

إعلان أسماء الفائزين في
مسابقة النخلة في عيون
العالم بدورتها العاشرة 2019

مي سليم:
لا أسمح لأموري الشخصية بأن
تتحكم في اختياري الفنية



الحليب الذهبي .. فوائد
خارقة ومهمة لصحتك



نصائح لزيادة فرص الحمل بعد الـ 35

يُنصح عادة بمحاولة الحمل قبل الـ 30، وتشير التقارير الطبية إلى أن المرأة بين سن 19 و26 يكون لديها فرصة أكبر للحمل بنسبة 50 بالمائة، وتقل فرص الخصوبة بين الـ 35 و40 بنسبة 30 بالمائة، لكن مادامت فرص الإخصاب قائمة يمكنك دعم محاولة الحمل بالإجراءات التالية:

× تناول فيتامينات الحمل، فهناك دراسات تفيد بأن 12 امرأة من بين كل 16 تناولن فيتامينات الحمل لعدة أشهر تمكن من الحمل بعد الـ 40.

× الإقلاع عن التدخين، والابتعاد البيئة التي يوجد بها تدخين سلبى، والامتناع عن شرب أية كحوليات، لتتقيد الكبد من السموم.

× تقليل كمية الكافيين التي تتناولينها بضعف واحد من القهوة، أو كوبين من الشاي في اليوم.

× اتبع نظام تغذية صحي يعتمد على الخضروات والفواكه والحبوب والبقول والمكسرات والألبان، مع كمية معتدلة من اللحوم الخالية من الدهون، الأبيض، وتقليل السكريات.

× ممارسة النشاط البدني والتمارين الرياضية بانتظام.

× إذا كان لديك وزن زائد أو بدانة عليك إنقاص الوزن بنسبة 5 بالمائة أو أكثر.

× خفف التوتر والإجهاد، بالخروج إلى المنتزهات، والرحلات، ومشاهدة برامج كوميدية.

عرب غوت تالنت .. ماذا تفقرون

المواهب العربية إلى التمتع؟

يفتقر الموهوبون العرب، مشاركتهم في برامج المسابقات الشهيرة، حتى يقدموا ما في جعبتهم أمام الجمهور، لكن متابعين للشأن الفني يذهبون إلى "تفاوت" معظم المواهب على الطرب والغناء دون أصناف الإبداع الأخرى.

ويحظى برنامج "عرب غوت تالنت" الذي يعرض حالياً على شاشة إم بي سي 4، بمتابعة واسعة على غرار مسابقات المواهب، لكن عددا من المشاهدين أبدوا ملاحظات حول اهتمامات المشاركين.



كيف تؤثر اللحوم الجاهزة والمعلبات على ضغطك؟

ويعد اللحم الأحمر أكثر خطورة على الصحة من اللحم الأبيض، ولكن حتى الدجاج الرومي لديه الكثير من الصوديوم بدلا من ذلك، قم بشراء اللحم الطازج من جزار للحصول على منتج طازج لم يتبع في وعاء ضخم من المياه المالحة.

4. الحلويات
الحلوى ليست سوى سكر وسعرات حرارية، للأشخاص الذين يعانون من ضغط الدم المرتفع يجب الحصول على السكريات الطبيعية الموجودة في الفاكهة الكاملة، بعد الموز اختياراً جيداً بشكل خاص بسبب محتواه من البوتاسيوم، يساعد البوتاسيوم على تنظيم ضغط الدم.

5. المعجنات
الأطعمة المخبزة مثل الكعك والكعك المحلى، من الصعب التخلص منها ولكنها محملة بالسكر والدهون، إذا كنت تتناول الطعام في الخارج حاول مشاركة الحلوى مع الطاولات كاملة، عند الطهي في المنزل، يمكنك استخدام بديل للسكر مثل عصير التفاح أو التمر، وتشمل البدائل الصحية الأخرى للسكر العسل الخام وسكر جوز الهند.

1. تجنب السكر والملح
يعرف الملح والسكر بأنهما العوامل الرئيسة التي تسبب في ارتفاع ضغط الدم، لذا ستحتاج إلى الحد من تناول السكر والملح، لا ينبغي أن يتناول الشخص السليم أكثر من 2300 ملليجرام من الصوديوم في اليوم، فعندما يتعلق الأمر بالسكر توصي جمعية القلب الأمريكية بتناول كمية إضافية من السكر لا يزيد عن 37.5 جرام "9 ملاعق شاي" للرجال و 25 جرام "6 ملاعق صغيرة" للنساء خلال اليوم.

2. الخضراوات المعلبة
الخضراوات المعلبة وخاصة الفول تحتوي على نسبة عالية من الصوديوم لأنها تستخدمه لتمديد فترة الصلاحية، الفاصوليا التي تشترتها جافة ثم تنقع وتطهى هي في الواقع اختيار جيدة لصحة للغاية بسبب البروتين والألياف والمواد الغذائية المضادة للالتهابات. يمكن أن يساعد إضافة الفاصوليا إلى وجبتك في الحفاظ على استقرار نسبة السكر في الدم أيضاً. إذا كان يجب عليك تناول الفول المعلب، يمكنك إزالة ما يصل إلى 41٪ من محتوى الصوديوم عن طريق شطفها في مصفاة قبل التحضير.

3. اللحوم الجاهزة
والتي تشمل السوسيس واللحم المقدد واللحوم التي تحتوي على كمية من الصوديوم للحفاظ عليها لفترة طويلة، فأنت في تلك الحالة لا تتناول طعام ولكن تحصل على طعام مليء بالملح والمواد الحافظة فقط.

ارتفاع ضغط الدم هو مرض مخيف لأنه يحتوى على أعراض قليلة و يضع الناس في خطر كبير من تطور أمراض القلب أو السكتة الدماغية، وقد يعاني الكثير من المرضى من ارتفاع ضغط الدم دون علم.

يمكن التحكم في ضغط الدم المرتفع وفق لتقرير موقع جريدة "mirror" البريطانية من خلال القيام ببعض التغييرات في النظام الغذائي والتي قد تشمل الآتي:

الآباء أكثر سعادة بالأبوة

أظهرت نتائج دراسة أن الآباء يستمتعون بأبوتهم أكثر من استمتاع الأمهات بالأبوة، وأن معدل إحساسهم بالسعادة والوظائف الإيجابية يفوق أقرانهم الرجال ممن ليس لديهم أطفال. بينما أظهرت الدراسة أن أعراض اكتئاب الأمهات أكثر شدة من النساء اللاتي ليس لديهن أطفال!

وبحسب الدراسة التي أجريت في جامعة كاليفورنيا قام الباحثون بقياس معدل السعادة، وأعراض الاكتئاب والتوتر لدى 18 ألف شخص، ورصد علاقة هذه المشاعر سواء كانت إيجابية أو سلبية بأدوار الأمومة والأبوة أو غياب هذه الأدوار.

ونشرت نتائج الدراسة في دورية "برسوناليتي أند سوشيال سيكولوجي"، وأظهرت أن الآباء لديهم درجة من الاستمتاع بالحياة والتركيز والإحساس بالسعادة مقارنة بالآخرين، سواء كانوا أمهات أو رجالاً لم ينجبوا أطفالاً.

وبينت الدراسة أن الآباء يشعرون بالاستمتاع أثناء قيامهم برعاية الأطفال أكثر من شعور الأمهات أثناء أداء المهام نفسها.

وفسر الباحثون ذلك بأن الآباء يعضون وقتاً من اللعب خلال رعاية الطفل، ما يضي مزيداً من المرح على واجبات الأبوة.

أخيراً .. دراسة تحسم مخاطر البيض

أنهت دراسة جديدة النقاش الدائر حول فائدة تناول البيض وأضراره، لتحديد النسبة "القبولة" من أكله التي إن زادت، ستعرض الإنسان لمخاطر صحية كبيرة.

ونشرت جامعة "نورث ويسترن" دراسة جديدة عن أخطار تناول البيض، وأشارت أن البيضة الواحدة بها 186 مليغراماً من الكوليسترول.

وجاء في محتوى الدراسة أن من يتناول 3 أو 4 بيضات أسبوعياً، أي نحو 300 مليغرام من الكوليسترول يومياً، معرضون بشكل أكبر للإصابة بأمراض القلب، أو حتى الوفاة المبكر، مقارنة بمن يتناول كميات أقل من البيض.

وقال الباحث الرئيس في الدراسة، فيكتور زهونغ: "البيض، وخاصة الصفار، مصدر رئيس للكوليسترول".

وأشارت الدراسة إلى أن استهلاك 300 مليغرام من الكوليسترول يومياً قد يؤدي لارتفاع قدره 3.2 بالمائة في احتمالية الإصابة بأمراض القلب، وقدره 4.4 بالمائة في احتمالية الوفاة المبكرة.

كما أشار زهونغ إلى أن كل نصف بيضة إضافية يتناولها الشخص يومياً، تؤدي لارتفاع بنسبة 1.1 بالمائة للتعرض لأمراض القلب، وارتفاع في احتمالية الوفاة المبكر بنسبة 1.9 بالمائة.

وشملت الدراسة 29 ألف شخص في الولايات المتحدة، موزعين على 6 مجموعات مختلفة، ولدة أكثر من 17 سنة، شهدت خلالها هذه المدة 5400 حالة متعلقة بأمراض القلب، منها 1302 مميتة.

الدعايات تزيد مرض الأطفال

حذرت منظمة الصحة العالمية من زيادة فرص إصابة الأطفال بالأمراض بسبب التعرض المفرط للإعلانات، واتهامات موجهة لشركات الإنترنت الكبرى.

يتكرر التحذير من الأضرار الجسدية والنفسية للاستخدام المفرط للإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي، بسبب تحولها إلى مكون رئيسي للروتين اليومي للجميع، لكن عند الحديث عن الأطفال والمراهقين بالتحديد، تتضاعف إمكانية تعرضهم للآذى. لذلك قررت منظمة الصحة العالمية الانتقال من إبراز مشاكل التصفح المتزايد لمواقع الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي بشكل عام إلى التركيز على تأثير ما يصاحبه ذلك من فيض في الدعايات والإعلانات بشكل خاص. وفي بيان لها، نهت منظمة الصحة العالمية عن خطورة الدعايات والإعلانات الزائدة عن الحد على الأطفال والمراهقين، مطالبة حكومات العالم بالعمل على توفير بيانات أفضل عن استخدام الأطفال للإنترنت لتتمكن من ضبط تعرضهم للإعلانات من خلاله.

وتناول حديث منظمة الصحة العالمية مخاطر التعرض المتزايد للإعلانات السلع الغذائية غير الصحية، وخاصة الوجبات السريعة، المتمثلة في الإصابة بأمراض القلب والسرطان والبدانة.

أفضل طرق للحفاظ على صحة العينين

يعاني الملايين في العالم من مشاكل البصر بدءاً من المشكلات البسيطة مثل احمرار العينين وانتهاء بالحالات الأكثر خطورة مثل الجلوكوما. وقد أوردت صحيفة ميرور البريطانية مجموعة من النصائح التي تهدف لتفادي المشاكل الصحية في البصر والحفاظ على عينين سليمتين لسنوات طويلة:

- إضافة التوابل إلى نظامك الغذائي
تحتوي التوابل بكل أنواعها على كميات كبيرة من فيتامين A الذي يعتبر عنصراً ضرورياً للحفاظ على صحة البصر، ومحاربة الالتهابات في قرنية العينين.

- اتباع نظام غذائي صحي
إن اتباع نظام غذائي صحي ذو أهمية بالغة لصحة العينين، إذ أنه يقلل من خطر الإصابة بالسمنة، وبالتالي يقلل من خطر الإصابة بمرض السكري الذي يؤدي إلى أضرار في العينين أخطرها فقدان البصر.

- تهوية المنزل
تساهم تهوية المنزل في تخفيض حرارة الجسم وترطبه، وبالتالي تقليل احتمال الإصابة بجفاف العينين الذي قد يؤدي إلى ضبابية في الرؤية.

- تجنب حمامات الشمس لوقت طويل
قد تؤدي الأشعة فوق البنفسجية الصادرة من الشمس، إلى إلحاق ضرر شديد ببصرك، بما في ذلك إعتام عدسة العين، لذا ينصح الخبراء بعدم التعرض للشمس لفترات طويلة واستخدام نظارات داكنة لدى أخذ حمام شمسي.

الصداع .. متى يكون مزمنًا؟

يعد الصداع من المتاعب الشائعة، ولكن متى يكون الصداع مزمنًا، وكيف يمكن مواجهته؟

للإجابة على هذه الأسئلة قالت الجمعية الألمانية للفسيولوجيا العصبية السريرية والتصوير الوظيفي، إن الصداع يعتبر مزمنًا عند الإصابة به لا يقل عن 15 يوماً في الشهر على مدار 3 أشهر على الأقل.

وفي هذه الحالة يجب استشارة الطبيب للعلاج، والذي يتألف من أدوية صداع

بجرعات محددة بدقة والمواظبة على ممارسة رياضات قوة التحمل مثل السباحة، وركوب الدرجات الهوائية، والمشي، والركض، إضافة إلى ممارسة تقنيات الاسترخاء مثل اليوغا والتأمل. وبشكل عام لا يجوز تعاطي المسكنات الشائعة مثل حمض الأسيتيل ساليسيليك، الأسبرين، أو الإيبوبروفين أكثر من 15 يوماً في الشهر، لأنها ترفع خطر تحول الصداع إلى مشكلة مزمنة.



اختراق ينهي وفيات الحوامل!

نجح اختبار بول مطور، مدته 3 دقائق، في الكشف عن تسمم الحمل وارتفاع ضغط الدم المهدد للحياة أثناء الحمل، والذي غالباً ما يُشخص بشكل خطأ.

وتعاني النساء المصابات بهذه الحالة من تورم في الكاحلين أو ضبابية الرؤية أو تشوش المخ، وكلها أعراض يمكن أن تستتر بتغير الجسم المرتبط بالحمل.

ومع ذلك، يمكن أن يكون غياب العلامات قاتلاً، وهنا يفرض الضغط على الباحثين لتطوير طرق تشخيصية جديدة، حيث تكافح الولايات المتحدة لخفض معدل وفيات الأمهات المرتفع بشكل مدهش، والآن، طور باحثو مركز "Wexner" الطبي في جامعة ولاية أوهايو، اختباراً يستخدم الصبغة لاكتشاف البروتينات المرتبطة بتسمم الحمل، في بول الأمهات الحوامل.

ويشارك الباحثون في خضم تجربة إدارة الأغذية والعقاقير للمواظبة على الاختبار، حيث يأملون في أن يصبح متاحاً في المنازل والعيادات والمستشفيات في غضون عامين.



نظمتها جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي بالتعاون مع رابطة أبوظبي الدولية للتصوير الفوتوغرافي

إعلان أسماء الفائزين في مسابقة النخلة في عيون العالم بدورتها العاشرة 2019



الدكتور عبد الوهاب زايد، أمين عام جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي، معرباً عن سعاده عما حققته المسابقة خلال عشر سنوات بما يعزز من علاقة الإنسان بشجرة نخيل التمر عبر توظيف فن التصوير الفوتوغرافي كوسيلة لتنمية وعي الجمهور بأهمية شجرة نخيل التمر. وخلق فضاء أرحب لتبادل الخبرات بين المصورين الضيوف من كافة أنحاء العالم. وإبراز القومات السياحية والبيئية والتراثية لشجرة نخيل التمر من خلال الصورة الفوتوغرافية وتشجيع ارتباط الإنسان بالأرض والبيئة.



أعلنت الأمانة العامة لجائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي أسماء الفائزين بمسابقة التصوير الدولية "النخلة في عيون العالم" بدورتها العاشرة 2019 التي نظمتها الجائزة بالتعاون مع رابطة أبوظبي الدولية للتصوير الفوتوغرافي، برعاية معالي الشيخ نهيان مبارك آل نهيان وزير التسامح ورئيس مجلس أمناء الجائزة، حيث حصل على المركز الأول المصور حبيب الزدجاني والمركز الثاني المصور سالم غواص والمركز الثالث فاز به المصور سالم الصوايحي.

جاء ذلك في تصريح صحفي أدلى به سعادة الدكتور عبد الوهاب زايد، أمين عام جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي، معرباً عن سعاده عما حققته المسابقة خلال عشر سنوات بما يعزز من علاقة الإنسان بشجرة نخيل التمر عبر توظيف فن التصوير الفوتوغرافي كوسيلة لتنمية وعي الجمهور بأهمية شجرة نخيل التمر. وخلق فضاء أرحب لتبادل الخبرات بين المصورين الضيوف من كافة أنحاء العالم. وإبراز القومات السياحية والبيئية والتراثية لشجرة نخيل التمر من خلال الصورة الفوتوغرافية وتشجيع ارتباط الإنسان بالأرض والبيئة.

منوعات الفكر



بمناسبة يوم الطفل الإماراتي حديقة الإمارات للحيوانات تحفي بأبناء نزلاء المؤسسات الإصلاحية

أبوظبي - الفجر

احتفاءً بيوم الطفل الإماراتي، أقامت حديقة الإمارات للحيوانات بالتعاون مع صندوق الفرح ومؤسسة الإمارات للمواصلات الإمارات فاعلية خاصة بأبناء نزلاء المؤسسات الإصلاحية والعقابية. حيث رحبت حديقة الإمارات للحيوانات بـ 174 طفل مع أمهاتهم وأقامت لهم العديد من الضعائبات الترفيهية مثل طرق الطبول الرقص الشعبي، إلى جانب الأنشطة التعليمية والوجولات الممتعة في شتى الممالك الحيوانية المتوفرة في الحديقة في تجربة متكاملة تحاكي طبيعة الحياة البرية. وقال الدكتور وليد شعبان، مدير العمليات لدى حديقة الإمارات للحيوانات معلقاً بهذا الصدد: "لقد سرتنا استضافة هذه الفعالية الجميلة بمناسبة يوم الطفل الإماراتي. ونتمنى أن تساهم هذه المناسبة في تشجيعهم على تحفي الصعوبات التي قد تواجههم، إذ إن الأطفال هم المستقبل وعلينا أن نواصل الدعم الإيجابي لهم". واختتم حديثه قائلاً: "كما نترام من هذه الاحتفالات مع "عام التسامح"، جهد وطني يساهم في تنمية المجتمع وسبل العيش المشترك مع جميع من حولنا".

لتتعرف على خدماته وتعزيز مجالات التعاون

مجلس سيدات أعمال أبوظبي يستقبل 52 من طالبات كليات التقنية العليا



من جانبها قدمت الدكتورة هدى المطروشي عضو الهيئة التنفيذية لمجلس سيدات أعمال أبوظبي شرحاً تفصيلياً حول رؤية ورسالة المجلس، بالإضافة إلى عرضها التقديمي لشرح الخططة الخمسية التي أطلتها المجلس وأهدافها الاستراتيجية وأهم إنجازاتها، وتعريفها بحاضنة الأعمال المبتكرة ونادي زيادة الأعمال، كما تحدثت المطروشي عن أهم خدمات المجلس وما يقدمه من فرص ومبادرات تساهم في تمكين المرأة في الإمارات لتكون شريكاً قوياً ومؤثراً في التنمية الاقتصادية المستدامة.

