

السبت	14:47	النinth
السنة الثالثة عشرة	١٤	النinth
العدد (4059)	٢٠٢٦	م

إلاف 750 لترًا من العصائر ال رمضانية مجهرة المصدر في إربد

قبل توزيعها. وأضافت المؤسسة، أنها باشرت إجراءات إحالة أصحاب العلاقة إلى الجهات القضائية المختصة لاتخاذ المقتضى القانوني بحقهم. وذكرت المؤسسة إلى التواصل معها في حال وجود أي ملاحظة أو استفسار أو شكوى عبر خط الشكاوى المجاني 117114، وغير تطبيق الواتس آب على الرقم (0795632000) والبريد الإلكتروني info@jfda.jo.

القاضي: الإعلام شريك أساس في مسيرة البناء الوطني ونعتز بالصحفين



عمان

قال رئيس مجلس النواب مازن القاضي، إن المجلس كان وسيبقى ملتزمًا بتعزيز التعاون مع المؤسسات الإعلامية الوطنية، لضمان وصول المعلومات من مصادرها الرسمية إلى الجمهور بشفافية ووضوح، مؤكداً الاعتزاز بالصحافة الوطنية ودورها في ترسیخ الثقة بين المواطنين والمؤسسات الرسمية.

وجاء حديث القاضي لدى رعايته احتفال مجموعة حياة الإعلامية بمناسبة الانطلاق العشرين لإذاعة حياة، بحضور نواب وأعيان وصحفيين، مشيداً بالمسيرة المهنية لمجموعة حياة وأثراها في المشهد الإعلامي.

وأكَّد القاضي، أن الإعلام شريك أصيل في مسيرة البناء الوطني، مشيراً إلى أن الأردن منذ تأسيسه، كان دولة رسالة ومؤسسات، وأن مجلس النواب، صدقه بيت الشعب، يمارس دوره التشريعى والرقابى انتلاقاً من مسؤولية حفظ دستورى، ويتناول دوره في تعاون سلطنتها، وفي عبيده، وفي أعمالها الحر المسؤول، وصادقة جبهتها الداخلية، وعلى رأس ذلك قيادة حكيمية يلتقي بها جيش وأجهزة أمنية بواسل.

وتتابع القاضي قائلاً: «إننا نعيش في مرحلة

النشر، فمعربة الوعي لا تقل أهمية عن

الحياة، وأنه في ظل ما تشهده منطقتنا من أحداث جسام، تبقى القضية الفلسطينية في وجدها كل أردني قضية حق وعدالة، ولذلك فإن موقف الأردن ثابت راسخ في دعم الأشقاء الفلسطينيين ودعم حقوقهم المشروعة.

الصلة التي يجمع جبهتها الداخلية من محاولات خبيثة ما اتفقت به الأكاذيب عن الأردن؛ لكن هذا البلد صمد وسيصد عيون الله، ولن يهزم وطن يقوده أميد آل البيت.

الله، ومن حوله شعبه وجيشه وأجهزته الأمنية،

وأنه لا يهزم وطن يقوده أميد آل البيت.

الله، ولن يهزم وطن يقوده أميد آل البيت.</

اختتام مشروع التوأمة الأوروبية «تعزيز قدرات معهد الإدارة العامة في الأردن»



التوأمة كأحدى أنجع أدوات بناء القدرات المؤسسية بالشراكة مع دول الاتحاد الأوروبي، فيما يضمن جودة المخرجات واستدامة الأثر. وأشار الرفاعي إلى أن المشروع مقدماً من التعاون المؤسسي، وحقق نتائج ملموسة شملت تطوير البرامج التدريبية، وتحسين منهجيات التدريب، وتوحيد معايير اختيار المدربين، وربط التدريب بالأداء المؤسسي، بما يعزز التغيير بالأنظمة المؤسسية، بما يخدم التحسين المستمر داخل معهد الإدارة العامة.

من جهةه، قال باتريك لاميبرخت في كلمة نيابة عن سفير الاتحاد الأوروبي والمفوض لدى المملكة، إن هذا اليوم يشكل محطة خاتمة ناجحة لمشروع جديد، وبما يعكس نتائج التدريب والابتكار والابتكار، قال التوأمة التي جرى تطوير منظومة متخصصة في تأسيس الأكاديمية الأردنية للإدارات الحكومية، بما يضمن تطوير معايير الابتكار، وافتتاح إمكانات جديدة في بناء الكفاءات الحكومية.

ويوضح الخواودة، أن المشروع ارتكز على مكونين رئيسيين، ركز الأول على تطوير منظومة التدريب، فيما غنى الثاني بتعزيز قدرة المعهد على تقديم آثار التدريب وقياس نتائجه، بما يضمن التحسين المستمر وربط التدريب بالأداء المؤسسي، وافتتحت إلى تطوير وتحديث ١٤ وحدة تدريبية ضمن برنامج صقل المهارات الرقمية، واستحداث برنامج «القائد الرقمي»، إلى توسيع مخصصات في إدارة البيانات والأمن السيبراني، وتفيدناها وفق متطلبات التعلم الدمج وبالتكامل مع منصة التدريب الرقمية.

وفيما يتعلق بالمكان الثنائي، قال الخواودة إنه جرى تطوير منظومة متخصصة لتقديم الآثار التدريبي وإعداد دليل متخصص في تأسيس الأكاديمية الأردنية للإدارات الحكومية، بما يضمن تطوير معايير الابتكار، وافتتاح إمكانات جديدة في بناء الكفاءات الحكومية.

ويذكر الخواودة، أن المشروع ارتكز على مواجهة التحولات المتتسارعة ومتطلبات المستقبل، بما يضع الأردن في موقع فاعل يتيح لألوبيات التحديين الاقتصادي والإداري، ويكتمل مع الأجندة الوطنية والرؤية الجديدة.

وأكملت البليسي، أهمية البناء على كما أكدت البليسي، وأهمية البناء على النجاح الذي تحقق في مشروع التوأمة وتوسيع آفاق الشراكة الاستقبلية مع المتاحف والتطورات التكنولوجية، وألوبيات البرنامج التنفيذي الثاني لتحديث القطاع العام، مشيرة إلى أهمية تطوير معاشرة وخبراء من خلال مجمعات الممارسة المهنية، بعيثيشكل التعليم الرقمي والتعلم الذاتي وكجزء أساسية في نموذج الأكاديمية، بما يضمن سهولة الوصول، وسرعة التحديث، واستدامة التطور على مستوى الجهاز الحكومي.

ويبيت، أن معهد الإدارة العامة يحقق ذلك، إلى جانب تنفيذ تقييمات تجريبية بين الإدارات العامة، وعلاقة المشروع من البرامج تدريبية في مجالات حيوية، لتطوير البرامج التدريبية والتاكيد من تحقيق العائد والارتقاء بأدائه، وأكد قادة المشروع منها من جانبه، قال أمين عام وزارة التخطيط والتعاون الدولي مروان الرفاعي، أن التجربة بحسب تعاوناً عملياً قائماً على التعلم المشترك ونقل المعرفة، واسهتمت في ترسير ممارسات التحديث الإداري، وأسهم في تعزيز قدرة المؤسسات الوطنية على تنفيذ الإصلاحات الرقمية، مشددين على أن ما تحقق يشكل أساساً مبنيناً لراحت تعامل مقبلة.

ويوضح الخواودة، أن المشروع ينبع من تطلعات القيادة في تأسيس الأكاديمية الأردنية للإدارات الحكومية، بما يضمن تطوير معايير الابتكار، وافتتاح إمكانات جديدة في بناء الكفاءات الحكومية.

ويذكر الخواودة، أن المشروع ارتكز على مواجهة التحولات المتتسارعة ومتطلبات المستقبل، بما يضع الأردن في موقع فاعل يتيح لألوبيات التحديين الاقتصادي والإداري، ويكتمل مع الأجندة الوطنية والرؤية الجديدة.

وأكملت البليسي، أهمية البناء على كما أكدت البليسي، وأهمية البناء على النجاح الذي تحقق في مشروع التوأمة وتوسيع آفاق الشراكة الاستقبلية مع المتاحف والتطورات التكنولوجية، وألوبيات البرنامج التنفيذي الثاني لتحديث القطاع العام، مشيرة إلى أهمية تطوير معاشرة وخبراء من خلال مجمعات الممارسة المهنية، بعيثيشكل التعليم الرقمي والتعلم الذاتي وكجزء أساسية في نموذج الأكاديمية، بما يضمن سهولة الوصول، وسرعة التحديث، واستدامة التطور على مستوى الجهاز الحكومي.

