

منوعات

الفكر

الثلاثاء 21 سبتمبر 2021 م - العدد 13346

Tuesday 21 September 2021 - Issue No. 13346

ص 22

جامعة الإمارات العربية المتحدة

تحصل على براءة اختراع لنظام

مبتكر في تحلية المياه المالحة

ص 31

بسنت الحسيني:

مهنة الإعلام غدارة

ولكنني أعشقها



بعد ثلاث ليال متتالية من قلة النوم

ص 23 تدهور كبير في الصحة العقلية والجسدية!



ثلاث الألمان يتجنبون استخدام المواصلات

تتميز شبكة النقل والمواصلات بألمانيا بسرعة وتنوع وسائلها وانتشارها في كل مكان، الأمر الذي يجعل كثيراً من الألمان يفضلونها غالباً على السيارات الخاصة. ولكن استطلاعاً حديثاً أظهر أن أزمة وباء فيروس كورونا المستجد أدى إلى أن نحو ثلث الألمان صاروا نادراً ما يستخدمون الحافلات أو السكك الحديدية أو لا يستخدمونها على الإطلاق. وجاء ذلك في الاستطلاع الذي أجراه معهد "يوجوف" لقياس مؤشرات الرأي. وبحسب الاستطلاع، لم يعد يستخدم 11% من البالغين في ألمانيا حالياً أية مواصلات عامة من الأساس منذ بدء تفشي الوباء في ربيع عام 2020. وذكر 19% من المشاركين في الاستطلاع أنهم صاروا نادراً ما يستخدمون الحافلات والسكك الحديدية منذ تفشي الوباء. ولكن يجب الأخذ في الاعتبار أن جزءاً من الموظفين يعملون من المنزل منذ تفشي الوباء. وبالنسبة لـ 28% من المشاركين في الاستطلاع لم يتغير أي شيء في مسألة الحركة بسبب كورونا، حيث أنهم ذكروا أنهم لا يزالوا يستخدمون المواصلات العامة بعد الوباء تماماً مثلما كانوا يستخدمونها قبل الوباء.

الكاجوال يهيمن على موضة البدة

يهيمن الطابع الكاجوال على موضة البدة الحريمي والرجالي على حد سواء في خريف شتاء 2021-2022. ليمنح المرأة إحساساً بالراحة. وأوضحت مستشارة المظهر الألمانية ليزا تسيهرمان أن البدة الحريمي تمتاز هذا الموسم بطابع كاجوال ومرريح للغاية من خلال القصة الواسعة والخامات المريحة مثل التريكو والجيرسيه. وأضافت تسيهرمان أن الطابع الكاجوال للبدة الحريمي يتجلى من خلال السروال الرياضي، الذي يتم تنسيقه مع البليزر. ويمتاز السروال الرياضي بمظهر أنيق، حتى أن بعض الموديلات تحتوي على طبّات لتضفي على المظهر طابعاً كلاسيكياً. ومن جانبه، أشار خبير الموضة الألماني كارل تيليسن إلى أن البدة الرجالي تتسم هي الأخرى بطابع كاجوال، فألى جانب القصة الواسعة يتم تنسيق البليزر مع قميص بولو من التريكو أو بلوفر ذي قنسنوة مع سروال باجي.

بشرى لمحبي الأكل: لا علاقة

للسمنة بكميات الطعام

يجادل فريق من العلماء الأميركيين هذه الأيام، في دراسة

جديدة قد تكون مُرضية لشريحة كبيرة من

الناس، بأن الأسباب الجذرية لوباء السمنة

ترتبط أكثر بتوعية ما نأكله وليس مقدار

من يتم تناوله.

فقد أظهرت الإحصائيات، الصادرة عن

المركز الأميركي لمكافحة الأمراض والوقاية

منها CDC، أن السمنة تؤثر على أكثر من 40%

من البالغين الأميركيين، مما يعرضهم لخطر الإصابة

بأمراض القلب والسكتة الدماغية والسكري من

النوع 2 وأنواع معينة من السرطان، وذلك وفقاً لما

نشره موقع SciTechDaily.

وأفادت الإرشادات الغذائية للأميركيين الصادرة

عن وزارة الزراعة الأميركية 2020 - 2025 أيضاً

بأن فقدان الوزن يتطلب من البالغين تقليل عدد السعرات

الحرارية التي يحصلون عليها من الأطعمة والمشروبات

وزيادة النشاط البدني.

نهج توازن الطاقة العتيق

كما يعتمد هذا النهج لإدارة الوزن على نموذج توازن الطاقة، الذي يعود تاريخه إلى قرن من الزمان، والذي ينص على أن زيادة الوزن ناتجة عن استهلاك طاقة أقل مما يتم تناوله. أما في عالم اليوم، وبينما يكون الإنسان محاطاً بأطعمة مصنعة شهية للغاية وذات تسويق مكثف ورخيصة، فمن السهل عليه تناول سعرات حرارية أكثر مما يحتاج إليها، فيما بعد ذلك اختلالاً في التوازن والذي يزداد تفاقمًا بسبب أنماط الحياة المستقرة في العصر الحالي.

لا جدوى بعد عقود من التوعية

وفي ضوء وجهة النظر هذه، فإن الإفراط في تناول الطعام، إلى جانب عدم كفاية النشاط البدني، يؤدي إلى انتشار وباء السمنة.

من ناحية أخرى، فإنه على الرغم من نشر رسائل التوعية الصحية على مدى عشرات السنين لحث البشر على تناول كميات أقل من الطعام وممارسة المزيد من التمارين الرياضية، فقد ارتفعت معدلات السمنة والأمراض المرتبطة بالسمنة بشكل مطرد. ويشير باحثو الدراسة إلى عيوب أساسية في نموذج توازن الطاقة، بحجة أن النموذج البديل، وهو نموذج الكربوهيدرات والأنسولين، يفسر السمنة وزيادة الوزن بشكل أفضل، كما يشير إلى الطريق إلى استراتيجيات إدارة الوزن الأكثر فعالية وطويلة الأمد.

طفرة نمو المراهقين

وفقًا للباحث الرئيسي في الدراسة دكتور ديفيد لودفيغ، اختصاصي الغدد الصماء في مستشفى بوسطن للأطفال والأستاذ بكلية الطب بجامعة هارفارد، فإن نموذج توازن

تحت رعاية طحنون بن محمد آل نهيان

النسخة الثانية عشرة من معرض العين للكتاب تبدأ اليوم في مكتبة زايد المركزية وتستمر 10 أيام

• يشارك في دورة هذا العام أكثر من 100 عارض ودار نشر تحت شعار أجيال تقرأ وتقود المستقبل

• المعرض يقدم برنامجاً حافلاً بالفعاليات الثقافية والعروض الموسيقية والأمسيات الشعرية



كما يتوجب إبراز نتيجة سلبية لفحص مسحة الأنف (PCR) لا تزيد مدتها عن 48 ساعة لجميع العارضين والمشاركين. ويتوجب على جميع الزائرين تفعيل تطبيق الحصن على هواتفهم الذكية. هذا وسيتم فحص درجة الحرارة عند الدخول، وفرض حزمة من إجراءات السلامة والتباعد الاجتماعي وتحديد أعداد الزوار المتواجدين داخل قاعات المعرض وداخل أجنحة العارضين.

والمثقفين الإماراتيين للاحتفاء بأعمالهم، ومنحهم منصة لتقديم تجاربهم التي تشكل معالم إرثنا الثقافي الغني وحاضرنا القائم على التنوع والانفتاح". تؤكد إدارة المعرض بمركز أبوظبي للغة العربية التزامها بأعلى معايير الإجراءات الاحترازية لضمان سلامة الزوار والعارضين والعاملين في المعرض، حيث يشترط حصول الزوار البالغين على جرعتي لقاح كوفيد-19- لدخول المعرض،

للتسلح بالعلم مما يسهم في بناء اقتصاد قائم على المعرفة. وأكد أننا نتطلع إلى استضافة معرض العين للكتاب، رمز الثقافة والتراث الإماراتي المحلي رغم هذه الظروف لترسخ مكانة إمارة أبوظبي كوجهة ثقافية محلية، إقليمية، وعالمية حريصة على التعريف بالثقافة الإماراتية والمحافظة عليها. إلى جانب توفير الفرص للأجيال القادمة لمشاركتها مع العالم". كما ويقدم المعرض هذا العام أيضاً برنامجاً حافلاً بالفعاليات المتنوعة التي تحتفي بعالم الخمسين، وتشمل ندوات ثقافية وعروضاً موسيقية وأمسيات شعرية، إلى جانب الفعاليات الموجهة للأطفال والتي تضم مجموعة واسعة من العروض الترفيهية والتعليمية وورش العمل التي تركز على تنمية المهارات وتجعل من المعرض وجهة متكاملة لجميع أفراد الأسرة.

وبدوره، قال سعادة الدكتور علي بن تميم، رئيس مركز أبوظبي للغة العربية: "بعد النجاح الذي حققه معرض أبوظبي الدولي للكتاب في دورة هذا العام، يعود معرض العين للكتاب لاستقبال جمهوره ورواده بخاصة مع المكانة التي يتبوها على الأجندة الثقافية في الدولة، وهو جزء من الرؤية الثقافية للقيادة الحكيمة التي تولي الثقافة والمعرفة والقرارة اهتماماً كبيراً نظراً لدورها الكبير في صنع الأجيال وبناء المستقبل. ونعتز في مركز أبوظبي للغة العربية بهذا المعرض الذي تتمثل خصوصيته في نهجته المحلية، حيث نستضيف كل عام نخبة من الكتاب

المتنوعة بما يليبي تطلمات وذائقة القراء من مختلف الاهتمامات والفئات العمرية. كما يستضيف المعرض (50) متحدثاً من نخبة الشخصيات الثقافية البارزة، والكتاب والمبدعين والفنانين الإماراتيين لتسليل الضوء على الإرث الثقافي الغني للدولة خلال الخمسين عاماً الماضية. وأشار سعادة سعود الجوسني وكيل دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي في كلمته إلى أهمية المعرفة والقراءة في بناء المجتمعات والأمم، قائلاً "تماشياً مع رؤية قيادتنا الرشيدة، نلتزم دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي بدعم قطاع النشر واستدامته وتعزيز المعرفة والقراءة لدى الجميع، وبآتي تنظيم معرض العين للكتاب ليؤكد حرصنا على تحقيق هذه الأهداف، والتواصل مع المجتمع بكافة فئاته، وإشراكهم في الحراك الثقافي، وتعزيز التوجه للقراءة كوسيلة



تحت رعاية سمو الشيخ طحنون بن محمد آل نهيان، ممثل الحاكم في منطقة العين، ينظم مركز أبوظبي للغة العربية بدائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي النسخة الثانية عشرة من معرض العين للكتاب في مكتبة زايد المركزية على مدار 10 أيام متواصلة خلال الفترة الممتدة من 21 ولغاية 30 سبتمبر. تتلم هذه النسخة من معرض العين للكتاب بشكل مجيد لتجمع بين البرامج الواقعية والابت الافتراضي على منصات المعرض الرقمية، بما يسهم في استقطاب عدد أكبر من الجمهور لحضور فعاليات المعرض والمشاركة في أنشطته. يشارك في دورة هذا العام أكثر من (100) عارض ودار نشر، وذلك لتعريف الجمهور بأحدث الإصدارات الأدبية



منوعات الفكر

22



تحقيقاً للشراكة بين الجهتين

1800 مهتد جديد مستفيد من

برامج الهلال الأحمر الإماراتي

• العين - الفجر

حرصاً على تعزيز الشراكة بين دار زايد للثقافة الإسلامية وهيئة الهلال الأحمر الإماراتي ودعمًا لبثود مذكرة التفاهم المشترك بينهما في مجالات العمل الخيري والإنساني، قامت الهلال الأحمر الإماراتي خلال العام الجاري ولغاية شهر أغسطس الماضي بتقديم عدد من المساعدات الإنسانية والاجتماعية لطلاب الدار من المهتمين الجدد وأسرةهم والمهتمين بالثقافة الإسلامية، تلبية احتياجاتهم في مناسبات مختلفة أهمها شهر رمضان المبارك وعيد الفطر وعيد الأضحى. واستفاد من هذه المساهمات أكثر من 1800 مستفيد من طلبة دار زايد للثقافة الإسلامية، حيث تم توزيع 201 سلة غذائية على أسر المهتمين الجدد ضمن مبادرة "ميركم علينا" تتضمن مجموعة من المواد الغذائية الأساسية للأسر المتعففة لضمان توفر الاحتياجات الأساسية لهم، إلى جانب توزيع 1500 وجبة إفطار في المركز الرئيسي بالعين، كما قامت الهلال الأحمر الإماراتي بالمساهمة في إسعاد أطفال المهتمين الجدد من خلال توفير الألعاب والملابس لعشرين طفل. كما تضمنت المساهمات توفير 67 كوبون اضاحي للمستفيدين من طلبة الدار في مركزها الرئيسي بالعين والأفرع بأبوظبي وعجمان، وتقديم العديد من الطرود الغذائية تعزيزاً للتضامن الاجتماعي للفئات المتعففة وتلبية احتياجاتهم بهدف تخفيف الأعباء المالية عنهم. وأعربت سعادة الدكتورة نضال محمد الطنيجي المدير العام لدار زايد للثقافة عن اعتزازها بهذه الشراكة مع هيئة الهلال الأحمر الإماراتي التي تم توقيعها منذ عام 2014 م وتأتي ضمن برنامج الدعم الاجتماعي الذي تقدمه الدار لطلبتها، مما يساهم في تعزيز التواصل والتلاحم الاجتماعي بين المهتمين الجدد وأفراد المجتمع كافة.

وأشادت الطنيجي بجهود سمو الشيخ حمدان بن زايد آل نهيان ممثل الحاكم في منطقة الظفرة رئيس هيئة الهلال الأحمر الإماراتي لخدمة مجتمع دولة الإمارات العربية المتحدة وفق الرؤية الحكيمة للقيادة الرشيدة التي تولي العمل المجتمعي والإنساني اهتماماً كبيراً، وتؤكد على توفير العناية اللازمة للمسلمين الجدد وتقديم الرعاية لهم وتفعيل التعايش مع المجتمع المسلم وتعريف المهتمين بالإسلام وحقيقته وجوهره وروح التسامح فيه وقيمه الأساسية.

ومن جانبه أوضح أحمد عبيد الظاهري: مدير مركز الهلال الأحمر بمدينة العين حرص هيئة الهلال الأحمر على دعم وتعزيز علاقات الشراكة الاستراتيجية مع دار زايد للثقافة الإسلامية بشكل فعال لتعزيز التكامل والتنسيق والتعاون لتحقيق الأهداف بعيدة المدى في مجال الأعمال الإنسانية. وأضاف الظاهري سعي الهيئة إلى دعم فئة المهتمين الجدد من خلال برامج الدعم الاجتماعي حيث تعمل الهيئة بناءً على توجيهات القيادة العليا للهلال الأحمر، على الاهتمام بهذه الفئة، وتقديم يد العون الإنساني لها وسعيها الدائم لتحسين ظروفهم.



