



الجرمن: "الثروة الحقيقية للإمارات تتمثل في الإنسان، وفي تمكينه من مواجهة التحديات"



الجرمن يكرم 60 فائزاً بالدورة الـ 19 لجائزة
مواصلات الإمارات للسلامة والتربية المرورية



"المواصلات الحكومية" تبرم عقوداً بقيمة 48 مليون درهم

توفير 1,450 مركبة ودراجة نارية لنقل الأغذية

محتويات العدد

وفد من جامعة الملك عبدالعزيز بجدة يناقش التعاون مع مواصلات الإمارات



الفوز بفئة المجال التطوعي والإنساني في الدورة السادسة من جائزة أفكار الإمارات



خالد يوسف
”نستهدف تحقيق نمو في العائدات بأكثر من 25% في العام الحالي“



نشرة شهرية تصدرها إدارة الاتصال الحكومي

الإشراف العام

حنان محمد صقر

مدير التحرير

عبد الله محمد حسن

هيئة التحرير

هند شاكر

حسام عرفة

إيمان الأميري

إعداد وإخراج

كلثم درويش العسكر

للتواصل:

هاتف: 04 2090927

فاكس: 04 2863050

ص.ب: 5757 دبي

البريد الإلكتروني: etmag@et.gov.ae

الموقع الإلكتروني: www.et.gov.ae

للجميع، في كل مكان.
FOR EVERYONE, EVERYWHERE.

@EmiratesTrans et.gov.ae 800 6006



الرؤية

التميز والريادة في المواصلات والخدمات المستدامة.

الرسالة

المساهمة في تحقيق أعلى مستويات الرفاهية والراحة لشركائنا وعملائنا من الأفراد والمؤسسات من خلال فريق من الموارد البشرية المبدعة يقدم خدمات النقل المتعدد وأنشطة الصيانة والتأجير وإدارة المرافق والخدمات التكميلية والتسويقية وفق معايير الأمن والسلامة المهنية والبيئية.

الجوائز والشهادات:





من أصل 1,195 مشاركة من الأفراد والمؤسسات في مختلف فئات الجائزة الجرمن يكرم 60 فائزاً بالدورة الـ 19 لجائزة مواصلات الإمارات للسلامة والتربية المرورية

وأهمها الطالب، حيث تحتل سلامته رأس الأولويات الاستراتيجية في المؤسسة، وهي بمثابة الموجه الرئيس لكافة خدماتها وأنشطتها في قطاع المواصلات. جاء ذلك خلال كلمة سعادته في حفل تكريم الفائزين بجائزة مواصلات الإمارات للسلامة والتربية المرورية في دورتها التاسعة عشرة للعام الدراسي 2017/2016، والذي عقد صباح "الخميس"، في فندق "روضة البستان" بدبي، تحت رعاية معالي حسين إبراهيم الحمادي وزير التربية والتعليم، رئيس مجلس إدارة مواصلات الإمارات، وبحضور ممثلين عن وزارة الداخلية، ووزارة التربية والتعليم، ودائرة التعليم والمعرفة بأبوظبي، ومدراء المناطق والمكاتب التعليمية، والفائزين من الطلبة وأولياء أمورهم والإدارات المدرسية، إلى جانب لفييف من قيادات



جائزة مواصلات الإمارات للسلامة والتربية المرورية
Emirates Transport Awards for Traffic Safety and Education

- الجرمن: جائزة السلامة والتربية المرورية تنسجم مع توجهات الدولة نحو الارتقاء بخدمات السير والمرور والسلامة المرورية، وتحديث أنظمتها المعتمدة.
- الجرمن: "السلامة مساحة خصبة لإطلاق العنان لأفكارنا نحو مزيد من الابتكار والإبداع، والمجتمع بحاجة إلى كل عنصر من عناصره الشابة للمشاركة في ازدهاره واستقراره".
- نصف مليون درهم إجمالي قيمة الجوائز المقدمة للفائزين.

أكد سعادة محمد عبدالله الجرمن مدير عام مواصلات الإمارات أن استمرارية النجاحات التي تحققتها دولة الإمارات العربية المتحدة في مجال السلامة المرورية هي تأكيد واضح على اهتمام وسعي قيادتنا الرشيدة لحماية الأرواح والممتلكات والمحافظة على الحياة الكريمة والأمنة للمواطنين والمقيمين والزوار في الدولة. وأشاد سعادته بالمبادرات والتشريعات المتواصلة التي تشهدها الدولة للارتقاء بخدمات السير والمرور والسلامة المرورية، وتحديث أنظمتها المعتمدة، وبما يحقق المستهدف من المؤشرات المرورية، والمؤشر الوطني لخفض الوفيات من 6 إلى 3 لكل 100 ألف من السكان بحلول عام 2021، موضحاً أن جهود مواصلات الإمارات -وعلى رأسها جائزة السلامة والتربية المرورية- تأتي بصورة متناسقة ومنسجمة مع هذه التوجهات السديدة من خلال تعزيز ثقافة السلامة المرورية بين عناصر المجتمع المدرسي





إلى الشركاء الداعمين للجائزة، لا سيما وزارة التربية والتعليم، ودائرة التعليم والمعرفة بأبوظبي، ووزارة الداخلية، وكذلك وجه الشكر لفريق العمل المشرف على تنظيم الجائزة وتحكيم المشاركات فيها والتي اتسمت جهودها بالمهنية والاحترافية والشفافية، مما يثمر عاماً بعد آخر في إنجاح الجائزة وبلوغها لأهدافها السامية المتمثلة في الحفاظ على سلامة الطلبة خلال عملية النقل المدرسي.

وأكد الجرمين أن المبادرات والمشاريع المتميزة التي حققت الفوز واستحققت التكريم تدل بوضوح أن السلامة مساحة خصبة لإطلاق العنان أفكار الطلبة وباقي عناصر المجتمع المدرسي نحو مزيد من الابتكار والإبداع، فالمجتمع بحاجة إلى كل عنصر من عناصره الشابة للمشاركة في ازدهاره واستقراره.

وتضمن برنامج الحفل عرض فقرة فنية تعريفية عن الجائزة، تناولت الجهود التي تبذلها مواصلات الإمارات لتعزيز منظومة السلامة لأبنائنا الطلبة، تلا ذلك تكريم الشركاء الداعمين للجائزة نظير تعاونهم الإيجابي في نشر فكر السلامة والتوعية المرورية بين الطلبة، إلى جانب تكريم الجهات المساهمة من القيادات الشرطة في الدولة ودورهم في دعم الجائزة وأهدافها.

