



ولي العهد يعلن عن إعادة تفعيل برنامج خدمة العلم قريباً

# ولي العهد يؤكد أهمية تهيئة الشباب ليكونوا جاهزين «لخدمة الوطن والدفاع عنه»

«  
الخدمة برفقة  
نشامي القوات  
المسلحة تسهم  
في صقل  
الشخصية  
والانضباط



»ولي العهد: البرنامج  
سيساهم بتعزيز الهوية  
الوطنية وارتباط الشباب  
بأرضه

»الحكومة تعمل  
منذ مدة مع شركائها  
لتطوير البرنامج الذي  
سيتم الإعلان عن تفاصيله لاحقاً



والتعليم والتدريب المهني والتقني.

من جانبها، أشاد الحضور بمبادرة سمو ولي العهد لإعادة برنامج خدمة العلم، مؤكدين أهميته في غرس قيم المواطنة الفاعلة لدى الشباب وصقل شخصياتهم وتعزيز هويتهم الوطنية.

وتشنو اهتمامهم بالتدريب المهني والتقني، مشيرين إلى أهميته في تمكن الشباب وصقل مهاراتهم بسوق العمل.

وأشار سموه إلى أنه أوفر للحكومة منصة للعمل مع شركائها لتطوير برنامج خدمة العلم، الذي سيخضع لسلسلة من الإجراءات وفق جدول زمني واضح، يتم الإعلان عن تفاصيله.

ليكونوا جاهزين لخدمة الوطن والدفاع عنه، مضيفاً أن كل من

انخرط في برنامج خدمة العلم يعي أهمية هذه التجربة.

وأكّد سموه أهمية البرنامج في تعزيز الهوية الوطنية وارتباط الشباب بآرائهم، مشيراً إلى أن الخدمة برفقة نشامي القوات المسلحة الأردنية – الجيش العربي تسهم في صقل الشخصية والانضباط.

أعلن سمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني ولي العهد، عن إعادة تفعيل برنامج خدمة العلم قريباً، خلال لقاء شباباً وشابات من محافظة إربد، أمس الأحد.

وقال سمو ولي العهد، خلال اللقاء، إنه يجب تهيئة الشباب

الأنباء - إربد

## مؤتمر صحفياليوم للإعلان عن تفاصيل خدمة العلم المؤمني: خدمة العلم تعود بصيغة جديدة «لصقل شخصية الشباب الأردني»



عودة خدمة العلم:  
لماذا الآن؟  
أحمد الفراiture

في أبلغ رد أردني على التهديدات الإسرائيلية المتتصاعدة، أعلن ولي العهد الأمير الحسين بن عبد الله الثاني إعادة تفعيل برنامج خدمة العلم قريباً. انتقد الأردنيون قرار كهذا منذ وقت طويٍّ لأن التحولات الإقليمية المستمرة، منذ عاشرن توكٍّد أن الأردن في قلب العاصفة، ولا بد من رفع الجاهزية الوطنية للوقوف بصلابة في وجه التحديات.

جاء هذا القرار في ظل مرحلة إقليمية ضاغطة على الأمن الوطني الأردني بسبب السياسات المترافقـة التي تنتهجها إسرائيل في المنطقة، والتي أتاحت لغاية الآن أربعة تهديدات مركبة و المباشرة في المظور الأمني الأردني، وهي: طرح المخططات التهـجـيرـية للفلسطينيين من أراضيهم إلى جانب الدور الذي تلعبه في جنوب سوريا تحت حـمـاـيـةـ الدـرـوـنـ، إضافة إلى قيامها بـأـشـطـةـ تـهـبـيـرـةـ المـنـوـعـاتـ إلىـ الأـرـدـنـ عبرـ حدودـ الغـرـيـبـ، وـمـؤـخـرـاـ، إـلـاـنـ أـرـفـعـ مـسـؤـولـيـاتـ إـسـرـاـئـيلـ، اـتـتـاهـوـ عـنـ سـعـيـهـ لـاقـامـةـ ماـيـسـمـ إـسـرـاـئـيلـ الـكـبـرـىـ، عـلـىـ أـرـاضـ فـلـسـطـيـنـيـةـ وـأـرـدـنـيـةـ، وـعـرـبـيـةـ.

الاستجابة لهذه التهديدات تبدأ بـجـمـيعـ عـاصـرـةـ القـوةـ الوـطـنـيـةـ وـتـعـبـتـهاـ، وـقـدـ أـثـرـتـ فيـ هـذـهـ الزـوـاـيـةـ قـبـلـ أـيـامـ إـلـىـ ضـرـورةـ اـسـتـفـادـةـ مـنـ الطـافـقـاتـ ضـرـبـهـ ضـرـبـهـ.

أـثـرـتـ فيـ هـذـهـ الزـوـاـيـةـ قـبـلـ أـيـامـ إـلـىـ ضـرـورةـ اـسـتـفـادـةـ مـنـ الطـافـقـاتـ ضـرـبـهـ ضـرـبـهـ.

مـعـسـكـاتـ الجـيشـ العـرـبـيـ فيـ مـدارـسـ وـمـنـاطـقـ تـعـزـزـ قـيمـ الـولـاءـ وـالـانتـنـاءـ الـوطـنـيـنـ.

لـتـسـبـيـهـاـ، وـيـمـكـنـهاـ الـحدـ منـ نـسـبـ الـبطـالةـ فيـ صـفـوـفـ الشـيـابـ فيماـ لوـ تـصـمـمـ بـرـنـامـجـ خـدـمـةـ الـعـلـمـ تـاهـيـلاـ تـقـنـيـاـ وـمـهـيـاـ لـلـخـاطـعـينـ لـهـ بماـ يـوـدـيـ لـإـكـسـابـهـ الـحـبـرـاتـ بـماـ يـتـيحـ لـهـمـ المـاقـفـةـ فيـ سـوقـ الـعـلـلـ بـعـدـ اـنـتـهـاءـ خـدـمـاتـهـ، وـلـاـ بـدـ منـ تـوجـيهـ الـمـارـدـ

الـمـاتـهـ لـهـذـهـ الـغـاـيـةـ.

وـأـخـيرـ، إـنـ إـلـاـنـ تـفـعـيلـ بـرـنـامـجـ خـدـمـةـ الـعـلـمـ قـرـارـ وـطـنـيـ جـرـيـ، وـمـطلـوبـ، وـلـكـ منـ الضـرـوريـ أنـ يـتـبعـهـ الـمـيدـ منـ الـقـرـاراتـ السـيـاسـيـةـ فيـ مـجـالـ الـطاـفـقـاتـ بماـ يـسـبـبـ

أـرـاقـ الضـعـفـ علىـ الـأـرـدـنـ منـ إـسـرـاـئـيلـ الـتـيـ تـصـنـعـ مـعـادـلـةـ جـدـيـدةـ لأـمـنـ الـدـوـلـةـ

الـيـهـودـيـةـ الـعـمـيقـةـ.



- البرنامج الوطني الجديد  
يسعى إلى إعداد المزيد من  
الشباب الأردني المنضطـ

الأنباء - عمان

قال وزير الاتصال الحكومي، الناطق الرسمي باسم الحكومة، محمد المؤمني، إن الحكومة والقوات المسلحة الأردنية تعاملان منذ فترة، بتوجيه مباشر من جلالته الملك عبدالله الثاني، وسمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني، ولي العهد، وبمتابعة من رئيس الوزراء جعفر حسان، على إنجاز مشروع وطني لإعادة تقييم خدمة العلم.

وأوضح المؤمني عبر منصة اكس أن البرنامج الوطني الجديد يسعى إلى إعداد

الزيد من الشباب الأردني الملتزم والمتحمس بأرضه، من خلال منظومة متكاملة

تعيد الروح إلى مفهوم الخدمة الوطنية.

وينبئ أن البرنامج يبدأ بتطبيقه على مجموعة من الشباب في عام ٢٠٢٦.

ليشمل الدفعة الرابعة والخمسين من دفقات الخدمة الإلزامية، مع التوجه إلى

التوسيع التدريجي في الأعوام اللاحقة، ضمن إطار تنظيمي وخطة سيتم الإعلان

عن تفاصيلها اليوم الاثنين، خلال مؤتمر صحفي يعقد في دار رئاسة الوزراء.

وأكّد المؤمني أن برنامج خدمة العلم، يصيغه الجديدة، يهدف إلى صقل

شخصية الشباب الأردني بدني وفكري وثقافي، وتعزيز الهوية الوطنية، وترسيخ

قيم الانضباط والصبر والعمل الجماعي، عبر الانحراف في بيته مؤسسة الجيش

الأردنية بما تمتلكه من قيم وطنية راسخة و تاريخ مشرف.

## خدمة العلم تعود ببرؤية جديدة: نحو تأهيل الشباب وبناء اقتصاد قوي خلدون خالد الشقران

لم يكن إعلان سمو ولي العهد الأمير الحسين بن عبد الله الثاني عن إعادة تفعيل برنامج خدمة العلم مجرد خطوة رمزية، بل هو قرار استراتيجي يحمل في طياته أبعاداً وطنية واقتصادية واجتماعية. فالبرنامج بصيغته الجديدة التي يجري العمل على تطويرها، لا يقتصر على البعد العسكري فحسب، بل يتجاوز ذلك ليشكل رافعة حقيقة لسوق العمل المحلي، ووسيلة لتأهيل شبابنا لواجهة تحديات العصر.

شخصياً، أجد أن عودة "خدمة العلم" أمر في غاية الأهمية، لكن ليس بالشكل التقليدي الذي اعتننا به في الماضي، بل عبر صياغة عصرية تجعل منها مدرسة للتدريب المهني والتقني، ومختبراً حقيقياً لإعداد الشباب للتعامل مع متغيرات التكنولوجيا الحديثة واحتياجات سوق العمل.

الواقع في الأردن يكشف عن نقص واضح في الأيدي العاملة بمجالات الكهرباء، الميكانيك، التكيف، السباكة، وصيانة الأجهزة، وهي وظائف يشغل معظمها عمالة وأفراد يقدر بعشرات الآلاف، هذا الحال لم يأت من فراغ، بل إن نتيجة سنوات من التركيز على المسار الأكاديمي على حساب التعليم المهني، من هنا فإن جعل خدمة العلم منصة إلزامية لتدريب الأجيال على المهن الطلوبية سيعالج فورة حقيقة في السوق.

الأردن لا يعاني فقط من نقص داخلي في المهن، بل يمكنه أيضاً استثمار هذه الفرصة لتسويق الكفاءات الوطنية في الخارج، فدول الخليج وأوروبا تعانى من نقص مشابه، ولديها طلب متزايد على العمالية المدرية، وهنا يمكن لخدمة العلم أن تتتحول إلى بوابة للتنقل الدولي إذا ما زار تندريل المهني مع تعليم اللغات (الإنجليزية، الألمانية، الفرنسية)، بالتعاون مع السفارات والجهات المانحة، تخيل شاباً يشقق سبيلاً الكهرباء ويتحدى الأمانة، كم ستكون فرصته في الحصول على عمل محترفة كبيرة؟

من أبرز إيجابيات عودة البرنامج خلق فجوة "مدروسة" بين العرض والطلب في سوق العمل، ذلك أن التفاوت الشديد بين خدمة العلم الميدوبي إلى تقليل المنافسة في الفترة الزمنية الموقته، مما يفتح المجال واسعاً لتوظيف الفئات العمرية الأخرى بسرعة أكبر، ويؤدي إلى رفع معدلات التشغيل وخفض نسب البطالة بشكل تدريجي.

إلى جانب كل هذه الجوانب الاقتصادية، يبقى البعد الوطني حاضراً بقوة، فكما أشار سمو ولي العهد، فإن الانخراط في خدمة العلم يعزز الانتماء والهوية الوطنية، ويغرس قيم الانضباط، ويقرب الشباب من المؤسسة العسكرية — رمز العطاء والتضحية، إن ما ستركت التجربة من أثر في شخصية الشباب الأردني لا يقل أهمية عن الجانب المهني.

إعادة خدمة العلم ليست عودة لماضي، بل هي خطوة نحو المستقبل. مستقبل يعتمد على شباب مدرب ومؤهل، قادر على خدمة وطنه من خلال الدفاع عنه، والمساهمة في تنويع الاقتصاد عبر الانخراط في المهن والحرف الملولية محلها وخارجيها. وإذا ما تم تنفيذ البرنامج وفق رؤية متكاملة تجمع بين التدريب العسكري، والتأهيل المهني، وتعليم اللغات، فإننا خلال عام ونصف فقط سنصلس فارقاً حقيقياً على الأرض.

إنها فرصة ذهبية لن تكرر، فلنخدم العلم، ونخدم الأجيال المقبلة، ولنصنع من شبابنا قوة اقتصادية فاعلة تردد الوطن وتداعف عنه.

الافتتاحية - عمان

## «فاعليات رسمية وشعبية» تثمن إعلان ولي العهد إعادة تفعيل برنامج خدمة العلم

الافتتاحية - عمان

ثمنت فاعليات رسمية وشعبية، أمس الأحد، إعلان سمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني ولي العهد، عن إعادة تفعيل حزب الميقاتية، بإعلان سمو ولي العهد، إعادة تفعيل البرنامج خلال لقاءه شباباً وشباتاً من محافظة إربد.

وقالت الكلة إن هذا الإعلان يؤكد أهمية البرنامج في تعزيز الهوية الوطنية وارتباط الشباب بوطنهم، فضلاً على أنه يهيئ الشباب ليكونوا جاهزين لخدمة الوطن والدفاع عنه، مؤكدة أن الانخراط في خدمة العلم يحفزهم على الشعور بالمسؤولية والإحساس الوطني العالي.

وثمنت الكلة حديث سمو ولي العهد عن أن الخدمة برفرقة شامي القوات المسلحة الأردنية — الجيش العربي تشهد في قتل الشخصية والانضباط، مؤكدة قمة الأردنيين جمعياً بالقوات المسلحة التي قدمت التضحيات وما زالت للحفاظ على الوطن وأهله.