• العين - الفجر

نجح المركز الوطني للمياه والطاقة في جامعة الإمارات العربية المتحدة في الحصول على براءة اختراع والتي تم منحها من مكتب الولايات المتحدة لبراءات الاختراع والعلامات التجارية وذلك على نظام مبتكر لتحلية المياه المالحة باستخدام طاقة منخفضة. ويعتبر هذا الابتكار إضافة هامة ومفردة

غير مسبوق في مجال تحلية المياه المالحة حيث أنه يقدم تقنية جديدة لتحلية المياه المالحة والتي تختلف كلياً عن نظم التحلية المستخدمة حالياً إضافة إلى أن النظام المبتكر يحتاج إلى طاقة أقل بالمقارنة بنظم التحلية الأخرى. وأوضح المركز الوطني للمياه والطاقة في جامعة الإمارات ان النظام الجديد الذي تم اكتشافه يختلف عن النظم الحالية والتي تعتمد بصفة أساسية

على التحلية الحرارية (Thermal Desalination) والتحلية باستخدام الأغشية (Reverse Osmosis Desalination) في أنه يعتمد على التطبيق المباشر لمبادئ الفيزياء المتعلقة ببقاء الكتلة وبقاء الطاقة وكذلك مبادئ الديناميكا الحرارية. حيث ان نظام التحلية الحرارية يعتمد على أما النظام المبتكر فإنه يعتمد على خفض الضغط الواقع على المياه المالحة

إلى درجة الغليان ثم إعادة تكثيف المياه للحصول على مياه خالية من الأملاح، بينما يعتمد نظام الأغشية على توليد ضغط عالي يسمح بنفوذ المياه فقط دون الأملاح خلال أغشية ذات مسام صغيرة لا تسمح بمرور الأملاح ومن ثم الحصول على مياه ذات نسب صغيرة جداً من الأملاح. أما النظام المبتكر فإنه يعتمد على خفض الضغط الواقع على المياه المالحة

إلى درجة تحول المياه إلى بخار دون الحاجة إلى حرارة عالية ومن ثم تكثيف المياه المتبخرة للحصول على مياه غير مالحة. والجدير بالذكر أن جامعة الإمارات العربية المتحدة قد حصلت على ما يزيد عن 178 براءة اختراع في مختلف المجالات ذات الأولوية الوطنية مما يعكس اهتمام الجامعة بالبحث العلمي والابتكار.

نصائح توعوية من صحة بمناسبة اليوم العالمي للزهايمر

صحة توفر فرقاً متخصصة للطب النفسي وخدمات متخصصة في الطب النفسي لكبار المواطنين



ملاحظة التغيير في الذاكرة، أو التغيير في القيام بالمهام اليومية، أو التغيير في المهارات. إن إحصائيات منظمة الصحة العالمية تشير إلى أن الفئة العمرية فوق 60 سنة، يوجد 1 من 6 أشخاص يعانون من اضطرابات الذاكرة، وأن هذه الأمراض والحد من مضاعفاتها.



أي أمراض نفسية وآتباع نفسية تحصل لأي مرحلة عمرية أخرى، مثل الاكتئاب القلق الدهان الانقصاص، وهذه معالجتها تكون مشابهة للمراحل العمرية المختلفة، مع مراعاة حالة المريض إذا كان يعاني من أمراض مزمنة، وتستخدم الأدوية بجرعات وأساليب تناسب المرحلة

المريض، وعلى أساسه يتم البدء بخطة علاجية متكاملة بالشراكة مع المريض وأسرته والتخصصات الطبية الأخرى إذا لزم الأمر. وقال الدكتور شريف حسن، استشاري الطب النفسي لكبار السن، إن لدى المجتمع، الذي يقوم بترتيب تقييمات وزيارات للمنازل وإيصال الأدوية والعلاجات للأشخاص، مستشفيات شركة "صحة" بوجود عدد من الفرق، والخدمات المتخصصة في الطب النفسي، واحدها العيادات الخارجية، التي تضم العديد من الاستشاريين والأخصائيين، بالإضافة للتخصصات المختلفة من السيكولوجي، وتمريض الطب النفسي، والأخصائيين الاجتماعيين، إذ تحرص هذه الفرق على إجراء الفحوصات والتقييمات اللازمة للوصول إلى تشخيص دقيق لحالة

المزاج، والتقلبات في الطاقة والتغيير في القدرة على أداء المهام اليومية ومجموعة المهارات. وتقدم مرافق شركة "صحة" العديد من الخدمات الصحية لكبار المواطنين حرصاً على سلامتهم، ومن أبرز هذه الخدمات: العيادات النفسية المتخصصة، والرعاية المنزلية لهم من قبل خدمات الصحة النفسية المجتمعية. وتميز مستشفى العين، إحدى مستشفيات شركة "صحة" بوجود عدد من الفرق، والخدمات المتخصصة في الطب النفسي، واحدها العيادات الخارجية، التي تضم العديد من الاستشاريين والأخصائيين، بالإضافة للتخصصات المختلفة من السيكولوجي، وتمريض الطب النفسي، والأخصائيين الاجتماعيين، إذ تحرص هذه الفرق على إجراء الفحوصات والتقييمات اللازمة للوصول إلى تشخيص دقيق لحالة

• أبوظبي - الفجر
تحرص شركة أبوظبي للخدمات الصحية "صحة" أكبر شبكة للرعاية الصحية في دولة الإمارات، على توفير رعاية صحية عالمية المستوى لأفراد المجتمع، خاصة فئة الكبار الذين يعانون من الزهايمر، وتولي هذه الفئة أهمية خاصة، وتقدم لهم الرعاية الطبية المتميزة التي تناسب حالتهم. وقالت بمناسبة اليوم العالمي للزهايمر والذي يصادف يوم 21 سبتمبر من كل عام، إن مرض الزهايمر هو اضطراب عصبي تدريجي يتسبب في تقلص (ضمور) الدماغ وموت الخلايا، وهو السبب الأكثر شيوعاً للخرف والتدهور المستمر في التفكير والمهارات السلوكية والاجتماعية التي تؤثر على قدرة الشخص في العمل بشكل مستقل، ومن علاماته التغيير المفاجيء في

منوعات الفكر 23



أظهرت دراسة جديدة من فلوريدا أن "تدهورا كبيرا" في الصحة الجسدية والنفسية يظهر بشكل واضح بعد ثلاث ليالٍ متتالية من قلة النوم. ومن عينة من حوالي ٢٠٠٠ بالغ أمريكي أكلوا يوميات النوم، وجد الخبراء أن الأعراض تتفاقم بعد ليلة واحدة فقط من النوم السيئ، لكنها تصل إلى الذروة بعد ثلاث ليالٍ. وفيما يتعلق بالصحة العقلية، أبلغ المشاركون عن تراكم مشاعر الغضب والعصبية والوحدة وسرعة الانفعال والإحباط نتيجة لقلة النوم.

بعد ثلاث ليالٍ متتالية من قلة النوم

تدهور كبير في الصحة العقلية والجسدية



وشملت العينة 1958 من البالغين في منتصف العمر، وجميعهم يتمتعون بصحة حسنة نسبيا ومتعلمون جيدا، وقدموا بيانات يومية لمدة ثمانية أيام متتالية. ووجد الباحثون أن أكبر قفزة في الأعراض العقلية والجسدية ظهرت بعد ليلة واحدة فقط من قلة النوم. ولكن عدد المشاكل ازداد سوءا بشكل مطرد طوال فترة الأيام الثلاثة، وبلغ ذروته في اليوم الثالث. وفي هذه المرحلة، يصبح جسم الإنسان معتادا نسبيا على فقدان النوم المتكرر، وفقا للفريق.

ومع ذلك، أفاد المشاركون بأن شدة الأعراض الجسدية كانت في أسوأ حالاتها بعد ستة أيام، وشملت مشاكل الجهاز التنفسي العلوي والأوجاع ومشاكل الجهاز الهضمي وغيرها من المشاكل الصحية. ويمجرد أن يصبح الحصول على أقل من ست ساعات في الليلة عادة، يصبح من الصعب بشكل متزايد على جسمك التعافي تماما من قلة النوم، وفقا لما قاله لي. وقال الفريق في ورقته المنشورة في مجلة Annals of Behavioral Medicine: "ارتبطت قلة النوم المتتالية بتدهور مسارات الصحة العاطفية والجسدية اليومية. إن بذل الجهود لكسر الحلقة المفرغة لفقدان النوم قد يحمي الرفاهية اليومية للبالغين الذين غالبا ما يتعرض وقت نومهم للخطر". ووجدت دراسة سابقة بقيادة لي وزملائه، نُشرت في عام 2019، أن فقدان 16 دقيقة فقط من النوم يمكن أن يؤثر على الأداء الوظيفي. ووجدت الدراسة أن البالغين الذين ينامون 16 دقيقة أقل من المعتاد تميزوا بسوء التقدير ومشاكل التركيز في العمل.

وقال كبير معدي الدراسة، سومي لي: "يعتقد الكثير من أنه يمكننا تعويض ساعات نومنا في عطلات نهاية الأسبوع، وأن تكون أكثر إنتاجية في أيام الأسبوع". ومع ذلك، تظهر نتائج هذه الدراسة أن قلة النوم لليلة واحدة فقط يمكن أن تضعف بشكل كبير من الأداء اليومي. واستخدم الباحثون البيانات التي قدمتها دراسة Midlife في الولايات المتحدة، وهي دراسة طولية وطنية للصحة والرفاهية بتمويل من المعهد الوطني للشيخوخة.

وفي الوقت نفسه، تضمنت الأعراض الجسدية الناجمة عن قلة النوم، الأوجاع والآلام وحتى مشاكل التنفس. وأجرى الدراسة خبراء في كلية دراسات الشيخوخة بجامعة جنوب فلوريدا، ومقرها مدينة تامبا. وحقق الفريق في عواقب النوم أقل من ست ساعات لمدة ثماني ليالٍ متتالية. وتميل ست ساعات إلى أن تكون الحد الأدنى لمدة النوم الموصى بها لدعم الصحة المثلى للبالغين. وتميل مدة النوم المثلى إلى الاختلاف حسب الفئة العمرية.



وجبة خفيفة ولذيذة يمكنها أن تخفض "بشكل مفاجئ" قراءة ارتفاع ضغط الدم

يعد ارتفاع ضغط الدم مقدمة لأحداث خطيرة في القلب والأوعية الدموية، لذا من المهم عكس القراءة العالية. ويصف ارتفاع ضغط الدم ما يحدث عندما تكون قوة دفع الدم على جدران الشرايين عالية جدا باستمرار. ويمكن أن يتسبب ذلك في انقباض الشرايين وتضييقها، وهي عملية يمكن أن تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب. ولحسن الحظ، ثبت أن التدخلات الغذائية تعكس هذه العملية وستؤدي واحدة على وجه الخصوص إلى ابتهاج عشاق الشوكولاتة.



لخفض ضغط الدم مشجعا، لكن هذا ليس تريخيا للاستهزاء بالعلاج اللذيذ، حيث حذرت فيكتوريا تايلور، أخصائية التغذية في مؤسسة القلب البريطانية، من أن "شوكولاتة الحليب التي تحظى بشعبية في المملكة المتحدة منخفضة جدا في مواد الكاكاو الصلبة وكذلك مضادات الأكسدة". ومضادات الأكسدة هي مركبات ينتجها جسمك وتوجد في الأطعمة، مثل الكاكاو والتي يعتقد أنها تحسن علامات أمراض القلب. وحذرت تايلور من أن "الشيء الآخر الذي يجب تذكره هو أن جميع أنواع الشوكولاتة، سواء كانت بيضاء أو مع الحليب أو سوداء، تحتوي على نسبة عالية من السعرات الحرارية بسبب محتواها من الدهون والسكر، ولذا إذا أكلت الكثير منها قد تكتسب وزنا، وهو أمر لا يفيد قلبك بالتأكيد". وينصح الخبراء بتقليل كمية الملح في الطعام وتناول الكثير من الفاكهة والخضروات لخفض ضغط الدم المرتفع. كما تحذر هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية (NHS)، من أنه كلما زادت كمية الملح التي تتناولها، ارتفع ضغط الدم. وتنصح الهيئة الصحية بتناول أقل من 6g (0.2 أونصة) من الملح يوميا، أي نحو ملعقة صغيرة. كما تنصح بتناول نظام غذائي قليل الدسم يحتوي على الكثير من الألياف، مثل الأرز والحبوب الكاملة والخبز والمعكرونة، والكثير من الفاكهة والخضروات للمساعدة أيضا في خفض ضغط الدم.

والانيساسطي هما الرقمان الرئيسيان المستخدمان لتسجيل مستوى ضغط الدم. وكشفت التحليلات التلوية لـ 20 دراسة شملت 856 مشاركا يتمتعون بصحة جيدة عن تأثير خفض ضغط الدم "ذي الدلالة الإحصائية" لمنتجات الكاكاو الغني بالفلافانول مقارنة بالجموعة الضابطة في تجارب قصيرة المدى من أسبوعين إلى 18 أسبوعا. وكتب الباحثون: "الشوكولاتة ومنتجات الكاكاو الغنية بالفلافانول قد يكون لها تأثير ضئيل ولكن مهم من الناحية الإحصائية في خفض ضغط الدم بمقدار 3.02 ملم زئبقي على المدى القصير". (يتم قياس الرقمين لارتفاع ضغط الدم بوحدة ملليمتر من الزئبق mmHg). وخلصوا إلى أنه نظرا لأن التأثيرات لوحظت فقط على المدى القصير، فإن "التجارب طويلة المدى التي تبحث في تأثير منتجات الكاكاو ضرورية لتحديد ما إذا كان ضغط الدم ينخفض على أساس مزمن عن طريق تناول الكاكاو يوميا". وقصد يكون البحث في فوائد الكاكاو

من الباحثين بمسح قواعد البيانات الإلكترونية، وبالإضافة إلى ذلك قاموا بالبحث في سجلات التجارب الدولية، والقوائم المرجعية لقالات المراجعة والتجارب المتضمنة. وجمعوا نتائج التجارب المعشاة ذات الشواهد (RCT) التي تبحث في آثار الشوكولاتة أو منتجات الكاكاو على ضغط الدم الانقباضي والانيساسطي لدى البالغين لمدة لا تقل عن أسبوعين. ويشار إلى أن ضغط الدم الانقباضي

وثبت أن المركبات النباتية الموجودة في الكاكاو والتي تسمى الفلافانول تقلل من ارتفاع ضغط الدم. وهذا هو نتيجة التحليل التلوي الذي تم إجراؤه لتحديد تأثير الشوكولاتة الغنية بالفلافانول أو منتجات الكاكاو على ضغط الدم لدى المصابين بارتفاع ضغط الدم أو غير المصابين به. والتحليل التلوي هو تحليل إحصائي يجمع بين نتائج الدراسات العلمية المتعددة، فهو يساعد على تحديد الاتجاهات التي يمكن أن تعزز الادعاءات العلمية. ولتحديد الارتباط بين المنتجات الغنية بالكاكاو وضغط الدم، قام فريق



[illegible]

**حكومة راس الخيمة**
دائرة المحاكم

القدس

العدد ١٣٣٤٦ بتاريخ ٢٠٢١/٩/٢١

إعلان بالنشر
2021/442 تجاري جزني

المدعية / عفراء سالم عبد الرحمن الشامسي
إلى المدعي عليها / 1- شمسية محمد صادق محمد علي - الجنسية / جزر القمر

2- مؤسسة ام د اتش للخدمات التصميم بالحاسب الائي mdh computer
GRAPHIC DESIGN SERVICES مؤسسة فردية ويمثلها قانونا
أيوب عمر محمد عمر خطيب - قد اقامت المدعية الدعوى الحقوقية 444/2021
تجاري جزني. مما يقتضي حضورك إلى مكتب إدارة الدعوى بمحكمة رأس الخيمة
يوم الاربعاء الموافق 29/9/2021 الساعة التاسعة صباحا أو إرسال وكيل عنك في
الوقت المحدد. حرر بتاريخ : 2021/9/19

مكتب ادارة الدعوى



الإمارات العربية المتحدة

وزارة العدل



العدد ١٣٤٦ بتاريخ ٢٠٢١/٩/٢١

إعلان مدعي عليه بالتشتر

في الدعوى رقم KHCFIC/CIPCL2020/0000065

إلى المدعى عليه : احمد خلفان عبدالله حمادي الإمارات العربية المتحدة / الجنسية: الإمارات - نعلمكم بأن المدعين ورثة محمد محمد سيف / وكالة

عاصم محمد محمد سيف الحميدي الجنسية : الإمارات العربية المتحدة - قد

أقام الدعوى المدنية المذكورة أعلاه ومدسر بها حكم فيها بمناخبة الحضورين بيوم

2021/03/19 أمام دائرة الأمور المستعجلة : بإلزام المدعى عليه بأن يؤدي

للمدعين مبلغ وقدره 831.000 درهم (ثمانمائة وواحد وثلاثون ألف

درهم) مع الرسوم والمصروفات.