ثم كرم سعادة محمد الجرمين 60 فائزاً ضمت الفئات الرئيسية والفرعية المختلفة للجائزة والتي تتضمن المدارس الحكومية والخاصة والطلبة وأولياء أمورهم وآخرين، حيث جرى تكريم المشروعات المتميزة للمدارس الحكومية والخاصة الفائزة، والطلبة الفائزين في فئة الإبداع والابتكار التي شملت أفضل لوحة فنية، وأفضل برنامج تقني، وأفضل فيلم قصير، وأفضل صورة فوتوغرافية، علاوةً على المحترفين والفائزين في فئة الإبداع والابتكار أيضاً، والفائزين بفئة الأسرة المثالية، وجرى كذلك تكريم إدارات 3 مناطق تعليمية، والتي أسهمت بشكل كبير في دعم الجائزة من خلال تحقيقها أعلى درجات المشاركة للمدارس التابعة لها، وإلى جانب تكريم هؤلاء الفائزين؛ جرى تكريم 3 من فروع المواصلات المدرسية الأكثر تفاعلاً ونشاطاً مع الجائزة، وتكريم فريق لجنة التحكيم، وتلا ذلك دعوة لمأدبة الغداء المقامة على شرف الفائزين.

وتفصيلاً؛ بلغ عدد المشاركات في الجائزة 1,195 مشاركة مختلفة، حيث توزعت حسب الفئات إلى 24 مشاركة من المدارس الحكومية، و1,141 مشاركة ضمن المشروعات المتميزة للطلبة من كافة المراحل، وبلغ إجمالي المشاركات في فئة أفضل لوحة 862



مواصلات الإمارات وموظفيها. وأوضح مدير عام مواصلات الإمارات أن المؤسسة تقوم ومن خلال مركزي المواصلات المدرسية الحكومية والخاصة، وبدعم من مركز خدمات المدارس، بنقل ما يفوق 240 ألف طالب وطالبة يومياً إلى 719 مدرسة حكومية وخاصة، مستعرضاً جهودها خلال العام الماضي على صعيد التوعية والتثقيف وتدريب السائقين والمشرفات والصعيدين المجتمعي والمؤسسي، حيث تم تنظيم 767 دورة توعوية مختلفة، وتوزيع أكثر من 185 ألف إصدار إرشادي على طلبة المدارس الحكومية والخاصة، ونوّه بانعقاد الموسم السادس من حملة (شهر السلامة والصحة المهنية) الذي شهد 110 فعالية مختلفة، و30 مشاركة خارجية و33 ألف مشاركة من داخل المؤسسة، إضافة إلى تنظيم أسبوع المواصلات المدرسية قبل بدء العام الدراسي الجديد، حيث أثمرت تلك الجهود عن تحقيق نتائج إيجابية في مؤشرات الحوادث المرورية من خلال مقارنة نتائج عام 2017 بعام 2016، إذ انخفض إجمالي الحوادث المرورية التي تسبب بها سائقو المؤسسة وكذلك إجمالي الحوادث المرورية لأسطول المؤسسة بنسبة 9% مقارنة بالعام 2016.

وتوجه سعادته بالتهنئة للفائزين بالجائزة وأعرب عن تقديره البالغ لأولياء الأمور والأسر التي بادرت إلى تشجيع أبنائها للمشاركة، كما تقدم بالشكر والامتنانا

DRIVING THE FUTURE

Sunwin Buses – THE choice for schools and educational institutions across the UAE



Sunwin Buses are specifically designed to meet the UAE's stringent school bus requirements. Utilising European technology and assembly standards, Sunwin buses guarantee high quality, maximum safety transportation to the school children of the UAE.

SWAIDAN TRADING – THE LEADER IN SCHOOL TRANSPORT SOLUTIONS



Toll Free: 800 437

email: bus.sales@alnaboodah.com
www.alnaboodah.com

• Dubai • Abu Dhabi • Al Ain • Sharjah • Ras Al Khaimah • Fujairah



SWAIDAN TRADING CO. LLC

Part of Al Naboodah Group Enterprises

PRESERVING OUR HERITAGE
& WORKING FOR A SUSTAINABLE FUTURE

مشاركة، وفي فئة أفضل برنامج تقني 137 مشاركة، فيما كان عدد المشاركين في فئة مشروع أفضل فيلم قصير للطلبة 40 مشاركة، و59 مشاركة في فئة أفضل صورة فوتوغرافية، أما فئة أفضل ابتكار واختراع فتلقت 15 مشاركة، كما شاركت 16 أسرة ضمن فئة أسرة السلامة فضلاً عن مشاركات فئة المحترفين، وبلغ إجمالي قيمة المكافآت المادية والعينية التي نالها الفائزون نحو نصف مليون درهم، وتعتبر الأكبر والأغنى من نوعها في المنطقة.

وفي سياق متصل؛ أصدرت مواصلات الإمارات منذ مدة الدليل السنوي للمشاركة في جائزة مواصلات





بمناسبة يوم الشهيد..

الجرمن: "الشهداء منبع فخرنا واعتزازنا ومصدر إلهامنا"



بمناسبة يوم الشهيد، والذي يصادف 30 نوفمبر؛ قام سعادة محمد عبدالله الجرمن مدير عام مواصلات الإمارات بتسجيل كلمة حول هذه المناسبة في ركن الشهيد المقام بالتزامن مع احتفالات المؤسسة باليوم الوطني 46، قال فيها: "توجه بالتقدير والامتنان إلى شهداء الإمارات الذين قدموا التضحيات العظيمة في سبيل الدفاع عن الحق وتأدية الواجب الإنساني، فهم منبع فخرنا واعتزازنا ومصدر إلهامنا، ودافع لزملائهم من جنود الإمارات البواسل لمواصلة أداء

المهام والواجبات الوطنية المنوطة بهم على أكمل وجه".

ووجه التحية إلى أسر الشهداء وأمهاتهم اللاتي أنجن رجالاً أثبتوا أن حب الوطن والتفاني للدفاع عن الأرض والذود عن حياضه وحماية مكتسباته هي قيم أصيلة غرست فيهم منذ صغرهم، فأثمرت مواقف بطولية مشرفة وأمثلة رائعة في بذل أنبل ما يمكن أن يقدمه المرء في سبيل الوطن.



يوم الشهيد

COMMEMORATION DAY الإمارات العربية المتحدة UNITED ARAB EMIRATES

في إطار الاحتفال باليوم الوطني 46 تحت شعار "عام زايد" الجرمن: "الثروة الحقيقية للإمارات تتمثل في الإنسان، وفي تمكينه من مواجهة التحديات"

جاء ذلك في الكلمة التي ألقاها سعادته أثناء من الموظفين والمتعاملين. افتتاحه الحفل الرسمي لمواصلات الإمارات وبهذه المناسبة، رفع الجرمن التهاني بمناسبة اليوم الوطني 46 والذي عقد في مقر والتبريكات إلى صاحب السمو خليفة الإدارة العامة بأم الرموم في دبي، تحت شعار بن زايد آل نهيان حفظه الله، وأخيه صاحب "عام زايد"، بحضور المدراء التنفيذيين ومدراء السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب الإمارات ومراكز الأعمال والفروع وحشد كبير رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم



أكد سعادة محمد عبدالله الجرمن مدير عام مواصلات الإمارات، على أن الاحتفال السنوي بمناسبة اليوم الوطني هو احتفاءً واستذكار لجهود القادة المؤسسين وعلى رأسهم القائد المؤسس المغفور له بإذن الله الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، والذين أرسوا دعائم الاتحاد ووضعوا بكل جهد وإخلاص اللبنة الأولى في بناء هذا الكيان الشامخ، وجاء من بعدهم خيرٌ من يكمل المسيرة، بقيادة صاحب السموّ الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان، فاستلهموا قيم الرعيّل الأول، وساروا على نهجهم في مختلف مواقع العمل الوطني.