وأشارت الكلة إلى أن تعزيز الانتفاء بالوطنية ضرورة ملحة خاصة في ظل الأوضاع الراهنة والازمات في المنطقة، وأن خدمة العلم تعمي القنوات لدى الشباب وتغزو من التواصل بينهم ما تشكل تحماً وطنياً متعملاً وشباباً قادراً على مواجهة كل الظروف.

ووثنت الكلة إرادة وطنية إسلامي، التعبوية، ما جاء في إعلان سمو ولي العهد حول إعادة تفعيل خدمة العلم.

واعتبرت أن هذا التوجه يجسد الرؤية العميقية للجلالة الملك عبد الله الثاني، وسمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني، ولي العهد في بناء الإنسان الأردني وإعداده ليكون ركيزة الدولة الحديثة وقوتها الوطنية.

وقالت إن إعادة خدمة العلم ليست مجرد برنامج تدريبي، بل مشروع وطني واستراتيجي يترجم الرؤية الملكية السامية في تعزيز الهوية الوطنية الجامحة، وترسيخ قيم الانتقاء والالتزام والانضباط، واسكاب الشباب المهارات والمعرفة التي تمكنهم من المشاركة الفاعلة في التنمية وصناعة المستقبل.

وأوضحت أن ما طرجه سمو ولي العهد يعبر عن إدراك عميق لتحديات الشامل الذي يقوده وطموحاته، ويعكس وعي قيادي باهمية إشراكهم في مسيرة التحديث الشامل الذي يقوده جلاله الملك في مختلف المجالات السياسية والاقتصادية والأدارية.

وأعلنت الكلة اتحاد الأحزاب الوسطية التعبوية، تأييدها المطلق وتأكيدها للحاسم لإعلان سمو ولي العهد حول إعادة تفعيل برنامج «خدمة العلم»، باعتباره خطوة استراتيجية تتجاوز البيع بعدد الشهادات التي تمنحها، وتعزز صلاحيات الدولة.

وقالت في بيان، إن هذا التوجه جاء في حظرة دقيقة، يؤكد فيها ولي العهد أن الأردن ماض في مشروعه الإصلاحي التحديي بروح واثقة، وبمنهجية لا تترك الشباب على هامش الحياة العامة، بل تضعهم في قلب المسؤولية الوطنية.

وأشارت إلى أن هذه الخطوة تعد تجديداً للعقد الوطني بين الدولة والشباب، ورافعة أساسية لتعزيز منظومة القيم الوطنية وتحصين القيم الداخلية، في ظل التحديات الإقليمية والدولية التي تحيط بوطتنا، وأكدت الكلة أن دور البرلمان سيكون داعماً، ومسانداً لهذه الرؤية، وستعمل بكل طاقاتها لضمان أن يُنفذ البرنامج بأفضل الوسائل وبما يحقق الأهداف الوطنية العليا، داعية جميع القوى السياسية والاقتصادية والاجتماعية إلى التكاتف خلف هذه المبادرة، التي تتمثل بجرأة أساس في مشروع التحديث الوطني الشامل.

وأشارت إلى أن هذه الغرفة تجارة الأردن بإعلان سمو ولي العهد، إعادة تفعيل برنامج خدمة العلم، بما يحمله البرنامج من أثر وطني واجتماعي واقتصادي بالغ الأهمية.

وأكملت أن هذه المبادرة تشكل خطوة استراتيجية نحو بناء جيل من الشباب الأردني المتمرس لوطنه، وتجهز بالمهارات والانضباط الذي يتطلبها سوق العمل الحديث، علاوة على دورها في تعزيز الهوية الوطنية، وترسيخ قيم الانتفاء والمواطنة، من خلال التجربة التي يمر بها الشباب برفرقة شامي القوات المسلحة الأردنية — الجيش العربي.

وبيّنت أن الربط بين خدمة العلم والتدريب المهني والتقني يمثل رافعة حقيقة في تطوير الشباب الأردني، وتتيح لهم دخول سوق العمل بكفاءة واقتدار، مؤكدة أن استثمار هذه المرحلة في بناء القرارات والمهارات لدى الشباب إيصالاً إلى الاقتصاد الوطني.

وأشارت الغرفة ببرقة شامي القوافل الماسحة الأردنية — الجيش العربي، وبالمثل الشاركي الذي يؤمن لبرنامج مستدام يتماشى مع متطلبات المرحلة ويعزز فرص التتشغيل لدى الشباب في مختلف المحافظات، وكانت استعداد القطاع التجاري والخدموي

الأسامة في تعين الشباب وتحقيق التنمية المستدامة.

## حسنان: تخصيص مبالغ في الموازنة لـ «خدمة العلم».. وتنفيذ ذمه العام المقبل

### الحكومة سترسل بصفة الاستعجال مشروع قانون معدل لقانون لخدمة العلم والخدمة الاحتياطية إلى البرلمان

الافتتاحية - عمان



ثمن رئيس الوزراء الدكتور جعفر حسان، إعلان سمو ولي العهد، إعادة تفعيل «خدمة العلم»، معدد عن شكر مجلس الوزراء، وتقديره لجهود وتجزيئات جلالة الملك عبد الله الثاني سمو ولي العهد، في الإعداد لهذا البرنامج الوطني لهم.

وأكمل رئيس الوزراء خلال جلسة مجلس الوزراء التي عقدت أمس الأحد، أن الحكومة تستكمل عملها في هذا البرنامج بالتعاون مع القوات المسلحة الأردنية - الجيش

العربي، لبيان تفاصيه مطلع العام المقبل، واستخلاص الملايين للتجهيز لهذا البرنامج، وكذلك في موازنة عام ٢٠٢٤، وسيتم توضيح جميع التفاصيل المتعلقة بالبرنامج، الذي سيطبق بالتزامن

خلال الأسابيع القليلة.

ولفت رئيس الوزراء إلى أن الحكومة سترسل إلى

البرلمان، وبصفة الاستعجال، مشروع التعديلات اللازمة على قانون خدمة العلم والخدمة الاحتياطية، فور انعقاد

الدورية البركانية القادمة.

## «رئيس مجلس الأعيان» يثمن إعلان ولي العهد إعادة تفعيل «خدمة العلم»

الافتتاحية - عمان



ثمن رئيس مجلس الأعيان فيصل الفايز، إعلان سمو ولي العهد، إعادة تفعيل «خدمة العلم».

وعبر عن تقدير مجلس الأعيان لتجزيئات جلالة الملك عبد الله الثاني، سمو ولي العهد، في الإعداد لهذا البرنامج الوطني لهم، الذي سيبدأ تفاصيه مطلع العام المقبل، وفق ما هو مخطط له.

وأشار الفايز إلى أن مجلس الأعيان سيعمل على إقرار مشروع القانون بعد اتفاقه على صقل خدمة العلم والخدمة الاحتياطية بالسرعة الممكنة حال انعقاد مجلس الأمة بدورته العادية الثانية، بعد إرساله من قبل الحكومة مجلس النواب وقراره من قبل الأخير.

وقال إن إعادة تفعيل برنامج خدمة العلم من شأنه وكما قال سمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني أن يسمى في تعزيز الميقاتية وتأييده لخدمة العلم بارضهم.

وبيّن الفايز أن أداء الشباب لخدمة الوطن يكتونوا جاهدين لخدمة الوطن والدفاع عنه ومحاربة معاهده التحديات بنا.

ولفت إلى أن شباب الوطن سيعملون في ميادين الشرف والرجولة على يد بواسل ونشامى قواتنا المسلحة، كيف يطهرون مهاراتهم وقرارتهم وتكون لديهم القدرة على تحمل المسؤولية ومحاربة التحديات.

## رئيس مجلس النواب: ندعم بكل الطاقات والأدوات إعلان ولي العهد إعادة تفعيل برنامج خدمة العلم

الافتتاحية - عمان



قال رئيس مجلس النواب أحد المصطفى، إن جيشنا وأجهزتنا الأمنية يقدمها القائد الأعلى للقوات المسلحة جلاله الملك عبد الله الثاني، كانت وستبقى مصدراً فخر واعتزاز أبناء الشعب الأردني، مشيراً إلى أن إعلان سمو ولي العهد، إعادة تفعيل برنامج خدمة العلم قرابة جلاله الملك عبد الله الثاني، ولي العهد، إعداده تفاصيله.

وأضاف الفايز أن خدمة العلم تعمل على صقل ليكونوا جاهزين لخدمة الوطن والمدفع عنه في كل الأوقات والظروف.

وأضاف الفايز أن خدمة العلم تشمل على صقل شخصية الشباب من خلال تعزيز الانضباطية والمسؤولية، والعمل الجماعي، وتنمية روح العمل التطوعي لديهم، كما

وأضاف المصطفى في بيان صادر عن مجلس النواب، أمس الأحد، أن إعلان سمو ولي العهد، يعكس الرؤية

التي يطليها أبناء الشعب الأردني بها، ويسعدون في ميادين الشرف والرجولة على يد بواسل ونشامى قواتنا المسلحة، كيف يطهرون مهاراتهم وقرارتهم وتكون لديهم القدرة على تحمل المسؤولية ومحاربة التحديات.

كم أكد المصطفى أن جيشنا وأجهزتنا الأمنية على مواجهة التحديات الأردنية والإقليمية، وأسهموا في المحافظة على استقرار الأردن وسط

محيط مضطرب، ويفتح الشعب الأردني بكل فخر خلف أبنائه في القوات المسلحة الذين يقدرون أرواحهم فداء للوطن، ويسعون أروع الأمثلة في الانضباطية والمسؤولية.

مثمناً هذه المبادرة التي تشكل مشروعنا وطننا متكاملًا، يعزز ثقافة العمل والانضباط، ويفتح أمام الشباب أبواباً جديدة.

كم أكد المصطفى أن جيشنا وأجهزتنا الأمنية على مواجهة التحديات الأردنية والإقليمية، وأسهموا في المحافظة على استقرار الأردن وسط

محيط مضطرب، ويفتح الشعب الأردني بكل فخر خلف أبنائه في القوات المسلحة الذين يقدرون أرواحهم فداء

للواء، للقيادة الحكيمية.

وشدد على أن الشباب الأردني هم الشهوة للقيادة الحكيمية.

هم الشهوة للقيادة الحكيمية.</

## الأردن يعزي بضحايا سقوط حافلة في الجزائر



الأنباط-عمان

وأكَّد الناطق الرسمي باسم الوزارة السفير الدكتور سفيان القضاة، تعاطف المملكة وتضامنها الكامل مع حكومة وشعب الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية الشقيقة في هذا المصاب الأليم، معرباً عن أصدق التهاني لأسر الضحايا، متمنياً الشفاء العاجل للمسايبين.

## «التربية» تنهي استعداداتها لاستقبال العام الدراسي الجديد



الأنباط-عمان

أكَّد أمين عام وزارة التربية والتعليم على صيانته وتنصيف المقادير الدراسية، مشيداً بجهود المدارس وأشغال الهيئة التي بدلت جهوداً كبيرة في عملية الصيانة والتنصيف لسد حاجات المدارس. وشددت على ضرورة تحمل الجميع مسؤولياتهم وتفعيل مبدأ المساعدة ورفع مستوى العدالة وتنقيض المصالحات المتوجة لدى مديرية التربية والتعليم. ودعت الإدارات في مركز الوزارة إلى رفع مستوى التواصل مع أهالي التربويين والتابعين المستمرة للاستعدادات، سعيًّا لتذليل التحدّيات وتعظيم الإيجابيات وصولاً إلى جاهزية مدارسنا تليق بالطيبة.

## محافظ جرش يلتقي ضباط ارتياط جائزة ولی العهد للعمل التطوعي

الأنباط-جرش

تعزز قيم العطاء والانتقاء والمشاركة المجتمعية، واستمع إلى ملاحظات ضباط الارتباط حول آليات المشاركة والتحديات التي يواجهونها، داعياً إلى تكثيف الجهود للتعرف بالجائزتين وتشجيع المبادرات التطوعية التي تخدم المجتمع المحلي وتتسق مع أولويات التنمية المستدامة. وعبر ضباط الارتباط عن اعتزازهم بالمشاركة في هذه الجائزة الوطنية، مؤكدين التزامهم بتعزيز ثقافة التطوع وتوسيع نطاق المشاركة المجتمعية في محافظة جرش.

## «صندوق إسكان التربية» يدعو المرشحين لاستكمال إجراءات الحصول على القرض

الأنباط-عمان

دعت إدارة صندوق إسكان موظفي وزارة التربية والتعليم المرشحين لقرض الإسكان من الدفعية الجديدة لعام 2025 فقط، إلى الدخول على الرابط: <https://demo.analytick.ai/0H74G0V2QW/guest>، وتسجيل البيانات وإرفاق صورة عن الأوراق المطلوبة لغايات استكمال إجراءات الحصول على القرض. وبيَّنت الوزارة أنه سيتم التواصل مع المرشحين لغایات إحضار الأوراق الأصلية. كما دعت جميع المرشحين لعام 2024 وما قبل إلى مراجعة صندوق إسكان موظفي وزارة

## «رئيس النواب» يتسلم نسخة من تقرير حالة حقوق الإنسان في المملكة

الأنباط-عمان

تسلم رئيس مجلس النواب أحمد الصافي أمس الأحد، نسخة من التقرير السنوي الحادي والعشرين لحالة حقوق الإنسان في المملكة للعام 2024، وذلك لدى استقباله رئيس مجلس أمماء المركز الوطني لحقوق الإنسان، سمر الحاج حسن، والمفوض العام لحقوق الإنسان، جمال الشمالي.

وأشار الصافي بدور المركز وجهوده في تقييم الحالة الوطنية لحقوق الإنسان، مؤكداً أن مجلس النواب سيبولي تقارير المركز كل الاهتمام وسيرد علـى لجنة الاريـات العامة وحقوق الإنسان، التوصيات ومتابعة الملاحظات الواردة في تقارير المركز، امـتنـالـاًـلـلـتـجـيـهـاتـ الـمـلـكـيـةـ بـهـذاـخـصـوصـ.

وقال الصافي، إن مجلس النواب ينضر بأولوية نحو ملف حقوق الإنسان والحيـاتـعـالـعـامـةـ عـلـىـالـنـحـوـ الذي يعكس جهود المملكة في هذا المـسـارـ،ـ وبـماـيـعـزـزـمـنـمـنـنـظـومـةـ حقوقـالـإـنـسـانـ وـسـيـادـةـالـقاـطـوـنـ.

