

بلديات المملكة تزرع نحو 70 ألف شجرة ضمن حملة التشجير والتخصيص

عمان

زرعت 100 بلدية في المملكة من أصل 140 بلدية، نحو 70 ألف شجرة، ضمن حملة الوطنية للتشجير والتخصيص التي تنفذها وزارة الادارة المحلية، بالمشاركة والتنسيق مع وزارة الشؤون والزراعة، واستهدف زراعة أكثر من 200 ألف شجرة حرجية وظليلة في مختلف مناطق بلديات المملكة قبل نهاية شهر شباط المقبل.

وقالت وزارة الادارة المحلية، إن الحملة تشمل جميع بلديات المملكة، حيث تكتفي جهودها خلال الشهر الحالي والقادم، لغايات استدامة المزروعات، مستفيدة من الظروف المناخية الملائمة خلال فصل الشتاء، ولا سيما ارتفاع رطوبة التربة الناتجة عن الرياح المطرية.

وأشارت الوزارة إلى استمرار الحملة خلال شهر شهري كانون الثاني الحالي وشباط

المقبل، بما يسمى في تعزيز فرص نجاح المزروعات، وترسيخ جذورها، وتقليل الحاجة إلى الري، انسجاماً مع التوجهات الوطنية لحماية البيئة وزيادة الرقة الخضراء.

وشارك في غرس الأشجار، كوادر البلديات، و مجالس الخدمات المشتركة، والشؤون البلدية، إضافة إلى متطوعين من مراكز الشبابية، ومديرات الادارة، ومديرات التربية، ومديرية الأمن العام، والجمعيات، والمجتمع المحلي، داعية الجميع للمشاركة في الحملة.

ووجهت الوزارة البلديات إلى زراعة الأشجار على جوانب الطرق الرئيسية والدائرية المحظية بالمنطقة، لتشكيل ما يعرف بـ "الزانز الأخضر"، مشددة على أهمية الاعتناء بالموقع المزروع واستدانته، وتوسيع الرقة الخضراء، وتحسين المشهد البيئي والحضري، والحد من آثار التغير المناخي.

"الأشغال" تبدأ دراسة توسيع طريق أم قيس-كفر أسد

عمان

قال الناطق الإعلامي لوزارة الأشغال العامة والإسكان عمر المحارمة، إن الوزارة باشرت بدراسة موقع طريق أم قيس- كفر أسد، وذلك لتحديد الاحتياجات الفنية والكلف الأولية للمشروع، لاحقاً زيارة جلالة الملك عبد الله الثاني إلى إربد، ونصرات رئيسي الوزراء المتعلقة بشروع توسيعة الطريق الذي يخدم القطاع السياحي.

وأوضح المحارمة خلال حديثه لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، أن المسار الإجمالي للطريق يبلغ نحو (١٤) كيلو متراً، وبهذا إن إنشاءه مثلك كفر أسد، وصولاً إلى قطاع المصورة، ومنه ياتحه أم قيس، مبيناً أن الطريق يتسم بمسار متعرج يمر عبر تضاريس جبلية وأودية مختلفة.

وأضاف، أن المسار ينبع من الاتجاهات التي تتواءل ضمن مقاطعة المختلفة بين (٦-١٠) أمتر، ويدخل ددراً من الجمادات السكانية الواقع على مساره ضمن حدود بلدية الوسطية وبطلاية خالد بن الوليد، لافتاً إلى أن الطريق في مجده غير مقصوص بجزء وسطي وغير مترا.

وأيضاً، أن الأعمال الطولية تتضمن صيانة وتوسيعة للمنعطفات بهدف تحسين انسانية المرور ورفع مستوى السلامة المرورية، إلى جانب تفقيه أعمال الدهانات والحاواكس الأرضية، وتركيب شبك لحماية جسم الطريق من الانهيارات الجبلية، إضافة إلى تطوير حواجز حرسنائية ومعدنية.

وأشار المحارمة إلى أن الوزارة تعمل حالياً على استكمال الدراسة الميدانية

لتقييم الاحتياجات والكلف الأولية، تمهيداً لتحديد موعد البدء والإجراءات اللاحقة للمشروع وفق الأصول.

وزيراً الأشغال والسياحة يزورون محافظة البلقاء، ويفحصون مشاريع ترميم المواقع التراثية

عمان

القى وزير الأشغال العامة والإسكان، يرافقه وزير السياحة والأثار الدكتور عmad جازيني، في مبني محافظة البلقاء، محافظ البلقاء، فيصل المساعد، ورئيس لجنة بلدية السلطلي الباري، بحضور النائب سليمان الخراشة، وجمال قو وحكم العادات، ومدير مؤسسة اعمار السلط بدون خرسان، وذلك بحسب سبل تطوير عقد من الواقع السياحية والتراثية في مديرية السلط.

ويجرب بستان سبل تطوير عقد من الواقع السياحية والتراثية، بما يضمن الحفاظ على الهوية المعاصرة للمدينة.

كما تم مناقشة مقترن إنشاء مركز تدريب متخصص في مديرية السلط.

ويختتم مؤطلاً في هذا المجال الدقيق، مع التأكيد على ضرورة تعزيز قدرات

المهندسين والمصممين وتطوير مهاراتهم في التعامل مع الإرث المعماري.

وعقب الاجتماع، أجرى الحضور جولة ميدانية شملت مركز عقبة بن نافع

لزيارة مديرية السلط للاطلاع على مرفاق الخدمات السياحية، وزيارة البيت

التراثي المقتراح ليكون مركزاً للتدريب، وذلك لمعاينة الموقع وبحث آيات

تحويله إلى منارة تعليمية وفنية تخدم جهود الحفاظ على التراث الوطني.

"إعلام الأعيان" تبحث تحدث التشريعات الإعلامية

عمان

في مجالات الدعاية والإعلان والاتصال، كما تم استحداث آلية اختيارية للأعلام بيدل خدمات مبسطة، كما تضمن النظام وأول مرة نصوصاً خاصة وأحكاماً تتعلق بالذكرة الاصطناعية واستخدامها في مجالات الإعلام والاتصال القطاعية التي ترخصها الهيئة.

وأشار إلى أن الهيئة بدأت في تطوير أعمالها بما يتواءل مع التطورات التكنولوجية الحديثة.

بدوره، تحدث مدير الإعلام الرسمي عن جهود المؤسسات الإعلامية وأدوارها المحورية في تشكيل حلقه وصل بين مختلف مؤسسات الدولة والمواطنين، إلى جانب ونشر الوعي بمختلف إشكالياته، وتعزيز القيم الوطنية وأكروا أن الإعلام الرسمي يعلم كفاحه ضد في الأزمات، حيث يقدم بيانات ومعلومات دقيقة ومسؤوله تشهد في الحفاظ على الأمن القومي وتحفيز الرأي العام نحو المصلحة العامة.

وحضر الاجتماع من جانب الأعيان: مقرر اللجنة عمر عياصره، وأعضاؤها توفيق كريشان، وسهر العلي، ودرة العابد، ومحمود فريحيات، والدكتور عمار القضاة، ومن خارج أعضاء الجنة: أحمد طيشات، والمهندس جعبي سبكي، وجها القراءة، والدكتور فاراز نبيبات، ومدحود نباش، والدكتور فاراز نبيبات، وسليمه الفاخري، كما حضر الاجتماع، أمين عام وزارة الاتصال الحكومي زيد النوايسة، ورئيس مجلس إدارة التلفزيون الأردني غيث الطراوحة، ورئيس مجلس إدارة وكالة الأنباء (بترا) نبيل غيشان، والمدير العام لوكالات الأنباء الأردنية (بترا) فيروز ميسين، ومدير عام مؤسسة الإذاعة والتلفزيون إبراهيم البواريد، ومدير عام قنوات خاصة بصناعي المحتوى في حال قيامهم بنشاط احترافي.