دبي رعاه الله، وإخوانهما أصحاب السمو أعضاء المجلس الأعلى للاتحاد حكام الإمارات وأولياء العهود، وكذلك جميع مواطني الدولة والمقيمين على أرضها الطيبة.

وقال سعادته: "في هذا اليوم البهيج نضيء شمعة أخرى على طريق مسيرة الاتحاد التي انطلقت في الثاني من ديسمبر 1971، ومنذ ذلك اليوم أدرك المؤسسون بأن الثروة الحقيقية للإمارات تتمثل في الإنسان، وفي تمكينه من مواجهة التحديات، ومن مواكبة متطلبات العصر، وفي تعزيز دوره في تحقيق التقدم والازدهار، والعمل على بناء مجتمعٍ ينعمُ بالأمن والسلامة والرفاهية والكرامة، وتأسيس اقتصادٍ متنوع ومتجدد ومستدام". وأشار الجرمن إلى حرص الحكومة الرشيدة على تمكين المؤسسات الاتحادية والمحلية

والشركات الوطنية ومؤسسات القطاع الخاص وباقي مؤسسات المجتمع من خدمة المواطنين والمقيمين والوفاء باحتياجاتهم وتلبية تطلعاتهم، لتمكينهم من العيش في وطن آمن ومتطور ومنفتح على العالم الخارجي، وهو ما يتوافق مع رؤية الإمارات 2021 ومسيرتها نحو المئوية 2071، معبراً عن فخر مواصلات الإمارات ومجموعة شركاتها التابعة في أن تكون إحدى أهم أركان نجاح هذه التجربة الاتحادية، ومن المؤسسات الحكومية الرائدة ومنذ عام 1981 في دعم الاقتصاد الوطني وتعزيز استثماراتها، وذلك من خلال توفير أفضل خدمات النقل والتأجير والخدمات الفنية.

واختتم سعادته بذكرى الشهداء العطرة قائلاً: "نتوجه بالتقدير والامتنان إلى شهداء الإمارات الذين قدموا التضحيات العظيمة في سبيل الدفاع عن الحق وتأييد الواجب الإنساني، فهم منبع فخرنا واعتزازنا ومصدر إلهامنا، ودافع لزملائهم من جنود الإمارات والبواسل لمواصلة أداء المهمات والواجبات الوطنية المنوطة بهم على أكمل وجه".

وعقب كلمته؛ اطلع مدير عام مواصلات الإمارات على أوبريت الوطن من تقديم مدرسة فاطمة الزهراء للتعليم الأساسي، إلى جانب لوح فنية مختلفة عن حضارات الدول والشعوب تحت اسم "ثقافات على أرض الإمارات" قدمها موظفو المؤسسة من مختلف الجاليات، وتخلل الحفل عرض الفرقة الحربية ومسابقات ثقافية للحضور وألعاب خاصة بتعزيز روح الفريق.

وتجول الجرمن يصحبه عدد من المدراء التنفيذيين للاطلاع على الأركان والزوايا التراثية المقامة بمناسبة الحفل، من بينها مجلس السعادة، وركن الشهيد، والقهوة الشعبية، وركن الحرف اليدوية، وركن الأسر المنتجة، وشارك في العديد من الفعاليات المصاحبة. يذكر أن الحفل تضمن كذلك إجراء مسابقة أفضل طبق شعبي وأجمل توزيعات من الإدارات المختلفة في المؤسسة.





مواصلات نموہ اللافت في الأرباع الثلاثة الأولى من العام الحالي "المواصلات الحكومية" تبرم عقوداً بقيمة 48 مليون درهم

أبرم مركز المواصلات الحكومية (أحد مراكز الأعمال وبما يفوق تطلعات المتعاملين، ولفت إلى أن نتائج التابعة لمواصلات الإمارات) خلال الأسابيع الماضية أعمال مركز المواصلات الحكومية تواصل النمو في الربع مجموعة من العقود الجديدة والمجددة مع عدد الرابع من العام الحالي، استكمالاً للإنجازات البارزة التي من الجهات المختلفة، ومدد تعاقدية متفاوتة بقيمة حققها المركز في الأرباع الثلاثة الماضية، حيث أضاف إجمالي بلغت 48 مليون درهم، من بينها عقدان بلغت إليها مجموعة من العقود المهمة التي تثبت كفاءة الأداء، وجودة الخدمات التي يقدمها للمتعاملين، وتنوع الحلول التي يوفرها لهم والتي تستجيب لتطلعاتهم وأعرب وليد المهيري المدير التنفيذي لدائرة النقل والتأجير عن شكره وامتنانه للمتعاملين الذين منحوا ثقتهم للمركز، مؤكداً حرص فرق العمل على تقديم أفضل ما لديهم للوفاء بتلك العقود على النحو الأمثل، فيه نظير تميزهم، مبيناً أن الاستراتيجية الناجحة التي



ينتهجها المركز بإشراف وتوجيه من الإدارة التنفيذية للمؤسسة أثمرت عن استقطاب هذا العدد اللافت من كبار المتعاملين الحكوميين من وزارات وهيئات ومؤسسات وغيرها، داعياً مسؤولي المركز إلى البناء على الإنجازات المحققة، واتباع السبل الكفيلة بمواصلة هذا النمو اللافت.

وتفصيلاً، أوضح عبدالغفار محمد يوسف مدير مركز المواصلات الحكومية أن أهم العقود المبرمة كان كل من مركز تقييم للمعلومات التجارية ومع شركة كريف جولف دبي ورلد سنترال، إذ يمتد التعاقد مع كل منهما لمدة 5 سنوات وبإجمالي 23.2 مليون درهم لكل

متعامل، على أن يتم توفير 100 مركبة للوفاء بالتزامات كل عقد على حدة.

وبيّن عبدالغفار محمد يوسف أن الخطط الطموحة للمركز مستمدة من توجهات المؤسسة واستراتيجيتها بصفة عامة، وأن تركيز المركز منصب باستمرار على توسيع قاعدة المتعاملين الحكوميين عبر رصد احتياجاتهم وتطوير العلاقات معهم، مع الارتقاء المستمر بجودة الخدمات، وابتكار المزيد من الحلول الخدمية التي من شأنها استقطاب متعاملين جدد والحفاظ على الموقع الريادي للمؤسسة في هذا المجال.

