

الملك للمتقاعدين العسكريين: كنتم على العهد وستبقون في خدمة الأردن الغالي



الأنباط - عمان
أكد جلالة الملك عبدالله الثاني أن المتقاعدين العسكريين والمحاربين القدامى كانوا على العهد وستبقون في خدمة الأردن الغالي، وقال جلالتهم في تغريدة حيا بها المتقاعدين العسكريين والمحاربين القدامى في يوم الوفاء، أنتم رديف جيشنا العربي المصطفى وأجهزتنا الأمنية الباسلة...

جلالته يحذر لدى لقائه سوناك من خطورة تداعيات الهجوم الإسرائيلي على رفح الملك: الحلول العسكرية والأمنية لن تحقق السلام



الأنباط - لندن 2
ضرورة أن يتحرك المجتمع الدولي لإيقاف الحرب المدمرة على غزة

وزير الأوقاف يعلن ترتيبات موسم الحج وقوائم الحجاج

الأنباط - عمان 2

«النواب»: لقاءات الملك بالكونغرس... رسائل ثابتة في الدفاع عن القضية الفلسطينية

الأنباط - عمان
قال رئيس مجلس النواب أحمد الصديقي إن لقاءات جلالة الملك في الكونغرس الأميركي، حملت مضامين واضحة هدفها الدفاع عن الأضياف الفلسطينيين والسعي نحو استقرار وأمن المنطقة ما يستوجب من مراكز القرار الدولي الإنصات لصوت العقل والمنطق الذي يجسده جلالة الملك، مؤكداً فخر واعتزاز مجلس النواب بمواقف جلالة الملك، فكان على الدوام الزعيم الثابت على مواقف العدل والسعي نحو تحقيق الأمن والاستقرار.

الأردن» يتسلم رئاسة المجلس الاقتصادي والاجتماعي العربي

الأنباط - عمان
تسلم الأردن امس الخميس رئاسة المجلس الاقتصادي والاجتماعي العربي في دورته الثالثة عشرة بعد المئة، وتستهدف اجتماعات الدورة الحالية، تعزيز التعاون الاقتصادي والاجتماعي العربي، وتعظيم الاستفادة من الفرص والإمكانات المتاحة، وتحقيق التكامل في عدد من المجالات، ومناقشة تداعيات العدوان الإسرائيلي على قطاع غزة، واضطرابات البحر الأحمر وباب المندب.

أطفال غزة .. معاناة متعددة الأوجه بفعل عدوان الاحتلال

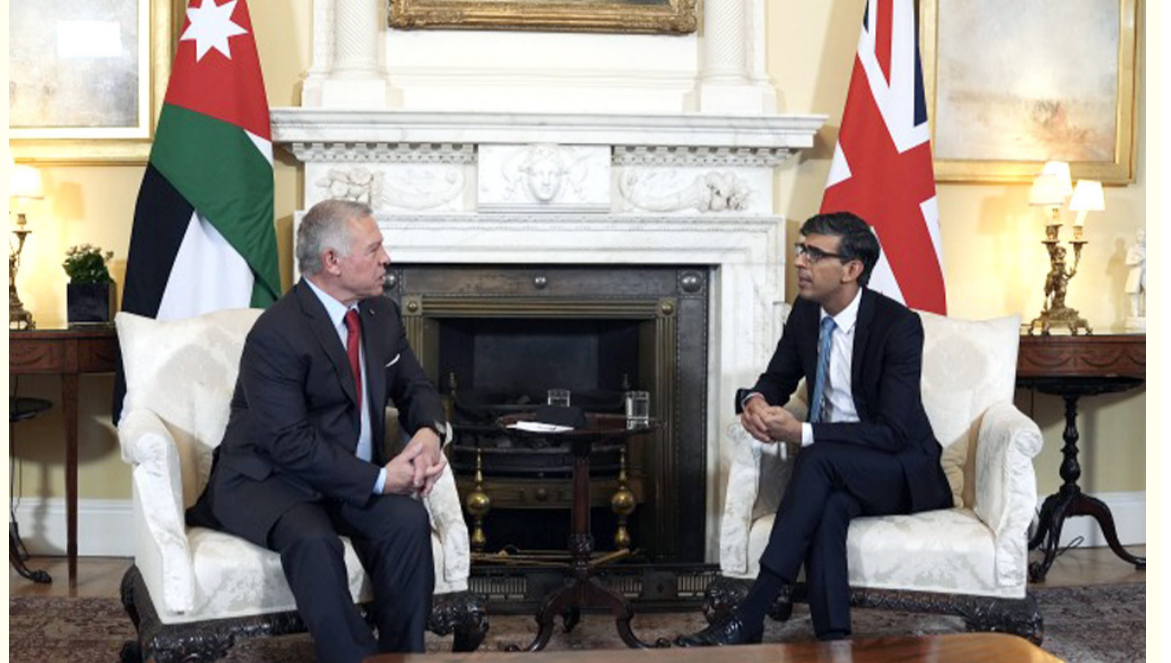
الأنباط - وكالات
مع الحرب الإسرائيلية الدامية على قطاع غزة، تتعدد أوجه معاناة الأطفال في قطاع غزة، بعدما حولهم الاحتلال إلى بنك أهداف مشروع ومستباح.

جلالته يحذر لدى لقائه سوناك من خطورة تداعيات الهجوم الإسرائيلي على رفح

الهلك: الحلول العسكرية والأمنية لن تحقق السلام

ضرورة أن يتحرك المجتمع الدولي لإيقاف الحرب المدمرة على غزة

- أهمية ضمان إيصال المساعدات لغزة بشكل كاف واستدامتها
- الهلك يشدد على أهمية وقف اعتداءات المستوطنين المتطرفين على الفلسطينيين في الضفة الغربية والقدس
- الهلك يؤكد الدور المحوري للمملكة المتحدة في إيجاد أفق سياسي لإنهاء الصراع الفلسطيني الإسرائيلي
- ضرورة إطلاق عملية سياسية جدية تفضي إلى تحقيق السلام العادل والشامل



الأنباط-عمان

أكد جلالة الملك عبدالله الثاني لدى لقائه رئيس الوزراء البريطاني ريشي سوناك في لندن، أمس الخميس، ضرورة وقف إطلاق النار في غزة وحماية المدنيين، وشدد جلالة الملك خلال اللقاء، الذي

عقد في مقر رئاسة الحكومة البريطانية، على ضرورة أن يتحرك المجتمع الدولي لإيقاف الحرب المدمرة على غزة، التي تسببت بكارثة إنسانية ستدفع ثمنها الأجيال في المنطقة. وأكد جلالته أهمية ضمان إيصال المساعدات الإنسانية إلى غزة بشكل كاف

وأكد جلالته أهمية ضمان إيصال المساعدات الإنسانية إلى غزة بشكل كاف، واستدامتها، محذراً من خطورة تداعيات الهجوم الإسرائيلي على رفح المكتظة بالنازحين. وجدد جلالته التأكيد على رفض الأردن لأي محاولات من شأنها أن تؤدي إلى تهجير السكان عن أراضيهم داخلها أو خارجها، معتبراً أن هذا الأمر يجب أن

يرفضه العالم ويدينه. وشدد جلالته على أهمية وقف اعتداءات المستوطنين المتطرفين على الفلسطينيين في الضفة الغربية والقدس، محذراً من توسع دائرة الصراع لتشمل المنطقة بأسرها. وبين جلالة الملك أن الحل العسكري والأمني لا يحقق السلام، بل السبيل الوحيد لذلك هو بناء أفق سياسي على أساس حل الدولتين. وأعاد جلالته التأكيد على ضرورة إطلاق عملية سياسية جدية تفضي إلى

تحقيق السلام العادل والشامل، وقيام الدولة الفلسطينية المستقلة على خطوط الرابع من حزيران عام 1967 وعاصمتها القدس الشرقية. وأشار جلالته إلى الدور المحوري للمملكة المتحدة في إيجاد أفق سياسي لإنهاء الصراع الفلسطيني الإسرائيلي. وأكد جلالته أهمية مواصلة المجتمع الدولي بدعم وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين (الأونروا)، لتمكينها من تقديم خدماتها

الإنسانية الحيوية وفق تكليفها الأممي، لا سيما في ظل الوضع الإنساني المأساوي في غزة. وتطرق اللقاء إلى الشراكة الاستراتيجية التاريخية التي تربط الأردن والمملكة المتحدة، وسبل البناء عليها في شتى الميادين. وحضر اللقاء نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، ومدير مكتب جلالته الملك، الدكتور جعفر حسان، والسفير الأردني في لندن منار الدباس.