كليات التقنية العليا تهدف إلى تنمية فرص التعاون فيما بينهما على مستوى برامج التدريب والتأهيل والبحوث المشتركة، والتي تساهم في تعزيز قدرة المرأة في دولة الإمارات على المشاركة في تنمية المجتمع والأنشطة الاقتصادية، ونشر ثقافة زيادة الأعمال بين أوساط الطالبات. وشددت على حرص مجلس سيدات أعمال أبوظبي على تكثيف خطط وبرامج مجالات الامارات لخفض مجالات العمل الاقتصادي الحر، هذه الزيارة المميزة لهذا العدد الكبير من الطالبات، وهو إن دل فإنما يدل على إيمان كليات التقنية بأهمية إعداد الكفاءات الوطنية والمواهب والمبدعات من فتيات الإمارات لخفض مجالات العمل الاقتصادي الحر، وبالتالي إعداد جيل واع لممارسة العمل التجاري والاستثماري في المستقبل، لاسيما وأن كثيراً من فتيات الإمارات اليوم من استطعن ونجحن في إقامة العديد من المشاريع الصغيرة والمتوسطة التي تمثل أهمية كبيرة للاقتصاد الوطني.



أعلن مشروع "كلمة" للترجمة في دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي عن توقيع اتفاقية "حقوق نشر" جديدة مع دار النشر البريطانية "رياكشن"، وذلك ضمن مشاركته في معرض لندن الدولي للكتاب الذي أقيم خلال الفترة من 12 ولغاية 14 مارس الجاري. ومنحت هذه الاتفاقية مشروع "كلمة" حقوق ترجمة "5" كتب.

وتأتي هذه الاتفاقية في إطار مواصلة سعي دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي لتوفير حقوق الترجمة لأهم وأحدث الإصدارات العالمية، وقد سبق لمشروع كلمة للترجمة أن ترجم الكثير من العناوين الشيقية الصادرة عن هذه الدار بناء على اتفاقيات تعاون عقدت سابقاً. وقال عبدالله ماجد آل علي، المدير التنفيذي لقطاع دار الكتب والإبابة في دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي: "تشكل اتفاقيات التعاون مع دور النشر العالمية إحدى أهم الأهداف التي تقوم عليها استراتيجية دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي فيما يتعلق بقطاع صناعة النشر والكتاب. كما وتدريج هذه الاتفاقية ضمن أهداف مشروع كلمة للترجمة العمل على تحويل حركة الترجمة من جهد فردي إلى حركة جماعية تنهض بها مؤسساتنا عالميتان هما دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي ودار النشر البريطانية "رياكشن"، مما يثري جهود الدائرة في تحقيق رؤية أبوظبي الساعية إلى إحياء حركة الترجمة في العالم العربي، عبر إعادة الاعتبار للترجمة، وتغييرها من كونها عملية عشوائية فردية إلى جعلها خطة مدروسة وجماعية، تعمل على ترجمة أهم الأعمال الأدبية المختلفة التي تصدر عن الدور النشر العالمية".



على هامش مشاركته في معرض لندن الدولي للكتاب مشروع كلمة للترجمة في دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي يوقع اتفاقية حقوق نشر مع دار ريكاشن البريطانية

أبوظبي - الفجر

وتأتي هذه الاتفاقية في إطار مواصلة سعي دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي لتوفير حقوق الترجمة لأهم وأحدث الإصدارات العالمية، وقد سبق لمشروع كلمة للترجمة أن ترجم الكثير من العناوين الشيقية الصادرة عن هذه الدار بناء على اتفاقيات تعاون عقدت سابقاً. وقال عبدالله ماجد آل علي، المدير التنفيذي لقطاع دار الكتب والإبابة في دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي: "تشكل اتفاقيات التعاون مع دور النشر العالمية إحدى أهم الأهداف التي تقوم عليها استراتيجية دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي فيما يتعلق بقطاع صناعة النشر والكتاب. كما وتدريج هذه الاتفاقية ضمن أهداف مشروع كلمة للترجمة العمل على تحويل حركة الترجمة من جهد فردي إلى حركة جماعية تنهض بها مؤسساتنا عالميتان هما دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي ودار النشر البريطانية "رياكشن"، مما يثري جهود الدائرة في تحقيق رؤية أبوظبي الساعية إلى إحياء حركة الترجمة في العالم العربي، عبر إعادة الاعتبار للترجمة، وتغييرها من كونها عملية عشوائية فردية إلى جعلها خطة مدروسة وجماعية، تعمل على ترجمة أهم الأعمال الأدبية المختلفة التي تصدر عن الدور النشر العالمية".



وتشتهر دار ريكاشن بتنوع منشوراتها من الكتب على نطاق واسع إذ تجمع بين الفن والأدب وكتب السيرة والتاريخ العام والموسيقى والتاريخ الطبيعي والفلسفة والسياسة والعلوم الطبيعية، بالإضافة إلى السلاسل التي تتناول موضوعات متنوعة مثل: سلسلة الحيوانات التي ترجم منها "كلمة" نحو "22" كتاباً، وسلسلة التاريخ العالمي للمكونات الغذائية والتي ترجم منها "كلمة" "5" كتب، وسلسلة تاريخ الأشياء والتي ترجم منها "كلمة" نحو "7" كتب. وتتضمن الاتفاقية الجديدة مع دار ريكاشن، ترجمة كتب متنوعة في موضوعاتها، تشمل: سبعة قرون من التهريب بقلم سايمون هارفي، وهو كتاب فريد في مادته ويدور حول موضوع قد يظن المرء أنه لا يعني حياته اليومية، إذ يتحدث عن عمليات التهريب لكنه يسلم الضوء على قرون من تاريخ مظهر مليء بالثرورات والمؤامرات الخارجة عن القانون ويكشف وجوهاً أخرى غير مأثوفة لعمليات التهريب.

عودة مهرجان الموسيقى الكلاسيكية الشهير بي بي سي برومز مجدداً إلى دبي

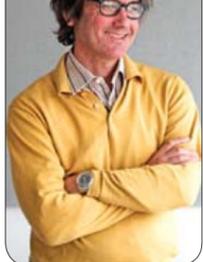


كما سيتمكن الجمهور من المشاركة في سلسلة من الحصص التعليمية وورش عمل موسيقى الكورال، تأسيس فرقة كورس دبي أوبرا فستيفال.

ليقدموا معاً عرقاً رومانسياً لكوشيترو الكمان من تشايفكوفسكي، ويشهد النصف الثاني من الحفل تقديم أحد أشهر مقطوعات موسيقى الباليه في القرن 20 "رميو وجوليت" من أعمال سيرجي بروكوفيف. وتتضمن العروض حفلاً لموسيقى الكورال يغطي القرن الموسيقي الماضي، وسهرات موسيقية مسائية تقام في وقت متأخر من الليل، بينما تشهد الأمسية الختامية حفلاً تحييهِ فرقة كورس بي بي سي سينجرز، ترافقهم فرقة كورس دبي أوبرا فستيفال، حيث ينضم لهم الباريتون الشهير: رودريك ويليامز، ليقدّموا معاً مقطوعات شهيرة من بينها: "دول بريطانيا"، و"إلغارز بومب"، و"سيركوسستانسز مارش رقم 1". ويرافق الأمسيات برنامج تفاعلي مخصص للجمهور متعدد الفقرات وأنشطة تعليمية من بينها جلسات حوارية مع الفنانين تقام قبل الأمسيات، وفرص حضور جلسات التدريب، وحصص إرشافية لموسيقى "الحجرة"، وردهة للآداء الموسيقي مخصصة لصغار الموسيقيين.

تعود إلى دبي سلسلة عروض "بي بي سي برومز" الموسيقية احتفاءً بالموسيقى الكلاسيكية للمدرسة البريطانية المقادمة إلى دبي مباشرة من قاعة البرت الشهيرة من العاصمة لندن. ويعتبر "بي بي سي برومز" أحد أعرق مهرجانات الموسيقى الكلاسيكية في العالم، حيث يقيم حالياً دورته الـ 124، والتي يقدم خلالها مجموعات خالدة من كلاسيكات الموسيقى البريطانية. وتقام الحفلات على مدار 4 أيام في دبي أوبرا من 19 حتى 22 مارس الجاري ويشهد الحفل الأول من أمسيات "بي بي سي برومز" العرض العالمي الأول لقطعة "تميزس" للمؤلفة الموسيقية البريطانية ذات الأصول اللبنانية بشرى المترك، يقب ذلك عرض لفرقة أوركسترا بي بي سي السيمفونية بقيادة قائد الأوركسترا بن جيرنون، ترافقهم لأول مرة عازفة الكمان العالمية كارين غوميو،

أستاذ بجامعة نيويورك أبوظبي يفوز بجائزة الشيخ زايد للكتاب



وصلت إلى دورتها السنوية الثالثة عشر هذا العام، إلى تكريم الكتاب والمفكرين المرموقين أصحاب المساهمات المميزة، فضلاً عن تشجيع المواهب الصاعدة التي تثرى بكتاباتها وترجماتها المحتوى العربي في مجالات العلوم الإنسانية والثقافة والأدب والمجتمع. وكان كينيدي، الذي ينحدر من المملكة المتحدة، قد ألف كتاب "الخبرية في الشعر العربي الكلاسيكي: أبو نؤاس والتقاليد الأدبية" 1997، إلى جانب كتابه الفائز بالجائزة لهذا العام، فضلاً عن

دراساته العديدة حول الأدب العربي. ويشغل كينيدي حالياً منصب نائب العميد لشؤون البرامج العامة لدى معهد جامعة نيويورك أبوظبي، والمحرر العام لـ "المكتبة العربية". وتعليقاً على فوزه بالجائزة، قال كينيدي: "لقد أمضيت سنوات عدة في التحضير لهذا الكتاب، وأشعر بسعادة غامرة كونه تمكن من جذب بعض الأهتمام، عوضاً عن أن يقع في صمت على أحد أرفف مكتبة الأبحاث، جميعنا نرغب في أن يكون للكتاب الذي استثمرنا فيه الوقت والجهد أثراً في إحداث

فرق في إدراك البعض بموضوع ما، مهما كان هذا الفرق صغيراً، ويسعدني للغاية أن اهتمامي الخاص بالأدب العربي في العصور الوسطى استحق المشاركة مع العالم. وغني عن القول، فإنني أشعر بالفخر والتواضع والامتنان لفوزي واقتران كتابي بهذه الجائزة المرموقة، والتي تحمل اسم الشيخ زايد، الذي طالما أصعبت بصفاته الفريدة وإنجازاته الاستثنائية، وذلك منذ أن خطت قدمي دولة الإمارات العربية المتحدة لأول مرة عام 1982".

منوعات

الفكر

23



9 فوائد صحية رائعة للثوم

أثينا: اعتمد الطب اليوناني القديم على الثوم كعلاج لمجموعة واسعة من الأمراض، وقد أثبت العلم الحديث فاعلية الثوم في علاج معظم هذه المشاكل.

إليك أهم القيم الغذائية التي يوفرها الثوم، وفوائده الصحية: يحتوي كل 28 غراماً من الثوم على 23 بالمائة من احتياجات الإنسان اليومية من المنغنيز، و17 بالمائة من فيتامين "ب6"، و15 بالمائة من فيتامين "سي"، و6 بالمائة من السيلينيوم. وتوفر هذه الكمية 0.6 غرام من الألياف، وكمية قليلة من الكالسيوم والنحاس واليوتاسيوم والفسفور والحديد. وتحتوي حصة الثوم على 42 سعرة حرارية، و1.8 غرام من البروتين، و9 غرامات من الكربوهيدرات.

فوائد الثوم:

- تناول 2.5 غرام من الثوم يومياً يقلل أيام الإصابة بنزلة البرد بنسبة 61 بالمائة.
- الثوم يخفف ضغط الدم المرتفع.
- الثوم يقلل مستوى الكوليسترول الضار، ويساعد على الوقاية من أمراض القلب والجلطة.
- يحتوي الثوم على مضادات للأكسدة يعتقد أنها تحمي من الزهايمر والخرف.
- يرتبط تناول الثوم بانتظام بطول العمر.
- يحسن الثوم من الأداء البدني للرياضيين.
- ينقي الثوم الجسم من السموم المعدنية.
- تناول غرامين من الثوم يومياً يحسن صحة العظام، ويحميها من الهشاشة بعد سن اليأس.
- يحتوي الثوم على عناصر تحارب الالتهابات وتقاوم السرطان.

مشروب هندي الأصل يتكون من الحليب والكرام

الحليب الذهبي . . فوائد خارقة ومهمة لصحتك

هل سمعت من قبل عن الحليب الذهبي؟ هل تعرف أنه له العديد من الفوائد الخارقة والمهمة لصحتك؟ تعرف عليه وعلى طريقة عمله الآن.

الحليب الذهبي، والمعروف أيضاً باسم حليب الكرام، عبارة عن مشروب هندي الأصل، لاقى شهرة وانتشاراً واسعاً مؤخراً بسبب الفوائد الصحية العظيمة المرتبطة به.



مستويات السكر في الدم. حيث أن 1-6 غرام يومياً تقلل مستوى السكر عند الصيام بحوالي 29%. أما القرقة فتقلل من مقاومة الأنسولين في الجسم.

3- تحسين الذاكرة ووظائف الدماغ

فوائد الحليب الذهبي تشمل الدماغ أيضاً، حيث وجدت بعض الدراسات العلمية المختلفة، أن الكركمين يزيد من مستويات مركب معين في الدماغ، والذي يساعد في تشكيل روابط جديدة وتعزيز نمو الخلايا هناك. في المقابل، انخفاض مستوى هذا المركب من شأنه أن يرفع من خطر الإصابة بمرض الزهايمر.

أما بالنسبة للمركبات الأخرى الموجودة في الحليب وفوائدها على الدماغ، فتشمل:

- القرقة تقلل من تراكم بروتين معين في الدماغ يرفع من خطر الإصابة بالزهايمر
- القرقة تقلل من أعراض الإصابة بمرض باركنسون
- الزنجبيل يحزز من كفاءة عمل الدماغ والذاكرة.

4- تحسين المزاج العام

مادة الكركمين الموجودة في الكرام تساعد في تعزيز المزاج وتقلل من أعراض الاكتئاب. حيث وجدت الدراسات العلمية أن هذه المادة النشطة تساعد في تحسين صحة الدماغ وبالتالي المزاج.

5- حماية القلب من الأمراض

لطالما ربطت الدراسات العلمية المختلفة بين مكونات الحليب الذهبي وانخفاض خطر الإصابة بأمراض القلب. فهذه المواد تحسن من عمل الأوعية الدموية وتحميها من التصلب وارتفاع الكوليسترول وبالتالي تعود بالنفع على صحة القلب.

6- خفض مستوى السكر في الدم

يساعد تناول الحليب الذهبي في خفض

الخلايا المتضررة وحماية الجسم من الإجهاد التأكسدي، وبالتالي إعادة الخلايا والتقليل من الإصابة بالالتهابات والعدوى المختلفة. إضافة إلى ذلك، فإن الحليب الذهبي يملك الزنجبيل والقرقة، وهي مضادات أكسدة قوية أيضاً.

فوائد الحليب الذهبي يمتاز الحليب الذهبي بلونه الأصفر، ويستخدم من أجل تحسين وتعزيز المناعة بالإضافة للعديد من الأمور الأخرى. تعرف على فوائد الحليب الذهبي بالتفصيل:

1- مضاد قوي للأكسدة

المكون الرئيسي في هذا الحليب هو الكرام، والذي يحتوي على مادة نشطة تدعى باسم الكركمين (Curcumin) والتي تمتاز بخصائصها المضادة للأكسدة. تعمل مضادات الأكسدة على محاربة

2- التقليل من الالتهاب وألم المفاصل

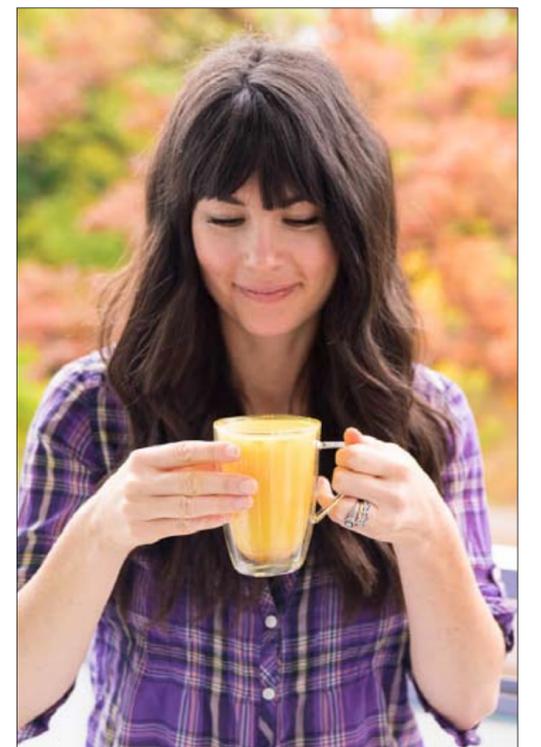
المكونات التي يحتويها الحليب الذهبي تجعله مضاد التهاب خارق، والتي تعود بالفائدة على الصحة ككل. خفض خطر الالتهاب من شأنه أن يقلل من ألم المفاصل الناتج عن الإصابة بهشاشة العظام والتهاب المفاصل

المكون الرئيسي في هذا الحليب هو الكرام، والذي يحتوي على مادة نشطة تدعى باسم الكركمين (Curcumin) والتي تمتاز بخصائصها المضادة للأكسدة. تعمل مضادات الأكسدة على محاربة



4- تحسين المزاج العام

مادة الكركمين الموجودة في الكرام تساعد في تعزيز المزاج وتقلل من أعراض الاكتئاب. حيث وجدت الدراسات العلمية أن هذه المادة النشطة تساعد في تحسين صحة الدماغ وبالتالي المزاج.



5- حماية القلب من الأمراض

لطالما ربطت الدراسات العلمية المختلفة بين مكونات الحليب الذهبي وانخفاض خطر الإصابة بأمراض القلب. فهذه المواد تحسن من عمل الأوعية الدموية وتحميها من التصلب وارتفاع الكوليسترول وبالتالي تعود بالنفع على صحة القلب.

6- خفض مستوى السكر في الدم

يساعد تناول الحليب الذهبي في خفض

6 عناصر تساعدك على خسارة الوزن والحفاظ على جسمك

نهتم جميعاً بامتلاك جسد متناسق ومثالي، مما يجعلنا نبحث دائماً عن أنظمة الرجيم ووصفات التخسيس المختلفة، ونشعر بالسعادة وتحقيق الإنجاز عند فقدان بعض الكيلوجرامات التي تجعلنا نظهر بشكل أنحف، ولكن قد يؤدي ذلك إلى فقدان الجسم لعدد من الفيتامينات والمعادن المهمة مما يضر به فيما بعد، ولتحقيق معادلة خسارة الوزن والحفاظ على الجسم تبعاً لموقع boldsky نقدم مجموعة من العناصر الغذائية التي تفيد الجسم وتساعد على فقدان الوزن.



1- زيت الزيتون والمكسرات

تناول الأطعمة مثل السلمون والأفوكادو وإضافة زيت الزيتون والمكسرات إلى وجباتك ونظامك الغذائي يساعدك على فقدان الوزن، فوجود العناصر الغذائية مثل فيتامين A وK وE وD وأوميغا 3 تعزز فقدان الوزن والحفاظ على الأوعية الدموية الصحية

2- البرتقال والتوت البري

قومي بتناول الأطعمة التي تحتوي على فيتامين "ج" مثل البرتقال والफल الأحمر، والتوت البري، الفراولة، فهو يساعد على انقاص الوزن كما أن نقص فيتامين "ج" في الجسم يؤدي إلى صعوبة فقدان الوزن، فإذا كنت تتبع نظام رجيم فإن هذا سيساعدك كثيراً.