ويبيت، أن معهد الإدارة العامة يحقق ذلك، إلى جانب تنفيذ تقييمات تجريبية بين الإدارات العامة، وعلاقة المشروع من البرامج تدريبية في مجالات حيوية، لتطوير البرامج التدريبية والتاكيد من تحقيق العائد والارتقاء بأدائه، وأكد قادة المشروع منها من جانبه، قال أمين عام وزارة التخطيط والتعاون الدولي مروان الرفاعي، أن التجربة بحسب تعاوناً عملياً قائماً على التعلم المشترك ونقل المعرفة، واسهتمت في ترسير ممارسات التحديث الإداري، وأسهم في تعزيز قدرة المؤسسات الوطنية على تنفيذ الإصلاحات الرقمية، مشددين على أن ما تحقق يشكل أساساً مبنيناً لراحت تعامل مقبلة.

عمان

اختتم مشروع التوأمة الأوروبية «تعزيز قدرات معهد الإدارة العامة في الأردن»، الممول من الاتحاد الأوروبي، بعد سبعة امتنت لأكثر من عامين، شكل خلالها المشروع بمحطة نوعية في مسار تطوير التدريب الحكومي وبناء القرارات المؤسسية، بما ينسجم مع خارطة طريق تحديث القطاع العام.

وأكملت وزيرة دولة لتطوير القطاع العام المنشدنة بدرية البليسي خلال رعايتها لافتتاح مشروع التوأمة الأوروبية، أن مشروع التوأمة يعزز قدرات معهد الإدارة العامة «يأتي في سياق وطني واضح وهو تحديث القطاع العام الذي يمثل حالياً استراتيجية الدولة الأردنية، ومساراً مؤسسيًا منكملاً بهدف إل تطوير الإدارة الحكومية وتعزيز قدرتها على تحقيق الأثر».

وقالت البليسي، إن الشراكة مع الاتحاد الأوروبي تعد نموذجاً مقتداً للتعاون بين مؤسسيي الداعم لمسار التحديث والابتكار على تاري من مشاريع التوأمة المنشورة، مشيرة إلى أن مشاريع التوأمة للتحول الرقمي وتوظيف الذكاء الاصطناعي في العمل الحكومي، ولضمان الوعاء المستمرة بين قدرات الكوادر الحكومية والتحولات في السياسات والألوبيات

والتحولات في الممارسة والابتكار، بما يسهم في دعم أولويات البرنامج التنفيذي الثاني لتحديث القطاع العام، مشيرة إلى أهمية تطوير معاشرة وخبراء من خلال مجمعات الممارسة المهنية، بعيثيشكل التعليم الرقمي والتعلم الذاتي وكجزء أساسية في نموذج الأكاديمية، بما يضمن سهولة الوصول، وسرعة التحديث، واستدامة التطور على مستوى الجهاز الحكومي.

وأوضح، أن الحال يتزامن مع إطلاق البرنامج التنفيذي الثاني لخارطة تحديث القطاع العام تحت عنوان «من التأسيس إلى التنفيذ نحو تحقيق الأثر»، والذي يستهدف الانتقال من بناء الأطر إلى تعليم المتابعة وقياس أثرها، وتقديم نموذج الحديث للإدارة الحكومية بواكح التحولات المتتسارعة التي تشهدتها الحكومات في بيئة عالية معدقة ومتغيرة، وإحداث تحول حقيقي في طريقة العمل الحكومية، وصولاً إلى حوكمة متكاملة تعلم كودة واحدة، مرنة وفعالة، وقادرة على التكيف مع متطلبات المستقبل، من خلال تعزيز الموكمة والتنسيق، وتكامل الأدوار، وتحقيق الأدوار والاهداف، وترسيخ تقافة الأداء والإنجاز القائم على النتائج.

وأشارت البليسي إلى أن البرنامج يوضح نطاق دوره من تقديم التدريب إلى بناء قدرات حكومية بوصفها أمنداداً تطويرياً لميسرة التحولات الحكومية، مشددة على أن التحولات المتتسارعة هي التي تشهدتها الحكومات في بيئة عالية معدقة ومتغيرة، وإحداث تحول حقيقي في طريقة العمل الحكومية، وصولاً إلى حوكمة متكاملة تعلم كودة واحدة، مرنة وفعالة، وقادرة على التكيف مع متطلبات المستقبل، من خلال تعزيز الموكمة والتنسيق، وتكامل الأدوار، وتحقيق الأدوار والاهداف، وترسيخ تقافة الأداء والإنجاز القائم على النتائج.

وأكملت البليسي، بعدما تجاوزت (٤٠٠) ميدالية مختلطة الأولى، وتحسب نتائج الدورة، فقد حققت مديرية تربية الجامعة الفوز باللقب بعد أن جمعت (١٩) ميدالية، منها (٦٥) ذهب و(٢٧) فضة و(٧) برونز، وتحصد فضية عمان بالمركز الثاني وبمجموع (١٥) ميدالية، منها (٩) ذهب و(٥) فضة و(٦) برونز، وأحرزت مراكز المركز الثالث بمجموع (٤٧) ميدالية منها (١٦) ذهب و(١٢) فضة و(١٩) برونز.

وتحصلت دورة الأداء المؤسسي المرسية على أبرز الفعاليات الرياضية تنظيمها وزارة التربية والتعليم والاتحاد الأردني للطباط والطالبات التي شكلت الدورة أول تظاهرة رياضية محلية يتم فيها توزيع أكبر عدد من الميداليات، بعدما تجاوزت (٤٠٠) ميدالية مختلطة الأولى.

وتسمم الدورة في اكتشاف المواهب الرياضية لدى الطلبة في المدارس ورفد الاتحادات المختلفة بالمهارات الرياضية الوعاء، حيث حظيت بمشاركة حوالي ٣ آلاف طالب وطالبة من المدارس مختلف مدربيات التربية والتعليم، وبحسب نتائج الدورة، فقد حققت مديرية تربية الجامعات الفوز باللقب بعد أن جمعت (١٩) ميدالية، منها (٦٥) ذهب و(٢٧) فضة و(٧) برونز، وتحصد فضية عمان بالمركز الثاني وبمجموع (١٥) ميدالية، منها (٩) ذهب و(٥) فضة و(٦) برونز، وأحرزت مراكز المركز الثالث بمجموع (٤٧) ميدالية منها (١٦) ذهب و(١٢) فضة و(١٩) برونز.

وتحظى هذه الدورة أيضاً بدعم واهتمام وزير التربية والتعليم الدكتور

عزمي محافظ، ومتباينة بين عام الوزارة ورئيس الاتحاد الأردني للرياضة

المدرسية الدكتور نواف العمارنة، وذلك في إطار حرص وزارة التربية والاتحاد المدرسي على تفعيل النشاط الرياضي المدرسي، واعتباره جزءاً

أساسياً من العملية التعليمية المتكاملة، وبما يتحقق الفرق بين المدارس

العايدة وصنفها، وتعزيز روح الائتمان وال التواصل بين المدارس، في أجواء

تنافسية إيجابية تسمى في إعداد جيل صحي وواع قادر على تطبيق الوطن بأفضل صورة.

وقد قام بتتويج الفائزين خلال منافسات اليوم، الخميس، نائب رئيس

الاتحاد المدرسي بالرويكات، وأمين صندوق الاتحاد المدرسي نبيل القيم،

ورئيس قسم الرياضة عبد الرحمن شتيوي.

وتحظى هذه الدورة أيضاً بدعم واهتمام وزير التربية والتعليم الدكتور

عزمي محافظ، ومتباينة بين عام الوزارة ورئيس الاتحاد الأردني للرياضة

المدرسية الدكتور نواف العمارنة، وذلك في إطار حرص وزارة التربية والاتحاد المدرسي على تفعيل النشاط الرياضي المدرسي، واعتباره جزءاً

أساسياً من العملية التعليمية المتكاملة، وبما يتحقق الفرق بين المدارس

العايدة وصنفها، وتعزيز روح الائتمان وال التواصل بين المدارس، في أجواء

تنافسية إيجابية تسمى في إعداد جيل صحي وواع قادر على تطبيق الوطن بأفضل صورة.

ويؤكد مختصون في الشأن الصحي، أن الصيام المعتدل يسهم في تحسين

العديد من المؤشرات الصحية، أبرزها تناول مستويات السكر في الدم، وخفض

الكوليستيرول الضار، وتعزيز صحة القلب والأوعية الدموية، إضافة إلى من

الجهاز الهضمي فترة راحة تساعد على تحسين أدائه، والمساهمة في الحفاظ على الوزن وتقوية المناعة.

ويوجه الأطباء على أهمية استشارة الطبيب قبل الصيام لذوى الأمراض

المزمنة، بيد تقييم حالتهم الصحية وتعديل جرعات الأدوية أو توقيتها بما

يضمن صياماً آمناً دون مصاعقات صحية.

ويبيت الصيام، وفق اختصاصي، فرصة صحية متكاملة إذا ما اقترب

بالوعي الغذائي، والالتزام الطبي، والسلوك الصحي السليم، ليحقق فوائد

البدنية والتغذوية على حد سواء.