فيما، أكدت الحاج حسن، اعتزاز المركز بالعلاقة التشاركة مع مجلس النواب خاصة في إطار إنشاء توصيات التقارير السنوية للمركز وأخذها ضمن الخرجات التشريعية والرقابية للمجلس.

الأنباط-عمان



## «سياحة النواب» تستذكر وقف حسابات بطريركية القدس

الأنباط-عمان

مخالفة واضحة للمواقيف والأعراف الدولية. وكشف عن توجهه لمخاطبة الجمعية البرلمانية الدولية للأرثوذوكسية، التي تضم 25 عضواً من برلمانات العالم، لوضعها في صورة هذه الاتهامات وحشد الدعم البرلماني إلى أن ذلك يعكس التزم الأردن الثابت بقيادة جلاله الملك عبد الله الثاني في حماية المقدسات والبلدان والكنائس والمؤسسات الحقوقية والحضارية، وحشد الموقف الشعبي في إقامـةـدـوـلـةـ هـوـيـةـالـقـدـسـ وـدـمـحـقـقـ.

مدينة القدس المحتلة، واصفاً إياها بالخطيرة والمعنفية. ويحسب بيان لجنة السياحة والآثار، استنكر رئيس مجلس النواب جنة الشوون الخارجية، والعضو النسق للجمعية البرلمانية الدولية للأرثوذوكسية، النائب وصفي حداد، الإجراءات التي أقدمت عليها سلطات الاحتلال الإسرائيلي بوقف الحسابات البنكية لبطرييركية الروم الأرثوذوكس في

## «إرادة النيابية» تدين تجميد حسابات بطريركية الأرثوذوكسية

الأنباط-عمان

الحرب ضد أهالي قطاع غزة، وسياسات التهويد المرفق والتوسيع الاستيطاني في الضفة الغربية المحتلة. تستهدف الوجود المسيحي الأصيل في فلسطين، ضمن خطط خطيئة يرمي والمنظمات الأممية والبرلمانات الحرة في العالم بالتحرك الفوري وتحاليله. وشددت الكلمة على أن هذه «الجريمة في القدس، إلى جانب مخالفته لقواعد القانون الدولي والاتفاقيات التي تشكل حرية الكنائس والمؤسسات الدينية في القدس، بالتزامن مع جرائم واسعية في القدس والقدس الشريف».

الشعب الفلسطيني. وأكدت الكلمة، في بيان صحفى صادر باسم رئيسها النائب الدكتور خميس حسين حطبة، أن هذه الاجراءات بعد اعتداء صارخاً على حرية العبادة، وانتهاكاً للحقيقة والتاريخ والتراث والثقافى والتراثى. وشددت الكلمة على أن هذه «الجريمة في القدس، إلى جانب مخالفته لقواعد القانون الدولي والاتفاقيات التي تشكل حرية الكنائس والمؤسسات الدينية في إدارة شؤونها».

دانت كتلة إرادة والوطني الإسلامي قيام سلطات الاحتلال الإسرائيلي بتجميد الحسابات البنكية لبطرييركية الأرثوذوكسية في القدس وفرض ضرائب باهضة على ممتلكاتها، متبرة أن هذه الخطوة تحمل محاولة باسـطةـ تـشـلـ قـدـرـةـ الكـنـيـسـةـ علىـأـدـاءـ وـسـاـتـهاـ الرـوحـيـ والإـنـسـانـيـ والـخـبـرـيـ،ـ فيـ البنـكـيـةـ لـبطـرـيـرـكـيـةـ الرـوـمـ الـأـرـثـوذـوكـسـ فيـ

## إطلاق معسكر «الأمن السييري» للقطاع المالي والمصرفي



أكَّد الوشاـحـ،ـ خلالـافتـتاحـأـنـالأـمنـ السييريـيـ بـيـاتـالـيـومـعـنـصـراـمحـورـيـاـ فيـحـمـيـةـاستـقـارـوـمـتـانـةـالـقـطـاعـالـمـالـيـ واـصـرـيـهـوـأـنـالـاستـثـمارـيـفيـالـكـافـاتـالـمـالـيـةـ وـتـأـهـلـهـاـيـمـلـلـالـضـمـانـالـحـقـيقـيـةـلـمـواجهـهـ التـحـديـاتـالـرـقـمـيـةـالـتـسـارـعـةـ،ـوضـمـانـحـمـيـةـ



التربية والتعليم الكائن في منطقة العبدلي للاستفادة من القروض خلال مدة أقصاها 30.6.2026.





## الحاوية المحترقة من يطفئها!!!

عمر الكعابنة

من مثنا لم ير أو يمكّن بجانب حاوية قمامنة محترقة، ولم يت Lent لها أو يحاول إطفاءها، رغم الراحة الكريهة التي تصدر عنها نتيجة القاذورات التي في داخلها! هذه الحاوية المحترقة تشبه إلى حد ما المضطلين الحمقين في الأردن: «الدق والبطالة». فعلى سبيل المثال لا الحصر، فإن نسبة الفقر في الأردن لم تُعلن منذ سنوات عديدة، وما زالت محتجزة في أدراج الحكومات المفلقة، ولم تجرأ الحكومات التقافية على إعلانها. وهذا الأمر يحد ذاته يوضح أن هناك مشكلة حقيقة يجب الإسراع إليها ومعالجتها بوضو.

أما فيما يتعلق بالبطالة، فإن نسبة في الأردن بين الأعلى على مستوى العالم، حتى قبل جائحة كورونا والأزمة السورية، التي ساهمت في تفاقم الوضع. في عام ٢٠١٩، وصلت البطالة إلى ١٢٪، بينما تجاوزت ٢١٪ في العام الماضي.

لقد ساهم الفقر والبطالة بشكل كبير في ارتفاع نسب الجريمة وتعاطي المواد المخدرة بين الشباب الأردني، وتولا جهود الجهات الأمنية لكان الموضع أسوأ بكثير. كما أدى هذه الطفرة إلى زيادة نسب العنفosa بسبب التالية المرتفعة للزجاج مقاومة بعدد من الدول المجاورة.

والحال هنا لا يكفي في الشعارات الرنانة أو الخطط غير المنفذة والاستراتيجيات العملية، بل بالعمل الجاد والمبادر. الاستثمار الحقيقي في الشباب الأردني، وتمكين القطاع الخاص من خلال تحفيز الضرائب وتيسير إجراءات الاستثمار، يمثل خطوة عملية يمكن أن تختلف عن حدة هذه الأزمات.

بالإضافة إلى ذلك، يجب النظر إلى حلول اقتصادية أكثر شمولية، مثل تقلين المصاري الحكومية وتشريف الإنفاق العام، وإعادة توجيه الفوائض المالية نحو مشاريع استثمارية تخلق فرص عمل جديدة، وتحفز النمو الاقتصادي المحلي. كما يمكن تعزيز برامج التمويل الصغير والمتوسطة للشباب والمبادرات الريادية، وتطوير البنية التحتية الرقمية لدعم الاقتصاد الجديد، بما يتيح توزيعاً أفضل للثرارات ويقلل من الفقر والبطالة على المدى الطويل.

في النهاية، معالجة هذه الملفات تتطلب رؤية واضحة، وإرادة حقيقية من الحكومة والمجتمع المدني على حد سواء، بعيداً عن المظاهر الإعلامية فقط.

فالاستثمار في المواطن الأردني، وتمكينه اقتصادياً واجتماعياً، هو الطريق الأمثل لإطفاء «الحاوية المحترقة» التي تهدى حاضر ومستقبل الوطن، فمن يملك صنوراً فإنه لا ينفك عنها.

## الهيئة الخيرية تواصل تنفيذ مشروع الوجبات الغذائية في غزة

الأنباط-عمان

أوصت الهيئة الخيرية في بيان صحفي أمس الأحد، أن هذا المشروع يأتي في سياق مهودها التوافدة لإيصال المساعدات الإنسانية إلى الأسر المتضررة في قطاع غزة، بدعم من غرفة تجارة أربد ووقفية

## المنطقة العسكرية الشمالية تحبط محاولة تسلل على واجهتها الشمالية

الأنباط-عمان

الشمالية ضمن منطقة مسؤوليتها، وذلك بعد محاولته اجتياز الحدود بطريق غير مشروعة، حيث تم تحريك دوربة رد الفعل السريع، والقاء القبض عليه، وتحويله إلى الجهات المختصة.

## تجارة العقبة تنظم منتدى «آفاق المستقبل التعليمي والمهني»

الأنباط-العقبة

من أجل تطوير البرامج والخطط بما يتواكب مع متطلبات التعليم الحديث واحتياجات السوق وصولاً إلى نتائج عملية ومكتسبات نوعية تعزز من فرص التشغيل والتmakership ل الشباب. من جانبها، أشار رئيس جامعة العقبة للتكنولوجيا الدكتور محمد الموساوى، أن تخلل المنتدى طرح مجموعة من المحاور الجوبية التي تناولت التحديات التي تواجه الشباب في اختبار تخصصاتهم الجامعية، ومدى مواءمة هذه التخصصات مع متطلبات السوق المحلي والإقليمي، إلى جانب أهمية تطوير منظومة الارشاد الأكاديمي والمهني داخل المدارس، وتفعيل دور الجامعات والمؤسسات التدريبية في تقديم برامج أكثر مرنة وتحصصاً، تستجيب للتغيرات التسارعية في سوق العمل.

بدوره، أكد رئيس جامعة العقبة للعلوم الطبية الدكتور أمجد الشطرات، أن المنتدى يشكل منصة استراتيجية لتتبادل الرؤى بين القطاعين الأكاديمي والاقتصادي، ويسهم في بناء جسور التعاون بين الجهات التعليمية وأصحاب العمل، بما يضمن إعداد جيل قادر على المنافسة والانخراط الفاعل في بيئة العمل، مشيراً إلى أنه تم تسيير الضوء على أهمية التدريب المهني والتكنولوجي كمسار بديل وواعد، خاصة في ظل ارتفاع نسب البطالة بين خريجي بعض التخصصات النظرية.

# سوق الخضار في العقبة.. «فوبي عارمة وحاجة ملحة للتنظيم»

الأنباط - دينا ماجد

العام ويعيق حركة المزور والمشاة. وأكدوا أن وجود مثل هذا السوق يسمح في تحسين عملية البيع والشراء، ويتبع للتجار عرض منتجاتهم بطرق حضارية.

**البعد الاقتصادي والاجتماعي**  
ولا يقتصر الأمر على تحسين المشهد الحضري فقط، بل يتعداه إلى البعد الاقتصادي، حيث يرى مواطنون وخبراء أن الأسواق الشعبية تلعب دوراً مهمَا في تخفيض أعباء العيشة عبر توفير الخضار والفواكه والمواد التموينية بأسعار مناسبة، فضلاً عن دعم المزارعين والتجار المحليين من خلال تسويق منتجاتهم بشكل منظم.

**دعوة للتحرك الرسمي**  
المطلب بإنشاء سوق عصري المشهد الحالي لسوق الخضار في العقبة يكشف عن فجوة واضحة بين الحاجة الشعبية والواقع المأمول، مما يستدعي من سلطنة العقبة الاقتصادية الخاصة والجهات المعنية الإسراع في وضع خطة عاجلة لإزاحة تأثير السوق أو إنشاء بديل عصري، بما يضمن تنظيم الشاطئ التجاري ويحافظ على صورة المدينة السياحية والاقتصادية الأبريز في جنوب المملكة.



السوق، وأشاروا إلى أن غياب التنظيم واضح من خلال انتشار شركات العربات الشوارلية وضيق المراتر، ما يصعب حركة البيع والشراء ويزادي إلى حالة من الفوضى.

أصحاب محلات التجارية اشتكون بدورهم من غياب الرقابة الرسمية، متبررين أن استمرار الوضع على حاله يضر بصالحهم ويفسد القدرة على جذب الزبائن، خاصة وأن السوق الجديدة بموقع مركزي في قلب المدينة ويقصده العديد من السياح.

بات مشهد سوق الخضار والفواكه في مدينة العقبة عنواناً للفوضى والشوائب، بينما فقد السوق الشعبي القديم وظيفته الأساسية كوجهة منظمة لتسويق المنتجات الزراعية، وتحول إلى مصدر إزعاج بيئي وصحبي، وأدى غياب المساندة والتلويه إلى دفع البااعة والتجار لعرض بضائعهم على جوانب الشارع الرئيسية والفرعية وحتى داخل الأحياء السكنية.

**سوق قديم بلا صيانة**  
السوق الشعبي الحالي في العقبة يفتقر إلى أبسط المقومات التي تميز الأسواق التقليدية العادلة للمنتجين، إذ تحيط ساحة المزور الكريهة من الافتراض، فيما تبتعد منه الروابط الكريهة نتيجة غياب النظافة والتنظيف، وهو ما جعل الكثير من المواطنين والزوار ينظرون إليه بوصفه «مكرفة صحية وبالية»، بدلاً من كونه مركزاً اقتصادياً حيوياً.

أصوات من الميدان وفي جولة ميدانية لـ«الأنباط»، عبر عدد من البااعة والمواطنين عن استيائهم من واقع

## « وزير الزراعة » يؤكد التعامل الجاد مع «تحديات القطاع الزراعي»



استدانته، مشدداً على ضرورة تحقيق توازن يضمن توفير المنتجات الزراعية بجودة عالية، وفي الوقت المناسب، وبأسعار عادلة تلبي احتياجات المستهلكين.

واسمع وزیر الزراعة خلال اللقاء إلى أبرز القضايا والموضوعات التي تهم النقابة، وفي مقدمتها تنظيم الأسواق المحلية وأيات التصدير، مؤكداً حرص الوزارة على الافتتاح على جميع القطاعات الزراعية والعمل بروح الفريق الواحد بما يحقق المصلحة المشتركة لكل من المستهلك والمزارع والتجار.