يذكر أن أسطول مركز المواصلات الحكومية يزيد عن 3,000 مركبة، فيما يبلغ عدد السائقين العاملين لديه قرابة 2,000 سائق، وأن المركز يدير عقوداً ويقدم خدماته المتميزة لعدد كبير من الجهات الحكومية الاتحادية والمحلية، لا سيما الوزارات والمؤسسات والهيئات والجهات الأكاديمية في جميع إمارات الدولة، ويحرص على تأهيل وتدريب سائقيه وموظفيه باستمرار لضمان تحقيق أعلى مستويات الخدمة والراحة للمتعاملين



تحوي أنظمة للتحكم ومراقبة درجة الحرارة وأنظمة التتبع الذكية GPS وتخدم متعاملها في قطاعات الأغذية توفير 1,450 مركبة ودراجة نارية مخصصة لتوصيل الأغذية

بطاقات سالك، وبطاقات الوقود، إضافة إلى تزويدها بشبك
الحماية للدراجة وخوذة للسائقين، علاوة على تقديم
خدمة السائق والدراجة البديلة خلال عمليات الصيانة
أو الإجازات، وأيضاً توفير الخدمات على مدار الساعة وفي
مختلف مناطق الدولة، مشيراً أنه وفي إطار تحقيق أقصى
معايير السلامة، تعمل المؤسسة وبشكل دوري على تنفيذ
عمليات الصيانة لمركبات النقل المبرد.
الجدير بالذكر أن المركز وعبر أسطوله الضخم والمتخصص
يقدم خدمات توصيل متنوعة ومرنة تلبي مختلف

احتياجات المتعاملين فضلاً عن توصيل الأغذية، بما ذلك
توصيل البريد والطرود وغيرها، وتستفيد من خدماته
كبريات الشركات والمتاجر المتنوعة ومواقع التجارة
الإلكترونية إلى جانب المطاعم وشركات الأغذية، وقد شهد
أسطول المؤسسة من الدراجات النارية نمواً لافتاً خلال
السنوات القليلة الماضية، حيث ارتفع عددها من 946
دراجة في عام 2015 إلى 1,460 دراجة في نهاية عام 2016،
وصولاً إلى نحو 2,000 دراجة حالياً، الأمر الذي يدل على
ارتفاع كبير في الطلب على خدمات المؤسسة في هذا المجال.



في إطار تحقيق هدفها الاستراتيجي في تطوير عمليات
وخدمات المواصلات والأنشطة اللوجستية والفنية بربحية
وتقنية تفي بتوقعات المتعاملين، عملت مواصلات
الإمارات ممثلة بمركز الإمارات للنقل والتأجير - أحد مراكز
الأعمال التابعة للمؤسسة - على توفير مركبات ودراجات
نارية مخصصة لتوصيل الأغذية في جميع أنحاء الدولة
(الدليفي)، وذلك من خلال 1,450 مركبة ودراجة نارية
مخصصة لخدمة متعاملها في قطاعات الأغذية.

وقال السيد طارق الصيداوي مدير مركز الإمارات للنقل
والتأجير في مواصلات الإمارات، إن المؤسسة وضمن
اختصاصاتها في قطاع النقل والمواصلات، تقدم لمتعاملها
خدمات تأجير المركبات والدراجات النارية المخصصة
لخدمة متعاملها في قطاعات الأغذية من قبيل المطاعم،
ومراكز التسوق، ومستودعات التخزين، وتجار الجملة
والمفرق، وذلك من خلال 1,450 مركبة متنوعة تشمل 800
دراجة نارية، و400 سيارة و250 شاحنة مبردة، موضحاً
أن هذه المركبات تعمل على نقل وتوصيل المواد الغذائية
المجمدة، والأطعمة والمشروبات الطازجة، إضافة إلى نقل
المثلجات، وفق أفضل الشروط والمعايير الصحية، بما يضمن

تقديم خدمات تفوق توقعات المتعاملين.
وأوضح الصيداوي أن مركبات نقل الأغذية تطبق أفضل
معايير السلامة الغذائية العالمية خلال عمليات النقل،
حيث تحوي المركبات ومن خلال صناديق نقل الأغذية
على أنظمة للتحكم ومراقبة درجة الحرارة، لضمان
إبقاء درجات الحرارة في الصندوق ملائمة لطبيعة المادة
الغذائية المنقولة، وبالتالي تفادي الخسائر الناجمة عن
تلف البضائع المبردة نتيجة تبدل درجات الحرارة، مضيفاً
أن المركبات تحوي أيضاً أنظمة التتبع الذكية GPS والتي
توفر للسائق معلومات وبيانات الوصول إلى المواقع
المحددة في زمن قياسي، كما تتوفر في الدراجات النارية





لمدة 3 سنوات

إبرام عقد مع "صحة أبوظبي" لتوفير 34 مركبة و28 سائق

دائرة الصحة
DEPARTMENT OF HEALTH



أبرمت مواصلات الإمارات ممثلة بمركز أبوظبي للنقل والتأجير - أحد مراكز الأعمال الاستثمارية التابعة للمؤسسة - عقداً مع دائرة الصحة بأبوظبي لتوفير 34 مركبة و28 سائق لمدة 3 سنوات. وأوضح مدير مركز أبوظبي للنقل والتأجير، أن عقد دائرة الصحة بأبوظبي الممتد لثلاث سنوات يتضمن توفير 34 مركبة و28 سائق، ليصل إجمالي عدد المركبات التي يوفرها المركز للدائرة إلى 58 مركبة و50 سائق، مؤكداً أن مواصلات الإمارات حريصة على دعم خدمات وعمليات الدائرة، وتلبية التوسع والطلب المتزايد لدى متعاملليها من خلال توفير باقة من الخدمات التي تضمن إسعادهم وتناول رضاهم. وأشار أن مركز أبوظبي للنقل والتأجير يواصل

مواصلات الإمارات

لجميع، في كل مكان.

النقل والتأجير

نوفر لمتعاملينا من كافة القطاعات العديد من خدمات النقل والتأجير قصير وطويل الأمد ذات الكفاءة العالية.

النقل الحكومي



النقل التجاري



الدراجات النارية ومركبات الغولف الكهربائية



تأجير السيارات



النقل الجامعي



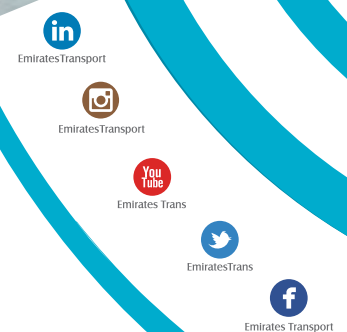
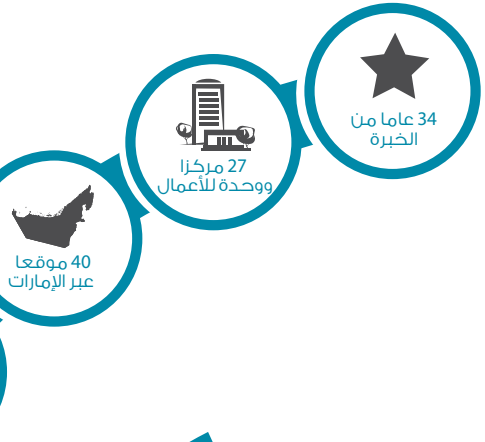
خدمة صف السيارات



خدمة الليموزين



et.gov.ae



مركز الاتصال
800 6006
Call Center
et.gov.ae



اطلع على تجربة معهد مواصلات الإمارات للسياسة

وفد من جامعة الملك عبدالعزيز بجدة يناقش التعاون مع المؤسسة

استقبلت مواصلات الإمارات وفداً زائراً من جامعة الملك عبدالعزيز من المملكة العربية السعودية للوقوف على التجربة الثرية للمؤسسة في مجال خدمات تعليم القيادة والسياسة وقيادة المركبات، والاستفادة من خبراتها في هذا المجال، حيث بحث الوفد على مدى يومين فرص التعاون مع معهد مواصلات الإمارات للسياسة في إنشاء مركز مماثل تحت إدارة الجامعة في جدة.

