



«كورونا» لم تمنع الأطفال من ممارسة الرياضة



(متين غوزال)

المدربون من مختلف الأعمار

«كورونا» لم تمنع الأطفال والشباب من ممارسة الرياضة في الهواء الطلق

الكبار والصغار فضلوا تدريبات الـ «Outdoor» عن الأماكن المغلقة

■ مجلس الوزراء قرر ألا يتدرب الأقل من 15 عاماً داخل النوادي فاستعاض الأطفال بتدريبات خارجية ■ أبوهنتش لـ «الانباء»: الرياضة في الهواء الطلق مفيدة لصحة الصغار والكبار بتقوية جهاز المناعة

تقوية عضلات الجسم وزيادة المناعة لدى الأشخاص بما يجعلهم غير معرضين للإصابة بالعدوى نتيجة تقوية جهاز المناعة لديهم.

أجواء الكويت

ونصح أبوهنتش جميع أفراد المجتمع صغارا وكبارا بممارسة الرياضة خلال الفترة الحالية في الهواء الطلق لاسيما مع بداية تحسن حالة الطقس والتي تشجع على ممارسة جميع أنواع الرياضة، موضحا أن الرياضة خاصة للأطفال مفيدة جدا في الفترة الحالية لاسيما وأنهم سيشغلون أوقات فراغهم في أمور مفيدة، وكذلك مجلس الوزراء بإغلاق الأندية بدائنا التدريب «اونلاين» من خلال برنامج «زوم» لمدة شهرين ونصف تقريبا. وذكر أن التدريب في الهواء الطلق له فوائد عدة لاسيما خلال أزمة «كورونا» في البعد عن الأماكن المغلقة والتجمعات والتي تكون عرضة أكثر لنقل العدوى والإصابة، مؤكدا على أهمية الرياضة في معها التدريب الخارجي.

كيوكشن كاراته

أما مدير فريق الإبداع القتالي ومدرب لعبة كيوكشن كاراته الكابتن عمر أبوهنتش فأوضح أن لعبة «كيوكشن كاراته» تعتبر إحدى ألعاب الفنون القتالية وتعتمد على الإيدي والارجل، مشيرا إلى أن الفريق يضم مشتركين من الأطفال والشباب، وهم يقومون حاليا بالتدريب الخارجي عند الجزيرة الخضراء في شارع الخليج العربي. وتابع: قبل أزمة فيروس كورونا كنا نقوم بالتدريب داخل النادي بمنطقة الجارية ولكن بعد الأزمة وصودر قرار مجلس الوزراء بإغلاق الأندية بدائنا التدريب «اونلاين» من خلال برنامج «زوم» لمدة شهرين ونصف تقريبا. وذكر أن التدريب في الهواء الطلق له فوائد عدة لاسيما خلال أزمة «كورونا» في البعد عن الأماكن المغلقة والتجمعات والتي تكون عرضة أكثر لنقل العدوى والإصابة، مؤكدا على أهمية الرياضة في معها التدريب الخارجي.



حسين سنا



عمر أبوهنتش



أحمد كمال



حمد السليم



فؤاد المتروك

شباب لـ «الانباء»: الرياضة خارج الأماكن المغلقة أفضل صحيا بكثير من الأندية والصالات في ظل الظروف الحالية

عن ارتياحه الشديد للتدريب في فريق الـ coomandos مع الكابتن علي حسين في الهواء الطلق بما يشعرون بالطمأنينة في ممارسة الرياضة بعيدا عن الأندية المغلقة في ظل استمرار فيروس «كورونا».

وأوضح السليم أنه سيستمر في ممارسة الرياضة في الهواء الطلق موجهها للنصيحة لجميع أفراد المجتمع بضرورة ممارسة الرياضة وأن كان هناك تخوف من ممارستها داخل الأندية الصحية فليطلبهم بممارستها بالخارج في تحقيق التباعد الاجتماعي بين المتدربين، بالإضافة إلى تقوية المناعة وتعزيز اللياقة البدنية وزيادة القوة العضلية والبدنية.