وبحث اللقاء عدداً من القضايا المرتبطة بآليات التسويق الزراعي، وسلسلة التوريد، وضمان جودة المنتجات المخصصة للسوق المحلي وللتصدير، حيث تناول الافتتاح هذه الملفات استناداً إلى الأرقام والدراسات وأطلعات الدقيقة، كما تناول أهمية تعزيز نظام التتبع والرقابة على المنتجات، بما يعزز ثقة المستهلك والأسوق الخارجية ويزيد من تنافسية الصادرات الأردنية.

وأكمل خرياسات، في خاتمة اللقاء أن الوزارة ماضية في فتح قنوات الحوار مع جميع الشركاء في القطاع الزراعي، والعمل على تطوير منظومة تسويقة متكاملة تدعم المنتج المحلي وتلبّي احتياجات الأسواق الداخلية والخارجية.

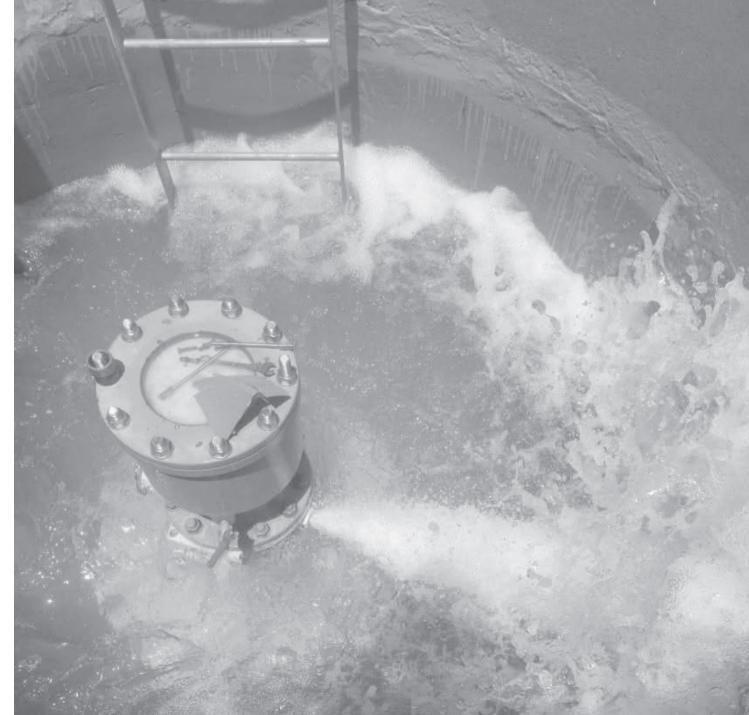
لقائه رئيس نقابة تجار ومصريي الخضار والفاكهه سعد أبو حماد، وعدداً من أعضاء مجلس النقابة، أهمية تبني المقترنات العملية التي تساهم في تطوير القطاع وتعزيز مع التحديات التي تواجه القطاع الزراعي، والعمل على معالجتها من خلال التعاون والتشاور المستمر مع الشركاء المعنيين.

وأوضح خرياسات، أمس الأحد، خلال

الأنباط-عمان

أكد وزير الزراعة الدكتور صائب خرياسات، حرص الوزارة على التعامل الجاد

## «اعتداء على خط مياه الديسي»... يوقف الضخ عن مناطق في عمان والرصيفة



الأردن - مياهانأن المناطق التي ستتأثر نتيجة وقف الضخ في العاصمة عمان والمراكشية هي: القويسمة، أبو علندا، جبل الحدين، العبدية، خشافية الشوابكة، خشافية الدبابية، المستندة، مرج الحمام، لواء ناعور، اليادودة، جاوة، رجم الشامي، الشميساني، عرجان، المدينة الرياضية، جبل الحسين، جزء من قرية المثارة الحرثة، حي الربوة، ماركا الجنوبية، الغفرات، أبو صياغ، الرابية، أم أذينة، ضاحية الحسين، أم السماق، طبربور (حي القرطوبوعة) الجبيهة، ضاحية الاستقلال، طبربور (حي التهيد الشمالي)، حي الشهيد الجنوبي - أبو نصيف، دير غبار، الكرسي، الجنديون، وأجزاء من الرصيفة: إسكان المعلمين، حي النقب، حي أبو غليون، البيبي.

وأكملت أن كوادرها ستعلّم بأقصى طاقتها لاستكمال الأعمال كافة حتى إصلاح الضرر وإعادة الضخ، الذي من المتوقع أن يكون مساء يوم الاثنين، لتبذل الأمور بالمقدمة إلى طبيعتها أولاً بأول، مناشدة الجميع في المناطق المضطربة والمناطق الأخرى التعاون وتقطيع سيادة القانون، وأنها لن تتهاون في المقام وباجبه بحق المخالفين.

وأشارت إلى أن الاعتداء على خط مياه العقبة، أحد أهم المصادر الاستراتيجية، أن طواقهاها ستعمل والشركة المشغلة مع الطرف، بعد انتهاء سافر وسيوثر بشكل تطبيق سيادة القانون، وأنها لن تتهاون في العديد من المناطق وحرمان مناطق أخرى من حصصها الكافية من مياه الشرب حتى

أعلنت وزارة المياه والري / سلطة المياه وشركة مياه الأردن - مياهانأمس الأحد، عن وقع اعتداء على أحد الهوايات الرئيسية لخط مياه الديسي صباح اليوم في أحد مناطق مسار الخط الناقل في منطقة الجفر، وبينت أن المقاومات الفنية وفرق الصيانة التابعة لها وشركته مياه الديسي ديواكو تعمل من مدخل الخط ضد الاعتداء لاصلاح الضرر الناتج عنه، موكدة أن إصلاح طبل الاعتداء لا يمكن إلا بوقف الضخ، وأنه ستتوفر جزئياً بعض المناطق في العاصمة عمان والرصيفة جراء هذا الاعتداء.

وبالتفاصيل، بينت أن الاعتداء وقع على أحد الهوايات الرئيسية الموجودة على طول مسار الخط في منطقة الجفر، مما تسبب بكسر الهواية ويشكل مستجون من قبل مجهولين وتتسرب كميات كبيرة من المياه، والتي قد تزداد الكمية شيئاً ب شيئاً بهدف تعطيل صهاريج حفافة وستفادة الماء في المنطقة وتسويقه.

وفي المقابل، بينت أن الاعتداء وقع على أحد الهوايات الرئيسية الموجودة على طول مسار الخط في منطقة الجفر، مما تسبب بكسر الهواية ويشكل مستجون من قبل مجهولين وتتسرب كميات كبيرة من المياه، والتي قد تزداد الكمية شيئاً ب شيئاً بهدف تعطيل صهاريج حفافة وستفادة الماء في المنطقة وتسويقه.

وأشارت إلى أن الاعتداء على خط مياه العقبة، أحد أهم المصادر الاستراتيجية، أن طواقهاها ستعمل والشركة المشغلة مع الطرف، بعد انتهاء سافر وسيوثر بشكل تطبيق سيادة القانون، وأنها لن تتهاون في العديد من المناطق وحرمان مناطق أخرى من حصصها الكافية من مياه الشرب حتى



## إعلان دعوة عطاء

تعلن شركة مياه اليرموك عن طرح العطاءات ادناء و على من يرغب التقدم للعطاء  
مراجعة إدارة شركة مياه اليرموك مصطلحين معهم شهادة التصنيف ورخصة  
مهندسة سارية المفعول و شهادة غرفة التجارة و السجل التجاري (النسخ الأصلية  
أو صورة مصدقة) وتوفيقه للحصول على وثائق دعوة العطاء وحسب الشروط

التالية:

موعد تقديم 12:00(الساعة) الاثنين 2025/9/1	عرض الساعه 03:30(الليل) الثلاثاء 2025/8/26	نزن النسخه (125) دينار 125 دينار 75 دينار	التصنيف خامسه او رابعه مياه و صرف صحي من%3 قيمه العرض	كفلة دخول مخيم عزmi المقفي وخدم أربد /محافظة اربد	وصف العطاء مشروع تأهيل شبكات مياه protection of boreholes from contamination with wastewater during rainy season through the paving of critical sections Replacement of flow valves and non-return valves at the water pumping stations to Souf camp	رقم دعوه العطاء C-T-W- 2025-0071 C-T-W- 2025-0072 C-T-W- 2025-0073

للابلاغ على نسخ العطاءات زيارة الموقع الالكتروني شركة مياه اليرموك :  
<http://www.yw.com.jo>

تفتح العروض من قبل لجنة العطاءات المختصة بحضور من يرغب من المناقصين.  
لتتواصل مع مدير مديرية العطاءات والمشتريات الهندسية بسام جربوع : ٧٩٩٢٤٠٤٧٥  
او البريد الإلكتروني : bassam\_jarboo@yw.com.jo

يحق لشركة مياه اليرموك إلغاء العطاء أو إعادة الطرح دون إبداء أية أسباب دون  
تحملها أدنى مسؤولية .  
اجور الإعلان على من يرسو عليه العطاء مهما تكررت .

مدیرعام شركة مياه اليرموک

المهندس محمد سالم العميرة

## محكمة عمان الجنوبية الشرعية

الرقم: ٨/٥

ال تاريخ: ٢٠٢٤/١٢/١٦

الموافق: ٢٠٢٥/١/٢٥

البلدة: عمان

القضاء: الجنوبية

القضائى: العقارات

الدعى عليه: نزار محمد زريقات

الدعى عليه: نزار موسى حسن / مجاهد زريقات

## خلال رعايته حفل إطلاق الاستراتيجية الوطنية لقطاع «الاستشارات الإدارية»

# القضاء: بناء أردن قوي يعني بناء «اقتصاد متين»

وتعزيز بيئة الأعمال، وفتح أسواق جديدة أمام شركات الاستشارات، وغيرها.

وتهدف الاستراتيجية التي أطلقتها وزارة الصناعة والتجارة والتموين، بالشراكة مع غرفة تجارة الأردن، إلى زيادة موثوقية وتنافسية الخدمات الاستشارية الأردنية على المستويات المحلية والإقليمية والعالمية وتحقيق التوازن في بيئة الأعمال المرتبطة بقطاع الاستشارات الأردني وتطوير الأنظمة والتشريعات والسياسات، بما يخدم هذا الهدف، وافتتاح قاعدة بيانات وطنية للقطاع وتحصيصه الفرعية لتكون ركيزة يعتمد عليها في تحضير المستقبل وأخذ القرارات وقياس أداء القطاع ومساهمه في الناتج المحلي الإجمالي والنمو الاقتصادي.

وركزت الخطة التنفيذية للاستراتيجية على 3 أهداف للعمل عليها في المرحلة المقبلة، تضمنت بناء قاعدة بيانات نوعية للقطاع يتم تحديثها بشكل مستمر وتطوير المنظومة التشريعية ودعم تنافسية وفرضها على الشركات العاملة في القطاع، في الأسواق المحلية والإقليمية والعالمية، وذلك ضمن إطار زمني واضح ومؤشرات قياس أداء محددة وفق خطة تنفيذية تراجع سنويا.



تتضمن مراجعات سنوية لتقدير قطاع الاستشارات الإدارية في غرفة تجارة الأردن جمال الرفاعي، أن قطاع الاستشارات هو عصب التطوير الإداري، الذي يسهم في صياغة استراتيجيات النمو. وأوضح أن الاستراتيجية أعلان التزام برفع مستوى القطاع ليكون مسؤولاً في تحسين مكانته ودفعه مساهماً في تحقيق الاستثمار على الصعيد العالمي، وهي خارطة طريق شاملة، تستهدف تطوير الكفاءات المحلية وآفاق الشراكة الاستراتيجية بين القطاعين العام والخاص، وتحويل الأدوات إلى مشاريع عملية تعكس نبوغ الخدمات ذات التوجهات العالمية نحو الابتكار، وتحسين مقدار المعرفة وتقديم الشفافية والنزاهة في القطاع.

وكذلك رئيس مجلس إدارة مجلس المحافظات، وأكمل رئيس مجلس المحافظات التوجيهية.

أثبت قدرته على المساهمة في بناء دول

ومؤسسات جديدة في المنطقة واليوم

تحت رحمة لاستدامة هذا الدور كما كان

في التسعينيات بل وتطوره بما يتناسب

مع متطلبات الحاضر والمستقبل.

وقال، «ال استراتيجية الوطنية الجديدة لقطاع الاستشارات جاءت

لتضع محاربة واضحة وهي تمكن هذا

القطاع من المساهمة في بناء الاقتصاد

الوطني وتعزيز مكانة الأردن كمركز

إقليمي للخدمات الاستشارية وتوفير

فرص عمل ذات قيمة مضافة عالية

للشباب الأردني ومواجهة التحديات

الإقليمية بتوسيعها إلى فرص حقيقة.

من جهته، قال رئيس غرفة تجارة

الأردن وعمان العين خليل الحاج توفيق،

فقال وزير الصناعة والتجارة

والتموين المهندس يعرب القضاة، إن

بناء أردن قوي يعني بناء اقتصاد قوي

ومنين، وفقاً لخطط تأهيل وتطوير

وصالح البني الأساسية التي يقوم

عليها الاقتصاد، وهي مقدمة القطاع

الخاص الذي يشكل القاطرة الحقيقة

للنموا في مجالات الصناعة والسياحة

والتجارة والخدمات وغيرها.

وأوضح القضاة خلال رعايته حفل

إطلاق الاستراتيجية الوطنية لقطاع

الاستشارات الإدارية الأردني - 2028

الذي يتحقق ذلك

لا بد من إطلاق استراتيجيات واضحة

ومنهجية تستهدف تعزيز القدرة

التصديرية والافتتاح على الأسواق

الخارجية وتطوير المنتجات لتكون أكثر

تنافسية، مؤكداً أن المركبة اليوم لم تعد

محلياً فحسب، بل هي معركة وجود

في الأسواق العالمية وتحتاج إلى رؤية

واضحة وإرادة قوية.

وأضاف، إن أهمية قطاع الاستشارات

الإدارية، تكمن في وظيفه أداة رئيسية

لإعادة تأهيل القطاع الخاص والأحزاب

السياسية وتمكينهما من أداء دورهما

ال حقيقي في خدمة الوطن.