2021/07/06

حرر بتاريخ

حرر بواسطة /عاشقة على سائم الحمودي

الحكمة الابتدائية المدنية

**الإمارات العربية المتحدة**

وزارة العدل

العقد ١٣٤٦/ب تاريخ ٢٠٢١/٩/٢١

مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم A/CJFCIV(2018/M0001827 مدني (كلي)

إلى المحكوم عليه فاضمة قيس قبزي،
الضمان: 908909، بينما ما للوروس انتدبا، العنوان : 908910
تخطيمت علما بأنه بتاريخ 2019/01/25 قد حُكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى
المذكورة بالرقم أعلاه لصالح / المؤسسة عقارات عجمان - عقار (AQAAR)،
بالثباتي : حُكمت المحكمة بإلزامك عليها بأن تؤديا للتدعيم مبلغ 134768 درهم والقوائد القانونية عنه بواقع %5 من تاريخ المطالبة القضائية وحتى السداد التام وأؤتمرت المدعى عليها بالصراف ألف درهم مقابل أتعاب المحاماة ورفضت ما عبأ ذلك من طلبات، حكما قابلا- للاستئناف خلال المدة القانونية 30 يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشره.

الحكمة الابتدائية المدنية



الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٤٦ بتاريخ ٢٠٢١/٩/٢١

مذكرة إعلان حكم بالنشر

صادرة من محكمة جيمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم M0001855/AJCFICIREA2017/ (جزئي)

إلى : المحكوم عليه ستيبيوك ديميتري ، العنوان : 798317

بحيطحكم علما بأنه بتاريخ 2017/10/24 قد حكمت عليك هذه

المحكمة في الدعوى المذكورة بالرقم أعلاه لصالح مؤسسة عقارات

عجمان (عقار) - الخلف القانوني مؤسسة العقارات الاستثمارية،

بالتالي: نص الحكم. حكما قابلا للاستئناف خلال المدة القانونية

..... يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشروه.

المحكمة الابتدائية المدنية

**الإمارات العربية المتحدة**
وزارة العدل

العدد ١٣٤٦ بتاريخ ٢٠٢١/٩/٢١

مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة جيمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 9000898/2019/ALJCIFCIREA2019 مدني (جزئي)

إلى المحكوم عليه عبد الرحمن محمد العوض،
العنوان: 9005215/ محمد أحمد محمد العوض، العنوان: 9005216،
عنوان محمد أحمد العوض، العنوان: 9005217، فرع محمد العوض، العنوان: 9005218
مخبركم علما بأنه بتاريخ 2020/06/21 تم حثمت عليك هذه المحكمة في الدعوى المذكورة بالرقم
أعلاه إعلان شركة دنيا للاستثمار ذ.م.ج، أ.ق، القابضة ذ.م.ج شركة (الشخص الواحد)، ذ.م.ج لشركة
العربية للتسويق ذ.م.ج بالتالي: بإزالة الدعوى عليهم بالتضامن بأداء مبلغ 469000 درهم إماراتية
وقسمة وستين ألف درهم للمدعيات من الفائدة القانونية بواقع 8% تسري من تاريخ قيد الدعوى
وحتى تمام السداد وأداء مبلغ 100000 درهم تعويضاً للمدعية والفائدة بواقع 8% تسري
من تاريخ مرورية الحكم نهائياً وحتى تمام السداد، وأقرهم بالتضامن بالرسوم والنفقات وأقرني
درهم ألعاب مما حمله وأرفضت ما عدا ذلك، كما قبلاً لاستئناف خلال الدال القانونية 30 يوماً
اعتباراً من اليوم التالي لنشره.

المحكمة الابتدائية المدنية



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

محكمة دبي



محكمة دبي
DUBAI COURT

العدد ٢٠١٩/٩/٢١ بتأريخ

إنذار بالنشر

رقم (2021/7833)

المقدمة: شركة عيسى بيبيس لإدارة المشاريع ش.م.م.

1- التهمة: ج - اتفقوا (تريبيك) التجهيزات العمدية (ش.م.م.)

2- مهابوران التناضات - مدير الشركة

الغ

الوقوع / الزمان: إنذار عدلي وتكليف قانوني بالوفاء بدهم 459,375 درهم (أربعة وتسعون ألفاً وخمسمائة درهم) مع الفائدة القانونية بواقع ١٢% من تاريخ الاستحقاق بصفتنا وكالة قانونيين بين موكبتنا (المقدمة) قنا لتأجيركم وتكليفكم بقرعة الفداء للمقدمة ببيع وفداء 459,375 درهم امزاري (العمالة) وتسعون وخمسين ألف درهم وتلازمة قانوني ببيع امزاري (المرصود بدمتكم لصالحها، وتملكهم قدم أقصداً (5) خمسة ايام من تاريخ استلامكم أو رفضكم استلامه هذا الإنذار لسداد هذا المبلغ مع المبلغ المتستعمل عن الفداء ببقائه كامله خلال الأجل المذكور سابقاً سوف نضطرر أسمى إنقاذ الاجراءات القانونية الجزائية والعقوبات المالية للتسليمه بـ مواجهة لاسترداد حقوق موكبتنا، واتخاذهم قضائياً بسداد ذلك المبلغ بالإضافة إلى الفائدة القانونية وأية رسوم قضائية أو مصاريف أخرى تتكبدها المقدمة في هذا الصدد، كافة حافه حقوق المقدمة الأخرى.

الكاتب العدلي

حكومة دبي
محاكم دبي

دولة الإمارات العربية المتحدة
GOVERNMENT OF DUBAI
DUBAI COURT

العدد ١٣٢٤٦ بتاريخ ٢٠٢١/٩/٢٠

انذار عدلي بالانشر
رقم (7848/2021)

المنزلة / التذرة / ديناً / احتياطي - بوكالة الحماية / إيمان آل علي
المنزلة / التذرة / محمد سالم حاضرا / الخصيصي - (إماراتي - الجنسية)

رقم المحرر 50296/1/2021

فإن التذرة تندر المنذر إليه بضرورة سداد المبلغ المترصد في دمته والبالغ (184.000.00) ألف درهم) وذلك في مده أقصاها خمسة أيام من تاريخ تسلمكم هذا الإندار والا فإننا سوف نضطر أسفين لاتخاذ كافة الإجراءات القانونية اللازمة ضدكم مع رفع الدعوى الجنائية والمدنية والمطالبة بالتعويض الكامل عن جميع الأضرار التي ترتب على ذلك التأخير.

الكتاب العدل

 GOVERNMENT OF DUBAI	حكومة دبي محاكم دبي	 DUBAI COURTS
العدد ١٣٤٦ بتاريخ ٢٠٢١/٩/٢١ افتذار عدلي بالانشر رقم (7752)		
المنذر : بنك مصر (فرع دبي) م وكالة المحامي : خليفة بن هويدان الكتبي ضد المنذر اليهم : بتالة للتجارة العامة (ش ذ م م) ميان سجاد احمد ميان محمد شريف - باكنستاني الجنسية بهذا نصدر لكم هذا الإنذار لسداد المبلغ المتروصد على ذمتك و قدره (1,999,500.00) درهم خلال 7 أيام من تاريخ نشر هذا الإنذار المستحق والحضور ، والا سيتم إتخاذ الإجراءات القانونية أمام المحاكم في الدولة. الكاتب العدل		


اجتماع خبيرة
العدد ١٣٢٤٦ بتاريخ ٢٠٢١/٩/٢١
اعلان بالندش
الدعوى رقم 1422/2021 تجاري جزئي عجمان
المدعي/ ياسر إبراهيم البشاري
بالإشارة الي تكليفنا كخبير هندسي في الدعوى المذكورة أعلاها فعلي
السادة مدعي علي1/ البرج الشامخ للعقارات السادة مدعي عليا
2/ بروج للتطوير العقاري الحضور للاجتماع والمعاينة في موقع
الشروع موضوع الدعوى يوم الأربعاء الموافق 22/9/2021 الساعة
11 صباحا وفي حالة عدم حضوركم ستقوم الخبرة بتنفيذ الاجتماع
والمعاينة طبقا للإجراءات اللازمة.
الخبير الهندسي المنتدب
دكتور مهندس / حمام الدين محمد حسين

حكومة دبي

دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٣٣٤٦ بتاريخ ٢٠٢١/٩/٢١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

اسم الشركة: الفرح للخدمات العلاجية والصحية - ش ذ م م
 العنوان: مكتب رقم 401 ملك محمد عبدالله بن علي الخليل - بيرة - المطينة
 الشكل القانوني: ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة: 724791 رقم القيد
 بالسجل التجاري: 1609854 بموجب هذا نعلن إفادة التنمية الاقتصادية في دبي
 بأن قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بتأشير الشركة المذكورة أعلاه، وذلك
 بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2021/9/19 والموثق لدى كاتب العدل محاكم
 دبي بتاريخ 2021/9/19 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المحامي
 الذين يسرى وشركاء للاستشارات وتديق الحسابات العنوان: مكتب رقم
 703 ملك يسرى عادل أمين - برهبي - الخليج التجاري - هاتف: فاكس:
 مصطفىا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ
 نشر هذا الإعلان

دائرة التنمية الاقتصادية


حكومة دبي
دائرة التنمية الاقتصادية
العدد ١٣٣٤٦ بتاريخ ٢٠٢١/٩/٢١
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : يسرى وشركاء للاستشارات وتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 703 ملك يسرى عادل امين - بر دبي - الخليج التجاري -
هاتف : فاكس :
بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه للتصفيه في دفتر التنمية الاقتصادية بدبي
والصحة - ش د م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2021/9/19
والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2021/9/19 وعلى من لديه أي
اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان
المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45)
يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
دائرة التنمية الاقتصادية



الجمهورية العربية المتحدة

وزارة العدل



العدد ١٣٤٦ بتاريخ ٢٠٢١/٩/٢١

وزارة العدل - محكمة الجيمان الابتدائية

قسم الجورجات والبوع

الالتابية القضائية لسنة 12 2020

إعلان بيع عقار بإثارة العلني للمنفعة ضده (نشرا)

إلى القند الشرفي / محمد بن عمر بن محمد الحميداني
 أصالح التذات / م. ركاف بن م. سيكولوني د. م

نحن محكمة جيمان الابتدائية الالتابية لتجميع هذه المنفعة مزاد علني في اليوم الساعة الثانية عشر ظهرا يوم الاثنين الموافق 2021/9/27، وذلك طبق القانون المدني المعمور عليه (الأيض طاعة) وأوصاف العقار على الترتيب التالي:

الموقع المذخر رقم (2100) مساحته بمساحة 3600.41 متر مربع عمارات جيمان بمسور اساسي عقار (400,000.00) درهم، (أربعة ملايين درهم)، وذلك طبق القانون الالتابية رقم القند الحال وذلك على الموقع الإلكتروني لمرامات التدرامات <http://www.emirates.ae>

تتوجب على الرافع بالاشتراك بالمزايدة أن يقدم بتمائم نقدي أو بوجوب بيع مصدق بقيمة 20% من التضمن القند لتجديده.

على من يرغب بالاشتراك أو الاستفسار، أن ذلك مراجعة قسم الجورجات والبوع وبالمساحة أو الموقع الإلكتروني لمرامات التدرامات <http://www.emirates.ae> وذلك طبق موقع البوع.

وعلى من له اعتراض التقدم باعراضه ممرزا إيزا بما يبرره من مستندات قبل الموعد المحدد للبيع بملازمة إعلان على الأقل.

حكومة الخدمات القضائية

مصلحة أحمد الحميد

الفكر

25

يتضمن خارطة تفاعلية للجهات الرئيسية في الإمارة

منصة أبوظبي للأعمال تصدر تقريراً عن ريادة الأعمال



•• أبوظبي-الفجر:

نشرت منصة أبوظبي للأعمال، تقرير خريطة النظام البيئي لريادة الأعمال في أبوظبي 2021، كما قامت بوضع خريطة رقمية تفاعلية تحدد الكيانات الرئيسية في أبوظبي والجهات الفاعلة في النظام البيئي من خلال التسلسلات الهرمية التشغيلية المختلفة، وذلك بهدف دعم رواد الأعمال الذين يبحثون عن الموقع المناسب لإطلاق مشاريعهم، والشركات القائمة التي تبحث عن فرص نمو، والمستثمرين الأجانب الذين يفكرون في بدء عمل تجاري ومتعددة الأشكال، وأحد أحدث مبادرات صندوق خليفة لتطوير المشاريع التي أطلقها لدعم رواد الأعمال وتمكينهم من مواصلة مسيرتهم وتعليم فرص نجاح مشاريعهم.

وقالت السيدة موزة الناصري، الرئيس التنفيذي بالإمارة لصندوق خليفة لتطوير المشاريع: ” من خلال هذا التقرير، تستكشف منصة أبوظبي للشركات في أبوظبي بيئة الأعمال المتطورة في الإمارات والقواعد الجديدة التي يليها المركز في قيادة ريادة الأعمال في جميع أنحاء الإمارات، والقيمة التي يقدمها للشركات الناشئة والشركات الصغيرة والمتوسطة، ويجمع التقرير رؤى مختلفة حول فرص النمو والاتجاهات المحيطة التي تشكل النظام البيئي للشركات الصغيرة والمتوسطة في أبوظبي، فيما تعتبر الخريطة الرقمية التفاعلية التي تم إطلاقها جنباً إلى جنب مع التقرير بمثابة تمثيل مرئي للاعبين الرئيسيين في النظام البيئي في أبوظبي، العام والخاص على حد سواء، والتي يتم تحديثها بانتظام لتعكس التغييرات العميقة في ملحمة النمو المزدهرة في الإمارات.

شراكة بين «دبي للاستثمار» و«فنادق ومنتجعات ميلينيوم لافتتاح فندق

•• دبي-وام:

عقدت دبي للاستثمار شراكة مع فنادق ومنتجعات ميلينيوم الشرق الأوسط وأفريقيا لافتتاح فندق «ميلينيوم بلايس مرفد» أول فندق عصري من نوعه في منطقة مرفد وذلك ضمن مشروع تلال مرفد الذي تطوروه «دبي للاستثمار العقاري» التابعة لشركة دبي للاستثمار. وأكد عبيد محمد السلامي المدير العام لشركة دبي للاستثمار العقاري على أهمية الشراكة .. وقال : ” نطمح من خلال تطويرنا لمشروع الجديد في مرفد إلى تسليط الضوء على الطبيعة الخضراء والتميزية للمنطقة التي توفر بيئة اجتماعية مميزة لسكان المشروع ويتطلب تحقيق ذلك شريكاً استراتيجياً في قطاع الضيافة يشاركنا ذات الرؤية والتوجهات وهي فئات ومنتجات ميلينيوم الشرق الأوسط وأفريقيا . من جهته أعرب بسام بو سليمان المدير العام لفندق «ميلينيوم بلايس مرفد» عن سعادته بهذه الشراكة .. وقال : ” يشرفنا أن تكون جزءاً من مشروع تلال مرفد وهو وجهة متميزة تتوافق مع توجهات فنادقنا ومع اقتراب انطلاق فعاليات اكسبو 2020 دبي نتطلع لاستقبال ضيوف دبي الكرام الذين يرغبون بالشاركة في ما ستقدمه دبي من فعاليات وبرامج مصاحبة لهذه الفعالية الكبرى المنتظرة ابتداء من شهر أكتوبر المقبل.