وفي هذا السياق، قال الدكتور الطبيب خالد زايد العلوانة، إن الصيام عند

إدارته بطريقة صحيحة، يعزز صحة الجسم ويساعد في الوقاية من أمراض

الطفيلية، خاصة لدى الأشخاص الذين يعانون من أمراض مزمنة كالسكري

وارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب.

بدوره، أوضح الطبيب محمد خليل زهران، أن اتباع نظام غذائي متوازن

خلال الصيام يسهم في المقاومة للطاقة والنشاط البدني، داعياً إلى الاتكال

من شرب السوائل بين الإفطار والسعور، وتناول الأطعمة الغنية بالفيتامينات

والمعادن، لتجنب حالات الإرهاق والجفاف.

كما أكدت الصيدلانية الدكتورة فرات محمد أبو فرج، أن حسن اختيار

الأغذية خلال الصيام يلعب دوراً محوريّاً في دعم الصحة العامة ونقاومية الجهاز

المناعي، مشيرة إلى ضرورة الالتزام بمواعيد الأدوية والمكمالت الغذائية،

وعدم تناولها إلا تحت إشراف طبي، خاصة لمرضى الأمراض المزمنة.

العطاءات الحكومية تبحث تعديلات تعليمات

تصنيف المقاولين ومقدمي الخدمات الفنية

عمان

نظمت دائرة العطاءات الحكومية، ورشة عمل لمناقشة أهم التعديلات المقترنة على مسودة تعليمات تصنيف المقاولين وتعديلات تعليمات مقسمي الخدمات الفنية، بمشاركة تقييم المقاولين الأردنيين المهندسين عبد الله عوشة، وتقدير مقاولو الإنشاءات الأردنيين فؤاد الدوبي، وعد من المقاولين في وزارة الأشغال العامة والإسكان ونقابة المقاولين في القطاع الخاص.

وقال مدير عام دائرة العطاءات الحكومية المهندس محمود هاشم خليفات، إن اللقاء يأتي لمناقشة تعديلات تعليمات تصنيف المقاولين، والتي تشكل نقطة تحول في منظومة اصلاح المشتريات الحكومية، بينما ينبع من مقتراح التعديل جاء حرصاً على تطوير قطاع المقاولات الإنسانية والارتفاع به، وبعد مناقشة تعليمات المقاولات رقم (٨) لسنة ٢٠٢٢، وقانون مقاولو الإنشاءات، وقانون نقابة المقاولين الأردنيين، وقانون البناء.

وأضاف، أن التعديلات تتضمن إدخال معايير حديثة تتعلق بالخدمات والبناء الأردني، وتقديم معايير محدثة شركات المقاولات وتحفيزها على تطوير خدماتها، ورفع كفاءة شراء الأشغال والخدمات الفنية.

وأشار، أن تعديلات تعليمات ينبع من تحقيق أهداف الـ«استراتيجية للدائرة» المتعلقة بالاستدامة والبناء الأخضر، وتطوير معايير محدثة شركات المقاولات وتحفيزها على تطوير خدماتها، وفق معايير وضيقها، وتحسين قدرتها على تطوير القطاع العام.

وأشار، أن تعديلات تعليمات ينبع من تحقيق أهداف الـ«استراتيجية للدائرة» المتعلقة بالاستدامة والبناء الأخضر، وتطوير معايير محدثة شركات المقاولات وتحفيزها على تطوير خدماتها، وفق معايير وضيقها، وتحسين قدرتها على تطوير القطاع العام.

وأشار، أن تعديلات تعليمات ينبع من تحقيق أهداف الـ«استراتيجية للدائرة» المتعلقة بالاستدامة والبناء الأخضر، وتطوير معايير محدثة شركات المقاولات وتحفيزها على تطوير خدماتها، وفق معايير وضيقها، وتحسين قدرتها على تطوير القطاع العام.

وأشار، أن تعديلات تعليمات ينبع من تحقيق أهداف الـ«استراتيجية للدائرة» المتعلقة بالاستدامة والبناء الأخضر، وتطوير معايير محدثة شركات المقاولات وتحفيزها على تطوير خدماتها، وفق معايير وضيقها، وتحسين قدرتها على تطوير القطاع العام.

وأشار، أن تعديلات تعليمات ينبع من تحقيق أهداف الـ«استراتيجية للدائرة» المتعلقة بالاستدامة والبناء الأخضر، وتطوير معايير محدثة شركات المقاولات وتحفيزها على تطوير خدماتها، وفق معايير وضيقها، وتحسين قدرتها على تطوير القطاع العام.

وأشار، أن تعديلات تعليمات ينبع من تحقيق أهداف الـ«استراتيجية للدائرة» المتعلقة بالاستدامة والبناء الأخضر، وتطوير معايير محدثة شركات المقاولات وتحفيزها على تطوير خدماتها، وفق معايير وضيقها، وتحسين قدرتها على تطوير القطاع العام.

وأشار، أن تعديلات تعليمات ينبع من تحقيق أهداف الـ«استراتيجية للدائرة» المتعلقة بالاستدامة والبناء الأخضر، وتطوير معايير محدثة شركات المقاولات وتحفيزها على تطوير خدماتها، وفق معايير وضيقها، وتحسين قدرتها على تطوير القطاع العام.

وأشار، أن تعديلات تعليمات ينبع من تحقيق أهداف الـ«استراتيجية للدائرة» المتعلقة بالاستدامة والبناء الأخضر، وتطوير معايير محدثة شركات المقاولات وتحفيزها على تطوير خدماتها، وفق معايير وضيقها، وتحسين قدرتها على تطوير القطاع العام.

وأشار، أن تعديلات تعليمات ينبع من تحقيق أهداف الـ«استراتيجية للدائرة» المتعلقة بالاستدامة والبناء الأخضر، وتطوير معايير محدثة شركات المقاولات وتحفيزها على تطوير خدماتها، وفق معايير وضيقها، وتحسين قدرتها على تطوير القطاع العام.

وأشار، أن تعديلات تعليمات ينبع من تحقيق أهداف الـ«استراتيجية للدائرة» المتعلقة بالاستدامة والبناء الأخضر، وتطوير معايير محدثة شركات المقاولات وتحفيزها على تطوير خدماتها، وفق معايير وضيقها، وتحسين قدرتها على تطوير القطاع العام.

وأشار، أن تعديلات تعليمات ينبع من تحقيق أهداف الـ«استراتيجية للدائرة» المتعلقة بالاستدامة والبناء الأخضر، وتطوير معايير محدثة شركات المقاولات وتحفيزها على تطوير خدماتها، وفق معايير وضيقها، وتحسين قدرتها على تطوير القطاع العام.

وأشار، أن تعديلات تعليمات ينبع من تحقيق أهداف الـ«استراتيجية للدائرة» المتعلقة بالاستدامة والبناء الأخضر، وتطوير معايير محدثة شركات المقاولات وتحفيزها على تطوير خدماتها، وفق معايير وضيقها، وتحسين قدرتها على تطوير القطاع العام.

وأشار، أن تعديلات تعليمات ينبع من تحقيق أهداف الـ«استراتيجية للدائرة» المتعلقة بالاستدامة والبناء الأخضر، وتطوير معايير محدثة شركات المقاولات وتحفيزها على تطوير خدماتها، وفق معايير وضيقها، وتحسين قدرتها على

ما هو "المرض X" ولماذا يشعر الخبراء بالقلق من انتشاره؟

للقائق التي تظهر.
وقال روسو: عندما نواجه أزمة، فإننا
نوجه الوراء والطاعة والاهتمام إليها، وبعد
ذلك تبدأ تلك الأزمة في الانحسار، يقول إننا
ستنماك من عدم تكرار هذا الأمر مرة أخرى،
ولكن بعد ذلك، حتماً، فتحلى بمن حذرنا
قائماً.

وللحذر من الضرر الذي قد يسببه المرض X، يتبع على المسؤولين وصناع السياسات الاستمرار في التركيز على منع الوباء التالي. وقال الدكتور روسو، يحتاج المرء إلى مواصلة البحث والتعميل العلمي الحيوي والحفاظ على استمرار ذلك فيما يتعلق ببيولوجيا ما تسميه بالعامل التمودجية^١.

وقال ابن هذه العوامل النمذجية هي أي عوامل يتوقع العلماء أنها يمكن أن تسبب مرضًا وموت جماعي في المستقبل، مثلاً فعل كوفيد-١٩ عندما ظهر لأول مرة، وأضاف، “يقدر معظم الناس، الآن أن

وتحتاج إلى مراجعة وتحديث. ومن بين ذلك هناك احتمالاً لوقوع جائحة أخرى، ولكن ليس هناك الكثير مما يمكنهم فعله حال ذلك.

ومع ذلك، قد يكون من مصلحة الفرد محاولة تحسين صحته حتى يكون مستعداً

قد يضر الامكان عندما يضرر الوجه الثاني، من خلال ممارسة الرياضة والجهاز على وزن صحي والتخلص من أي عادات نمطية تجعلك أكثر عرضة للإصابة بالأمراض، مثل التدخين.