من جانبه، ذكر المدرب حمد السليم أنه يفضل التدريب في الهواء الطلق على الذهاب إلى الأندية الصحية، لاسيما في الوقت الحالي مع استمرار وجود فيروس كورونا المستجد، لافتا إلى أن ممارسة الرياضة في الخارج تساهم

في توقيت آخر أيضا، لافتا إلى أن التدريبات تركز على تقوية عضلات الجسم. وأكد المتروك على أهمية ممارسة الرياضة التي تساهم في زيادة مناعته ضد الإصابة بالأمراض والفيروسات، فضلا عن استغلال وقت الفراغ في أمور مفيدة، موجهها النصيحة لجميع بممارسة الرياضة، موضحا أنهم مستمرون في تدريب المشتركين في الهواء

الطرق «Outdoor»، والذي يتيح لهم فرصة التدريب مع تطبيق التباعد الاجتماعي والبعد عن الأماكن المغلقة التي قد تكون فرصة لانتشار العدوى إن وجدت عند أي شخص وسهولة انتقالها للآخرين. كما أن هناك الكثير من الشباب الكبار والذين رغم عودة فتح الأندية الصحية إلا أنهم فضلوا التدريب في الهواء الطلق عن الذهاب للأندية الصحية في الوقت الحالي لما للتدريب في الهواء الطلق من فوائد عدة من وجهة نظرهم. «الانباء» حضرت بعض التدريبات لفريق coomandos والمدرب الكابتن علي حسين، كما حضرنا تدريبات لفريق الإبداع القتالي والمدرب الكابتن عمر أبوهنتش، وذلك عند الجزيرة الخضراء وخرجنا بالتقرير التالي:



أحد المدربين بعيدا عن الأماكن المغلقة



تدريبات الأطفال ممتعة ولياقة



من التدريبات

مشركنا الكريمة

الانباء

تتقدم
بصادق العزاء والمواساة
إلى الزميل
عبدالرحمن السيد عبدالرحمن
لوفاة المغفور له
بإذن الله تعالى
والده
تغمده الله الفقيد بواسع رحمته وأسكنه فسيح جناته
وأهمل آله وذويه الصبر والسلوان

رنا ورواها لجمعية

الفهد: خدمة التسوق في «غرب مشرف» 24 ساعة

محمد راتب

أكد رئيس مجلس الإدارة في جمعية مشرف التعاونية علي الفهد أنه تم إقرار عودة العمل بشكل كامل في الإدارة العامة والأسواق والأفرع وتوفير خدمة التسوق في سوق غرب مشرف على مدار 24 ساعة، مشيرا إلى أنه سيتم في الفترة المقبلة تجهيز مجموعة من المهرجانات التسويقية والأنشطة الاجتماعية مع الاهتمام بالجانب الفني من تطوير وتحسين مرافق الجمعية.

جاء ذلك على هامش اول اجتماع عقده مجلس إدارة جمعية مشرف التعاونية الجديد بحضور أعضاء مجلس الإدارة، وتمت إعادة تشكيل اللجنة الرئيسية والفريقية، وبين أن الجمعية لم تغفل أهمية الالتزام الكامل بالتعليمات الصحية الوقائية ودعم قرارات اتحاد الجمعيات التعاونية وكذلك استحداث آليات جديدة في حجز المواعيد للمهرجانات كما في مهرجان «سلك من اختيارك» الذي يمتد إلى 26 الجاري لإعطاء وقت كاف للمساهمين لتسليم السلة دون زحام أو إخلال بنظام التباعد الاجتماعي.

وقال الفهد: بالأصالة عن نفسي ونياية عن إخواني أعضاء مجلس الإدارة أتقدم بجزيل الشكر ووافر الامتنان للمجالس السابقة التي لعبت دورا في أن تصل الجمعية لما وصلت إليه من تقدم وازدهار، وكذلك المساهمين من أبناء المنطقة على ثقتهم في تولي أعضاء المجلس الحالي مسؤولية التخطيط والتطوير لجمعيتنا، راجين الله تعالى أن يوفقنا لتكون عند حسن الظن وتحقيق طموحات المساهمين وأبناء المنطقة.

