

منوعات

العصر

ص 22

الخير في «عيال زايد» تمد
أيادي العطاء وكسوة الشتاء
إلى 1600 عامل

ص 31

(عيد الحب)، 5 ليال متتالية،
يشارك فيها 15 مطرباً وموسيقياً
من مصر والوطن العربي



حيل يمكن أن تساعدك في
تناول الطعام الصحي في المنزل



الأربعاء 10 فبراير 2021 م - العدد 13161
Wednesday 10 February 2021 - Issue No 13161

المراسلات: ص 505
email:munawaat@alfajrnews.ae

التطبيب عن بعد يزدهر في ألمانيا

أتاحت مستشفى آخن الجامعي في ألمانيا منذ مارس (آذار) الماضي ما يعرف بـ المستشفى الافتراضي من خلال معاينات الفيديو، وتوزيع أفواج المرضى، فيما يتواجد المتخصصين على مسافة حوالي 20 كيلومتراً من المستشفى.

ويوضح غرونوت ماركس مدير قسم العناية المركزة في مستشفى آخن الجامعي، أحد مراكز الخبرة في المستشفى الافتراضي، لوكالة فرانس برس أن مرضى يعانون قصوراً رئوياً هم في العادة من الحالات التي تعتني بها المستشفيات الكبرى.

وتلقت المسؤولية الطبية عن المشروع ساندرا دومن إلى أن تقنيات التطبيب عن بعد سمحت منذ مارس (آذار) ب توفير الطاقات في العناية الفائقة خلال الجائحة.

وتقول حتى اليوم، استطعنا معالجة 90% من مرضانا في مستشفيات قريبة من مكان سكنهم.

منذ 2012، يوفر مشروع مجتمعات افتراضية تواصل بين 17 مستشفى في منطقة رينانيا-شمال فيستفاليا ومركزين استشفائيين جامعيين. لكن فيروس كورونا شكّل في مارس

مناسبة لتوسيع العرض إلى كل مستشفيات المنطقة، بحسب دومن.

وفي ستولبرغ، حيث جُهِز كل قسم الإنعاش بالإنترنت اللاسلكي، تقام الزيارات الافتراضية بالاستئذان بحرية مجهزة بكمبيوتر وكاميرا. ويمكن بوتسفيدل بذلك بلوغ أي سرير يريده.

لكن لتسريع نشر هذه التقنية بمواجهة تفشي الوباء، يكفي استخدام جهاز كمبيوتر محمول مجهزة كاميرا إنترنت لإجراء طلب استشارة بنقرات بسيطة. وينضم صيدلي متخصص في العناية الفائقة (من بين حوالي خمسين فقط تضمهم ألمانيا)، افتراضياً بواقع مرة أسبوعياً إلى غرف الإنعاش في كل أنحاء المنطقة.



الماء الساخن مع الليمون . . بين الحقيقة والشائعة

إذ يساعد البوتاسيوم على ضبط مستويات ضغط الدم وتحفيز الجسم على الاسترخاء بدنياً وعقلياً، كما أن فيتامين ج المتواجد في الحمض يساعد على الحفاظ على صحة القلب.

2 - مكافحة حصى الكلى
يحتوي الليمون على حمض الستريك بتركيز تفوق الأنواع الأخرى من الحمضيات، مثل: الجريب فروت، والبرتقال، وهذا الحمض يساعد على منع تكون حصى الكلى وتبلورها.

3 - علاج الندوب والعلامات
بسبب خصائصه المفتحة للبشرة، فإن استعمال القليل من عصير الحمض الطازج على الندبة أو على آثار حب الشباب قد يساعد على تلاشي هذه العلامات الداكنة مع الوقت.

4 - مكافحة أمراض الجهاز التنفسي
تساعد ثمار الحمض الصفراء على علاج المشاكل التنفسية المختلفة، بما في ذلك صعوبات التنفس ونوبات الربو المزمنة، وذلك بسبب غناه بفيتامين ج الهام لصحة المناعة والجهاز التنفسي.

كما أن الحمض هو أحد العلاجات الطبيعية الهامة لالتهابات الحلق وذلك بسبب خصائصه المضادة للبكتيريا.