«كلية دبي للسياحة» تكشف عن أول منصة تعليمية من نوعها في المنطقة متعددة التخصصات

•• دبي - وام:

كشفت كلية دبي للسياحة التابعة لدائرة السياحة والتسويق التجاري بدبي /دبي للسياحة/ عن أول منصة تعليمية متعددة التخصصات من نوعها في المنطقة لتخريج كوادر مؤهلة وموهوبة تحمل أفكاراً مبدعة تسهم في تطوير قطاع السياحة. وتوفر الكلية دورات الشهادات والدبلوم في خمسة مجالات أساسية هي: السياحة والضيافة وتجارة التجزئة وإدارة الفعاليات وفنون الطهي وذلك ضمن إطار التعليم والتدريب الفني والمهني المعتمد لديها وهو ما يتيح المجال أمام الطلاب لتحقيق النجاح المهني من خلال الحصول على تأهيل أكاديمي بمستوى عالمي. وكانت الكلية قد قامت في وقت سابق من هذا العام بالإعلان عن التعاون مع جامعة ليفرول جون مورس إحدى أعرق مراكز الجامعات البريطانية في التعليم العالي لتقوم الكلية بدور الجهة التدرييبية للجامعة مما يتيح لخريجي برامج البعلوم الحاصلين على العدلات التراكمية المطلوبة مواصلة تحصيلهم على درجة عملية كطالبي مع جامعة ليفرول جون مورس حتى حصولهم على شهادة البكالوريوس/مع مرتبة الشرف/ من مؤسسة بريطانية مشهورة ومعتمدة.

وتسعى الكلية لأن تصبح معهد التدريب المهني الرائد في المنطقة من خلال برامجها ودوراتها التي تساهم في سد الفجوة بين التدريب العملي والدراسة الجامعية الأكاديمية المؤهلة للحصول على شهادة البكالوريوس وهو ما يضمن إمداد القطاع بمهنيين من ذوي الكفاءات العالية. وتتتمتع الكلية بعلاقات ومقومات فريدة تمكنها من إتاحة وصول الطلاب إلى العديد من المنشآت المهمة بما فيها مجموعات الفنادق الكبيرة ومتاجر التجزئة والمطاعم وتأكيدها منها على أهمية الجانب العملي تزود الكلية طلابها ببرامج تدريب عملي في الشركات العاملة بالقطاع ما يسهم في تعزيز ثقتهم بأنفسهم وتزويدهم بالخبرات التي يلعبوها قادة قطاع السياحة مستقبلاً.



دبي تستضيف حضوريا معرضي آراب هيلث وميدلاب الشرق الأوسط 2022 في شهر يناير

•• دبي-الفجر:

كشف أحدث تقرير صادر عن شركة إنفورما ماركيتس، الجهة المنظمة لمعرضي آراب هيلث وميدلاب الشرق الأوسط ، أكبر معرضين للرعاية الصحية والمختبرات في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، أن الاستثمار في تكنولوجيا الرعاية الصحية الجديدة قد أصبح أولوية قصوى لعام 2021.

يسلط التقرير، الذي يحمل عنوان ”توقعات سوق صناعة الرعاية الصحية لعام 2021 والذي أصدرته أمانة هيلث إنسايتس، الضوء على أن 45٪ من المشاركين في الاستطلاع قد حددوا التكنولوجيا على أنها أفضل فرصة لنمو الأعمال في دول مجلس التعاون الخليجي، حيث أحدثت الرقمنة التأثير الأكبر وفقاً للوكلاء والتجار والموزعين والعيادات والممارسات الطبية والاستشارات والمصنعين الذين شملهم الاستطلاع.

بهذه المناسبة، قالت سولين سينجر، مديرة مجموعة إنفورما ماركيتس: ”لقد تسببت جائحة كوفيد-19 والأزمة الصحية العالمية بتحول واضح في الأولويات مع التركيز الآن على تطبيق تقنيات جديدة لتقديم رعاية صحية أفضل، وأضاحت سينجر قائلة: ”ووفقنا لتقريرنا فإن الرقمنة والبلوك تشين والبيانات الضخمة آخذة

الترقية، وتتطلع الآن إلى الترحيب بالمشاركين مرة أخرى في نسخة عام 2022،. هذا وستقام نسخة 2022 من المعرض تحت شعار «بالأعمال نتحد ودفع الصناعة نحو الأمام»، والتي تعود كحدث مشترك في مجال الرعاية الصحية والمختبرات، في الفترة الممتدة من 24 إلى 27 يناير من مركز دبي التجاري العالمي، ومن المتوقع أن يتم دعم هذا الحدث مرة أخرى من قبل مجموعة من الجهات الحكومية وقادة الصناعة والمؤثرين في قطاعاتهم الخاصة.

وكجزء من التزام «إنفورما ماركيتس» – الجهة المنظمة لـ ” آراب هيلث ” و” ميدلاب الشرق الأوسط” بتوفير أعلى مستويات النظافة والأمان في جميع الأحداث التي تنظمها من خلال ضمان سلامة الحضور والموظفين تم عقد الحدث من مركز دبي التجارية العالمي، ومن المتوقع أن يتم دعم هذا الحدث مرة أخرى من قبل مجموعة من الجهات الحكومية وقادة الصناعة والمؤثرين في قطاعاتهم الخاصة. ويتضمن معيار «إنفورما-الجميع أمن» للصحة والسلامة الخاصة بالشركة، ويتضمن معيار «إنفورما-الجميع أمن» 35 نقطة إرشادية تغطي جميع جوانب التنظيف والنظافة الشخصية مع التركيز على التنظيف المكثف قبل وأثناء وبعد الحدث بالإضافة إلى توفير مرافق إضافية في جميع أنحاء المعرض لفصل الدين وتلقيحها باستمرار بالإضافة إلى استخدام معدات الوقاية الشخصية وإجراء الفحوصات والتعقب والتتبع وذلك بالتنسيق مع السلطات المحلية.

عندما تتسائل عن أهم وأبرز الاتجاهات الناشئة المتوقعة في الأشهر الـ 12 المقبلة، فإن الرعاية الصحية القائمة على القيمة تأتي في المرتبة الأولى، حيث يتم هذا عندما يكافأ مقدمو الرعاية الصحية لمساعدة المرضى على تحسين صحتهم وتقليل آثار وحدوث الأمراض المزمنة والعيش حياة أكثر صحة بطريقة قائمة على الأدلة، كما حدد ما يقرب من نصف الذين شملهم الاستطلاع بأن الرعاية الصحية القائمة على القيمة كأبرز اتجاه متوقع للسنة القادمة 2022.

استقبلت النسخة السابقة من معرضي الصحة العربي وميدلاب الشرق الأوسط، التي أقيمت في وقت سابق من هذا العام، 22800 زائر من 172 دولة، شهدت مشاركة 1700 شركة عارضة، ونتج عنها صفقات تجارية جديدة بقيمة 767.7 مليون درهم إماراتي. وقد مثل العارضون 61 دولة من بينهم 30 جناحاً وطنياً. واختتمت سينجر حديثها قائلة: ”لقد أثرت جائحة كوفيد-19 على كل فرد في مجتمع الرعاية الصحية على الصعيدين الشخصي والمهني، ومع ذلك فنحن في مرحلة التعالج والانتعاش بحيث تكون فيها الصناعة جاهزة للمضي قدماً والعودة إلى الأحداث الحضورية الحية وتأمين عقد صفقات تجارية جديدة، وقد أكدت النسخة الأخيرة من معرضي الصحة العربي وميدلاب الشرق الأوسط على هذه

في الانتشار بشكل واسع، وبالتالي فإن الدكاء الاصطناعي هو ثاني أكثر مجالات التكنولوجيا تأثيراً بشكل عام، تليها الروبوتات وقد وضع 23٪ ممن شملهم الاستطلاع من دول مجلس التعاون الخليجي أولوية أعلى بكثير للاستثمار في هذا المجال من التكنولوجيا الجديدة.

ستحتل التكنولوجيا مركز المصدارة في نسخة 2022 من معرضي آراب هيلث وميدلاب الشرق الأوسط، كما ستسلط سلسلة من المحادثات والعروض التقديمية الرئيسية من قادة الصناعة الضوء على أحدث التطورات في هذا القطاع. وفي الوقت نفسه، سيكون الابتكار عنواناً بارزاً لنسخة 2022 من المعرض وذلك بالتزامن عودة ” حوارات إنوفيت، (Innov8 Talks) التي ستتيح الفرصة لثمان شركات من الشركات الصغيرة والمتوسطة ورواد الأعمال في كل يوم من أيام المعرض ولمدة ثماني دقائق لتقديم أحدث أفكارهم في مجال الرعاية الصحية، بينما سيرفع معرض ومؤتمر ميدلاب الشرق الأوسط أحدث الابتكارات من صناعة المختبرات عبر مجموعة من عروض المنتجات والمعدات.

ووفقاً للتقرير، فقد تم تحديد التمويل باعتباره التحدي الأكبر الذي تواجهه الممارسات الطبية العامة والخاصة، وينطبق هذا الأمر أيضاً على الجمعيات الخيرية والمنظمات غير الربحية، مما يخلق أكبر عائق أمام تطبيق التكنولوجيا الجديدة.

شركة روسية تعرض شواحن المركبات الكهربائية الأسرع والأكثر تطوراً والصديقة للبيئة في معرض ومؤتمر غازتك دبي

•• دبي-الفجر:

تعتزم شركة آل-تشارج، الشركة الروسية المصنعة لبنية الشحن المبتكرة للسيارات الكهربائية، عرض أحدث تقنياتها المتطورة خلال مشاركتها في معرض ومؤتمر غازتك 2021، أكبر حدث عالمي من نوعه لدعم قطاع الغاز والغال المسال وقطاع الطاقة، والذي يقام في مركز دبي الوطني في الفترة من 21 إلى 23 سبتمبر الجاري تحت رعاية صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي ”رعاة الله.. وستسلط آل-تشارج الضوء على حلول الشحن الفريدة التي تصنعها، بما فيها محطات شحن السيارات الكهربائية الثابتة والمتنقلة والتي تعمل بالهيدروجين أو الغاز، والتي تتيح للشركات من قطاعات عديدة، خاصة الغاز والطاقة، منافع مميزة مثل تقنيات صديقة للبيئة وأكثر كفاءة وأداء وذات تكاليف اقتصادية إضافة إلى كونها سهلة التركيب وتمكن المركبات الكهربائية من قطع مسافة 100 كيلومتر بعملية

شحن ما بين دقيقتين إلى سبع دقائق.

ويقول السيد ديميتري لاشين، الرئيس التنفيذي لشركة آل-تشارج والذي سيحدث في مؤتمر غازتك إلى جانب أكثر من 300 من أبرز الخبراء، ”أخذت دبي ودولة الإمارات العربية المتحدة خطوات لافتة ومميزة في اعتماد أحدث التقنيات المتطورة، خاصة في قطاع النقل. إن مثل هذه الاستراتيجية تلقي الضوء على رؤية مستقبلية تهدف إلى الارتقاء بمكانة دولة الإمارات لتكون ضمن مصاف دول العالم الأكثر تطوراً في تسخير الطاقة المتجددة والنظيفة في قطاعات الأعمال كافة، وبالتالي صون المصادر الطبيعية وإرساء مستقبل أفضل للأجيال القادمة.

وأضاف، ”انطلاقاً من كوننا واحدة من الشركات الرائدة في روسيا وعالمياً في مجال صناعة البنية التحتية المبتكرة لشواحن السيارات الكهربائية، نتطلع إلى دعم جهود دولة الإمارات والمنطقة في تحويل أساطيل مركباتها الحالية لتعمل بالطاقة الكهربائية. في هذا المجال، تتميز حلول آل-تشارج، بما فيها الشواحن



المتنقلة الأولى من نوعها في العالم وذات سرعة الشحن الفائقة، بأنها قادرة على العمل في أي وقت ومكان، الأمر الذي يتيح للشركات وسائقي المركبات خدمة سلسة لمواصلة رحلاتهم.

هذا، وتوفر آل-تشارج خيارين من شواحن السيارات الكهربائية، الثابتة والمتنقلة. يمكن تركيب الشواحن الثابتة في أي موقع مثل الطرق الخارجية ومحطات البترول وفي مواقف السيارات وغيرها.

مجموعة جميرا تطلق برنامجاً وطنياً للتدريب المهني لدعم خريجي الجامعات

•• دبي-وام:

أطلقت مجموعة جميرا – الشركة العالمية العاملة في مجال إدارة الفنادق الفاخرة والعضو في ”دبي القابضة“ – البرنامج الوطني للتدريب المهني بهدف تدريب المواطنين الجامعيين وتأهيلهم ليصبحوا قادة المستقبل في قطاع السياحة والضيافة والذي يعد من أقوى قطاعات الدولة بالإضافة إلى دفع عجلة التوظيف ورعاية المهارات المحلية لإعداد قيادات الغد ورواد الابتكار. ويقدم البرنامج أيضاً فرص تطوير مهارات الباحثين عن العمل وإثراء الخبرات العملية والثقافية تحت إشراف فريق خبراء الضيافة عالمي المستوى في المجموعة، وستتم

عملية التدريب المهني في مجالات وظيفية مختلفة ضمن أقسام الفندق وعلاوة على ذلك سيشارك المدربون بسلسلة من الدورات التعريفية سعياً لتحقيق فهم شامل لهيكل التنظيمي والوظائف الخاصة بالفندق المعني قبل استكمال خططهم التدريبية. ولتعريف المتدربين بمبادئ ”مجموعة جميرا“ الأساسية والعلامة التجارية بشكل أفضل تم استضافت إين دويوا دو بيلاي الرئيس التنفيذي للموارد البشرية لدى المجموعة في جلسة تعريفية عقدت في فندق جميرا أبراج الإمارات حيث قامت من خلالها بمشاركة رؤية المجموعة التي نخت من خلالها العديد من الاستراتيجيات لاستقطاب المواطنين

المتميزين وتطويرهم لمناصب عليا في المجموعة. وقالت منيرة الطاهر مدير إدارة التوظيف والموارد البشرية في ”مجموعة جميرا“ : تحرص مجموعة جميرا على استقطاب أفضل المهارات وإطلاق برامج التطوير الجديدة ودعم مسيرة نمو الإماراتيين ضمن المجموعة. وبعد استكمال برنامج جميرا الوطني للتدريب المهني سيحظى المدربون أصحاب الأداء المتميز بفرصة التأهل لتقديم طلبات الانضمام إلى البرنامج الوطني الخاص بالمجموعة والذي شهد تعيين العديد من المواطنين الإماراتيين بمناصب مختلفة وساهم في تمكينهم من بناء مسيرة مهنية ناجحة في قطاع الضيافة.



بنك دبي التجاري يحصد جائزة «التميز في الابتكار» من جوائز فينوفكس

•• دبي-وام:

فاز بنك دبي التجاري بجائزة ”التميز في الابتكار – الخدمات المصرفية للأفراد“ وذلك خلال الحدث السنوي الثالث لـ ”فينوفكس الشرق الأوسط 2021“ الذي أقيم مؤخراً في كورناد دبي كما حصل أميت مالهوترا المدير العام لمجموعة الخدمات المصرفية للأفراد في بنك دبي التجاري على جائزة ”الشخصية المالية المؤثرة للعام.