وبين مدير عام الهيئة أن النظام اشتمل على أحكام خاصة بصناعي المحتوى في حال قيامهم بنشاط احترافي

الوطني، مؤكداً أن الجميع حرية على دعم مؤسسات

الملكية الدكتور جعفر الزعبي.

الخطيبي يرعى تخرج دورة المراسل الحربي ويفتتح مبنى المجمع الإداري في صرح الشهيد



العملية.

وعملية شملت فنون العمل الصحفي الميداني، ورفع

مستوى الياقة البدنية، والإسعافات الأولية، الشهداء الأردنيين في فلسطين، بما يجسد معنى

الرسالة الوطنية والتاريخية للإعلام العسكري.

وتمارين رماية حية ضمن سيناريوهات تحاكي الواقع العملي.

وأكمل رئيس هيئة الأركان المشتركة، اللواء الركن يوسف أحمد الخطيب، تخرج دورة المراسل

الحربى في معهد تدريب الإعلام العسكري، وكان في إلقاء شملت فنون العمل الصحفي الميداني، ورفع

مستوى الياقة البدنية، والإسعافات الأولية، الشهادتين في ميدان المعركة، وذلك في قاعة

القيادة العامة في تطوير قدرات الإعلام العسكري.

وتقديم الراية المقدمة لوكابة منظبات العمل

الميدانية والتي أسهمت في توثيق الجهود العسكرية

الدقافية والإنسانية والإغاثية وتقديمها

واحتراف، إضافة إلى تعزيز قدرات المهمة

ضباط القوات المسلحة لحملات التحليل والشائعات،

مبيناً أهمية الاتصال بالأنباء

والاتصال بالجمهور، ورفع مستوى الوعي

وإنتاج المواد الإعلامية وإدارة المنصات الرقمية، بما يعزز جاهزيتها الإعلامية في مختلف المحافظات

في مختلف المحافظات.

وأوضح الخطيب أن الراية المقدمة لوكابة منظبات العمل

الميدانية والتي يهدى إلى الملك

الملك عبد الله الثاني وسمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني في العهد.

وافتتح الخطيب مبنى المجمع الإداري في صرح الشهيد

الوطني، مؤكداً أن الجميع حرية على دعم مؤسسات

الملكية الدكتور جعفر الزعبي.

وشهد على أن الحكومة حرية على دعم مؤسسات

الملكية الدكتور جعفر الزعبي.

هيئة النزاهة تنظم لقاءات توعوية بالتعاون مع الأمن العام ومؤسسات حكومية

عمان

نظمت هيئة النزاهة ومكافحة الفساد، سلسلة من اللقاءات التوعوية في عدد من مؤسسات الادارة العامة، شملت دائرة المكتبة الوطنية، والمركز الثقافي الملكي، ومديرية الثقافة في محافظات البقاع والفرق ومبادبا، ومديرية بيت الزرقاء، ومؤسسة استثمار أموال الضمان الاجتماعي.

كما عقدت الهيئة 11 محاضرة تثقيفية لضباط مديرية الأمن العام، في موقع عد منها أكاديمية الشرطة الملكية، مركز السلم الاجتماعي، مركز تدريب حقوق الإنسان، ومدينة الملك عبد الله الثاني الحسين التربوية.

وتقربت النزاهة، التي أشرف عليها قسم النوعية في مديرية النزاهة والوقاية، على تعريف المشاركين بمعايير النزاهة الوطنية وأدبيات متاحة تطبيقها في مؤسسات الادارة العامة، بالإضافة إلى توقيع المضبوط بمخاطر أغلال الفساد وأثارها الاجتماعية والسياسية والاقتصادية على المجتمع.

مستشار الملك لشؤون العشائر يزور مادبا ويلتقي وجهاء ويلتقى وجهاء ومتذلين عن المحافظة



عمان

التقى مستشار جلالة الملك لشؤون العشائر كنعان البلوي في مادبا وجهاء وممثلين عن مختلف العشائر في المحافظة، حيث تقل مهتمات جلالة الملك عبد الله الثاني وسمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني في العهد.

واكاد الحضور اعزازهم بمواقف جلالة الملك في دعم قضايا الأمتين العربية والاسلامية.

وتناول اللقاء عدد من القضايا والمشاريع التي تهم محافظة مادبا.

واشاد الحضور بالحرص الملكي على التواصل مع مختلف المواطنين للاستماع لهم وتلمس احتياجاتهم.

وياتي هذا اللقاء ضمن برنامج التواصل مع العشائر في جميع المحافظات بتوجيهات ملكية.

زيارة نوابية لجسر الملك حسين لمتابعة انجذابه حركة السفر

عمان

زارت لجنة فلسطين النيابية، برئاسة النائب سليمان السعود، وعضوية رئيسة كلية حزب عزم النائب والمدير المصري، والنائب هايل عيش، جسر الملك حسين، للاطلاع على سير الاتجاهات المتباينة ومستوى الخدمات المقدمة للمسافرين.

وقدت اللجنة خلال الزيارة لقاء مع المعنيين في الجسر، استمعت خالد إلى شرح مفصل حول آليات العمل والخدمات المقدمة، والجهود المبذولة لتسهيل حركة العبور، خاصة في فترات الذروة.

وتقرب السعدود تحيات رئيس مجلس النواب وأعضاء المجلس إلى العاملين في جسر الملك حسين، مثمناً جهودهم الكبيرة في تسهيل حركة السفر وتقديم أفضل الخدمات، لا سيما ما يلتقط بتسهيل حركة المعمتمين من الأشقاء الفلسطينيين والذخيف من معاناتهم، مشيداً بالتسهيلات الكبيرة المقدمة لهم.

وأوضح السعدود على أن الازدحام المترددة على المسر تعود إلى معيقات من الجانب الإسرائيلي، أبرزها تحديد ساعات العمل في المغير وفرض قيود على

أعداد المخالفات المفاجئة من الأردن، ما يؤدي إلى اختناقات حادة، خاصة خلال أوقات الذروة، ويفسح من معايير المخالفين ويطيل فترات الانتظار.

وأكمل أن هذا الواقع يستدعي زيادة ساعات العمل في المغير وإلغاء القيد المفروض على أعداد الحالات، لما لذلك من أثر مباشر في تحسين انسانية حركة السفر والتخفيف من الازمات المتكررة.

من جهته، عبر النواب، سليمان السعود ووليد المصري وهايل عيش عن ارتياحهم لما يسود من هدوء وامانات منظورة تسهم في تسهيل تنقل الأشقاء

الفلسطينيين والتخفيف من معاناتهم، مشيداً بالتسهيلات الكبيرة المقدمة لهم.

وأوضح السعدود تحيات على المسر تعود إلى معيقات من

الشرع الشيفي وأعوان القضاء الشرعي من جهود كبيرة في صون الحقوق وتحقيق نزاهة القضايا، خاصة في معاناة المخالفين وتفادي انتهاك حقوقهم.