واعتبر أن قطاع الاستشارات الأردني

## مذكرة تفاهم بين البريد الأردني وشركة سفير لتكنولوجيا المعلومات



الأنباء-عمان

تعزيز التعاون المشترك والاستفادة من

الإمكانات والخبرات المتاحة بين الجانبين،

لارتفاع مستوى الخدمات التقنية المقدمة

للمواطنين في مختلف مناطق المملكة، في

مجالات التوصيل والخدمات البريدية

المقدمة، من خلال تبني أفضل الممارسات

الفنادق الطبية، ومدير عام البريد الأردني

التكنولوجية، و مدير عام شركة سفير

التحول الرقمي تماشياً مع رؤية التحديث

الاقتصادي.

ووقعت شركة البريد الأردني وسفير

لتكنولوجيا المعلومات «بترا رايد»، مذكرة

تفاهم تهدف إلى تعزيز التعاون المشترك

وأفاق الشراكة الاستراتيجية بين الجانبين.

ووقع المذكرة مدير عام البريد الأردني

الفنادق الطبية، ومدير عام سفير

التكنولوجيا المعلومات، إيهاد البستحي.

وبحسب بيان شركة البريد، تأتي

تدريبية مركزة في أربعة مجالات رئيسية، هي: أساسيات البرمجة، وعلم البيانات، وتطوير تطبيقات أندرويد، وأساسيات الذكاء الاصطناعي، وحصل المشاركون بعد اجتيازهم المساقات على شهادات تدريبية موثقة تعزز من فرضهم المهنية والاكاديمية.

وبموجب الاتفاقية، ستتولى شركة هالو وورلد كيدز تقديم خطة عمل شاملة تشمل تنظيم ورش عمل تدريبية وتوسيعية في الجامعات والمدارس الحكومية، تستهدف الطلبة والعلماء، إلى جانب تقديم جلسات دعم تعلم ومتابعة فنية مستمرة للمشاركين، بهدف ت unkين ما لا يقل عن 10 آلاف شاب

وشابة من مختلف محافظات المملكة.

وتعمل مؤسسة في الهدى، من خلال شراكتها في البرنامج، والذي يدرج ضمن مسار تطوير الشراكة الاقتصادية أحد مسارات عملها، على التثبيك مع الفئات المستهدفة في مختلف محافظات المملكة، والمساهمة في

وصول فرص التدريب إلى أكبر عدد ممك

من الشباب والشابات.

وأكمل وزير الاقتصاد الرقمي والريادة

المهندس سامي السميرات أن برنامج

«ميرموجو الأردن»، يجسد التزام الوزارة

بتعميق الشراكة الأردنية وتوسيع نطاق

التمويل الرقمي.

وأضاف، دعوة شروون مجلس الوزراء في دولة

الإمارات العربية المتحدة، حيث يستهدف

البرنامج الفتنة العمرية من 14 إلى 34

عاماً من الشباب الأردنيين والسوسيين.

غير تدريبات رقمية متخصصة تقدم بشكل

مجاني بالكامل.

ويقدم برنامج «ميرموجو الأردن»، مسارات

بالتعاون مع «هالو وورلد كيدز»

## «الاقتصاد الرقمي» توقيع اتفاقية لتنفيذ أنشطة برنامج «ميرموجو الأردن»



الأنباء-عمان

وقعت وزارة الاقتصاد الرقمي والريادة اتفاقية تعاون مع شركة «هالو وورلد كيدز»، لتنفيذ أنشطة التوعية والدعم التعليمي ضمن برنامج «ميرموجو الأردن».

الاقتصاد الرقمي والريادة، ومؤسسة ولـي

ويحسب بيان للوزارة أمس الأحد، يهدف

## «الإحصاءات» تصدر تقريراً حول أسعار تجارة الجملة

الأنباء-عمان

من العام الحالي مقارنة مع الرابع الثاني من

العام الماضي، في ارتفاع أسعار مجموعة بيع

مركبات ذات المحركات وأجزائها والمدارات

النارية بنسبة 2.76 بالمائة، وأسعار مجموعة

تجارة المواد الخام الزراعية والحبوب

والاغذية والمشروبات وبائعها بنسبة 1.81

بالمائة، وأسعار بيع الآلات ومعدات وغازها

بنسبة 1.03 بالمائة، وأسعار مجموعة بيع

شنegotiations وآلة وسائل ويزنها

بنسبة 0.34 بالمائة، حين انخفضت

أسعار مجموعة بيع الوقود والمعدن

والإنسانية ولوازتها بنسبة 0.61 بالمائة.

وسجل الرقمي الكبير العام لأسعار تجارة

الجملة الرابع الرابع الثاني من العام

ما مقداره 108.74 نقطة مقابل

نقطة الرابع الرابع الثاني من نفس

العام، بارتفاع سنته بنسبة 0.25 بالمائة.

ومن أبرز المجموعات السالبة التي

ساهمت في ارتفاع الرقمي الكبير العام

لأسعار تجارة الجملة للربع الثاني من العام

الحادي مقارنة مع الرابع الذي سنته من نفس

العام الماضي، في ارتفاع أسعار مركبات ذات

المحركات وأجزائها والمدارات

بنسبة 2.76 بالمائة، وأسعار مجموعة بيع

الآلات ومعدات ولوازتها بنسبة 0.24 بالمائة.

في حين انخفضت أسعار مجموعة بيع الوقود

والمعدن والمواد الانشائية ولوازتها

بنسبة 0.89 بالمائة، وأسعار مجموعة بيع

المواد الخام الزراعية والحبوب والاغذية

بنسبة 0.55 بالمائة، وأسعار مجموعة بيع

المواد الخام الزراعية والحبوب والاغذية

والمشروبات والتي بنسبة 0.44 بالمائة.

حين انخفضت أسعار مجموعة بيع مركبات

ذات المحركات وأجزائها ولوازتها والمواد الانشائية

بنسبة 0.15 بالمائة، وأسعار مجموعة بيع

الوقود والمعدن والمواد الانشائية ولوازتها

بنسبة 0.12 بالمائة.

## «وزير النقل» يؤكد أهمية تسريع ترخيص وتشغيل مطار عمان المدني



الأنباء-عمان

جاء ذلك خلال اجتماع موسع عقد في مقر

الوزارة وحضره رئيس مجلس مفوضي هيئة تنظيم

الطيران المدني، الماليتين، هيثم مسنو و مدير عام

المطارات الأردنية، الكاتب العام محمد الجالوبي،

وأمين عام وزارة النقل، فارس أبو دية، إلى جانب

مطار عمان المدني ضمن المدة الزمنية المحددة.

# صناعة الأردن: الصناعات الإنسانية تحقق قفزة في صادراتها



غرفة صناعة الأردن

## صادرات قطاع الصناعات الإنسانية

نسبة نمو الصادرات خلال الثلاث الأول من العام 2025

%110

مليون دينار صادرات القطاع  
فى عام 2024

أبرز الدول المستوردة خلال الخمسة أشهر الأولى من العام 2025

العراق  
%3

السعودية  
%23

فلسطين  
%25

سوريا  
%45

32

دولة تصل إليها  
صادرات القطاع

## «الاتفاق على تمديد اتفاقية تزويد العراق بالكهرباء».. عام إضافي

بين البلدين.

وقال إن هذا الرابط يهدف إلى تعزيز أمن التزويد بالطاقة والمحافظة على استقرارية الشبكات الكهربائية، فضلاً عن دعم علاقات التعاون والتكامل بين الأردن وال العراق.

من جهته، توقيع الوفد العراقي استكمال جميع الأعمال الفنية المتعلقة بمشروع الربط داخل الأرضي العراقي خلال ٦ أشهر من تاريخ الاجتماع، تعهدوا للانتقال إلى مرحلة التشغيل الفعلي على جهد ٤٠٠ ك.ف.

عربي، والوفد المراقب له.

وأوضح البطابية، أن التمديد جاء بناء على طلب الاشقاء في العراق، ويشمل الاستمرار في تزويد منطقة الطبيعة المراكبة بالكهرباء حتى تاريخ ٢٧ أيار ٢٠٢٥، أو لحين الانتهاء من كهرباء خط الربط الكهربائي الأردني- العراقي على جهة ٤٠٠ ك.ف.

إطار تعزيز التعاون الثنائي في قطاع الطاقة، وأكد جاهزية الجانب الأردني لبدء تشغيل الخط الجديد من جهة محطة تحويل الريشة، مشيراً إلى أن الجهود المشتركة تتجه نحو تشغيل الخط على جهد ٤٠٠ ك.ف. كمرحلة الوسطى في العراق، المهندس رياض الكهربائية/ المنطقة الوسطى لربط الكهربائي المتزامن

الأنباء - عمان

أعلنت شركة الكهرباء الوطنية، أمس الأحد، عن تقديم اتفاقية تزويد الجانب العراقي بالطاقة الكهربائية من الشبكة الأردنية لمدة عام إضافي، وذلك في إطار تعزيز التعاون الثنائي في قطاع الطاقة.

أعاد جاهزية الجانب الأردني لبدء تشغيل الخط الجديد من جهة محطة تحويل الريشة، مشيراً إلى أن الجهود المشتركة تتجه نحو تشغيل الخط على جهد ٤٠٠ ك.ف. كمرحلة الوسطى لربط الكهربائي المتزامن

## استراتيجية «الاستشارات الإدارية»: القطاع ركيزة أساسية لدعم مسيرة التحديث الاقتصادي

يتطلب مهارات فكرية وشخصية، ويتميز بمرونته وأمكانية العمل عن بعد، الأمر الذي يسمح في زيادة مشاركة النساء في سوق العمل وتقليل الفجوة بين الجنسين.

وبينت أن قطاع الاستشارات الإدارية عنصرًا محوريًا في تكامل وتطوير القطاع الصناعي في الأردن، إذ يقدم حلولاً تعزز من كفاءة الأداء الصناعي وترفع التناهية. تبدأ مساعدة هذا القطاع من خلال تحليل العمليات الصناعية، تحديد الضغوط، تطوير خطط واضحة قائمة على بيانات وأدلة، ووضع مؤشرات أداء دقيقة.

وأعادت للاستراتيجية خطة عمل تمت حتى عام ٢٠٢٨، تتضمن برامج ومبادرات محددة بجدول زمني واضح ومؤشرات أداء قابلة للقياس، وتشتمل مراجعات سنوية لتقدير التقدم ومعالجة التحديات، وضمان التحديث المستمر لسياسات التنفيذ.

وتعتمد الخطة على نهج تشاركي بين وزارة الصناعة والتجارة والتعميين، غرفة تجارة الأردن، وممثل القطاع الخاص، ولفتت الاستراتيجية إلى أن قطاع الاستشارات الإدارية، يلعب دوراً مهمًا في رفع كفاءة الأداء الحكومي.

وتعزيز آخر منظمات المجتمع المدني من خلال إعادة هيكلة المؤسسات العامة وتحديث الصنوات الإدارية، ودعم

في الحكومة والقطاع الخاص، بما يعكس إيجاباً على البيئة الاستثمارية.

ويقدم قطاع الاستشارات الإدارية في المملكة خدمات واسعة تشمل التخطيط الاستراتيجي، وتحسين العمليات، وتنمية الموارد البشرية، إلى جانب الاستشارات المالية والتكنولوجية المساعدة، فضلاً عن التدريب وبناء القدرات، وغيرها.

ويحسب الاستراتيجية الوطنية لقطاع الاستشارات الإدارية للأعوام ٢٠٢٨-٢٠٢٥، يمتاز القطاع بمردودية عالية وقدرة كبيرة على التصدير، إذ بلغ مساهمة صادرات خدمات الأعمال، بما فيها الاستشارات الإدارية، نحو ٢٩٦٣ قطع ضمن نطاق الاستشارات الإدارية، وبلغ عدد العاملين في القطاع عام ٢٠١٦ قرابة ٤٠٥، بمعدل نحو ٣٠٠ مليون دولار عام ٢٠١٩.

ويبلغ عدد العاملين في القطاع عام ٢٠١٦ قرابة ٤٠٥، بمعدل نحو ٣٠٠ مليون دولار عام ٢٠١٩.

أكملت استراتيجية وطنية أطلقت أمس الأحد، أن الاستشارات الإدارية أحد أسرع القطاعات نمواً في المملكة، إذ بلغت مساهمة الصادرات الأردنية في الناتج المحلي الإجمالي، نحو ٢٩٦٣ قطع ضمن نطاق الاستشارات الإدارية، بما فيها الاستشارات الإدارية، وبقيمة ٤٠٥ مليون دولار بحلول عام ٢٠٢٥.

ويعد قطاع الاستشارات الإدارية في الأردن من التخطيط الاستراتيجي، وتحسين العمليات، وتنمية الموارد البشرية، وفهم في تعزيز تنافسية المؤسسات الوطنية، ورفع كفاءتها، وتمكن الشباب والنساء من الانخراط في بيئة عمل متضورة، ما يجعله ركيزة أساسية لسيرورة التحديث الاقتصادي في الأردن.

ويحمل القطاع بحسب الاستراتيجية، فرس

## افتتاح أول محطة لتغذية الغاز الطبيعي المضغوط الأربعاء المقبل

الأنباء - عمان

يفتح وزير الطاقة والثروة المعدنية الأربعاء المقبل، أول محطة مستقلة تابعة لشركة غاز الأردن المسال والمخصصة في تغذية الغاز الطبيعي المضغوط (CNG)، المخصص للحالات والمشاحن والمركبات، باستخدام الغاز المنتج من حقل الريشة.

وتعد هذه المحطة الأولى من نوعها في الأردن، وتشكل خطوة مهمة نحو إدماج الغاز الطبيعي المنتج محلياً في السوق، بما يسمح في تعزيز الاعتماد على مصادر الطاقة الوطنية.

ويحبس بيان الوزارة أمس الأحد، تعمل المحطة على توسيع استخدامات الغاز الطبيعي وخلق سوق محلية جاذبة للاستثمار في هذا القطاع، بما ينعكس مع رؤية التحديث وتركز الجهد الوطني على رفع مستويات الإنتاج من حقل الريشة، خدمة للمجتمع المحلي وتغزيره لامن التزويد بالطاقة في المملكة.