بالإضافة إلى ذلك، يجب على الناس مراقبة الأخبار والاستماع إلى التصريحات القادمة من السلطات الصحية ذات السمعة الطيبة.



المرض X. ولا يمكننا إجراء أي تجربة مدرسية حول مدى فتكه".
عامي ٢٠٢١ و ٢٠٢٠ قبل توزيع اللقاحات قد "كوفيد" على نطاق واسع، فمن الأهمية يمكن أن ينقل متقطنان للأمراض المنوية ولكن بالنظر إلى ما شهد العالم في

من الناس يعتقدون أنه يمكن أن يكون فيروس SARS-CoV-2، الذي يسبب مرض "كورونا"-٢٠١٩ - أو سلالة جديدة من

ماذا يحدث عند الإقلاع عن الكافيين؟



**اللَّعَابُ الَّذِي تَنْتَجُهُ وَالَّذِي
يَحْمِي أَسْنَانَنَا عَادَةً مِنَ التَّلَفِ.
الذهاب إلى المرحاض
بشكل أقل**

**يُؤثِرُ الْكَافِيْبِينَ عَلَى
الْعَصَلَاتِ الْمُلْسَاءِ فِي الْأَمْعَاءِ،
وَخَاصَّةً فِي الْقَوْلُونِ، مَا يَوْدِي
إِلَى النَّفْيَاضِهَا وَتَحْفِيزِ الرَّغْبَةِ
فِي التَّبَرِزِ. وَيُمْكِنُ لِلْكَافِيْنِ أَيْضًا
أَنْ يَغْيِرُ قَوْامَ الْبَرَازِ خَاصَّةً إِذَا
كَنْتَ تَشْرِبُهُ كَثِيرًا، لَأَنَّهُ يُؤثِرُ**

على انتصارات الماء.

وإذا كنت تفكّر جدياً في إزالة الكافيين من نظامك الغذائي، هنا أفضل طريقة للقيام بذلك هي تدريجياً.

التقرير من أعداد آدم تايلور، أستاذ ومدير مركز تعلم التسريح السريري، جامعة لانكستر.

المريء، مما يؤدي إلى حرق المعدة وعسر الهضم.
وقد يؤدي الإفلاع على الكاهيين أيضاً إلى خفض ضغط الدم وتقليل معدن ضربات القلب، على الرغم من أن دراسات أخرى أظهرت تغيير طفيفاً.
ويبدو أيضاً أن هناك مكوناً وراثياً لتحمل الكاهيين والتمثيل الغذائي. وقد يعترض هذا أن بعض الأشخاص يتذمرون بالكافيين أكثر من غيرهم، على الرغم من أن هناك حاجة إلى مزيد من التحقيق في هذا.

وفيما يلي بعض النصائح التي يمكن اتباعها لتجنب الآثار السلبية للكافيين:

- الابتعاد عن الكافيين قبل النوم ببعض الوقت.
- تناول الكافيين بكميات معتدلة، لا أكثر.
- الابتعاد عن الكافيين إذا كنت تعاني من اضطرابات في المعدة.
- شرب الماء بكميات كافية لتجنب خفض ضغط الدم.

وذلك لأن الكافيين يوخر اضلاق الميلاتونين (الهرمون الذي يجعلنا نتعصب) لمدة ٤٠ دقيقة.

صحة القلب والأوعية الدموية

قد يعالج تقليل الكافيين أو التخلص منه حرقة المعدة وعسر الهضم، حيث يحفز الكافيين إفراز الحمض في المعدة ويضعف العضلة العاصرة للمريء، التي تحكم إرتفاع محتويات المعدة إلى

ابتسامة أكثر إشراقا قد يحسن التوقف عن الكافيين بياض أسنانك، ليس بسبب الكافيين مباشرة، ولكن لأن الشاي والقهوة يحتويان على مركبات تصيب الأسنان. ويمكن أن يسبب السكر الموجود في مشروبات الطاقة أيضا خسراً لأسنانك.

وتشير الأدلة أيضا إلى أن المشروبات التي تحتوي على الكافيين قد تقلل من كمية

يختص جسم الإنسان مادة الكافيين بسرعة وتصل إلى ذروة تأثيرها خلال ساعتين، على الرغم من أن خروجها من الجسم قد يستغرق نحو تسعة ساعات.

ويتميز الكاهفين بأنه قابل للذوبان في الماء والدهون، لذلك فهو يدخل إلى جميع أنسجة الجسم، مما يفسر تأثير الكاهفين على العديد من أجزاء الجسم المختلفة.

ويفضل لا يستهلك بالبالغون أكثر من ٤٠٠ ملجم من الكاهفين يومياً (حوالي أربعة فناجين من القهوة)، خاصة أن استهلاك كمية أكبر قد يؤدي إلى ارتعاش العضلات والغثيان والصداع وخفقان القلب وحتى الموت (في الحالات القصوى).

وإذا كنت تفكّر في التخلّي

عن الكافيين وتحسّن عن
الفوائد التي قد يقدّمها، فإذاً
ما يقوله البحث،

ويرتبط الكاهيين
بمستقبل في الدماغ يستخدمه
الأدينوزين. ويؤدي ارتباطه
بهذه المستقبلات إلى تأخير
ظهور التعب في الجسم. ولكن
مع مرور الوقت، تنتج خلايا
الدماغ المزيد من مستقبلات
الأدينوزين لتمكن الارتباط
الطبيعي للأدينوزين.

ذلك، عندما توقف عن تناول الكافيين، تكون هناك مستقبلات الأدينوزين الزائدة التي يجب الارتباط بها. وهذا يسمح للتعب والإرهاق بالظهور كالعتاد، حيث يشعر الشخص بالتتعب أكثر من ذي قبل. وبحدث الصداع نتيجة

ما الذي يحدث لعقلك عند تصفح وسائل التواصل الاجتماعي بعد الاستيقاظ مباشرة؟



وغالباً ما يرتبط الدوياً من، أو ما يسمى بهمون السعادة، باشتملة مثل الجنس أو تناول الطعام، ويمكن أن يصبح مسبباً للألم، والشعور المتع هو شيء نشعر به عندما يحب الأشخاص منشراً علينا وسائل التواصل الاجتماعي. في حين أن الدوياً يمكن أن يجعلنا نشعر بمزيد من الإيجابية، عندما تختلط مستويات الدوياً من الأساسية لديك أو ترتفع كثيراً، فقد تتأثر صحتك المентالية نتيجة لذلك، لأنها مرتبطة بحالات مثل الاكتئاب.

وبدلاً من ذلك، تقول إميلي إن أول شيء تقوم به هو "التوكييدات الصباحية" (وهي اقتباسات أو عبارات سواء قصيرة أو طويلة تقولها أو تقرأها أو تذكر فيها لفظ نفسك وعلقك في حالة ماضية جيدة وإيجابية) لزيادة "نشاط موجة ديتا وأفلا الدماغية". مشيرة إلى أن ذلك يزيد من "قدرتنا على التعلم وتذكر الأشياء".

وواصلت إميلي مشاركة الخطوات الأخرى من روتينها الصباحي، والتي تشمل التمارين الرياضية، حيث قالت، "التمرين الصباحي هو الشفاف. تزيد التمارين الرياضية من الدوياً من والتوازن بين الانتدراكانيونودات، بحيث تحصل على الطاقة والتركيز والتحفيز وتعزيز المزاج 积极的 يومك".

مشيرة، "تعمل التمارين الرياضية أيضاً على تعزيز تدفق الدم والأكسجين إلى الدماغ، لهذا هي أفضل طريقة لاستيقاظك".

وقالت، "انا أيضاً أدخل ضوء الشمس إلى عيني كل صباح للتنظيم إيقاع الساعة البيولوجية (ساعة الجسم)، إذا كان الجو فاتحاً في الخارج فسأقوم بال العلاج بالضوء الأحمر".

وتنتمي الخطوة الأخيرة في روتينها اليومي إلى التأمل، وتقول إميلي، "تحتوي التأمل على قائمة واسعة من الفوائد الصحية بالإضافة إلى تحسين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وتحفيز هذه المداخل".

أصبحت الهواتف الذكية جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليوم تدرجنا أنا نفتحها مباشرة عندما نستيقظ من النوم.

وعلى الرغم من أن هذا قد يبدو أمراً مطبيعاً ولا شرر فيه، إلا أن هذه الممارسة ليست جيدة للعقل. وهذا لعلة أقصاب، والتي أوضحت بالضبط ما يحدث عقلياً عندما تتصفح وسائل التواصل الاجتماعي أول شيء في الصباح.

وشرحـت إميلي ماكدونالد، التي تدرس الدماغ السنوات وتعمل حالياً على الحصول على درجة الدكتوراه في علم الأقصاب، الضرر الناجم عن تصفح وسائل التواصل الاجتماعي أول شيء في الصباح في مقطع فيديو على "تيك توك" انتشر بشكل واسع وحصل أكثر من مليون مشاهدة.