وتحاول الاجتماع عدداً من القضايا المتعلقة بسير العمل القضائي، اعتماداً على إجراءات المفاجئة من الأردن، ما يؤدي إلى اختناقات حادة، خاصة في معايير المخالفات المفاجئة، ويفسح من معايير المخالفات المفاجئة، ويسهم في تحسين انسانية حركة السفر.

وياتي الاجتماع في إطار نهج مؤسسي مستدام تقدوة دائرة القضايا الشرعي في الملك، وتحسنه المنشآت المقدمة للجهات المعنية، بما ينسجم مع التوجهات الملكية السامية وخطط تطوير القطاع العام وياواك مظليات

المرحلة ويساهم في تلقيع العاملين.

جاء ذلك خلال اجتماع جرى بدار مجلس الأعيان، بحضور وزير الاتصال الحكومي، الناطق الرسمي باسم الحكومة الدكتور محمد المونى، إلى جانب رئيس مجلس الإدارات، الدكتور محمد المونى عن جهوده لضمان تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام.

وبحسب رئيس مجلس الأعيان، جرى تكريم الدكتور محمد المونى، الذي يمثل جهوده في تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام.

وأشار إلى أن تجربة جهوده في تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام، يمثل جهوده في تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام.

وأشار إلى أن تجربة جهوده في تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام، يمثل جهوده في تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام.

وأشار إلى أن تجربة جهوده في تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام، يمثل جهوده في تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام.

وأشار إلى أن تجربة جهوده في تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام، يمثل جهوده في تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام.

وأشار إلى أن تجربة جهوده في تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام، يمثل جهوده في تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام.

وأشار إلى أن تجربة جهوده في تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام، يمثل جهوده في تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام.

وأشار إلى أن تجربة جهوده في تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام، يمثل جهوده في تطبيق القوانين والآدلة، وتحسين بيئة العمل في القطاع العام.

كيف تخسر 45 كيلوغراماً بـ 5 عادات سهلة لم تتوقعها؟



رفع مستويات الطاقة، مع إضافة الإلكترونيات مرة واحدة يومياً.

اكتد هايلينج أهمية البروتين، مشيرة إلى أنها تحرّص على تناول ما لا يقل عن 100 غرام يومياً، ماسعدتها على الشعور بالشبع لفترات أطول، ودعم بناء العضلات، وبالتالي تعزيز حرق الدهون، واصفة هذه الخطوة بأنها بسيطة وغير معقدة.

العادة الرابعة وترتّقّت أيضاً إلى الصيام الوعي كعادة رابعة، موضحة أن بدء اليوم ببنية واضحة، سواء عبر التمرّين أو الصلاة أو مجرد الحضور الذهني، أحدث فرقاً كبيراً.

كما اعتمدت قاعدة عدم استخدام الهاتف خلال أول 30 دقيقة من الاستيقاظ، مؤكدة أن الالتزام بذلك مدة أسبوعن فقط يقلل التوتر، ويحسن النوم والتراكيز والوضوح الذهني.

العادة الخامسة: الألياف، حيث اتبعت قاعدة سهلة إياها بأنها أكثر أشكال التمارين التي لا تحظى بالتقدير الكافي، حيث كانت تمارين المشي تراوحت بين 30 و50 دقيقة يومياً، ويفضل في اليوم الطلق، لما له من أثر إيجابي على الحركة والحالة النفسية. كما لفتت إلى أن استخدام سترة أوزان أو الاستئمار إلى بودكاست قد يجعل التجربة أكثر فاعلية ومتعدة.

العادة الثانية كانت شرب الماء، حيث اعتبرت أن الترطيب كان نقطة تحول في حلقها، موضحة أنها تشرب يومياً ما يعادل نصف وزن جسمها بالأوصاف من الماء، الأمر الذي ساعدتها على تقليل الرغبة الشديدة في الطعام.

النوم يزيد خطر الإصابة بأمراض القلب في هذه الحالة

وكالات

قد يكون هناك حل بسيط للغاية للمساعدة على تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية: وهو النوم في الفلام، حيث كشفت دراسة حلت سجلات التعرض للضوء أن النوم في الغرفة الأكثـر إضاءة ترتبط بزيادة المخاطر على القلب.

وفي الدراسة، وهي الأكبر من نوعها، حل الباحثون سجلات التعرض للضوء لما يقرب من 9 ألف شخص، أي ما يعادل 13 مليون ساعة من البيانات - وقارنوا مستويات التعرض للضوء بسجلات أمراض القلب والأوعية الدموية التي جمعت بعد 8 إلى 10 سنوات.

فادحة النوم في الفلام

وبحسب ميد سكيب، "تبين أن الذين ناموا في أكثر الغرف إضاءة كانوا أكثر عرضة للإصابة بنسبة تراوحت بين 50% و57% مقارنة بمن ناموا في الفلام.

وقال الدكتور فرانك شير، مدير برنامج علم الأحياء الزمني الطبي في مستشفى بريغهام والنساء في بوسطن، والباحث المشارك: "بالنسبة

للعديد من المناهج الأخرى، يمكن القول: نظراً لتعقيدها وكثرة مزاياها وعيوبها، فإننا نحتاج إلى أدلة أقوى. أما بالنسبة لأمر مثل التعرض للضوء ليلاً، فلا يوجد أي ضرر من إبقاء المكان مظلماً، واستثناء استخدام ضوء خافت للخروج من الأسرير بأمان".

واستندت الدراسة إلى بيانات من البنك الحيوي البريطاني لأشخاص متوسط عمرهم 62 عاماً، منهم إناث، ارتدوا أجهزة تتبع الضوء على معاصمهم لمدة أسبوع واحد خلال العقد الثاني من الألفية.

وصنف الباحثون بيانات تعرضهم للضوء إلى مجموعات متباينة: من 0 إلى 50، ومن 50 إلى 70، ومن 70 إلى 90، ومن 90 إلى 100، وتبعوا معدلات

الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية في هذه المجموعات.

خطر الضوء الساطع

وكان الذين تعرضوا للأضواء سطوعاً ليلاً - أي ما يعادل النوم مع إضاءة السقف - أكثر عرضة بنسبة 56% للإصابة بفشل القلب، وأكثر عرضة بنسبة 47% للإصابة بنبوءة قلبية، وأكثر عرضة بنسبة 30% تقريباً للإصابة بمرض الشريان التاجي، أو الرجفان الأذيني، أو السكتة الدماغية، مقارنة بغيرهم.

وخلصت هذه النتائج ثانية حتى بعد الأخذ في الاعتبار عوامل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، بما في ذلك النظام الغذائي، والتمارين الرياضية، والتدخين، والوراثة.

العلماء يكتشفون أخيراً سبب آلام العضلات الناتجة عن أدوية الكوليستروول

وكالات

قد يفسر اكتشاف جديد سبب توقف الكثريين عن تناول أدوية المستاتينات الخالفة للكوليستروول بسبب آلام العضلات وضيقها. فقد وجد الباحثون أن بعض المستاتينات قادرة على الارتباط ببروتين عضلي أساسياً، ما يسبب تسريراً طيفياً ولكنه ضار للكالسيوم داخل خلايا العضلات.