يشار إلى أن شركة غاز الأردن المسال هي أول شركة تنشئ محطة مختصة بمعالجة غاز الريشة التابع لشركة البترول الوطنية لغايات نقله لقطاعات الاقتصادية في المملكة.

## «الطاقة»: ارتفاع بنزين أوكتان ٩٥ وانخفاض أوكتان ٩٠ والديزل والكاوكاز عالمياً



الأنباء - عمان

ارتفاع معدل سعر بنزين أوكتان ٩٥، وانخفاض بنزين أوكتان ٩٠، والديزل، والكاوكاز عالي، خلال الأسبوع الثاني من آب الحالي، مقارنة بأسعارها في الأسبوع الأول من الشهر نفسه، وذلك بحسب النشرة الأسبوعية التي تصدرها وزارة الطاقة والثروة المعدنية.

ووفق النشرة، ارتفع بنزين أوكتان ٩٥ من ٦٧٧ إلى ٦٦٦ دولاراً للطن، بنسبة طفيفة بلغت ٣٪، فيما انخفض بنزين أوكتان ٩٠ من ٦٦٩ إلى ٦٦٦ دولاراً للطن، بنسبة تقريباً بلغت ٥٪ بالثلث.

كما انخفض معدل سعر الديزل من ٦٣٩ إلى ٦٣٦ دولاراً للطن بنسبة ٤٪، ومعدل سعر الكاز من ٦٦٤ إلى ٦٦٨ دولاراً للطن بنسبة ٣٪، وانخفاض معدل سعر زيت الوقود من ٤٠٧ إلى ٤٠٩ دولاراً للطن بنسبة ٣٪ بالثلث.

بالقابل، بلغ معدل سعر الغاز البترولي المسال للشهر الحالي ٤٩٨ دولاراً للطن، مقارنة

بـ٥٣٣ دولاراً خلال الشهر الماضي، بينما انخفض سعر خام برنت من ٧٠ إلى ٦٨٦ دولاراً للبرميل، بنسبة انخفاض بلغت ٢٪ بالثلث.

## جلسة حوارية تؤكد أن نسبة الرسوم الأميركية تمنح الأردن قدرة تنافسية

الأنباء - عمان

عقد المجلس الاقتصادي والاجتماعي أمس الأحد، جلسة حوارية متخصصة لمناقشة تداعيات قرار الإدارية الأمريكية فرض رسوم جمركية بنسبة ١٥٪ على الصادرات الأردنية إلى السوق الأميركي، والذي دخل حيز التنفيذ مطلع آب الحالي، ضمن حزمة من الإجراءات التجارية التي شملت عدداً من دول العالم.

وبدأت الجلسة باستعراض التباين في تقييم أثر فرض الرسوم الجديدة على الاقتصاد الأميركي، حيث يرى عدد من ممثلي القطاعات الاقتصادية أن النسبة المفروضة جات منطقية مقارنة بدول أخرى فرضت عليها رسوم أعلى، ما ينبع من انتهاك الأردنية أوضاعية نسبة.

وأكمل رئيس المجلس الدكتور موسى شتيوي، أن هذه المخطوة تأتي استكمالاً لورقة تفصيلية أعدها المجلس حول الموضوع، تضمنت تحليل شامل للأثار المحتملة وتوصيات عملية تم تقديمها إلى الحكومة ونشرها للرأي العام.

وعرض شتيوي لورقة إحصائية حول دلالات تطور حجم التجارة مع الولايات المتحدة، طارحاً عدداً من المحاور الرئيسية.

وشهد المشاركون على أهمية حمالة الميزة التنافسية في السوق الأميركي، خاصة في القطاعات التصديرية الكبرى مثل الملابس، واللحى والمجوهرات، والأدوية، والأسمنت، والصناعات الهندسية.

## الملكية الأردنية تحقق المركز الأول في دقة المواجه



الوطولية في العالم صناعة الطيران من حيث دقة برامج الرحلات المجدولة وأوقاتها، والموظفين المؤهلين في مجال المأموريات الأرضية، وسعي الشركة المستمر لتحقيق تطلعات المسافرين ووصولهم إلى وجهاتهم المقصودة في الوقت المحدد.

وأوضح أن هذا الإنجاز يضاف إلى إنجازات كبيرة حققها الشركة وقوتها في مصاف شركات الطيران العالمية، وأشار إلى أن أسطول الملكية الأردنية يتمتع بالحداثة، لاسيما مع دخول طائرات جديدة من طراز إيرباص E2 من الجيل الحديث.

الأنباء - عمان

حققت شركة الخطوط الجوية الملكية الأردنية المركز الأول في دقة المواجه لمتوسط المادي، بمقابلة أفضل شركات الطيران العالمية، وفقاً لأحدث تقرير صادر عن مؤسسة OAG العالمية المتخصصة في بياتن الطيران.

وسجلت الملكية الأردنية بحسب بيانها أمس الأحد، نسبة التزام بمواعيد الإقلاع والهبوط بلغت ٩٥,٢١٪ بالثلث، في حين تفوقت على شركات الطيران على مستوى منطقة الشرق الأوسط وعلى الصعيد العالمي، ما يؤكد التزامها بتقديم أفضل تجربة سفر سافرهاها من خلال الكفاءة العالمية في العمليات التشغيلية والانتسابات في المواعيد، وخصوصاً في فترة الذروة.

ثاني رئيس مجلس الإدارة / الرئيس التنفيذي للملكية الأردنية المهندس سامر الجباري، عبر عن سعادته بتحقيق هذا الترتيب المتقدم واستمرار ما يؤكد التزامها في تقديم أفضل تجربة سفر سافرهاها من خلال الكفاءة العالمية في العمليات التشغيلية والانتسابات في المواعيد، وخصوصاً في فترة الذروة.

# «أونروا»: نظام المساعدات «الإسرائيلي» الأميركي بغزة يجلب الموت



وتوزيع موحد في غزة بقيادة الأمم المتحدة على أساس القانون الإنساني الدولي».

وبعدياً عن إشراف الأمم المتحدة والمنظمات الإغاثية الدولية، بدأت "تل بيب" منذ ٢٧ مايو/أيار الماضي تنفيذ خطة توزيع مساعدات عبر ما يعرف بـ "مؤسسة غزة للإغاثة الإنسانية"، وهي جهة مدعومة سرائيلياً وأمريكياً، لكنها مرفوضة أممياً وحسب وزارة الصحة في غزة فإن عدد ضحايا مساعدات ممن وصلوا المستشفيات وصل إلى ١٩٢٨ شهيداً وأكثر من ١٤٠٠ إصابة.

قالت وكالة غوث وتشغيل اللاجئين  
الفلسطينيين “أونروا” إن نظام المساعدات  
الإسرائييلي الأمريكي في غزة ينزع الإنسانية  
ويجلب الفوضى والموت.  
وأوضحت “أونروا” في منشور عبر منصة  
“إكس” يوم الأحد، أن من أسباب الماجعة في  
غزة محاولات الاستعاضة عن نظام المساعدات  
الأممي بمؤسسة غزة ذات الدوافع السياسية  
وأضافت “يجب أن تعود إلى نظام تنسيق

# تصاعد عمليات القمع بحق الأسيئرات في سجن الدامون خلال الشهر الجاري

لانباط-وكالات

العمليات وقعت في تاريخ ٤، ٨، ١٠، ١٤ آب/  
اغسطس ٢٠٢٥، وجاءت امتداداً لسياسة ثابتة  
وممنهجة تصاعد بشكل غير مسبوق منذ بدء  
حرب الإيادة على الشعب الفلسطيني.

الحرير، وبذلة على سطحه سلسليّة الأسيّرات، وعددهنـ ٤٨ من بينهن طفلتان وأسيرة حامل، يعاذنن ظروفـاً اعتقالية بالغة القسوة، حيث يُحرمن من أبسط الحقوق الإنسانية، ويواجهن الجوع نتيجة قلة الطعام ورداـته، في حين يُقدم لهنـ في أحيان كثيرة طعام فاسد وغير صالح للأستهلاـك.

كما تتفشى بينهن الأمراض الجلدية بسبب انتشار الحشرات وارتفاع درجات الحرارة والرطوبة في ظل إنعدام وسائل التهوية، إضافة إلى النقص الحاد في مستلزمات النسائية الخاصة.

تتصاعدت في الأونة الأخيرة سياسات القمع والتنكيل بحق الأسيرات الفلسطينيات في سجن "الدامون"، حيث نفذت قوات الاحتلال أربع عمليات اقتحام خلال النصف الأول من الشهر الجاري.

وخلل عمليات القمع، اعتداء مباشر على الأسيرات عبر تقييدهن، واخراجهن من الزنازين بطريقة مذلة ومهينة، وإجبارهن على خفض رؤوسهن واقتادهن بالقوة إلى ساحة السجن، ووسط استخدام الكلاب البوليسية والغاز السام في بعض المرات.

ووفق شهادات نقلت عن الأسيرات، فإن هذه

**«الأغذية العالمي»: وقف إطلاق النار في غزة هو السبيل الوحيد لإنهاء الماجاعة**



ومنذ ٢ مارس الماضي، أغلق الاحتلال عابر القطاع أمام دخول المساعدات الغذائية والاغاثية والطبية والبضائع والوقود، ما سبب بتهور كبير في الأوضاع الإنسانية. وبدعم أمريكي، يرتكب جيش الاحتلال إلسرائيли منذ ٧ أكتوبر / تشرين الأول ٢٠٢٢ إبادة جماعية بغزة خلفت أكثر من ٢١٠ ألف شهيد وجريح، معظمهم أطفال ونساء، مما يزيد على ٩ آلاف مفقود.

قال برنامج الأغذية العالمي، أمس الأحد،  
أن نصف مليون شخص في قطاع غزة على  
شكفاً الماجاعة. وأضاف البرنامج: “نبذ جهاداً  
ل إيصال المساعدات إلى غزة، إلا أن هذا لا يزال  
قل بكثير من الاحتياجات” وشدد على أن  
وقف إطلاق النار هو السبيل الوحيد لتوسيع  
المساعدات.

خلال الساعات الأخيرة، استشهد وأصيب العديد من الفلسطينيين بغارة إسرائيلية استهدفت المستشفى العمداني في مدينة غزة، فيما استشهد شخصاً وأصيب ٣٨٥ آخرون بنيران الاحتلال في غزة في آخر ٢٤ ساعة.

سجلت ١١ حالة وفاة بسبب التجويع وسوء التغذية، لترتفع حصيلة ضحايا التجويع إلى ٢٥١ شهيداً بينهم ١٠٨ أطفال، بحسب الحصيلة الأخيرة التي أعلنت عنها وزارة الصحة في القطاع.

”من الجبل المقدس“، حيث تحدث عن عنف المستوطنين و ”حملة مُنسقة لتهويد القدس“، وشرح لماذا يرى أن الأزمة الحالية في غزة ”واحدة من أفضع فظائع حقوق الإنسان في عصرنا“. في الوقت نفسه، يواصل الاحتلال الإسرائيلي قصفه الوحشي على قطاع غزة طوال ساعات الليل، بينما يعتزم تهجير سكان غزة نحو المناطق الجنوبيّة، تمهدًا لعدوان بريٌّ واسع ينتهي باحتلال المدينة بالكامل.

في البلاد بشدة، إذ يرى أنه شوه تاريخ فلسطينين، مصوّراً إياها على أنها ”صحراء قاحلة“ قبل عام ١٩٤٨م. خالل حدثه في برنامج ”حديث حقيقي“، شارك دالريمبول آراءه حول المسؤولية التاريخية لبريطانيا تجاه فلسطينين، وانتقد بشدة تعاون الحكومة البريطانية المستمر مع الاحتلال الإسرائيلي، بما في ذلك توريد الأسلحة. قدم دالريمبول رؤية كاملة عما شهد في الضفة الغربية أثناء تأليف كتابه

**«خيام التهجير».. غضب واسع من مخطط «إسرائيل» لتهجير سكان غزة قسراً**



القسري كما أكد الناشطون أن جيش الاحتلال يعمل على تدمير مقومات الحياة في المنطقة، مما يجعلها غير صالحة للسكن. وقد وصفوا هذا الأسلوب بأنه سياسة الأرض المحروقة، كما حدث في مناطق الشمال والجنوب. رأى مغدون أن هذه الخيام ليست سوى أداة لتسهيل نقل السكان جنوباً، حيث يجري العمل على إقامة 'مدينة الخيام' في رفح، والتي اعتبروها أشبه بمعتقل جماعي.

تساءل العديد من المدونين عن الوسائل التي سيلجأ إليها الاحتلال لدفع المواطنين للانتقال إلى هذه المخيمات، والدور الذي ستلعبه المنظمات الدولية في هذا السياق في النهاية، اعتبر عدد من الناشطين أن هذا القرار يوضح أن المساعدات ليست سوى أداة أخرى لفرض مخططات التهجير، وأن ما يجري هو مقدمة لحرب شاملة تهدف إلى تفريغ القطاع

الظروف الحالية. حيث تتعرض غزة لعدوان عسكري واسع النطاق. كما ذكرت قناة news ١٢، الإسرائيلية أن الجيش اختار منطقة ‘جنوب محور موراء’ قرب رفح لإقامة ‘مخيم الإيواء’، مما زاد من المخاوف من أن هذه الخطوة تهدف إلى احتلال غزة بشكل كامل.

أشعل إعلان جيش الاحتلال عن إقامة ‘مخيمات إيواء’ جدلاً واسعاً، حيث اعتبره ناشطون مقدمة لعملية تهجير جماعي. وقد جاء هذا الإعلان بالتزامن مع تدمير مئات المنازل في مدينة غزة وهي الزيتون، مما زاد من المخاوف من أن الخيام ليست سوى غطاء لمخطط تهجير قسري.