وقد التقى سعادة محمد عبدالله الجرمن مدير عام مواصلات الإمارات الوفد الذي ضم كلاً من رئيس الوفد أ.د. عبدالله عمر بافيل وكيل الجامعة للأعمال والإبداع المعرفي، وأ.د. عبدالله سعيد الغامدي وكيل الجامعة للمشاريع، وأ.د. عدنان حمزة محمد زاهد مستشار مدير الجامعة وعدد من مسؤولي الجامعة والمدراء، وذلك في مبنى الإدارة العامة للمؤسسة بدبي بحضور كل من

م. عبدالله الكندي المدير التنفيذي لدائرة تطوير الأعمال، وبدر العطار المدير التنفيذي لدائرة الخدمات اللوجستية وعبدالله عبد الرحمن مدير مركز تعليم القيادة.

ودراسة إمكانية تقديم التدريب اللازم للكوادر النسائية، على أن يتم الإشراف على تلك الخطوات لا سيما أثناء التأسيس والإنشاء من قبل معهد مواصلات الإمارات للسياسة.

وقام السيد عبدالله عبد الرحمن بتقديم عرض تقديمي حول أهداف إنشاء معهد مواصلات الإمارات للسياسة وخدماته والمزايا التي يتمتع بها، والنتائج التي حققها منذ إنطلاقه العام الماضي، كما قام الوفد الزائر في اليوم التالي بزيارة ميدانية الى موقع المعهد في منطقة ورسان بدبي للتعرف على الخدمات المقدمة، والوقوف على البنية التحتية للمعهد، وأنظمة العمل المتبعة، والمناهج المعتمدة.

وتعقيباً على الزيارة؛ شكر سعادة محمد عبدالله الجرمن الوفد الزائر لاهتمامه بالاطلاع على تجربة مواصلات الإمارات وإمكاناتها في هذا المجال، قائلاً إن خبرة مواصلات الإمارات الكبيرة والممتدة لعدة عقود، جعلت منها واحدة من أبرز المشغلين لخدمات النقل والتأجير على مستوى دولة الإمارات بالكامل بل وحتى على المستوى الإقليمي، علاوةً على الخدمات الفنية واللوجستية التي توفرها.

وأضاف الجرمن أن النجاح متواصل على الوتير نفسها في مجال خدمات التدريب وتعليم القيادة، لافتاً إلى أن المعهد تمكن في غضون وقت قياسي من نيل ثقة الجهات التشريعية والفنية المتخصصة المحلية والدولية؛ ليغدو أحدث المعاهد الحكومية

وتأتي هذه الزيارة بهدف بحث إمكانية التعاون بين الطرفين في ظل رغبة الجامعة بتأسيس مركز لتعليم القيادة في مدينة جدة لكلا الجنسين، والتعرف على أفضل الممارسات في هذا الشأن،





التي تقدم هذا النوع من الخدمات على مستوى إمارات دبي، إذ حظي بعضوية الجمعية الملكية البريطانية للحد من الحوادث "روسبا"، إضافة إلى الحصول على شهادة نظام إدارة جودة التدريب ISO10015:1999 فضلاً عن اعتماده من قبل الجهات التشريعية في الدولة، وقد تمكن خلال عام 2017 من تدريب 17,305 سائقين وسائقات. من جانبه، أثنى أ.د. عبدالله عمر بافيل على حفاوة الاستقبال وكرم الضيافة من قبل المؤسسة، معرباً عن أمله في أن تمهد هذه الزيارة إلى المزيد من اللقاءات مستقبلاً، وأن تؤسس للمزيد من التعاون البناء للطرفين في مجالات الأعمال والاستثمار المختلفة، وبما يواكب المتطلبات والتوجهات التنموية الراهنة في كل من السعودية والإمارات في ظل التعاون الاقتصادي المشترك بينهما.

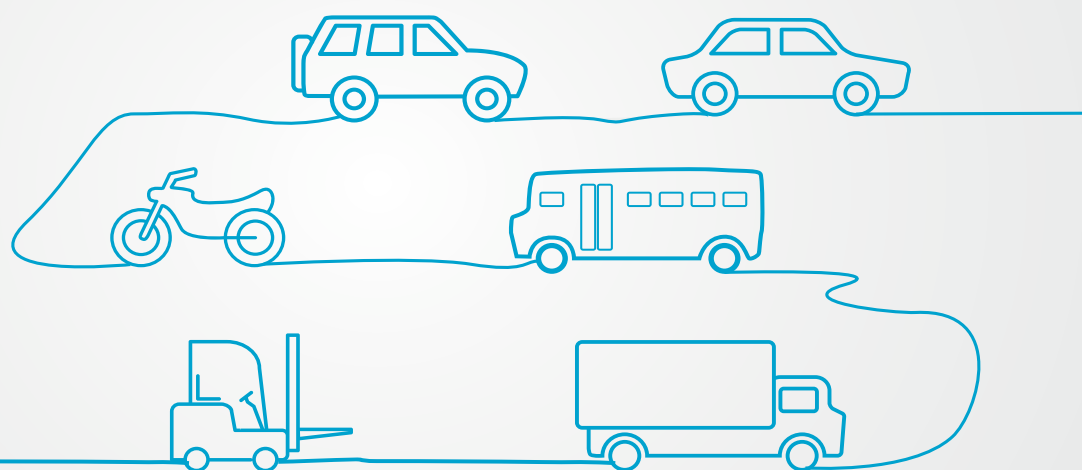
كما أبدى بافيل أثناء الزيارة الميدانية لمعهد مواصلات الإمارات للسياقة إعجابه بمستوى العمل والخدمات المقدمة من قبل المعهد، وتطور البنى التحتية والمرافق وأنظمة العمل.

عن أمه في أن تمهد هذه الزيارة إلى المزيد من



معهد مواصلات الإمارات للسياقة

مهارة القيادة تبدأ هنا



أياماً يكن نوع المركبة التي ترغب في قيادتها

معهد مواصلات الإمارات للسياقة
الوجهة الجديدة في عالم التدريب!