وفي البداية، شاركت هالة الأقصاب معلومات مفيدة حول الأنواع المختلفة من موجات الدماغ، دلت، ديتا، وأفلا، وبينها وغاماً.

وذلك هي "أبطأ موجات الدماغ" المرتبطة بالنوم العميق، بينما تظهر ديتا في "الأحلام السفار والبالغين في حالة نعاس". وترتبط أفلا بالاسترخاء الجسدي والعقلي، وتحدد موجات الدماغ ديتا في شكل وهي أكثر يقظة وانتباها، بينما تظهر موجات غاماً إدراكنا عالياً. وتعكس العملية المعرفية وحل المشكلات والتعلم.

وأوضحت إميلي، عبر حسابها الشهير على يحمل اسم emonthebrain@، "أول شيء يجب أن تعرفه هو أنه عندما نستيقظ في الصباح، تنتقل موجات ديتا من دلتا وديتا، وأنها تم الباقي عندما تكون أكثر استيقاظاً وانتباها".

ووفقاً للعلم، ينتقل دماتكت عبر كل نوع من هذه الأنواع من موجات الدماغ قبل الوصول إلى ديتا، لكن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي يتحفيز هذه المداخل.

ونقول ايملي، "إذا قمت بفحص هاتفك أول شيء في الصباح، هاتك تنتسب في انتقال عقلك مباشرة إلى موجات بيتك عالية وتبين نفسك تزيد من التوتر طوال يقظة يومك".
وهناك مشكلات أخرى أيضاً توضحها عائلة الأعصاب، "إن التحقق من وسائل التواصل الاجتماعي أول شيء في الصباح يؤدي أيضاً إلى زيادة الدوبامين وتقليل مستويات الدوبامين الأساسية لديك، ما يجعلك تستمر في المرغبة في التتحقق من وسائل التواصل الاجتماعي طوال يقظة يومك".

زيادة في الوزن وشعور بالبرد مؤشرات على "المرض الخفي"



تعتبر زيادة الوزن والشعور بالبرد طول فترة فصل الشتاء أمراً لا يضر منه. لكن الخبراء يقولون إن هذه قد تكون علامات على وجود ما يسمى بـ "حالة مرضية غير مرئية".

فوجود هذه الأعراض متزامنة مع حالة من الاكتئاب والتعب يمكن أن تكون إشارة لوجود قصور الغدة الدرقية حيث لا تنتج ما يكفي من الهرمونات.

وقال متخصص باسم هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية، "أعراض قصور الغدة الدرقية غالباً ما تكون مشابهة لأعراض الحالات الأخرى، وعادةً ما تتطور ببطء، لذلك قد لا تلاحظها سنوات".

يبدون علاجاً، يمكن أن تزيد الحالة من خطورة الاصابة بأمراض القلب لأن انخفاض مستويات هرمون الغدة الدرقية يمكن أن يزيد من مستويات الكوليستيرول في الدم.

ويمكن أن يؤدي قصور الغدة الدرقية أيضاً إلى تضخمها.

واذا تركت دون علاج أثناء العمل، يمكن أن تزيد من خطورة الاصابة بتنفس العمل وفتر الدم الذي ادى الى الالام والوالدة المبكرة.

والطريقة الدقيقة الوحيدة لعرفة ما إذا كنت تعاني من مشكلة في الغدة الدرقية هي اجراء فحص دم يفحص مستويات الهرمون.

تشمل أعراض قصور الغدة الدرقية أيضاً، امساك، بطيء الحركات.

الام في العضلات، الجلد الجاف،

الآلام وتتميل واحسنان بالوخز في اليد والأصابع.

دراسة.. عواقب غير متوقعة على الأطفال للتدخين الإلكتروني أثناء الحمل!



أظهرت دراسة جديدة أن استخدام السجائر الإلكترونية أو لصقات التيكوتين أثناء الحمل لا يرتبط بارتفاع الحمل الشفائي أو تناول الحمل السينية.

ويقول الباحثون في جامعة كوبن هاري في لندن إنه يتبين التوصية باستخدام منتجات استبدال التيكوتين للأمهات المولدة اللاتي يدخن عادة.

واعتمد الفريق بيانات من أكثر من 1100 مدخنة حامل في 22 مستشفى في إنجلترا وخدمة واحدة للإقلاع عن التدخين في إسكندرية لمقارنة تناول الحمل.

وخلصت الدراسة، التي نشرت في مجلة Addiction، إلى أن الاستخدام المنتظم للعلاج بديل التيكوتين (NRT) أثناء الحمل لا يضر بالأم أو الطفل.

وما يقرب نصف المشاركون (٦٧٪) استخدمو

السجائر الإلكترونية وما يزيد قليلاً عن الخامس (٢١٪) استخدمو لصقات التيكوتين.

حتى آئم وجدوا أن السجائر الإلكترونية تقلل من التهابات الجهاز التنفسى، ربما لأن مكوناتها الرئيسية لها تأثيرات مضادة للميكروبات.

وقال الباحث الرئيسي لها تأثيرات مضادة للميكروبات، هاروكى، "تساهم التجربة في الإجابة على سؤالين مهمين، أحدهما عمل والآخر يتعلق بهمماً خطأ التدخين". ساعدت السجائر

الإلكترونية المدخنات المولدة على الإقلاع عن التدخين دون تشكيل أي مظاهر يمكن اكتشافها على الحمل مقارنة بالتوقف عن التدخين دون استخدام المزيد من التيكوتين، إن استخدام الوسائل التي تحتوي على التيكوتين للإقلاع عن التدخين أثناء الحمل يبدو آمناً. ويبدو أن الآخرين التي تتحقق بالفعل من التدخين، في أواخر الحمل على الأقل، ترجع إلى المواد الكيميائية الأخرى الموجودة في دخان التبغ وليس التيكوتين".

وقام الفريق بقياس مستويات التيكوتين في الدم عند بداية الحمل وفي نهايته، وجمع معلومات حول استخدام كل مشاركة للسجائر أو نوع العلاج بديل التيكوتين.

كما تم تسجيل أي أمراض تنفسية، والوزن عند الولادة، وشيكلها من البيانات الخاصة

بأطفالهم عند الولادة.

وقات الباحثة المشاركة البروفيسورليندا

بول، من جامعة أديبيرة، "الأطباء والنساء

الحمل وأسرهن لديهم أسئلة حول سلامة

استخدام العلاج بديل التيكوتين في شبان

الاقلاع عن التدخين أثناء الحمل".

والنساء اللاتي يدخنون ويستخدمن أيضاً أحد

منتجات استبدال التيكوتين أثناء الحمل، يمكن

أثناء الحمل مشكلة سحرية عامه هائلاً، ويمكن

أثناء الحمل".

موسم نزلات البرد أنظمة تخفف من "انسداد الأنف"



في موسم نزلات البرد تعتبر مشكلة انسداد الأنف شائعة ومحبطة لكن من الممكن التغلب عليها بوسائل بعض العلاجات المنزلية.

فإما يأتي بعض الأدوية التي تسهم في التخفيف من حدة المشكلة.

الأذاناس

واحد من أفضل المصادر الطبيعية لفيتامين س، ولكن احتذر من وجود المسكر المضاف في حال لجأت إلى تناول الأذاناس العلبة لأنه يساهم في تفاقم الحالة الالتهابية.

الثوم

الثوم مضاد للالتهابات والميكروبات، مما يساعد على استهداف السبب الجرثوي لانسداد الأنف.

العسل

بالإضافة إلى كونه محللاً طبيعياً لثديها، فالعسل يعتبر علاجاً طبيعياً شائعاً منذ آلاف السنين يفضل خصائصه المضادة للأكسدة والالتهابات والفيروسات والميكروبات، بالإضافة إلى ذلك، فهو يحتوى على حمض الساليسيليك الذي يخفف الاحتقان.

الزنجبيل

يمكن أن يساعد فتح الزنجبيل في الماء الساخن على تنظيف الجيوب الأنفية وتحذف التهاب الحلق، يحتوى الزنجبيل على نسبة عالية من مضادات الهيستامين، والتي يمكن أن تكون مفيدة بشكل كبير إذا كان انسداد الأنف مرتبطة بالحساسية.

القليل الحار

الدراسات أظهرت أن الكابيسين (المركب المشتمل في القليل الحار) يوفر تحفيزاً سريعاً وفعلاً لأعراض انسداد الأنف.

الكتف المتجمدة واليد المخلبية.. دليل قوي على مرض "خطير"



أظهرت دراسة جديدة أن ارتفاع نسبة السكر في الدم دون علاج يمكن أن يسبب مشكلة مثل الكتف المتجمدة، ومتلازمة النفق الرسفي المؤلمة في المعصم، ومرض دوبوبيتون، المعروف أيضاً باسم "اليد المخلبية".

