التي أصدرتها الأمم المتحدة، واتفاقية العمل الدولي رقم 138 و182، بالإضافة إلى إقرار قوانين محلية تتوافق مع هذه الاتفاقيات لمنع تشغيل الأطفال دون سن معينة وفي الأعمال الخطرة.

وقالت مديرة الطفولة في المجلس الوطني لشؤون الأسرة، ميس سلطان لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) إن عمل الأطفال ما زال تحدياً معقداً بسبب العوامل الاقتصادية والاجتماعية والثقافية المتداخلة، ويعد الفقر من أبرز مسببات عمل الأطفال، والذي يمكن مكافحته من خلال التعليم لأن الأساس هو منع تسرب الأطفال من المدارس والدخول في سوق العمل. وأكد مدير مكافحة التسول في وزارة التنمية الاجتماعية عبد الباسط الخوالدة أن دور الوزارة في الاستراتيجية الوطنية للحد من

عمالة الأطفال يتمثل بالحد من ظاهرة التسول بأشكالها كافة، وتحقيق المصلحة الفضلى للطفل، ورفع الخطر عن الأطفال من جميع الأعمار وتلبية احتياجاتهم وفقاً لإمكانات الوزارة. وأوضح أن الوزارة تتخذ التشريعات القانونية والاحتياجات من التأهيل والرعاية لتحقيق هذه الأهداف، وتطلع إلى أن تسهم الاستراتيجية الوطنية في الالتقاء مع جهود الشركاء لمواجهة الحملات الهادمة التي تمس الأطفال وتهدد مظلوميتهم.

وقال الناطق الرسمي باسم وزارة العمل محمد الزبيد إن الوزارة تشارك في عضوية اللجنة التنسيقية المشكلة برئاسة المجلس الوطني لشؤون الأسرة لمتابعة وتقييم الاستراتيجية الوطنية للحد من عمالة الأطفال والخطة التنفيذية، مبيّناً أن الوزارة تنفذ العديد من الأنشطة والبرامج ضمن الخطة، وتسهم في وضع الخطط للأعوام اللاحقة فيما يتعلق بعمل الأطفال بالملكة.

وبيّنت ممثل غرفة تجارة الأردن لانا بتي هاني أن أبرز الأهداف التي جرى العمل عليها للحد من عمالة الأطفال هو بناء إطار وطني للحد من هذه الظاهرة باعتبار أن القطاع الخاص هو المشغل للعمال، والعمل جارٍ لتوعية القطاع الخاص بأخطار تشغيل الأطفال وحمل التبعات القانونية الناتجة عن ذلك.

وأضافت أن القطاع الخاص أدى دوراً رئيساً في التوعية بمخاطر تشغيل الأطفال، وأسهم في إنجاح حملة الحد من عمل الأطفال من مدخل المسؤولية المجتمعية التي تقع عليه، مؤكدة أن استراتيجية كثير من مؤسسات القطاع الخاص تركز على توفير مخصصات ضمن إطار المسؤولية الاجتماعية لدعم الأسر التي

لديها عمالة أطفال. وقالت ممثلة جمعية رواد الخير نور جمال إن برنامج حماية الطفل من العمالة يستهدف الأطفال المستضعفين والأقل حظاً لدى العائلات مقدمي طلب الرعاية العاجزين عن العمل من الأيتام والفقراء والعائلات المتكئة، عبر قيامها بدراسة الحالات وفق معادلة معتمدة من وزارة التنمية الاجتماعية لمعرفة مدى حاجة الأسرة للرعاية الاجتماعية، وتقديم مخصصات مالية شهريا لضمان وجود أساسيات الحياة لدى الأسر المشمولة بهذا البرنامج للحفاظ على بقاء الأطفال في المدارس.

وأضافت أن الجمعية تعمل على برنامج وقائي يستهدف العائلات التي تحوي أطفالاً يرغبون بالعمل، من خلال توفير الاحتياجات الأساسية للأسرة لنثني الأطفال عن العمل، وتعمل كذلك على بناء شخصية الطفل والتركيز على رفع القيم النفسية لمواصلة التعليم وتوفير أنشطة لائمهجية وترفيهية وتدريبه على وسائل الحماية الذي أدى إلى عودة 700 طفل إلى المدارس.

وقال مدير مركز جبل النظيف لشؤون المجتمع المحلي التابع لمؤسسة رواد التنمية طارق الفقيه إن الدور الذي تؤديه المؤسسة في الاستراتيجية يتمثل ببناء إطار وطني لمواجهة عمالة الأطفال، وجمع الأطراف العاملين للحد من عمالة الأطفال بالملكة بشكل تشاوري وتكاملي وتكاملي لبناء برامج وخطط تساعد في الحد من عمل الأطفال بشكل متكامل وعبر خطة وطنية منهجية.

وبيّن أن العمل مع منظمة العمل الدولية أدى إلى إعادة 150 طفل للمدارس بالتعاون مع وزارة التربية والتعليم من خلال برنامج تعزيز الثقافة للمتسربين أو نظام الالتحاق

البنك المركزي الاردني يرفع أسعار الفائدة على كافة أدوات السياسة النقدية بمقدار ٢٥ نقطة أساس



الأخبار-وكالات

التضخم عند مستويات معتدلة تراوحت حول 3 بالمئة خلال النصف الأول من هذا العام.

وواصلت المؤشرات النقدية والمصرفية خلال الفترة المتبقية من العام أداءها الإيجابي انعكاساً للثقة بيئة الاقتصاد الكلي وقوة الجهاز المصرفي الأردني والتدابير الرقابية الحصيفة التي يطبقها البنك المركزي الأردني.

وناقشت اللجنة التقارير المقدمة حول المستجدات الاقتصادية العالمية، ووتيرة تحرك البنوك المركزية، إقليمياً وعالمياً، لمواجهة الضغوط التضخمية المتوقعة. وتؤكد اللجنة التزام البنك المركزي باتخاذ التدابير والإجراءات اللازمة للحفاظ على الاستقرار النقدي في المملكة، استناداً إلى المتابعة الدقيقة للتطورات الاقتصادية المحلية والدولية.

قررت لجنة عمليات السوق المفتوحة في البنك المركزي الأردني رفع أسعار الفائدة على أدوات السياسة النقدية كافة بمقدار 25 نقطة أساس اعتباراً من يوم الأحد الموافق 30 تموز الحالى التزاماً من البنك بتعزيز الاستقرار النقدي في المملكة، والحفاظ على ما تم تحقيقه من مكتسبات.

وناقشت اللجنة باستفاضة التطورات الاقتصادية النقدية والمصرفية، وتوقعات الدوائر المعنية في البنك للفترة المقبلة. وأكدت اللجنة ثقتها بمنع الاقتصاد الوطني وقدرته على مواصلة التحسن في الربع الأول من العام الحالي بنسبته 2.8 بالمئة، في وقت أمكن فيه ضبط معدل

صافي أرباح مجموعة بنك الإسكان يرتفع بنسبة ٢٠,١٪ ليصل الى ٧٦,٧ مليون دينار في النصف الأول من عام ٢٠٢٣



الأخبار-عمان

ومن جانبه، أكد الرئيس التنفيذي للبنك، عمار الصفدي، أن النمو الذي سجلته المجموعة خلال النصف الأول من العام الحالي شمل مختلف مؤشراتنا المالية وكان بدعم من كافة القطاعات التشغيلية في المجموعة.

وأشار الصفدي إلى أن إجمالي الدخل المتأتي من العمليات البنكية الرئيسية ارتفع ليصل إلى 224.5 مليون دينار خلال النصف الأول من العام 2023، مقارنة مع 187.0 مليون دينار تم تحقيقها خلال نفس الفترة من العام الماضي، فيما ارتفعت الأرباح التشغيلية لتصل إلى 134.9 مليون دينار، نتيجة لجهود المجموعة في زيادة إجمالي الدخل وتنويع مصادره، وتحسين

الشامل والمرن والمواكب لأفضل الممارسات العالمية الذي تتبعه المجموعة.

وأشار الخطيب إلى أن المجموعة واصلت اتباع النهج المحافظ المعتمد وإدارة المخاطر بفعالية، وذلك بهدف حماية البنك وتعزيز قوة مركزه المالي في ضوء الظروف والتحديات الاقتصادية واستمرار التداعيات الناجمة عن التطورات الجيوسياسية الدولية.

وبين الخطيب أن المجموعة تمكنت من تعزيز جودة محفظة القروض وزيادة مائة المركز المالي وتحقيق نمو مستدام في العائد على حقوق المساهمين، الذي ارتفع إلى 12.2٪ بنهاية النصف الأول من العام الحالي.