أشار ناشطون إلى أن الاحتلال يقوم منذ أيام بعملية برية واسعة في حي الزيتون، حيث دمر أكثر من ٤٠٠ منزل في ستة أيام فقط. وقد اعتبروا أن إدخال الخيام ومعدات الإيواء

أثار إعلان جيش الاحتلال الإسرائيلي عن شروعه في توفير خيام إيواء لسكان مدينة غزة، ابتداءً من أمس الأحد، ردود فعل غاضبة على منصات التواصل الاجتماعي. حيث اعتبر الكثيرون أن هذه الخطوة ليست سوى مقدمة لتهجير قسري للسكان من مناطق القتال إلى جنوب القطاع. قال المتحدث باسم جيش الاحتلال أفيحاي أدرعي إن هذه الخطوة تأتي بناءً على توجيهات المستوى السياسي، مشيراً إلى أن الهدف هو الحفاظ على أمن المدنيين. لكن الناشطين اعتبروا ذلك غطاءً لخطط تهجير جماعي يستهدف تفريغ القطاع من سكانه. وفقاً للأدعى، فإن المعدات الازمة ستتنقل عبر معبر كرم أبو سالم بواسطة الأمم المتحدة ومنظمات الإغاثة الدولية، مما أثار تساؤلات

## انطلاق منافسات الأسبوع الرابع من دوري كرة القدم اليوم

## مساء على ستاد الحسن في إربد.

ويتصدر الرمثا ترتيب الفرق برصيد ٩ نقاط من ٣ مباريات، يليه الحسين والبقعة برصيد ٧ نقاط لكل منهما، ثم الفيصلي والوحدات برصيد ٦ نقاط، فيما يمتلك الأهلي ٣ نقاط، والسلط نقطتين، والجزيرة وشباب الأردن نقطة واحدة لكل منهما، بينما لا يزال السرحان دون أي نقطة.

وأعلنت دائرة الحكم في اتحاد كرة القدم عن أسماء طواقم التحكيم المكلفة بإدارة مباريات الجولة، حيث يقود أدهم مخادمة مباراة البقعة والسلط، ويدير أحمد فیصل لقاء الجزيرة والسرحان، فيما يتولى عمر المعانی إدارة مباراة الأهلي والوحدات، ويقود مروان السماعيل مباراة الفيصلي وشباب الأردن، بينما أستندت مباراة الحسين والرمثا إلى أحمد حسین بالرمثا عند الساعة ٨:٤٥

تنطلق اليوم الاثنين منافسات أسبوع الرابع من الدوري الأردني CFI موسم ٢٠٢٦/٢٠٢٧، وسط أجواء تنافسية تع تصدر الرمثا جدول الترتيب لعلامة الكاملة.

وتفتتح الجولة بمواجهة البقعة سلط عند الساعة ٦ مساء على ستاد مان الدولي، تليها مباراة الجزيرة السرحان في الساعة ٨:٤٥ مساء على ستاد الملك عبدالله الثاني بالقويسنة.

وتتواصل المباريات يوم الثلاثاء، حيث يلتقي الأهلي مع الوحدات عند الساعة ٦ مساء على ستاد الملك عبدالله الثاني، حين يواجه الفيصلي نظيره شباب أردن بالتوقيت ذاته على ستاد عمان الدولي، وتختتم الجولة بلقاء يجمع حسین بالرمثا عند الساعة ٨:٤٥

## اختتام منافسات الجولة الثانية من دوري الدرجة الأولى للسيدات



لأنباط - عمان

عجلون ودوقة (دون نقاط).

السبعين ودوره (دون سلطان).  
وتقام منافسات الجولة الثالثة، عند السادسة مساء غد، بملاء العروبة مع الراية، فيما يواجه الثلاثاء عجلون نظيره شباب بشرى عند الخامسة عصراً، والنصر أمام شفا بدرا عن الثامنة، ويلتقي دوقة مع الأهلي عند السادسة مساء الأربعاء على ملائكة اختتمت مساء السبت منافسات جولة الثانية من دوري الدرجة الأولى للسيدات لكرة القدم موسم ٢٠٢٠، على ملابع الاتحاد في مدينة حسين للشباب.

الرابطة على شباب بشرى ٤-٤، وتعادل  
شفا بدران مع العروبة ١-١، وتغلب  
نصر على عجلون ١٦-٠، وفوز الأهلي  
على البتراة ٩-٠.  
ويتصدر النصر جدول ترتيب الفرق  
وصيد ٦ نقاط وبفارق الأهداف عن  
الأهلي، يليهما شفا بدران ٤، ثم الراية  
شباب بشرى والبتراة والعروبة ١.

**بايرن يحرز لقب كأس السوبر الألماني على حساب شتوتجارت**



شتوتجارت نيك فولتيماده الذي يسعى  
بايرن ميونيخ للتعاقد معه، استغل  
هاري كين هداف الدوري الألماني الموسم  
الماضي خطأ دفاعيا من لوكا جاكيز  
ليمتحن بايرن التقدم في الدقيقة ١٨.  
وبحث فريق شتوتجارت، بطل كأس  
ألمانيا الموسم الماضي، عن هدف التعادل  
سرعا و كان فولتيماده قريبا من  
التسجيل لكن تسديدة القوية تصدى  
لها نوير.  
 وأنقذ الحارس نوير (٣٩ عاما)  
فريقيه مرة أخرى في الدقيقة ٧٥  
من ماتش في مونشنلاين ضد شتوتجارت.

حقق بايرن ميونيخ لقب كأس  
سوبر الألماني لكرة القدم بفوزه  
بـ ١-٢ على شتوتجارت السبت  
فضل هدفيين من هاري كين والواحد  
جديد نوير دياز.  
وكان الفريق البافاري الأكثـر قوة  
ليلة المباراة وبدأ حارسه مانويل نوير  
في حالة جيدة قبل أقل من أسبوع من  
طلاق موسم الدوري الألماني.  
وقال نوير «أفكر دائمـا في الفريق،

عندما تصدى لتسديدة مرت إلى خارج الملعب ببراعة قبل أن يسجل الدولي الكولومبي دياز من أول محاولة له على المرمى بضربة رأس إثر تمرين عرضية من سيرج جنابري قبل ١٣ دقيقة من النهاية.

وسجل شوتوجارت هدف تقليص الفارق في الوقت بدل الضائع عن طريق جيمي ليويلينج بضربة رأس من مسافة قريبة.

سعى تقديم أفضل ما لدي لتحقيق نجاح، فعلنا ذلك اليوم. من الرائع أن أكون رجل المباراة، لكن الأمر دائمًا يتعلّق بالفريق».

وأضاف «حققنا ذلك بشكل جيد. زرنا بجميع مباريات ما قبل انطلاق الموسم، ونريد أن نواصل هذا النجاح في موسم الدوري الألماني (عندما يبدأ) أسبوع المقبل».

ومع توجه كل الأنظار إلى مهاجم

# بدء وصول الوفود للمشاركة في البطولة العربية وغرب آسيا للكراتيه

حسين روحاني ومساعده سالم الدعجة في تجهيز اللاعبين الشكل المثالى ومثنياً على دور مركز الإعداد الأولي الذي سبق معسكر إعداد المنتخب الأول ومبادراته التدريبية مع دعبي المنتخب الرديف.

وقال فتیان «نرحب بضيوف الأردن ونتمنى للجميع التوفيق والنجاح في البطولتين العربية والآسيوية وتقديم مستويات كبيرة».

وأضاف فتیان «نشكر أسرة الاتحاد على توفير كافة الإمكانيات، لفق خطوة واضحة ومدرسة، والبطولتين محطة مهمة قبل مشاركة أواخر العام الجارى

الأولى للحكام والثانية للمدربين، معتمدان من الاتحاد الآسيوي، للاسهام في تطوير القطاعين الاهامين .  
فتيان.. جاهزية أردنية لحصد الميداليات أكد المدير الفني للمنتخبات الوطنية الكابتن محمد فتيان في حديثه لـ «اللجنة الإعلامية» ان لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية البالغ عددهم ١٢١، يتطلعون لتحقيق نتائج إيجابية في البطولتين وحصد الميداليات الملونة لتعزيز الحضور الأردني والتأكيد على قوة ومكانة تكرياته الأردنية على المستويين العربي والآسيوي .  
وأشار فتيان ان المنتخبات الوطنية اكملت الاستعداد من خلال المعسكرات التدريبية المكثفة، التي أقيمت خلال الأيام الماضية، كما أشاد بجهود المدرب العام للمنتخبات الوطنية الإيرانية

وأعلن إتحاد الكراتيه عن اكتمال كافة التحضيرات لتنظيم بطولات بمستوى عالي من كافة الجوانب الإدارية والفنية بالتعاون مع كافة المؤسسات الوطنية والجهات ذات الصلة والاختصاص، إضافة للاهتمام بالتواهي الأمنية وتوفير وسائل نقل مريحة ومجهزة للمنظمين والحكام واللاعبين والوفود المشاركة بالتعاون مع أمانة عمان الكبرى.

ويشارك في البطولة العربية 11 منتخبًا هي: ليبيا، فلسطين، لبنان، سوريا، العراق، السعودية، قطر، الإمارات، اليمن، البحرين، إضافة إلى الأردن، أما بطولة غرب آسيا فتشهد مشاركة 10 منتخبات هي: فلسطين، لبنان، سوريا، العراق، السعودية، قطر، الإمارات، اليمن، البحرين، إضافة إلى الأردن البلد المنظم، كما يقام على هامش البطولتين، دورتي تدريب

# الصيفي للبطولة العربية المدرسية يعقد الاثنين



برئاسة رئيس الاتحاد المصريية الدكتورة  
يمان حسن والأمين العام إدريس  
فتحي وعبد الحق عمالى من الأمانة  
العامة الذى تفقدوا التجهيزات، حيث  
طلبوا إقامة قرعة البطولة في المركز  
الإعلامي بدلاً من إقامتها في قاعات  
الفنادق، ووافقت الأمانة العامة على  
طلب الاتحاد العربي لاسيما توفير  
الظروف الملائمة للبث التلفزيونى  
توفير جميع الاحتياجات الازمة  
لاضيوف.

أوجز رئيس اللجنة الإعلامية  
عاطف عساف تحضيرات اللجنة  
الأعمال التي أذجزت لا سيما الورشة  
الإعلامية التي اقيمت للمعلمين  
المعلمات والطلبة وكذلك طباعة  
مجلة الكترونية يومية لإبراز نشاطات  
نتائج البطولة وكذلك الشاشات التي  
حملت نشاطات المنتخبات المدرسية  
التحضيرات الفنية والإدارية لإقامة  
البطولة.

شتيفي المساعد الفني وعاطف عساف  
رئيس اللجنة الاعلامية، الذي أوجز  
للاتحاد العربي إنجازات اللجنة.  
كما بين أبو سل للأعمال التي أنجزت  
وتم الاتفاق على موعد القرعة وكذلك  
المؤتمر العلمي وأالية إقامة المباريات  
وفق إعداد الدول المشاركة.  
واوصت اللجنة العلمية من خلال  
رئيس اللجنة العلمية التحضيرية  
تبيل قيام بعدة اقتراحات ليؤخذ بها  
للعمل في الدورات والبطولات القادمة.  
كذلك تم الاتفاق على تحديد  
موعد إقامة حفل التكريم في الخامس  
والعشرين من الشهر الحالي بحضور  
رؤساء الوفود والإداريين.  
كما أبدى الاتحاد العربي للرياضة  
المدرسية إعجابه بالمركز الإعلامي  
الذي انشأ في صالة الأمير حمزة  
والتجهيزات التي تم إنجازها لاستقبال  
الزملاء العرب.  
وخلال الجولة التي قام بها الوفد

ومن المقرر أن يصل الأحد وفود كل من لبنان وال سعودية و فلسطين و ليبيا مصر، بالإضافة إلى أعضاء المكتب التنفيذي في الاتحاد العربي للرياضة درسية، على أن يصل اليوم الاثنين سلطنة عمان وبقية أعضاء الاتحاد العربي واللجان.

اجتماع تنسيقي بين الاتحاد المدرسي ظيره العربي

أبدي الاتحاد العربي الرياضة درسية إعجابه بالتحضرات التي تقوم بها الاتحاد الأردني للرياضة درسية ووزارة التربية والتعليم، مستضافة البطولة العربية المدرسية ماذا ذلك خلال الاجتماع الذي عقد مقر الاتحاد المدرسي بحضور رئيسة اتحاد العربي الدكتورة إيمان حسن للأمين العام ادريسيي فتحي وعبد حق همالي، من الأمانة العامة ومن جحات الأردني ياسر ابو سل المساعد داري مدير البطولة وعبد الرحمن

عمان- اتحاد الإعلام الرياضي

يعقد الاثنين الساعة العاشرة صباحا المؤتمر الصحفي الخاص بالبطولة العربية لرياضة المدرسيّة، في قاعة المركز الإعلامي للاتحاد المدرسي بصالّة الأمير حمزة بمدينة الحسين للشباب، بحضور رئيس الاتحاد العربي لرياضة المدرسيّة، ورئيس الاتحاد الأردني لرياضة المدرسيّة، يتخلله إجراء مراسم القرعة لفرق المشاركة في البطولة، ويدير القرعة رئيس اللجنة الفنية بالاتحاد العربي، يوسف بن عوض من سلطنة عمان.

كما يعقد بذات اليوم اجتماع اللجان الفنية الفرعية لرياضات المعتمدة الساعة الثالثة عصرا، فيما يعقد الاجتماع العام للجنة المنظمة المسؤولة عن التوفود الساعة الخامسة مساء، قبل أن يعقد اجتماع المكتب التنفيذي بعد وجبة العشاء.

## تقرير.. الإكثار من النوم يسبب آلام الظهر

الأنباط-وكالات

يشكل أقل أثناء النوم بما يؤدي إلى آلام في الظهر إذا استمرت قلة الحركة".

لأن التقرير يقول إن سبب آلام الظهر بعد نوم طويل قد يكون مختلفاً، حيث ربما يتغير عن النوم على مرتبة سينية، لكن حتى لو كنت تناول على مرتبة جديدة وعالية الجودة، فقد تشعر بالألم في ظهرك عند الاستيقاظ، لأن عودك الفوري لم يتيقّن الدعم الكافي.

ويقول المختصون إن الوضع المثلثي للمرتبة التي يجب أن ينام عليها الشخص هو أنها يجب أن تحيط بجسمك وتعمل مع (وليس ضد) انداء عودك الفقري وشكل جسمك، وبهذه الطريقة فقط ستشعر بأن وضعية ظهرك طبيعية نسبياً وغير مؤلمة.