وبحسب "ساينس ديلي"، قد يضعف هذا التسرير العضلات بشكل مباشر، أو ينشط عمليات تؤدي إلى تحللها تدريجياً، مقدماً بذلك تفسيراً طال انتظاره للألم المرتبط بتناول المستاتينات.

الإرهاق المستمر وينتفيق العدديد من وصفت لهم المستاتينات لخفض الكوليستروول عن تناولها بسبب ألم العضلات أو ضعفها أو الإرهاق المستمر.

وهذه الأعراض من أكثر الأسباب شيوعاً لتوقف المرضى عن تناول هذه الأدوية.

ويشير بحث جديد من جامعة كولومبيا إلى تفسير محتمل لحدوث ذلك لدى بعض الأفراد.

ويقول الدكتور أندرورو ماركس، الباحث الرئيسي: "من غير المرجح أن ينطبق هذا التفسير على جميع من يعانون من آثار جانبية عضلية مع المستاتينات، ولكن حتى لو كان يفسر حالة شريحة صغيرة منهم، فهذا يعني أننا نستطيع مساعدة الكثريين إذا تمكننا من حل المشكلة".

الصحة الأمريكية تطلق دراسة عن إشعاعات الهاتف المحمولة

وكالات

أعلنت وزارة الصحة والخدمات الإنسانية الأمريكية عزماً إطلاق دراسة جديدة حول تأثير إشعاعات الهاتف المحمولة على الصحة، بخطة تأتي في سياق انتقادات متكررة من وزير الصحة روبرت إف. كينيدي جونيور، الذي سبق أن ربط هذه الإشعاعات بأضرار عصبية وبالإصابة بالسرطان.

وقال متخصص ب باسم الوزارة، إن الدراسة ستبحث في العلاقة بين الإشعاعات الكهرومغناطيسية والصحة العامة، بهدف تحديد الفجوات المعرفية، ولا سيما في ما يتعلق بالتقنيات الحديثة ويشتمل على الدراسات والغائية.

وأضاف المتخصص أندرو نيسون، إن العلاقة بين خطر الإصابة بمرض التهاب القولون التقرحي (UC) لدى فئات مختلفة ذات خصائص متباينة.

وأوضح الباحثون في مستشفى جيغينز المركزي بمدينة جيغينز، أن العلاقة بين خطر الإصابة بمرض التهاب القولون التقرحي، والذي يُسْتَهَلُ على نطاق واسع في الشاي والقهوة والشوكلولا وجوز الكولا والأدوية التي تصرف بدون وصفة طبية، تختلف باختلاف المنطقة والعمر والمصدر والتدخين والمستوى التعليمي.

تأثير الكافيين في آسيا

وتفيد نيسون أن الدراسة صدرت بتوسيعها من لجنة "لن يجعل أميركا صحة مجدداً" التابعة للرئيس دونالد ترامب، وذلك ضمن تصرف إعداد الدراسة.

وأوضح نيسون أن الدراسة صدرت بتوسيعها من لجنة "لن يجعل أميركا صحة مجدداً" التابعة للرئيس دونالد ترامب، وذلك ضمن تصرف إعداد الدراسة.

وكانت وزارة الصحة الأمريكية قد أعلنت العام الماضي أن

ماذا يحدث لضغط دمك عند شرب عصير الطماطم بانتظام؟



عصير الطماطم ليس مناسباً للجميع. يُنصح بتجنبه أو استشارة الطبيب أولاً في الحالات التالية:

أمراض الكلى: قد يتراكم البوتاسيوم الموجود في عصير الطماطم في الدم عند وجود خلل في ظائف الكلى. زيادة البوتاسيوم قد تُسبب عدم انتظام ضربات القلب.

ارتفاع الماء أو داء الارتفاع المعدى المريئي: على عصير الطماطم حمض، وقد يُحفز طفرات الأعراض أو يُفاقمها.

قراءات الضغط الانقباضي والانتساضي: خصوصاً عند شرب العصير غير الملح يومياً كجزء من نظام غذائي صحي.

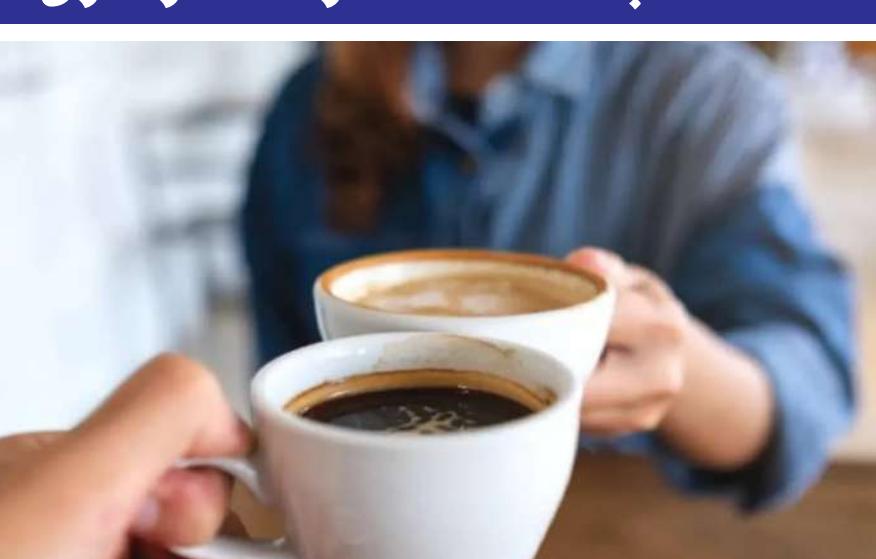
كيف يُخفف عصير الطماطم ضغط الدم؟ البوتاسيوم (Potassium): يساعد البوتاسيوم الموجود بكثرة في الطماطم على تقليل آثار الصوديوم (الملح) الزائد في الجسم، مما يخفف الضغط على جدران الأوعية الدموية.

الليكوبين (Lycopene): هذا المركب القوي والمضاد للأكسدة يفتح الطماطم لونها الأحمر، ويعلم على حماية الأوعية الدموية وتحسين صحتها، مما يساهم في تنظيم ضغط الدم ومنع ارتفاعه.

الألياف الغذائية (Dietary Fiber): تساعد الألياف في خفض مستويات الكوليستيرون الضار (LDL)، مما يقلل من خطر أمراض القلب ويحسن وظيفة الشرايين.

متى يجب تجنب شرب عصير الطماطم؟

كيف يؤثر الكافيين على التهاب الأمعاء والقولون؟



وتفيد ميد سكيب، في آسيا وأوروبا، على سبيل المثال، بيدو أن القهوة والشاي يقللان من خطر الإصابة بالتهاب القولون التقرحي، بينما في الأمريكتين وبين المراهقين، يكون لهما تأثير معاكس.

وكشفت الدكتورة شانغينغ وزملاها: «يجب مراعاة وين تأثير الكافيين في آسيا».

وتفيد بحث جديـد من جامعة كولومبيـا إلى تفسـير حدوث ذلك لدى بعض الأفراد.

ويقول الدكتور أندرورو ماركس، الباحث الرئيسي: "من غير المرجح أن ينطبق هذا التفسير على جميع من يعانون من آثار جانبية عضلية مع المستاتينات، ولكن حتى لو كان يفسـر حالة شـريحة صغيرة منهم، فهـذا يعني أنـنا نـستطيع مـسـاعدة الكـثـريـين إذا تـمـكـنـاـ من حلـ المشـكلـةـ".