أعلنت مجموعة بنك الإسكان للتجارة والتمويل عن نتائجها المالية للفترة الأشهر الأولى من عام 2023، حيث حققت المجموعة أرباحاً صافية بعد الخصصات والضرائب بلغت 76.7 مليون دينار، بارتفاع نسبتها 20.1٪ مقارنة مع ما تم تحقيقه خلال الفترة المماثلة من العام الماضي. وفي تعقيب على هذه النتائج المالية، أعرب رئيس مجلس الإدارة، عبد الإله الخطيب، عن ارتياحه لها مبيناً أن النتائج المالية التي تم تحقيقها تعكس قدرة المجموعة على مواصلة تحقيق نمو مستدام ضمن مختلف قطاعاتها التشغيلية، نتيجة للنهج الاستراتيجي

الرواجية: التحول الرقمي استراتيجية لدعم القطاعات الاقتصادية



الأخبار-عمان

رئيساً للتنمية الاقتصادية والاجتماعية، ما يتطلب التعجيل برقمنة المزيد من الخدمات الحكومية، كونه يقص الكلف التشغيلية، ويسهم بتبسيط إجراءات الخدمات المقدمة للمواطنين وتسريعها ويوفر البيئة لتقديم خدمات ذات جودة عالية وشفافية، إضافة إلى مراقبة الأداء والربط بين مؤسسات القطاع العام والخاص، لضمان جودة البيانات وحمايتها.

وقال الرواجية في بيان عقب لقاء نظمه غرفة تجارة عمان أمس الخميس للقطاعين التجاري والصناعي في إقليم البترا، إن الأردن كان من الدول السباقة بالمنطقة التي اعتمدت التحول الرقمي في العديد من القطاعات الاقتصادية، سيما القطاعات المالية والزراعية والصناعية والخدمات الصحية، وأضاف، إن التحول الرقمي يعد محركاً

أكد ممثل قطاع الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات في غرفة تجارة الأردن المهندس هيثم الرواجية، أن التحول الرقمي ليس خياراً بل يمثل استراتيجية عمل أساسية، تسهم في دعم القطاعات الاقتصادية وتوفير خدمات عالية الجودة للمواطنين.

الزراعة توضح حول منع إعلامية استيراد ٢٠٠ طن دجاج مهجد «صناعي»



الأخبار-عمان

عليه حسب الأصول، ما يمنع منحها الرخصة لأغراض صناعية.

وأشار إلى أنه تم منحها رخصة تجارية اعتيادية مدفوعة الرسوم ويندرج على هذه الرخصة إضافة إلى الاعفاء الجمركي مخاطر صحية من إعادة التجميد لأكثر من مرة، الأمر الذي قد يؤدي إلى تسمم ووفيات، وعليه قامت بهذه الحملة الشرسية على الوزارات التي عملت على المتابعة القانونية حسب الأصول لكل هذه الافتراءات.

أكد مصدر في وزارة الزراعة، أن الادعاءات التي تحدثت بها إحدى الاعلاميات عن الوزارة تعد معلومات عارية على الصحة. وأوضح المصدر، في حديثه لـ عمان 200 طن إعلامية قدمت طلباً لاستيراد 200 طن دجاج مهجد على أساس صناعي للحصول على إعفاء جمركي لكنها لا تحمل ترخيص صناعي ولديها مبنى فارغ ولم يتم الكشف

وأوضح أن الاستراتيجية الوطنية للتحول الرقمي والخطة التنفيذية 2021 - 2025، تقدم إطاراً استراتيجياً للتحول الرقمي للأردن، وتوضح التغييرات والمتطلبات الاستراتيجية اللازمة، لوكالة عجلة التقدم في التحول الرقمي عالمياً، وتحسين تقديم الخدمات الحكومية، مشيراً إلى الخدمات الحكومية التي تقدم من خلال تطبيق (سند)، والتي تضاعفت خلال الفترة الأخيرة بشكل ملحوظ.

وأشار إلى أن رؤية التحديث الاقتصادي، أكدت ضرورة تسريع وتيرة التحول الرقمي للقطاع العام من خلال إقامة شراكات مع القطاع الخاص الذي يملك خبرات كبيرة بهذا الخصوص، مبيناً أن الكثير من الشركات الأردنية نفذت مشروعات للتحول الرقمي في دول عربية. ولفت الرواجية، إلى أن رؤية التحديث الاقتصادي، أكدت ضرورة تعزيز موقع المملكة ليكون مركزاً استثمارياً جذاباً للابتكار الرقمي ومنصة انطلاق للحلول الرقمية القابلة للتوسع، وتطويره ليصبح مركزاً لتقديم الخدمات الممكنة رقمياً عالية القيمة، والاستفادة من مجموعات المهارات والبنية التحتية والمنظومة والموقع الجغرافي الاستراتيجي للمملكة.

ضمان الاستثمار: الدول العربية استقطبت ١٦٧ مشروعاً أجنبياً العام الماضي

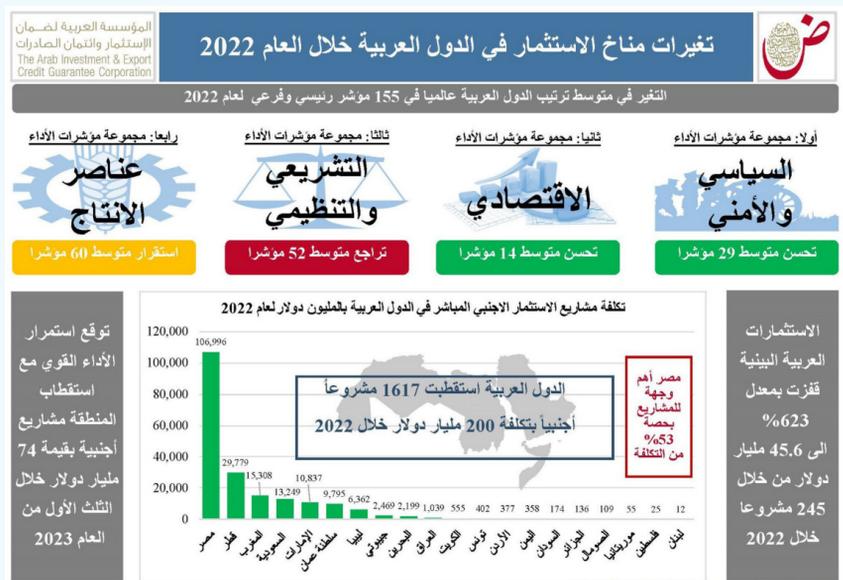
الأخبار-عمان

كشفت المؤسسة العربية لضمان الاستثمار والثمن الصادرات (ضمان)، عن ارتفاع عدد مشاريع الاستثمار الأجنبي المباشر الواردة إلى المنطقة العربية خلال العام الماضي 2022 بمعدل 74 بالمئة، لتصل إلى 1617 مشروعاً وتكلفتها الاستثمارية بمعدل 358 بالمئة، لتبلغ 200 مليار دولار.

ووفق المؤسسة، جاء الأردن المرتبته 13 عربياً في قائمة أكبر المستقبلين لمشاريع الاستثمار الأجنبي المباشر في الدول العربية من حيث التكلفة الاستثمارية للعام الماضي 2022، بقيمة 377 مليون دولار ويعد 10 مشاريع منفذة من خلال 9 شركات أجنبية.

وحسب بيان للمؤسسة، أمس الخميس، وصل لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، تركزت تلك المشاريع في مصر بحصة 53 بالمئة من التكلفة الاستثمارية، وفي الإمارات بحصة 57 بالمئة من عدد المشاريع، لتصل قيمتها التراكمية بالمنطقة العربية خلال العامين الماضيين 1.5 تريليون دولار، من خلال أكثر من 16 ألف مشروع وفرت ما يزيد على مليوني فرصة عمل.

وقال المدير العام ل (ضمان) عبد الله أحمد الصبح، إن المؤسسة رصدت 155 من المؤشرات المركبة والضرعية الصادرة عن أكثر من 30 جهة دولية، وكشفت عن تغييرات في ترتيب



المصدر: التقرير السنوي لمناخ الاستثمار في الدول العربية لعام 2023

بعد ارتفاع عدد المشاريع الأجنبية الواردة للمنطقة وفق قاعدة بيانات (FDI Markets) بمعدل 28 بالمئة والتكلفة بمعدل 70 بالمئة، لتبلغ 74 مليار دولار خلال الثلث الأول من العام الحالي 2023.

وضع الدول العربية في المؤشرات الدولية انعكست إيجابياً على عدد المشاريع الأجنبية المباشرة الواردة إلى المنطقة العربية وتكلفتها الاستثمارية، مع توقعات باستمرار الأداء القوي خلال العام الحالي 2023، لاسيما

الدول العربية عالمياً في 4 مجموعات رئيسية للمؤشرات السياسية والاقتصادية والتنظيمية وعناصر الإنتاج ذات الصلة بمناخ الاستثمار في دول المنطقة، خلال العام الماضي 2022. وأضاف، أن المحصلة النهائية لتغييرات

حيث عدد المشاريع بحصة 25 بالمئة. وأشار إلى أن المؤسسة التي تعد أول هيئة متعددة الأطراف لتأمين الاستثمار في العالم، ومع قرب احتفالها باليوبيل الذهبي لإنشائها وبلوغ الحجم التراكمي لعملياتها المضمونة نحو 27 مليار دولار بنهاية حزيران الماضي من العام الحالي 2023، تواصل مساعيها وجهودها الرامية لتحسين مناخ الاستثمار في الدول العربية وتشجيع الصادرات العربية إلى مختلف دول العالم. وأكد الصبح، أهمية قيام دول المنطقة بالإسراع في تنفيذ خطط متكاملة لتحسين مناخ الاستثمار بمختلف مكوناته السياسية والاقتصادية والمؤسسية، لاسيما مع تزايد حدة المنافسة بين دول العالم على استقطاب الاستثمارات الأجنبية المباشرة إلى قطاعاتها المختلفة، خصوصاً في ظل الأوضاع السياسية والاقتصادية التي تمر بها دول المنطقة والعالم بأسره. والمؤسسة العربية لضمان الاستثمار والثمن الصادرات "ضمان"، هي هيئة عربية مشتركة مملوكة من قبل الدول العربية، بالإضافة إلى أربع هيئات مالية عربية، تأسست عام 1974 وتختص من دولة الكويت مقرّاً رئيسياً لها. وهي حاصلة على تصنيف A+ مع نظرة مستقبلية مستقرة من قبل (ستاندارد أند بور S&P)، فيما تُعد أول هيئة متعددة الأطراف لتأمين الاستثمار في العالم.