وتحتفي جوائز فينوفكس بإنجازات وجهود الأفراد والمؤسسات ومقدمي الخدمات في قطاع الخدمات المالية حيث تهدف إلى تكريم الرواد الذين أحدثوا تغيير في هذا القطاع. وقد تم اختيار الفائزين من بين العديد من الترشيحات من جميع أنحاء المنطقة والتي تم تقييمها من قبل لجنة من

الرقمية عالم اليوم السريع يتطلب تقديم حلول مصرفية مبتكرة للعملاء بأسهل وأسرع طريقة يمكن أن توفرها التكنولوجيا وقد قمنا بالاستثمار في الأشخاص المناسبين والتكنولوجيا والعمليات لتزويد عملائنا بمجموعة

في القطاع المصرفي الرقمي حيث يوفر أعلى مستويات الخدمات الرقمية عبر جميع المنصات . ومن جانبه قال أميت مالهوترا : يسرنا أن يتم تقدير جهودنا التي وضعناها في مجال الخدمات المصرفية



المال والأعمال



معرض سوق السفر العربي 2022 يسلط الضوء من جديد على مستقبل صناعة السفر والسياحة الدولية

ستقدم رابطة سفر الأعمال العالمية أحدث محتوى سفر للعمل والبحث والتعليم لدفع عجلة التنمية والانتعاش ودعم النمو في سفر الأعمال. هذا وسيشكل مرة أخرى معرض سوق السفر العربي 2022 جزءاً أساسياً من أسبوع السفر العربي، الذي سيقام على مدى 10 أيام ويتم فيه انعقاد المعارض والمؤتمرات وجلسات الإفطار والجوائز وإطلاق المنتجات وفعاليات التواصل. ونظراً للقيود العالمية على السفر والقيود الاجتماعية فقد شهدت النسخة الافتراضية من المعرض عام 2021 حضور أكثر من 21600 شخص من 110 دولة مختلفة، كما تم تسجيل حوالي 30790 ملفاً شخصياً لحضور النسخة الافتراضية من المعرض وتم عقد ما يقرب من 20 ألف اجتماع افتراضي وجهاً لوجه وكان هناك أكثر من 6600 مشاهدة للمؤتمر. المدير بالذكر بأن معرض سوق السفر العربي، الفعالية العالمية الرائدة للسفر في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، قد استقبل ما يقرب من 40 ألف شخص في نسخة 2019 بمشاركة 150 دولة.

حيث ستتاح الفرصة لالتقاء الموردين والمندوبين من مختلف أنحاء الشرق الأوسط وخارجه بهدف تعزيز توجهات تكنولوجيا السفر وتقديم رؤى رائدة حول أحدث التقنيات والاتجاهات التي تشكل بلا شك مستقبل السفر والسياحة وفعاليات التواصل السريع للمؤثرين الرقميين والمنديات المخصصة للأسواق الرئيسية للمنطقة وانعقاد منتدى أريافال دبي الذي يجتمع فيه أبرز المتخصصين في قطاع السفر والسياحة والضيافة من جميع أنحاء العالم لاستكشاف الجيل القادم من الاتجاهات والابتكارات للأنشطة السياحية ضمن الوجهة الواحدة. سيتضيف معرض سوق السفر العربي 2022 أيضاً مؤتمرات قمة مخصصة على المسرح العالي، سيتم تسليط الضوء فيها على قطاعات الطيران والفنادق والسياحة الرياضية وسياحة التجزئة وندوة خاصة للاستثمار في قطاع الضيافة، كما ستشارك مرة أخرى رابطة سفر الأعمال العالمية، المنظمة الرائدة في مجال سفر الأعمال وتجارة الاجتماعات في العالم في فعاليات معرض سوق السفر العربي، حيث



في يومي الثلاثاء 17 والأربعاء 18 مايو 2022. ستشمل أبرز فعاليات نسخة 2022 قمم الوجهات التي ستسلط الضوء على أسواق المصادر الرئيسية السعودية وروسيا والصين والهند بالإضافة إلى انعقاد فعالية ترافيل فورورد، التي ستجمع نخبة من المتحدثين الرئيسيين رفيعي المستوى بالإضافة إلى مجموعة من أبرز خبراء التكنولوجيا على مستوى العالم لمدة أربعة أيام على مسرح ترافيل فورورد،

الاجتماعية قد تمت إعادة ضبطها بالكامل منذ ذلك الحين. وأضافت كورتيس قائلة: ”مما لا شك فيه أن الابتكار من خلال إنترنت الأشياء والذكاء الاصطناعي والواقع المعزز والواقع الافتراضي والاتصال المحسن بشكل عام سيغير وجه صناعتنا بشكل كبير، ومع ذلك فهناك تحديات أخرى يجب أن نتصدى لها معاً ومشاركة أفضل ممارسات الصناعة، إذ تشمل هذه القضايا تغير المناخ والتحديات الاجتماعية الأوسع نطاقاً، فضلاً عن مواقف أصحاب المصلحة تجاه المساواة في الصحة والتعليم والفرص الاقتصادية، لا سيما في المجتمعات التي نعمل فيها. الآن في عامه التاسع والعشرين، سيتم انعقاد النسخة الحية من المعرض بالتعاون مع مركز دبي التجاري العالمي ودائرة السياحة والتسويق التجاري بدبي من الفترة الممتدة من الأحد 8 مايو إلى الأربعاء 11 مايو 2022 على أرض مركز دبي التجاري العالمي، كما سيتم إقامة نسخة افتراضية للحدث مرة أخرى على غرار نسخة 2021 من المعرض في الأسبوع التالي

•• دبي-الفجر:

أعلنت شركة ريد اكزيشينز العالمية، الشركة المنظمة لمعرض سوق السفر العربي أن نسخة 2022 من معرضها السنوي، ستركز على مستقبل صناعة السفر والسياحة الدوليين والتحديات المحتملة والفوائد للحصول على صناعة مرنة ما زالت تتأقلم مع الوضع الطبيعي الجديد. هذا وقد سيطرت جائحة كوفيد-19 على حياتنا منذ شهر مارس 2020 ومازالت مستمرة ومنتشرة لحد الآن في أجزاء كثيرة من العالم، ومع ذلك وعلى الرغم من أن صناعة السفر والسياحة الدولية قد تعلمت من التجارب السابقة وتكيفت في بعض الحالات تقريباً سلسلة تامة إلا أن لدينا الآن فرصة مثالية للتطلع إلى مستقبل صناعتنا. ويهذه المناسبة، قالت دانييل كورتيس، مديرة معرض سوق السفر العربي في الشرق الأوسط: ”إن التفكير كثيراً في الماضي الذي سبق نقشي الجائحة لن يكون مثمراً بالضرورة، وخاصة لأن العديد من معايير الصناعة والمواقف

بموجب عقد مدته 3 سنوات

بلدية مدينة أبوظبي تسند أعمال تطوير طريق الكورنيش لمجموعة «إي إس جي» التابعة للشركة العالمية القابضة

•• أبوظبي-الفجر:

أعلنت مجموعة ستاليونز الإمارات «إي إس جي» المبرمة في سوق أبوظبي للأوراق المالية والتابعة للشركة العالمية القابضة ومقرها أبوظبي، أمس عن حصولها على عقد لمدة 3 سنوات من بلدية مدينة أبوظبي لتطوير المساحات العامة والمناظر الطبيعية في طريق كورنيش في أبوظبي. وبموجب هذا العقد، سيتم تكليف شركة ”جلف ديونز“ التابعة لمجموعة «إي إس جي» بدعم وتنفيذ أعمال الصيانة التشغيلية الخاصة بتطوير المساحات العامة والمناظر الطبيعية في طريق الكورنيش ابتداءً من قصر الإمارات وحتى ميناء

زايد، بمساحة تضم 600 ألف متر مربع من المساحات العامة و250 ألف متر مربع من المساحات الخضراء. ويُعد هذا أكبر مشروع عام من نوعه تابع للبلدية في أبوظبي. وفي هذه المناسبة، قال كايد كورما، الرئيس التنفيذي لمجموعة «إي إس جي» ستاليونز الإمارات: ”تمتلك الشركة واحدة من أقوى وأبرز وحدات الأعمال المتخصصة في تطوير المساحات العامة والمناظر الطبيعية بدولة الإمارات، ونحن سعداء بإسناد أعمال هذا المشروع العام الحيوي من بلدية مدينة أبوظبي إلى شركة «إي إس جي». حيث تمتلك شركتنا أكثر من 15 عاماً من الخبرات الطويلة والمعرفة الواسعة

في تنفيذ مشاريع ضخمة وحيوية تابعة لكلا القطاعين، العام والخاص، كما نفخر بسجل إنجازات شركتنا في تسليم كل مشروع بنجاح وبما يتوافق مع المواصفات المحددة. ونشهد حالياً نمواً متسارعاً في هذا القطاع، وإننا نمتلك الإمكانات والقومات التي ستؤهلنا لملك تأكيد إلى تنوع أعمالنا ومواصلة تحقيق النمو على المدى المتوسط. وتوفر مجموعة «إي إس جي» من خلال ذراعها المتخصصة في تطوير المساحات العامة والمناظر الطبيعية، محفظة واسعة من الخدمات بما فيها صيانة المساحات العامة وتركيب أنظمة الري وترميمها. وتتخصص الشركة في تنفيذ المشاريع الكبرى لصالح



”في عام 2008، وسرعان ما حققت نمواً كبيراً وأصبحت شركة متخصصة في بناء وتطوير وإدارة المشاريع العقارية، فضلاً عن كونها مزوداً رائداً للخدمات. وتمتلك الشركة، التي تباشر أنشطتها في 20 سوقاً، محفظة أصول بقيمة 537 مليون درهم بنهاية الربع الأول 2021، كما يعمل لديها فريق عمل يضم أكثر من 3000 موظف.

الهيئات الحكومية ومؤسسات القطاع الخاص، وقد نجحت في تنفيذ سلسلة من المشاريع الحيوية خلال السنوات العشرة الأخيرة، بما فيها فندق الانتركونتيننتال مارينا بطين الجديد، التشغيل والصيانة في قصر الوطن، والمنطقة الجنوبية من طريق أبوظبي - دبي السريع على مدى السنوات العشر الماضية. تأسست مجموعة «إي إس

رأس الخيمة تطلق «استراتيجية الوجهة السياحية المستدامة» لترسيخ ريادتها في الاستدامة بحلول العام 2025

•• رأس الخيمة-الفجر:

كتفت هيئة رأس الخيمة لتنمية السياحة النقاب أمس عن ”استراتيجية الوجهة السياحية المستدامة“ الرامية إلى ترسيخ مكانة الإمارة الغنية بالبيئات الطبيعية الخلابة كوجهة رائدة إقليمياً في السياحة الصديقة للبيئة بحلول العام 2025. وترسي الاستراتيجية الجديدة أبرز الخطوات اللازمة لتمكين الإمارة من تحقيق الاستدامة على المدى الطويل، وستسهم في دعم أهداف النمو السياحي الشامل والتصدي لتغير المناخ والتزام الإمارة تجاه السياسات البيئية على المستويين المحلي والعالمي. وتشتمل القواعد الإرشادية للسياحة المستدامة في إمارة رأس الخيمة على تقديم تجارب سياحية أصيلة عبر المحافظة على البيئة المحيطة وحمايتها، والتركيز الشامل لقطاع السياحي على مستويات جديدة لتمكين من تعزيز الإنتاجية

الاقتصادية وترسيخ التنمية المستدامة، وتحسين جودة حياة ورفاه المواطنين والمقيمين عبر منهجية اجتماعية وأهداف بيئية تستند إلى تقليص البصمة الكربونية للقطاع، والمساهمة بتحقيق أهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة. وتعليقاً على إطلاق الاستراتيجية الجديدة، قال راكي فيليبس، الرئيس التنفيذي لهيئة رأس الخيمة لتنمية السياحة: ”ساهمت تداعيات الجائحة العالمية في تسليط الضوء على الضرورة غير المسبوقة لتسريع وتيرة خططنا للسياحة البيئية. وعوضاً عن الاكتفاء بالتركيز على البيئة، فقد حرصنا أيضاً على تطوير منهجيتنا السياحية لتكون أكثر قدرة على إيجاد حلول فعالة لجميع قضايا الاستدامة بدءاً من الحفاظ على الموروث الثقافي، وتعزيز الصحة النفسية للموظفين، إلى الامتثال لأرقى بروتوكولات القطاع السياحي وتحقيق أهداف الحد من الانبعاثات الكربونية.“

وأضاف فيليبس: ”تزامناً مع انعقاد المؤتمر العربي والأفريقي للاستثمار الفندقي هذا العام تحت شعار ’ترقيتي معاً‘، نقف اليوم على أعقاب فترة مثالية لتوجيه أنظار المستثمرين في القطاع نحو ضرورة مراعاة البيئة والتركيز عليها أولاً ضمن الاستثمارات طويلة الأجل ومشاريع الضيافة في الوجهة.، ويأتي إطلاق ”استراتيجية الوجهة السياحية المستدامة“ في أعقاب إعلان الهيئة مؤخراً عن إطلاق أكثر من 20 مبادرة جديدة للسياحة المستدامة في إمارة رأس الخيمة، والتي تشكل مجتمعة استثماراً بقيمة نصف مليار درهم بالشراكة مع ”راك للضيافة القابضة“ وغرفة تجارة وصناعة رأس الخيمة. وتتمحور هذه المشاريع حول استراتيجية الوجهة الجديدة للإمارة التي تركز على الطبيعة والسياحة والمغامرات وسهولة الوصول والأصالة. وروعي في تصميم كافة المشاريع أرقى معايير وعمليات الاستدامة لتمكينها من استقطاب اهتمام

الباحثين عن تجارب آمنة ومتنوعة خلال الواقع الجديد الذي يعيشه قطاع السفر. وفي إطار الجهود المستمرة لتحقيق الاستدامة، تعمل هيئة رأس الخيمة لتنمية السياحة مع مؤسسة ”إرث تشيك“، التي تضم نخبة من الخبراء العالميين في مجالات البيئة، وذلك بهدف التعاون على صياغة وتطبيق الممارسات المستدامة والقادرة على التصدي لعدة قضايا رئيسية تواجه القطاع السياحي فيما يتعلق بالاستدامة والتغير المناخي. وتنظم الهيئة أيضاً برنامج المنح الجامعية بالتعاون مع الجامع ة الأمريكية في رأس الخيمة وتركز على البرامج التعليمية المرتبطة بالسياحة. وعلاوة على ذلك، وبالشراكة مع دائرة الخدمات العامة في إمارة رأس الخيمة، أطلقت الهيئة مبادرة ”انضاد الخضراء“ 2021 للعام الرابع على التوالي بهدف تحقيق استدامة متكاملة بنسبة 100% في جميع فنادق رأس الخيمة.