اكتشف دور المكسرات في تقوية العظام



دعم صحة العظام والصحة العامة.

أفضل المكسرات قوة العظام، بتوفيرها معدن أساسية وفيتامينات وبدونها صحة وضمانات أكسدة، تساهم في تقوية العظام.

العنصر الغذائي الأساسي الموجودة في المكسرات والتي تدعم صحة العظام الكاجو: غني بالنحاس والمغنيسيوم، مما يساعد على حماية الأوعية الدموية وتحسن صحتها، مما يساهم في تنظيم ضغط الدم ومنع ارتفاعه.

الاستمرارية: أظهرت الدراسات أن شرب كوب واحد يومياً يحسن قراءات الضغط يبرر الوقت.

لا يغـيـرـ عنـ العـلاـجـ: عـصـيرـ الطـماـطمـ مـكـملـ صـحيـ، وـتـجـبـ استـشـارـ الطـبـبـ قـبـلـ الـاعـتمـادـ عـلـيـ كـعـاجـ.

وـجـدـ لـارـتفاعـ ضـغـطـ الدـمـ

وكـالـاتـ

دعـمـ صـحةـ العـظامـ، بـتـوفـيرـهاـ مـعدـنـ أساسـيـ وـفيـتـامـينـاتـ وـبدـونـهاـ صـحةـ وـضـمانـاتـ أـكـسـدةـ، تـسـاـهمـ فيـ تـقـوـيـةـ العـظامـ.

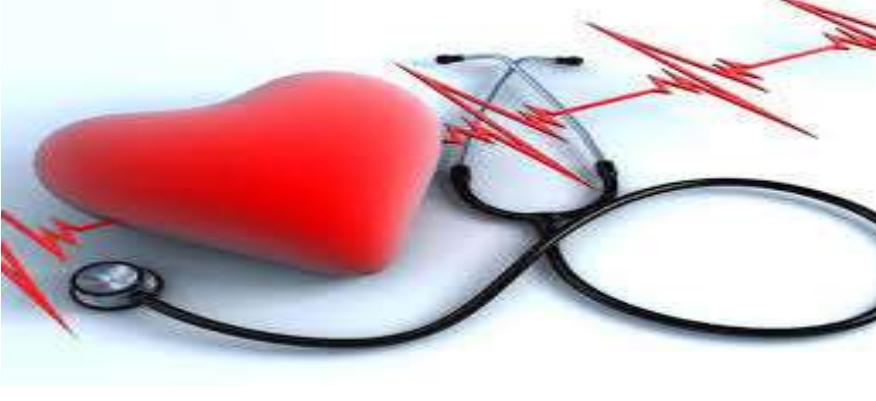
الـلـوزـ: مـصـدرـ مـفـاتـحـ لـلـكـالـسيـومـ وـالـمـغـنـيـسيـومـ وـفـيـتـامـينـ «ـهـ»ـ، وـكـلـهاـ عـنـاصـرـ مـهـمـةـ صـحةـ العـظامـ.

الـكـاجـوـ: غـنـيـ بـمـضـادـاتـ الـأـكـسـدةـ وـأـحـمـاضـ «ـأـمـيـغاـ ـ۳ـ»ـ، الـدـهـنـيـةـ الـتـيـ تـحـارـبـ الـأـلـهـاـبـاتـ، وـتـحـمـيـ منـ اـمـراضـ مـلـلـ الـلـوـلـ.

الـفـوـسـفـورـ: يـغـيـرـ مـصـادـرـ الـمـغـنـيـسيـومـ وـالـفـوـسـفـورـ، مما يـسـاعدـ عـلـيـ تـقـلـيلـ الـأـلـهـاـبـاتـ وـدـعـمـ

وأـلـهـاـبـاتـ

أـلـهـاـبـاتـ



تشقّات الشفاه المستمرة قد تشير إلى هذا المرض



تقليدية مثل لعق الشفاه المتكرر، الحساسية، أو التعرّض للشمس، وليس الفطريات هي السبب الأكثر شيوعاً كما توحّي وسائل التواصل الاجتماعي. يقول الدكتور بيريت: "وسائل التواصل جعلت العدوى الفطريّة تبدو منتشرة أكثر من الواقع. علاج السبب الخاطئ بمنتجات غير مخصصة قد يؤدي إلى إطالة أمد المعاناة وزيادة التهّيج".

علامات تشير إلى أن المشكلة "ظريفة" إذا كنت تشك في إصابتك بفطريات الشفاه، ابحث عن هذه الأعراض المزمنة: بقع بيضاء داخل الفم، ولم تكن الرسالة انتقاداً بل تحذيرًا من نوع من الفطريات التي قد تنمو في زوايا الشفاه. أحmar شديد في زوايا الشفاه. إحساس بالحرق أو ألم عند فتح الفم. بدلاً من اللجوء للعلاجات المترتبة العشوائية، يقدم استشاري الحلية خارطة طريق للتعافي: استخدام مرطبات بسيطة مثل الفازلين الخالي من العطر. تجنب المنتجات المغطّرة أو المتكهّنة لأنها تزيد التهّيج. التوقف فوراً عن لعق، قضم، أو تقطير الجلد الجاف. يدوياً. ضرورة استخدام واقي شمس (SPF) مخصوص للشفاه للحماية من الرياح والشمس. الشفاه تحتاج إلى أسبوعين من الالتزام بالمرطبات الطيفية لتنبأ بالنتائج.

تحذير: إذا استمر التشقّق لأكثر من ٣ أسابيع، أو ظهر تورم وأحمرار غير طبيعي، فإن مراجعة الطبيب تصبح ضرورة، فالشخص البسيط أو "المسحة السريعة" قد تتوفر عليك شهوراً من الألم والإحباط.

أفضل وقت لشرب ماء الليمون لتعزيز الهضم والترطيب



يسعون لتقليل استهلاك المشروبات الغازية والعصائر الحمّالة. مصدر فيتامين C: يوفر عصير الليمون واحدة نحو ٢١٪ من الاحتياج اليومي من فيتامين C، وهو مفتاح أكيدة دعم الهضم: لا يعد علاجاً لمشكلات الجهاز الهضمي، إلا أن بعض الأشخاص يلاحظون تحسّناً في الانتفاخ، ويرجع أن ذلك يعود إلى تخفيف تصرير الليمون لإفراز حمض المعدة وتنشيط الإنزيمات الهاضمة.

القيم الغذائية ماء الليمون يحتوي كوب من ماء الليمون الواحد تقريباً على: ٦ سعرات حرارية، ٣,٣-٣,٦ غرام من الكربوهيدرات، ١,٢ غرام من السكر، ١٨,٦ ملغم من فيتامين C (نحو ٢١٪ من القيمة اليومية الموصى بها) وتختلف هذه القيم تبعاً لكمية الليمون المستخدمة، إذ يمكن تقليل الحموضة باستخدام نصف ليمونة فقط. متى يجب الخذر؟ على الرغم من فوائده، قد لا يكون ماء الليمون مناسبًا الجميع. فالإفراط في تناول المشروبات الحمّالية قد يسبّ انتفاخًا لدى أصحاب المعدة من حيث الترطيب، لكنه قد يسخّن البعض على شرب كميات أكبر من السوائل بفضل تكثيف المنشّطة.