مقارنة بنفس الفترة من 2022. ووفق بيانات التقرير مثلت مصر أهم وجهة للمشاريع الأجنبية في المنطقة من حيث التكلفة الاستثمارية بقيمة 107 مليارات دولار وبحصة 53 بالمئة، مستفيدة من المشروعات الضخمة التي تم التعاقد بتنفيذها بمجال الطاقة النظيفة والمتجددة خلال مؤتمر المناخ الذي عقد في شرم الشيخ. وحلت قطر في المرتبة الثانية بقيمة نحو 30 مليار دولار، ثم المغرب 15.3 مليار دولار، فالسعودية 13.2 مليار دولار، ثم الإمارات بقيمة نحو 11 مليار، كما حلت الإمارات في مقدمة الدول المستقبلية من حيث عدد المشاريع بنحو 923 مشروعاً. أما قطاعاً، فقد حل قطاع الطاقة المتجددة في المقدمة على صعيد التكلفة الاستثمارية بحصة 60 بالمئة، فيما حل قطاع البرمجيات في المقدمة وفق عدد المشاريع بحصة 23.4 بالمئة من الإجمالي. ولفت الصبح إلى استمرار النمو في الاستثمار العربي البيني خلال العام 2022، لاسيما بعدما زاد عدد مشاريع الاستثمار العربي البيني بمعدل 84 بالمئة إلى 245 مشروعاً، والتكلفة بمعدل 623 بالمئة وبنحو 46 مليار دولار خلال العام نفسه. وبين أن مصر مثلت الوجهة الأولى بتكلفة 35 مليار دولار وبحصة 75 بالمئة، وزعت على 50 مشروعاً أغلبها في قطاع الطاقة المتجددة، فيما تصدرت السعودية المقدمة من

صخرة الخلافات الفلسطينية لم تتحطم في أنقرة.. استمرار الجدل قبل اجتماع الأمناء العامين و«الجهاد» يجدد شروطه للحضور



الانباط-وكالات

بدا واضحا أن اللقاءات والاتصالات الأخيرة بين حركتي فتح وحماس، وأبرزها تلك التي عقدت في تركيا على أعلى مستوى، لم تفلح في تقريب وجهات النظر للتوصل إلى استراتيجيات وطنية موحدة لمواجهة مخططات إسرائيل، وذلك قبل عقد مؤتمر الأمناء العامين للفصائل، المقرر نهاية الشهر الجاري في القاهرة.

كذلك رفض الرئيس الفلسطيني والوفد المرافق له خلال اللقاء، الاتهامات للأمن الفلسطيني بتنفيذ اعتقالات سياسية، باعتبار أن كل الموقوفين يواجهون تهمة بخرق القانون، وأن أي حديث عن حل لا يكون بالضغط على قيادة السلطة بعدم حضور اجتماع الأمناء العامين، وأن أي مسائل خلافية يمكن حلها من خلال الحوار.

لكن أبرز التوافق بين الطرفين، كانت في تشخيص الحالة الفلسطينية في ظل سياسات حكومة اليمين الحالية المتطرفة، وضرورة توحيد الجهود بأسرع وقت لمواجهة هذا ولم ينجح أيضا اللقاء الثلاثي الذي جمع الرئيس التركي أردوغان بالرئيس الفلسطيني عباس، وهنية، في التوصل إلى صيغة تقريبية بين الطرفين، بخصوص أهم ملفات الخلاف، وهو البرنامج السياسي، واكتفى بيان الرئاسة الفلسطينية بالإعلان

لحكومة فلسطينية، وأنها تكون ناجحة في حال كانت عنوانا للقيادة الموحدة للمقاومة الشعبية وقد تخلل اللقاء الذي جمع عباس وقيادة حماس الحديث عن تفاصيل الوضع الميداني في الضفة، وأثار قيادة حماس ملف الاعتقال السياسي، والعمل العسكري ضد الاحتلال.

في المقابل، تشدد الرئيس عباس بالوقوف المستند إلى ضرورة تبني المقاومة الشعبية في مواجهة الاحتلال، وفق ما تم الاتفاق عليه في اتفاقية القاهرة للمصالحة الموقعة عام 2011 كما رفض الرئيس الفلسطيني والوفد

المرافق له خلال اللقاء، الاتهامات للأمن الفلسطيني بتنفيذ اعتقالات سياسية، باعتبار أن كل الموقوفين يواجهون تهمة بخرق القانون، وأن أي حديث عن حل لا يكون بالضغط على قيادة السلطة بعدم حضور اجتماع الأمناء العامين، وأن أي مسائل خلافية يمكن حلها من خلال الحوار.

لكن أبرز التوافق بين الطرفين، كانت في تشخيص الحالة الفلسطينية في ظل سياسات حكومة اليمين الحالية المتطرفة، وضرورة توحيد الجهود بأسرع وقت لمواجهة هذا ولم ينجح أيضا اللقاء الثلاثي الذي جمع الرئيس التركي أردوغان بالرئيس الفلسطيني عباس، وهنية، في التوصل إلى صيغة تقريبية بين الطرفين، بخصوص أهم ملفات الخلاف، وهو البرنامج السياسي، واكتفى بيان الرئاسة الفلسطينية بالإعلان

العجز المالي لدونروا يزيد المخاطر الإنسانية على 6 مليون لاجئ فلسطيني



الانباط-وكالات

إلى مرحلة يصعب السيطرة عليها وبينت أن واحدة من المخاوف المطروحة وبموضوعية وكنيتجة لتراجع تقديم الخدمات ما سيكون من تداعيات مفضلية على مستوى الدول المضيفة وقدرتها على تحمل مسؤولية تقديم جزء أو كل الخدمات التي تقدمها الوكالات من الصحة والتعليم والإغاثة وغيرها ولقت إلى أن ذلك يشكل عبئا إضافيا على الدول المضيفة التي لديها ظروفها الخاصة، ويشكل هجوة سياسية في تراجع الثقة بين

اللاجئين والدول المضيفة، واعتبار الدول شريكاً في مؤامرة تهدف إلى توطيئهم وتفرغ المحتوى السياسي بتطبيق القرار 194 الذي أكد على حق العودة للاجئين والتعويض واستعادة الممتلكات وقالت الهيئة إن ذلك الأمر لن يسكت عليه اللاجئون، وستحدث ثورة في الخيمات والتجمعات على شكل فعاليات مختلفة رافضة ومستنكرة، وستشكل حالة صدام بين اللاجئين والدول المضيفة، لا يُعرف ما الذي سيكون

أكدت الهيئة 302 للدفاع عن حقوق اللاجئين، أن العجز المالي والأزمة المالية المزمنة لوكالة دونروا، يزيد المخاطر الإنسانية المهددة بأكثر من 6 مليون لاجئ فلسطيني يعيشون في مناطق عمليات دونروا الخمسة وقالت الهيئة، في بيان لها اليوم الخميس، إن ذلك أمر يُحسب له ألف حساب على المستوى المحلي والإقليمي والدولي من أن تنزلق الأمور

