

الدكتور يمانى: الرياضة مهمة حتى في رمضان وتجنبوا الاسراف في الطعام حماية للقلب

كتب - عبدالرحمن المنصور
شدد استشاري الطب الباطني وامراض القلب والاويعه الدوميه بمستشفى الملك خالد الجامعي الدكتور حسين عبدالله هاشم يمانى في تصريح خاص للرياض، على عدم الاسراف في تناول الطعام والشراب خلال هذا الشهر الكريم لاضافة الى تجنب المأكولات الدنيه الضارة كما حث الصيام على ضرورة ممارسة الرياضة بانتظام بشرط ان لا تكون مجهدة لاكتساب لياقة بدنيه عاليه ولانقاص الوزن للحدود الطبيعيه ونصح المدخنين بضرورة اقفام هذا الشهر الكريم ايضا للإقلاع عنه حيث يعتبر من عوامل الخطوره للإصابة بأمراض الشرايين التاجية وأمراض الرئة والاويعه الدوميه والسرطانات المختلفه.

جمعية الوادي توزع هداية خادم الحرمين على المحتاجين

وادي الدواسر - عبدالله الحمدان:
تسلمت جمعية وادي الدواسر الخيرية مكرمة خادم الحرمين الشريفين من التمر هذا العام.
ذكر ذلك لـ«الرياض» رئيس جمعية وادي الدواسر الخيرية الأستاذ محمد المسحان وقال بأن هذه الهدية من خادم الحرمين الشريفين أتت مع اطلاق شهر رمضان المبارك حيث قامت الجمعية بتوزيعها على المستحقين بالمحافظة والتي بلغت خمسة وعشرين طناً من التمر الفاخرة، هذا وقد دعا رئيس الجمعية لخدم الحرمين الشريفين ياد يمد في عمره ويقيه ذخراً للإسلام والمسلمين.



محمد الفايز

إعفاء مبتعثي معهد الإدارة من (٥٠٠ درجة) في التوفيل

كتب - منصور الحريبي:
صدرمعمالي الأستاذ محمد بن علي الفايز وزير الخدمة المدنية ورئيس مجلس ادارة معهد الإدارة العامة قراراً يقضي بإلغاء شرط حصول مبتعثي معهد الإدارة للماجستير على ٥٠٠ درجة في اختبار «التوفيل» كشرط لابتعاثهم ومساواة مبتعثي المعهد بما يطبق على مبتعثي الدولة فيما يتعلق بمتطلبات إجابة اللغة الإدارية العامة للحصول على درجة الماجستير وذلك بعد اجتيازهم برنامج اللغة الانجليزية وحصولهم على قبول من جامعات يوافق عليها المعهد وهم فارس معيوف العززي (إحصاء) وفائق منيف المطيري (إدارة صحية) وعائض سلطان اليمني (فانون خاص) وعواد سلطان السليمان (إدارة عامة) وزيد علي الشفيق (إدارة عامة) ويسام عبدالله البسام (تسويق).

القطاع الخاص شريك في التنمية موضوع برنامج «قضية وحوار».. اليوم

تناقش البرنامج الإثامي «قضية وحوار» في حلقة التي ستعقد عبر البرنامج الثاني من جدة هذا اليوم «الثلاثاء» الساعة ١٠ صباحاً وعشرين دقيقة ظهراً موضوعاً عن «القطاع الخاص شريك في التنمية»...
مما يذكر ان البرنامج حقق نجاحات كثيرة لمرحه الاميد من اللقاءات الهامة التي تهم المجتمع وتأتي تجسداً لحرص الدولة الرقي بالخدمات المقدمة للمواطنين والمقيمين

الأمير سلمان يكرم الأبرامع سلمان لهذا المغفل يسكن لها الأثر

السعودية للصناعات الدوائية، الأستاذ سعد ابراهيم المحلل أحد رجال الأعمال وعضو مجلس العرفة التجارية بالرياض.
البرنامج يعاد بثه فجر الأحد الساعة ٤:٥٠ وهو من إعداد وتقديم مذيع سعودي الجهنى.
مما يذكر ان البرنامج حقق نجاحات كثيرة لمرحه الاميد من اللقاءات الهامة التي تهم المجتمع وتأتي تجسداً لحرص الدولة الرقي بالخدمات المقدمة للمواطنين والمقيمين