ولطالما ارتبط ارتفاع نسبة السكر في الدم، بمشاكل في الساقين والقدمين، مما يسبب في بعض الأحيان تقرحات مؤلمة يمكن أن تؤدي إلى بنثر الأطهار.

الدراسة التي أجراها علماء في جامعة إكستر هي الأولى التي تقدم دليلاً على أن هذه المشاكل تاجة بشكل مباشر عن ارتفاع نسبة السكرية في الدم.

قام الباحثون بتحليل البيانات الجينية من 370 ألف مشارك في الدراسة.

ووجدوا أدلة قوية على أن أولئك الذين لديهم فرصة أكبر للإصابة بارتفاع نسبة السكر في الدم غير المضطرب، والمعرف باسم فرط سكر الدم، كانوا أكثر عرضة للإصابة بمشاكل في الأطراف العلوية.

وتشير الدراسة إلى أنه مع مرور الوقت، يؤدي ارتفاع السكر في الدم إلى زيادة مستويات مادة في الجسم تسمى AGES، والتي تتشكل عندما تختلط البروتينات والدهون والجنسون التلوي مع السكريات في مجرى الدم.

من المعتقد أن تراكم AGES - الموجود في أبيض الأنسجة المصابين بداء دوبوبيتون وفي أكتاف الأشخاص الذين يعانون من الكتف المتجمدة، هو ما يسبب تلف وسمكة الألياف والقماش والأنسجة الضامنة التي تسبب المشاكل.

ويقول قائد البحث، الدكتور هاري جرين من كلية الطب بجامعة إكستر، "توضح دراستنا باستمرار أن ارتفاع نسبة السكر في الدم على المدى الطويل يسبب هذه الحالات في الأطراف العلوية، يمكننا الآن تصنيفها على أنها مضاعفات مرض السكري".

انتخاب محمد البستنجي رئيساً لهيئة مستثمري المناطق الحرة الأردنية

الصناعي بالتزكية، بما يضمن تمثيل القطاع الصناعي داخل المجلس الجديد إلى جانب القطاع التجاري.

وأكَد البستنجي في تصريح عقب الاجتماع، أن المرحلة المقبلة ستقوم على العمل بروح الفريق الواحد، وتعزيز الدور المؤسسي للهيئة بما يخدم مصالح المستثمرين في المناطق الحرة، مشدداً على أن المجلس سيباشر فوراً بمتابعة الملفات ذات الأولوية، وفي مقدمتها تطوير البيئة الاستثمارية وتعزيز الشراكة مع الجهات الحكومية ذات العلاقة.

وأضاف، أن وحدة الصُّف والتَّوافُق الذي شهدَه الاجتماع الأول، يعكسان إدراك الجميع لحجم المسؤولية، مؤكداً أن الهيئة ستبقى بيتاً جاماً لجميع المستثمرين، وأن المجلس سيعمل على ترسِّخ الشفافية والانفتاح والاستماع إلى مختلف الآراء، بما ينعكس إيجاباً على أداء الهيئة ودورها في دعم الاقتصاد الوطني.

عقد مجلس إدارة هيئة مستثمرى المناطق حرة الأردنية، اجتماعه الأول عقب الانتخابات التي شهدت مشاركة واسعة تجاوزت نسبتها ٨٥ بالمائة.

وخلال الاجتماع، تم التوافق بالإجماع على انتخاب محمد البستنجي رئيساً لمجلس الإدارة، عامر الجيوسي نائباً للرئيس، وجihad أبو ناصر أميناً للسر، وأسعد عابدين أميناً للصندوق، ولويد أبو عيد نائباً لأمين السر، وهيثم قطيشات أميناً لأمين الصندوق.

وكانت الانتخابات، قد أسفرت عن فوز ثلاثة الوفاق بستة مقاعد، ضمت النائب محمد بستنجي، عامر الجيوسي، وجihad أبو ناصر، ولويد أبو عيد، ومحمد الجبيطان، وسلامة جباري، فيما فازت كلة المستقبل بمقعدتين هما سرف الدين الرفاعي وهيثم قطيشات، إضافة إلى فوز أسعد عابدين وهشام الحميد عن المقعد

تحقق صافي زيادة عن كلفتها بحوالي 290 مليون دينار المحفظة العقارية في صندوق استثمار أموال الضمان

الأراضي والعقارات ضمن السياسة الاستثمارية

المعتمدة لتنويع الأصول وتعزيز المحفظة العقارية، ووفق إجراءات مؤسسية واضحة تتضمن تقييمات مستقلة من مقيمين معتمدين، ومراحل مراجعة واتخاذ قرار متعددة المستويات حسب الصالحيات النافية، بما يضمن سلامة القرار الاستثماري واتساقه مع أهداف الصندوق طويلة الأجل». كما أكد أن أصول المحفظة العقارية تخضع لتقييمات دورية مستقلة وفق الأطر والمعايير المحاسبية المعتمدة، وبين تسجيل أي تغيرات في القيمة ضمن القوائم المالية وفقاً لتلك المعايير، بما في ذلك الأرباح أو الخسائر الدفترية الناتجة عن تقلبات السوق، دون أن يعني ذلك تحقق خسائر فعلية إلا عند التصرف بالأصل. وبين الصندوق أن قرارات تطوير الأراضي أو استثمارها تتحذّل بناءً على دراسات جدوى اقتصادية تأخذ بعين الاعتبار دورة السوق العقاري، وكفة التطوير، ومعايير العائد والمخاطر والاستدامة، بما يحقق أفضل عائد ممكن لأموال المؤمن عليهم، ولا تُبني هذه القرارات على عامل الزمن وحده وإنما على اعتبارات استثمارية مدروسة.

وكان أعلن الصندوق في مطلع العام الحالي عن نتائج أداء استثنائية تتمثل بتحقيق نمو قياسي في موجوداته بقيمة ٢,٤ مليار دينار، لتصل إلى ١٨,٦ مليار دينار مقارنة مع ١٦,٢ مليار دينار في بداية العام الماضي، وبinsi نسبة نمو بلغت ١٥٪، كما ارتفع الدخل الشامل إلى حوالي ٢,٢ مليار دينار نهاية عام ٢٠٢٥، مقارنة مع نحو مليار دينار نهاية عام ٢٠٢٤، وبinsi نسبة نمو تقارب ١١٨٪، ما يعكس ممتازة المركز المالي للصندوق وكفاءة إدارته لمحافظة الاستثمارية المختلفة.

وتتابع "كما تتم عمليات شراء باقي قطع أكـ صندوق استثمار أموال الضمان الاجتماعي، التزامه الدائم بمبادئ الشفافية والإفصاح المؤسسي، وحرصه على وضع علومات المتعلقة باستثماراته ضمن سياقها الزمني والاستثماري الصحيح، وذلك في ضوء ما ثـير أخيراً على موقع التواصل الاجتماعي بشان عمليات شراء أراضٍ جرت في أعوام سابقة.

وقال الصندوق في بيان صحفي إن تناول استثمارات يُؤخذ ضمن سياقها الزمني الاقتصادي، وبما يعكس طبيعة الاستثمار لـأجل الذي يتبعه صندوق استثمار أموال ضمان الاجتماعي. وأوضح "تبلغ قيمة المحفظة عقارية للصندوق كما في نهاية عام ٢٠٢٥ حوالي ١,٣ مليار أصول الصندوق، وـقد حققت المحفظة عقارية صافي زيادة عن كلفتها التاريخية بـ٩٠ مليون دينار، وذلك استناداً إلى قوائم المالية الأولية كما في نهاية عام ٢٠٢٥. مما يعكس ممتازة هذا القطاع الاستثماري ضمن حفظة الصندوق الكلية.

وأكـ الصندوق أنه يقود دورياً بالإفصاح عن بياناته المالية ونتائج محافظه الاستثمارية، بما في ذلك المحفظة العقارية، وكان قد أصدر في عام ٢٠١٧ بياناً رسماً تفصيلياً لتناول هيئات شراء حدى قطع الأرضي ضمن حوض السكة الغربي / الغربية الطيني التي تم شراؤها عام ٢٠٠٧، مبيناً أن عملية الشراء تمت وفق الإجراءات والصلاحيات النافية في حينه، ووفق التوجهات الاستثمارية الأسعـار السائدة آنذاك، كما خضعت للمراجعة قبل الجهات الرقابية المختصة، ومنها هيئة نزاهة ومحاربة الفساد.

غرفة صناعة الأردن

التي زودت الغرفة ببيانات والمعلومات المحدثة

أطلقت غرفة صناعة الأردن تقريراً متخصصاً عنوان "المدن الصناعية الأردنية" ضمن خدمة بوصلة الاستثمار الصناعي، في إطار تطوير منظومة معلومات دقيقة تمكن المستثمرين الصناعيين من اتخاذ قرارات مدروسة عند اختيار موقع مشاريعهم.