بعد اقتحامات الأقصى.. شخصيات فلسطينية: الاحتلال يسعى لتغيير هوية القدس والأقصى

الانباط-وكالات

دائما تعمل على تسخير هذه المناسبات للاقتحامات على المسجد وواقعه، وأوضح أن ما يجري في المسجد الأقصى ومحيطه هو جزء من حرب مفتوحة وغير مسبوقه تنفذها العصابات الإسرائيلية، بدعم وتأييد من حكومة الاحتلال المتطرفة "الدينية" المتطرفة بغطاء من الاحتلال وقال نائب مدير دائرة الأوقاف الإسلامية بالقدس ناجح بكيرات إن ما يجري من انتهاكات بحق الأقصى المبارك جريمة حرب ترتكبها العصابات الإسرائيلية بدعم وحماية كاملة من حكومة الاحتلال المتطرفة، وهم يحاولون استغلال أعيادهم لتغيير الواقع في المسجد وأكد بكيرات على أن حكومة الاحتلال هي التي تقود مخطط التهويد، ولم يكن كما المرات السابقة التي تدعو فيها جماعات الهيكل الحكومة لتنفيذ السياسات، فهي الآن أصبحت ممثلة في الحكومة وتقود بنفسها الانتهاكات وأوضح أن جماعات الهيكل تعمل بشكل مكثف في هذه المرحلة لإضفاء صورة تهويدية تساعدهم في تهويد القدس بشكل كامل، وتغيير الهوية البصرية للمدينة من خلال الاستيطان والهدم واستباحات مجموعات كبيرة من المستوطنين بقيادة المتطرف "بن غفير"، صباح اليوم الخميس 27 يوليو 2023، وبأحات المسجد الأقصى المبارك، لحماية مشددة من قوات الاحتلال، في ما يسمى "خراب الهيكل"، وقاد ما يسمى وزير الأمن القومي للاحتلال المتطرف "يتيمار بن غفير" أول فوج اقتحم بأحات المسجد الأقصى، كما ذكر "خراب الهيكل"، وذكرت مصادر مقدسية أن قرابة 1050 مستوطنا اقتحموا الأقصى، وأدوا رقصات وغناء وهتافات استفزازية أثناء اقتحامهم للمسجد الأقصى، كما نفذوا ما يسمى "السجود المحمي" بشكل جماعي، بحماية مشددة من قوات الاحتلال بدورهم، أكد خطيب المسجد الأقصى الشيخ كرمه صبري اليوم الخميس، أن استغلال الجماعات الاستيطانية المتطرفة لأعياد اليهودية، ليس أمرا جديدا، "في

لكنه قال إن ذلك الاجتماع لا جدوى منه، ولم يتم التحضير أو وضع أجندة عمل له، متوقفاً فشله لأنه لا يحمل عوامل إيجابية، كما توقع عدم ذهاب بعض الفصائل إلى هذا اللقاء وقال: هذا الاجتماع يتركز حول لقاءات ثنائية بين بعض الأطراف في القاهرة، وفي نهايته يلقى رئيس السلطة محمود عباس كلمة، دون تحقيق أي جديد وأضاف: ربما هناك وجود لمبادرات وحل وسط لإخراج عدد من السجناء قبل لقاء الأمناء العامين وأشار إلى أنه جرى التواصل معه من قبل رئيس المخابرات الفلسطينية اللواء ماجد فرج، مضيفاً: لا أشعر أن لديه جدداً، حيث جاء الاتصال نتيجة تواصل مع الأشقاء المصريين لإيجاد صيغة للحل وأوضح أنه أبلغه في الاتصال، أن حركته تريد الإفراج عن المعتقلين كافة، ومنهم معتقلي الجهاد الإسلامي وأشار إلى أنه في حال الإفراج عن معتقلي الجهاد، ستدرس الحركة المشاركة في الاجتماع، لكنه في ذات الوقت، قال إن لقاء الأمناء العامين للفصائل لا يحمل عوامل إيجابية للنجاح، لأن المشهد الفلسطيني محاط بتعقيدات عدة، كما توقع عدم ذهاب بعض الفصائل إلى الاجتماع وبدا أن النخالة يقصد الأمناء العامين لتنظيم الجبهة الشعبية - القيادة العامة، ومنظمة الصاعقة

وفي السياق، كشف نائب الأمين العام لحركة الجهاد الإسلامي، محمد الهندي، عن جهود تبذلها بعض الفصائل الفلسطينية والشخصيات الوطنية للإفراج عن المعتقلين لدى الأجهزة الأمنية في الضفة ونقلته عن مواقع تابعة لحركة الجهاد الإسلامي، القول إن حركته تتعامل بإيجابية ومسؤولية وتقدير مع هذه الجهود، وأضاف: تأمل أن نصل هذه الجهود إلى نتيجة، ودون ذلك فإن موقف الحركة هو عدم المشاركة في اجتماع الأمناء العامين بالقاهرة وأضاف: فوجتنا ليس بعدم الإفراج عن المعتقلين، بل باعتقالات جديدة في صفوف شباب المقاومة، وكان رسالة السلطة الواضحة بأننا مستمرون بالتنسيق الأمني مع الاحتلال وبالعلاقات السياسية وأنه لا أهمية لهذا اللقاء

جهود وساطة

في السياق، كشف نائب الأمين العام لحركة الجهاد الإسلامي، محمد الهندي، عن جهود تبذلها بعض الفصائل الفلسطينية والشخصيات الوطنية للإفراج عن المعتقلين لدى الأجهزة الأمنية في الضفة ونقلته عن مواقع تابعة لحركة الجهاد الإسلامي، القول إن حركته تتعامل بإيجابية ومسؤولية وتقدير مع هذه الجهود، وأضاف: تأمل أن نصل هذه الجهود إلى نتيجة، ودون ذلك فإن موقف الحركة هو عدم المشاركة في اجتماع الأمناء العامين بالقاهرة وأضاف: فوجتنا ليس بعدم الإفراج عن المعتقلين، بل باعتقالات جديدة في صفوف شباب المقاومة، وكان رسالة السلطة الواضحة بأننا مستمرون بالتنسيق الأمني مع الاحتلال وبالعلاقات السياسية وأنه لا أهمية لهذا اللقاء

المطران حنا: ما يجري في الأقصى إرهاب وحرب غير مسبوقه للنيل من هوية القدس



الانباط-وكالات

قال رئيس أساقفة سبسطية للروم الأرثوذكس المطران عطا الله حنا، إن ما يجري في المسجد الأقصى المبارك ومحيطه من اقتحامات ومسيرات استفزازية، إرهاب دولة وحرب غير مسبوقه وأضاف حنا في تصريح صحفي أن الانتهاكات التي ترتكب بحق القدس والأقصى تأتي استكمالاً لسلسلة الإبراهيمية العنصري، الذي تمارسه حكومات الاحتلال العينية بحق أبناء شعبنا ومقدساتهم وحماية قوات الاحتلال بقيادة بنيامين نتنياهو أصبحت تُنفذ الانتهاكات عبر أذرعها المختلفة، بعدما كانت في السابق تدعمها فقط، موضحاً أن الهدف منها النيل من هوية القدس وطابعها لصالح يهودية الدولة واستباحات مجموعات كبيرة من المستوطنين بقيادة المتطرف بن غفير، صباح اليوم الخميس، بأحات المسجد

قال رئيس أساقفة سبسطية للروم الأرثوذكس المطران عطا الله حنا، إن ما يجري في المسجد الأقصى المبارك ومحيطه من اقتحامات ومسيرات استفزازية، إرهاب دولة وحرب غير مسبوقه وأضاف حنا في تصريح صحفي أن الانتهاكات التي ترتكب بحق القدس والأقصى تأتي استكمالاً لسلسلة الإبراهيمية العنصري، الذي تمارسه حكومات الاحتلال العينية بحق أبناء شعبنا ومقدساتهم وحماية قوات الاحتلال بقيادة بنيامين نتنياهو أصبحت تُنفذ الانتهاكات عبر أذرعها المختلفة، بعدما كانت في السابق تدعمها فقط، موضحاً أن الهدف منها النيل من هوية القدس وطابعها لصالح يهودية الدولة واستباحات مجموعات كبيرة من المستوطنين بقيادة المتطرف بن غفير، صباح اليوم الخميس، بأحات المسجد

بينهم ١٨ طفل.. ١١٣٢ معتقل إداري في سجون الاحتلال

الانباط-وكالات

المعطيات الصادرة عن المؤسسات المختصة، فقد بلغ عدد المعتقلين الإداريين حتى نهاية شهر حزيران المنصرم (1132) معتقلاً إدارياً، منهم (18) طفلاً، و(3) من الأسيرات وأكد النشادي في بيان له، أن هذه الأعداد لم تشهدا منذ 20 عاماً، حيث

أصدر الاحتلال حتى نهاية حزيران المنصرم (1608) أوامر، منها (813) أمر جديد، و(795) أمر تجديد، وخلال الشهر الجاري، أصدر الاحتلال العشرات من أوامر الاعتقال الإداري، التي طالت بشكل أساس معتقلين سابقين أمضوا سنوات في سجون الاحتلال،

ومنها الاعتقال الإداري، إضافة إلى أن جيلاً جديداً، بدأت سلطات الاحتلال باستهدافه وأشار إلى أن قضية الاعتقال الإداري، كانت أبرز القضايا التي فرضت متغيرات كبيرة منذ العام المنصرم، وخلال العام الجاري، وكان نادي الأسير قد استعرض خلال محاكمها الصورية

وجدد نادي الأسير دعوته إلى ضرورة إعادة تقييم مسألة التعاطي مع الجهاز القضائي للاحتلال، وتحديداً في قضية الاعتقال الإداري، علماً أن نحو 60 أسيراً يواصلون مقاطعتهم لحاكم الاحتلال، كمحاولة مستمرة للنضال ضد هذه الجريمة

قال نادي الأسير، إن سلطات الاحتلال تواصل توسيع دائرة جريمة الاعتقال الإداري أي الاعتقال بذريعة وجود ملف سري، مستهدفة بذلك كافة الفئات بما فيهم النساء والأطفال، ووفقاً لآخر