موانئ أبوظبي والشركة العامة للموانئ العراقية تعززان التعاون والاستثمار

•• أبوظبي - وام:

وقعت مجموعة موانئ أبوظبي، المحرك العالمي الرائد للتجارة والخدمات اللوجستية، مذكرة تفاهم مع الشركة العامة للموانئ في العراق بهدف تطوير علاقات التعاون والشراكة في مجال النقل بشكل عام والنقل البحري بشكل خاص، وتبادل الخبرات وأفضل الممارسات التي يتبناها الطرفان في أعمالهم. حضر توقيع المذكرة معالي سهيل بن محمد فرج فارس المزروعى وزير الطاقة والبنية التحتية، ومعالي ناصر حسين الشبلي، وزير النقل العراقي، فيما وقعتها الكاتبين محمد جمعة الشامي، الرئيس التنفيذي - مجموعة موانئ أبوظبي؛ والدكتور المهندس فرحان محيسن

الفرطوسي، مدير عام الشركة العامة للموانئ في العراق، وذلك خلال زيارة لوفد عراقي رفيع المستوى برئاسة معالي وزير النقل إلى الدولة. كما حضر التوقيع كل من سعادة طالب عبدالله بابش، وكيل وزارة النقل الفني بالعراق؛ وسعادة الدكتور مظفر مصطفى الجبوري، سفير جمهورية العراق لدى الدولة؛ والمهندس شادي ملك، الرئيس التنفيذي لشركة الاتحاد للمقطارات؛ وسيف المزروعى، رئيس قطاع الموانئ في مجموعة موانئ أبوظبي. وتمتد مذكرة التفاهم لمدة 12 شهراً قابلة للتجديد بشكل تلقائي لمدة ماثلة، وتنص على قيام مجموعة موانئ أبوظبي باستطلاع الفرص الاستثمارية وإجراء دراسات الجدوى اللازمة لتنفيذ بنود المذكرة وعلى رأسها دراسة الاستثمار



وقال معالي سهيل المزروعى : يأتي توقيع مذكرة التفاهم في سياق حرص الدولة وتوجهات قيادتها الرشيدة الرامية إلى تعزيز وأصهر العمل المشترك مع الدول العربية الشقيقة، وضمن رؤية وطنية تهدف إلى تطوير القطاعات الاستراتيجية وبناء منظومات عمل تسهم في تحقيق التنمية الاقتصادية والاجتماعية في الدولة، ومشاركة أفضل التجارب والخبرات ونقلها إلى الأشقاء في جمهورية العراق بما يعزز بناء هيكل اقتصادي متنوع ومستدام. من جانبه أعرب معالي ناصر حسين الشبلي، وزير النقل العراقي، عن سعادته بانطلاق هذا التعاون مع مجموعة موانئ أبوظبي، مشيراً إلى أن مذكرة التفاهم تشكل بداية واعدة للتعاون بين الطرفين.



اليوم .. انطلاق «غازتك 2021» في دبي بمشاركة

وحضور 15 ألفاً من الخبراء المتخصصين في العالم

•• دبي - وام:

تحت رعاية كريمة من صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي- رعاه الله - تنطلق اليوم في مركز دبي التجاري العالمي فعاليات غازتك 2021 أكبر معرض ومؤتمر في العالم لدعم قطاع الغاز والغاز الطبيعي المسال والهيدروجين والطاقة وذلك بمشاركة وحضور حوالي 15 ألفاً من الخبراء المتخصصين من جميع أنحاء العالم بصورة مباشرة للمرة الأولى منذ بدء جائحة كوفيد-19. وتضم الفعالية التي تستمر لغاية 23 سبتمبر مؤتمراً استراتيجياً ومعرضاً متخصصاً، فضلاً عن سلسلة من الجلسات التقنية المباشرة لمناقشة التحديات التي تواجه الأبحاث البيئية وسبل استثمار التقنيات المتطورة وطرائق العمل الحديثة لمواكبة المتطلبات المتغيرة للأسواق ضمن قطاعات الغاز والغاز الطبيعي المسال والهيدروجين والطاقة حيث سيلقي معالي الدكتور سلطان أحمد الجابر وزير الصناعة والتكنولوجيا المتقدمة العضو المنتدب والرئيس التنفيذي لشركة بترول أبوظبي الوطنية /أدنوك/ الكلمة الافتتاحية. وتضم الفعاليات الافتتاحية الأخرى لغازتك 2021 جلسة حوارية للشخصيات الوزارية تستعرض الرؤى والأفكار المتعلقة بدور الغاز الطبيعي في عملية تحول الطاقة، والخطط المستقبلية لإنشاء اقتصاد ميدروجيني بالإضافة إلى صياغة خارطة طريق لتلبية الحاجة التزايدية للطاقة والوقود النظيف. ويشارك في الجلسة الوزارية معالي سهيل بن محمد فرج فارس المزروعى وزير الطاقة والبنية التحتية ووزراء من عدد من الدول ومعالي محمد باركيندو سنوسي الأمين العام لمنظمة أوبك.

وقال كريستوفر هدسون رئيس شركة دإم جي إنفيتس المنظمة لمعرض ومؤتمر غازتك: يتناول مؤتمر غازتك 2021 الاستراتيجية جميع الحقائق المتعلقة بالتحول نحو الطاقة عديمة الانبعاثات الكربونية والتحدى الكبير الذي يواجه القطاع والجهات التنظيمية والمستخدمين النهائيين من حيث الالتزام باتفاقيات باريس من أجل الحد من التغير المناخي ودعم قيادة القطاع في رسم خارطة الطريق الضرورية لمستقبل مستدام وحيادي الكربون. كما يستعرض معرض غازتك أحدث الابتكارات والحلول التقنية الرقمية الكفيلة بترك الأثر الإيجابي على عمليات قطاع الغاز والغاز الطبيعي المسال والهيدروجين والطاقة لأعوام مقبلة.

وزيرة اقتصاد جورجيا: «أبوظبي للتنمية» يدعم المشاريع التنموية والاستثمارية في دول العالم

•• أبوظبي- وام:

أشادت معالي نائبا تورنافا وزيرة الاقتصاد والتنمية المستدامة في جمهورية جورجيا بمستوى العلاقات المتميزة التي تربط بين بلادها ودولة الإمارات، مؤكدة أن صندوق أبوظبي للتنمية يلعب دوراً كبيراً في دعم المشاريع التنموية والاستثمارية في العديد من دول العالم. جاء ذلك خلال لقاء معاليها أمس الأول والوفد الحكومي المرافق، سعادة محمد سيف السويدي، مدير عام صندوق أبوظبي للتنمية، بحضور سعادة باتا كالاندازده سفير جمهورية جورجيا لدى الدولة، ورشد الكعبي مدير إدارة الاستثمارات في الصندوق. وبحث الجانبان خلال اللقاء العلاقات الثنائية وسبل تطويرها، خاصة فيما يتعلق بالتعاون الاقتصادي والاستثماري وإيجاد آليات مناسبة لدعم التعاون الاقتصادي بين الجانبين، إضافة إلى تعزيز دور الصندوق في ما يتعلق بدعم أولويات جورجيا لتحقيق التنمية المستدامة. وقال سعادة محمد سيف السويدي إن زيارة وزيرة الاقتصاد والتنمية المستدامة في جورجيا للصندوق تشكل أهمية كبيرة لبحث كافة الفرص المتاحة للتعاون بين الجانبين، خاصة في ما يتعلق بمجالات التعاون الاستثماري وفتح آفاق للتعاون الاقتصادي، مشيراً إلى أن صندوق أبوظبي للتنمية وجورجيا يسعيان إلى تطوير العلاقات المشتركة في كافة النواحي، حيث يركز الصندوق على تعزيز علاقاته الاستثمارية مع دول غرب آسيا، وتنشيط التعاون الثنائي ودعم الفرص الاستثمارية بما يخدم المصالح المشتركة. وقالت معالي وزيرة الاقتصاد والتنمية المستدامة في جمهورية جورجيا : بحثنا خلال الزيارة الفرص الاستثمارية وسبل تنميتها وتعزيزها، مشيرة إلى أن بلادها تزخر بالعديد من الفرص وهي تتمتع ببيئة اقتصادية جاذبة ومستقرة للاستثمارات الخارجية.

عهود الرومي: نتائج المؤشر تؤكد ريادة الدولة وتميزها عالميا في الجاهزية للمستقبل

الإمارات الأولى عربيا والثالثة بين الاقتصادات الناشئة في مؤشر الجاهزية للمستقبل

•• دبي- وام:

حققت دولة الإمارات المركز الأول عربيا والثالث بين 27 اقتصادا ناشئا حول العالم، متقدمة على دول مثل روسيا والصين والهند، والمرتبة 23 عالميا بين 123 دولة، في تقرير ”مؤشر الجاهزية للمستقبل“ الصادر عن مركز ”بورتولانز“ في العاصمة الأمريكية واشنطن، بالشراكة مع شركة ”غوغل“ العالمية، الذي يوفر بيانات هادفة لدعم جهود الدول والحكومات في قياس الجاهزية للمستقبل.

وجاء الإعلان عن نتائج مؤشر الجاهزية للمستقبل، خلال جلسة بعنوان ”أدوات مبتكرة لتعزيز المستقبل الرقمي“، تحدثت فيها معالي عهدوبنت خلفان الرومي وزيرة دولة للتطوير الحكومي والمستقبل، ضمن أعمال الدورة الـ11 لقمة كوتكوديا السنوية، التي عقدت ”من بعد“، وناقشت المبادرات والاستراتيجيات وأهم التجارب في مجال تعزيز جاهزية الحكومات للمستقبل، بمشاركة وزراء ومسؤولين ومختصين من عدة دول.

- عهود الرومي: التحول الرقمي عملية إعادة نظر شاملة في أطر العمل والتشريعات والسياسات

وأكدت معالي عهود الرومي أن المواقع المتقدمة التي حققتها دولة الإمارات في مؤشرات الجاهزية للمستقبل، تمثل نتيجة تفكير وفلسفة قيادية يتبنهاها صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي ”رعاه الله“، ويركز عليها صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة، تقوم على الاستعداد للمستقبل

والتخطيط الاستباقي له وتبني الابتكار أساسا للتنمية الشاملة. وأشارت معاليها إلى أن حلول دولة الإمارات في مراكز متقدمة عالميا في المحاور الفرعية لمؤشر الجاهزية للمستقبل التي تشمل مؤشرات الجاهزية والمرونة وتبني التكنولوجيا والتحول الرقمي، وتحقيقها المركز الثالث بين 27 اقتصادا ناشئا، يؤكد ريادة الدولة وتميزها عالميا في تعزيز الجاهزية في مختلف المجالات. وقالت ”إن التوجهات الحالية للتحول الرقمي للحكومات تتطلب إعادة نظر شاملة في أطر وآليات العمل الحكومي والبيئة التشريعية والقانونية الداعمة للرقمنة، والسياسات المحفزة لتطورها، والبيئة التحتية اللازمة لتسريع تبنيها في مختلف المجالات.. وأضافت ”أن تركيز قيادة دولة الإمارات على تسريع التحول الرقمي، أدى دورا حاسما في تمكين الحكومة من ضمان استمرارية العمل وتقديم تجربة خدمات فعالة للمتعاملين، خلال جائحة فيروس كورونا المستجد ”كوفيد - 19“، وشكل مسرعا لتصميم وتقديم المزيد من الخدمات المبتكرة.. وأشارت وزيرة الدولة للتطوير الحكومي والمستقبل إلى أنه في إطار البناء على نهج تعزيز الجاهزية للمرحلة المقبلة، جاء إعلان وثيقة المبادئ العشرة لدولة الإمارات في الخمسين الجديدة، وإطلاق مشاريع الخمسين، لدعم تنفيذ هذه المبادئ التي تشكل إطار عمل للمستقبل، وترتكز على بناء الاقتصاد الأفضل والأنشط في العالم، والاستثمار في رأس المال البشري، وتطوير التعليم، واستقطاب المواهب، والبناء المستمر للمهارات، وتعزيز التفوق الرقمي والتقني والعلمي.

وتناولت الجلسة الافتراضية التي شارك فيها كل من معالي نان كيات هاو وزير دولة للاتصالات والمعلومات في سنغافورة، وكينت ووكر نائب الرئيس الأول لشركة

”غوغل“ للشؤون العالمية، وكيت ويسون الرئيس التنفيذي لائتلاف التأثير الرقمي في مؤسسة الأمم المتحدة، وأدارها برونو لانفين المؤسس المشارك لمعهد ”بورتولانز“، أبرز التحديات والفرص لتحقيق التعلية خلال السنوات المقبلة، في مرحلة ما بعد جائحة فيروس كورونا المستجد ”كوفيد - 19“، وركزت على فرص تعزيز الجاهزية والمرونة لمواجهة التحديات المستقبلية في مجال التحول الرقمي، وعوامل النجاح في تحقيق هذا الهدف، من خلال تبني التكنولوجيا واستقطاب وبناء المواهب وتشجيع الابتكار. - مراكز متقدمة في مؤشرات الجاهزية.

وأشاد التقرير بأداء دولة الإمارات في مؤشر الجاهزية للمستقبل وحلولها في المركز الثالث بين 27 اقتصادا ناشئا هي الأفضل أداء ضمن المؤشر العام. وقيس المؤشر أربعة محاور رئيسية تركز على المؤسسات والبنية التحتية، والتكنولوجيا، والمواهب، والابتكار، وتضم 15 محورا فرعيا تقيس مدى قدرة الحكومات على التطوير والاستعداد للمستقبل، وتبني التحول الرقمي الشامل، والاستثمار برأس المال البشري واستقطاب المواهب، والتركيز على البحث والتطوير وتبني سياسات تسهم في دفع عجلة الاقتصاد. وتصدرت دولة الإمارات المحاور الرئيسية للمؤشر، وصنفت ضمن الاقتصادات التي تحقق الأداء الأفضل في كل المحاور الرئيسية والفرعية، وحلت في المركز الثالث عالميا في المحور الذي يصدد انتشار استخدام التقنيات الحديثة وتوفر الكفاءات والمهارات في المجتمع، كما جاءت في المركز الرابع عالميا في محور اجتذاب المواهب، والسادس عالميا في محور نمو المواهب، وحلت بين أفضل 30 دولة في العالم في 10 محاور فرعية تركز على الجاهزية والمرونة وتبني التكنولوجيا والتحول الرقمي، والاستثمار في رأس المال البشري.



خلال استقبال وفد اقتصادي رفيع المستوى

«غرفة الشارقة» تبحث مع «البرتغال» تطوير العلاقات الاقتصادية لتحقيق شراكات ثنائية تخدم مجتمع الأعمال المحلي

•• الشارقة-الفجر:

بحثت غرفة تجارة وصناعة الشارقة، خلال لقائها أمس الاثنين وفدا اقتصاديا برتغاليا رفيع المستوى برئاسة معالي يوريكو بريلهانت دياس، وزير الدولة البرتغالي للعودة، سبل تعزيز وتطوير العلاقات الاقتصادية بين إمارة الشارقة ومجمهورية البرتغال، والدور الذي تقوم به الغرفة وسفارة البرتغال لدى الدولة في دفع تلك المساعي الخفيفة إلى آفاق أرحب، بهدف

الارتقاء بمستوى التعاون الاقتصادي بين دولة الإمارات والبرتغال بشكل عام، لتحقيق شراكات ثنائية متميزة تخدم العلاقات المتنامية، وتسهم في إيجاد فرص ومجالات استثمارية جديدة. وكان في استقبال الوفد البرتغالي، سعادة عبد الله سلطان العويس، رئيس مجلس إدارة غرفة تجارة وصناعة الشارقة، وسعادة محمد أحمد أمين العوضي، مدير عام غرفة الشارقة، وضم الوفد سعادة مارتا كوستا، مساعدة وزير الدولة البرتغالي للعودة، وسعادة فرانسيسكا جيديس دي أوليفيرا، نائبة المفوض العام للوفد البرتغالي المشارك في اكسبو دبي 2020، وسعادة دانيال بونتاس، المستشار الاقتصادي في سفارة البرتغال لدى الدولة. وحضر اللقاء الذي انعقد في مقر الغرفة جمال سعيد بوزنجال، مدير إدارة الإعلام في الغرفة، وفاطمة خليفة المغرب، مديرة إدارة

العلاقات الدولية في الغرفة، وتناول بحث مجالات التعاون ومدى أهمية العمل على تنظيم برامج مشتركة تصب في خدمة مجتمع الأعمال لدى الجانبين، فضلا عن تنظيم بعثة تجارية إلى البرتغال في العام 2022، لتعزيز مستوى التعاون الاقتصادي والتجاري والاستثمار المتبادل، كما تطرق اللقاء إلى التعريف بالخدمات والتسهيلات والفرص الاستثمارية، وأفاق التعاون والشراكات الثنائية في قطاعات اقتصادية متنوعة.