الأمير سلمان يكرم الأبرامع سلمان لهذا المغفل يسكن لها الأثر

السعودية للصناعات الدوائية، الأستاذ سعد ابراهيم المحلل أحد رجال الأعمال وعضو مجلس العرفة التجارية بالرياض.
البرنامج يعاد بثه فجر الأحد الساعة ٤:٥٠ وهو من إعداد وتقديم مذيع سعودي الجهنى.
مما يذكر ان البرنامج حقق نجاحات كثيرة لمرحه الاميد من اللقاءات الهامة التي تهم المجتمع وتأتي تجسداً لحرص الدولة الرقي بالخدمات المقدمة للمواطنين والمقيمين

إلغاء قانون التواقي

تفريزياً كوميدياً قصيراً.
وأخبر عبدالعزیز شدو نائب رئيس البرلمان مكتب (رويترز) في القاهرة في حديث هاتفى: «الأمر يرتبط بصراع بين الخريش والجلس الوطني، إذا تصرف الرئيس والبرلمان بطريقة هادئة كان من الممكن أن يجل هذا الأمر... ولكن هناك حاجة لتسديد الموقف لدرجة إعلان حالة الطوارئ في البلاد».
وأضاف أن خلافاً نشب بين البشير الذي يرأس حزب المؤتمر الوطني الحاكم وحسن الترابي أمين عام الحزب منذ أسابيع من جراء تعديلات دستورية كان من شأنها تقليص سلطات الرئيس.

خياط تشرف بأداء

والإخلاص والعدل.
وقد تمنى الخياط الفقيه لـ التوفيق والسداد.
وحضر أداء التسم صاحب السمو الملكي الأمير عبدالله بن عبدالعزيز ولي العهد ونائب رئيس مجلس الوزراء ورئيس الحرس الوطني وصاحب السمو الملكي الأمير سلطان بن عبدالعزيز نائب الثاني لرئيس مجلس الوزراء ووزير الدفاع والطيران والمفتش العام ومعمالي رئيس مجلس الشورى الشيخ

البناء لله

عفيف - محمد الرشيد:
انتقل إلى جوار ربه الشيخ محمد الخليفي أحد أعيان محافظة عفيف وقد سبق على جثمانه جماع الأمير سلطان بن عبدالعزيز بدينية عفيف.
«الرياض» التي فيها التبا تقدم لآباءه الفقيد عبدالكريم وعبدالله وعطي وصالح وكافة أسرته الخليفي باصدق العزاء والواساة سائلين الله العلي العزير أن يعظم القفد بوسع رحمة ويسكنه جنة الفردوس.
«إن الله وإنا إليه راجعون»

الشيخ منسوب الرشدي إلى رحمة الله

جازان - عبده صفحي:
انتقل إلى رحمة الله تعالى الشيخ علي حوود ناصر صفحي شيخ قبيلة آل صفحي إثر مرض ألم به عن عمر يناهز ٥٨ عاماً.
«الرياض» التي فيها التبا تقدم للعميد العزاء والمواساة ليتفقد الله الوفي بواجب رحمة وبمساهمة فتح جنة وإليه أهلهم ونوهم الصبر والسلوان. «إنه سمع حبيب. «إن الله وإنا إليه راجعون»