3- العدس والشوفان

تناول كل من العدس والشوفان والمكسرات يمد الجسم بفيتامين B 6 الذي يساعد على تحويل الطعام إلى طاقة مما

يشعرك بالارتياح، حافظ دائماً على تناول هذه الأطعمة لتخزين هذه المواد في الجسم.

4- اللبن الرايب والجبن

حافظ دائماً على تناول كل من اللبن الرايب والجبن والفت، فالحفاظ على تناول الكالسيوم بالنسبة الطبيعية للجسم يساعدك على فقدان الوزن، كما يجعل العضلات تعمل بشكل جيد أثناء ممارسة الرياضة.

5- الخضراوات الورقية والحبوب الكاملة

الحفاظ على تناول كل من الخضراوات الورقية والأسماك والفاصوليا والمكسرات والحبوب الكاملة يساعدك أيضاً على فقدان الوزن بشكل صحي وسليم لإحتوائها على المغنسيوم الذي يساعد في بناء العضلات ويساعد العضلات في حرق الدهون

6- المأكولات البحرية والبقوليات

المأكولات البحرية والبقوليات تحتوي على مادة الزنك التي دائماً ما تشعرك بالشبع وفقدان الطاقة المناسبة التي تساعدك على خسارة الوزن.



منوعات العقار

25



انطلاق فعاليات معرض الاستثمار العقاري (إيكس 2019) في أكسبو الشارقة

•• الشارقة-البحر:

تحت رعاية كريمة من سمو الشيخ سلطان بن محمد بن سلطان القاسمي ولي العهد نائب حاكم الشارقة تطلق اليوم الثلاثاء فعاليات الدورة السادسة من معرض الاستثمار العقاري "إيكس 2019"، الذي تنظمه غرفة تجارة وصناعة الشارقة ودائرة التسجيل العقاري ومجموعة عمل قطاع العقارات في الشارقة، ويستضيفه مركز أكسبو الشارقة ويستمر حتى الـ 21 من شهر مارس الجاري بمشاركة عدد كبير من الشركات العقارية والاستثمارية في الإمارات والمنطقة. ويشارك في المعرض عدد كبير من الشركات والمؤسسات المتخصصة في مجال التطوير العقاري والمقاولات ومواد البناء والإنشاء، والوكلاء والوسطاء العقاريين والبنوك والمؤسسات المالية، وشركات خدمات التصميم المعماري والتصميم الداخلي، والمؤسسات الحكومية المعنية بالشأن العقاري، وكذلك شركات التأمين والاستشارات القانونية وخدمات إدارة العقارات وملاك العقارات وشركات الخدمات الهندسية وشركات إدارة المشاريع. وسط توقعات بأن تستقطب الدورة السادسة من معرض إيكس 2019 عددا كبيرا من الزوار والمتابعين بالشأن العقاري. وأشار سعادة سعيد غانم السويدي، رئيس مجموعة عمل قطاع العقارات في الشارقة إلى سعي الجهات والشركات إلى المشاركة في معرض "إيكس 2019" للاستفادة من مكانة الشارقة كوجهة استثمارية جاذبة ومميزة، خاصة مع تزايد عدد مراكز التسوق الرئيسية الجديدة في الشارقة والمجمعات السكنية الحديثة والعصرية والمشاريع العقارية الفاخرة في الوقت الذي بدأ فيه المطورون العقاريون بتبني منهجيات تركز على رفاه الإنسان وبناء مجتمعات سكنية وتجارية متعددة الاستخدامات مستفيدين من سعة دولة الإمارات عامة وإمارة الشارقة خاصة ومكانتها كوجهة مثالية عالمية للعيش والعمل والاستثمار.

وأضاف السويدي أن معرض إيكس 2019 قد نجح في تعزيز سمعته كأهم المعارض العقارية في المنطقة، حيث تم حجز 100% من مساحة المعرض مع وجود عدد كبير من العارضين الجدد للدورة السادسة للمعرض لهذا العام، حيث يتوقع المشاركون في المعرض نجاحا كبيرا لهم كونه يتوابع مع النمو الكبير الذي يشهده قطاع العقارات في الدولة، وذلك وسط إقبال لافت من قبل المستثمرين والأفراد على اقتناء العقارات مع تنوع الخيارات والتسهيلات التمويلية المقدمة، مؤكداً سعي الجهات التنظيمية للمعرض العمل على دعم القطاع العقاري للاستفادة من الفرص التي يوفرها المعرض هذا العام. وهذا يؤكد على الأهمية الكبيرة التي بات يحظى بها هذا المعرض العقاري الأبرز في دولة الإمارات كمنصة عالمية لضاعفة استثمارات المطورين والمشتريين والبنائين على حد سواء. وستقام خلال فترة المعرض أكثر من 16 دورة وورش متخصصة تقدم من عدد من التخصصات من جانب الدوائر المعنية وكذلك من قبل متخصصين في مجال هندسة البناء والاستثمار والقانون والضريبة والهندسة المعمارية وغيرها من الدورات المتنوعة والمجانبة التي تغطي عدد من المجالات ذات الصلة، مع توفير شهادات حضور لكل المشاركين. فستعقد دائرة التسجيل العقاري ورشة عمل باليوم الأول بعنوان "إجراءات الرهن العقاري" وتنظم غرفة تجارة وصناعة الشارقة عدد من الورشات التدريبية خلال أيام المعرض تبدأ الأولى بعنوان "ماهية العقود"، وورش عمل "التسويق في دقة" بالإضافة إلى ورشة عمل "إدارة وتشغيل المرافق".

وفي اليوم الثاني من المعرض الموافق 20 مارس تنظم غرفة الشارقة عدداً آخر من المحاضرات وورشات العمل، حيث تقدم دورة "تطبيق ضريبة القيمة المضافة على العقارات"، إلى جانب ورشة بعنوان "العقود الإنشائية"، ودورة بعنوان "كيف تختار تصميم منزلك"، وفي اليوم الأخير دورة "خطوات اختيار المقاول المناسب"، وتنظم بلديّة الشارقة في اليوم الأخير من المعرض ورشة عمل بعنوان "البيئة الجاذبة للتطوير العقاري"، ومحاضرة أخرى بعنوان "الشروع في العصر الرقمي"، وينظم مركز التسجيل التجاري والدولي محاضرة بعنوان "التحكيم في تسوية المنازعات العقارية".

وستتم فعاليات المعرض لمدة ثلاثة أيام، بدعم من مركز أكسبو الشارقة، وتحت رعاية رسمية من "بلدية الشارقة" و"دائرة التخطيط والمساحة" و"دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة" إلى جانب الراعي الذهبي "شركة تلال" العقارية، والراعي الإعلامي "هيئة الشارقة للإذاعة والتلفزيون".

«كهرباء دبي» تبحث تعزيز التعاون مع إيطاليا بمجال المياه والطاقة

•• دبي-وام:

بحثت هيئة وكهرباء دبي تعزيز التعاون الاستراتيجي مع المؤسسات والشركات الإيطالية وتبادل أفضل الخبرات والتجارب والممارسات العالمية وإجراء المخرانات المعيارية في مجال مصادر الطاقة المتجددة وتقنيات تخزين الطاقة والشبكات الذكية والأمن الإلكتروني والابتكار والتقنيات الإحلاية وآخر مستجدات التحول الرقمي والأتمتة.

جاء ذلك خلال استقبال سعادة سعيد محمد الطاير العضو المنتدب الرئيس التنفيذي لهيئة سعادة لبيوربو ستيليلينو سفير جمهورية إيطاليا لدى الدولة وسيبونيلا جريسانتي للمحق التجاري وممثلين عن وكالة التجارة الإيطالية واتحاد الصناعات الإيطالية ومؤسسات مالية.

ركز الجانبان خلال اللقاء على سبل تعزيز التعاون المشترك في مجال المياه والطاقة، واستعرض سعادة سعيد محمد الطاير أمام الوفد الإيطالي الزائر أهم المشاريع والمبادرات والبرامج التي تقوم بها الهيئة لتحقيق أهداف استراتيجية دبي للطاقة النظيفة 2050.

وأيدي الجانب الإيطالي اهتمامه بالمشاركة في مشروعات الهيئة الرائدة في مجال الطاقة النظيفة والمتجددة والمياه حيث أثنى على جهود الهيئة الحديثة لتحقيق التنمية المستدامة في إمارة دبي.



جناح القرطاسية في المعرض



أحد الاجتماعات في جناح قرطاسية فاروق العالمية بالمعرض

معرض عالم الورق بدبي يشهد مئات الصفقات التجارية

مشاركات عالمية واسعة وتطور يسابق الزمن



فاروق أبوبكر

في هذا المعرض وكلاؤنا الموزعون في دولة الإمارات العربية المتحدة هم السادة مؤسسة قرطاسية فاروق العالمية وجديدنا هو الأقاليم المبتكرة للرسم والهندسة ومختلف الفخون، ونحن دائما متفائلون، وشكر حكومة دبي والمنظمين.

وفي جناح شركة فوليا الألمانية قال السيد ميشال كوهل والسيد سونجا نيبيور إن المعرض جيد والمشاركة عالية ويعد فرصة للمعرض والتسويق وكلاؤنا في الإمارات هم السادة مؤسسة قرطاسية فاروق العالمية وتعدّ الصين هي المنافس الأول في الأسواق العالمية لأن الأسعار لدى التجار الصينيين أقل، ولكننا في كل الأحوال نراهن على النوعية وعلى النجاح بالتواصل والتطوير والتأثير.

وفي جناح أولمبيا قالت السيدة جيني لقد قدمنا للمشاركة في هذا المعرض للمرة الأولى قبل 8 سنوات أي في العام 2011 يوم كان المعرض الأول لعالم الورق، وأحرص دائما على الحضور للتواصل مع زملائنا ومعلمنا وخاصة مع إدارة قرطاسية فاروق العالمية وكلاؤنا في الإمارات- وأتوقع بأن المستقبل سيكون أفضل، كما شكرت حكومة دبي والمنظمين.



كريم كاكامي

مؤسسة عريقة في دبي والإمارات، قال سعادة الأستاذ أحمد المالك، تقي دبي مدينة النجاح، وتبقى دولة الإمارات العربية المتحدة محط أنظار الشركات العالمية الناجحة، وهذا ما يعكسه ويؤكده معرض عالم الورق الذي تتزايد فيه المشاركة عاماً بعد عام. وأكد سعادته أن على مؤسسة المالك للقرطاسية حريصة منذ تأسيسها على تمثيل أفضل منتجات القرطاسية العالمية من الأقاليم إلى مستلزمات المكاتب والمدارس والمؤسسات الحكومية الأخرى مع الوعي الكامل للمنافسة، والالتزام التام بالتطوير في مواكبة السوق ومواجعة المنافسة، والله ولي التوفيق وشكرا للمنظمين على نجاح المعرض.

جولة ميدانية،

وخلال جولتنا في المعرض تحدث لنا السيد كريم كاكامي قال: بدأت الشركة أعمالها منذ 95 عاماً وتشارك للمرة السابعة

فاروق أبوبكر: أثبتت الصناعة الورقية والقرطاسية في الإمارات جودتها وقدرتها على الابتكار والتسويق والمنافسة أحمد المالك: انتفهم متطلبات السوق ونرقى بالعرض ونواكب التطور العالمي

من الإمارات والشرق الأوسط: وجهات العالم الأربع ومن القارات الخمس ليواكبوا العصر في الابتكار والإبداع.

فاروق أبوبكر: نواكب التطورات ودائماً لدينا الجديد وخلال جولة على أجنحة المعرض عقب الافتتاح يوم أمس كان لنا حوار موضوعي وهدف مع سعادة الأستاذ فاروق أبوبكر رئيس مجلس إدارة فاروق العالمية والتي تأسست في دبي في دولة الإمارات العام 1980 ولديها ثلاثة مصانع اثنان منهما في دبي والثالث في الشارقة إضافة إلى عدد من مراكز التوزيع والمكاتب الإدارية في مختلف مناطق دبي وستة معارض أخرى اثنان منها في العاصمة أبوظبي وأربعة أخرى في الشارقة وعجمان وأم القيوين وسلطنة عمان. وبحديث سعادته لنا أكد الأستاذ فاروق أبوبكر بأن استراتيجيتي المؤسسة تقوم على ثلاثة أركان أساس الأول: دراسة الطلب في السوق والثاني الارتقاء الدائم بالمنتج للمعرض والثالث

أحمد المالك: الخبرة والجودة أساس النجاح، وفي جناح المالك للقرطاسية، وهي كذلك



جيني

دبي-د. محمود علياء: افتتح سعادة بطي بن سعيد الكندي نائب رئيس غرفة تجارة وصناعة دبي قبل ظهر يوم أمس الاثنين الدورة التاسعة لمعرض بيبر وورلد الشرق الأوسط 2019 عالم الورق المقام حالياً في دبي وقام سعادته بعد قص شريط الافتتاح بجولة على أجنحة الشركات الإماراتية والعالمية المشاركة حيث أبدى ارتياحه لتزايد عدد المشاركين وأجواء الاختصاص والجودة والتميز التي يتصف بها المعرض وتزداد وتيرتها اللافتة عاماً بعد عام. ويعدّ معرض عالم الورق: المعرض التجاري الأول المتخصص بصناعات الورق ولوازم المكاتب والقرطاسية المكتبية والمدرسية في المنطقة وتسود أجواءه الابتكارات والإبداعات وفنون المعرض والطلب في الاستعراض الدائم لدى المشاركين بنجاحات السوق وتطورها فنيا وعمليا باستيعاب تطورات الورق الإلكتروني بمشاركة أكثر من 300 عارضاً قدموا

35 شركة طيران عالمية تؤكد مشاركتها في منتدى «كونيكت» الشرق الأوسط والهند وأفريقيا في دبي



دبي-البحر:

وتعليقاً على ذلك، قال تلك بيليم مدير شركة ريد ترفايل إكزيكوتيف: «على الرغم من ارتفاع تكاليف الوقود والتقلبات في أسعار صرف الروبية الهندية التي خسرت نحو 14% من قيمتها مقابل الدولار الأمريكي خلال الأشهر الـ 12 الماضية، إلا أن عام 2018 كان مثيراً للاهتمام على مستوى قطاع الطيران في الهند، وأضاف: وفقاً للاتحاد الدولي للنقل الجوي "إياتا"، فقد سجلت الهند أسرع معدلات النمو في العالم على مستوى حركة الطيران الداخلية في السنوات الثلاث الماضية، حيث شهدت حركة المسافرين عبر المطارات المحلية في البلاد نمواً ملحوظاً بنسبة 18.6% عام 2018، وهو ما يعزز من فرص الاستثمار الهائلة في هذه السوق.»

وعلى صعيد المطارات، عزز مطار أندريا غاندي الدولي في دلهي مكانته كأكثر المطارات ازدحاماً من حيث حركة المسافرين في الهند عام 2018، يليه مطار شاهتراتي شينجاي مهراج الدولي في مومباي، ثم مطار كيميفودا الدولي في بنغالور، ومن بعده مطار تشيناي الدولي، ثم خامساً مطار حيدر آباد راجيف غاندي الدولي.

وفي هذا السياق، استمرت سبع شركات طيران هي «إندي جو» و«طيران جيت» و«طيران الهند» و«سبيس جيت» و«جو إير» و«طيران آسيا الهند» و«فيستارا» في استجوابها على سوق الطيران في الهند بتسجيل 1.04 مليون رحلة من إجمالي 1.25 مليون رحلة عام 2018، ودائماً حسب البيانات الصادرة عن «أنكير».

وفي الإمارات العربية المتحدة وحدها، يتم تشغيل 1.065 رحلة أسبوعية إلى الهند بسعة تصل إلى 130.000 مقعد في الوقت الراهن، وهناك محادثات ثنائية مستمرة لزيادة حركة الطيران بين الهند وجميع دول مجلس التعاون الخليجي. ويهدد المنافسة قاتل كارين بوتوت، المدير

وتعليقاً على ذلك، قال تلك بيليم مدير شركة ريد ترفايل إكزيكوتيف: «على الرغم من ارتفاع تكاليف الوقود والتقلبات في أسعار صرف الروبية الهندية التي خسرت نحو 14% من قيمتها مقابل الدولار الأمريكي خلال الأشهر الـ 12 الماضية، إلا أن عام 2018 كان مثيراً للاهتمام على مستوى قطاع الطيران في الهند، وأضاف: وفقاً للاتحاد الدولي للنقل الجوي "إياتا"، فقد سجلت الهند أسرع معدلات النمو في العالم على مستوى حركة الطيران الداخلية في السنوات الثلاث الماضية، حيث شهدت حركة المسافرين عبر المطارات المحلية في البلاد نمواً ملحوظاً بنسبة 18.6% عام 2018، وهو ما يعزز من فرص الاستثمار الهائلة في هذه السوق.»

وعلى صعيد المطارات، عزز مطار أندريا غاندي الدولي في دلهي مكانته كأكثر المطارات ازدحاماً من حيث حركة المسافرين في الهند عام 2018، يليه مطار شاهتراتي شينجاي مهراج الدولي في مومباي، ثم مطار كيميفودا الدولي في بنغالور، ومن بعده مطار تشيناي الدولي، ثم خامساً مطار حيدر آباد راجيف غاندي الدولي.

وفي هذا السياق، استمرت سبع شركات طيران هي «إندي جو» و«طيران جيت» و«طيران الهند» و«سبيس جيت» و«جو إير» و«طيران آسيا الهند» و«فيستارا» في استجوابها على سوق الطيران في الهند بتسجيل 1.04 مليون رحلة من إجمالي 1.25 مليون رحلة عام 2018، ودائماً حسب البيانات الصادرة عن «أنكير».

وفي الإمارات العربية المتحدة وحدها، يتم تشغيل 1.065 رحلة أسبوعية إلى الهند بسعة تصل إلى 130.000 مقعد في الوقت الراهن، وهناك محادثات ثنائية مستمرة لزيادة حركة الطيران بين الهند وجميع دول مجلس التعاون الخليجي. ويهدد المنافسة قاتل كارين بوتوت، المدير

العضويات الجديدة والمجددة إلى 5749 خلال شهر يناير بنمو بنسبة ملحوظة بلغت 10%. وأضافت الغرفة أن عدد شهادات المنشأ أصدرتها الغرفة خلال شهر يناير الماضي بلغ 7630 شهادة بنمو بنسبة 3% مقارنة بشهر يناير من العام 2018، الأمر الذي يعكس استدامة النمو في قطاع التجارة، وتوسع تجار المشاركة في نشاطاتهم التجارية إلى الأسواق الواعدة. وبيّنت إحصاءات غرفة الشارقة نمواً متزايداً خلال شهر فبراير الماضي كذلك، في نمط تصاعدي يعكس بوضوح المكانة العالمية التي باتت تحظى بها بيئة الأعمال في الإمارة، خصوصاً في استقبال الاستثمارات الأجنبية المباشرة، حيث سجلت العضويات الجديدة نمواً بنسبة 16% مقارنة بشهر فبراير من العام

أكدت 35 شركة طيران عالمية مشاركتها في منتدى «كونيكت» الشرق الأوسط والهند وأفريقيا الذي يقيم يوم الثلاثاء 30 أبريل والأربعاء 1 مايو 2019 في مركز دبي التجاري العالمي بالتزامن مع فعاليات معرض سوق السفر العربي.