ولكن نظراً لأن فيتامين سي قد يفقد من قيمته عند تسخينه، فمن الأفضل وضع بضع شرائح من الليمون في الكوب، ويمكن إضافة شريحة من الزنجبيل الطازج وملعقة صغيرة من العسل، ثم سكب الماء الدافئ عليها. وعلى الرغم من أن هذا المشروب آمن، ولكن يجب الحذر من الإفراط في ذلك، إذ أن كثرة الأحماض تؤدي إلى تآكل مينا الأسنان بسرعة، مما قد يؤدي إلى تسوس الأسنان. كما أن المشروب لا ينصح به للأشخاص الذين يعانون من حرقة المعدة أو ارتجاع الحمض، لأن الأحماض الموجودة في المشروب قد تؤدي إلى تفاقم هذه الأعراض. لذا يُنصح بشرب كوب من الماء العادي بعد تناول الماء الساخن مع الليمون أو الحمضيات بشكل عام لإزالة الأحماض من أسنانك. بحسب ما نشره موقع "ميديكال نيوز توداي" الأمريكي.

وهذه أهم فوائد الحمض المختلفة:
1 - مفيد لصحة القلب والشرايين
يساعد تناول عصير الليمون على مكافحة أمراض القلب والشرايين، وذلك بسبب غناه بمادة البوتاسيوم الهامة لصحة جهاز الدوران.

مشروب الماء الساخن مع الليمون تحول إلى مشروب شعبي في الآونة الأخيرة، وأضحى جزء لا يتجزأ من الروتين الصباحي للكثيرين، نظراً لفوائده التي يتم تداولها بين الناس. لكن هل فعلاً مشروب الماء الساخن مع الليمون مفيد لصحة؟
زاد في السنوات الأخيرة عدد الأشخاص الذي أصبحوا مواطنين على شرب الماء الساخن بالليمون، إذ يسود اعتقاد أن هذا المشروب الدافئ من شأنه أن يمد الجسم بالطاقة، ويحسن البشرة، ويساعد على الهضم، ويزيل السموم من الجسم، وحتى يمنع تشكل الحصوات في الكلى أو يساعد خسارة الوزن. غير أن معظم هذه الفوائد غير مدعومة بأبحاث ودراسات علمية واضحة، فما مدى صحتها؟ وهل يستحق أن يصبح مشروب الماء بالليمون جزءاً من روتيننا اليومي؟

تقول خبيرة التغذية إيزا روبنسون، إنه لا وجود لدليل علمي قطعي بأن الماء الساخن مع الليمون ينظف على كل هذه الفوائد التي يتم الترويج لها، وهو ما تؤكد كارولا بيكر وهي خبيرة تغذية أيضاً والتي تشدد على أن عملية إزالة السموم من الجسم هي وظيفة أعضاء معينة في الجسم. لكن رغم ذلك وحتى لو يمكن مشروب الماء الساخن والليمون بالمشروب السحري فإنه لا يخلو من الفوائد بالطبع، إذ يحتاج الجسم للمزيد من الماء للترطيب ولعملية التمثيل الغذائي، كما أن شرب كمية وافرة من الماء مهم جداً لصحة الكليتين سواء بالإضافة للليمون إليه أو بدون. ولكن إذا كانت إضافة الليمون ستجعلك تشرب الماء بكمية أكبر، فهذا جيد أيضاً إذ أن الليمون يحتوي على نسبة عالية من فيتامين سي، الذي يساهم في تقوية المناعة ويدعم صحة العظام.

وقد أظهرت دراسة أجريت على مجموعة من النساء بعد انقطاع الطمث أن شرب المشروبات التي تحتوي على عصير الليمون تمنع فقدان الكثافة المعدنية للعظام. كما أكدت الخبيرتان روبنسون وبيكر أن إضافة القليل من الليمون على الأطعمة النباتية يساعد الجسم في امتصاص الحديد منها. بحسب ما نشره موقع (سترونغ وومن) الأمريكي.