نتائج إيجابية

ورحب سعادة عبد الله سلطان العويس بالوفد الزائر، مشيرا إلى متانة العلاقات التي تربط إمارة الشارقة بمجتمع الأعمال البرتغالي، خاصة بعد النتائج الإيجابية التي حققها البلدان من خلال سلسلة الزيارات المتبادلة للوفود الرسمية والتجارية بين الشارقة والبرتغال، والتي تكللت في شهر يناير الماضي بإطلاق أول مجلس عمل برتغالي على مستوى إمارة الشارقة، الذي يعد باكورة مبادرة الغرفة لتأسيس مجالس الأعمال للدول الشقيقة والصديقة التي تضم رجال أعمال من تلك الدول، فضلا عن تنظيم ملتقى الأعمال بين الشارقة والبرتغال في شهر يونيو بالتعاون مع الوكالة البرتغالية للتجارة والاستثمار. وأشار العويس، إلى أن غرفة الشارقة

تحرص دائما على تطوير علاقات إمارة الشارقة التجارية مع البرتغال من خلال دعم التجارة وتبادل الزيارات بين رجال الأعمال من البلدين، والشاركة في المعارض التجارية الهامة التي تنظم في كل من الشارقة ولشبونة، خاصة وأن العلاقات الاقتصادية الإماراتية البرتغالية تشهد تطورا كبيرا خلال السنوات الماضية، منوها إلى دور غرفة الشارقة وما تقوم به من جهود كبيرة لتطوير العلاقات التجارية لإمارة الشارقة على وجه الخصوص ولدولة الإمارات عموما باعتبارها البوابة الأبرز للدخول إلى الأسواق الخليجية والإقليمية، ونظرا لأهمية موقعها الجغرافي والخدمات اللوجيستية المتطورة التي توفرها. واستعرض العويس، أمام الوفد البرتغالي التطورات التي يشهدها اقتصاد إمارة



الشارقة والمشروعات التي من المقرر تنفيذها خلال السنوات القادمة في كافة القطاعات، داعيا رجال الأعمال والشركات البرتغالية للاستثمار في الشارقة والاستفادة مما توفره المناطق الصناعية المتخصصة في الإمارة من خدمات رائدة، إلى جانب المشاركة في المعارض العالمية المتخصصة التي تنظم في الشارقة في ظل ما توفره هذه المعارض من فرص متميزة للالتقاء وعقد الصفقات مع الشركات والمؤسسات العاملة في دولة الإمارات.

بيئة أعمال متميزة

من جانبه أعرب معالي يوريكو بريلهانت دياس، عن اهتمام بلاده بتعزيز علاقتها التجارية مع إمارة الشارقة من بوابة الغرفة، مشيرا إلى رغبته في الاستفادة من تجربة غرفة الشارقة الرائدة في



وفد من السفارة الإيطالية يبحث التعاون الثقافي مع مركز جمعة الماجد

•• دبي-د.محمود علياء
الإيطالي في أبوظبي.
تهدف الزيارة إلى مد جسور التعاون الثقافي بين المركز والمعهد الثقافي الإيطالي الذي جرى افتتاحه مؤخراً في إمارة أبو ظبي ، بالإضافة إلى التعرف إلى دور المركز الرائد في حفظ التراث الإنساني. وكان في استقبال الوفد الدكتور محمد كامل

استقبل مركز جمعة الماجد للثقافة والتراث بدبي، يوم أمس الأول 19 سبتمبر 2021م، وفداً من السفارة الإيطالية ، ضمّ الوفد كل من نيكولا لينير، السفير الإيطالي لدى الدولة، ود. إيدا زيليو غراندي، مديرة المعهد الثقافي

السيد جمعة الماجد، رئيس المركز، للعديد من المؤسسات والجامعات والمراكز الثقافية حول العالم . ثم قام الوفد بجولة في أقسام المركز، بدأت بزيارة معرض مسيرة العطاء، كما زار الوفد قاعة المراجع وأطلع على الخدمات التي تقدمها المكتبة للباحثين سواء من داخل الدولة أو خارجها، وبعد ذلك توجه الوفد إلى قسم المكتبات الخاصة، وأطلع فيه على نوادر الكتب والشخصيات العلمية والثقافية التي تبرعت بمكتباتها لتكون ضمن خزانة المركز، وزار الوفد أيضاً العمل الرقمي، وأطلع على طرق تحويل الوثائق والكتب والمخطوطات إلى مواد رقمية، وختم الوفد زيارته في قسم المخطوطات

نادي تراث الإمارات يشارك في ملتقى الشارقة الدولي للراوي



•• أبوظبي -الفجر:
يشارك نادي تراث الإمارات في الفترة 22- 24 سبتمبر الجاري، في النسخة الحادية والعشرين للملتقى الشارقة الدولي للراوي الذي ينظمه معهد الشارقة للتراث تحت شعار «قصص الحيوان، بإمارة الشارقة بمشاركة 38 دولة من مختلف أنحاء العالم.

ونوه سعيد بن علي المناعي مدير إدارة الأنشطة في نادي تراث الإمارات المشرف العام على مشاركة النادي في ملتقى الشارقة الدولي للراوي، بالشراكة الإستراتيجية التي تجمع النادي ومعهد الشارقة للتراث، والأنشطة المتبادلة بينهما، موضحاً أن النادي يحرص على المشاركة في المحافل الدورية مثل

ملتقى الراوي التي تأتي في إطار رسالة النادي وأهدافه. ووصف المناعي مشاركة نادي تراث الإمارات في هذه الدورة بأنها "قوية"، تقدم فيها إدارة الأنشطة ورشاً عن الخرافات بالتركيز على قصص الحيوان انساقاً مع شعار الملتقى هذا العام تقدمها سعيدة الواحدي، وورشاً عن الحرف التراثية البحرية في النادي يقدمها بدر الحسني تبين الفنون البحرية التي يقدمها النادي للأطفال.

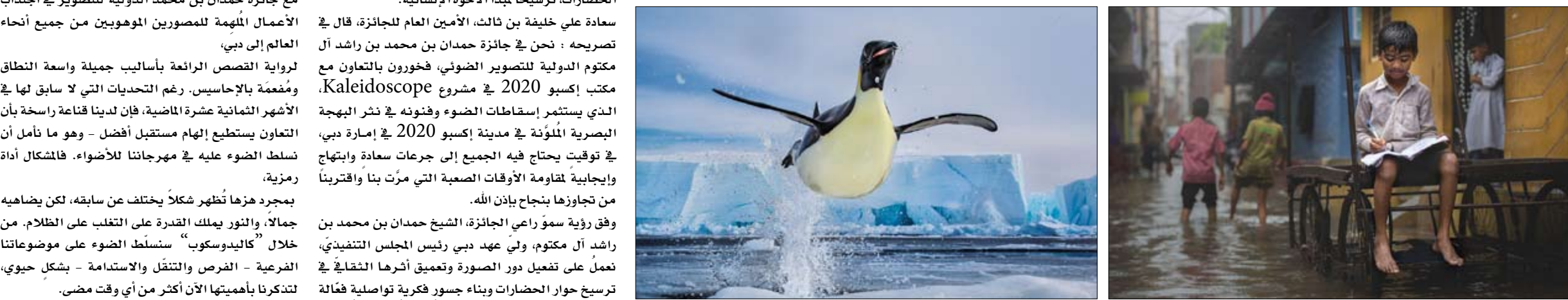
كما يشارك مركز زايد للدراسات والبحوث التابع للنادي بمعرض وكتيب وإصدارات نادي تراث الإمارات في حقول التراث والتاريخ والثقافة ودواوين الشعر النبطي، كما تأتي مشاركة المركز ضمن البرنامج الثقافي المصاحب للملتقى بمحاضرتين إحداهما بعنوان "البعد الثقافي والتربوي لقصص الحيوان

تُنير 182 أمسية بصورٍ ضوئيةٍ تُترجمُ تواصل العقول وصنع المستقبل

جائزة حمدان بن محمد الدولية للتصوير توقع مذكرة تفاهم مع إكسبو 2020 دبي

•• دبي-الفجر:
أعلنت الأمانة العامة لجائزة حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم الدولية للتصوير الضوئي، عن توقيع مذكرة تفاهم مع "إكسبو2020"، حيث ستشارك الجائزة في مهرجان الأضواء الاستثنائي "كاليديوسكوب"، الذي سيقام في الهواء الطلق في المساء، طوال الأشهر الستة لهد الحدث الدولي الكبير. "كاليديوسكوب" سيحتفي بالفوتوغرافيا والفنون

الضوئية على مدى 182 أمسية. كما يرتبط المهرجان بمبادرات إكسبو 2020 المؤثرة، وعروضه الترفيهية العالمية، بما فيها من احتفالات كبرى، مثل ديوالي وعيد الميلاد، لبروي قصصاً ملهمة بأساليب فريدة. مشاركة الجائزة في هذا الحدث العالمي تأتي من خلال مجموعة مختارة من الصور الضوئية من أرشيف الجائزة، تكون مرتبطة بالموضوعات الفرعية لإكسبو، الفرص والتنقل والاستدامة.



شاعر المليون ينظم 4 جولات افتراضية للمتقدمين للمشاركة في موسمه العاشر

أعلنت لجنة المهرجانات والبرامج الثقافية في أبوظبي الجهة المنتجة لبرنامج الترويج له في الأوساط العربية، وتسليط الضوء على دوره الإيجابي في الثقافة العربية



من سبتمبر الجاري عبر الموقع الإلكتروني للبرنامج وفق شروط التسجيل المعتمدة. كما اعتمدت لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية تنظيم جولات شاعر المليون في موسمه العاشر ومقابلات الشعراء "عن بعد" وفق آلية سيتم الإعلان عن تفاصيلها لاحقاً وذلك في إطار استدامة دورها الساعي لإبراز مكانة العاصمة أبوظبي ورويتها في احتضان الشعر والترويج للمنتج الثقافي وتعزيز التفاعل والتواصل الثقافي بين دولة الإمارات والعالم.

وتحرص اللجنة على التعاون مع الجهات المختصة في المحافظة على الإجراءات الاحترازية والوقائية وفقاً لأعلى المعايير، حفاظاً على صحة وسلامة الجميع ليواصل البرنامج تحقيق أهدافه ورسالته من أجل النهوض بالشعر النبطي والارتقاء به وبشعرائه

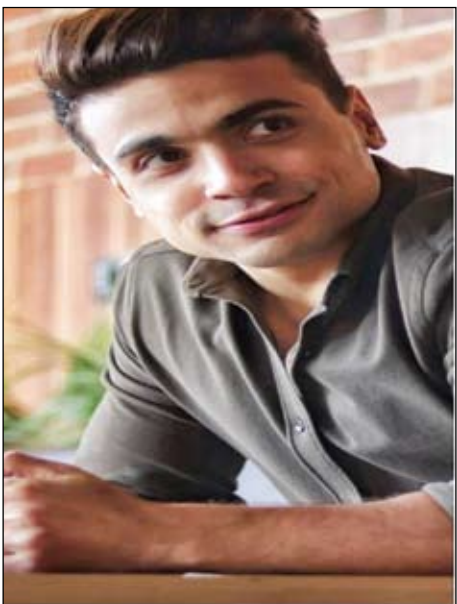


منوعات

الفكر

31

إسلام مكاوي يشارك ريم البارودي في فيلم "العلمين"



تعاقد الفنان إسلام مكاوي على المشاركة في فيلم جديد يحمل عنوان "العلمين"، وهو من تأليف محمود وهبة، وإخراج محمد جمال الحديني، وإنتاج شركة شوتنج برودكشن. وأعرب



إسلام مكاوي عن سعادته الكبيرة بالمشاركة في ذلك الفيلم، مُشيرًا إلى أنه يستعد للمشاركة في عمل درامي من المقرر عرضه في شهر رمضان المقبل، مع نخبة من ألمع النجوم، ومن المقرر أن يكشف عن تفاصيله لاحقاً. فيلم "العلمين"

بطولة ريم البارودي، خالد سليم، أحمد كرامة، محمد مهران، محمود حجازي، يتناول قضايا مهمة في المجتمع، وذلك في إطار تشويقي.

واجهتني صعوبات وتحديات ولكن استطعت تجاوزها

بسنت الحسيني : مهنة الإعلام غدارة ولكنني أعشقها



لم يأت عملها في مجال الإعلام بالمصادفة، بل سعت بجهد واجتهاد وحاولت تحقيق طموحها وأحلامها حتى أصبحت من المذيعات المفضلات لدى المشاهد، هي الإعلامية بسنت الحسيني التي تنقلت بعدة قنوات فضائية حتى وصلت لقناة الأولى لتقديم برنامج (صباح الخير يا مصر) وهو من أهم وأشهر البرامج الصباحية. عن سر نجاحها، ومعرفة أسرار كثيرة

عن حياتها الشخصية والمهنية. كان معها هذا

الحوار:

- حدثينا عن بدايتك في مجال الإعلام؟
- في الحقيقة منذ صغري وأنا أحلم أن أكون مذيع، وكان عندي هدف أحاول الوصول إليه، ودرست الكثير لأصل لحلمي، وعندما اجتهدت أصبحت مذيع.
- وماذا عن كواليس انضمامك لبرنامج "صباح الخير يا مصر"؟
- هو برنامج يراند، "والجميع اتربى عليه"، وعند ظهوري في أول حلقة كنت أقرأ قرآن، وأنا سعيدة بانضمامي لفريق عمل التلفزيون المصري، وفخورة بوجودي في هذا المبنى العريق "ماسبيرو"، وخطوة مهمة في حياتي، ومذيعات ماسبيرو بالنسبة لي "حاجة عمرها ما هتتكرر ثاني".
- ما هي كواليس انضمامك لبرنامج "ربع ساعة" في قناة النهار؟
- برنامج ربع ساعة خطوة مهمة في حياتي، حيث تضمن خمس فقرات، تشمل "صح، موضة، رياضة، اقتصاد، سيارات"، وكنت أقدم فقرتين منه فقط وهما الفقرة الخاصة بالصحة والأخرى التي تتناول الموضة واللايف ستايل.
- قدمت برامج إذاعية وأخرى على شاشة التلفزيون... أيهما الأقرب إلى قلبك؟
- التلفزيون بالنسبة لي شيء مهم للغاية.
- هل ترين أن الجمال شرط أساسي يجب توافره في المذيع التي تظهر على شاشة التلفزيون؟
- "جمالك حاجة مهمة ولازم تشغلي عليها، ولازم الثقافة والحضور، الشكل والثقافة شيء مهم للغاية".
- ماهي الصعوبات التي واجهتك في البداية؟
- واجهتني صعوبات وتحديات ولكن استطعت تجاوزها بالصلاة، ربنا سبحانه الله وتعالى كان يقف بجانبني لأنني لا أملك واسطة.. واجتهد وأطور من نفسي، وهذا توفيق من الله.
- ما رأيك في تقديم الفنانين للبرامج.. ومن منهم يلتفت انتباهك؟
ليسوا جميعا يصلحون لعمل برامج، ويعجبني برنامج أمير كرامة.
- كيف تحرصين على تطوير مهاراتك كمذيع؟
- أقرأ كثيرا، وأشاهد الإعلاميين خارج مصر، وأرى طريقتهم في إدارة الحوارات، وبالنسبة لمذيعات مصر فلنا ثقلنا.
- ما هي معايير الإعلامي الناجح؟
- أقيس الإعلامي الناجح بالقبول، والإعلامي الشاطر الذي يستطيع توصيل المعلومة للمشاهد بسهولة، وأنا أعشق الإعلامي الكبير عمرو أديب فطريقته سهلة في توصيل المعلومة.
- البعض يقول أن مهنة الإعلام غدارة.. ما رأيك؟
- جدا، ولكنني أعشق مجال الإعلام.
- شخصية تتمنين محاورتها؟
- أتمنى أحاور السيد الرئيس عبدالفتاح السيسي مرة أخرى.
- أخيرا.. هل لديك أمنية تتمنين تحقيقها؟
- أتمنى أن يكرمني الله في البرنامج وحياتي الشخصية.