كويتا الحج لهذا العام 1٢0٠٠ منهم ٤0٠٠ لعرب فلسطين
وزير الأوقاف يعلن ترتيبات موسم الحج وقوائم الحجاج

بدء تسليم تصاريح الحج من السبت المقبل

الانباط-عمان

أعلن وزير الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية الدكتور محمد الخلايلة، عن ترتيبات موسم الحج للعام الحالي وقوائم الحجاج البالغ عددهم 8 آلاف حاج، وهو العدد المقرر للمملكة، إلى جانب 4500 حاج من عرب 1948. جاء ذلك خلال مؤتمر صحفي أمس الخميس، في المركز الثقافي الإسلامي التابع لمسجد الشهيد الملك المؤسس عبدالله الأول - طيب الله ثراه - بحضور أمين عام الوزارة الدكتور عبدالله العجيل، ومدير عام دائرة الحج والعمره المهندس مجدي البطوش، ومدير عام صندوق الزكاة صندوق الحج فؤاد كوراي، ومدير عام صندوق الزكاة الدكتور عبد السمير، ومدير عام دائرة تنمية أموال الأوقاف يوسف القضاة. ودعا الخلايلة، الحاصلين على تأشيرات الحج مراجعة سيريات الأوقاف بالمملكة واستلام تصاريح الحج اعتباراً من يوم السبت المقبل 17 شباط وحتى يوم السبت الموافق 24 شباط 2024. لاستكمال الإجراءات لدى الكاتبات المعتمده، علماً أن صلاحية كل تصريح ومدة الدفع مبنية على التصريح. وقال الخلايلة، إنه تم اعتماد معيار الأكبر سناً، باختيار الحجاج من مواليد 1952/6/30 فما دون، فيما أجريت القرعة، واختير ألف حاج من مواليد

الاستقرار في عرفات ومنى وفي استنجا الفناء في مكة المكرمة. ودعا الخلايلة للحجاج إلى ضرورة الاهتمام إلى العقد البرمج مع الشركات، وأن تكون الخدمات واضحة ومفصلة فيه، مشيراً إلى اعتماد فئتين لوصافات السكن والنقل، الأولى مميزة بـ 5 فنادق خمس نجوم، قريبة من ساحات الحرم المكي (500 متر)، والمسجد النبوي الشريف بالمدينة المنورة (400 متر)، والنقل جواً فقط وتتراوح كلفة هذه الفئة من 4700 إلى 7000 دينار. أما الفئة الثانية، فتشمل مستويين، الأول بفنادق خمس نجوم لا يزيد بعدها على 2 كيلومتر عن ساحات الحرم في مكة المكرمة وضمن المنطقة المركزية في المدينة المنورة مع تأمين النقل ما أمكن ذلك، وقد تم تقديم 3 فنادق لمسافة 500 متر، وتتراوح كلفة هذا المستوى بين 3393 و3943 ديناراً. لحاج البر، وتختلف حسب اسم المدينة وعدد الأسرة في الغرفة الواحدة، وبكلفة تتراوح بين 3310 و3860 ديناراً لحاج الجوم مع إضافة سعر تذكرة الطيران. في حين يكون المستوى الثاني بفنادق جيدة جداً لا يزيد بعدها على (1500 متر) عن ساحات الحرم في مكة المكرمة، وفي المدينة المنورة ضمن المنطقة المركزية، والفنادق ضمنها في مناطق (الحفاير/جرول/السفلة)، وتتراوح فيها الأسعار ما بين 3090 و3369 ديناراً لحاج البر، وتختلف من الانتقال إلى آخر حسب الفندق

وعدد الأسرة بالفرفة الواحد وفي حفلات عادية، ويضاف 120 ديناراً لحفلات ال (VIP)، أما بالنسبة لحاج الجوم فتتراوح الكلفة ما بين 2958 و3498 ديناراً، ويضاف ثمن تذكرة الطيران. وشدد على حرص وزارة الأوقاف على تحقيق أفضل خدمة في مجال النقل من خلال تحديد موبيلات حافظات حديثة من موديل 2015 فما فوق للمنشأ الأوروبي وموديل 2020 فما فوق للمنشأ الأخر. وأشار إلى إضافة خدمات جديدة هذا الموسم، تتمثل بفنادق بمستوى جيد جداً ولا يزيد سعرها على ألف حاج بعضها لم تسكن سابقاً المسافة 800 متر عن ساحات الحرم، وفنادق أخرى بمستوى خمس نجوم للفئة العادية بمسافة 500 متر عن الحرم، بالإضافة إلى تحسين خدمة الاغاشة في الفنادق والمطاعم، واستنجا مواقع في منى بمسافة لا تزيد عن 650 متراً عن الجمرات، وتغيير (الصفوف بد) لتصبح بركابية، إلى جانب زيادة الدورات الصحية واستخدام مرابجية المساعد، الذي من طريق تطبيق الوالسا اب مع الحجاج، والادارة تصريح إلكتروني لمن تم اختياره، وعمل برشور إلكتروني. من جانبه، أشار مدير الحج والعمره المهندس مجدي البطوش، إلى التحضير لموسم الحج من خلال اعداد تعليمات شؤون الحج لهذا العام والالتزام بشروط اعتماد مكاتب الحج ومواصفات السكن والنقل والمخيمات

رئيس الأركان يستقبل وفداً عسكرياً بريطانياً

الانباط-عمان

المشاركة في الجيش البريطاني الفريق تشارلي ستيكيلاند. وبحث اللواء الركن الحنيطي مع الوفد، أوجه التعاون والتنسيق في عدد من القضايا التي تخص القوات المسلحة في البلدين الصديقين.

استقبل رئيس هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن يوسف أحمد الحنيطي، في مكتبه بالقيادة العامة امس الخميس، وفداً عسكرياً بريطانياً برئاسة مدير العمليات

«النواب» يهنئ بيوم الوفاء للمتقاعدين العسكريين والمحاربين القدامى

الانباط-عمان

وفيا للمتقاعدين العسكريين وحرصاً على تنفيذ الرؤى الملكية السامية الرامية إلى تحسين أوضاعهم المعيشية. وقال: «قدم المتقاعدين العسكريين والمحاربين القدامى إسهامات كبيرة وجلية في بناء الدولة الأردنية، وما تزال بصماتهم ماثلة في كل الميادين، وخدموا في صفوف القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي والأجهزة الأمنية، وقدموا أروع صور البذل والعطاء في خدمة وطنهم وأمتهم، وادأوا بأجسادهم وصدورهم عن تراب الوطن..»

تقدم رئيس مجلس النواب أحمد الصفدي بأسمه وأعضاء مجلس النواب، بالتهنئة والتبريك للمتقاعدين العسكريين والمحاربين القدامى بيوم الوفاء لهم الذي يصادف امس الخميس الخامس عشر من شباط. وأشاد رئيس مجلس النواب بتصريحات المتقاعدين العسكريين في الندوة عن الوطن وتقديم الغالي والنفس في سبيل رفته والدفاع عنه، مؤكداً أن مجلس النواب يبني

الأردن وفلسطين يوقعان اتفاقية لتعزيز قدرة محطة الراهة الكهربائية

الانباط-عمان

المهندس هشام العمري، بحضور وزير الطاقة والثروة المعدنية الأردني الدكتور صالح الخرابشة، ورئيس سلطة الطاقة والموارد الطبيعية الفلسطيني المهندس ظافر ملحح، وأمين عام وزارة الطاقة والثروة المعدنية المهندس أماني العزام. وناقش الجانبان، تأسيس الربط الكهربائي على جهد 132 كيلو فولط، والذي سيسهم في زيادة الامتطاعة الكهربائية المزودة إلى الجانب الفلسطيني، وبما يعزز توفير كميات أكبر من الطاقة الكهربائية.