الفيصلي والوحدات تواجه منتظرة لحسم السوبر



الانباط - عمان

تنتجه أنظار عشاق كرة القدم الأردنية في الثامنة مساء الجمعة، صوب ستاد عمان الدولي الذي يحضن مجريات المواجهة المرتقبة التي تجمع الوحدات والفيصلي في إياب كأس السوبر الأردني. ويتطلع فريق الوحدات للظفر بأول ألقابه في الموسم الجديد، فيما يأمل الفيصلي بصعود منصة التتويج مجددا بعدما ظفر مؤخرا بدرع النوية. ويتمتع الفريقان بحظوظ جيدة لحسم اللقب، مما يجعل إمكانية التوقع بهوية البطل غاية في الصعوبة. ويملك الوحدات حظوظا أوفر نسبيا من منافسه

الفيصلي لنيل اللقب بحكم فوزه في لقاء الذهاب ١-٢. ويكفي فريق الوحدات التعادل أو الفوز بأي نتيجة ليصعد منصة التتويج. في المقابل فإن فوز الفيصلي بفارق هدف يعني احتكام الفريقين لركلات الترجيح مباشرة، وفوزه بفارق هدفين يعني حصوله على البطولة. وسيبسي الوحدات إلى احتواء الرغبة الهجومية لمنافسه، دون أن يتخلل عن أطماعه عبر المرتدات بالبحث عن هدف يصعب على الفيصلي من إنجاز مهمته. ويبرز من فريق الوحدات أحمد سمير ومحمود شوكت ومحمد عبد المطلب وانس الموضات حيث يشكل هؤلاء محور العمليات الهجومية للفريق، ويتمتعون

لكنهم سيخضعوا الرقابة الصارمة للحد من أي خطورة متوقعة لهم. ويعول الفيصلي في إنجاز مهمته على سرعة إيقاعه وتفاهم نجومه، تتمثل قوة الفريق من الأطراف التي يشغلها أبو شعيرة وعارف الحاج، وصيضا من العمق. وستكون مشاركة التونسي رفيق الكمارجي محترف الفيصلي واردة في المباراة سواء كأساسي أو بديل وذلك يرتبط بمقدار جاهزيته الفنية والبدنية. بدوره أكد جمال أبو عابد مدرب الفيصلي إن فريقه يتسكك بحظوظه في حسم لقب كأس السوبر الأردني، على حساب الوحدات وأضاف أبو عابد خلال حديثه في المؤتمر الصحفي الذي عقد الخميس: "خسرنا مباراة الذهاب أمام الوحدات (٢-١)، والأخطاء الفردية كانت مؤثرة، وأضاف: "الأخطاء التي ارتكبتها حارس مرمرى الفريق اللبناني مهدي خليل في مواجهة الذهاب أثرت علينا، لكن هذه كرة القدم، وحراس مرمرى كبار ومميزون على مستوى العالم يرتكبون هذه الأخطاء.. وأكمل: "قتي كبيرة في قدرات مهدي خليل وباقي اللاعبين، لقد عملنا على تدارك الأخطاء، وبما يتيح لنا فرصة الظفر بالبطولة.. وأكد البوسني داركو، مدرب الوحدات، أن فريقه لا يعاني من أي ضغوطات خلال المواجهة المنتظرة أمام الفيصلي وقال داركو خلال حديثه في المؤتمر الصحفي: "عادة ما يكون الفريق الخاسر تحت الضغط، وفريقنا حقق الفوز (١-٢) في مباراة الذهاب، لذلك لا تعاني من أي ضغوطات.. وأضاف: "نحن الوحدات، لا ندخل أي مباراة إلا بهدف الفوز، وكلنا ثقة في قدرات لاعبي فريقنا".

مدرب النشامى يسعى لبلوغ المونديال



الانباط - عمان

المجموعة السابعة.. المنتخب السعودي قوي ويعد المنافس الرئيسي على بطاقتي التأهل للدور الحاسم.. وتابع عموتة: "كما شهدت الكرة الطاجيكية تطورا ملحوظا في السنوات الأخيرة، وستابع لقاء كمبوديا وباكستان للتعرف أكثر على طبيعة الفريق الرابع في المجموعة.. وشدد عموتة على أهمية العمل بجهد كبير ومتواصل، لضمان تخطي الدور الثاني من التصفيات وحجز مقعد مبكر في المرحلة الحاسمة، لتعزيز فرص الوصول إلى مونديال ٢٠٢٦، والعبور إلى نهائيات آسيا المشتركة".

يؤكد المغربي الحسين عموتة، مدرب منتخبنا الوطني أن الفرقة وضعت النشامى في مجموعة «متوازنة»، في الدور الثاني من التصفيات المؤهلة إلى كأس العالم ٢٠٢٦ وكأس آسيا ٢٠٢٧ وضعت الفرقة منتخبنا في المجموعة السابعة إلى جانب السعودية، طاجيكستان والمائل من باكستان وكمبوديا. وأضاف عموتة في تصريحات لوقع الاتحاد الأردني، بعد سحب قرعة التصفيات المشتركة: "لدينا تصور واضح حول فرق

مشاركة واسعة بطولة الاردن للدفع الرباعي



الانباط - عمان

للمبتدئين، ويبلغ عدد المشاركين من فلسطين ١٠ سائقين ويشارك في فئة المبتدئين ٤ سائقين ويشارك فريق نسوي بالسباق. ويتكون السباق من الجولة الأولى التأهيلية للمشاركين كافة وجولة لأفضل ١٥ نتيجة، وستتبدد المشاركون في السباق الخميس على المسار عبر الأقدام فقط، ويقام السباق بدعم من شركة زين الأردن.

تنطلق مساء الجمعة الجولة الثانية من بطولة الأردن للدفع الرباعي التي ستنتقل في متزده غمضان - طريق المطار، بمشاركة ٣٥ سائقا من الأردن وفلسطين. كما تقام في نفس السباق الجولة الثانية من بطولة الأردن للدفع الرباعي

منتخبنا بمجموعة متوازنة في تصفيات آسيا والمونديال

الانباط - عمان

وضعت قرعة الدور الثاني من التصفيات الآسيوية المشتركة المؤهلة إلى نهائيات كأس العالم ٢٠٢٦، والنهائيات الآسيوية ٢٠٢٧، المنتخب النشامى في المجموعة السابعة إلى جانب السعودية وطاجيكستان والفائز من مواجهة كمبوديا وباكستان. جاء ذلك خلال حفل سحب القرعة الذي أقيم صباح الخميس في مقر الاتحاد الآسيوي في كوالالمبور، حيث استقر المنتخب الوطني في المستوى الثاني بحسب التصنيف الدولي، بصرفه، وصف مدرب المنتخب الوطني الحسين عموتة الفرقة بـ "الموازنة"، مؤكداً أن هدف النشامى واضح ويتركز على بلوغ نهائيات كأس العالم ٢٠٢٦. وأضاف: لدينا تصور واضح حول فرق المجموعة السابعة.. المنتخب السعودي قوي ويعد المنافس الرئيسي على بطاقتي التأهل

السعودية. وتقام قرعة الدور الثالث من تصفيات كأس العالم خلال عام ٢٠٢٤، حيث سيتم توزيع المنتخبات الـ١٨ المتأهلة إلى هذه المرحلة، على ثلاث مجموعات، وبحيث تضم كل مجموعة ستة منتخبات، ويتأهل أول فريقين من كل مجموعة مباشرة إلى كأس العالم ٢٠٢٦، في حين سيتم تحديد المقعدين المباشرين المتبقين لقارة آسيا عبر الملحق القاري، فيما سيكون هنالك فرصة لتقدم إضافي من خلال الملحق العالمي. في الجهة المقابلة تنتقل المنتخبات الـ١٨ المتبقية من الدور الثاني لخوض الدور الثالث والنهائي من تصفيات كأس آسيا ٢٠٢٧ في السعودية. فيما يلي قرعة الدور الثاني من التصفيات المشتركة المؤهلة إلى كأس العالم ٢٠٢٦ ونهائيات كأس آسيا ٢٠٢٧: المجموعة الأولى: قطر، الهند، الكويت، الفائز من الدور الأول ١ (أفغانستان - متغوليا) المجموعة الثانية: اليابان، سوريا، كوريا

الشمالية، الفائز من الدور الأول ه (ميانمار - مكاو) المجموعة الثالثة: كوريا الجنوبية، الصين، تايلاند، الفائز من الدور الأول ٣ (سنغافورة - غوام) المجموعة الرابعة: عمان، قرغيزستان، ماليزيا، الفائز من الدور الأول ٧ (الصين تايبيه - تيمور الشرقية) المجموعة الخامسة: إيران، أوزبكستان، تركمانستان، الفائز من الدور الأول ٨ (هونغ كونغ - بوتان) المجموعة السادسة: العراق، فيتنام، الفلبين، الفائز من الدور الأول ٨ (اندونيسيا - بروناي) المجموعة السابعة: السعودية، الأردن، طاجيكستان، الفائز من الدور الأول ٦ (كمبوديا - باكستان) المجموعة الثامنة: الإمارات، البحرين، الفائز من الدور الأول ٤ (اليمن - سريلانكا)، الفائز من الدور الأول ١٠ (نيبال - لاوس). المجموعة التاسعة: أستراليا، فلسطين، لبنان، الفائز من الدور الأول ٢ (مالديف - بنغلادش).