وستشارك مجموعة واسعة من شركات الطيران الحكومية والشركات منخفضة التكلفة في هذا المنتدى ممثلة بكيار مدراء التخطيط فيها، ومن أبرز تلك الشركات طيران الإمارات، الاتحاد للطيران، طيران جنوب الصين الجوية، الأردنية للطيران، طيران آسيا، فلاي دبي، طيران الخليج، الطيران العماني، الخطوط الجوية الأذربيجانية، فضلاً عن شركتي «سبيس جيت» و«طيران الهند». وفي هذا الإطار، تعد الهند واحدة من أكبر الأسواق العالمية في قطاع الطيران، حيث سجلت أكبر خمسة مطارات فيها أكثر من 678.000 رحلة مغادرة عام 2018، مع قدرة تلك المطارات على إدارة نحو 118.07 مليون مسافر، بزيادة قدرها 12.32 مليون مسافر إضاه في مقارنة بالأرقام الصادرة عام 2017، وذلك وفقاً للبيانات المنشورة في أحدث تقرير صادر عن ANKER.

غرفة الشارقة تكشف مؤشرات إيجابية للنمو الاقتصادي بالإمارة خلال شهري يناير وفبراير الماضيين

•• الشارقة-البحر:

الاقتصادي في إمارة الشارقة رغم التحديات في بيئة الأعمال الإقليمية والعالمية، حيث شهد بداية العام الجاري نمواً ملحوظاً في عدد العضويات الجديدة وشهادات المنشأ والمعاملات، مما يعكس ثقة المستثمرين ببيئة الاستثمار في إمارة الشارقة والفرص الجزرية التي تتيحها الإمارة للشركات العاملة فيها. وأوضحت الغرفة أن شهر يناير 2019 سجل نمواً بلغ 28% في عدد العضويات الجديدة مقارنة بشهر يناير من العام 2018، حيث بلغ عدد العضويات الجديدة 513 عضوية، في حين بلغ عدد العضويات المجددة 5236 عضوية بنمو بنسبة 7% مقارنة بنفس الفترة من العام الماضي، مما يرفع إجمالي عدد



مختلف القطاعات الاقتصادية، حيث برزت الخطوات التي اتخذتها الحكومة لتحفيز الاقتصاد كركائز أساسية في الخطة التنموية المستقبلية.

وبدأية وأعدة للعام الجاري على كافة المستويات، معتبراً أن النمو في عدد العضويات الجديدة والمجددة وشهادات المنشأ دليل إضافي على الجهود التي تبذلها غرفة الشارقة لدعم بيئة الأعمال وتيسير إجراءات ممارسة الأعمال بما يتوافق مع أفضل الممارسات العالمية، وينسجم مع الرؤية الحكيمة لخاصة سمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة -حفظه الله- بترسيخ مكانة الشارقة وجهة إقليمية وعالمية للأعمال. وأضاف أمين: لقد نجحت إمارة الشارقة رغم التحديات الاقتصادية العالية في منح المستثمرين بيئة أعمال مجزية ومليئة بالفرص المتنوعة في

منوعات الفكر

26

«أوبك» تواصل خفض الإنتاج إلى

30.55 مليون برميل يوميا خلال فبراير

•• أبو ظبي-وام-

سجل إنتاج منظمة الدول المصدرة للنفط «أوبك» المزيد من التراجع الشهر الثاني على التوالي وذلك في إطار التزامها بخفض الإنتاج الذي جرى الاتفاق عليه مع كبار المنتجين المستقلين نهاية العام الماضي للمحافظة على توازن السوق.

وبلغ معدل إنتاج «أوبك» خلال شهر فبراير الماضي 30.55 مليون برميل يوميا بتراجع قدره 220 ألف برميل مقارنة مع 30.8 مليون برميل في يناير الذي سبق وذلك حسبما تظهر أحدث الإحصائيات الصادرة عن المنظمة.

وبذلك فقد وصل إجمالي التراجع في إنتاج المنظمة منذ بداية العام 2019 نحو 1.04 مليون برميل نقط يوميا وهو أكبر خفض يشهده الإنتاج منذ إبرام اتفاقية المنظمة في ديسمبر الماضي.

وجاء قرار تخفيض الإنتاج لضبط توازن السوق النفطى وللحفاظ على مصالح المنتجين والمستوردين خاصة بعد تراجع حجم الطلب على هذه السلعة الاستراتيجية وسط توقعات مؤسسات دولية عن تباطؤ نمو الاقتصاد العالمي.

وتفصيلا فقد أظهرت حركة مؤشر أسعار سلة نفوط «أوبك» منذ بداية العام الجاري مواصلة نهجه الصاعد، الأمر الذي رفع من مكاسبه إلى 12.1% خلال شهري يناير وفبراير الماضيين، حيث بلغ متوسط سعر البرميل 63.83 دولار مقارنة مع 56.94 دولار في ديسمبر من 2018.

وعلى صعيد حركة نفط خام برنت فقد ارتفع السعر إلى 64.43 في شهر فبراير 2019 الماضي بنمو نسبته 7% وقدره 4.19 دولار مقارنة مع 60.24 دولار في يناير من العام ذاته.

وكانت السوق شهدت خلال العام الماضي زيادة المعروض من النفط، ما أدى إلى تراجع الأسعار بنسبة وصلت إلى 20% تقريبا مع نهاية ديسمبر الماضي، وهو ما استدعى تحرك المنتجين من داخل منظمة أوبك وخارجها لإعادة التوازن للسوق والأسعار.

يشار إلى أن المنظمة كانت قد أبرمت اتفاقية بالتنسيق مع بعض كبار المنتجين المستقلين في ديسمبر الماضي حيث تم بموجبها تخفيض الإنتاج بمقدار 1.2 مليون برميل يوميا ابتداءً من يناير 2019.

جمارك دبي تعرف بالمشاغل المتاحة لأصحاب الهمم خلال معرض الوظائف

•• دبي-وام-

تحرص جمارك دبي خلال مشاركتها في معرض الإمارات للوظائف 2019 على استقطاب الكوادر الوطنية من حملة الشهادات الجامعية للعمل في الدائرة.

وأوضحت الدائرة أنها وضعت شعاراً مشاركتها في الحدث هو «تمكين شباب الوطن هدفنا» مؤكدة أنها ستحرص على توفير عدد من أصحاب الهمم في الدائرة علاوة على توفير 60 شاعراً في كافة التخصصات الوظيفية. وذكر محمد الغفاري مدير إدارة الموارد البشرية في جمارك دبي أن معرض الإمارات للوظائف 2019 يمثل منصة مثالية للباحثين عن العمل من شباب المواطنين الموهوبين إذ يفتح العرض أمامهم عالمًا من فرص التوظيف في مختلف المجالات ويعد أيضا فرصة مثالية لشباب ذوي الهمم للتشجيع المحلية إذ تحرص الدائرة على خلق فرص عمل وظيفية جديدة لتشجيع المواطنين للالتحاق ببيئة عمل محفزة مبدعة تعتمد الابتكار من أجلها لتواصل الدائرة دورها الرئيس في إطلاق إمكانات المواطنين ليقودوا عجلة التطوير الاقتصادي المرعي للخصوصيات لدولة الإمارات للمراكز الأولى عالمياً في جميع المجالات. ومن جانبه أفاد أمير عبد الرزاق مدير أول قسم التوظيف في جمارك دبي على أن لأصحاب الهمم جزء من استراتيجية الدائرة إذ سيتم تخصيص نسبة 2 بالمائة من الوظائف المطروحة لهم للتأكيد على دعمهم في المجتمع وشاركهم في مسيرة نجاح الدائرة من خلال تمكينهم وخلق قيمة مضافة لعملهم مع الترويج إلى فكر الانتقال من الرعاية إلى التنمية والعمل على مبدأ تمكينهم ومساندتهم وتقديم الدعم اللوجستي والمعنوي اللازم لهم.

«سلطة دبي الملاحية» ترتقي

بآليات التأمين البحري

•• دبي-وام-

أكدت «سلطة مدينة دبي الملاحية» مواصلة مسيرة الريادة التي تقودها دبي على خارطة التأمين البحري العالمية مسلطة الضوء على أبرز خدمات التأمين الصممة خصيصا لضمان تحقيق التكامل بين جوانب السلامة البحرية والملاحية والأمن والكفاءة التشغيلية على امتداد السواحل المحلية ما يضع الإمارة في مصاف أفضل العواصم البحرية في العالم.

وأوضح حامد حسن مدير إدارة التسجيل والترخيص في «سلطة مدينة دبي الملاحية» بأن التأمين البحري الشامل يمثل دعامة أساسية من دعائم نمو واستدامة القطاع البحري. مشدداً على تبنى «سلطة مدينة دبي الملاحية» أهمية توفير محفظة متكاملة من خدمات التأمين التي تلبي احتياجات رواد القطاع البحري والمستثمرين ومالكي ومشغلي السفن العابرين كي يتمكنوا باستخدام وسائلهم البحرية في حالة من الطمأنينة والاستقرار تحميهم في حال وقوع أي حادث في البحر لا قدر الله.

وأضاف أن السلطة تولي اهتماماً بالغا بخدمات التأمين البحري إيماناً بأنها دفعة قوية لمساعدتها الحثيثة لتعزيز تنافسية وشمولية التجمع البحري المحلي على الساحة العالمية ما يصب بدوره في خدمة التوجه الوطني نحو دفع مسار التنوع الاقتصادي. لافتاً أن «دبي الملاحية» تعضي قدماً في الارتقاء بآليات التأمين البحري في إطار جهودها المتواصلة لاستقطاب المزيد من الاستثمارات البحرية للاستفادة من الإمكانيات الكبيرة التي تزخر بها دبي وهي واحدة من الجهات البحرية الأكثر جاذبية عالمياً تنافسياً ما غايات «خطة دبي 2021» في تحويل الإمارة إلى «محور رئيس في الاقتصاد العالمي».

برعاية وزارة الاقتصاد

جامعة نيويورك أبوظبي تنظم ستارت إيه دي المنتدى التعريفي الخامس للمستثمرين وطريق الحرير الرقمي



•• أبو ظبي - الفجر:

أعلنت ستارت إيه دي، منصة الابتكار وريادة الأعمال في جامعة نيويورك أبوظبي والمدعومة من شركة تمكين، عن تنظيم الدورة السنوية الخامسة من المنتدى التعريفي للمستثمرين Angel Rising Forum، والذي يهدف لتمكين المستثمرين الجدد وتعزيز قدرات الاستثمار التمولي لتعزيز بيئة ريادة الأعمال في دولة الإمارات. وينعقد المنتدى يوم السبت 23 مارس بجامعة نيويورك أبوظبي.

وبرعاية وزارة الاقتصاد في دولة الإمارات العربية المتحدة وبالشراكة مع «فينتشر سوق»، يسعى المنتدى إلى إرفقاء بسوية المستثمرين الداعمين في دولة الإمارات عبر إتاحة فرص التعلم حول أهم المواضيع ذات الصلة بالاستثمار الداعم، وتوفير رؤية أوضح حول المشهد الاستثماري للشركات الناشئة، وتسهيل الحوارات بين قادة المجتمع والقطاع، وبالتالي تمكين وإلهام المزيد من المستثمرين لتعزيز مستويات الابتكار في دولة الإمارات وما حولها. ويقام المنتدى التعريفي للمستثمرين 2019 بدعم من الاتحاد للطيران، وصندوق خليفة، وسوق أبوظبي العالمي، وشركة الإمارات العربية المتحدة للصرافة وغيرها. ويتناول موضوع المنتدى هذا العام حول «التطلع شرقاً: طريق الحرير الرقمي ومنظومة التكنولوجيا العالمية في شركة ستراكشتر» بمشاركة مايك مانوس، مدير مدينة نيويورك، وجيلى مانوس، الشريك الإداري في شركة «ستراكشتر» كابتال التي تتخذ من منطقة وادي السيليكون في الولايات المتحدة مقراً لها؛ وأنشومان بانبا، الرئيس التنفيذي للمنتجات لدى شركة جوبييو (التابعة لجماعة ميك ماي تريب)، وهاني كولا، المدير الإداري لشركة «كلاري كابتال»؛ وبول تاوكونوج، الشريك المؤسس لشركة سي آر إي فينتشر كابتال؛ وهاريف سينغ، المؤسس والرئيس التنفيذي لشركة

هنا. ويستضيف المنتدى نخبة من أشهر المستثمرين والخبراء في القطاع، بما في ذلك سعادة عبد الله الشامي، الوكيل المساعد لقطاع المجالات التجارية بوزارة الاقتصاد ورئيس الفريق التنفيذي لمؤشر الابتكار العالمي؛ وينستون ما ونيان، الرئيس التنفيذي لشركة «سيلك رود» الصينية المتخصصة بالاستثمار والتنمية؛ وكين ميلر، رئيس مجلس الإدارة والرئيس التنفيذي لشركة «كين ميلر كابتال» بمدينة نيويورك؛ وجيلى مانوس، الشريك الإداري في شركة «ستراكشتر» كابتال التي تتخذ من منطقة وادي السيليكون في الولايات المتحدة مقراً لها؛ وأنشومان بانبا، الرئيس التنفيذي للمنتجات لدى شركة جوبييو (التابعة لجماعة ميك ماي تريب)، وهاني كولا، المدير الإداري لشركة «كلاري كابتال»؛ وبول تاوكونوج، الشريك المؤسس لشركة سي آر إي فينتشر كابتال؛ وهاريف سينغ، المؤسس والرئيس التنفيذي لشركة

برين جين جلوبال وغيرهم. وأكد معالي المهندس سلطان بن سعيد المنصور، وزير الاقتصاد، أن دولة الإمارات العربية المتحدة كانت من الدول السبّاقة في التأكيد على أهمية بناء شراكات استراتيجية للأسواق الجديدة التي تعتمد على التكنولوجيا المتقدمة التي تدعم الشركات الناشئة في أسواق وأعداء كالصين والهند وإفريقيا. كما تمنى جهود كافة الشركاء الإستراتيجيين الذين يقومون على إعداد هذا المنتدى الهام الذي يتناسب توقيته مع إطلاق العديد من المشاريع والمبادرات المرتبطة بتحقيق تعاون وثيق بين الشركات الناشئة وقيادات من رواد الأعمال حول العالم.

والعشرين في تمكين دولة الإمارات من لعب دور محوري في بلورة مستقبل الاقتصاد العالمي، وذلك من خلال توفير الممرات الاستراتيجية لنقل التكنولوجيا وتوظيف رؤوس الأموال، خاصة بعد ما أضحت الظروف مواتية لظهور ما قد يكون أكبر تحدٍ تنافسي يواجه قطاع ريادة الأعمال حتى الآن، والذي يتمثل في نشأة مجموعة من الشركات الناشئة المتكبرة وذات الرؤية المستقبلية والتي تستهدف سوقاً يضم 3 مليارات مستهلك من الطبقة الوسطى في كل من الصين والهند وإفريقيا. حيث يحتاج هؤلاء المستهلكون إلى شركات توفر الحلول للتحديات الضخمة التي تواجههم بشكل يومي. وفي هذا الإطار، سيساعد مفهوم «المستثمر الملك» أو المستثمر الداعم في إطلاق إمكانات تلك الشركات الناشئة، وتمكين دولة الإمارات من المساهمة في بلورة ملامح مستقبل منظومة التكنولوجيا العالمية. وبدورها، قالت سونيا ويمولر،

الشريك المؤسس لمنصة «فينتشر سوق»: «أخذت بعض الشركات المتعاونة معنا خياراً صائباً بالتوجه نحو الشرق بدلاً من الغرب. حيث يتنامى حضور الصين لتصبح بمثابة المحرك الرئيسي الجديد لشركات رأس المال في الأسواق الناشئة. كما يشهد القطاع صعود الهند كقوة تعتمد على نفسها وتضم قاعدة عريضة من المواهب المتمرسه وسوقاً استهلاكية هائلة. ومع تسارع وتيرة هذا التغيير، برهنت الشركات السبّاقة في هذا الإطار على مرونتها الكبيرة في التكيف مع هذه التوجهات. وانسجاماً مع ذلك، فإنه يتعين على المستثمرين - سواء كانوا من المستقلين أو الشركات - بلورة فهم شامل حول ظهور آليات العمل العالمية الجديدة وتأثيراتها على تقدم نظرياتهم الاستثمارية، أي معرفة التحديات الناشئة والفرص المتاحة اليوم أمام المستثمرين في منطقة الخليج العربي في الوقت الذي يتطلع فيه العالم نحو القطب الشرقي الصاعد».

«بيئة» تطلق محطة جديدة مبتكرة لمعالجة مياه النفايات الصناعية

•• الشارقة-الفجر:

أطلقت «بيئة»، رائدة جودة الحياة المستدامة في الشرق الأوسط، محطة معالجة مياه النفايات الصناعية، المشروع الجديد النوعي الذي يتميز باستخدام التقنيات العالمية. وجاء إطلاق المشروع خلال حفل خاص أقيم في مركز إدارة النفايات التابع للشركة في منطقة الصجعة، بحضور سعادة سلطان العويس، رئيس مجلس إدارة «بيئة»، وسعادة ثابت سالم الطريفي، مدير عام بلدية مدينة الشارقة، وسعادة خالد الحرمل، الرئيس التنفيذي لجماعة «بيئة»، ويجسد المشروع مرحلة جديدة في مسيرة الشركة الطامحة إلى إعادة تدوير النفايات بالكامل بعيداً عن المكبات، كما يمثل أولى المنشآت المتخصصة بكامل مراحل معالجة المياه الصناعية والمياه

المؤثة بالزيت في دولة الإمارات. وقال سعادة سالم العويس: «نفخر بإطلاق المحطة الجديدة لمعالجة مياه النفايات الصناعية، والتي تمثل نقطة تحول حاسمة ضمن استراتيجيتنا الشاملة نحو تحويل النفايات بالكامل، وتعزيز من ريادتنا في مجال الاستدامة، وبشكل خاص في تقديم حلول معالجة مياه النفايات. ومع ارتفاع مستويات مياه المخلفات الصناعية في دولة الإمارات، التي يُعتبر قطاع التصنيع مساهماً أساسياً في

متر مكعب من مياه النفايات يومياً، وتم إنشاؤها بهدف معالجة المياه الملوثة بالمخلفات يمثل أولوية، لاسيما مع توسع قاعدة الإنتاج الاقتصادي. وكوئنا المنشأة الوحيدة من نوعها المتخصصة بمعالجة مياه المخلفات الصناعية في المنطقة، تمثل محطة معالجة مياه النفايات الصناعية بديلاً مجدياً للتخلص من مياه النفايات الصناعية، وتحولها إلى مورد من شأنه تعزيز طموحاتنا في التنمية المستدامة. وتبلغ استطاعة المنشأة الجديدة 300

من ناحية، قال سعادة ثابت سالم الطريفي: «مع هدف بلوغ معدلات تحويل النفايات بعيداً عن المكبات بنسبة 75% بحلول 2021، فإن المهم بالنسبة لنا استخدام جميع السبل لإعادة استخدام الموارد قدر الإمكان. وقد لعبت الاستراتيجية المتكاملة لإدارة النفايات التي تنتهجها «بيئة» عبر السنين دوراً محورياً في رفع هذه المعدلات بالشارقة، ونفخر بدعم إطلاق هذه المنشأة الجديدة، والتي

سُهم في رفع معدلات تحويل النفايات بعيداً عن المكبات بالإمارة إلى مستويات أعلى. وقمنا مؤخراً بإطلاق محطة جديدة لمعالجة مياه الصرف الصحي واستخدامها في الري وغسيل السيارات. ونعتقد بأن هذه المنشآت ستعمل معاً بشكل متناغم لضمان استمرار توافر الموارد المائية في الشارقة، وتستخدم محطة معالجة مياه المخلفات الصناعية التابعة لشركة «بيئة» أكثر العمليات تطوراً، وتعمل بنظام معقد مكون من خمسة مستويات. فيعد جمع النفايات السائلة في منطقة الاستقبال، تمر عبر مرحلة معالجة فيزيائية لفرض الرمال وإزالة الدهون العائمة، ويتم بعد ذلك ضخ المياه إلى مرحلة المعالجة الكيميائية لتعديل نسبة الهيدروجين وإزالة المعادن الثقيلة، على التوالي. وتبدأ بعد ذلك مرحلة المعالجة البيولوجية التي تتضمن إزالة



الموئثات العضوية وتكسير الأمونيا. قبل أن تعبر المياه في النهاية عبر مجموعة من عدة مراحل، تشمل مصفاة الأشعة فوق البنفسجية لإزالة المواد العالقة ومعظم أشكال التلوث الميكروبيولوجي. وتضمن هذه المنشأة الجديدة إلى مجموعة من مرافق إعادة التدوير المتطورة التي يحتضنها مركز إدارة النفايات التابع لشركة «بيئة»، والتي تبلغ استطاعتها الإجمالية معاً نحو ثلاثة ملايين طن من النفايات كل عام، وقد ساعدت على وصول نسبة تحويل النفايات بعيداً عن المكبات في الشارقة إلى 76 بالمائة، النسبة الأعلى في منطقة الأوسط كافة. كما يضم المركز أول محطة لتحويل النفايات إلى طاقة، والتي تقوم «بيئة» بتشييدها بالشراكة مع «مصدر» لمعالجة 300.000 طن من النفايات سنوياً، وتوليد طاقة باستطاعة 30 ميجاواط. وتسهم هذه المنشأة في قيادة جهود «بيئة» نحو تحويل النفايات بالكامل بعيداً عن المكبات، وجعل الشارقة أول مدينة تقادى إرسال النفايات إلى المكبات في الشرق الأوسط بحلول العام 2021.