وقع الأردن وفلسطين امس الخميس، اتفاقية تعزيز الربط الكهربائي المشترك لزيادة قدرة محطة الراهة الكهربائية وبما يعزز موثوقية واعتمادية تزويد فلسطين بالطاقة الكهربائية. وقع الاتفاقية عن الجانب الأردني مدير عام شركة الكهرباء الوطنية المهندس أمجد الرواسدة، وعن الجانب الفلسطيني رئيس مجلس إدارة شركة كهرباء محافظة القدس

«النواب»: لقاءات الملك بالكونغرس... رسائل ثابتة في الدفاع عن القضية الفلسطينية

الانباط-عمان

قال رئيس مجلس النواب أحمد الصفدي إن لقاءات جلالة الملك في الكونغرس الأميركي، حملت مضامين مهمة أكد فيها جلالة الملك على رسائل ثابتة تجسد الموقف الأردني الراسخ في الدفاع عن القضية الفلسطينية وضرورة وقف الحرب على غزة ومنع تكرارها في رفح. وأكد في تصريح صحفي أمس الخميس، أن جلالة الملك ومنذ اليوم الأول للعدوان الغاشم على قطاع غزة، حمل راية الحق في توضيح الصورة الحقيقية لما يجري من دمار

ومجازر، الأمر الذي أسهم في إيضاح الحقائق للرأي العام الدولي بعد أن كان منساقاً وراء روايات الاحتلال المزيفة. وأشار إلى أن لقاءات جلالته في مجلس النواب الأمريكي، حملت مضامين واضحة هدفها الدفاع عن الأشقاء الفلسطينيين والسعي نحو استقرار وأمن المنطقة ما يستوجب من مراكز القرار الدولي الإنصاف لصوت العقل والمنطق الذي يجسده جلالة الملك، مؤكداً فخراً واعتزاز مجلس النواب بمواقف جلالة الملك، فكان على الدوام الزعيم الثابت على مواقف العدل والسعي نحو تحقيق الأمن والاستقرار.

وأوضح الصفدي، أن بقاء اليمين المتطرف في دولة الاحتلال على هذا النهج والمسار الديموي يتذر بكوارث لا تحمد عواقبها، وانحياز للأوضاع بالمنطقة برمتها، ولندا العسكرية والشؤون الخارجية واللجنة الفرعية لخصصات وزارة الخارجية والعمليات الخارجية والبرامج ذات الصلة في مجلس النواب، حضر بعضها منها جلالة الملكة رانيا العبدالله وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد، وتناولت تطورات الأوضاع في غزة والشراكة الاستراتيجية التي تجمع الأردن والولايات المتحدة.

«البرلمانية الأردنية اليونانية» تبحث والسفيرة ريغا تعزيز التعاون

الانباط-عمان

الأمم المتحدة. وقال معاش خلال لقاء الجمعية امس الخميس، سفيرة دولة اليونان لدى المملكة

البريني ريغا في دار مجلس النواب، إن البلدين يرتبطان بعلاقات ثنائية وثيقة في المجالات كافة، مشدداً على ضرورة تعزيز الجهود لتوثيق عرى التعاون القطعان الخاص في كلا البلدين. ودعا إلى تعزيز التعاون في المجال السياسي من خلال زيادة الأضواج السياحية، مشيراً إلى القومات السياحية التي يمتلكها الأردن

في مجالات السياحة الدينية والعلاجية والترفيهية. وبين معاش أن البلدين يتشاطران في مواقف متماثلة بالتعاون مع الدول الصديقة فيما يتصل بإيجاد حل عادل وشامل يضمن وقف الحرب العشوائية التي دمرت كل شيء في غزة، لافتاً إلى صعوبة الوضع الإنساني من قتل للأطفال والشيوخ وحصف للمستشفيات

والمدارس في غزة. بدورهم، أكد النواب الحضور، عمر النبر، وتيسير كرشان، وزيد العتوم، ومحمد أبو صغليتك، وأسماء الرواحنة، ومحمد الخلايلة، وهيثم زيادين، عمق العلاقات بين البلدين الصديقين وضرورة تعزيزها. وأشاروا إلى عدد من الفرص الاستثمارية في الأردن وخاصة في قطاعات الأسمدة

والأدوية والطاقة المتجددة لإيجاد شراكة حقيقية لصالح الشعبين الصديقين. من جانبها، أكدت السفيرة ريغا العلاقات الطيبة التي تجمع بلادها مع الأردن في العديد من المجالات والتواصل بين قيادتي البلدين، مشيرة إلى زيارة وزير الخارجية اليوناني ولقائه نظيره الأردني قبل فترة وإلى القمة الثلاثية التي جمعت الأردن واليونان

الحكومة والصحة العالمية يبحثان تعزيز الصناعات الدوائية في الأردن الحواري: نطمح بأن يكون الأردن مركزاً إقليمياً أساسياً لتوفير الأدوية للجميع



الانباط-عمان

ودعا الوزير الحواري إلى تضافر جميع الجهود من قبل مختلف الجهات ذات العلاقة بالتعاون في إطار دعم جهود المؤسسة العامة للغذاء والدواء، الرامية لاجتياز تقييم منظمة الصحة العالمية، ورفع مستوى تصنيف الأردن في الصناعة الدوائية للمستوى الثالث، وأثر ذلك على تقوية وتعزيز النظام التنظيمي والرقابي على الدواء باعتباره جزءاً أساسياً ومهماً من النظام الصحي الوطني.

وأوضح أن رفع مستوى التصنيف الدوائي في الأردن سيساعد على فتح أسواق تصديرية جديدة وزيادة الصادرات، سواء إقليمياً أو عالمياً، حيث يطمح الأردن بأن يكون مركزاً إقليمياً أساسياً لتوفير الأدوية للجميع، وإيجاد فرص عمل جديدة في القطاع الصحي بشكل مباشر أو غير مباشر، إضافة إلى المساهمة

في جذب استثمارات جديدة للقطاع الصحي والصيدلاني.

بدورها، أكدت رئيسة الوفد المديرية العامة المساعدة المعنية باتاحة الأدوية والمنتجات الصحية في المنظمة، الدكتورة بوكيكو ناكاتاني، أن هذا الحوار يمثل علامة فارقة في رحلة النظام الوطني التنظيمي وتعزيز القدرة الإنتاجية للدول الأعضاء، من خلال التعاون المستمر، مبينة أن الجميع يقترب أكثر من إحداث تحسن ملموس في نتائج الصحة العامة والرفاه نحو تحقيق رؤية الصحة للجميع.

من جانبه، ثمن مدير عام المؤسسة العامة للغذاء والدواء الدكتور نزار مهيدات، دور منظمة الصحة العالمية على جهودهم المستمرة في تعزيز دور الجهات الرقابية والسعي قدماً لنهج الأردن الأولوية في برنامج التقييم والاعتمادية

الطاقة: ارتفاع أسعار المشتقات النفطية عالمياً

الانباط-عمان

كما ارتفع سعر السولار من 737 دولاراً للطن إلى 772 دولاراً ونسبة ارتفاع بلغت 4.7 المئة، كما ارتفع سعر الكاز من 763.2 إلى 800.6 دولار للطن، ونسبة ارتفاع بلغت 4.9 بالمئة.

وارتفع سعر زيت الوقود من 417.9 إلى 432.5 دولار للطن ونسبة ارتفاع 3.5 بالمئة، فيما ارتفع سعر الغاز البترولي المسال إلى 637.5 دولار للطن مقارنة مع معدل سعره في كانون الثاني الماضي والذي بلغ 627.5 دولار للطن ونسبة 1.6 بالمئة.