وأظهرت دراسة نشرت عام 2021 في مجلة جراحة العظام والكسور أن العربة متoscيلة الصلاة قد تكون الخبراء الأمثل لنقل احتمالية آلام الظهر. ومن مزايا المركبة متoscيلة الصلاة أنها أنها قد تقلل من اضطرابات النوم، مما يشجع على نوم أفضل، ويقلل من حاجة الشخص إلى قسط طويل من النوم.

## منها السبانخ.. أفضل أطعمة مجده لتحسين ضغط الدم

الأنباط-وكالات

فول الصويا الأخضر الجيد.

أوضحت سارة شليختر، الحاصلة على ماجستير الصحة العامة وأخصائية تغذية، أن "فول الصويا الأخضر يعتبر غذاء غنياً بالعناصر الغذائية وقليل الصوديوم، بفضل احتوائه على البروتين النباتي والعناصر الغذائية الدقيقة الأخرى، مثل الألياف والبوتاسيوم والمغنيسيوم وال الحديد وفيتامين C" ويوفر كوب واحد من فول الصويا الأخضر الجيد المجهز 24% من القيمة اليومية للمغنيسيوم و14% من القيمة اليومية للبوتاسيوم، كما يرتبط كل من هذين العدين بخفض ضغط الدم، لكن يعتقد أن لكل منهما آلية عمل مختلفة.

على سبيل المثال، يساعد المغنيسيوم الجسم على إنتاج أكسيد النيتريك، الذي يريح الأوعية الدموية ويحسن تدفق الدم، فيما يساعد البوتاسيوم على مواجهة اشار الصوديوم المسببة لارتفاع ضغط الدم، ويدعم تعدد الأوعية الدموية.

**سمك السلمون البري المحمد**

حسب فاريل، تعد المأكولات البحرية خاصة الأسماك الدهنية مثل السلمون، من أفضل الأطعمة لصحة القلب، لاحتوائها على أحماض أوميغا-3.

الدهنية التي تساعد في تقليل الالتهابات وتحسين وظائف الأوعية الدموية".

**. الشمندر الجيد**

عندما يتخلص الأفراد بالتراثات الخلفية لضم الدم، فإن الشمندر أو البنجر هو الخيار الأمثل في حين أن الشمندر نفسه لم يدرس بعد إلا أن صير الشمندر، الغنى بالتراثات، مدعوم باليات كبيرة.

إذ أظهرت دراسات عديدة أن صير الشمندر يمكن أن يساعد في خفض ضغط الدم الانقباضي من جانبها بين النساء، تورثه، أخصائية تغذية، أن الشمندر الجيد "يعتبر مثاليًا لإضافته إلى العصائر، أو تحميصه، أو إدانته لتزيين سلطة ملوونة".

**. البازلاء الجيدة**

تقديراً، فإن "البازلاء الخضراء المجمدة طعام سهل ومتوفّر لمن يعانون من ارتفاع ضغط الدم" فقد توصلت إحدى الدراسات إلى أن تناول ما بين  $\frac{3}{4}$  وكوب واحد من البازلاء، يومياً، كان مرتبطة بانخفاض خطر الإصابة بارتفاع ضغط الدم بنسبة 43% إن البازلاء غنية باليات (6)، فرامات لكل كوب، مع العلم بأن الأبحاث توصلت إلى أن كل 5رامات إضافية من الألياف التي يتناولها الشخص يومياً يمكن أن تخفض ضغط الدم الانقباضي بمقدار 2.8 ملم زئني وضغط الدم الانقباضي بمقدار 2.1 ملم زئني.

يتفق الأطباء وأخصائيو النوم على أن معظم البالغين يحتاجون إلى ما بين سبع وتسعة ساعات من النوم يومياً للسلام لأجسامهم وعقلهم بالتعاليم، ولكن السؤال هو أنه في حال الإكثار من النوم وتجاوز هذه المعدلات الطبيعية، فهل ستكون النتيجة جيدة أم سيئة؟ وهل سيشعر الإنسان بالراحة أكثر فأكثر أم لا.

وخلص تقرير مفصل نشره موقع "هيث دايغست" المتخصص في تقارير الخبراء والباحثين إلى أن البيانات في السرير لفتة أطول مما ينبغي له "تأثير غير متوقع على الصحة"، حيث يؤدي إلى آلام في الظهر، مما يعني أن الإفراط في النوم يسبب المتاب والألم.

وقلل تقرير المتاب والألم.

وأظهرت دراسة نشرت عام 2021 في

مجلة جراحة العظام والكسور أن العربة

متoscيلة الصلاة قد تكون الخبراء

الأمثل لنقل احتمالية آلام الظهر.

ومن مزايا المركبة متoscيلة الصلاة أنها

أنها قد تقلل من اضطرابات النوم، مما

يشجع على نوم أفضل، ويقلل من حاجة

الشخص إلى قسط طويل من النوم.

## «شراكة استراتيجية مستمرة منذ ٢٩ عاماً» بين «القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي وأورنج الأردن»

الأنباط-عمان



والبناء على قاعدة منجزات السنوات الماضية. وفي حزيران الماضي، نظمت أورنج الأردن احتفالاً وطنياً لكريمة القادة العامة للقوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي وكافة الأجهزة الأمنية، بمناسبة يوم الجيش والاعياد الوطنية، وتجسيداً لعلاقتها المتقدمة، وتحية للدور الوطني الراسخ الذي تقوم به هذه الأجهزة في حماية الوطن وصون اللواء الركن يوسف الحنطي، في مكتبه بالقيادة العامة، تبادل الظرفان الزياحات حيث استقبل مهندراً رئيس هيئة الأركان المشتركة، سوكنس ٢٤٤ في المقبة الصورة المتكاملة للشراكة بينها وبين القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي، حيث شكل الحدث منصة لتسليط الضوء على أحد ابتكارات أورنج الأردن، المهندس هيليب منصور، وذلك لمواصلة البحث في آفاق جديدة للتعاون.

Orange Money، المرتبطة بمحفظة لتقديم المسكريين والمتقدعين خدمات مالية رقمية آمنة، مرنة، وموكبة للتتطورات التكنولوجية. وتوجّحت شراكة أورنج ورعايتها المعرض "سوفكس ٢٤٤" في المقبة الصورة المتكاملة للشراكة بينها وبين القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي، حيث شكل الحدث منصة لتسليط الضوء على أحد ابتكارات أورنج والمتقدمة في مستشفى افتراضي متكون ومحاكاة تدريبية رقمية باستخدام تقنيات وإنترنت، والتي تم تجديدها في نيسان ٢٠٢٤، تأكيداً على أهمية استمرارية هذا التعاون بين الجانبين. وفي تشرين الثاني ٢٠٢٤، جدت الشراكة الأولى انطلقت منذ عام ٢٠١١، في تحسيني لالتزام أورنج الأردن بتوفير بنية تحتية رقمية حديثة، تتسمج مع الدور المحوري لخدمة الوطن.

وتعززت هذه العلاقة في أيام عرب ٢٠٢٥، حيث انطلقت منصة خطوة استراتيجية تتمثل بتوقيع اتفاقية تعاون مع المؤسسة الاستهلاكية العسكرية لطلاق بطاقة "رقم السلاح" الرقمية المتندة بالتبليغ من أكثر من ربع قرن من خلال اتفاقية خدمات الخطوط الأرضية والإنترنت، والتي تم تجديدها في نيسان ٢٠٢٤، تأكيداً على أهمية استمرارية هذا التعاون بين الجانبين. وفي تشرين الثاني ٢٠٢٤، جدت الشراكة الأولى انطلقت منذ عام ٢٠١١، في تحسيني لالتزام أورنج الأردن بتوفير بنية تحتية رقمية حديثة، تتسمج مع الدور المحوري لخدمة الوطن.

وتعززت هذه العلاقة في أيام عرب ٢٠٢٥، حيث انطلقت منصة خطوة استراتيجية تتمثل بتوقيع اتفاقية تعاون مع المؤسسة الاستهلاكية العسكرية لطلاق بطاقة "رقم السلاح" الرقمية

## علمياً.. فنجان القهوة صباحاً يحسن المزاج

الأنباط-وكالات



مرتبطة بمتغيرات أخرى مثل السباحة التي تظهر أثناء الليل. وقال تو رواليو، "حتى الأشخاص الذين يستهلكون الكافيين باعتدال قد يعانون من اعراض انسحاب خفيفة تختفي مع أول كوب قهوة أو شيء صباحاً".

وتوقّع الباحثون أن الأشخاص الذين يعانون من قلق شديد سيعانون من تغيرات مزاجية، وليس بالضرورة أن تكون مزاجة دائمة، وقال يوستين هاخنبرجر، الباحث الرئيسي في الدراسة، من كلية علم النفس وعلوم الرياضة بجامعة بيليفيلد، "من المعتدل أن الأشخاص الذين يدركون أن استهلاكهم لكافيين ليست جيدة يمتنعون عن شربه ببساطة"، موضحاً أن هذه الفئة لم تُمثل في الدراسة، حيث تُنتَج تغيرات مزاجية، بينما ينتهي الكافيين فقط.

وشرح ساكاري ليول، من جامعة بيليفيلد، "في الدراسة أنه 'يستهلك حوالي 80٪ من الأشخاص حول العالم الشروبات التي تحتوي على كافيين، ويعود تاريخ استهلاكه إلى زمن بعيد...'... وفقد حالتها، واستهلاك الكافيين حتى لدى حيوانات بريّة، مثل الثدييات، تُفضل أدوات التحليل والدبابير، رحيم النباتات التي تحتوي على الكافيين".

وبيشر فريق البحث إلى أن استهلاك الكافيين قد يؤدي إلى إدمانه.

في إعداد الدراسة، أخذت يحجب الكافيين عن طريق حجب مستقبلات الأدينوزين، ما قد يزيد من نشاط الميوپارين في مناطق الدماغ الرئيسية، وهو تأثير ربطته الدراسات بتحسين المزاج وزيادة هوايات (إيريال) صغيرة، وغالباً ما ترتبط بها مادة تشعرنا بالانتعاش، وهي الأدينوزين.

وأوضح البروفيسور أدو رواليو، الحاصلة على درجة الدكتوراه من جامعة وارويك، المشاركة

في بشرى سارة لعشاق القهوة ومحبيها، أظهرت دراسة حديثة أن من يشربون القهوة باعتظام يكونون في صباح أفضل بحسب احتساء فنجان في الصباح مقارنة بحالهم قبل تناولها. وفي الدراسة التي أجرتها جامعة وارويك البريطانية ونشرت في دورية "ساينتifik ريفورمس"، أعدت المشاركون عن شعورهم بسعادة وحماس أكبر بكثير عند تناول المقهوة في الصباح من الأ أيام الأخرى التي لا يشربون فيها القهوة أو مشروبات أخرى تحتوي على الكافيين في نفس الوقت في الصباح. ووفقاً للدراسة، يساهم الكافيين في تحفيز حالات الارتعاش السلبية كالحزن أو المرض، لكن هذه الصفة أقل قوّة ولا تعتمد على وقت محدد من اليوم، وعلى مدار أربعة أسابيع أجرى العلماء استطلاعاً شمل 236 شاباً بالغاً يستهلكون الكافيين بوجه عام، وكان المشاركون يحبون خالداً تلك الافتراض على استبيان قصير على هواتفهم المحمولة سبع مرات يومياً، والذي تضمن رسماً حالاتهم المزاجية وما إذا كانوا قد تناولوا مشروباً يحتوي على الكافيين في صباح التسعة السابقة للزيارة. ويفسر الباحثون تأثير الكافيين المحسّن للمزاج

## بعد الأربعين.. تمارين يومية لتنمية العقل

الأنباط-وكالات

**. المشي لمدة ٢٠ دقيقة**  
يُحسن المشي تدفق الدم إلى الدماغ ويُقلل من خطر التدهور المعرفي.

**. تعلم كلمة أو لغة جديدة**  
إن مجرد تعلم كلمة أو عبارة جديدة واحدة يومياً تُحسن الطلقافة المعرفية والذاكرة.

**. تدوين اليوميات بدروباً**  
تساعد الكتابة باليد في تشريح مناطق دماغية مختلفة مقارنة بالطبعية، وتنوّي الذاكرة والوضع العاطفي.

**. ممارسة ألعاب استراتيجية**  
يُعزز لعب الشطرنج أو السكرابل أو حتى الألعاب ببطاقات الذاكرة من مهارات التخطيط والتركيز.

عند ممارستها يومياً، وفقاً لما نشره موقع Indian Express صحيفة.

**. حل لغز صباح**  
إن حل الكلمات المتقاطعة أو السودوكو أو أنماط الكلمات تُحسن الذاكرة والتراكيز وتدمرها، وتلقي بثقلها على هؤلؤهم.

**. تنشيط اليد غير المستخدمة**  
يمكن تنظيف الأسنان أو تقبيل الطعام باليد غير المستخدمة، أي اليد اليمنى للشخص الأيسر على سبيل المثال، وذلك مما يسببه من تحفيز روابط عصبية جديدة.

مع التقدم بالعمر وتزايد أعباء الحياة يعاني بعض الناس بعد تخطي الأربعين من تراجع في القدرات العقلية والعقافية كالتركيز والانتباه، وحتى حفظ الأشياء، وتدركها وتلقي بثقلها على هؤلؤهم. من التمارين والأنشطة التي يمكن أن تساعد في تنشيط الذاكرة وتعمير القدرات المعرفية، من بينها تمارين رياضية مثل التأمل والمشي، بالإضافة إلى تمارين ذهنية مثل حل الألغاز والقراءة والكتابة ويمكن أن تساعد التمارين التالية في تنشيط الذاكرة وتعزيز التركيز

تهدى عن شركة الأنطاط للصحافة والإعلام

الأردن - عمان - الشمالي - شارع الجاظ - عمارة ٦٦

المدير العام ورئيس مجلس التحرير

الناشر حسين الجبور

الدكتور رياض الجبور



www.alanbatnews.net - info@alanbatnews.net

065200714 - 96256 - البريد الإلكتروني - هاتف - 065200700

alraj@jpf.com.jo - التوزيع، المؤسسة الصحفية الأردنية (الرأي)