مواصلات الإمارات
Emirates Transport

عضو بمجموعة مراكز أعمال مواصلات الإمارات
A subsidiary of Emirates Transport

تقدم بطلبك للحصول على
رخصة القيادة الآن
مركز الاتصال: 8006006

على ضوء التعاقد القائم لتوفير مركبات للهيئة استقبال وفد من "ديوا" للتعرف على التقنيات الذكية في الحافلات

حلول مراقبة الحافلات، وتعرف خلال الزيارة وممارساتها الذكية المطبقة في مجالات النقل، على عدد من الحلول التقنية التي تناسب والتي أثرت العديد من الجوائز المحلية متطلبات الهيئة بشأن نقل موظفيها، وذلك والعالمية والمبادرات الرائدة ما يؤكد أهمية على ضوء العقد المبرم مع المؤسسة والذي دورها في ضمان نقل آمن ومستدام لجميع يتم بموجبه توفير 343 مركبة متنوعة للهيئة. المتعاملين. وأبدى الوفد إعجابه بخبرة مواصلات الإمارات

هيئة كهرباء ومياه دبي
Dubai Electricity & Water Authority



استقبلت مواصلات الامارات في مقرها بأمر رؤية المؤسسة واستراتيجيتها وأهدافها الرمولى في إمارة دبي وفداً من هيئة كهرباء وقيمها المؤسسية، وتجربتها وخبرتها في مجال ومياه دبي "ديوا"، للتعرف على تجربة النقل والتي تمتد لأكثر من 35 عاماً، كما تم المؤسسة في مجال حلول النقل والأنظمة استعراض أفضل الممارسات المتبعة لإدارة الذكية المستخدمة في الحافلات، ومناقشة عمليات أسطول النقل من الحافلات عبر سبل التعاون في هذا المجال، إضافة إلى الاطلاع الأنظمة الذكية، ومؤشرات القياس المرتبطة على ممارساتها ومنظومة إجراءاتها المطبقة في بها، والخدمات الذكية المقدمة للطلبة في إدارة عمليات أسطول النقل، وذلك في إطار الحافلات المدرسية مثل بطاقة السلامة العلاقة الاستراتيجية المتينة بين الجانبين. وغيرها، إضافة إلى معايير الجودة والسلامة واطلع الوفد الزائر على عرض تقديمي يتناول التي يتم تطبيقها، كما اطلع الوفد الزائر على





للتعرف على تفاصيل نجاح المركز وكيفية نمو أعماله التقينا مدير السيد خالد آل علي الذي حدثنا عن بدايات المركز وآفاقه المستقبلية علاوةً على تجربته الشخصية مع المؤسسة منذ انضمامه لها قبل 15 عاماً وتدرجه في عدد من المواقع الوظيفية وصولاً إلى اختياره لإدارة المركز فكان بذلك جزءاً مهماً من قصة النجاح المتحققة..

وتأجير الدراجات النارية. كيف ترون بيئة العمل في المؤسسة؟ بيئة العمل جاذبة ومتطورة، وتنعكس إيجاباً على تطوير مهارات الموظف إذ تكسبه المزيد من الخبرات من خلال التواصل المستمر مع المتعامل الداخلي والخارجي، إضافة إلى روح العمل الجماعي والجو الأسري الذي يسودها.

الرجاء التفضل بتقديم نبذة شخصية، النشأة والوضع العائلية والتأهيل الأكاديمي

أنا خالد يوسف محمد آل علي، متزوج ولدي 3 أبناء، وقد نشأت في إمارة الشارقة، وحصلت من جامعة الإمارات على بكالوريوس في إدارة الاعمال (تسويق).

حبذا لو تقدمون لنا لمحة عن المركز: سنة التأسيس، الخدمات المقدمة، عدد المركبات وأنواعها، وعدد الموظفين وفئاتهم، عدد العقود الحالية والعوائد المحققة خلال السنة الماضية.. المركز هو أحد المراكز التابعة لدائرة الخدمات اللوجستية، ويعنى بتقديم خدمات النقل وتأجير الدراجات والسيارات الكهربائية (Club Car) وخدمة صف السيارات، ويعتبر من المراكز الرائدة في مجال النقل والتأجير، حيث يقوم بإدارة وتشغيل خدمات النقل والتأجير طويل الأمد للعديد من المؤسسات وكبرى الشركات، إذ يستفيد من خدماته أكثر من 50 متعاملاً، ومن أهم أنشطة المركز نذكر تأجير الدراجات النارية، وتأجير السيارات الكهربائية، وخدمة صف السيارات عام 2013 أصبحت مدير مركز صف السيارات



خالد يوسف آل علي

مدير مركز صف السيارات وتأجير الدراجات النارية:

”نستهدف تحقيق نمو في العائدات بأكثر من 25% في العام الحالي“

- يقدم المركز خدماته لأكثر من 50 متعاملاً، ولديه أسطول كبير من المركبات يضم 1,450 دراجة و50 مركبة كهربائية.
- ارتفعت إيرادات المركز من 6 ملايين درهم تقريباً في سنة 2012 إلى 13.4 مليون درهم في سنة 2016 ومن المستهدف الوصول إلى 17 مليون في 2017.
- زيادة أعداد المنافسين في السوق وصدور تشريعات وقوانين جديدة هي أهم التحديات التي تواجهنا.
- يتبنى المركز منهجية استثمارية وعلمية دقيقة في بناء خطته التي عادةً ما تكون مستندة إلى خطط المؤسسة ومستهدفاتها.
- تستهدف خططنا المستقبلية زيادة عدد المتعاملين وتطوير العلاقات معهم.

لم يمر وقت طويل على استحداث مركز صف السيارات وتأجير الدراجات النارية؛ إلا أنه سرعان ما شهد خلال السنوات القليلة الماضية قفزة نوعية في حجم أعماله، وتضاعفت عائداته كما أصوله، لا سيما أسطوله الذي نما باضطراد لتلبية احتياجات المتعاملين حتى بلغ نحو 1,500 مركبة متنوعة من السيارات الكهربائية والدراجات النارية التي تقدم خدماتها الآن لأكثر من 50 متعاملاً..

يتبنى المركز منهجية استثمارية وعلمية دقيقة السوق من خلال دورات وبرامج تأهيلية متنوعة في بناء خطته التي عادة ما تكون مستندة إلى ومتكاملة تعتمد أفضل المناهج والأساليب خطط المؤسسة ومستهدفاتها في الآجال القصيرة والمتوسطة والبعيدة، وعادة ما تستهدف خططنا الذكية في الخدمات الحالية والمستقبلية لمواكبة التطورات. تحقيق جملة من الأهداف أهمها:

زيادة عدد المتعاملين ما ينعكس على زيادة الإيرادات والأرباح، وتطوير العلاقات معهم من خلال بناء شركات استراتيجية مع الجهات ذات المكانة الاقتصادية المتميزة في السوق، وتطوير مهارات وأداء العاملين بالمركز لمواكبة متطلبات والمنافسة في ميادين العمل المختلفة.



وبالعودة للماضي؛ تأسس المركز بقرار المدير العام رقم 88 لعام 2011 باسم مركز الخدمات المتنوعة بتاريخ 28/11/2011، وتم تعديل مسماه بقرار المدير العام رقم (2) لسنة 2013 بتاريخ 08/01/2013 إلى مركز صف السيارات وتأجير الدراجات.

أما عن الواقع الحالي للمركز بالأرقام؛ فلدى المركز أسطول كبير من المركبات يضم 1,450 دراجة و50 مركبة كهربائية، ويعمل لديه 5 موظفين إداريين بينهم منسق التسويق ومحاسب و3 من منسقي العمليات.