أما ذلك، ارتفع معدل سعر خام برنت في الأسبوع الثاني من شباط الحالي ليصبح 85 دولاراً للبرميل، مقارنة بـ 80.8 دولاراً معدل سعره في الأسبوع الأول بنسبة ارتفاع بلغت 5.1 بالمئة.

ارتفعت أسعار المشتقات النفطية في الأسواق العالمية، في الأسبوع الثاني من شباط الحالي، مقارنة مع معدلاتها في الأسبوع الأول من ذات الشهر، بحسب بيانات وزارة الطاقة والثروة المعدنية.

وحسب البيانات التي أعلنتها الوزارة أمس الخميس، سجل البنزين أوكتان 90 في الأسبوع الثاني سعراً بلغ 828.7 دولار للطن، مقارنة بـ 794.2 دولار معدل سعره في الأسبوع الأول ونسبة ارتفاع بلغت 4.3 بالمئة.

وسجل البنزين أوكتان 95 سعراً بلغ 869.1 دولار للطن، مقابل 839.6 دولار المسجل في الأسبوع الأول ونسبة ارتفاع بلغت 3.5 بالمئة.

توقف مؤقت لخدمات دائرة الأحوال المدنية والجوازات الرقمية

الانباط-عمان

والخدمات المقدمة عبر تطبيق سند والموقع الإلكتروني للخدمة.

وقالت الوزارة في بيان أمس الخميس، إن توقف الخدمات سيكون اعتباراً من أمس الخميس، الساعة السادسة مساءً ولغاية الساعة الثالثة صباحاً من يوم السبت 17 شباط الحالي، لغايات التحديث والتطوير على الخدمات.

أعلنت وزارة الاقتصاد الرقمي والريادة، عن توقف مؤقت لخدمات دائرة الأحوال المدنية والجوازات الرقمية، والأنظمة العاملة في مراكز الخدمات الحكومية الشاملة ومكاتب الأحوال والسفارات

وزير الاتصال الحكومي يؤكد عمق العلاقة الاستراتيجية بين الأردن والولايات المتحدة



الانباط-عمان

المبني في مكتبه بالوزارة أمس الخميس، وكيل وزارة الخارجية الأميركية لشؤون العلاقات العامة والدبلوماسية ليزابيث ألين.

وأكد المبعوثين، خلال اللقاء الذي استقبل وزير الاتصال الحكومي الناطق الرسمي باسم الحكومة الدكتور مهند

حضره أمين عام الوزارة الدكتور زيد النوايسة، عمق العلاقة الاستراتيجية التي تجمع الأردن والولايات المتحدة الأميركية، والتي تمتد لأكثر من 70 عاماً، متمناً

الدعم الأميركي للمملكة في العديد من المجالات.

وأشار إلى أهمية تعزيز العلاقات بين البلدين في مختلف المجالات وخصوصاً في مجال الإعلام، لافتاً إلى الشراكة الاستراتيجية بين وزارة الاتصال الحكومي والسفارة الأميركية في الأردن، في تصميم وتنفيذ برنامج تدريب وبناء قدرات العاملين في الاتصال الحكومي الذي بدأ عام 2023 ويستمر حتى عام 2025، ويستهدف تدريب 54 ناطقاً إعلامياً باسم الوزارات والمؤسسات الحكومية، و81 عاملاً في الاتصال الحكومي.

بدورها، أشادت ألين بدور وزارة الاتصال الحكومي في وضع السياسة العامة للإعلام والاتصال الحكومي، التي تهدف لتعزيز ثقة الجمهور ووسائل الإعلام والاتصال في السياسات وعمليات التواصل الحكومية.

وأشارت إلى أهمية برنامج تدريب وبناء قدرات العاملين في الاتصال الحكومي، الذي يستهدف تعزيز وتطوير قدرات الناطقين الإعلاميين باسم الوزارات والمؤسسات العامة والعاملين في المديرية والوحدات الإعلامية الحكومية، الأمر الذي يسهم في توحيد الرواية الرسمية، وتعزيز انسيابية تدفق المعلومات لوسائل الإعلام والجمهور.

«الأردن» يتسلم رئاسة المجلس الاقتصادي والاجتماعي العربي

الانباط-عمان

تداعيات العدوان الإسرائيلي على قطاع غزة، واضطرابات البحر الأحمر وباب المندب.

وقال وزير الصناعة والتجارة والتموين يوسف الشمالي، خلال تسلمه الرئاسة في القاهرة، إن الأردن مؤمن بالمسيسة والاستدامة، ويتخذ نهجاً ثابتاً مدعوماً بالاستفادة من دروس الماضي لتلبية متطلبات الحاضر وتطلعات المستقبل.

وأضاف، إن عنوان المرحلة التي تمر بها الدول

العربية هي الإجهاد الاقتصادي، لوجود تحديات بسبب توالي الأزمات العالمية والإقليمية منذ جائحة كورونا.

ودعا إلى عدم إغفال احتمالات وقوع أزمات إقليمية وعالمية مؤثرة اقتصادياً في المستقبل وضرورة اتخاذ إجراءات تحوطية لدرء تداعياتها، مشدداً على أهمية تكثيف الجهود لإنقاذ آليات العمل العربي المشترك، وتمتين دور مؤسسات الجامعة تحقيقاً للمصالح العربية القادمة.

تسلم الأردن أمس الخميس رئاسة المجلس الاقتصادي والاجتماعي العربي في دورته الثالثة عشرة بعد المئة.

وتستهدف اجتماعات الدورة الحالية، تعزيز التعاون الاقتصادي والاجتماعي العربي، وتعميق الاستفادة من الفرص والإمكانات المتاحة، وتحقيق التكامل في عدد من المجالات، ومناقشة

وزارة العمل تنظم يوماً وظيفياً لتوفير ٢٦٠٠ فرصة عمل

الانباط-عمان

شركة من القطاع الخاص من مختلف القطاعات والأنشطة الاقتصادية لتوفير أكثر من 2600 فرصة عمل.

ويشار إلى أن الوزارة أرسلت قبل يومين من تنظيم اليوم الوظيفي 5 آلاف رسالة نصية للباحثين والباحثات عن العمل المسجلين على منصات الوزارة لدعوتهم لتقديم سيرهم الذاتية للشركات المشاركة في هذا اليوم.

افتتح مساعد الأمين العام لشؤون العمليات في وزارة العمل عبد الله الجبور، أمس الخميس، اليوم الوظيفي الذي نظّمته الوزارة بالتعاون مع القطاع الخاص في قاعة جاليريا في أمانة عمان الكبرى.

وشارك في اليوم الوظيفي الذي نفذته مديرية التشغيل المركزية في الوزارة 72

«بترا وفانا» تختتمان ورشة في الإعلام الاقتصادي

الانباط-عمان

الصحي، سعد حتر، أفضل الممارسات المهنية في التعامل مع الأخبار والتقارير الاقتصادية، من خلال مجموعة من التمارين العملية وزيارات متعددة قائمة على تعدد المصادر أو تنوع المادة الصحفية، أو تعدد المدخلات، إضافة إلى التعرف على عدد من المصطلحات والمؤشرات الاقتصادية.

وتستضيف وكالة الأنباء الأردنية (بترا) مركز التدريب الإعلامي التابع للاتحاد وكالات الأنباء العربية (فانا) في مقرها في العاصمة عمان، بهدف دعم جهود الاتحاد وتعزيز الممارسات المهنية الفضلى، ويستضيف المركز في قاعات مؤهلة خصصتها الوكالة لإنجاح نشاطات المركز، الدورات التدريبية التي ينظمها الاتحاد أو وكالات الأنباء التابعة له بهدف تعزيز قدرات الصحفيين العاملين في الوكالات الأعضاء في الاتحاد.

ويضم اتحاد وكالات الأنباء العربية، وكالات الأنباء الوطنية في 18 بلداً عربياً، ويهدف إلى توثيق الصلات المهنية بينها وتأمين أوسع المجالات لتوزيع الأخبار داخل البلاد العربية وإيصالها إلى الخارج.