المصاطفة بصدارة تصنيف الدولي للكراتيه

الانباط - عمان

في المركز الثاني ضمن منافسات وزن تحت ٨٤ كغم، وجاء عبدالله حماد في المركز الخامس ضمن تصنيف وزن تحت ٦٠ كغم وحسن مصاطرة في المركز الثامن لوزن تحت ٧٥ كغم. يذكر أن المنتخب الوطني للإنجازات التالية في البطولات الأخيرة. حيث تصدر عبدالرحمن المصاطفة - حامل برونزية أولمبياد طوكيو - ترتيب وزن تحت ٦٧ كغم وحل محمد الجعفري

أصدر الاتحاد الدولي للكراتيه التصنيف الجديد للاعبين والذي شهد تقدم كبير للاعب المنتخب الوطني بعد إنجازاتهم المتتالية في البطولات الأخيرة. حيث تصدر عبدالرحمن المصاطفة - حامل برونزية أولمبياد طوكيو - ترتيب وزن تحت ٦٧ كغم وحل محمد الجعفري

ختام بطولة غرب آسيا البارالمبية للبوثشيا

الانباط - عمان

الأردنية الذي رعى حفل الختام الفرق الفائزة حيث حسم نادي الأحساء صدارة الترتيب العام بـ٦ ميداليات (٣ ذهب، ٢ فضة، ١ برونز) فردي وميداليتين في الزوجي (ذهبية وفضية) مقابل ٣ ميداليات لنادي الظفرة (ذهبية و٢ فضة)، وفضية وبرونزية لنادي حائل ومثلتها نادي مادبا على النحو التالي.نال لاعب الأحساء أحمد دومان ذهبية فئة BC٤ وتوج لاعب الظفرة محمد المزروعى الميدالية الفضية، وفي منافسات

توج أحمد كنادي لاعب الأحساء بالذهبية، ونال الفضية ذمار الضمري لاعب نادي حائل والبرونزية لاعب نادي مادبا محمود شومط. وتوج نادي الأحساء على ميداليات فئة BC٣ حيث نالت رحاب المجبل الذهبية وحصلت لجين النقي على الفضية وزميلهن عبدالعزيز المجبل توج بالبرونزية، أما في منافسات BC٤ توج حميد الكبيسي لاعب الظفرة بالميدالية الذهبية، ومحمد البطل لاعب مادبا بالميدالية الفضية.

السلط والاهلي سباق لحسم لقب سوبر اليد



الانباط - زيد الحليق

تنتجها أنظار عشاق كرة اليد يوم السبت المقبل صالة الأميرة سمية في مدينة الحسين للشباب وذلك متتابعة نهائي كأس السوبر الذي يقام بتمام الساعة السادسة مساء ويجمع ناديا السلط بطل الدوري وكأس الاردن للموسم الماضي والاهلي الوصيف وبطل كأس السوبر. وتعتبر هذه المباراة بمثابة إعلان انطلاق الموسم الجديد في منافسات كرة اليد التي تتضمن العديد من البطولات لفني الرجال والسيدات. حيث أنهى اتحاد كرة اليد تحضيراته لهذه المباراة التي يتوقع أن تشهد حضورا جماهيريا كبيرا. بالنسبة للفريقين حيث كثف الاستعداد للظفر في هذا اللقب. من الجانب الفني، السلط الذي يقوده المدرب العراقي ربيع الدليمي بدأ بالاستعداد منذ شهر تقريبا فهو يسعى للفوز بهذا اللقاء خاصة بعد تكامل صفوفه بالضمان المحترف التونسي راند الأودب وحسب ما أفاد مدير الفريق سالم الدبعي أن الفريق

سليعب بخيارات متعددة وبأسلوب سريع وعمل الاختراقات الثمينة على بوابة الاهلي، والفريق يضم

عناصر جيدة الخبرة وسيكون اللاميون على قدر كبير من المسؤولية وأضاف خط الضارئين معتمد الدبعي

هؤلاء العين الأكبر في النتيجة وسيكون عبد الكريم محور إدارة ألعاب الفريق وإيصال الكرات للنادية للاعبين يزيد قطيشات ووجدي الدبعي والأجنحة ووجدي والهنداوي. فيما ستكون الحراسة المضامين يوسف عياضره وحارس منتخب الشباب فكلهما أصحاب خبرة.. فيما ذكر عبد الكريم القضاء مسؤول كرة اليد أن السلط سيكون بحلة جديدة هذا الموسم وهدفه الاول هو الفوز بلقب السوبر والمحافظة على لقب الدوري. وعلى الجانب الآخر قال المدير الفني للأهلي طلال قحصص أن فريقه يمتلك عناصر ذو خبرة وعناصر جديدة ويسعى للمحافظة على اللقب خلال ذلك. فالفرق استعداده قصير ورغم ذلك سيكون الاعتماد على الاختراقات الفردية والجماعية محور ألعاب الفريق بالإضافة إلى إقناع لاعبيه للهجوم المعاكس. ونوه قحصص أن صفوف الفريق اكتملت بعد وصول التونسي انيس وسيكون إلى جانب خالد بن الدين ومعاذ طه وأحمد حاتم وأحمد الانصاري وهاني السيد وعلي جعاره في التصويب من

البعيد وتنفيذ الاختراقات الفردية وإيجاد الثغرات على بوابة المنافس ومهمة عز الدين إدارة ألعاب الفريق وصناعة الاختراقات وتمويل المتحرك عبد الكريم على الدائرة. بينما سيتولى ابراهيم أبو رمان والعقبلي مهمة حراسة الرمي. عموما المباراة لن تكون سهلة للفريقين وسيكون للجانب البدني دور في المباراة خاصة عند اعتماد الفريقان على الهجوم المرتد بعد أن يتساوى الأسلوب الفني للفريقين. هذا وقد أنهى اتحاد اللعبة كافة التحضيرات لهذا اللقاء وذلك خلال اجتماع تنسيقي عقد أمس برئاسة الدكتور تيسير المنسي في مقر الاتحاد، حضره مندوبون على الجهات ذات العلاقة، إضافة إلى مندوبي نايب السلط والأهلي، وتم خلاله استعراض الترتيبات الإدارية وتحديد أماكن جلوس جماهير النادييين. في الوقت الذي أكد فيه رئيس الاتحاد استكمال كافة التحضيرات لإخراج هذه المباراة بالصورة المثالية التي تستحقها، خصوصا وانها تعتبر باكورة بطولات الموسم ٢٠٢٢.

البروتين وسهولة فقدان الوزن



الأنباط-وكالات

بينما يستخدم 0.3- فقط في حالة الدهون.

يؤدي تناول البروتين بكميات كبيرة إلى زيادة مستويات هرمونات الشبع (GLP-1، الببتيد YY)، وتقليل مستويات هرمون الجوع (غريلين). وبالتالي، يؤدي استبدال الكربوهيدرات والدهون بالبروتين إلى تقليل هرمون الجوع، وزيادة هرمونات الشبع، مما يقلل من عدد السعرات الحرارية المتناولة يومياً، وبالتالي إنقاص الوزن.

السعرات الحرارية

يستخدم بعض السعرات الحرارية لغرض هضم الطعام واستقلابه، ويطلق على هذا التأثير الحراري للغذاء (TEF). يمتلك البروتين تأثيراً حرارياً أعلى بكثير مقارنة بالكربوهيدرات والدهون؛ إذ يُستخدم 20-30% من قيمة السعرات الحرارية لهضم البروتين واستقلابه، و5-10% لهضم الكربوهيدرات واستقلابها.

فنانون مصريون يتجهون إلى تقديم البرامج لأول مرة



الأنباط-وكالات

تولي اهتماماً خاصاً لهذا النوع من المواضيع.

قرز عدد من الفنانين في مصر الاتجاه إلى تقديم البرامج التلفزيونية خلال الفترة الحالية، واختار بعضهم برامج تتناسب طبيعتها مع مجال عملهم، فيما فضل آخرون تقديم برامج مختلفة عما اعتادوا عليه.

وقرز الممثل المصري هيثم شاكر تقديم برنامج على إحدى القنوات خلال الفترة القادمة، كما أعلن بتصریح لتلفزيوني، ويبدو البرنامج في إطار الغناء، من دون أن يكون مقتصرًا على الغناء، بل سيستضيف ممثلين ومشاهير آخرين. ولأول مرة تخوض الممثلة المصرية وفاء عامر تجربة تقديم البرامج عبر قناة "هي" ويتطرق البرنامج إلى العديد من قضايا المرأة، خاصة أن عامر

ونشرت الممثلة المصرية عبر حساباتها على منصات التواصل الاجتماعي فيديو ترويجياً، قالت فيه: "يا ترى إيه حكاية هي؟ ومنعمل إيه في هي؟ ومن هي؟ انظروني في مفاجأة جديدة هقولكم عليها مع هي ويس".

وكشفت الممثلة المصرية منة عرفة عن تحضيرها لبرنامج جديد، هو الأول في مشوارها الفني، وكانت فكرة البرنامج في البداية تقوم على معالجة قضايا المرأة، إلا أن الفكرة تغيرت وتحول إلى برنامج ترفيهي. كذلك، بدأت المطربة أنغام، بتقديم برنامج يحمل اسمها، تستضيف من خلاله مطربين ومطربات وقرقاً غنائية وموسيقيين من مختلف المجالات.