وأضاف الفهد: إن جهود مجلس الإدارة والإدارة التنفيذية للجمعية تتميز برؤية واضحة نابعة من التفاهم والتعاون المشترك بين أعضاء المجلس الحالي ووضوح الخطة الاستراتيجية التي تتعاقب المجالس على تطويرها لتواكب المستجدات وتشارع الأحداث على الصعيد التعاوني والتجاري والخدمي، ومن الأولويات التي توليها إدارة الجمعية اهتمامها بتقديم أفضل السلع والخدمات للمساهمين والمحافظة على المكانة الرائدة التي تحظى بها تعاونية مشرف ودورها البارز على ساحة العمل التعاوني.

جمعية الزهراء التعاونية

إعلان

تأهيل الشركات المتخصصة في فرش وتأثيث الجمعيات التعاونية
رقم تصريح ((ف / ع / 9 / 2020 / 8))

يسر جمعية الزهراء التعاونية الإعلان عن دعوة تأهيل الشركات المتخصصة في مجال المقاولات لتنفيذ مشروع فرش وتأثيث وتجهيز فرع قطعة (8).

فعلى الراغبين بالتقدم للمناقصة تقديم نسختين من المستندات التالية **بخط** واحد مشمع بدون ذكر اسم الشركة أو أي علامات:

- 1- تقديم صورة من الرخصة التجارية للشركة سارية المفعول.
- 2- نسخة من اعتماد توقيع الصادر من الهيئة العامة للقوى العاملة أو من لجنة المناقصات المركزية ساري المفعول ولا يقبل أي تفويض غير ذلك.
- 3- بيان الخبرة في المشاريع المماثلة السابقة والجارية من نوع الأعمال (مدني، كهرباء، ميكانيك) (45 %) .
- 4- تقديم السيرة الذاتية للشركة شاملة للجهاز الفني (35 %) .
- 5- تقديم بيان للمعدات والأجهزة المملوكة للشركة :
 - في حال كانت المعدات مملوكة للشركة تستحق نسبة (20/20 %) .
 - في حال كانت المعدات مؤجرة تستحق نسبة (20/10 %) .

تقدم الشركة المستندات موقعة ومختومة بتوقيع معتمد بمظروف واحد مغلق بالشمع الأحمر وعلى أن يحتوي على نسختين أصلية موقعتين ومختومتين ولن يعتد بالتوقيعات الضوئية.

ويجب على الشركة المتقدمة للتأهيل الالتزام بتوقيع نموذج إقرار وتعهد على أن يقدم هذا الإقرار مع مظروف التأهيل بمظروف مغلق بالشمع منفصل بإدخاله الإقرار وصورة البطاقة المدنية (وليس ضمن مظروف التأهيل) ولن يتم فتح أي عطاء إلا بوجود هذا الإقرار (ويتم استلام نموذج الإقرار من الجمعية) .

ملاحظات عامة :-

- 1- آلية الاستبعاد من خلال اللجنة الفنية : يتم استبعاد كل من لا يقوم بالختم والتوقيع على المستندات التالية (3، 4، 5) ، وكل من لم يقدم المستندات المذكورة في البندين رقم (2،1) .
- 2- يتم فحص واعتماد المستندات المقدمة من قبل الشركات من الممثل الحاضر عن المكتب الاستشاري وبحضور رئيس مجلس إدارة الجمعية أو من يفوضه بالحضور . وسيتم استبعاد كل من لا يلتزم بالبنود السابقة ، علما بأن آخر موعد لتقديم طلبات التأهيل يوم الأحد الموافق 2020/9/20 م بإدارة الجمعية في أوقات الدوام الرسمي من الساعة 8:00 حتى الساعة 3.00 ، وتلتزم الشركة المتقدمة بجميع ما جاء بالإعلان ولن ينظر بأي شكوى خلاف ذلك .

البداية / 25249020 / داخلي - 123 - 120
الفاكس / 25249697

مجلس الإدارة