ويتضمن التقرير كذلك استعراض البنية التحتية والخدمات اللوجستية المتاحة، من كهرباء ومياه وطرق وخدمات مساندة، إضافة إلى الموقع الجغرافي لكل مدينة صناعية وأثره في تقليل كلف النقل وتعزيز القدرة التنافسية للمشاريع الصناعية.

وأكملت الغرفة أن التقرير يهدف إلى تمكن المستثمر من مقارنة البديل المتأهلة وأختيار البيئة الاستثمارية الأنسب لطبيعة نشاطه الصناعي، استناداً إلى بيانات واضحة ومحدثة تعزز جودة القرار الاستثماري وتهدى من

سعر الحديد يواصل التراجع ووسط مخاوف تخمة المعروض

إلى جانب تباطؤ الطلب في الصين - على الأسعار،
إذ انخفض خام الحديد بنحو ٧ بالمائة منذ بداية العام، وانخفض عقد خام الحديد الأكثر تداولاً
تسليم أيار في بورصة دalian الصينية للسلع
بنسبة ١,٥١ بالمائة ليصل إلى ٧٥٢,٥ يوان للطن
المترى، أي ما يعادل ١٠٨,٩٧ دولار، ليصل إجمالي
خسائره الأسبوعية إلى ١,٦٣ بالمائة. كما تراجعت
عقود خام الحديد المستقبلية بنسبة ١,٧ بالمائة
إلى ٩٧,٩٠ دولار للطن في سنتاغفورة عند الساعة
١٢:٥٥ ظهراً بالتوقيت المحلي. وكانت الأسعار
تنتج لتسجيل خامس خسارة أسبوعية، وهي
أطها، سلسلة تième من حيث ارتفاعها.

إطلاق 6 معايير مهنية جديدة لتطوير قطاع المهارات والصناعات الجلدية

عمان
أطلقت غرفة صناعة الأردن، بالتعاون مع مؤسسة التمويل الدولية (IFC) عضو مجموعة البنك الدولي، وزارة الصناعة والتجارة والتموين، وهيئة الاعتماد وضمان الجودة، بتمويل من الحكومة الهولندية، ٦ معايير ومناهج مهنية جديدة ضمن مشروع تطوير قطاع المحikات والصناعات الجلدية.

وقال عضو مجلس إدارة الغرفة وممثل القطاع، المهندس إيهاب القادري، إن المشروع الذي ينفذ بالشراكة بين الغرفة ومؤسسة التمويل الدولية وبدعم من الحكومة الهولندية وبالتعاون مع الجهات الوطنية المعنية: يشكل ركيزة مهمة لتحويل الأردن إلى مركز صناعي إقليمي قائم على الصادرات ذات النمو المرتفع والقيمة المضافة، إلى جانب دوره في تحفيز

الاستثمارات المحلية والأجنبية.
وأكَدَ أن إطْلاقَ المَناهِجِ التَّدْرِيُّبِيَّةِ
الجديدة لِتَشْعُلُ وظائفَ خِيَاطِ مُتَعَدِّدِ
المَهَارَاتِ، وَمَرَاقِبُ جُودَةِ مُحَكَّمَاتِ
وَجَلْدِيَّاتِ، وَمُشرِفُ إِنْتَاجِ، وَفَنِيُّ كَادِرِ،
وَعَامِلُ قَصِّ الْأَقْفَشَةِ أَوِ الْجَلْدُونِ، وَفَنِيُّ
تَخْطِيطِ وَضَبْطِ الإِنْتَاجِ؛ يَمْثُلُ استِثْمَارًا
اسْتَرَاتِيجِيًّا فِي رَأْسِ الْمَالِ الْبَشَرِيِّ الْأَرْدَنِيِّ،
وَيُسَاعِدُ فِي رَدِّ الْفَجُوهَ الْمَهَارِيَّةِ مِنْ خَالِلِ
مَوَاعِدِ التَّدْرِيُّبِ مَعَ احْتِيَاجَاتِ سُوقِ الْعَمَلِ،
بِمَا يَعْزِزُ جَاذِبَيَّةِ قَطَاعِ الْمُحَكَّمَاتِ لِلشَّابِّينِ
وَيُدْعِمُ تَحْقِيقَ مُسْتَهْدِفَاتِ النَّفْوِ وَالْتَّشْغِيلِ.
مِنْ جَهَتِهِ، قَالَ مُدِيرُ التَّنْبِيَّةِ الصَّنْاعِيَّةِ
في وزَارَةِ الصَّنْاعَةِ وَالتجَارَةِ وَالْمُتَموِّعِينِ،
الْمُهَنْدِسِ رَاميِّ حَمَاد، إِنَّ الإِعْلَانَ عَنِ إطْلاقِ
سَسْتَةِ مَعايِيرِ مهَنِيَّةِ جَدِيدَةِ في قَطَاعِ الْأَبْيَسَةِ
وَالْمُحَكَّمَاتِ، يَجْسُدُ الالتزامِ الْوَطَنِيِّ بِتَنْفِيذِ
مُسْتَهْدِفَاتِ رَؤْيَا التَّحْدِيثِ الْاِقْتَصَادِيِّ
وَوَثِيقَةِ السِّيَاسَةِ الصَّنْاعِيَّةِ، الَّتِي حَدَّدَتِ
الْقَطَاعَ الصَّنْاعِيَّ كَمُهَرِّكِ رَئِيْسيِّ للنَّفْوِ
الْاِقْتَصَادِيِّ وَزِيادةِ الصَّادِرَاتِ وَخَلْقِ فَرَصٍ

وتعزيز القيمة المضافة المحلية.
وأوضح أن الخطوة تنسجم مع أولويات الوزارة الرامية إلى تعزيز قدرات القطاع الصناعي ورفع تنافسيته في الأسواق المحلية والدولية، من خلال خفض الكلف، وتحسين جودة المنتجات، وتعزيز سلسلة القيمة، إلى جانب التركيز على تنمية رأس المال البشري وتطوير المهارات المهنية المتخصصة.
وأكَّدَ أنَّ المعايير المهنية الجديدة ستsemِّ في رفع كفاءة العاملين وتحسين جودة الإنتاج وتعزيز قدرة القطاع على التوسيع والوصول إلى أسواق جديدة، بما يدعم مكانة الأردن كمركز إقليمي لصناعة الألبسة والمحليات.
وأكَّدَ مساعي رئيس هيئة الاعتماد وضمان الجودة، الدكتور يوسف العبداللات، أنَّ عدد مجالس المهارات القطاعية المتخصصة في الأردن، ارتفع بجهود تكاملية شاركت فيها القطاعات الصناعية والتجارية والخدمية والزراعية.

وزير النقل يشارك بمؤتمر وزراء النقل في دول منظمة التعاون الإسلامي



شارك وزير النقل الدكتور نضال القطاوين في أعمال الدورة الثانية مؤتمر وزراء النقل في دول منظمة التعاون الإسلامي في مدينة إسطنبول التركية، بمشاركة عدد من وزراء النقل وكبار المسؤولين وممثلي الهيئات المعنية في الدول الأعضاء.

وأكمل القطايني، أهمية تعزيز الربط الإقليمي بين الدول الأعضاء، وتطوير الممرات الاقتصادية وسلالس الإمداد بما يعزز التكامل الاقتصادي ويسمح في دعم حركة التجارة ونقل البضائع والركاب.

وبحسب بيان وزارة العمل، أوضح الوزير أن موقع الأردن الاستراتيجي كنقطة وصل بين آسيا وأفريقيا وأوروبا يجعل منه شريكاً فعالاً في أي منظومة ربط إقليمي، مشيراً إلى حرص المملكة على تطوير منظومة النقل الوطنية وتعزيز كفاءة بنيةتها التحتية لتصبح مركزاً ولو جوستيًّا إقليمياً داعماً لأنشطة الاقتصاديات والتجارية.

وشدد القاطمين على استعداد الأردن للمساهمة في المبادرات التي تدعم التكامل بين شبكات النقل وتعزز مشاريع الرابط الإقليمي، مؤكداً أن المرحلة الراهنة تتطلب تكثيف التنسيق والعمل المشترك بين الدول لتسهيل حركة التجارة والركاب وتحقيق نتائج ملموسة على الأرض.

كما وأكد، أهمية تحويل المبادرات التي يتم طرحها في المؤتمر إلى مشاريع عملية قابلة للتنفيذ، بما يساهم في تعزيز التكامل الاقتصادي والرابط اللوجستي بين الدول الأعضاء.