بنك ستاندرد تشارترد يستضيف قمة الشرق الأوسط للسنة الثالثة على التوالي

•• دبي-الفجر:

نظم بنك ستاندرد تشارترد مؤخرًا فعاليته المميزة «قمة الشرق الأوسط» لعللانه من الشركات والمؤسسات وذلك للسنة الثالثة على التوالي، وشهد الحدث حضور 300 موفداً للاستماع إلى باقة متنوعة من الحلقات النقاشية التي أشرف على إدارة حوارها كوكبة من أبرز المتحدثين والمناظرين الاقتصاديين في العالم، الأمر الذي ساهم في إثراء الحوار وشكل فرصة لمشاركة آراء وخبرات المشاركين حول الفرص والتحديات التي يواجهها القطاع المالي عالمياً وفي المنطقة.

شراً لآلية اتخاذ القرارات لدى البنك الاحتياطي الفدرالي وتقييم أثر الاقتصاد العالمي على قراراته. عُقدت القمة تحت شعار السباحة عكس التيار، ولقد سجلت الفعالية الاقتصادية الهامة حضوراً أكثر من 300 موفداً للاستماع إلى باقة متنوعة من الحلقات النقاشية التي أشرف على إدارة حوارها كوكبة من أبرز المتحدثين والمناظرين الاقتصاديين في العالم، الأمر الذي ساهم في إثراء الحوار وشكل فرصة لمشاركة آراء وخبرات المشاركين حول الفرص والتحديات التي يواجهها القطاع المالي عالمياً وفي المنطقة.

كما حضر الفعالية كل من سيمون كوبر، الرئيس التنفيذي للخدمات المصرفية للشركات والمؤسسات و سونيل كوشل، الرئيس التنفيذي الإقليمي لمنطقة أفريقيا والشرق الأوسط. ودروا أبو مئة، الرئيس التنفيذي للبنك في دولة الإمارات، وسرمد لون وسيف مالك، الرئيسان الإقليميان

المشتركان للخدمات المصرفية العالمية ومنطقة أفريقيا والشرق الأوسط، ومحمد سلامة، الرئيس القطري للخدمات المصرفية العالمية، إضافة إلى كوكبة من كبار مندوبي البنك. وتعليقاً على مشاركتها في الفعالية، قالت الدكتورة بيلين: «لقد تشرفت بالدعوة

للمشاركة في أحد أبرز فعاليات بنك ستاندرد تشارترد. فهذه القمة توفر منصة رائعة لتبادل الأفكار والآراء مع قادة الفكر من هذه المنطقة. وقد وجدت النقاشات والأفكار المقدمة مثيرة للاهتمام ومحفزة للتفكير وأمل أن أحضر ندوة أخرى في المستقبل».



صالح الشرقي يفتح «ملتقى الفجيرة الدولي للتعددين»

•• الفجيرة - وام:

تحت رعاية صاحب السمو الشيخ حمد بن محمد الشرقي عضو المجلس الأعلى حاكم الفجيرة .. افتتح الشيخ صالح بن محمد الشرقي، رئيس دائرة الصناعة والاقتصاد في الفجيرة امس أعمال «ملتقى الفجيرة الدولي السابع للتعددين» الذي تنظمه مؤسسة الفجيرة للموارد الطبيعية بالتعاون مع وزارة الطاقة والصناعة، والنظمة العربية للتنمية الصناعية والتعددين تحت شعار «الإمارات أرض التسامح» وتستمر ثلاثة أيام في فندق بلو دايووند - الفجيرة بمشاركة أكثر من 450 متخصصاً وخبيراً من 20 دولة عربية وأجنبية. حضر الافتتاح .. الشيخ المهندس محمد بن حمد بن محمد الشرقي رئيس دائرة الحكومة الإلكترونية بالفجيرة، وسعادة المهندس الدكتور مطر حامد النيايدي وكيل وزارة الطاقة والصناعة وسعادة المهندس محمد سيف الأفخم رئيس مجلس إدارة مؤسسة الفجيرة للموارد الطبيعية وسعادة المهندس علي قاسم مدير عام مؤسسة الفجيرة للموارد الطبيعية وسعادة شريف العوضي مدير هيئة المنطقة الحرة وسعادة الكابتن موسى مراد مدير عام ميناء الفجيرة وسعادة خالد الجاسم مدير غرفة تجارة وصناعة الفجيرة وعدد من مديري المؤسسات الحكومية والهيئات العلمية في الفجيرة. وأكد الشيخ صالح بن محمد الشرقي أهمية الملتقى في المساهمة بتحقيق التنمية المستدامة في قطاع التعددين، بوصفه منصة لتبادل الخبرات ونقل التكنولوجيا الحديثة في مجال الصناعات التعددية وتشجيع استخدام مصادر الطاقة المتجددة والابتكار في هذا القطاع والاستغلال الأمثل للثروات المعدنية.

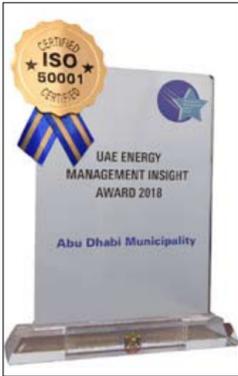


بلدية مدينة أبوظبي تفوز بإحدى جوائز الريادة في إدارة الطاقة

•• أبوظبي- الفجر:

فازت بلدية مدينة أبوظبي بإحدى جوائز الريادة في مجال إدارة الطاقة، وذلك تيمناً وتقديراً لدورها وبرامجها الريادية في إدارة الطاقة، واتباعها أفضل الممارسات العالمية في هذا المجال. من جانبها أكدت الدكتورة هدى السالمي مدير إدارة البيئة والصحة والسلامة في بلدية مدينة أبوظبي أن الإنجاز عبارة عن جائزة عالمية للريادة في كفاءة وإدارة الطاقة والتي تقوم بإدارتها والإشراف عليها منظمة عالمية ذات مستوى عال مكونة من 25 دولة، بالإضافة للمفوضية الأوروبية، حيث تعد هذه المنظمة منصة عالمية لترويج وتطوير سياسات وبرامج الطاقة النظيفة وكفاءة الطاقة وإدارتها، وكذلك منبراً لمشاركة

للخبرات والأفكار في الانتقال نحو الاقتصاد الأخضر. وأضافت: تعد دولة الإمارات العربية المتحدة عضواً في المنظمة ممثلة بوزارة الطاقة وتشارك في الاجتماعات الوزارية للطاقة النظيفة (Clean Energy - CEM - Ministerial). وحول محاور جائزة الريادة في إدارة الطاقة أشارت أنها تتمثل في: تحسين كفاءة الطاقة عالمياً، والارتقاء بمصادر الطاقة النظيفة، وزيادة الحصول على الطاقة النظيفة، وتنقسم الجائزة إلى الأنواع التالية: - جائزة التميز في إدارة الطاقة CEM Award of Excellence in Energy Management - جائزة إدارة الطاقة الوطنية National Energy



الأيزو 14001 لنظام إدارة البيئة. - الموصوفة القياسية الدولية الأساس 18001 لنظام إدارة السلامة والصحة المهنية. - الموصوفة القياسية الدولية الأيزو 50001 لنظام إدارة كفاءة الطاقة.

عبر تحسين الإدارة البيئية وإدارة كفاءة الطاقة مما يساعد في الحد من الهدر وتقليل التلوث وحماية البيئة، وتساعد بكفاءة عالية على الحد من الصاريف والتكاليف غير الضرورية، كما إن امتثال المؤسسات لهذا النظام يحسن من سمعتها ومكانتها ويزيد من قدرتها على توسيع أعمالها، بالإضافة إلى أن الالتزام بالتطلبات القانونية يقلل من إمكانية وقوع المخالفات، وتساهم هذه المخرجات في رفع نسبة القدرة على التأقلم مع المتغيرات في العمل بثقة وفاعلية. وأوضحت مدير إدارة البيئة والصحة والسلامة أن هذه الجائزة تضاف إلى حزمة كبيرة من الجوائز والشهادات التي حصلت عليها بلدية مدينة أبوظبي ومنها على سبيل المثال لا الحصر: - الموصوفة القياسية الدولية

منوعات الفجر

27 مواصفات تمنح 1500 شهادة مطابقة لتجار قطع غيار مركبات في الدولة

•• أبوظبي- وام:

أعلنت هيئة الإمارات للمواصفات والمقاييس «مواصفات» أن إجمالي الشهادات الصادرة عنها لتجار ومورد المركبات وقطع غيارها في الدولة بلغ 1530 امتثالاً للتطبيق الإلزامي للنظام الإماراتي للرقابة على قطع غيار المركبات الذي صدر في شهر أبريل من العام الماضي. وقال سعادة عبد الله المعيني مدير عام الهيئة إن التجار والموردين أبدوا التزاماً بالحصول



على شهادات المطابقة منذ بدء التطبيق. وصر النظم الإماراتي للرقابة على قطع غيار المركبات خلال شهر أبريل من العام الماضي ومنح مهلتين للمنتجين والتجار الأولى ستة أشهر لقطع الغيار التي لم تطرح في الأسواق بعد وعماماً كاملاً لقطع الغيار المتوافرة حالياً في أسواق الدولة. وقال المعيني إنه لم يعد مسموحاً ابتداءً من مطلع العام الجاري استيراد أو تصنيع أو استخدام قطع غيار غير حاصلة على شهادة مطابقة من الهيئة في أي مكان للإصلاح وعلى رأسها ورش تصليح السيارات والكراجات بعد البدء في تنفيذ النظام الجديد.

من جهته أكد الدكتور يوسف السعدي مدير إدارة شؤون المطابقة في الهيئة أن تطوير النظام الإماراتي لقطع غيار المركبات استند إلى دراسات أجراها فريق فني متخصص في الهيئة بالتنسيق والتكامل مع الجهات المعنية في الحكومة الاتحادية والمحلية وتطرق إلى قدرة وتماسك القطع وتحققها لأداء مرتفع في ظروف مناخية قاسية وتحملها درجات الحرارة المرتفعة فضلاً عن درجة التأكل الخاصة بها وفقاً لعدد ساعات استخدام معينة وذلك بناء على إجراءات الفحص للتحقق من صلاحيتها ومطابقتها للمواصفات.

«اتصالات» تقدم فرصاً وظيفية للإماراتيين في معرض الوظائف بدبي

•• أبوظبي- وام:

توفر «اتصالات» عبر جناحها المشارك في معرض الإمارات للوظائف الذي ينطلق اليوم في مركز دبي التجاري العالمي فرص عمل للإماراتيين من أصحاب الخبرات وخريجي الجامعات في قطاعات الهندسة ونظم المعلومات، والتسويق والمبيعات، وترحب «اتصالات» طيلة أيام المعرض بالمهتمين بالعمل لديها تعريفهم بالشواغر المتاحة ومساعدتهم في عملية تقديم طلبات التوظيف الخاصة بهم.



وصرّح يونس عبد العزيز النمر الرئيس التنفيذي للموارد البشرية في «اتصالات» أن مسألة توفير الوظائف للملازمة لمواطني الدولة تمثل ل «اتصالات» أهمية قصوى، وهي عنصر محوري من استراتيجيتها التوظيفية.. مؤكداً أن نسب ومعدلات التوظيف في «اتصالات» تعد من أعلى النسب في القطاع التجاري بالدولة.. لافتاً إلى حرص الذي توليه «اتصالات» للمشاركة الدولية في معارض التوظيف الرئيسية التي تقام في كافة أرجاء الدولة، للتعريف بالأسسه وفرص التطور لها عبر منصات هذه المعارض، علاوة على التنسيق مع الجامعات والتواصل مع هيئات ومجالس التوظيف في مختلف مناطق الدولة. وعرض النمر بعض الأرقام المتعلقة بنسب واعداد المواطنين العاملين في «اتصالات» إذ بلغت نسبة التوظيف الإجمالية في «اتصالات» حوالي 48% بنهاية عام 2018، بينما يبلغ عدد المواطنين العاملين في أقسام المبيعات والاعمال تقريبا 757 مواطناً، ويعمل أكثر من 902 إماراتياً في المجال الفني والتقني بنسبة تقارب 53% من إجمالي العاملين الفنيين في «اتصالات». كما بلغت نسبة المواطنين العاملين في الشركات الحكومية 73% من إجمالي عدد الموظفين بالشركة بعدد يقارب 733 مواطناً، وتعد هذه النسب من أعلى معدلات التوظيف النوعي في القطاع التجاري في الدولة.

الأسهم الإماراتية تكسب 11.5 مليار درهم في جلسة واحدة

•• أبوظبي- وام:

شهدت أسواق المال الإماراتية تحسناً ملحوظاً خلال جلسة أمس وذلك بدعم من التناظر نتائج الجمعيات العمومية لشريحة من الأسهم المدرجة ضمن القطاع العقاري وذلك إلى جانب تواصل النشاط على بعض أسهم البنوك. ومع ختام التعاملات رحبت القيمة السوقية لأسهم الشركات المتداولة 11.5 مليار درهم، وهو أعلى قيمة مكاسب يومية تحققتها الأسواق منذ عدة أشهر. وارتفع المؤشر العام لسوق دبي المالي بنسبة 1.63% بالغا مستوى 2619 فقد نما المؤشر العام لسوق أبوظبي للأوراق المالية بنسبة 1.8% ليبلغ عند حاجز 5066 نقطة مع نهاية الجلسة. وشهدت التعاملات تحسناً في شعبة التداول مقارنة مع اليوم السابق وذلك رغم استمرار أحجام السيولة عند مستويات دون التوقعات، وتلوحظ من خلال الصفقات المبرمة تواصل الشراء من قبل المؤسسات الاستثمارية الأجنبية والمحلية وذلك سعياً للحصول على الأرباح التي سيجرى توزيعها على المساهمين. وبلغت قيمة الصفقات المبرمة في السوقين نحو 565 مليون درهم تقريبا فيما وصل عدد الأسهم المتداولة 201 مليون سهم نفذت من خلال 5311 صفقة.

معرض مستقبل البناء ينطلق 25 مارس بمشاركة 52 جهة محلية ودولية



برعاية حاكم عجمان

معرض مستقبل البناء ينطلق 25 مارس بمشاركة 52 جهة محلية ودولية

•• عجمان - الفجر

تحت رعاية كريمة من صاحب السمو الشيخ حميد بن راشد النعيمي عضو المجلس الأعلى حاكم عجمان، تنطلق فعاليات معرض «مستقبل البناء» والذي تنظمه غرفة تجارة وصناعة عجمان بمشاركة 52 جهة من كبرى الشركات المحلية والدولية والمتخصصة في البناء والتشييد والنقل والموصلات، وذلك في تاريخ 25 مارس الجاري وعلى مدار 3 أيام في بافيليون مارينا 1 بمنطقة الزوراء لاستعراض أحدث الوسائل والمنشآت المستخدمة في بناء المدن المستدامة. جاء ذلك خلال المؤتمر الصحفي الذي عقد في فندق فيرمونت عجمان بحضور محمد علي الجناحي، المدير التنفيذي لقطاع تنمية الاستثمار والأعمال بغرفة تجارة وصناعة عجمان ورئيس اللجنة المنظمة لمعرض مستقبل البناء، وممثلي الجهات الراعية من القطاع الحكومي والخاص ووزارة تطوير البنية التحتية، دائرة البلدية والتخطيط، منطقة عجمان الحرة، اتصالات، عقار، جبروتريتك، الزوراء، مجموعة السعالي، شركة دبي لبيدنج تكنولوجي، هابيرلوب، جي جا للقرارات، شركة فاست للمقاولات وشركة مزايا، وأعضاء اللجنة المنظمة لتفعيلات المعرض وممثلي وسائل الإعلام. وفي بداية المؤتمر الصحفي رحب محمد الجناحي بالحضور وأكد أن المعرض حرص على استقطاب شركات محلية رائدة في قطاعات البناء والتطوير العقاري إلى جانب استقطاب شركات عالمية بهدف إيجاد مظلة تدعم الشراكة وتبادل الخبرات بين كافة الجهات ووزار المعرض والتعرف على أحدث الوسائل والتقنيات الحديثة والمتبعة والبناء الذكي والأخضر وأنظمة الحماية والاتصالات والتحكم وغيرها، وتسلط الضوء على كبرى الشركات والمصانع في القطاع بمشاركة محلية ودولية واسعة، ليمثل المعرض أهمية خاصة لإمارة عجمان وخاصة في ظل مساهمة قطاع التشييد والبناء خلال العام 2017 بنسبة 15% من إجمالي الناتج المحلي للإمارة ما قيمته 2.8 مليار درهم إماراتي. وأوضح أن المعرض يهدف إلى استغلال الامكانيات الضخمة التي توفرها الأسواق

لقطاع مواد البناء والتشييد، وتوفير خيارات جديدة ومتعددة أمام شركات القطاع الخاص في الدولة وإيجاد فرص للتجاري وتجار مواد البناء والتشييد من خارج الدولة للولوج إلى أسواقها والاستفادة من الفرص المتاحة، ومنع الصناعة الوطنية فرصة لعرض منتجاتها واستعراض التقنيات الحديثة في مجال إنتاج مواد البناء والحلول الهندسية المبتكرة وتقنيات المصنعة، وإبراز دور الهيئات الحكومية المعنية بإسكان المواطنين والشركات المشاركة في المعرض عقد شراكات بين مؤسسات وهيئات وبرامج إسكان المواطنين والشركات المشاركة في إمارة عجمان والعناية بالتطوير العقاري حيث وصل عدد المنشآت العاملة في المقاولات والبناء إلى 2057 منشأة خلال العام 2018 مقارنة بـ 1733 منشأة خلال العام 2013 بزيادة قدرها 19%. ووصلت منشآت تجارة مواد البناء إلى 530 منشأة خلال العام 2018 بنمو قدره 55% مقارنة بالعام 2013. كما تشير الإحصائيات أن المكاتب العقارية في الإمارة قد شهدت قفزة كبيرة لتصل