ما أهم التحديات التي تواجهكم في الميدان؟ وما من هم أهم متعاملي المركز، ما طبيعة أعمالهم وأماكن تواجدهم؟

يفخر المركز بأنه يقدم خدماته لعدد وافر من الجهات والمؤسسات والشركات الحكومية والخاصة، منها الشركة الكويتية للأغذية (أمريكانا)، وسلسلة مطاعم (توصيل الوجبات) في إمارة الشارقة، ومجموعة بريد الإمارات (توصيل طرود بريدية) في إمارة دبي، وون كليك للتوصيل (شركة متخصصة في توصيل الطلبات) في إمارة دبي، فضلاً عن بلدية مدينة أبوظبي (حكومة محلية)، وهيئة الشارقة للاستثمار

ما خططكم المستقبلية لتطوير أعمال المركز وتعزيز حضوره؟



بعد إكمال عمليات التدقيق من قبل المعهد البريطاني للمواصفات تجديد الأيزو في السلامة المرورية على الطرق

جددت مواصلات الإمارات بنجاح شهادة نظام السلامة المرورية على الطرق (39001:2012) (ISO)، بعد إتمام عمليات التدقيق التي قام بها المعهد البريطاني للمواصفات (BSI) على مدار ثمانية أيام عمل في 13 موقعاً من مواقع المؤسسة المنتشرة في كامل أنحاء الدولة.

وقالت حنان صقر المدير التنفيذي لدائرة الخدمات المؤسسة في مواصلات الإمارات، إن تجديد شهادة الأيزو 39001:2012 يأتي نتيجة للجهود الدؤوبة التي تبذلها المؤسسة في تهيئة جميع مواقعها بمختلف أرجاء الدولة من حيث تطوير الأنظمة الداخلية بالشكل الأمثل بما يتوافق ويلبي متطلبات ومعايير المواصفة الدولية لنظام إدارة السلامة المرورية على الطرق، مؤكدة أن تطبيق النظام في المؤسسة للسنوات الثلاث الأولى قد عزز من تحقيق نتائج ومستويات السلامة المرورية على الطرق، وانعكس على أعمال المؤسسة بصورة إيجابية، علاوةً على تحسين موقع المؤسسة وحضورها،



لاسيما على مستوى الأهداف المرتبطة بمؤشرات السلامة. وأكدت صقر أهمية تطبيق نظام السلامة المرورية على الطرق، والتقيد الدقيق بمعايير المواصفة باعتبارها إحدى الأسس التي تستند إليها المؤسسة أثناء ممارسة أعمالها وتقديم خدماتها الرئيسية والتي تتعلق بسلامة المرور على الطرق بصورة كبيرة، وهو الأمر الذي حدا بالمؤسسة لكي تكون الجهة الحكومية الأولى في الدولة التي تنال هذه الشهادة، وذلك حين

حصلت عليها للمرة الأولى أواخر عام 2014. وأشارت صقر إلى تقدم ملموس حققته المؤسسة على صعيد مؤشرات الأداء المرتبطة بالمواصفة، من حيث تخفيض نسبة الحوادث المرورية ونسبة الإصابات، لافتةً إلى أن ضمان السلامة المرورية للعاملين والمتعاملين ومستخدمي الطرق تعد أولوية قصوى في جميع أنشطة وعمليات المؤسسة وخدماتها، الأمر الذي يؤكد حرص مواصلات الإمارات على استدامة عمليات التطوير الإداري، وتعزيزها لرصيد الثقة والمكانة التنافسية والسمعة المؤسسية الإيجابية التي تتمتع بها على الصعيد كافة.

ونوهت صقر باستمرار جهود المؤسسة في شأن ترسيخ ثقافة سلامة النقل لدى موظفيها، حيث تنظم سلسلة من البرامج والمبادرات والفعاليات المعنية بتعزيز معايير السلامة بمختلف اللغات من ضمنها اللغة العربية واللغة الإنجليزية والأوردو، كما وتنظم زيارات ميدانية لفريق مدققي نظام الإدارة المتكامل في مختلف مواقع المؤسسة بالدولة للتأكد من التزامها بتلك المعايير. من جانبه؛ أوضح المهندس خالد شكر، مدير إدارة البيئة والسلامة والصحة المهنية بمواصلات الإمارات، أن الزيارات المنفذة شملت عدداً من مواقع المؤسسة في دبي والشارقة وأبوظبي والساحل الشرقي، فضلاً عن الإدارات ذات العلاقة بمتطلبات النظام والورش الفنية التابعة للمؤسسة، مشيراً إلى أنه تمت مراجعة الوثائق ذات العلاقة بالنظام، مثل مؤشرات الأداء والأهداف ومستوى تحقيقها، وخطط وسجلات التدريب، وخطط الطوارئ والخطط التشغيلية لعدد من فروع المواصلات المدرسية، ومراكز العمليات الفنية.

وفي ختام عمليات التدقيق؛ أشاد أعضاء فريق التدقيق بالمستوى المتقدم الذي بلغته مواصلات الإمارات في تطبيق متطلبات نظام السلامة المرورية، والذي انعكس بشكل مباشر في تخفيض نسبة الحوادث المرورية ونسبة الإصابات الناتجة عنها.



عن برنامجها "مساندة زميل" و"رحلة العمرة للموظفين"

الفوز بفئة المجال التطوعي والإنساني في الدورة السادسة من جائزة أفكار الإمارات



لمجموعة دبي للجودة، بحضور ليف من الشخصيات القيادية الحكومية والرسمية، والفائزين في الجائزة. وبهذه المناسبة؛ أعربت حنان صقر المدير التنفيذي لدائرة الخدمات المؤسسية بمواصلات الإمارات عن شكرها وتقديرها لمنظمي الحفل وإدارة الجائزة التي قطعت شوطاً بعيداً في مجال الارتقاء ببيئة الأعمال في الدولة من خلال تشجيع المؤسسات على التنافس الإيجابي، واستثمار الفكر الخلاق والمستدام، وتعزيز قيم الإبداع والابتكار المؤسسي، وتبني أفضل الممارسات المحلية والعالمية، وإطلاق المبادرات النوعية في سبيل الفوز.

وأكدت صقر فخر المؤسسة بهذا الفوز الثمين الذي يضاف إلى رصيد المؤسسة الثري في مجالات الاستدامة والمسؤولية المجتمعية، لافتةً إلى تميز بيئة العمل في المؤسسة منذ انطلاقتها قبل 36 عاماً، وغناها بالمبادرات التكافلية والمجتمعية، والتي تزيد عن 17 مبادرة رئيسية

فازت مواصلات الإمارات بجائزة فئة الإبداع في مجال العمل التطوعي والإنساني، ضمن فعاليات الدورة السادسة لمؤتمر وجائزة "أفكار الإمارات" في دورتها السادسة، وذلك عن برنامجي "مساندة زميل" و"رحلة العمرة للموظفين" اللذين تنظمهما المؤسسة لصالح موظفيها ويشكلان علامة فارقة من علامات تميز بيئة العمل لديها.