يُبدّل صحي للمشروبات المُحَلّة: يتقدّم بالانخفاض سعراته في بعض الحالات، لكنه قد يزيد الأعراض سوءاً في حالات أخرى.

تناول هذه الفاكهة صباحاً يحسن المزاج ويقوّي القلب ويعزّز الطاقة

وكالات الموز ليس مجرد فاكهة للأطباق، بل يُعرف بقدرته الفورية على تحسين المزاج والطاقة بفضل سهولة تقطيره ولوحه الحيواني وغناه بالفيتامينات، ما يجعله خياراً مثاليّاً للوجبات الخفيفة أو أثناء النّقْل.

وأوضحت خبيرة الجهاز الهضمي نيششاً باتيل موقع ميرور: "لاحظت كثيّر من الناس أن تناول الموز يحسّن المزاج بسرعة، فهو يحتوي على كربوهيدرات طبيعية توفر إمداداً سريعاً من الغلوكوز للدماغ، الذي يعتمد عليه للطاقة، ما يعزّز الانتباه والاستقرار العاطفي خلال مقاومات".

كما أن الموز غنيّ بالياباف وفيتامين B التي تبطّئ امتصاص السكر وتمنع انخفاض الطاقة لاحقاً.

يعتمد محتوى الألياف في الموز على نسخة النّمرة، حيث يحتوي على ٣ إلى ٥ غرامات منها، ما يحسّن حركة الأمعاء. كما أن محتواه العالي من البوتاسيوم يساعد على طرد الصوديوم واسترخاء الأوعية الدموية، مما يمكّن القلب وعوضات الجسم دفعة صحيّة صحيّة.

تعزّز هرمونات السعادة الالوان فيتامين B٦ والتريتوфан، اللذين يلعبان دوراً مهماً في إنتاج السيروتونين والدوبيامين، الهرمونات المرتبطة بتحسين المزاج وتنظيم المشاعر والنّوم. يقول باتيل: "حتى الكيماويات الصغيرة من التريتوфан في الموز يمكن أن تحدث فرقاً ملحوظاً عند التعب أو الجوع أو التوتر".

يحتوي الموز أيضاً على فيتامين C، مضادات الأكسدة، والمنغنيز، التي تعزّز جهاز المناعة، كما أن البوتاسيوم والمنغنيز يساعدان على منع التشتّرات ودعم النّعائفي بعد التمارين، ما يجعله وجبة مثالية قبل أو بعد النّشاط الرياضي.

نصائح عند الاختيار حذرت الخبريرة من الإفراط في تناول الموز للأشخاص الذين يعانون من مشاكل بالكلية أو يتناولون أدوية تؤثر على مستويات البوتاسيوم. كما يمكن أن يسبّ الموز النّاضج جداً الصداع لبعض الأشخاص بسبب محتواه من التيرامين، لذا يُفضّل اختيار الموز الأقل نضجاً عند الحاجة.

اكتشاف علمي في بريطانيا يفتح باباً للوقاية من الزهايمر

وكالات حذّرت دراسة علمية جديدة أجريها باحثون في جامعة "كوليدج لندن" (University College London) عن تقدّم مهم في فهم الأسباب الكامنة وراء مرض أنزهَايمر وأنواع الخرف، وهو ما يفتح الباب أمام تطوير أدوية قادرة على الوقاية من المرض أو علاجه.

وقال الباحثون، في دراسة نُشرت في دورية "إن بي جي ديميشيا" (npj Dementia) وهي مجلة علمية متخصصة في أبحاث الخرف وتحضّر على وجوب مشاكل في الشخصية.

إذا وجدت نفسك في أن أحد أحبائك المُسنّ "لم يعد هو نفسه" فلا تتجاهله الأم، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، إذ أنه إذا وجد أحد الأحياء ضحية لها، فقد يكون من المفيد فحص صحته الإدراكي.

فإذا كانت المشاكل المُالية الأخرى قد تشير إلى مشاكل كامنة،

قد تتوفر اليوم أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

٥ علامات مبكرة للخرف غالباً ما يغفلها الناس



ينسى اسم ممثل شاهده في فيلم بالأمس.

لكن الشخص في المراحل المبكرة من الخرف قد يبدأ بنسينيّ الأشياء بشكل متكرر، ويجد صعوبة في تحذير المعلومات التي تعلّمها مؤخراً، أو يكرر نفسه كثيراً.

مشاكل جديدة في الكلمات قد يواجه أي شخص صعوبة في إيجاد الكلمة المناسبة أو

نسينيّ اسمه من حين لآخر، ولكن هناك بعض مشاكل النطق

التي قد تشير إلى تدهور معنوي مبكر.

ويتميل ذلك التوقف المتركر في منتصف المحارة وعدم على أنفسهم أو على أحد أحبابهم يتذمرون الصمت لمدة شهر على الأقل، وأن ما يقرب من ربهم ينتظرون ٦ أشهر أو أكثر قبل مراجعة الطبيب.

وبحسب "نيويورك بوست"، لا يمكن السبب في الخوف.

فمعظم الناس ببساطة لا يعْرِفون ما يعتَرِفُ تماماً في السن وما يعْدُ مؤخراً على الخرف.

ويحذر الخبراء من أن هذا التأخير قد يضيّع وقتاً ثميناً كان من الممكن استغلاله للتخطيط للمستقبل، أو حتى لإبطاء تطور المرض.

ونقول كارين شيلبرغ، مديرة اشتراكات الرعاية في فرع

مشيغان الكربي لجمعية الزهايمر: "هناك أقلّ بكثير

ما كان عليه الحال قبل ٢٠ عاماً".

فائدة الكشف المبكر

تتوفر اليوم أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة،

التي يعْرِفونها بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّباع بـ"أدوية مبنية على ابتكارات علمية معاصرة، وقد يكون عذراً على إبطاء

الذكاء علامة مبكرة، وإنما يُنصح بالاتّ

اقتصاديون: إصدار أول صكوك إسلامية يعزز الشمول المالي وينوّع خيارات المستثمرين

عمان اعتبر محللون اقتصاديون أن موافقة هيئة الأوراق المالية على تسجيل صكوك إحدى شركات التأمين التمويلي متوافقة مع أحكام الشريعة الإسلامية بفتح للمتداولين في السوق خيارات وأدوات تمويلية متعددة في فلسفه التمويل المحلي.

ورأى هؤلاء في حديث وكالة الأنباء الأردنية (بترا) أن هذا الإصدار يفتح المجال أمام المستثمرين لفتح إمكانية استثمارية جديدة تضيف إلى خيارات الأصول المالية ويسقط شرطية أوصى بها في قانون خيارات.

رئيس هيئة الأوراق المالية عاصم أبو حلمت، قال، إن هذا الإصدار يفتح ضمن مشاريع هيئة الأوراق المالية في البرنامج التنموي لرؤية تحدث الإقتصاد ٢٠٢٤-٢٠٢٦ الذي أطلقته الحكومة أخيراً بهدف تنوع مصادر التمويل للشركات الراغبة بذلك، مشيرًا إلى أنه يمكن الشركات الأردنية على تمويل غير الصكوك الإسلامية بعد استكمال المواقف النظامية، لتتمويل عملياتها الاستثمارية والتشغيلية والتوسيعية.