خلال العام 2018 إلى 1127 مكتب عقاري مقارنة بـ 695 مكتب خلال العام 2013 بنمو قدره 62%. وأكد الجناحي أن المعرض سيتخلله ورش العمل المتخصصة في الابتكار في قطاع البناء والتشييد وذلك بحضور خبراء ومعتبين لهم باع في هذا المجال من عدد من الدول المشاركة في المعرض. موضحاً أن تنظيم معرض مستقبل البناء جاء ليواكب التطور العمراني والبنية التحتية التي تشهدها اليوم ويوفر الحلول الحديثة والمبتكرة التي طرأت على قطاعات البناء والتشييد والتطوير العقاري باعتبارها المحرك الرئيسي للاقتصاد، كما ان المعرض من شأنه توفير مظلة رائدة لأصحاب الشركات والمطورين العقاريين وملاك العقارات للتعرف على آخر مستجدات قطاع البناء والتشييد لاسيما في ظل تنفيذ العديد من المشاريع العقارية الضخمة والمتميزة خلال السنوات الأخيرة في إمارة عجمان على وجه الخصوص، حيث بلغت قيمة التناولات العقارية خلال العام 2018 نحو 4 مليارات درهم، بحسب التقرير العقاري السنوي الصادر عن دائرة

مصرف أبوظبي الإسلامي يحتفل بتخريج دفعة جديدة من برنامجي تمكين وقيادات

•• أبوظبي- الفجر:

احتفل مصرف أبوظبي الإسلامي، مجموعة الخدمات المالية الإسلامية الرائدة، بتخريج 24 موظف من برنامجي «تمكين» و«قيادات» الذين ينظمهما المصرف لإعداد قيادات مواطنة قادرة على تولي مناصب عليا ضمن المصرف. وتم توزيع الشهادات على الخريجين خلال حفل خاص أقيم في حرم الجامعة الأمريكية في الإمارات. صمم برنامج «تمكين» الذي انطلق قبل أربع سنوات، بهدف تمكين وتشجيع المزيد من الموظفات المواطنات على تحقيق التقدم الوظيفي عبر تزويدهن بالمهارات اللازمة لتولي مناصب قيادية ضمن المصرف، علماً بأن نسخة 2019 من البرنامج شهدت تخريج 9 منتسبة بنجاح. ومن جهة أخرى، شهد برنامج «قيادات» تخريج 19 منتسباً خلال العام الماضي، ويواصل البرنامج تزويد المنتسبين من موظفي المصرف

بمجموعة من المهارات لتمكينهم من اكتساب خبرة في مجالات إدارة فرق العمل والتعامل مع التحديات بفاعلية، بالإضافة إلى تدريبهم على أساليب حل المشكلات، وبناء العلاقات. وفي كلمته أمام الخريجين، قال خميس بوهارون، في مصرف أبوظبي الإسلامي: «لا شك بأن مكانتنا الرائدة في القطاع المالي بدولة الإمارات تنطوي على مسؤوليات كبيرة لتلتزم بها، ومن بينها الاستثمار في تطوير مهارات موظفينا الذين نعتبرهم أثمن أصولنا، انطلاقاً من قناعتنا بأن تسخير مواهبهم وقدراتهم بالشكل الأمثل يشكل ركيزة أساسية لنجاحنا. وقد أكدتم، من خلال إكمال هذين البرنامجين بنجاح، أنكم تمتلكون إمكانات قوية لتحقيق التقدم في مسيرتكم المهنية، ونحن على ثقة كبيرة بأنه في ظل المهارات التي اكتسبتموها والالتزام الذي تميزون به، ستساهمون في دعم مسيرة نجاح المصرف والأردم الاقتصادي في البلاد عموماً.



هذا ويشكل الموظفون ما يقارب 36%

وزارة العدل
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية
مكتب إدارة الدعوى

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
اعادة اعلان بالنشر للمدعي عليه

الى المدعي عليه/ نيونون امدرتس - م م ح ويمثلها سامي احمد ممتاز احمد شيخ نعلمك بان المدعي / النمر لتجارة الحديد المحدودة - م م د - ويمثلها/ حسان نمر المعيل في الدعوى رقم ٢٠١٨/٥٩٢ تجاري جزئي

قد رفع الدعوى المذكورة اعلاه بطلب في الزام المدعي عليه عن نفسه ويصفته ان يسد للمدعي بمبلغ وقدره ٣٩,٩٨١ درهما مئتان وتسعة وثلاثون الف وتسعمائة وواحد وثمانون درهما مع الفائدة القانونية بواقع ١٢ ٪ من تاريخ المطالبة وحتى تمام السداد والزام المدعي عليه بالرسوم والمصاريف ومقابل تعاقب المحاماة.

لذا يقتضي حضورك امام الدائرة المدنية التجارية الجزئية الاولى بمحكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية شخصيا او بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات ، وذلك يوم الاحد الموافق ٢٠١٩/٣/٢١ الساعة ٨,٣٠ صباحا قاعة رقم ١٣٧ وذلك للنظر في الدعوى المذكور المشار اليها اعلاه ، بوصفك مدعي عليه وفي حال عدم حضورك سيتم اتخاذ الاجراءات القانونية بحقك غيابيا.

محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية
مكتب إدارة الدعوى

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
إعلان عن بيع عقار بالمزاد الإلكتروني عن طريق شركة الإمارات للمزادات عن طريق النشر بجريدتين رسميتين في القضية التنفيذية رقم ٢٠١٨/٨٩٠ رأس الخيمة

تعلم محكمة رأس الخيمة الابتدائية - دائرة التنفيذ عن بيع العقار ملكية اثبات رقم ٩٩٢٢/١٨٥٠ تجارية في منطقة خزام رقم التقييمية ١٧٦-٢٠٠١٠ والقيمة التقديرية للعقار ٢٢٣٢٠٦ درهم ، والعائدة ملكيتها للمحكوم لورثة المرحوم / شهاب ابراهيم سالم الكيت العلي بتاريخ ٢٠١٩/٣/٢٧ عن طريق شركة الإمارات للمزادات وذلك في تمام الساعة الثانية عشر ظهرا ، علما بان قيمة التأمين ٢٠٠٠ تدفع نقدا ، فعلى من يرغب بالاشتراك او الاعتراض او الاطلاع الدخول على الموقع الإلكتروني لشركة الإمارات للمزادات www.emiratesauction.ae او مراجعة دائرة التنفيذ أثناء الدوام الرسمي وحتى جلسة المزاد المذكورة

رئيس قسم التنفيذ

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
في القضية رقم ٢٠١٨/٢٣٠٠ تجاري كلي

المرفوعة من : بنك الاتحاد الوطني شركة مساهمة عامة.
بو كالة : مكتب المحامي عبدالقادر بخت للمحاماة والاستشارات القانونية

ضد المدعي عليها : أمل بندر هاشم يوسف العمري

بالإشارة الى كتاب محكمة دبي المرقع في ٢٠١٩/٣/١٧ والمتضمن تكليف خبيرا في القضية المذكورة اعلاه بحكيكم علما بانه تقرر عقد اجتماع خبرة في القضية المذكورة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٩/٣/٢٦ الساعة ١١,٠٠ صباحا وذلك على العنوان التالي: مكتب الخبير: احمد ماجد لوتاه- الهلال كايبتال- الطابق الثالث- مكتب رقم ٣٠٢ بناية دبي الوطنية للتأمين- بجانب ديرة سيتي سنتر- بورسعيد هاتف ٠٤-٢٩٩٠٠٠٠٠ لذا ندعوكم للحضور في الموعد المذكور وتقديم كافة ما لديكم من مستندات ومذكرات.

الخبير / احمد ماجد لوتاه- رقم قيد (١١١)

إجماع خبرة

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
الدعوى رقم (٢٠١٩/١٢٩) تجاري جزئي

حيث ان المدعية " شركة بيت وادي النيل للخدمات الفنية ش ذ م م " اقامت عليكم الدعوى رقم ٢٠١٩/١٢٩ تجاري جزئي دبي ، وبناء على الحكم الصادر من قبل المحكمة بتاريخ ٢٠١٩/٣/٢٦ بنسب د/حسن مؤمن خبيرا للدعوى لذلك يقتضي حضوركم وتقديم المذكرة الجوابية المتعلقة بالدعوى وأي مستندات وأوراق ترفعون بتقديمها في يوم الخميس الموافق ٢٠١٩/٣/٢١ في تمام الساعة ١١,٠٠ صباحا بمكتب الخبير الكائن في دبي (مكتب رجيس Regus - برج نسيمية - شارع الشيخ زايد - الطابق ٤ - هاتف: ٤٣١١٦٠٥٩ - متحرك: ٥٥٥٥٣١٩٠ - ٥٠١١٩١٩٧٠ - ٥٥٥٥٧٧٥٥) وفي حالة تخلفكم عن الحضور او عدم ارسال وكيل عنكم في الوقت المحدد فان الخبير سيباشر الدعوى في غيابكم.

خبير الدعوى / د. حسن مؤمن

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
انذار عدلي بالنشر
رقم (٢٠١٩/١٢٠٨)

المتر : السادة/دانية للإدارة والاستشارات العقارية - ش ذ م م - العنوان : دبي - البرشاء 1 - بناية مودسورف بيزنس بوينت - ت - 051908882 - 044472444

المتر اليه : السادة / معتمد دولتر

وعنوانها : دبي - البرشاء الاوئي - ارض رقم (1438 - 373) - بناية الزرعوني - محل رقم (4) - رقم مكاني (19080 - 79046) ت - 0557525001

بمبلغ إجمالي وقدره (٥٠,٠٠٠ درهم) عشرون الفا درهم ، وذلك خلال مهلة افصاح (30) يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان ، ويحتفظ المتر بشحقه كاملا بمطالبة المتر اليه بالتبويض عن العطل والضرر عند اي تأخير في دفع المبلغ المذكور ، ولا يستصغر المتر لاتخاذ كافة الاجراءات القانونية ضده بما فيها اقامة الدعوى القضائية واستصدار أمر الاداء واخلاء العطار ، مع تحميل المتر اليه بكافة رسوم ومصاريف التقاضي وتعاقب المحاماة.

الكاتب العدل

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
انذار عدلي بالنشر
رقم (٢٠١٩/١٢٠٨)

المتر : السيد/ راجيش فرجال ميها ، هندي الجنسية ، يحمل بطاقة هوية ايماراتية رقم (I-6402938-1951-784) ، العنوان : دبي - ا.ع.م ، هاتف متحرك ، 0505522127

المتر اليه : السيد / كريسبان بولويو ، كندي الجنسية ، يحمل جواز سفر رقم (HP951095) وعنوانه : دبي - النبتة العاصم - جميرا بارك - رقم كادي - 3844 - رقم البلا - JPS4VL027 - بديلة الإمارات العربية المتحدة - ت - 0502486535 - 0509811800

يحظر المتر النشر التذيير اليها بضرورة دفع الشيكات / الشيك رقم (000098) على بنك الإمارات دبي الوطني بتاريخ 2019/1/30 بقيمة 15.000 درهم بالاضافة الى غرامة الشيكات المرجعة وقرامة الاجبار بتاريخ 2019/2/28 بقيمة 15.000 درهم بالاضافة الى غرامة الشيكات المرجعة وقرامة الاجبار التأخر ، واخلاء العطار في فترة افصاح (30) يوما من تاريخ استلام هذا الانذار العدلي ، ودفع القيمة الاجبارية حتى تاريخ الاذلاء التام ، وتسوية حساب يواي خدمات اخرى ، والا سوف يحظر المتر لاتخاذ كافة الاجراءات القانونية بما فيها اقامة الدعوى القضائية واستصدار امر الاداء ، مع تحميل المتر اليه بكافة رسوم ومصاريف التقاضي وتعاقب المحاماة.

الكاتب العدل

وزارة العدل
الشؤون الفنية والتعاون الدولي
ادارة الكاتبات العدل والتصديقات

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
اعلان بالنشر

المرجع : ٣٨٩

ليكن معلوما للجميع بان السيد/ علي محمد علي اسماعيل المازمي - الإمارات الجنسية يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة ٥١ ٪ وذلك الى السيد/ محمد ابو الكاشم محمد انور مياها ، بنغلاديش الجنسية ، كما يرغب السيد/ شميم احمد حكيم الدين - الهند الجنسية في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة (٤٩) ٪ وذلك الى السيد/ محمد ابو الكاشم محمد انور مياها - بنغلاديش الجنسية وذلك في الرخصة (ايربلاين كتي المارين) تأسست بإمارة الشارقة بموجب رخصة رقم (١٢٣٢٧٧) الصادرة من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة. تصديقات اخرى : تم تغيير الشكل القانوني من (شركة اعمال مهنية) الى (مؤسسة فردية بكيول خدمات) وعملات نص المادة (١٤) فقرة (٥) من احكام القانون الاتحادي رقم (٤) لسنة ٢٠١٣ في شأن الكاتبات العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على اجراء الشار اليه بعد اسيوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لدية اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتبات العدل المذكورة لاتباع الاجراءات القانونية

مكتب الكاتبات العدل بالشارقة
إيجازات للخدمات الصناعية ١٢

الشؤون الفنية والتعاون الدولي
ادارة الكاتبات العدل والتصديقات
الكاتبات العدل - خورفكان

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
اعلان

تقدم لي انا الكاتبات العدل بادارة الكاتبات العدل والتصديقات- خورفكان : السيد/ رابعة محمد أمين عبدالرحمن حسن خنجي ، الجنسية : الإمارات وطلب التصديق على محرر يتضمن (تنازل) في حصته البالغة ١٠٠ ٪ في الاسم التجاري عالم الهادي للتجارة ، نشاط الرخصة متجر متعدد الاقسام ، والرخص من دائرة التنمية الاقتصادية في خورفكان رخصة تجارية رقم ٧٥٢٨٠٨ الصادر بتاريخ ٢٠١٧/٦/٢٠ في دائرة التنمية الاقتصادية بخورفكان. الى السيد/عبدالله بشير عبدالرحمن علي - الجنسية : الإمارات، ليكن معلوما للجميع بان الكاتبات العدل في مدينة خورفكان سيقوم بالتصديق على توقيعات ذوي الشأن في الحرر المذكور بعد انقضاء اسيوعين من تاريخ نشر هذا الاعلان.

مكتب الكاتبات العدل خورفكان
د. عائشة محمد علي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
اعلان حكم بالنشر
رقم (٢٠١٩/١٢٠٨)

الى المحكوم عليه/ ١- رويي راشد محمد خيري حسن البليوشي - مجهول محل الإقامة لتعلمك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٢/٢٦ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ سلفر سيتي لتجارة العامة بالزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعية مبلغ ثلاثة عشر الف ومائتي واربعة وثلاثين درهم والفائدة القانونية بواقع ٩ ٪ من تاريخ المطالبة القضائية الحاصل في ٢٠١٨/٨/١٥ وحتى تمام السداد والزامها بالصورفات وبمبلغ ثلاثمائة درهم مقابل تعاقب المحاماة. حكما بمبائة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
اعلان حكم بالنشر
رقم (٢٠١٩/١٢٠٨)

الى المدعي عليه/١- احمد عبدالله سيف بن درويش الشحي - بصفته الشخصية ٢-المرجع للمقالات - ش ذ م م مجهول محل الإقامة بما أن المدعي / ردي مكس باطون - ش ذ م م ويمثله / امل عمير السبيعي لتعلمك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/١/١٦ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ ردي مكس باطون - ش ذ م م بالزام المدعي عليهما بالتضامن بان يؤدي للمدعية مبلغ مليون وتسعمائة وثلاثين وعشرين الف ومائتي وتسعة عشر درهم والفائدة القانونية بواقع ٩ ٪ من تاريخ الاستحقاق الحاصل في ٢٠١٧/٤/٨ وحتى تمام السداد والزامتهما بالصورفات وبمبلغ الف درهم مقابل تعاقب المحاماة. حكما بمبائة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
اعلان محضر حجز بالنشر
رقم (٢٠١٩/٢٨٢٠) تنفيذ تجاري

موضوع القضية : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٩٩٩ التوقيع التجاري جزئي ، بسداد المبلغ المتقد به وقدره (٣١٢٩٦٩,٩١ درهم) ، شامل للرسوم والمصاريف طالب الاعلان : طالب التنفيذ : بنك دبي الاسلامي - ش م ع

المطلوب اعلاته : المتقد ضده : ١- شعيب عبد الرحيم عبدالفتاح كاظم الملا مجهول محل الإقامة.

موضوع الاعلان : قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٦ انه تم حجز اموال المدينه الخاصه وهي عبارة عن (اسهم مجموعة اغذيه ١٠٠٠ سهم وادى شركة الفودرس القابضة ٢٥ سهم) وفاء مبلغ المطالبة به وقدره (٣١٢٩٦٩,٩١) درهم ، وهذا للعلم بما جاء به ونفاذ مفعوله قانونا.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
انذار عدلي بالنشر
رقم (٢٠١٩/١٢٠٨)

المتر : السادة/دانية للإدارة والاستشارات العقارية - ش ذ م م - العنوان : دبي - البرشاء 1 - بناية مودسورف بيزنس بوينت - ت - 051908882 - 044472444

المتر اليه : السادة / ويتر فورس لتجارة العامة - ش ذ م م وعنوانها : دبي - النهدة - ارض رقم (531 - 2419) - رقم مكاني (98824 - 36943) ت - 058229226١

بمبلغ إجمالي قدره (11.000 درهم) احد عشر الف درهم ، وذلك خلال مهلة افصاح (30) يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان ، ويحتفظ المتر بشحقه كاملا بمطالبة المتر اليه بالتبويض عن العطل والضرر عند اي تأخير في دفع المبلغ المذكور ، ولا يستصغر المتر لاتخاذ كافة الاجراءات القانونية ضده بما فيها اقامة الدعوى القضائية واستصدار أمر الاداء واخلاء العطار ، مع تحميل المتر اليه بكافة رسوم ومصاريف التقاضي وتعاقب المحاماة.