وقام عبدالله محمد مدير إدارة الاتصال الحكومي بمواصلات الإمارات باستلام درع التكريم من الشيخ المهندس سالم بن سلطان القاسمي، رئيس مجلس إدارة دائرة الطيران المدني برأس الخيمة، بحضور فاطمة بطي المهيري، رئيس مجلس إدارة مجموعة دبي للجودة، وحسين الفردان، رئيس المجموعة الفرعية "الأفكار العربية" ورئيس مؤتمر أفكار الإمارات، ومحمد المطوع، الأمين العام لمجلس إدارة مجموعة دبي للجودة، وذلك خلال حفل تكريم الفائزين بالجائزة والذي عقد بفندق جراند حياة في دبي، تحت رعاية سمو الشيخ أحمد بن سعيد آل مكتوم رئيس دائرة الطيران المدني بدبي، الرئيس الأعلى لمجموعة طيران الإمارات، الراعي الفخري

يستفيد منها آلاف الموظفين سنوياً، وتترجم بمجموعها النهج الراسخ الذي اتخذته المؤسسة في هذه المجالات منذ نشأتها، الأمر الذي أثمر عن فوزها بعددٍ وافرٍ من الجوائز المحلية والإقليمية والعالمية لا سيما حلولها في المرتبة التاسعة ضمن قائمة "أفضل 25 بيئة للعمل في قارة آسيا" في عام 2015. وتفصيلاً؛ أوضح عبدالله محمد مدير إدارة الاتصال الحكومي أن فوز مواصلات الإمارات بهذه الفئة جاء عن برنامجي "مساندة زميل" و"رحلة العمرة للموظفين" واللذين تنظمهما المؤسسة منذ سنوات ضمن برامجها العديدة المخصصة للارتقاء ببيئة العمل وإسعاد الموظفين، حيث يعتبر برنامج "مساندة زميل" مبادرة اجتماعية إنسانية تم إطلاقها بالتعاون مع جمعية دار البر منذ عدة سنوات، وتجسد التكاتف والتآخي بين موظفي المؤسسة، حيث تتيح للموظفين تلقي دعم مالي من زملائهم لأسباب متعددة وطارئة، مثل حاجتهم لعمليات جراحية مفاجئة، أو لسداد تكاليف المعيشة وتعليم الأطفال وغير ذلك، وقد استفاد منها عدة مئات من الموظفين منهم 169 موظفاً خلال العام الماضي وحده، أما برنامج "رحلة العمرة" فهو عبارة عن برنامج داخلي يستجيب لرغبة الموظفين الراغبين في أداء مناسك العمرة ويساعدهم تنظيمياً فضلاً عن تقليل التكاليف المترتبة عليهم، الأمر الذي يعزز لديهم النواحي الدينية والروحانية، ويطور المعرفة الثقافية والعلاقات الاجتماعية بين الموظفين، ويسهم في خلق بيئة عمل مثالية من خلال تعزيز المشاركة في البرامج والأنشطة، والمشاركة في الفعاليات الخارجية، وقد استفاد منه قرابة 1,000 موظفٍ خلال عام 2016.



كيف نحافظ على صحة القلب وسلامته؟



خميس خلفان خميس

مدقق نظام الادارة المتكامل بالساحل الشرقي

Khameskk@et.ae

القلب عضو من أعضاء الجسم النبيلة، وهو بحجم قبضة اليد، لكنّه مع صغر حجمه، إلا أنه من الأعضاء الأهمّ على الإطلاق، إذ يعمل ليل نهار ومن دون توقف أو كلل أو ملل، ويُعتبر مضخة الحياة، ففي كلّ نبضة منه حياة للإنسان، ولهذا كله فإنّه من الواجب التعرّف على ما يؤثر على صحّة القلب وسلامته.

سلوكيات تؤثر على صحّة القلب وسلامته:

سلوكيات سلبية	سلوكيات إيجابية
التدخين بمختلف أنواعه.	الامتناع عن التدخين بمختلف أنواعه.
عدم ممارسة الرياضة والميل إلى الخمول.	ممارسة الرياضة والمشي يومياً.
القلق والتوتر المستمر.	الابتعاد عن أسباب التوتر والقلق.
قلة النوم، وعدم إراحة الجسم بشكلٍ كافٍ.	إعطاء الجسم حقه من النوم والراحة.
ارتفاع ضغط الدم وارتفاع الكوليسترول.	الابتعاد عن مسببات ارتفاع ضغط الدم.
كثرة تناول اللحوم والدهون والشحوم.	التقليل من تناول اللحوم والشحوم.
قلة تناول الفواكه والخضروات.	الإكثار من أكل الخضروات والفواكه.
السمنة المفرطة وزيادة الوزن.	تخفيض الوزن وتجنب السمنة.
الإكثار من تناول الموالح.	الإقلال من تناول الأطعمة المالحة.
عدم مراجعة الطبيب وإهمال إجراء الفحوصات الطبية الدورية، لاسيما بعد سنّ الأربعين.	مراجعة الطبيب وإجراء الفحوصات الطبية الدورية، وخاصة بعد سنّ الأربعين.

موسدا
Musa da

مواصلات الإمارات
Emirates Transport

تطبيقنا الذكي.. وحدة كاملة للمساعدة على الطريق بين يديك.

Available on the
App Store

ANDROID APP ON
Google play

أسعار خاصة لمستخدمي التطبيق

مركز الاتصال
800 6006
Call Center

للجميع، في كل مكان.
FOR EVERYONE, EVERYWHERE.

@EmiratesTrans et.gov.ae 800 6006

عضو بمجموعة مراكز أعمال مواصلات الإمارات
A MEMBER OF EMIRATES TRANSPORT
BUSINESS CENTERS

24 ساعة



هل يتعارض كونك لطيفاً مع نظرية التطور؟

عنوان المقال:

هل يتعارض كونك لطيفاً مع نظرية التطور؟

الكاتب:

إيفا كروكو - أنرو كولمان - بريوني بولفورد

ملخص عن المقال:

حاولت المناهج المبكرة منذ ظهور نظرية التطور وحتى الستينات تفسير تطور سلوك اللطف من خلال افتراض أن الأفراد يتصرفون بشكل تعاوني لصالح مجموعاتهم أو أنواعهم، بغض النظر عن التضحيات الشخصية. فكيف أمكن للسكان المتعاونين الذين يزعم بقاؤهم على قيد الحياة بشكل أفضل من السكان المتنافسين أن يتطوروا؟

رابط الملخص العام للمقال:

<https://goo.gl/Np6p17>

* حقوق المقال محفوظة لصالح: مجلة بوبيولار ساينس - العلوم للعموم

* حقوق الصورة محفوظة لصالح: كيشا مورس / Shutterstock



الإنسان الإيجابي نظرتة
مختلفة للحظ. هو لا ينتظر
الحظ بل يصنعه. لا ينتظر
ابتسامة الحظ له، بل
يتسم هو للحياة ويسعى
منطلقاً خلف ألامه
وظموحاته.

محمد بن راشد آل مكتوم