وأشار إلى أن هذه الصكوك التي تمت الموافقة لها على إصدارها تفتح المجال أمام المستثمرين لفتح إمكانية استثمارية جديدة تضيف إلى خيارات الأصول المالية والسداد الصناديق الاستثمارية التقليدية، لافتًا إلى توقيعات باصدارات مستقبلية أخرى من شركات خاصة تستفيد من هذه الأطر التنظيمية الجديدة لإصدار صكوك إسلامية.

من جهةه، اعتبر مدير عام شركة الكوت للتاجير التمويلي جمال فريز، صدور موافقة هيئة الأوراق المالية على إصدار الصكوك الإسلامية ساراً من ضمن مسارات أخرى لتغطية أدوات التمويل في السوق المالي الأردني، وخطوة لتتوسيع مصادر التمويل بما يتوافق مع أحكام الشريعة الإسلامية وبما يلبي احتياجات الراغبين من المستثمرين والشركات كونه آداة استثمارية جديدة في المملكة وخارجها.

ورأى فريز أن هذا الإصدار يعزز الشمول المالي ويحسن إدارة السيولة ويربط التمويل بالأنشطة التشغيلية الحقيقة.

ويسهم في حفظ التوسيع والنمو ويعزز من كفاءة السوق، ويرفع من مستوى التنوع في الأدوات الاستثمارية المتاحة، ويسهم في جذب المستثمرات طويلة الأجل.

ويؤكد النبیر المالي وجدى المخالمة أن هذا الإصدار هو "أول اختبار على مفعوله على التكامل بين ثلاث هيئات رقابية في منتج مالي واحد، موضحًا أنه سيقص زمن وكلفة الإصدارات المستقبلية بما لا يقل عن ٤٠٪ وفقاً للتجارب الإقليمية المماثلة".

ويضيف أن "القيمة الحقيقة للإصدارات لا تكمن في حجم المتوافر شهرياً (١٥ مليون دينار) بل في كونه يفتح نافذة إمكانية استثمارية نوعية جديدة من المستثمرين، خصوصاً صناديق السيادية الخليجية التي تتصدى من ٣٠٪ من حفاظها على إمكانية استثمارية لأدوات التمويل الإسلامية، والتي

كانت تقتضي حتى الآن السوق المالية والإسلامية بسبب نضج اطراها التنظيمية" باعتباره هذا الإصدار يمثل بعده مالياً جيواسياسيًا مهمًا.

وقال، في وقت تشهد فيه المنطقة تحولات كبيرة في خريطة التمويل الإقليمي، مع تناوب قوة الصناديق السيادية غير التقليدية في السعودية والإمارات و قطر، يأتي هذا الإصدار كرسالة، شرط أن يستثمر في تطوير سوق تقييم منصة تناقضية لهذه التدفقات المالية، والا فإنه سيختار بتحول هذه الأداة إلى مجرد بديل تمويلي محلي دون تأثير استثماري إقليمي.

من جهةه، يرى أستاذ المالية في جامعة آل البيت الدكتور عمر الغرابي أن "هذا الإصدار يشكل اختراقاً ثالثاً لطبقات ميقاته، هي: طبقة الاعتماد على التمويل الصافي قصير الأجل، وطبقة هيئة الأدوات الدينية التقليدية، وطبقة احتكار الإصدارات الإسلامية الكبيرة". يعتقد أن نجاح الإصدار الجديد سيعيد تعريف مفهوم السيادة المالية للشركات الأردنية، ويجعلها من مستهلك سلبي للاتنان البنكي إلى مصدر فاعل لأدوات استثمارية قائمة على الأصول الحقيقة.

وأشار الغرابي إلى أنه ورغم أن الأردن كان من أوائل الدول العربية التي أقرت قوانين الصكوك الإسلامية (عام ٢٠١٢)، فإن التأخير في التطبيق العلمي يحمل مسؤولية غير متوقعة هي القدرة على تحفيز أخطاء التجارب الإقليمية الأولى، وتبني نموذج هجين يجمع بين المركبة المالية في الرقابة الشرعية (غير الهيئة المركزية) والرونة الخليجية في ميكل الإصدار، ويعتبر أن نجاح الإصدار الجديد سيعيد تعريف أن نسبة تداول الصكوك الإسلامية تدار ما تتجاوز ١٥٪ من قيمتها الأساسية مقارنة بـ ٨٥٪ للسندات التقليدية، بسبب عوامل تقافية واجتماعية معاقة.

بدوره، يؤكد أستاذ الاقتصاد في جامعة آل البيت الدكتور عاصم أبو حلمت أن "هذا الإصدار يمثل بعده مالياً جيواسياسيًا مهمًا، ويسهم في وقت تشهد فيه المنطقة تحولات كبيرة في خريطة التمويل الإقليمي، مع تناوب قوة الصناديق السيادية غير التقليدية في السعودية والإمارات و قطر، يأتي هذا الإصدار كرسالة، شرط أن يستثمر في تطوير سوق تقييم منصة تناقضية لهذه التدفقات المالية، والا فإنه سيختار بتحول هذه الأداة إلى مجرد بديل تمويلي محلي دون تأثير استثماري إقليمي.

ويفت الوبي إلى أن "الأهمية الحقيقة لهذا الإصدار قد تكمن في كونه نموذجاً أولياً للتمويل القائم على الأصول الحقيقة في الاقتصاد الأردني. في وقت يعاني فيه الاقتصاد العالمي من فجوة بين القيمة السوقية للأصول المالية والقيمة الحقيقة للأصول الاقتصادية، تقدم الصكوك الإسلامية نموذجاً للربط المعاشر بين التمويل والإنجاح الحقيقي.

ويبين أنه على المدى المتوسط، يمكن لهذا الإصدار أن يكون حافزاً لإعادة هكلة سوق الديون المحلية، حيث أن نموذج المضاربة المطلقة يقدم بديلاً عن الاقتراض الائتماني السائد، مما قد يؤدي إلى تخفيف الضغوط التضخمية المرتبطة بأسعار الفائدة، ويساهم في تحفيز انتقال السياسة المالية في هذا المجال، ونكون متواقة مع الصكوك الإسلامية التي تأوي أحد أسرع قطاعات التمويل العالمي نمواً، حيث تقدر قيمتها الإجمالية بحوالي ١٥ تريليون دولار أميركي، محققاً توسيعاً ملحوظاً بعد أن تجاوزت عتبة التريليون دولار عام ٢٠٢٢.

وتتركز الهيئة على هذا السوق في عدد محدود من الدول، إذ تتحل ماليزيا الصدارة بنسبة تقارب ٤٠٪ من إجمالي الإصدارات العالمية، تليها المملكة العربية السعودية بحصة تبلغ نحو ٢٥٪، ثم الإمارات العربية المتحدة بحوالي ١٥٪، فلادونيسيا بما يقارب ٨٪، ويسطير هذه الدول الأربع معاً أكثر من ٨٨٪ من سوق الصكوك العالمي. (بترا- رائف الشيباني)

كيف الأردن" توقع اتفاقية مع الشركة المتخصصة للتمويل الإسلامي

عمان وقعت شركة كريف الأردن للمعلومات الائتمانية اتفاقية تقديم خدمات الاستعلام الائتماني مع الشركة المتخصصة للتمويل الإسلامي، المتخصصة من البنك المركزي الأردني، والمملوكة والتابعة للشركة المتخصصة للتاجير التمويلي - عضو مجموعة بنك الإسكان. ووقع الاتفاقية مدير عام شركة كريف الأردن الدكتور أحمد عاصمودي، ورئيس مجلس إدارة الشركة المتخصصة للتمويل الإسلامي رعد أبو رصاء، وذلك بحضور مدير عام الشركة المتخصصة للتمويل الإسلامي مروان أبو يوسف، إلى جانب عدد من أعضاء الادارة التقنية، وتوثيقاً لاتفاقية يهدف تعزيز كفاءة إدراة المخاطر ودعم القرارات الائتمانية لديها، وتوثيقها من تطوير منتجات خدمات مالية إسلامية متقدمة ومتقدمة، وأخيراً موافقة واستدامة، ما يتيح لها تعزيز انطلاقةها النوعية وحصتها السوقية، كما يعكس على قطاع التمويل الإسلامي، بالاستفادة من جودة قواعد بيانات "كيف الأردن"، ومن المؤسسة والخبرة التشغيلية والموارد التي توفرها المتخصصة للتاجير التمويلي.