حورية فرغلي : أجسد في "أيام

وبنعيشها" دوراً جديداً في عالم الدراما

الشرق الأوسط - إلى أنها تواصل حالياً بشكل مكثف تصوير مشاهداتها في المسلسل الجديد بالعاصمة اللبنانية بيروت، حيث انتهت من تصوير أكثر من 20 في المائة من مشاهداتها في العمل، معربة عن أملها في أن يحظى المسلسل على إعجاب واستحسان الجمهور عند عرضه في نوفمبر المقبل على شاشة التلفزيون.

وقالت: "أحرص على التنوع في الأدوار التي أجسدها، وأخطط جيداً للمرحلة المقبلة في حياتي بعد نجاح العمليات الجراحية التي أجريتها مؤخراً بالولايات المتحدة الأمريكية، ومسلسل (أيام وبنعيشها) بمثابة عودة قوية لي في عالم الدراما بعد فترة غياب طويلة عن الساحة الفنية".

وأشارت إلى أن المسلسل من تأليف سمح الحريري، وإخراج محمد أسامة، وتدور أحداثه في 50 حلقة، في إطار اجتماعي شعبي مليء بالتشويق والإثارة، ويشارك في بطولته شيري عادل، أحمد صفوت، سلوي خطاب، محمود حجازي، رياض الخولي، ندى موسى، وحجاج عبد العظيم. ومن المقرر أن تستأنف الفنانة حورية فرغلي تصوير مشاهداتها الأخيرة في فيلم "براءة ريا وسكينة"، بعد انتهائهما من تصوير مشاهداتها في مسلسل "أيام وبنعيشها" في لبنان.

ويشارك في بطولة فيلم "براءة ريا وسكينة" إلى جانب حورية فرغلي كل من منة فضالي، منذر رياحنة، أشرف مصيلحي، محسن منصور، ياسر علي ماهر، أشرف طلبة، عابدة غنيم، شريف باهر، وحسن عبدالفتاح، والفيلم قصة وسيناريو وحوار أحمد عاشور، وإخراج السوري عبد القادر الأطرش.



رنا رئيس : وقوفي أمام يحيى

الفخراي أكبر شرف لي

لي لما وصلت إلى ما وصلت إليه حالياً". وتشغل رنا رئيس حالياً بتصوير مشاهداتها في مسلسل "موضوع عائلي"، الذي يتولى بطولته نخبة كبيرة من الفنانين منهم ماجد الكدواني وصبري فواز ومحمد شاهين وإيناس كامل وشيرين رضا وياسمين رئيس، والمسلسل 10 حلقات من إخراج أحمد الجندى، وتأليف محمد عز وكريم يوسف وأحمد الجندى وسامح جمال، والمسلسل يناقش العديد من القضايا الاجتماعية المهمة، وبه خلطة لايت كوميدى، وتدور أحداثه في إطار الـ 10 حلقات.

مجرد وقوفي أمامه فخر ليس بعده فخر ووسام على صدرى، وأتعلمت منه كثير. وأضافت رئيس في تصريحاتها، أنها تعتبر الفنان ياسر جلال والدها لكم الحنية التي يتعامل بها معها، وأنها استفادت منه كثيرا أثناء مشاركتها معه في مسلسل "ضل راجل".

وأعربت رنا عن سعادتها بتكريمها من مهرجان الفضائيات العربية في دورته الـ 12، موضحة أنها مسئولية جديدة تلقى على عاتقها، وفي نهاية تصريحاتها قالت: "لا بد أن أوجه الشكر لأمى التي اعتبرها هي هيو حياتي، ولولا مساندتها

تعيش الفنانة الشابة رنا رئيس هذه الأيام في حالة انتعاش فنية، خاصة بعد النجاح الذي حققته خلال موسم رمضان الماضى، بعد مشاركتها في مسلسل "ضل راجل" مع النجم ياسر جلال، و"نجيب زاهى زركش"، مع النجم الكبير يحيى الفخرانى.

وقالت الفنانة رنا رئيس لـ "اليوم السابع"، "أنا اعتبر نفسي محظوظة جدا، وربنا ساندنى في أعمالى الفنية التي شاركت فيها، وخاصة باختياري للتعاون مع الدكتور يحيى الفخرانى في مسلسل "نجيب زاهى زركش"، وكنت اعتبر



مواد غذائية تساعد على استقرار مستوى السكر في الدم

كشف الدكتور غيزيم هيرميوش، أخصائي التغذية التركية، المواد الغذائية التي تساعد على تخفيض واستقرار مستوى السكر في الدم ضمن نطاق معين.

ويشير الأخصائي في حديث لصحيفة Sözcü، إلى أنه يجب إضافة مواد غذائية ذات مؤشر سكر منخفض، إلى النظام الغذائي. ومن بين هذه المواد الأسماك التي يجب تناولها على الأقل ثلاث مرات في الأسبوع.

ويقول، "عند تناول الشاي الأخضر من دون سكر، الذي يحتوي على نسبة عالية من مضادات الأكسدة، سيلاحظ الشخص أن مستوى السكر يستقر ضمن حدود معينة. ولكن يجب تناوله باعتدال".

وينصح الخبير، بتناول البقوليات مرتين في الأسبوع، لأنها تحتوي على نسبة عالية من الألياف الغذائية. كما يجب تناول الفواكه الحمراء اللون المفيدة جدا بفضل بنيتها اللبيفية ومصدر مضادات الأكسدة. ويشير الخبير، إلى فوائد المكسرات- البندق واللوز والجوز ، التي وفقا له، عند تناولها مع أطعمة كربوهيدراتية، تساعد على تنظيم مستوى السكر في الدم. ولكن ينصح بعدم الإفراط بتناولها عند عدم استقرار هذا المؤشر والشعور بالحرق.

ويضيف، ومن أجل عدم السماح بارتفاع أو انخفاض مفاجئ لمستوى السكر في الدم، يجب إضافة اللبن الزبادي والبيض إلى النظام الغذائي.

منوعات

الفكر

قرأت لك

الليمون

حت خبراء على تناول الليمون أو إضافته إلى وجبات الطعام، نظرا لما فيها من منافع للجسم. وبحسب دراسة سابقة صدرت عن جامعة أوهايو الأمريكية، فإن مجرد شم رائحة الليمون، يفيد الإنسان ويساعد على تحسين مزاجه. ويعد الليمون من المصادر المهمة لتزويد الجسم بالألياف.



وبما أن الليمون لا يحتوي على عدد كبير من السعرات الحرارية، فإن هذه الثمرة تساعد على خفض الوزن الزائد فضلا عن ضبط ضغط الدم ومستوى الكوليسترول في الدم. ويؤد الليمون، جسم الإنسان، بما يحتاج من فيتامين C. لأن الكوب الواحد من عصير الليمون يمد الرجل بـ125% من حاجاته، أما المرأة فتحصل على مستوى أعلى يصل إلى 150%. ويمتاز الليمون بمواده المضادة للأكسدة، وهذا الأمر يساعد أشجبة الجسم على أن تنمو بشكل جيد، كما يعمل على حمايتها من الأضرار التي تلحق بها مع التقدم في العمر. وللحصول على مادة الحديد من الطعام، فيتم إضافة عصير الليمون إلى بعض الأطباق الشهيرة مثل السبانخ والوجبات النباتية الأخرى.

سؤال جواب

• أديب ورحالة لبناني في العصر الحديث من مؤلفاته قلب لبنان؟

- أمين الريحاني.

• من صاحب كتاب العقد الفريد في الأدب العربي؟

- ابن عبد ربه

• ما هو الكتاب الذي اشتهر به ابن طفيل؟

- حي بن يقظان.

• من صاحب مسرحية عطيل العالمية؟

- وليم شكسبير

• ما الكلمة التي إذا تكررتها عرفت وإذا عرفتها تكرت؟

- كلمة أمس

• ما هي الكلمة التي ينتفي معناها اذا نطقت بها؟

- كلمة الصمت



بيلي إيليش تؤدي عرضا على خشبة المسرح خلال مهرجان الموسيقى iHeartRadio لعام 2021 في لاس فيجاس ، نيفادا. ا ف ب

أفضل 5 مكملات غذائية لعلاج الانتفاخ والغازات الزائدة

يعد الانتفاخ مشكلة شائعة للعديد من الناس من جميع الأعمار، ويمكن أن يحدث لعدة أسباب، بما في ذلك حالات مثل القولون العصبي، وعدم وجود نظام غذائي متنوع كاف. ومهما كان سبب الانتفاخ، فهناك عدد من المكملات الغذائية التي يمكن أن تساعد في التغلب على الانتفاخ.

البروبيوتيك:

البروبيوتيك هي بكتيريا وخمائر حية "مفيدة" تأتي في شكل أقراص. وتساعد البروبيوتيك في إرسال الطعام عبر أمعائك من خلال التأثير على الأعصاب التي تتحكم في حركة الأمعاء. كما أنها تساعد على إعادة توازن البكتيريا في أمعائك، وهي مفيدة بشكل خاص للمساعدة في مشاكل الغازات الزائدة.

الغلوتامين (L-glutamine)،

الغلوتامين هو حمض أميني موجود في جميع أنحاء جسمك، ولكن يوجد 30% منه في أمعائنا.

وهو يساعد في الحفاظ على سلامة الخلايا التي تبطن الأمعاء الدقيقة، بالإضافة إلى الحفاظ على تماسك الوصلات المعوية بحيث لا تنتقل جزيئات الطعام الكبيرة غير المهضومة من الأمعاء الدقيقة إلى الدم. ويأتي المكمل عادة على شكل مسحوق، ويجب استخدامه وفقا لتعليمات العبوة ويخلط مع الماء.

جنذر الزنجبيل:

ارتبط جنذر الزنجبيل بتهدئة المعدة وتخفيف الانتفاخ ودعم حركات الأمعاء المنتظمة.

ويحتوي جنذر الزنجبيل على أكثر من 400 مركب كيميائي حيوي فريد، وله أيضا خصائص مضادة للأكسدة يمكن أن تساعد في عملية الهضم.

قشور السيليوم:

قشور السيليوم هي نوع من الألياف التي لا يستطيع البشر هضمها بالكامل، وقد يبدو هذا وكأنه لن يساعد، لكنه في الواقع مفيد للغاية. وعندما تأخذ قشور السيليوم، فإنها تشكل هلاما في أمعائك يحبس الماء، ويزيد من حجم البراز ويسهل عليك الذهاب إلى الحمام. ويمكن أن يؤثر السيليوم أيضا بشكل إيجابي على ميكروبيوم أمعائك من خلال العمل كبريبايوتك ودعم عدد البكتيريا التي تنتج الأحماض الدهنية المفيدة قصيرة السلسلة.

زيت النعناع:

يوصى باستخدام زيت النعناع من قبل هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية (NHS) لتخفيف تقلصات المعدة والانتفاخ.

وهو يعمل عن طريق مساعدة عضلات جدار الأمعاء على الاسترخاء، ما يسمح للطعام بالمرور بسهولة ويقلل من الانتفاخ. ويجب أن تتناول مكملات زيت النعناع حوالي ساعة قبل كل وجبة للمساعدة في الهضم.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الأحجار الكريمة هي أحجار صلبة شفافة نادرة الوجود، تستعمل بعد قطعها وصلفها في صناعة المجوهرات. تنتمي الأحجار الكريمة الشفافة والأحجار نصف الكريمة الشفافة ونصف الشفافة وغير المنفذة إلى عدد من الأنواع: مجموعة الماس، مجموعة الكورنندن أو الياقوت، مجموعة الاسبينل مجموعة الزبرجد، التوباز، التورمالين، البجادي أو العقيق، مجموعة الكوارتز
- هل تعلم أن الموطن الأصلي لطير الكيوي في نيوزيلندا، وأن عطر العنبر موجود في كبد الحوت، وأن موطن الضب أساسا في الصحارى وأن موطن سمك الحفش الغني بالكافيار في بحر قزوين والبحر الأسود.
- هل تعلم أن السمك الكهربائي الأقوى هو الأنقليس، والذي يتواجد على سواحل أمريكا الجنوبية. عضوه الكهربائي موجود في ذيله. وهو يستطيع أن ينتج صدمة كهربائية بقوة 550 فولتا. وهذا ما يؤدي إلى صعق وقتل الأسماك القريبة المجاورة.
- هل تعلم أن المرجان (واليس) هو جنس حيوانات بحرية فوايت من طائفة المرجانيات يفرز هيكلاً كلسياً متشعباً أحمر، وقليلًا ما يكون ودياً أو أبيض. والهيكل الكلسي داخلي لكنه ذو فجوات تسمح للأجزاء الحية بالاختباء فيه في حالة الخطر. ويشبه هذا المرجان النباتات في نشوئه ونموه، فيبضة واحدة تعطي عدة بوالب مرتبة على أغصان كأزهار على شجيرة. ويشكل الهيكل المرجاني مادة أولية لصناعة الحلي.

قصة الفقير والجارة

لم يكن عبود يعرف ما سيحدث له لكنه على كل حال عرف في النهاية .. كان عبود رجلا طيب القلب يقدم مساعدته إلى كل من يحتاج إلى مساعدة حتى لو كان حيوان صغير .. وفي احد الايام وجد قطعة صغيرة مسكينة ومريضة ترتجف من البرد فأخذها معه الي بيته الصغير جدا وضع لها جلبابا باليا ثم غطاها به وحلب العزة ووضع لها بعض الحليب وشرب هو الباقي .. استمر الحال هكذا حتى شفت القطعة واستعادت عافيتها فكانت تخرج تمشي وراءه مثل ظله وسبحان الله كان قالها دائما خير عليه فكلما خرجت وارهه طلبه شخصا من لقضاء عمل مقابل رزق وفير .. اما اذا نامت في البيت ولم تلحق به فيكون يومه بسيط ورزقه ايضا بسيط وفي ذات يوم خرجا معا إلى السوق الواسع فوجد من يعمل لديه في جو حار خافق لكنه تحمل وعمل بمشقة وجهه حتى تعب جدا ودخل عليه الليل حين انتهى عمله وقبض اجره القليل، ذهب به واشترى بعض الطعام وذات ليلة عند الفجر استيقظ على لعق القطعة الصغيرة لوجهه .. اراحها لينام لكن لا فائدة استمرت تداعبه ثم تموء وذهب إلى باب البيت عدة مرات حتى احس بأن هناك شيئا ما فقام وخرج وراءها وهناك خلف البيت اخذت القطعة تنكش التراب وتزيحه ثم تتوقف وتذهب اليه وكأنها تدعوه ليأتي وينكش التراب ايضا فظن انها تريد ان تقضي حاجة فقام بازاحة بعض التراب لكنه احس بأن هناك شيئا يبرز من تحته وكان عبارة عن جره صغيرة سحياها بيده فوجدها قد اقفلت باحكام بقطعة من الفخار ايضا حملها بيده وهو مندهش ويتساءل كيف عرفت القطعة بأمرها ،هناك في البيت اضطر لكسر الجرة فوجدها ممتلئة عن اخرها بقطع نقدية ومشغولات ذهبية، ولم يكن لديه غير الدهشة الشديدة والذهول حينما ادار وجهه لينظر إلى قطعتة لم يجدها بل وجد باب بيته مغلق فاسرع وفتح الباب لكنها لم تكن هناك .. منذ ذلك الوقت اختفت القطعة ولم يرها ابدا لكنه دائما يتذكرها ويقول اين انت يا صاحبة الفضل؟ هو الان رجل ميسور الحال جدا وقد خصص بعض ماله لمساعدة المحتاجين الذين لم يكن يستطيع مساعدتهم وهو فقير .

مساحة للتلوين