اختتمت أمس الخميس، فعاليات الورشة التدريبية «بناء التقارير الإخبارية في الإعلام الاقتصادي»، بتنظيم من اتحاد وكالات الأنباء العربية (فانا) بالتعاون مع وكالة الأنباء الأردنية (بترا).

وششارك في الورشة التي عقدت على مدار 3 أيام، 11 صحفياً من وكالة الأنباء السعودية (واس) ووكالة الأنباء القطرية (قنا) ووكالة أنباء الإمارات (وام) و (بترا).

وهدفت الورشة التي أقيمت في المركز التدريبي التابع للاتحاد في (بترا)، إلى رفع قدرات العاملين بوكالات الأنباء العربية، واكتسابهم مهارات جديدة بأعداد التقارير والأخبار الاقتصادية، وبما يواكب التطور في مختلف وسائل ومنصات الإعلام.

وعرض المشاركون في الورشة لتجاربيهم في الأقسام الصحفية الاقتصادية في أماكن عملهم، وأبرز التحديات التي يواجهونها، وسبل معالجتها، في ظل خصوصية عمل وكالات الأنباء العربية.

وناقشت الورشة التي قدمها المدرب

من جهتهم أكد الأعيان، أن الأردن يعتبر أحد أهم مناطق الجذب السياحي الدينية والتاريخية في المنطقة، ويتمتع بمواصفات تجعله مقصداً للسياح والزوار من مختلف أنحاء العالم طيلة العام، لافتين إلى ضرورة تقديم أفضل الخدمات للسياح وتحسين البنية التحتية للمرافق السياحية.

22 ألفاً، مبيناً أن حجم الاستثمار وصل إلى ما يقارب 20 مليار دينار.

وقال، إن رؤية الجمعية تتمحور حول الريادة في تطوير القطاع الفندقي وتحسين مستوى الخدمة لتصبح متميزة والندسة في الإبداع والابتكار محلياً وعربياً وعالمياً، لتحقيق التنمية المستدامة للقطاع.

مقارنة بالدول المجاورة، مشيراً إلى أن التعديلات التي طرأت على قانون السياحة، جاءت متوافمة مع رؤية التحديث الاقتصادي، من أجل تسهيل الاجراءات على المستثمر.

بدوره، أشار نائب رئيس مجلس إدارة الجمعية حسين الهاللات، إلى تطور القطاعي السياحي، حيث يوجد حالياً 631 منشأة فندقية، يعمل بها

والمؤسسات والجمعيات السياحية، مؤكداً أن القطاع السياحي يمثل مورداً أساسياً للاقتصاد الأردني.

من جهته، استعرض حجازين دور الوزارة في التشبيك مع كافة القطاعات السياحية الرسمية وغير الرسمية، لافتاً إلى أن تطور القطاع يأتي من خلال جودة الخدمات المقدمة وأسعارها

تنشيط السياحة وائل الروسان، والأعيان سليم خير، محمد الازايذة، محاسن جاغوب، فاضل الحمود، خير الدين هاكوز، عبدالله مطر، ميسون العتوم، أعضاء الجمعية.

وقال العين الهندي، إن الزيارة جاءت للاطلاع على واقع عمل الجمعية، التي تعنى بالتعاون والتنسيق مع الوزارة والدوائر

زارت لجنة السياحة والترار في مجلس الأعيان، برئاسة العين عبد الحكيم محمود الهندي، أمس الخميس، جمعية الفنادق الأردنية، والتقت اللجنة بحضور أمين عام وزارة السياحة عماد حجازين، ونائب مدير هيئة

«سياحة الأعيان» تزور جمعية الفنادق الأردنية



منتخب الرجبي يشارك في بطولة العرب



الانباط - عمان

فيما أوقعت القرعة منتخبنا الوطني للرجال في المجموعة الأولى إلى جانب منتخبات، الإمارات ومصر وفلسطين والعراق، فيما تضم المجموعة الثانية منتخبات، تونس وليبيا والسعودية وسورية والمغرب. يذكر أن المنتخب الوطني للرجال سبق وأن حقق لقب البطولة العربية التي استضافتها العاصمة الأردنية عمان عام ٢٠١٩ بعد فوزه في النهائي على حساب المنتخب المصري.

سيشارك المنتخب الوطني للرجبي في البطولة العربية التاسعة للرجال والرابعة للسيدات والتي تستضيفها مدينة الملك فهد الرياضية بالطائف في المملكة العربية السعودية يومي الجمعة والسبت، ويتواجد المنتخب الوطني للسيدات في المجموعة الأولى إلى جانب منتخبات، تونس وسورية والسعودية والإمارات ومصر وليبيا ولبنان.

قفزة كبيرة لمنتخبنا الوطني في التصنيف الشهري للفيفا

في المركز الأول خلفه فرنسا وإنجلترا وبلجيكا والبرازيل وهولندا والبرتغال وإسبانيا وإيطاليا وكرواتيا. وأشار فيفا عبر حسابه الرسمي على منصة "إكس" إلى أن منتخب المغرب بقي الأول عربيا وأفريقيا وقفز خطوة للمركز الثاني عشر عالميا خلفه السنغال (١٧) ونيجيريا في المركز (٢٨) حيث قفز النسور ١٤ مركزا للأمام محققا أفضل طفرة في التصنيف، في المقابل تراجع منتخب مصر ٣ خطوات للوراء ليتواجد في المركز ٣٦ بينما قفز منتخب كوت ديفوار ١٠ خطوات للأمام ليحتل المركز ٣٩. كما تراجع منتخبنا تونس والجزائر للمركزين ٤١ و٤٣ على التوالي، وقفز منتخب قطر الفائز مؤخرًا بكأس أمم آسيا ٢١ خطوة ليحتل المركز ٣٧ عالميا والخامس آسيويا بعد كل من اليابان (١٨) وإيران (٢٠) وكوريا الجنوبية (٢٢) وأستراليا (٢٣) كذلك تواجد منتخبنا وصيف كأس أمم آسيا بين العشرة الأوائل على المستوى الآسيوي بعدما قفز ١٧ خطوة للأمام ليحتل المركز ٧٠ عالميا. وتحرك منتخب العراق ٤ خطوات ليتواجد في المركز ٥٩ يسبقه المنتخب السعودي في المركز ٥٣ بعدما قفز ثلاث خطوات. في المقابل تراجع منتخب الإمارات ٥ خطوات ليحتل المركز ٦٩ عالميا والتاسع آسيويا. كما تراجع منتخب عمان ٦ مراكز ليحتل المركز ٨٠ عالميا والحادي عشر آسيويا.



سوييرا - وكالات

العام الجاري ٢٠٢٤ والذي شهد قفزة كبيرة لمنتخبنا الوطني لكرة القدم حيث تواجد منتخبنا وصيف كأس أمم آسيا بين العشرة الأوائل على المستوى الآسيوي بعدما قفز ١٧ خطوة للأمام ليحتل المركز ٧٠ عالميا. ولم يشهد التصنيف أي تغيير على مستوى المنتخبات العشرة الأوائل حيث ظل منتخب الأرجنتين الفائز بلقب كأس العالم الأخيرة

أعلن الاتحاد الدولي لكرة القدم (فيفا) الخميس عن التصنيف الشهري الأول في

هداف فلسطين يعزز صفوف الاهلي

الانباط - عمان

عام ٢٠١٠ (٤ مرات). وبينما الأهمي أملا كبيرة على مراعبة، مهاجم فريق جبل المكبر، في تحقيق تطلعاته إلى تجنب الهبوط، والاستمرار في دوري المحترفين. وجاء التعاقد مع مراعبة، بتوصية من المدير الفني للأهلي، عماد رشاد. ويحتل الأهلي حاليا المركز قبل الأخير، مع انتهاء مبارياته في مرحلة ذهاب الدوري المحلي، برصيد ٨ نقاط.