الجنش الاسرائيلي بدأ

حول هذه المسألة.
وكانت الأنباء تحدثت عن نقل المفاوضات إلى الأردن و مصر لكن المصادر الليبوسياسية رجحت الأردن.
وعضت الصحيفة قائلة ان دمشق قررت عدم نقل المفاوضات إلى الضفة والقطاع (حتى لا تشتمل المفاوضات تماماً) مؤكدة بطريقة (واي بلايتشين) حيث تمت المفاوضات الفلسطينية الاسرائيلية.
أكد مصدر رسمي سوري في وقت لاحق تقرير صحيفة «الشرق الأوسط» وذكر مصدر سوري مطلع أس عن الوفد السوري سيتكون من ستة أعضاء من وزارة الخارجية.
وأضاف المصدر لوكالة (فرانس برس) أن الوفد الذي يرأسه وزير الخارجية فاروق الشرع يضم رياض الداودي مستشار وزير الخارجية ويوسف شكور العموري سفير سوريا في القاهرة ومسير قصير مدير مكتب الوزير وصيا ناصر منيرة مكتب أوروبا والشرق الأوسط في وزارة الخارجية.
وأشار المصدر أن سفير سوريا في واشنطن وليد القنديل وسخايل وجبة ممثل سورية في الأمم المتحدة سيضمان في الوفد.
كما سيركز في المفاوضات وضع عسكري عالمي المستوى وقد أمي كل تفرع معلومات عن أسماء واعضاؤه نقل المصدر.
وأشار المصدر لفرانس برس أن الوفد الذي يرأسه وزير الخارجية فاروق الشرع يضم رياض الداودي مستشار وزير الخارجية ويوسف شكور العموري سفير سوريا في القاهرة ومسير قصير مدير مكتب الوزير وصيا ناصر منيرة مكتب أوروبا والشرق الأوسط في وزارة الخارجية.
وأشار المصدر أن سفير سوريا في واشنطن وليد القنديل وسخايل وجبة ممثل سورية في الأمم المتحدة سيضمان في الوفد.
كما سيركز في المفاوضات وضع عسكري عالمي المستوى وقد أمي كل تفرع معلومات عن أسماء واعضاؤه نقل المصدر.

لبنان يعترم مطالبه

بحكم الأمر الواقع من قبل إسرائيل وبينها سبع مرتفعات، والموقع من قبل مطالبه ومنها سبع الوادي.
وأضاف المصدر نفسه ان لمدان لا يقبل بأي طريقة تعديلات خطية الحدود بين لبنان وفلسطين التي رسمتها عام ١٩٢٣ عصبة الأمم التي لا تقبل حل الأمر المتحد.
ولم يوضح هذا المصدر قيمة التعويضات التي صهبة النهر الواسعة الاطلاق لانه لم يشر إلى مبلغ ٨ مليارات دولار بينما ٣ مليارات من الأضرار التي أصعبت لبنان والتشبيته ٤ مليارات تعويضات للفلسطينيين الذين.
واستند الدراسة إلى ٧ التعويضات التي سمطيات رسميه في فترة عهد الاماراتات التي أبرمت عام ١٩٤٨ في ١٩٤٨ في ٢٧ ألف قتيل و ٤٨٨٥٥ جرحا.
قدرت بمئة ألف دولار للضحايا الذين قتلوا في الحرب العالمية الأولى.
وأوضحت المصادر الإسرائيلية أن الترحيل العسكري لوزير الجيش الإسرائيلي مهمه الأخراف إلى أعداد الخطط المتعلقة بسحب القوات الإسرائيلية من هضبة الجولان السورية المحتلة.
ويذكر أن سورية وضعت شروطاً لاستئناف المفاوضات مع إسرائيل يتخضم سحب القوات



ريال واحد في اليوم يوفّر لك راحة البال

٨٠٠ ١٢٤ ٩٩٩٠
مكالة مجانية واحدة. وريال واحد في اليوم. يكفي حمايتك من مخاطر الطريق. كيف ذلك؟ عندما تجوز وثيقة تأمين "الرخصة الخاصة" من "التعاونية للتأمين" فإنها تسدد عنك كافة مسؤولياتك تجاه الغير في أنفسهم وممتلكاتهم حتى ثلاثة ملايين ريال إذا تسببت بحادث سيارة سواء كانت السيارة التي تقودها ملكاً لك أم لغيرك. إن وثيقة تأمين "الرخصة الخاصة" معتمدة من قبل وزارة الداخلية ككفالة غرم وأداء للحق الخاص فلا تتعرض للتوقيف عند تسببك بحادث سيارة. يمكنك الحصول على كل هذه المزايا بكله واحدة فقط على الهاتف المجاني وبقسط سنوي ٣٦٥ ريالاً.



التعاونية للتأمين
NCCI
National Company for Cooperative Insurance
بنقتكم نبقى في الطليعة
ص ب ٨١٩٥٩ الرياض ١١٦٢٢ - فاكس ٨١ - ٢١٨٠