على غرار الخلايا النائمة.. روسيا تطلق مسيرة يمكنها السبات لفترات طويلة



الأنباط-وكالات

كشفت روسيا النشاب عن مسيرة جديدة تسمى "جوكر" (Joker) يمكنها البقاء في حالة سبات لفترات طويلة قبل تفعيلها للانقضاض على الهدف، حسب ما أفادت به وكالة أنباء "تاس" الروسية.

والمسيرة الجديدة مصممة للاختباء من الإجراءات الإلكترونية المضادة، ويمكن وضعها في حالة سبات لساعات أو أيام أو أسابيع قبل أن يتم تفعيلها لتنفيذ هجمات موجبة.

وتم تطوير "جوكر" في مكتب التصميم المركزي، وأوضح مدير المكتب ديمتري كوزياكين أن الفكرة وراء مفهوم السبات هي السماح للقوات الروسية بوضع المسيرة بالقرب من أهداف قريبة، ثم تظل كامنة حتى اللحظة المحددة حيث يقوم المشغل عندها بتوجيه المسيرة لتنفيذ الهجمات على أهداف محددة.

وقال كوزياكين "يمكن للمسيرة المزودة بوظيفة السبات أن تتخذ موقعا للهجوم وتدخل في حالة سبات حرفياً لعدة أسابيع"، مضيفاً أن الطائرة غير مرئية إلكترونياً حتى يتم تنشيطها لأداء المهمة.

وأضاف "لا تظهر المسيرة على الرادار وهي في حالة السبات، وحتاج بضع ثوان بين تشغيل المسيرة والهجوم، مما لا يترك أي فرصة للإطلاق أن أنظمة الإجراءات المضادة، ووضع السبات يسمح بتوفير الوقت مقارنة بما ما تم إرسال الطائرة من مكان بعيد لتنفيذ الهجوم.

وتابع "كقاعدة عامة، يتم تحديد الارتفاعات أو أسطح المباني أو غيرها من المباني العالية عند إرسال المسيرة من أماكن بعيدة. ولكن في حالة المسيرة النائمة، عندما يمين وقت الهجوم لا تحتاج المسيرة إلى تجاوز كل هذه المسافة والعوقات للوصول إلى الهدف، فالمسيرة النائمة موجودة بالفعل بالقرب من الهدف، وكل ما تحتاج إليه هو الانقضاض عليه.

وغرد صامويل بينيت، خبير أنظمة الأسلحة الروسية الذي يعمل مع منظمات عسكرية بما في ذلك مركز التحليل البحري، قائلاً إن الأمر

وتابع "كقاعدة عامة، يتم تحديد الارتفاعات أو أسطح المباني أو غيرها من المباني العالية عند إرسال المسيرة من أماكن بعيدة. ولكن في حالة المسيرة النائمة، عندما يمين وقت الهجوم لا تحتاج المسيرة إلى تجاوز كل هذه المسافة والعوقات للوصول إلى الهدف، فالمسيرة النائمة موجودة بالفعل بالقرب من الهدف، وكل ما تحتاج إليه هو الانقضاض عليه.

وغرد صامويل بينيت، خبير أنظمة الأسلحة الروسية الذي يعمل مع منظمات عسكرية بما في ذلك مركز التحليل البحري، قائلاً إن الأمر

بالمركبات المسيرة، والتي يستخدمها الجانبان لتحديد الأهداف.

وذكرت تقارير أن السلطات الروسية نشرت طائرات مسيرة من نوع "أوران10"، (Orlan-10) تجمع المعلومات الاستخباراتية وتعطل شبكات الاتصالات في أوكرانيا.

ويتم تصنيع هذه الطائرات بدون طيار من قبل شركة مقرها في سان بطرسبورغ، ويستخدمها الجيش الروسي حصرياً، ويتميز بتصميم سلس، مما يجعل من الصعب اكتشافها. ويمكن إطلاقها باستخدام المنجنيق والمظلة.

أزمة ربع العمر.. هل تخاف من مرور الأيام والتقدم في السن؟

الأنباط-عمان

هل تظهر عليك أعراض قلق وحزن قبل عيد ميلادك؟ أم تفكر في حياتك ولا تشعر برضا؟ أم تفضل اجترار الماضي والانشغال بالأهداف التي لم تحققها، مثل الزواج والإنجاب، من دون النظر إلى النعم الأخرى؟

ربما أنت مصاب برهاب الوقت أو "كرونوفوبيا"، ويعني الخوف الشديد من مرور الوقت، ويمكن أن يسبب قلقاً أو اكتئاباً أو سلوكيات وسواسية، مثل حساب الأيام.

يعتقد أن ذلك الرهاب يصيب عادة مسجونين، أو مرضى، أو كبار السن، أو مصابين باضطراب بالقلق العام، لكن مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) أكدت أن غالبية كبار السن لا يعانون من القلق، حيث تتراوح بعض تقديرات القلق الشديد لدى كبار السن بين أقل من 1% إلى نحو 5%.

كما أن تقرير عيادات "كليفلاند" لفت إلى أن البشر طوروا رهاباً من المستقبل بعد الحجر الصحي.

رهاب التعداد اليقيني

يقضي البشر كثيراً من الوقت في التفكير في ما لا يدور حولهم؛ في الماضي، أو في المستقبل، أو ما لن يحدث على الإطلاق، حتى تأكد العلماء من أن شroud الدهن يعد الوضع الافتراضي لعمل الدماغ.

لكن مجلة "الرابطة الأمريكية لتقدم العلوم" (AAAS)، نشرت نتائج دراسة بعنوان "عقل حائر غير سعيد" أجراها باحثان من جامعة هارفارد. وصمم الباحثان

تقنية لتسجيل عينات من أفكار الأشخاص ومشاعرهم وسلوكياتهم المتكررة، وجمعوا ربع مليون عينة من 5 آلاف شخص في 83 دولة، ووجد الباحثان أن الأشخاص يفكرون في ما لم يحدث بقدر تفكيرهم في ما يحدث، وذلك ما يشعرهم بالنعاسة، فيشغلون بالغد والفرص الضائعة بدلاً من الامتنان للوضع الحالي.

واستعان تقرير لصحيفة "الغارديان" (The Guardian) بشرح مبسط قدمه كينيث تشابمان، المتخصص في اضطرابات القلق والبالغين والمراهقين، للفرق بين القلق الطبيعي واضطراب القلق من المستقبل، فإذا

شعرت بقلق عند التفكير في مستقبلك، واستمر ذلك القلق ساعات، وانتهى، فقلقك طبيعي، أما إذا واجهت صعوبة في تشتيت عقلك عن التفكير في سيناريوهات سوداوية، فأنت مصاب باضطراب القلق العام، ذلك الاضطراب الذي حدده "المعهد الوطني للصحة العقلية، (NIMH) 6 أشهر من القلق وصعوبة في التحكم فيه، وتضرر جوانب الحياة الاجتماعية والمهنية.

وأكد تشابمان أن الناضجين الجدد، من قلقون بشكل استثنائي اليوم أكثر مما كانوا عليه قبل ذلك، نتيجة عدم تسامحهم مع الالايقين، وشعورهم بأن مستقبلهم صار أكثر غموضاً.

وتناول التقرير أيضاً مؤشرات اضطراب القلق العام عالياً، وفق العمر، لعام 2019، أي قبل أزمة كوفيد19، فعن احتمالات التعرض للقلق تترفع وتنخفض، إلا أن السنة الأولى بعد سن ال30 تعد العمر النموذجي الذي يظهر فيه اضطراب القلق

العام المتعلق بمرور الوقت، وتعد الفئة العمرية بين 29 و49 سنة هم الأكثر عرضة للإصابة باضطراب القلق العام.

أزمة ربع العمر

تتماشى معدلات القلق مع ظاهرة "أزمة ربع العمر" التي يعانيها أشخاص عدة في سن ال20 وال30، نتيجة تعرضهم لضغط المقارنة مع نظرائهم.

ووضح تقرير آخر نشرته مجلة "هارفارد بيزنس ريفيو" نتائج دراستين مستقلتين أكدت أن شباب اليوم يعانون أزمة نفسية أكبر من الأجيال السابقة، حيث انخفض متوسط عمر المكتب إلى منتصف العشرينيات، بعدما كان بين أواخر الأربعينيات وأوائل الخمسينيات قبل 30 عاماً.

وتنتج "أزمة ربع العمر" عن عوامل مختلفة، فربما تبدأ مع محاولات الفرد إثبات اكتمال نضجه في سن ال20 وال30، في حين يرسل له مجتمعه رسائل مختلطة، ويقلل من قيمة إنجازاته الشخصية أو المهنية، لو لم يتزوج أو ينجب طفلاً بعد، ليبقى محاصراً في مرحلة التظاهر بالنضج.

وقد تأتي تلك الأزمة نتيجة حاجة الفرد تغيير خطته، بعد مواجهته أزمة أطاحت بمشاعر الاستقرار التي عاشها في علاقة زواج، أو وظيفة مستقرة، أو ربع ثابت.