الكاتب العدل

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
رقم (٢٠١٩/١٢٠٨) عقاري جزئي

الى المدعي عليه/ ١- احمد ابراهيم سليمان مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ ريم خالك احمد سليمان الحمدان الغاشم ويمثله/علي مصبح علي ضاحي قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بنسخ عقد البيع رقم (٢٠١٩/٢٦٩٥) بين اطراف الدعوى والزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (٤٥,٥٠٠ درهم) والرسوم والمصاريف وتعاقب المحاماة والفائدة القانونية بواقع ٩ ٪ من تاريخ ٢٠١٩/٨/٢٥ وحتى تمام السداد والتام وشمول الحكم بتنفيذ المجل بلا كفاءة. وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٩/٣/٢٥ الساعة ٨,٣٠ صباحا مع Ch1.B.8 لذا فأت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
رقم (٢٠١٩/١٢٠٨) تجاري جزئي

الى المدعي عليه/١- سيديلة الصفاق - ش ذ م م ويمثلها مديرها/عقاب احمد محمد صادق مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/كبير لتجهيزات الطبية - ش ذ م م ويمثله/ شيخه محمد سيف علي الحرزي - قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليها بمبلغ وقدره (٦٩,٣٨٣,٢٦ درهم) والتبويض بمبلغ وقدره (٥٠٠٠ درهم) والرسوم والمصاريف وتعاقب المحاماة والفائدة ١٤ ٪ من تاريخ ٢٠١٧/١٠/١٦ وحتى تمام السداد وشمول الحكم بتنفيذ المجل بلا كفاءة. وضم مبلغ النزاع التجاري رقم ٢٠١٨/٢٥٩١ وحدثت لها جلسة يوم الخميس الموافق ٢٠١٩/٤/١١ الساعة ٨,٣٠ صباحا مع Ch1.C.13 لذا فأت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
اعلان حكم بالنشر
رقم (٢٠١٨/٤٠٢٥) تجاري جزئي

الى المحكوم عليه/١- حسين محمد علي ابراهيم علي علي مجهول محل الإقامة لتعلمك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٢/٢٤ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/سلفر سيتي لتجارة العامة بالزام المدعي عليه بان يؤدي للمدعية مبلغ ستة الف وتسعمائة وعشرين درهم والفائدة القانونية بواقع ٩ ٪ من تاريخ المطالبة القضائية الحاصل في ٢٠١٨/٨/١٦ وحتى تمام السداد والزامته بالصورفات وبمبلغ ثلاثمائة درهم مقابل تعاقب المحاماة. حكما بمبائة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
اعلان حكم بالنشر
رقم (٢٠١٨/٤٠٢٣) تجاري جزئي

الى المحكوم عليه/١- محمد ابراهيم عبدالواحد صالح المرزوقي مجهول محل الإقامة لتعلمك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/١/٢٤ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/سلفر سيتي لتجارة العامة بالزام المدعي عليه بان يؤدي للمدعية مبلغ احدى عشر الف ومائتي وواحد وثلاثين درهم والفائدة القانونية بواقع ٩ ٪ من تاريخ المطالبة القضائية الحاصل في ٢٠١٨/٨/١٦ وحتى تمام السداد والزامته بالصورفات وبمبلغ ثلاثمائة درهم مقابل تعاقب المحاماة. حكما بمبائة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
اعلان حكم بالنشر
رقم (٢٠١٨/٢٨٢٦) تجاري جزئي

الى المحكوم عليه/١- زين العابدين قرضي واد الرحمن مجهول محل الإقامة لتعلمك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ ادمجي انشورنس كومباني ليمتد (فرع دبي) بالزام المدعي عليه ان يؤدي الى المدعية مبلغ مقداره ١٧٠٠٠٠ درهم فقط (مائة وسبعون الف درهم) وفائدة تسعة بالمائة ٩ ٪ سنويا من تاريخ ٢٠١٨/١٠/١٥ وحتى تمام السداد والزامته بالرسوم والمصاريف وبمبلغ خمسمائة درهم مقابل تعاقب المحاماة ورفضت ما عدا ذلك من طلبات. حكما بمبائة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
اعلان حكم بالنشر
رقم (٢٠١٨/٢٥٤٩) تجاري جزئي

الى المحكوم عليه/١- غلمان لثقل الواد العامة بالشاحنات الثقيلة والخفيفة - ش ذ م م مجهول محل الإقامة لتعلمك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٩ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ ادمجي انشورنس كومباني ليمتد (فرع دبي) - أولا ؛ بعدم قبول الطعن بالتزوير. ثانيا ؛ بالزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعية مبلغ ٨٤٨٩٤ درهم وفوائده القانونية بواقع ٩ ٪ سنويا من تاريخ المطالبة وحتى تمام السداد والزامتها بالصورفات والف درهم مقابل تعاقب المحاماة. حكما بمبائة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم

وزارة العدل
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية
مكتب إدارة الدعوى

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
اعلان بالنشر باللغة العربية

الى المدعي عليه / امل علي محمد عثمان - اردنية الجنسية / شادارا اناوار - يهناوير في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٥٨ الدائرة المدنية الجزئية الاولى. لتعلمك بان قد رفع الدعوى المذكورة اعلاه بطلب فيها :

المرفوعة من المدعي/ بنك دبي الاسلامي

الى المدعي عليه ١- شركة البتول لتجهيز وتركيب معدات الطاعم

٢- ابراهيم حسن بكداش ٣- حسن محمد بكداش

حكمت المحكمة بمبائة الحضورى : بالزام المدعي عليهم بالتضامن بان يؤديوا للمدعي مبلغ وقدره (٤٧٧,٨٧٨,٢٤ درهم) وبالرسوم والمصاريف وخمسمائة درهم مقابل تعاقب المحاماة ، وبصححة الحجز التحفظي الصادر في الأمر على عريضة رقم ١٦٩٧ لسنة ٢٠١٨ حكما قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي للاعلان ، وبضوات هذا الميعاد دون طمن مترك على الحكم المشار اليه وستخذ بحكم الاجراءات القانونية لتنفيذه ضدكم.

محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية
اعلان حكم بالنشر
رقم (٢٠١٨/٢٠٢٢) م ج

المرفوعة من المدعي/ بنك دبي الاسلامي

الى المدعي عليه ١- شركة البتول لتجهيز وتركيب معدات الطاعم

٢- ابراهيم حسن بكداش ٣- حسن محمد بكداش

حكمت المحكمة بمبائة الحضورى : بالزام المدعي عليهم بالتضامن بان يؤديوا للمدعي مبلغ وقدره (٤٧٧,٨٧٨,٢٤ درهم) وبالرسوم والمصاريف وخمسمائة درهم مقابل تعاقب المحاماة ، وبصححة الحجز التحفظي الصادر في الأمر على عريضة رقم ١٦٩٧ لسنة ٢٠١٨ حكما قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي للاعلان ، وبضوات هذا الميعاد دون طمن مترك على الحكم المشار اليه وستخذ بحكم الاجراءات القانونية لتنفيذه ضدكم.

مكتب إدارة الدعوى

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
رقم (٢٠١٨/٤٢٧٧) تنفيذ تجاري

الى المتقد ضده/١- ويليام اويند اوبيي مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/بنك دبي الاسلامي - ش م ع ويمثله/خليفة عبدالله سعيد عبدالله بن هويدان الكتبي - قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتقد به وقدره (٢٢٥٦٦,٩٩ درهم) الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة بالاضافة الى تعويض للمدعي عن عدم توريد وتسليم المدعي كمية ٨١,٠٠٧ كجم سكر من السكر بالوالمصفاة عليها بعقد السلم سنة الدعوى. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
رقم (٢٠١٩/٩٦) تنفيذ شرعي

الى المتقد ضده/١- مؤيد جمال الحاج موسى زيدان مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/رنا عبدالعطي النابلسي ويمثله/سعيد احمد محمد محمود العوضي - قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بتنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم (٤١٣/٢٠١٧) احوال نفس مسلمين والمدل استئنافيا بموجب الاستئناف رقم ٢٠١٧/٨٨٢/احوال شخصية بسداد المبلغ المتقد به وقدره (٤١٧٩٥٠ درهم) شامل للرسوم والمصاريف وتدابير الاستحقاق. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ٧ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
رقم (٢٠١٩/٨٩٦) تجاري جزئي

الى المدعي عليه / ١- كندي اند هيجن للخدمات الفنية - ش ذ م م مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / كاييل باهوا ويمثله / خليفة عبدالله سعيد عبدالله بن هوينن الكتبي - قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليها بمبلغ وقدره (١٤٢٩٢٣ درهم) والرسوم والمصاريف وتعاقب المحاماة والفائدة القانونية ١٢ ٪ من تاريخ الاستحقاق وحتى السداد التام . وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٩/٣/٢٧ الساعة ٨,٣٠ صباحا وذلك للنظر في الدعوى المذكور فأت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٥٨٢ بتاريخ ٢٠١٩/٣/١٩
اعلان حكم بالنشر
رقم (٢٠١٨/٢٨٢٧) تجاري جزئي

الى المحكوم عليه/١- المركبة الذهبية لنقل الركاب بالحالات الإجرة - ش ذ مجهول محل الإقامة لتعلمك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/١/١٥ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ ادمجي انشورنس كومباني ليمتد (فرع دبي) بالزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعية مبلغ مائة وسبعة الاف وسبعمائة واربعين درهم والفائدة القانونية بواقع ٩ ٪ من تاريخ الاستحقاق الحاصل في ٢٠١٧/١٢/٢٥ وحتى تمام السداد والزامتها بالصورفات وبمبلغ الف درهم مقابل تعاقب المحاماة ورفض ما عدا ذلك من طلبات. حكما بمبائة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم



إذا كنت تعاني من الحساسية، فأنت تعرف صعوبة الخروج في الهواء الطلق في أوقات معينة من السنة، كما تعرف كيف تصيبك نوبات العطس والسعال باستمرار، مع صفير عند التنفس، وعيون دامعة وطفح جلدي مثل الأكزيما، وغيرها من الأعراض حسب مدى التعرض للهواء، لكن ربما لا تعرف أن هناك علاجات أو مسكنات خاصة متوفرة، وكلما سارعت في البدء كلما كان ذلك أفضل.

منوعات العلاج

30

نوبات من العطس والسعال ومشاكل في التنفس

الحساسية الموسمية . هكذا تواجهها أو تتأقلم معها بـ (علاج مناعي)

بدء موسم الحساسية (قبل أسبوعين منه على الأقل) أو على الأقل في اللحظة التي تبدأ فيها الأعراض، وإذا كنت لا تشعر بالراحة رغم ذلك، فقد يكون الوقت قد حان للنظر في العلاج المناعي، وإذا لم يكن أي من هذه الخيارات مناسباً لك، فعندئذ فقط يمكن اللجوء إلى الستيرويد كإجراء أخير بعد تجربة كل الوسائل الأخرى، مع التأكد من قصره على مرة واحدة في السنة.

تتفاقم، وبشكل عام إذا كنت تسير على إحدى هذه العلاجات فيجب الحفاظ على التوازن مغلقة وغسل وجهك وشعر كلاً ما تعرضت للهواء. ولعل الحقيقة المحزنة أنه لا يمكنك التخلص من الحساسية أو علاجها، وكل ما يمكنك فعله هو قمعها أو التأقلم معها ببطء عن طريق العلاج المناعي، وأفضل طريقة هي البدء باستخدام البخاخات أو أدوية تخفيف الحساسية عن طريق الفم قبل

الحساسية، إلا أنه شرس ويجب أن يستخدم فقط عندما تفشل كل الأمور الأخرى، ويرجع ذلك إلى وجود آثار جانبية طويلة الأجل للاستخدام الزائد، كزيادة الوزن، السكري، تدهور العظام، إعتام عدسة العين، على سبيل المثال لا الحصر. لحسن الحظ هناك طريق آخر من اللقاحات المناعية خالية من الستيرويد، ويعتقد بعض الأطباء أنها أفضل حل على المدى الطويل؛ حيث تعمل عن طريق إدخال كميات صغيرة من المواد المسببة للحساسية إلى جسمك، في محاولة لمساعدتك على التأقلم ببطء معها، ويمرور الوقت يتوقف جسمك عن الاستجابة للحساسية، وفي حين يعمل الستيرويد على أعراض الحساسية، تعمل اللقاحات المناعية مع جسمك لتقليل دفاعاته، لكنها قد تستغرق وقتاً طويلاً قبل أن تعطي النتيجة المرجوة؛ حيث تحتاج إلى الحصول عليها مرة في الأسبوع لمدة ستة إلى ثمانية أشهر، ثم مرة في الشهر لمدة لا تقل عن سنتين، وعموماً عليك أن تكون صبوراً لأن الأمر قد يستغرق حوالي ستة أشهر لتبدأ في الشعور بتحسن؛ لذا إذا كنت تريد الحماية بحلول شهر مارس، فيجب عليك البدء في سبتمبر من العام السابق. وإذا كنت حذراً بعض الشيء من الإبر، فهناك خيار آخر وهو بخاخات الأنف الستيرويدية، وهي -حسب الخبراء- آمنة جداً؛ لأن القليل من الستيرويد يدخل جسمك ولكنها تعطي نتيجة جيدة، وإذا كنت تعاني من الحكة والعطس وسيلان الأنف، فابحث عن مضادات الهيستامين، ولكن تذكر أنه بينما تقوم أدوية الحساسية خارج الجسم بتقييد الأعراض، فإنها لا تعالج المشكلة؛ لذا قد تكون أقل فاعلية إذا كانت حساسيتك

وحسب الأطباء فإنك تصاب بالحساسية عندما يبالغ جسمك في رد فعله تجاه مادة (مثل: حبوب اللقاح أو وبر القطط) في محاولة لحماية منته، ولعل حبوب اللقاح تحديداً هي السبب الأول للحساسية الموسمية؛ حيث تظهر حبوب لقاح الأشجار في الربيع (عادة في أواخر مارس إلى أبريل)، ثم حبوب لقاح العشب في أواخر الربيع (حوالي مايو)، أما حبوب لقاح الأعشاب فهي الأكثر انتشاراً في الصيف (يوليو إلى أغسطس)، ولكن التغيير المناخي الذي يشهده العالم جعل موسم الحساسية يبدأ في وقت أبكر ويستمر لفترة أطول. ويؤكد الخبراء أن الأدوية الوقائية التي لا تستلزم وصفة طبية هي دائماً الخطوة الأولى، ولكن إذا كنت تعاني من مشاكل في التنفس أو الإصابة بفيروس نتيجة لأعراض الحساسية لديك، فقد يكون الستيرويد هو الأنسب بالنسبة لحالتك، وهو عبارة عن حقنة في العضلات وعادة في الذراع تحت إشراف الطبيب، وتستغرق نحو ست ساعات حتى تعمل، وبالرغم من كونه فعالاً للغاية في تهدئة استجابة



أعراض الأزمة القلبية . كل دقيقة لها ثمنها

والأسماك والبقول، والإقلال من تناول الملح والسكر. ممارسة النشاط البدني بانتظام: تساعد ممارسة النشاط البدني بانتظام ولدة لا تقل عن ثلاثين دقيقة على صون الجهاز القلبي الوعائي؛ أما ممارسة ذلك النشاط في معظم أيام الأسبوع ولدة لا تقل عن 60 دقيقة، فهو يساهم في الحفاظ على وزن صحي. الامتناع عن تعاطي التبغ: يخلف التبغ أضراراً صحية جسيمة، سواء كان في شكل سجانر أو سيجاراً أو تبغاً معداً للغلابين أو للمضغ. ويشكل التدخين اللاإرادي خطراً على الصحة أيضاً. وما يبيح على التفاؤل هو أن خطر الإصابة بالأزمة القلبية والسكتة يتقلص فور إقلاع الشخص عن تعاطي منتجات التبغ، ويمكن أن يتقلص بنسبة تصل إلى النصف بعد مضي عام على الإقلاع.

الأمراض القلبية الوعائية، مثل الأزمة القلبية أو السكتة، تحدث أكثر من 80% من تلك الوفيات، على عكس الاعتقاد الشائعة، في البلدان المنخفضة الدخل والبلدان المتوسطة الدخل وطلات الرجال والنساء سواء بسواء. غير أن الأمر الذي يبيح على التفاؤل هو إمكانية توقي 80% من الأزمات القلبية والسكتات التي تحدث في سن مبكرة. ويمكن تحقيق ذلك عن طريق اتباع نظام غذائي صحي وممارسة النشاط البدني بانتظام والامتناع عن التدخين. اتباع نظام غذائي صحي: النظام الغذائي المتوازن ضروري لصحة القلب والجهاز الوعائي، وهو يشمل الإكثار من الخضراوات والفاكهة والحبوب غير منزوعة النخالة، واللحوم الخالية من الدهون،

قالت مؤسسة القلب الألمانية: إن أعراض الأزمة القلبية تختلف لدى النساء، خاصة في مرحلة الشبوح. وأوضحت المؤسسة أن الأعراض المميزة للأزمة القلبية تتمثل في الشعور بضيق وضيق في الصدر، بالإضافة إلى ألم شديد في الصدر، غير أن هذا الألم يظهر لدى النساء في البطن، وليس في الصدر، مع الشعور بغثيان وقيء، الأمر الذي يتسبب في تأخير تشخيص الأزمة القلبية. لذا ينبغي على المرأة الاتصال بالإسعاف فور ملاحظة هذه الأعراض لعلاج الأزمة القلبية في أسرع وقت ممكن؛ نظراً لأن كل دقيقة لها ثمنها. وتشير تقديرات منظمة الصحة العالمية إلى أن أكثر من 17.3 مليون شخص قضوا نحيبهم في عام 2008، جراء التعرض لأحد



تتسبب بالآلام وتشوه المظهر الجمالي للجلد

الصدفية . أسبابها وأعراضها وطرق علاجها

تندرج الصدفية ضمن الأمراض الجلدية المزعجة للغاية؛ نظراً لأنها لا تسبب ألماً فقط، بل تشوه المظهر الجمالي للجلد أيضاً. ويمكن علاج الصدفية بطرق مختلفة تتنوع بين العلاج الدوائي والعلاج بالضوء والعلاج المناخي.



البحر الميت، غير أنه يساهم في تخفيف المتاعب طوال مدة الإقامة هناك فقط. ومع ذلك توجد علاجات

أنه يتم علاج الحالات البسيطة بواسطة الكريمات والمراهم المحتوية على الكورتيزون، مع مراعاة عدم استخدامها يومياً على مدار فترة طويلة. علاج بيولوجي وأشارت بفوهرل إلى أن العلاج البيولوجي يساعد في علاج الحالات الشديدة في غضون أسابيع قليلة. ويقوم العلاج البيولوجي على استخدام عقاقير تحارب الالتهابات في الجسم، وهذه العقاقير عبارة عن بروتينات يقوم الطبيب بحقنها في البداية، ثم يقوم المريض بحقنها بنفسه، مع مراعاة حقنها بانتظام، وإلا فلن تكون فعالة.

وأوضحت البروفيسورة الألمانية كلاوديا بفوهرل، أن الصدفية هي مرض جلدي مزمن غير مُعد، يرجع إلى عوامل وراثية، مع عوامل خارجية مثل التوتر النفسي أو حروق الشمس أو أدوية معينة أو جروح جلدية أو اضطرابات هرمونية أو اضطرابات أضية، بالإضافة إلى البدانة وشرب الخمر. وحمراء وقشور بيضاء وأضاف طبيب الأمراض الجلدية أن أعراض الصدفية تتمثل في احمرار الجلد وظهور قشور بيضاء عليه، مع حكة وحرقان وألم. وتهاجم هذه الأعراض الكوع والركبة والرأس والأرداف. وشددت بفوهرل على ضرورة استشارة الطبيب فور ملاحظة الأعراض للتحقق من الإصابة بالصدفية من عدمها؛ نظراً لأن هذه الأعراض تشابه مع أعراض أمراض أخرى مثل الأكزيما أو عدوى الفطريات. ويتم التحقق من المرض بواسطة فحص الدم أو فحص عينة من الأنسجة، كما يمكن اللجوء إلى الأشعة السينية أو الرنين المغناطيسي.



علاج بالضوء

ويورها وأشارت أخصائية العلاج الطبيعي أورشولا هيلبرت موهلج إلى أن العلاج بالضوء يمثل إحدى طرق علاج الصدفية. ويكون هذا العلاج مناسباً في الحالات التي تغطي فيها الصدفية مساحة كبيرة من الجسم، حيث تتمتع الموجات الضوئية ذات الجرعات القليلة بتأثير إيجابي على العمليات الالتهابية في الجسم.