تعاقدت ادارة النادي الأهلي مع المهاجم الفلسطيني محمد المراعبة، لتعزيز صفوف فريق كرة القدم قبل انطلاق مرحلة إياب دوري المحترفين. ويعتبر المراعبة (٢٩ عاما) الهدف التاريخي للنادي الفلسطيني للمحترفين، حيث سجل ٧٢ هدفا، وتوج هدافا للمسابقة التي انطلقت

البدنية أحمد سمير والمعالج حسن بروهمة، واللاعبين محمد شاهر وأشرف الهندي وأمين أبو حواس وهاشم عباس وأحمد حمارة ويوسف أبو وزنة ومالك كنعان ومحمود الهزايمة وروحي الكيلاني وعبدالله شتات وأحمد حموري وفريدي إبراهيم. وكانت قرعة البطولة قد أسفرت عن وجود المنتخب الوطني في المجموعة الثانية إلى جانب منتخبي مصر والبحرين، فيما جاءت منتخبات قطر والسعودية وأفريقيا الوسطى في المجموعة الأولى.

حيث تقام المرحلة الأولى للبطولة وفقا لنظام الدوري الجزأ من مرحلة واحدة، لتنتهي منتخبات المجموعة الواحدة فيما بينها من أجل ترتيب مراكز الفرق، على أن يجمع الدور الثاني بين الفرق المتنافسة في كل مركز مقابل لها بين فرق المجموعة الأخرى. الى ذلك، يبدي الشارع الرياضي المحلي تفاؤله بمنتخب السلة في المشاركات الرسمية، لتحقيق نتائج لافتة، خاصة وأن المنتخب سبق وأن حقق إنجازات غير مسبوقة بتأهله أكثر من مرة إلى نهائيات كأس العالم، كما أن رئيس اللجنة المؤقتة لاتحاد كرة السلة محمد سليمان ميك فترا متميزا في تطوير اللعبة رغم الصعوبات والتحديات التي تواجهه.

سلطنا تواجه البحرين ببطولة قطر الودية



الانباط - عمان

التحضير أيضا للاستحقاقات الرسمية المقبلة. ويضم وفد المنتخب الوطني كل من المدير الفني وسام الصوص ومساعديه محمد حمدان والإسباني اجناسيو رودريجز ومدرب اللياقة

في المباراة التي تقام في قطر، في إطار منافسات البطولة الدولية الودية التي تستضيفها لدوحة. وبدأ المنتخب الوطني تدريباته في قطر استعدادا للمشاركة في هذه البطولة، التي تأتي في إطار

يلتقي المنتخب الوطني لكرة السلة، نظيره البحريني عند الساعة السابعة من مساء الجمعة،

الجزيرة يعين مدربي فرق الفئات المختلفة



الانباط - عمان

الجزيرة إلى أنه تقرر تعيين الأجهزة الفنية والطبية على النحو التالي: الكابتن حسن عبدالفتاح، مديرا فنيا لفرق الفئات العمرية، في النادي. جاء ذلك خلال جلسة الإدارة الأخيرة، والتي تقرر فيها أيضا إناطة مسؤولية الإشراف العام على منشآت النادي في غمندان، وإدارة فرق الفئات العمرية إلى عضوي مجلس الإدارة علاء إسماعيل، وأمين العكش. وأشار نادي

قرر مجلس إدارة نادي الجزيرة تعيين حسن عبدالفتاح، مديرا فنيا لفرق الفئات العمرية في النادي. جاء ذلك خلال جلسة الإدارة الأخيرة، والتي تقرر فيها أيضا إناطة مسؤولية الإشراف العام على منشآت النادي في غمندان، وإدارة فرق الفئات العمرية إلى عضوي مجلس الإدارة علاء إسماعيل، وأمين العكش. وأشار نادي

الفتيات على ممارستها ودعمهن من خلال برامج ومشاريع مستقبلية. ورحبت "السعيد" بالوفد الذي يزور الأردن وعبرت عن تقديرها لهم ورغبتهم في العمل مع الاتحاد الأردني للمصارعة لرفع مستوى الاهتمام بالرياضة والمصارعة الأردنية وزيادة القاعدة وتطوير الرياضة وتشجيع الفتيات على ممارستها. من جانبه أشار رئيس الاتحاد الأردني للمصارعة، محمد العواملة، إلى أهمية هذه الزيارة من أجل تبادل الخبرات وتحسين مستوى رياضة المصارعة في الأردن والتي تأتي ضمن مساعي الاتحاد في فتح قنوات الاتصال مع الجهات والمنظمات التي تعنى بتطوير رياضة المصارعة على مستوى العالم.

السعيد تجتمع بوفود اميركية متخصصة بالمصارعة

الانباط - عمان

اجتمعت الأمانة العامة للجنة الأولمبية الأردنية، رنا السعيد، مع ثلاث جهات أميركية رائدة برياضة المصارعة تزور المملكة بدعوة من الاتحاد الأردني للمصارعة، وحضر الاجتماع ممثلين عن الجهات الثلاث وهي Wrestling for Peace وWrestling Club وTitan Mercury، إلى جانب رئيس الاتحاد الأردني للمصارعة محمد العواملة. وتأتي زيارة هذه الجهات الثلاث من أجل التباحث مع الاتحاد الأردني للمصارعة لتطوير رياضة المصارعة في المملكة وتشجيع



تفاعل جماهيري كبير لمشاركة

النشامى الآسيوية

الانباط - عمان

على صعيد التطبيق الرسمي للاتحاد، بلغ إجمالي عدد التحميلات عبر "أيفون" و"أندرويد" أكثر من ٥٥ ألفا، مع وصول عدد المستخدمين إلى أكثر من ١٧ ألفا، والذي شهد مشاركات من الجماهير بمسابقات توقع النتيجة، بالإضافة إلى تصفح أحدث الأخبار وتتبع نتائج المباريات أولا بأول والعديد من الخدمات الأخرى. وشهد الموقع الإلكتروني للاتحاد بلحته الجديدة والذي أطلق قبل البطولة قفزة نوعية، حيث بلغت الزيارات والتفاعلات على الموقع خلال فترة البطولة أكثر من ٣٠٠ ألفا.

تتبع بين الصور والفيديوهات الحصرية، بالإضافة إلى ٣٥٦ من القصص المصورة "ستوري" التي لاقت رواجا كبيرا، حيث بلغت المشاهدات على مختلف المنصات أكثر من ١٠٠ مليون مشاهدة، و ١٢ مليون تفاعل وتصدرت منصة "إنستجرام" تفاعلات الجماهير، حيث حظيت المنشورات بأكثر من ٨ مليون تفاعل، و ٨٢ مليون مشاهدة، فيما بلغت نسبة الزيادة في أعداد المتابعين أكثر من ٢٣٨ ٪. في المقابل، شهدت منصة فيس بوك، أكثر من ١,٧ مليون تفاعل، و ١٦ مليون مشاهدة، كما سجلت منصة "X"، أكثر من مليون تفاعل، و ٥٠٠ ألف مشاهدة.

شهدت المشاركة التاريخية لمنتخب النشامى في كأس آسيا ٢٠٢٣، والتي حقق خلالها المركز الثاني في البطولة، تفاعلا كبيرا من الجماهير على مختلف المنصات الرقمية للاتحاد الأردني لكرة القدم. وسجل التواصل الرقمي عبر مختلف منصات الاتحاد رقما قياسيا غير مسبق، بلغ أكثر من ١٠٠ مليون، قياسا بما حققه المنتخب الوطني من إنجازات في البطولة القارية. ونشر الاتحاد الأردني، ٣٩٦ منشورا على امتداد مشاركة المنتخب في البطولة،

صفحة «تاريخية» للوبي الصهيوني: محكمة العمل البريطانية تنصف البروفيسور ميلر



صفحة تاريخية للوبي الصهيوني من محكمة العمل البريطانية

توظيف تعريف فضفاض جداً لمعاداة السامية يمنع عملياً، تحت طائلة الملاحقة القانونية، توجيه أي انتقادات لإسرائيل، وسياساتها وأيديولوجيتها الإجرامية. أمر حوله إلى هدف دائم لحملة مغرضة تعاطفت بعد إدانته العدوان الإسرائيلي الحالي على غزة. وفيما أعرب ناطق باسم «جامعة بريستول» عن «شعورها بخيبة الأمل» بسبب الحكم لمصلحة غريمها، نقلت صحف لندن عن ميلر قوله، تعليقاً على الحكم: «إنني فخور جداً بأننا تمكنا من إثبات أن الآراء المعادية للصهيونية تعتبر معتقداً فلسفياً يحميها قانون المساواة في المملكة المتحدة، وأمل أن يصبح هذا الحكم سابقة نستند إليها في جميع المواجهات المستقبلية التي سنخوضها مع الأيديولوجية الصهيونية العنصرية، وحروب الإبادة الجماعية التي تشنها والحركات المؤيدة لها.. وأعلن محاميه أن ميلر سيسعى للحصول على «أقصى تعويض ممكن عن الأضرار التي تسبب بها قرار الجامعة بفصله».