وربما تستمر تلك العملية لسنوات، أو تكرر نفسها، فقد رصد محلولو المشكلات في تطبيق الصحة العقلية، "هابيفاي" (Happify)، مؤشرات نفسية لنحو 88 ألف مشاركاً، ووجدوا أدلة على تصاعد أزمة ربع العمر في أواخر العشرينيات وأوائل الثلاثينيات من

العمر، ثم ارتفاع مستويات الإجهاد النفسي خلال الثلاثينيات والأربعينيات، وتبقى ثابتة لمدة 20 عاماً تقريباً، ثم تنخفض بحدّة مع اقتراب سن التقاعد.

كيف تتقبل الحاضر؟

تعدى على الإيجابية؛ إن قلقك الشديد من احتمال ضياع سنوات عمرك قد يقضي على أفراح الحياة العابرة، لذلك، عليك تبني عقلية مختلفة، فبدلاً من التركيز على تقدم عمرك، ركز على الاكتشافات والتجارب الجديدة، واستبدل أفكاراً مثل، "ستظهر تجاعيد مع تقدمي في العمر" بعبارة "ستستمر في التعلم مع تقدمي في العمر".

تحكم في حياتك، لا يمكننا التحكم في الوقت، لكن يمكنك التحكم في عوامل تساعد على تحقيق أهداف ذات مغزى مثل جدولك اليومي.

عش اللحظة: تعلمنا اتجاهات فلسفية عدة أن السعادة تكمن في عيش الوقت الحالي، لذلك درب عقلك على "أن يكون هنا الآن"، خلال أوقات التأمل اليقظ.

تأقلم: يُعزى السلام النفسي الذي يحدث بعد أزمة ربع الحياة إلى مجموعة مهارات، مثل: المرونة النفسية، وتنظيم عواطفنا وتخفيفها، أو تبنيها بدلاً من السماح لها بالسيطرة، كما نضع الأمور في نصابها، وؤؤمن بأنفسنا أكثر، وندرك أن المشاعر التي تخترق صدورنا أحياناً تكون مؤقتة، ولا ينبغي أن تستهلكنا، وبالرغم من أنها مؤلمة، فإنها فرصة نادرة للنضج، وربما تخرج منها شخصاً آخر، قادراً على عيش حياة أكثر سعادة وأكثر جدوى.

الفشار الذي يكلف العالم مليارات الدولارات.. ما فائدته؟

الأنباط-وكالات

يتربع الفشار على عرش الأطعمة المفضلة الأكثر شعبية لدى جميع الأعمار في أنحاء العالم، وخصوصاً أثناء مشاهدة الأفلام السينمائية، أو في التجمعات العائلية أمام التلفاز، أو أثناء تمشية الوقت في تصفح الإنترنت، أو حتى لإلهاء الأطفال.

وجاء في دراسة أجرتها جامعة درو الأميركية، أن الفشار تم تقديمه لأول مرة على يد "فيثال الأميركيين الأصليين"، ومنذ ذلك الحين يتم إنتاج معظم فشار العالم في الولايات المتحدة، ويتصدر الأميركيون قائمة عشاق الفشار عالمياً بمعدل استهلاك يزيد على 17 مليار لتر في العام، ويبلغ حجم سوق الفشار العالمي 2.٥ مليارات دولار عام 20٢١.

والفشار هو نوع من الذرة يتميز عن الأنواع الأخرى بفشرته السمكية التي تقلل ضغطه على محتواها الداخلي من النشا، بفعل حرارة التسخين؛ حتى يصبح هلامياً وينسكب خارجاً بعد انفجار القشرة، متخذاً شكل الفشار الهش المحبب.

حقائق غذائية عن الفشار

ذكر فريق الباحثين في الدراسة التي أجرتها جامعة درو، أن "الفشار من أكثر الأطعمة فائدة" فهو من الحبوب الكاملة غير المعالجة بنسبة 100%، ولا يحتوي على إضافات صناعية أو مواد حافظة، كما أنه خال من السكر، ويُعد مصدراً مهماً للعناصر الغذائية مثل الزنك والمغنيسيوم وفيتامين "بي" (B). بالإضافة إلى المعادن وفسية من الألياف "معتظها غير قابلة للذوبان، مما يساعد على تقليل مخاطر الإصابة باليوساير والتهايات الأمعاء.

كما ثبت أن الألياف الوفيرة في الفشار "تُحافظ على صحة القلب، وتساعد في الحفاظ على وزن صحي، وتعزز صحة الجهاز الهضمي"، وفقاً لأخصائية التغذية الرياضية، ليزي كاسباريك. ووفقاً لقاعدة بيانات وزارة الزراعة الأميركية "يو إس دي إيه" (usda)، يحتوي كوب من الفشار المحضّر بواسطة الهواء على ٣١ سعراً حرارياً (ترتفع إلى ٣٥ سعراً عند طهيها بالزيت، وإلى ٨٠ سعراً بعد إضافة الزيت)، و٦ غرامات كربوهيدرات، و١.٢ غرام ألياف، و٠.٣٦

غرام دهون. كما اتضح أيضاً أن الفشار أكثر غنى بمادة البوليفينول من الفواكه والخضروات، وهي أحد مضادات الأكسدة القوية للمساعدة في الحماية من السرطان؛ حيث وجدت دراسة أن الفشار "يحتوي على ما يصل إلى ٣٠٠ ملليغرام من مادة البوليفينول لكل وجبة، مقارنة بـ١١٤ ملليغراماً لكل حصة من الذرة الحلوة، و١٦٠ ملليغراماً لكل حصة من الفواكه.

الفشار كغذاء صحي

تقول الكاتبة والمؤلفة وخبيرة التغذية، فرانسيس لارجمان روث "بصفتي اختصاصية تغذية، لطالما روجعت للفشار كوجبة خفيفة صحية، تحتوي على أقل نسبة من الكربوهيدرات، وتظل منخفضة الدهون والسعرات الحرارية، بالنسبة لمن يتطلعون إلى إنقاص الوزن، كما أنها مناسبة لعظم الأنظمة الغذائية للرجيم، ما لم تكن غارقة في الزيت، أو مغطاة بكثير من الشوكولاتة أو الكراميل.. وتوضح ليزي كاسباريك أن "القيمة الغذائية للفشار تعتمد على طريقة طهيها وما

يوضع عليه من إضافات"، وتنصح بأن تقتصر قائمة المكونات على الذرة والزيت والملح، لأنه مع الحد الأدنى من المكونات، يصبح الفشار وجبة خفيفة غنية بالفيتامينات والمعادن، ويوفر الشعور بالشبع أيضاً.

ولاحظت دراسة أن "١٥ سعراً حرارياً من الفشار توفر شعوراً بالشبع، يعادل ١٥٠ سعراً حرارياً من رقائق البطاطس"، ولكن كاسباريك لا ترى مانعاً من أجل منافع أفضل- من "إضافة القليل من جين البارميزان، أو رشة قرفة أو حبة من رقائق الكاكاو". كما توصي

باستخدام زيت جوز الهند، "لأنه يتميز بنقطة احتراق أعلى، ويحتاز من أسوأ أنواع الزيوت، كالزيت المهدرج جزئياً، أو الدهون المتحولة". أما خبيرة التغذية، باربرا أولانسكي، فتقول "إنه على الرغم من أن الفشار قد لا يحقق الكثير من القيمة الغذائية، فإنه لن يكون كثيراً في السعرات الحرارية إذا تناولنا حصة واحدة، وقلنا الزبدة والملح للحد الأدنى.

وتقول مايا فاديفيلو، من قسم علوم التغذية بجامعة رود آيلاند "إن الفشار المصنوع من كميات محسوبة من الزيوت الصحية للقلب،

مثل زيت الكانولا أو زيت الزيتون يمكن أن يظل صحيحاً". وبحسب جمعية القلب الأميركية، "عندما يكون الفشار مطبوخاً بالهواء ومتبلاً بتتبيل خفيفاً، فهو وجبة خفيفة صحية وفعالة.. أما فيما يتعلق بمخاطر حمض "بي إف أو إيه" (PFOA)، التي تربط معظم أكياس الفشار المطهوه في الميكرويف، والتي سبق أن أعرب الخبراء عن مخاوفهم بشأن تأثيراتها على الصحة؛ فقد أكدت إدارة الغذاء والدواء الأميركية "إف دي إيه" (FDA)، أن الكمية المستخدمة منها في أكياس الميكرويف آمنة.

أخطاء تجعل الفشار مؤذياً

تصف الخبيرة كاسباريك الفشار بأنه "طعام يشجع على التهام كميات كبيرة"، وهو ما يؤكد أولانسكي بقولها "إن من سلبيات الفشار، أنه يُعزينا بالاستمرار في تناوله بلا توقف، حتى نتناول ٣ أكواب أو أكثر في الجلسة الواحدة، دون أن نحسبنا دماغاً أو نتبينها أمعازناً أننا قد أكلنا ما يكفي؛ مُملئة ذلك بتأثير عامل الطحن (القرمشنة) المهدئ لنسيبها. وتوصي بطهي الفشار بالهواء وعدم إضافة الملح، للحد من إجراء الاستمرار في