وزارة الاستثمار تطرح فرصاً استثمارية في قطاعات مختلفة



عمان (بترا)- مشهور الشخانة أعلنت وزارة الاستثمار عن مجموعة من الفرص الاستثمارية ومشاريع الشراكة ضمن قطاعات التقل والبنية التحتية والخدمات اللوجستية عبر منصة "استثمر في الأردن" (invest.jo).

ووطرت الوزارة حزمة متكاملة من الفرص، وفق خريطة الاستثمارية موزعة على مختلف المحافظات، تغطي الأقاليم كافة، وتتضمن وصفاً للمشاريع المكتملة والقابلة للتنفيذ، والمراحل التنفيذية، وتسهيل وصول المستثمرين والشركات والمهنيين إلى معلومات المشاريع ذات الأولوية.

وتحدد المنصة إلى توسيع قاعدة الاطلاع لدى المستثمرين والشركات والمهنيين، وتسهيل وصول مشاريع موحدة توضح الفكرة، ونطاق العمل، ونموذج الشراكة، والأفاق الاقتصادية والتنموية لكل فرصة.

وتضمنت الفرص المتاحة للاطلاع مشاريع

استثمارية سيتم طرحها على مرحلتين مثل مشروع سوق

أربد المركزي الذي جرى بالفعل طرحه خلال الأيام الماضية، ومشاريع أخرى مستقبلية مثل مشروع الملاص

السريع (المرحلة الثانية) ومشروع جسر عمان بعاصمة

العقبة، إضافة إلى عدد من مشاريع النقل والبني التحتية

والمشاريع النوعية ذات القيمة المضافة.

وقال وزير الاستثمار طارق أبو غزاله لوكال

الأنباء الأردنية (بترا)، إن رؤية التحديث الاقتصادي

في مرحلتها الثانية تتكون نقطة تحول لإطلاق إمكانات

الاقتصاد الوطني وتحقيق معدلات نمو سيطره أثراها

على رفاه المواطن.

وأضاف، إن الرؤية ترتكز على تعزيز الاستثمارات

المحليه واستقطاب الاستثمارات الأجنبية في القطاعات

ذات الأولوية والتي من شأنها توزيع مكاسب التنمية على

مستوى أقاليم المملكة ومناطقها بهدف و توفير المزيد من

فرص العمل للمواطنين.

وأشار إلى أن الوزارة تعمل ضمن رؤى وتجهيزات

جلالة الملك عبد الله الثاني، وسوء الأمس الحسبي بن

عبد الله الثاني في المهد، ومتبعتها الدائمة وحرصها على دعم كل ما يتحقق الخير للأردن والآردنيين.

وبين أن الوزارة ستعمل على توفير كل متطلبات

وفد اقتصادي أردني يبحث في السعودية تعزيز التعاون الاقتصادي والتجاري



المواصفات الأساسية السعودية الإلزامية (اللوائح

الفنية) ولوائح إجراءات تقويم المطابقة المستمرة

تعتمدها بالتنسيق مع الأجهزة ذات العلاقة

والاشتراك في المنظمات الاقتصادية والدولية

وأكيد، أنه ومن خلال لجانه القطاعية

والجودة وتنبيل المملكة في هذه المنظمات

مباشر، انتلاعها من قناعة راسخة بهامية تسهيل

أياديه وتحقيق المطابقة

وتحليل الفرق من أشكال التنافسية

وأوضح الصانع، أن مقدار تقبيل

التجارة على الوضوح والتكميل، وبما يخدم مصالح

القطاعات التجارية المختلفة، ورؤساء غرف تجارية

من عدد من محافظات المملكة، إلى جانب ممثلي

القطاعات الاقتصادية ورؤسائها

وأكيد، أنه ومن خلال لقاءاته

مع ارتفاع التدفقات الاستثمارية الأجنبية ومتبعها من

البنية التحتية والخدمات اللوجستية

أجل تعزيز تنافسيتها محلية، وتسهيل ظائفها إلى الأسواق

الدولية، وضمان استدامة مناخ استثماري جذاب يعزز

الثقة المحلية والدولية.

وأكيد، أنه ومن خلال لقاءاته

مع ارتفاع التدفقات الاستثمارية

الدولية، وضمان استدامة مناخ استثماري جذاب يعزز

الثقة المحلية والدولية.

وأكيد، أنه ومن خلال لقاءاته

مع ارتفاع التدفقات الاستثمارية

الدولية، وضمان استدامة مناخ استثماري جذاب يعزز

الثقة المحلية والدولية.

وأكيد، أنه ومن خلال لقاءاته

مع ارتفاع التدفقات الاستثمارية

الدولية، وضمان استدامة مناخ استثماري جذاب يعزز

الثقة المحلية والدولية.

وأكيد، أنه ومن خلال لقاءاته

مع ارتفاع التدفقات الاستثمارية

الدولية، وضمان استدامة مناخ استثماري جذاب يعزز

الثقة المحلية والدولية.

وأكيد، أنه ومن خلال لقاءاته

مع ارتفاع التدفقات الاستثمارية

الدولية، وضمان استدامة مناخ استثماري جذاب يعزز

الثقة المحلية والدولية.

وأكيد، أنه ومن خلال لقاءاته

مع ارتفاع التدفقات الاستثمارية

الدولية، وضمان استدامة مناخ استثماري جذاب يعزز

الثقة المحلية والدولية.

وأكيد، أنه ومن خلال لقاءاته

مع ارتفاع التدفقات الاستثمارية

الدولية، وضمان استدامة مناخ استثماري جذاب يعزز

الثقة المحلية والدولية.

وأكيد، أنه ومن خلال لقاءاته

مع ارتفاع التدفقات الاستثمارية

الدولية، وضمان استدامة مناخ استثماري جذاب يعزز

الثقة المحلية والدولية.

وأكيد، أنه ومن خلال لقاءاته

مع ارتفاع التدفقات الاستثمارية

الدولية، وضمان استدامة مناخ استثماري جذاب يعزز

الثقة المحلية والدولية.

وأكيد، أنه ومن خلال لقاءاته

مع ارتفاع التدفقات الاستثمارية

الدولية، وضمان استدامة مناخ استثماري جذاب يعزز

الثقة المحلية والدولية.

وأكيد، أنه ومن خلال لقاءاته

مع ارتفاع التدفقات الاستثمارية

الدولية، وضمان استدامة مناخ استثماري جذاب يعزز