من جهته، وصف «اتحاد الطلاب اليهود» في بريطانيا الحكم الذي صدر بأنه مؤسف وقد يشكل سابقة خطيرة حول ما يمكن قوله بشكل قانوني في الحرم الجامعي عن الطلاب اليهود وتجمعاتهم، وسيجعل من حياتهم في نهاية المطاف أقل أمناً، على حد زعم بيان أصدره الاتحاد.

لاحقة متعذرة يدلي بها ميلر ضمن محاضرات له على الإنترنت، في إشارة صخب المتصهينين في المملكة المتحدة، ووصف ميلر الكيان العبري بأنه «عدو السلام في العالم»، وأتهم الجمعية اليهودية التي قادت الحملة ضدّه (The Community Security Trust) بأنها جماعة ضغط إسرائيلية مهمتها صناعة الهستيريا عبر خلط المفاهيم بين انتقاد الصهيونية السياسية والهجمة الإسرائيلية (ضد عموم السوريين بمن فيهم الفلسطينيين) للبعداء لليهودية كديانة من خلال

الأكاديمي بعدما خلصت جلسة تأديبية، عقدت على عجل، إلى أنه لم يستوف معايير السلوك التي تتوقعها من موظفيها، هذا الحكم سيكون سابقة يبنى عليها، وخصوصاً في أجواء الاحتقان الحالية ومنذ ذلك الحين، تسببت تعليقات

تاريخ القضاء البريطاني العريق التي يحكم فيها بأن المعتقدات المناهضة للصهيونية محمية في مكان العمل. وكان طلبية يهود في «جامعة بريستول»، تحركهم جهات مدعومة من الكيان العبري، قد تسببوا في موجة من الجدل داخل الجامعة وخارجها في عام 2019 بعدما أتهموا ميلر بتدريس مادة معادية للسامية يمكن أن تفسر على أن اليهود يمارسون نفوذاً سرياً على الشؤون السياسية بما يتعارض مع المصالح الوطنية للدول (الأخبار 22/5/2021).

ومن المعروف أن ميلر (مع زملاء له) صاغ نظرية في تفسير أسباب تفشي ظاهرة رهاب الإسلام (الإسلاموفوبيا) تحلل وتقضب على مختلف الجهات السياسية المتقاطعة على نشر ذلك الرهاب في الغرب وعلى صعيد عالمي، وجعل أولها جهات من الحركة الصهيونية (انظر بالإنكليزية كتاب «ما هي الإسلاموفوبيا؟ عن العنصرية والحركات الاجتماعية والدولة» من تحرير البروفيسور ميلر - 2017). وقد رفضت «جامعة بريستول» وقتها هذه الاتهامات على أرضية الحريات الأكاديمية، وقالت إن مستشارها القانوني وجد أن نظرية ميلر «لا تشكل بأي حال خطاباً غير قانوني».

لكنها خضعت في النهاية لضغوط اللوبي الصهيوني النافذ في البلاد، وقررت عام 2021 فصله من منصبه

عقبته المحكمة التي تنظر في الخلافات بين العاملين وأصحاب العمل بأن أستاذ علم الاجتماع السياسي البارز فصل من الجامعة بشكل غير عادل يتعارض مع القانون، وأن «معتقداته المناهضة للصهيونية بوصفها عنصرية وإمبريالية واستعمارية بطبيعتها مؤهلة لاعتبارها معتقداً فلسفياً وأفكاراً محمية وفقاً للمادة العاشرة من قانون المساواة المتعد في المملكة المتحدة لعام 2010».

واعتبرت جهات تابعت قضية ميلر أن هذا الحكم سيكون سابقة يبنى عليها، ولا سيما في أجواء الاحتقان الحالية في المجتمع البريطاني بسبب المواقف المستقطبة تجاه حرب الإبادة التي تشنها القوات الإسرائيلية على الفلسطينيين في قطاع غزة المحاصر، إذ إنها المرة الأولى على الإطلاق في

«مضادات الأكسدة».. قليلها يحمي الجسم وكثيرها يصبه بالأمراض

كما تم ربطها بزيادة خطر الوفاة المبكرة لدى الأشخاص المصابين بأمراض مزمنة. وتشير نتائج هذه الدراسات إلى أن تناول كميات زائدة من مضادات الأكسدة يمكن أن يكون سيئاً للإنسان، لا سيما وأن أحد الأسباب هو أن الكميات المنخفضة من الجذور الحرة يمكن أن تكون مفيدة بالفعل.

يقول إسماعيل لاهر، أستاذ علم الصيدلة في جامعة كولومبيا البريطانية، إن «هناك الكثير من الأدلة التي تشير إلى أن الجذور الحرة لها أدوار مفيدة في العمليات الفسيولوجية»، شارحاً أنه عند التركيزات المنخفضة، تساعد الجذور الحرة الخلايا على النمو وتشكل جزءاً من آلية دفاع الجسم ضد الأمراض. كما أنها تشارك في عملية التمثيل الغذائي، أو تحلل الأدوية، وتشارك في التواصل بين الخلايا.

ولكن إذا تم استهلاك الكثير من مضادات الأكسدة، يمكن أن تعطل هذه العمليات الطبيعية والأساسية، مما يؤدي إلى تأثيرات غير مرغوب فيها»، حسب ما ذكره جيمس كيهير، الأستاذ الفخري وعميد كلية الصيدلة والعلوم الصيدلانية بجامعة ألبرتا، الذي يوصي بتخطي المكملات الغذائية، والالتزام بنظام غذائي صحي.

وأضاف كيهير قائلاً إنه «عندما يتناول شخص ما نظاماً غذائياً متوازناً يتضمن ما يكفي من الفواكه والخضروات، سيتم استهلاك الكمية المناسبة من مضادات الأكسدة»، مؤكداً أنه «نادراً ما تكون هناك حاجة للمكملات الغذائية، هذا إن وجدت، إلا في حالة الغياب طويل الأمد لنظام غذائي مناسب، أو في بعض أنواع الأمراض» على سبيل المثال، قد يُنصح باستخدام المكملات الغذائية إذا كان الشخص يعاني من تراجع نتيجة لنقص فيتامين E المعزول AVED، وهو اضطراب تنكس عصبي وراثي نادر. وأشار لاهر إلى أن ممارسة التمارين الرياضية مهم أيضاً، موضحاً أن الجسم قادر على إنتاج مضادات الأكسدة الخاصة به، وتزيد التمارين الرياضية من إنتاج مضادات الأكسدة المدمجة في العضلات والقلب والكبد.

فإذا كان الشخص يفكر في تناول مكمل مضاد للأكسدة، فيجب أن يناقش الأمر مع طبيب، لأنه من الضروري أن يكون على دراية بجرعات المكملات الغذائية وكيفية توافقها مع نظامه الغذائي اليومي، إذ إن الاستهلاك الزائد يمكن أن يؤدي إلى التسمم، علاوة على أنه يجب معرفة ما إذا كان المكمل قد يتفاعل مع أي دواء يتم تناوله.

عندما يتعلق الأمر بمضادات الأكسدة، فإنه من المهم النظر في مفهوم يسمى «الهرمون»، وهو عندما يكون لجرعة منخفضة من مادة ما تأثير مفيد ولكن الجرعة العالية لها تأثير سام. أو كما قال كير: «إذا كان القليل جيداً، فإن الكثير ليس أفضل».