وعلى هامش المؤتمر، عقد القاطمان لقاءات ثنائية، تضمنت اجتماعاً برئاسة مؤسسة SESRIC

تراجع معظم الأسهم الآسيوية من ذروة قياسية

وزير الاتصالات السوري : نرحب بالشركات الأردنية لبناء منظومة رقمية حديثة



علن عن مشروع ضخم لتطوير البنية
اللائيف الضوئية داخل المدن
باستثمارات تقارب ملياري دولار،
ب فرص استثمارية في قطاع مزودي
الإنترنت، مؤكداً أن هناك توجهًا
بعض البنى التشغيلية لشركات
لات بما يرفع الكفاءة ويخلق فرصاً
جديدة.

وفيما يتعلق بمشاريع البنية التحتية، كشف هيكل عن إطلاق مشروع "سيكل لينك" لبناء العمود الفقري لشبكة الانترنت في سوريا، وهو مشروع استراتيجي تم توقيعه بعد منافسة عالمية شاركت فيها ١٨ شركة، مؤكداً أن الاستثمار سيرفع جودة الاتصالات ويعزز ربط المدن والمناطق المختلفة.

وأضاف أن المشروع سيتيح تمرير ساعات ضخمة من البيانات عبر الأراضي السورية باتجاه الجنوب، ما يخلق فرصاً إضافية للشبكات الأردنية في نقل البيانات وتعزيز التكامل الإقليمي في مجال الاتصالات، مشيراً إلى العمل على إنشاء محور مشترك سوري أردني لإنفاذ المعايير الوطنية، وهو النموذج ذاته الذي تتبناه سوريا حالياً، مؤكداً أن الشراكة بين البلدين تعزز فرص تبادل الخبرات، خاصة في إدارة الموارد بكفاءة، بينما اقتصاد قائم على المعرفة.

وبين أن بلاده اختارت الأردن كأول وجهة لزياراتها الخارجية، حيث جرى تعزيز التعاون مع وزارة الاقتصاد الرقمي وريادة الأعمال الأردنية، ما أسفر عن تأسيس ٤ إلى ٥ شركات سورية أردنية مشتركة بدأت بالفعل دخول السوق.

ونصح الوزير هيكل الشركات الراغبة بدخول السوق السورية بالعمل عبر شراكات مع شركاء سوريين، لتعزيز فرص النجاح وفهم خصوصيات السوق المحلية.

دمشق

وقال خال مشاركته في جلسات منتدى
لاستثمار الأردني السوري الذي تنظمه جمعية
رجال الأعمال الأردنيين في دمشق، بالتعاون
مع جمعية رجال وسيدات الأعمال السورية،
أن قطاع الاتصالات والتكنولوجيا في سوريا يتحرك

وتيرة سريعة، ضمن رؤية إصلاحية شاملة. وأضاف أن التقارب والالتزام القائم بين سوريا والأردن يشكل فرصة استراتيجية لقطاع الألعاب في البلدين، لافتًا إلى أن المرحلة الجديدة في العلاقات الثنائية تفتح آفاقاً غير مسبوق في التعاون الاقتصادي والاستثماري.

وأشار هيكل إلى أن سوريا تمر اليوم بمرحلة إعادة قواعد جديدة، تستعيد فيها شخصيتها التجارية وقدرتها على بناء التحالفات ومد الجسور، معتبراً أن الأردن، بوصفه الجار لأقرب وصاحب التجربة المميزة في احتضان السوريين خلال سنوات الأزمة، يمثل شريكاً طبيعياً في هذه المرحلة.

وأوضح أن قطاع الاتصالات وتقنية المعلومات في سوريا يشهد نمواً متسارعاً، ويعيد من القطاعات الحيوية التي تجمع بين الاستثمار في البنية التحتية والخدمات الرقمية، ما يجعله جاذباً للشركات الكبرى وصناديق الاستثمار، إلى جانب الشركات المتوسطة القادرة على التوسيع إقليمياً.

ولفت إلى أن التجربة الأردنية في بناء قطاع

فعاليات رسمية وشعبية تواصل احتفالها بعيد ميلاد الملك

منذ انطلاق الاحتفالات الرسمية ونادي الشبيبة المسيحي الأردني بالتعاون مع مديرية ثقافة الزرقاء، احتفالاً كبيراً بمناسبة عيد ميلاد جلالة الملك عبد الله الثاني وذكرى الوفاة والبيعة، وذلك على مسرح الشاعر حبيب اليزيدي في مركز الملك عبد الله الثاني الثقافي بالزرقاء، برعابة مندوب محافظة الزرقاء متصرف لواء

الهاشمية عمر الشريدة.

وأشاد المترصد الشريدة بالذى أقيمت على هذا الاحتفال، ببيان أن الزرقاء مدينة الحمد والعمر والعمال، وعدينة الصناعة الوطنية والتتنوع الاجتماعى، تؤكد التفاهم حولقيادة الهاشمية الحكيمية، والاهتمام لنرى الأردن الغالى.

وقال رئيس لجنة بلدية الرزقاء المهندس خالد الختمان، إن الشعب الأردني يحيى الله يليقة هاشمية حكيمه تمنكت من دحر كافة الأخطار المحدقة بالأردن، عباده الثاني يقر الأكاديمية.

وعلى الحفل تصرّف لواء ماركا الدكتور أحمد الزبون، بحضور مدير صحة محافظة العاصمة الدكتور طه التميمي، ورئيس مركز صحي ماركا الشامل الدكتور محمد عمرو، ورئيس لجنة صحة المجتمع ماركا محمود جرادات، بمشاركة فعاليات رسمية وترويجية ومجتمعية وشبيهة، تأكيداً على معانى الشفافية والانتماء للقيادة الهاشمية، وجسيماً لروح الشراكة بين مؤسسات الدولة والمجتمع المحلي.

وقال الزبون، إن عيد ميلاد جلالة الملك يشكل محطة وطنية متقدمة تناهياً للالتزام بين القيادة والشعب، وتتجدد العهد على مواصلة العمل لخدمة الوطن وصون مبادراته.

وأشارت رئيسة نادي الشبيبة المسيحي الأردني قاتن سميرات إلى أن جلالة الملك عبد الله الثاني يحظى بمحبة الشعب الأردني كافة من شملاته إلى جنوبه، ومن شفاعة والأمن والطوابع، كما أنه يحظى بمكانته مرموقة على مستوى الدولى.

وتطرق رئيس منتدى الرزقاء للثقافة والفنون عبد الله المنوني، إلى انجازات جلالة الملك ومواصلة مسيرة التحديث وتوجهاته المستمرة للحكومات المتعاقبة بضرورة التهنوش بالأردن وجدب الاستثمارات وتسريع وتيرة النمو الاقتصادي لينعكس ذلك على مستوى معيشة المواطنين الأردنيين، في جميع المحافظات والمدن والألوان والأقصى والقري والبيوادى والمخيّمات.

وتحثـتـ الكـاتـبـ عـلـىـ قـدـرـ،ـ خـالـ كـلـمـتـهـ يـاسـمـعـيـلـ اـلـلـيـلـيـ،ـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـوـطـنـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

تحققت في عهد جلالة الملك، وتجدد الافتخار حول القيادة الهاشمية الحكيمية.

واختتم الحفل برفع آيات التهنئة والتبرير إلى مقام جلالة الملك عبد الله الثاني، داعين الله أن يحفظه ويتعظمه.

ومعه مؤهلة تشهد في دعم الاقتصاد الوطني.

بدورها، أشارت لجنة صحة مجتمع ماركا إلى أن تنظيم الاحتفال يأتي انطلاقاً من مسؤوليتها الوطنية والمجتمعية، وتعزيز روح التكافل بين أبناء المجتمع.

ومن جهةها، أكدت إدارة الأكاديمية الأردنية في اطار دورها المجتمعى، وحرصها على ترسیخ قيم المواطنة والولاء والانتماء لدى الطلبة، وإعداد كوادر

وطنية مؤهلة تشهد في دعم الاقتصاد الوطني.

ويجري معاشرة ماركا بآفاقها، وعانياً من أجل التهنوش بالاقتصاد الوطني.

واشتغل الاحتفال الذي حضره ممثلون عن الهيئات الثقافية ومؤسسات المجتمع المدني، وungan من أهالي الزرقاء، على فقرة فنية وطنية قدمتها فرقة الروزانا

للفنون الشعبية التابعة لنادي الشبيبة المسيحي الأردني، وكذلك على قصائد شعرية تفتت بالوطن وجالية الله، وأختتم الحفل بزيارة الملك عبد الله الثاني، برعابة

ومشاركة فعاليات أهلية روسية.

وأكد الكـاتـبـ عـلـىـ قـدـرـ،ـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـوـطـنـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأشار إلى ما حظي به مهافـعـةـ مـارـاكـاـ من اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ اـنـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ تـحـقـقـتـ فـيـ عـدـدـ جـلـالـةـ الـمـلـكـ عـبـادـهـ اـلـيـلـيـ،ـ وـتـجـدـدـ الـاـنـتـفـادـ فـوـلـ عـلـىـ اـنـجـازـاتـ الـقـيـادـةـ الـهاـشـمـيـةـ.

وأهـمـهـاـ ا