علاج مناخي

وأضافت موهلج أن العلاج المناخي يساعد أيضاً في علاج الصدفية. ويقوم هذا العلاج على التعرض للهواء وماء

كريمات الكورتيزون

ومن جانبها، أشارت الصيدلانية الألمانية أورشولا زيلربيرج إلى أن العلاج يتوقف على مدى حدة الأعراض، موضحة

منوعات

الفن

31

نضجت فنياً، ولم أعد أرغب المشاركة في أي عمل لمجرد إثبات وجودي

مي سليم: لا أسمح لأموري الشخصية بأن تتحكم في اختياراتي الفنية

تقول إن طلاقها السريع والمفاجئ لم يصيبها بعقدة نفسية كما زعم البعض، وتؤكد أنها لا ترفض الزواج مرة أخرى، شرط أن تدرس خطواتها وتفكر ملياً قبل الارتباط مجدداً. الفنانة مي سليم فتحت قلبها وكشفت عن العديد من أسرار حياتها، وتحدثت عن علاقتها بابنتها ووالدتها وأشقائها، والجوانب التي تغيرت في شخصيتها خلال السنوات العشر الماضية، كما تكلمت عن مشاريعها الفنية الجديدة، وعلاقتها ببعض النجوم.

• في البداية، ما الذي حَمَسك للمشاركة في بطولة فيلم (محمد حسين)؟
- أنا متفائلة جداً بهذا الفيلم الرائع، الذي يجمعني بالنجم محمد سعد، وأجسد من خلاله دور مديرة فندق يعمل محمد سعد سابقاً لديها، وتحدث بينهما مواقف طريفة. كما حَمَسني للمشاركة فيه وجود المخرج محمد علي، والسيناريو المميز والمختلف عن كل ما قدّمه سعد من قبل، وأنا متشوقة لعرض الفيلم لمعرفة ردود فعل الجمهور حوله.

• وهل هذا الفيلم هو تعاونك الأول مع محمد سعد؟
- لا، فقد سبق أن تعاوننا في مسرحية (وش السعد)، لكن فيلم (محمد حسين) هو أولى تجاربي السينمائية معه، وقد تشرفت بهذا التعاون.

• وكيف وجدت العمل معه؟
- رائعاً بكل المقاييس، وأهم ما يميز محمد سعد هو حسن الفكاهة والمرح، وحبّه للضحك والمزاح، والتعامل مع زملائه في كواليس العمل بلطف واحترام.

• يرى النقاد أن الأدوار النسائية في أفلام محمد سعد ثانوية ومهمشة، فما رأيك؟
- لا أتفق مع هذه الآراء، وأرى أن العكس هو الصحيح، فدوري في فيلم (محمد حسين) مهم ومؤثر في الأحداث، كما أن مساحته كبيرة.

• هل صحيح أنك حلت في الفيلم بدلاً من الفنانة حلا شيخة؟
- لا أعرف ما إذا كانت حلا مرشحة للفيلم أم لا، لكن اعتاد أي فنانة عن عدم المشاركة في أي عمل فني أمر طبيعي ويحدث دائماً. شخصياً، اعتدت عن عروض كثيرة تقبل بها فنانات من بعدي بدون تردد، وهذا ليس عيباً.

• وما رأيك بقرار عودة حلا شيخة إلى التمثيل؟
- فرحت كثيراً حين علمت بقرار عودتها إلى التمثيل، فهي فنانة موهوبة، بدأت مشوارها الفني منذ سنوات، وسبقتي في الدخول إلى مجال الفن، وكنت أحرص على متابعة أفلامها باستمرار، أما اليوم فأتمنى لها التوفيق والنجاح بعد رجوعها عن قرار الاعتزال.

• بعد عملك مع محمد سعد، هل ما زلت ترغبين في العمل مع ممثل كوميدي آخر؟
- نعم، أريد العمل مع أحمد حلمي، فقد تعاونت معه كمنتج من خلال فيلم (شكة دوس)، لكن كمثل لم أعمل معه بعد، كذلك أتمنى التعاون مع النجم الموهوب أحمد مكي، سواء في عمل سينمائي أو درامي.

• تردد أنك تعاونت مع محمد رجب في فيلم (علامة استفهام)، فهل هذا صحيح؟
- لا، هذا الكلام لا أساس له من الصحة.

• وقيل أيضاً إنك صرحت بمقاطعة العمل مع النجم محمد هنيدي...
- أنا لم أدل بأي تصريح من هذا



رامي إمام يواصل تصوير (فالتينو) للحاق بالموسم الرمضاني

بتوقعات قليلة جداً، ولأسباب مهمة، يواصل الفنان المصري عادل إمام التصوير لساعات طويلة في مدينة الإنتاج الإعلامي، بمدينة 6 أكتوبر، 35 كيلومتراً جنوب القاهرة، ومعه فريق العمل من أجل لحاق مسلسل (فالتينو) بالسباق الرمضاني المقبل، خصوصاً أنه من الفنانين الذين يحرصون على الانتهاء من التصوير، قبل بداية شهر رمضان. المخرج رامي إمام كشف عن أن (مسلسل فالتينو) قد تم الانتهاء من كتابة السيناريو الخاص به، وتسليم ما يقرب من 25 حلقة حتى الآن، والبقية في الطريق، لافتاً إلى أنه يواصل التصوير ولكن سيتم تكثيف ساعات العمل الفترة المقبلة، لانتهاء التصوير مع بداية الأيام الأولى لشهر رمضان، حيث يتم التصوير على مدار الساعة.

قصة المسلسل تدور في إطار اجتماعي كوميدي تستهدف قضية التعليم وأسرار عمليات التدريس والتربية. مسلسل (فالتينو) يسجل التعاون الأول بين عادل إمام والسيناريست أيمن بهجت قمر والسابع مع نجله رامي إمام في الدراما.

ويشارك في البطولة كل من دلال عبدالعزيز، وفاء صادق، طارق الابياري، هدى المفتي، محمد كيلاني، رانيا محمود ياسين، إلهام عبد البديع، سليمان عيد، بدرية طلبة، أحمد فريد، وعدد آخر من الفنانين.



تواصل تصوير مشاهدتها الأخيرة في (الفيل الأزرق)

نيللي كريم مصدومة من قرار إيقاف العمل بـ (النصاين)

بدأت نيللي كريم تصوير صدمة (النصاين) رغم أن فريق عمل المسلسل كان قد بدأ بالفعل تصوير المشاهد الأولى من العمل قبل أيام ليست قليلة، فوجئوا بقرار وقف التصوير وتوقف العمل نهائياً. وقد كشف مصدر خاص أن العمل لم يُستكمل؛ وهو القرار النهائي للشركة بعد تعطيله أكثر من مرة من قبل الجهات الرقابية. وقد ردد البعض أن السبب هو تسويق العمل للمحطات الفضائية؛ وهو ما نفاه المصدر، مشدداً على أنهم لم يبدأوا تصوير المسلسل إلا بعدما اتفقوا على عرض العمل عبر أكثر من محطة فضائية ضمن خريطةها الرمضانية.

والجدير بالذكر أن المسلسل ينتمي لنوعية الأعمال الدرامية الكوميدية حيث تدور أحداثه في إطار كوميدي، تتميز فيه نيللي كريم على الأعمال التراجيدية التي اشتهرت بها خلال السنوات الأخيرة وحقت من خلالها نجاحاً واسعاً.



(الفيل الأزرق) من ناحية أخرى، تواصل نيللي كريم تصوير مشاهدتها الأخيرة ضمن أحداث الجزء الثاني من الفيلم السينمائي الجديد (الفيل الأزرق) أمام كريم عبد العزيز وهند صبري حيث من المقرر عرضه في موسم عيد الأضحى السينمائي.

بدأت نيللي كريم تصوير مشاهدتها قبل أيام في مسلسلها الدرامي الجديد (النصاين) أمام أسري ياسين، غير أنها أصيبت بصدمة فور إبلاغها بقرار الشركة المنتجة توقف العمل نهائياً دون سابق إنذار، وهنا تكشف تفاصيل جديدة عن غياب نيللي كريم عن المنافسة الرمضانية.

التغلب على الإمساك

علاجات منزلية سهلة للتغلب على الإمساك



تنظيف الجهاز الهضمي من السموم، بل يسهل عملية الإخراج إذا تناولت كوبين أو 3 أكواب كل يوم. - بذور الشيا: أضف بذور الشيا إلى الحليب، أو تناول ملعقة منها مع كوب أو كوبين من الماء كل يوم لعلاج الإمساك المزمن.

- عصير الخضروات: تناول يومياً كوباً من عصير السموتى يحتوي على الجزر والطماطم (البندورة) والشمندر (البنجر) والتفاح الأخضر.

- البابايا: من أفضل الفواكه لعلاج الإمساك الشديد البابايا.

- اللبن: الزبادي واللبن الرائب من مصادر البكتريا الصديقة (البروبيوتك) التي تحسن عملية الهضم

يسبب استخدام الأدوية الملمنة لفترة طويلة آثاراً جانبية، ويشكل بعضها نوعاً من الخطورة. لكن يمكنك التغلب على الإمساك بطرق فعّالة وسهلة. وتحدث مشكلة الإمساك نتيجة لنقص شرب الماء، أو لقلة المشي والحركة، أو لنقص الألياف في الطعام، أو كنتيجة لتناول المضادات الحيوية وبعض الأدوية.

إليك أفضل علاجات منزلية للإمساك:

-القراصيا: البرقوق أو الخوخ المجفف هو ما يسمى القراصيا التي تعتبر من العلاجات السحرية للإمساك.

- الموز: تناول حبة أو اثنتين من الموز للتخلص من الإمساك الخفيف بسرعة.

-الشاي الأخضر: لا يساعد الشاي الأخضر فقط على

الثوم والبصل يقللان خطر سرطان القولون

قال باحثون إن استهلاك الخضروات، بما في ذلك الثوم والبصل والكراث، يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بسرطان القولون.

وأظهرت دراسة - نشرت في مجلة آسيا باسفنيك جورنال أوف أسيكولوجي أنسولوجي - أن احتمالات الإصابة بسرطان القولون والمستقيم كانت أقل بنسبة 79 في المئة لدى البالغين الذين تناولوا كميات كبيرة من نباتات الومنيوم مقارنة مع من استهلكوها بكميات قليلة.

وقال الباحث زهي لي من المستشفى الأول في جامعة الصين الطبية: (من الجدير بالملاحظة أنه في بحثنا، يبدو أن هناك اتجاهًا: كلما ازدادت كمية الخضروات التي تعمل بالأليوم، كانت الحماية أفضل).. (بشكل عام، سلطت النتائج الحالية الضوء على الوقاية الأولية من سرطان القولون والمستقيم من خلال التدخل في أسلوب الحياة، والذي يستحق المزيد من الاستفسارات المتعمقة).

ووفقاً لمنظمة الصحة العالمية، فإن سرطان القولون والمستقيم هو واحد من أكثر أنواع السرطان شيوعاً في جميع أنحاء العالم.

التعرض للمبيدات يؤدي إلى السمّة

كشفت دراسة حديثة أن استخدام مبيدات الحشرات قد يزيد مخاطر الإصابة بالسمّة من خلال إضعاف الأمعاء الدقيقة. وأفادت وكالة الأنباء الصينية (شينخوا)، اليوم السبت، بأن كلوربيريفوس يعتبر مبيدًا حشريًا سكتيًا استخدم منذ أواخر القرن التاسع عشر، ولا يزال من بين أكثر أنواع مبيدات الآفات استخداماً في جميع أنحاء العالم؛ بسبب نشاطه الحيوي المثالي.

وتظهر الدراسات السابقة أن التعرض لهذا المبيد قد يسبب السمّة والسكري، لكن الآلية الأساسية لكيفية عمله لا تزال مجهولة.

وركز باحثون من جامعة الزراعة الصينية على ميكروبات الأمعاء البشرية، وأهم النظم الإيكولوجية الدقيقة في الجسم، نتجت جراثيم الأمعاء التي تحتوي على عشرات تريليونات الكائنات الحية الدقيقة، تأثيرات هامة بما في ذلك في الحصانة ووزن الجسم، ما يمكن أن يساعد الجسم على هضم بعض الأطعمة التي لم تتمكن المعدة والأمعاء الدقيقة من الهضم.

وخلال التجارب على الحيوانات، وضع الباحثون المبيد في طعام وماء الفئران، ووجدوا أن تناول المبيد الحشري أدى إلى كسر سلامة حاجز الأمعاء، ما أدى إلى زيادة دخول مادة سامة في الجسم وأخيراً إلى حدوث التهاب، ما قاد في النهاية إلى مقاومة الأنسولين والسمّة. وتظهر مقاومة الأنسولين في الأشخاص الذين يعانون من السمّة، وتؤدي دوراً أساسياً في تطور مرض السكري.

من جانبه، قال لوانج بنج رئيس فريق البحث: إن زيادة عدد البكتيريا الحاملة للسموم في الجسم يعطل توازن الجراثيم في الأمعاء، ما يجعل الفئران تكسب المزيد من السمّة.

وعلاوة على ذلك، لوحظت نتائج مماثلة في الفئران ذات الخلفيات الوراثية والعدادات الغذائية المختلفة، ما يشير إلى أن الجينات والنظام الغذائي كان لهما تأثير محدود على الأمعاء الدقيقة المتبدلة والجراثيم.

وقال وانج: (نتائجنا تشير إلى أن الاستخدام الواسع النطاق لمبيدات الآفات قد يسهم في انتشار وباء الأمراض المرتبطة بالالتهابات في جميع أنحاء العالم).



إليزابيث تشامبرز خلال حضورها عرض فندق مومباي في متحف الفن الحديث في مدينة نيويورك. ا ف ب

قرأت لك

الشاي والاسنان

نتائج جديدة ومثيرة كشفت عنها دراسة علمية، حيث أفادت أن الشاي يعزز مينا الأسنان ويمنع التسوس، وهو يعتبر المشروب الشعبي والمشهور عالمياً.

وأوضح الباحثون أن الشاي يحتوي على الفلورايد المعروف لتعزيز مينا الأسنان ويمنع التسوس.

ووجد الباحثون أن كوباً واحداً من الشاي الأسود المخلوط الذي يبلغ 240 ملليجرام، يوفر في المتوسط 1.18 ملليجرام من الفلورايد.



وأشار الباحثون إلى أن الشاي منزوع الكافيين يحتوي على كمية أكبر من الفلورايد المهم لصحة الأسنان والمحافظة عليها من التسوس.

وأكد الباحثون من جامعة ديربي، أن الشاي الأسود يقاتل نوعين من البكتيريا وهما "العقدية الطافرة" و"المليئة"، لافتين إلى أن كلاهما يرتبط بتسوس الأسنان وأمراض اللثة.

وأضاف الباحثون إن الشاي الأخضر أيضاً له تأثير مماثل، حيث إنه يساعد على منع رائحة الفم الكريهة من خلال القضاء على مركبات الكبريت في الفم التي تساهم في تفاقم الرائحة الكريهة.

سؤال وجواب

• لماذا يعتبر المؤرخون ان هيرودوت هو ابو التاريخ

يعتبر المؤرخون ان هيرودوت هو ابو التاريخ لأنه اول من وضع للتاريخ فلسفة وان كانت بدائية وسجل احداث العالم في زمانه واشياء كثيرة دقيقة تعتبر إلى اليوم وثائق واسانيد

• ما معنى كلمة واحة ؟

هذه الكلمة فرعونية الأصل وقد سُمي بها الفراغ كل مكان يقع عند عين ماء في الصحراء

• متى اصبحت واشنطن عاصمة للولايات المتحدة الامريكية ؟

اصبحت مدينة واشنطن عاصمة للولايات المتحدة الامريكية عام 1800

هل تعلم؟

- هل تعلم أن جزيرة تايوان أو الصين الوطنية أطلق عليها المستكشفون البرتغاليون عام 1580 م اسم (فورموزا) أي الجميلة.
- هل تعلم أن المخلفات الناتجة عن هضم أوراق الشجر التي تأكلها الديدان تعتبر سماً جيداً للتربة وأن الديدان تستطيع أن تغطي الأرض بطبقة من السماد خلال ثلاثة أشهر من الأوراق التي ألقيتها خلال عام تقريباً.
- هل تعلم أن أطول الحشرات عمراً من فصيلة الخنافس تحمل اسم الخنفساء الرائعة. إذ أن تحولها من طور اليرقة إلى طور العذراء فقط يحتاج إلى 47 سنة كاملة.
- هل تعلم أن أقدم جيش نظامي أوروبي هو الحرس السويسري في الفاتيكان إذ يعود تاريخ تأسيسه إلى عام 1400م.
- هل تعلم أن أكبر عدد حروف في لغة هي حروف اللغة الكمبودية التي يبلغ عدد حروفها 72 حرف.
- هل تعلم أن عصير الفاكهة وحده أو مخلوط يجب تناوله في الحال فالانتظار عليه يعرض فيتاميناته لأكسدة الهواء كما أن بعض الأنواع تفسد بسرعة وفي مقدمتها عصير الجزر.
- هل تعلم أن أغرب إحصائية عن السمّة أفادت أن مشاهدة التلفزيون الملوّن تؤدي إلى السمّة المفرطة.
- هل تعلم أن القطط غنية بألبانها ولبنها مغذٍ و يلائم جميع الثدييات.

قصة

الخطاب الحكيم

حمل الخطاب فأسه ويلطته وذهب إلى الغابة يحتطب وقد صلب معه أبنه لأول مرة ودخل الخطاب الغابة وأخذ يتجول فيها وينظر. الأشجار المختلفة منها الصغير والكبير والضخم لكنه لم يقطع شيئاً فسأته ابنه هناك شجرة كبيرة هنا لماذا لا تقطعها يا أبي فقال إنها شجرة مثمرة يا بني وهذا موسمها وبعد حوالي شهرين موعد ثمارها فحرام علي قطعها لقد كنت أحمل اليك التوت منها - وتركها وتقدم للامام قليلاً وأخذ يحتطب بعض الاغصان الجافة وجدع شجرة مكسور بفعل شيخوخته فجاء الابن اليه وقال تعال انظر يا أبي هذه شجرة جميلة عريضة وخشبها جيد أقطعها فنظر اليه الخطاب وقال انها شجرة شابة ستحطينا في المستقبل الخير الكثير أتركها تأخذ دورتها في الحياة، ثم أشار ابنه على شجرة اخرى وقال اذن أقطع هذه فلف الخطاب حولها وقال أحب هذه الشجرة وأحب ان اجلس في جذعها الذي يشبه الكوخ الصغير فكتت احتمي فيها من المطر واتناول من جذعها مادة صمغية أتاجر فيه فأتركها تستعيد نشاطها، يا أبي احترت معك هيا هذه الشجرة المثينة سنكسب من ورائها الكثير فقال الخطاب بل سنخسر الكثير فهذه ثمر النبق الذي تحبه فقال الولد اذن لا خشب اليوم فقال الاب سجد حاجتنا لا تقلق ان عملنا هذا يتطلب الرحمة والصبور يمكننا البحث داخل هذه الغابة الكبيرة عن الاشجار الساقطة والجذوع المكسورة وغيرها لكن دعنا لا نخسر اشجارا مثمرة ربما تطعمنا وتعلم غيرنا ايضاً فهناك من يعتمد على ثمار الغابة في معيشته وان أنت اتخذت هذا المبدأ في حياتك ان تعطى كل شيء في حقه في ان يحيا فسيبارك الله فيه ويمنحك الرزق من عنده ولتفعل ما عليك وأترك لله يفعل ما يشاء .