لطالما تم وصف مضادات الأكسدة على أنها جزيئات مقاومة للأمراض، لكن الأبحاث تظهر أن الجرعات الأكبر منها يمكن أن تكون ضارة بالفعل.

إن مضادات الأكسدة هي سلاح الطبيعة ضد الجزيئات الضارة التي تسمى «الجذور الحرة»، والتي يصنعها الجسم باستمرار أثناء قيام الخلايا بعملها. يمكن لهذه الجزيئات غير المستقرة أن تلحق الضرر بخلايانا وتسبب أمراضاً مثل السرطان مع التقدم في العمر، حسب ما نشره موقع Live Science.

يتم تصنيع بعض مضادات الأكسدة في الجسم، في حين أن البعض الآخر يحصل عليه الجسم من النظام الغذائي، مثل البيتا كاروتين من الجزر والليكوبين من الطماطم والبوليفينول من العنب. ويُعتقد أن جميعها تمنع وتحد من تلف الخلايا، أو «الإجهاد التأكسدي»، الذي تسببه الجذور الحرة.

تظهر الأبحاث أن الأشخاص الذين تكون وجباتهم الغذائية مليئة بالفواكه والخضراوات والبقوليات الغنية بمضادات الأكسدة يسيلون إلى تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية والسرطان والوفاة المبكرة لأي سبب. لذلك من السهل أن يعتقد البعض أن زيادة تناولهم لمضادات الأكسدة، عن طريق تناول المكملات الغذائية، على سبيل المثال، سيكون مفيداً. ولكن بالمقارنة مع الأطعمة، فإن المكملات الغذائية تجعل من السهل تجاوز الجرعات الموصى بها من مضادات الأكسدة، والتي يمكن أن تكون ضارة بالفعل.

تتراوح الآثار الجانبية للجرعات العالية من مضادات الأكسدة من خفيفة إلى خطيرة جداً. على الجانب الأكثر اعتدالاً، من المعروف أن الكميات الكبيرة من البيتا كاروتين تحول الجلد إلى اللون الأصفر أو البرتقالي، وهو أمر لا يضر للخطر، ولكنه ليس ضاراً في حد ذاته. إن الإفراط في تناول فيتامين C يمكن أن يؤدي إلى مشاكل في الجهاز الهضمي، مثل الإسهال والغثبان وتشنجات البطن. والأخطر من ذلك هو أن الجرعات العالية من البيتا كاروتين قد تزيد من خطر الإصابة بسرطان الرئة وأمراض القلب والأوعية الدموية لدى الأفراد المعرضين بالفعل لخطر كبير للإصابة بهذه الأمراض، مثل المدخنين الحاليين والسابقين والأشخاص الذين تعرضوا للأسبستوس، أن هناك أيضاً أدلة من الدراسات التي أجريت على الحيوانات والأشخاص البشرية تشير إلى أن مضادات الأكسدة يمكن أن تشجع نمو وانتشار بعض أنواع السرطان.

كما ثبت أن مكملات فيتامين E ذات الجرعات العالية تتفاعل مع بعض الأدوية، مثل الأسبرين والوارفارين والتاموكسيفين والسيكلوسبورين A.

اللحوم وارتفاع أسعارها 5 أضعاف سعرها مقارنة بفترة ما قبل الحرب.

وكان قد حذر المكتب الإعلامي الحكومي في غزة، من أن المجاعة في شمال غزة تتصاعد بعد فساد كميات الطحين والأرز والطعام والغذاء، وكذلك فساد حيوب وأغلاف الحيوانات.

وإنه المكتب في بيان له إلى أن كل دول العالم أمام مسؤولية أخلاقية وإنسانية تجاه هذه الجريمة القدرية التي يمارسها الإحتلال بدعم أمريكي كامل.

وطالب المكتب الإعلامي بإدخال 1000 شاحنة يومياً، بشكل فوري وعاجل، لمحافظة شمال غزة حتى تتعافى من المجاعة وأثارها.

ويُعاني سكان قطاع غزة عموماً، ومواطنو الشمال ومدينة غزة خصوصاً من حصار شامل بالترزامن مع حرب الإبادة الجماعية.

ومنذ بداية العام الحالي، وعلى الرغم من تشغيل عدد من أفران الخبز، إلا أن الكثافة السكانية العالية الموجودة في مدينتي دير البلح ورفح، بسبب نزوح مئات الآلاف من مختلف أنحاء قطاع غزة إلى هاتين المدينتين، جعلت الحصول على رطله خبز مهمة شاقة تحتاج إلى ساعات طويلة من الانتظار.

ويضطر المواطنون إلى الانتظار لما يقارب 6 ساعات بشكل يومي للحصول على قليل من الخبز.



الفلسطينيون إلى الصيادية وهي أكلة فلسطينية تتكون من سمك التونة والأرز، كبديل عن اللحوم والدجاج بعد شح وإفقار الأسواق إلى

للحصول على وجبة الصيادية، إحدى الوجبات المعروفة في قطاع غزة، التي صارت ملجأً للكثيرين خلال الحرب الحالية. لجأ

يتدافع الأطفال حاملين أوامر فارغة

للقلب والمهضم والمناعة.. فوائد صحية ذهبية للأطعمة الحمراء



المثال، يساعد في مكافحة أمراض القلب ويحمي صحة القلب.

المثال، يساعد في مكافحة أمراض القلب ويحمي صحة القلب.

يتم الاحتفال باللون الأحمر عالمياً باعتباره لون الحب والعاطفة، كما أنه مرتبط بالقلب. ومع اقتراب الاحتفال بيوم الحب Valentine's Day، يصبح اللون الأحمر هو اللون المهيمن على الملابس والزهور والديكور. إلا أنه يجب تضمين الأطعمة ذات اللون الأحمر أيضاً في النظام الغذائي نظراً لفوائدها الصحية المتعددة، حسب ما نشره موقع «هيلث شوتس» Health Shots.

ويقول اختصاصي التغذية دكتور روهيني باتيل إنه يمكن اختيار الأطعمة الصحية حمراء اللون بما لا يشمل بالطبع كعك ال«ريد فيليبز»، وإنما الخضراوات والفواكه الطازجة منها، التي تحتوي على مركبات مهمة مثل الليكوبين والأنثوسيانين والبيتالين، والتي تمنح الجسم الفوائد التالية:

1- صحة القلب

تحتوي الأطعمة الحمراء، وخاصة الطماطم، على مادة الليكوبين المعروفة بخصائصها الوقائية للقلب، ويساعد الليكوبين على خفض ضغط الدم وتقليل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

وأظهرت دراسة، نُشرت عام 2021 في دورية Bioscience Research، أن البيوتاسيوم الموجود في البطيخ، على سبيل

المثال، يساعد في مكافحة أمراض القلب ويحمي صحة القلب.

2- الوقاية من السرطان

يقول دكتور باتيل إن مضادات الأكسدة الموجودة في الأطعمة الحمراء تحارب الجذور الحرة. من المحتمل أن تقلل من خطر الإصابة ببعض أنواع السرطان، بما يشمل سرطان الثدي والبروستاتا.

3- تحسين الرؤية

إن الفواكه الحمراء مثل الفراولة والبطيخ غنية بفيتامين C ومضادات الأكسدة، أنها تعزز صحة العين وتقلل من خطر الضمور البقعي المرتبط بالتقدم في العمر.

4- تعزيز المناعة الطبيعية

يسهم فيتامين C في الأطعمة الحمراء في تعزيز جهاز المناعة، الذي يساعد الجسم على مكافحة الالتهابات وكذلك الأمراض.

5- بشرة صحية

تساهم مضادات الأكسدة الموجودة في الأطعمة الحمراء أيضاً في تحسين صحة الجلد. إنها تكافح علامات الشيخوخة من خلال المحافظة على بشرة متألقة.

6- صحة الجهاز الهضمي

يضيف دكتور باتيل أن الفواكه الحمراء مثل التوت والكرز غنية بالألياف، مشيراً إلى أنها تساعد على تحسين الهضم وتعزز صحة