في الصباح فقط؟
أما بالنسبة للفكرة الأكثر انتشاراً حول شرب الماء الساخن مع الليمون بأن شربها في الصباح أو على معدة فارغة أكثر فائدة، فقد أوضح الخبراء أنه لا يوجد وقت مثالي من اليوم لشربه، ولا توجد طريقة "صحيحة" لصنعه،

المبالغة بالتمارين قد يعيق خسارة الوزن

قد يكون فقدان الوزن أمراً صعباً ومحبطاً عندما لا نرى النتائج الملموسة التي نطمح إليها خلال وقت قصير. وكشفت خبيرة تغذية عن أن الكثيرين يرتكبون بالفعل بعض الأخطاء الجسيمة والتي يمكن أن تعيق عملية خسارة الوزن. وأوضحت سيغن سفانيلدت من تطبيق الصحة Lifesum أن أحد الأخطاء التي يقوم بها الكثيرون أثناء محاولة خسارة الوزن هو كثيف التمارين الرياضية.

وقالت سيغن النشاط البدني عظيم وله فوائد صحية كبيرة، ويميل الكثيرون إلى الاعتقاد خسارة الوزن تتطلب العمل على جهاز المشي لمدة ساعتين يومياً. النشاط البدني المنتظم رائع، لكن لا فائدة من المبالغة فيه من أجل إنقاص الوزن، بل ويمكن أن يعطي نتائج عكسية. ويمكن أن تؤدي ممارسة التمارين الرياضية بإفراط للشعور بالإحباط في حال لم يتم تحقيق الهدف المنشود، وبالتالي التوقف عن الرياضة وإفساد نظام الحمية بالكامل، كما أن صرف الكثير من السعرات الحرارية والطاقة بالرياضة يزيد من الشعور بالجوع وحاجة الجسم إلى الكربوهيدرات والناصر الغذائية الأخرى. وبدلاً من ذلك، يجب على الذين يرغبون بخسارة الوزن أن يتأكدوا من أن عاداتهم الغذائية صحية قدر الإمكان، وبالمثل، من السهل التفكير في أن تقليل كمية ما تأكله بشكل كبير هو مفتاح فقدان الوزن، ومع ذلك وكما هو الحال مع التمارين الرياضية يجب عدم المبالغة في ذلك.

النشاط البدني 15 دقيقة يضيف 3 سنوات لعمر

أظهرت الأبحاث التي أجرتها الرابطة الأمريكية للمتقاعدين أن ممارسة النشاطات البدنية لمدة 15 دقيقة في اليوم يمكن أن يحسن من جودة الحياة ويساعد على تقوية عضلة القلب وتقليل خطر الإصابة بالأمراض القاتلة.

وأشار فريق البحث إلى دراسة استمرت 8 سنوات أظهرت أن ممارسة الرياضة يومياً لمدة 15 دقيقة تقلل الوفيات الناجمة عن جميع الأسباب بنسبة 14%، وزيادة متوسط العمر المتوقع 3 سنوات مع إبطاء عملية الشيخوخة.

وأشارت الدراسة إلى أن كل 15 دقيقة إضافية من التمارين في اليوم تخفض معدل الوفيات خلال فترة الدراسة بنسبة 4% إضافية، حيث تقلل التمارين من التعرض للنوبات القلبية وفشل القلب وأمراض الشرايين المحيطية وعدم انتظام ضربات القلب. وسلط الدكتور دانيال فورمان، طبيب القلب وطبيب السنن في مستشفى بيرفهام الضوء على فوائد النشاط البدني، فالالتزام اليومي بنحريك جسمك أمر بالغ الأهمية لجني الفوائد الصحية، بحسب صحيفة إكسبريس البريطانية.

حيلة ذكية للحفاظ على الأطعمة المعبأة بعد فتح العبوة

شاركت إحدى مستخدمات موقع التواصل الاجتماعي تيك توك طريقة بسيطة للحفاظ على الأطعمة المعبأة طازجة بعد فتح العبوة. وفي كثير من الأحيان تستخدم ربة المنزل نصف محتوى عبوة معلبات للطهي، وتضطر لتخزين الجزء المتبقي، لكن فتح العبوة يسرع من تلف المواد الغذائية الموجودة بداخلها.

لكن إيزي ألكسندرا أوضحت أن بالإمكان استخدام غطاء عبوة التسكافيه البلاستيكية لتغطية عبوة المعلبات بعد فتحها، مما يساعد على منع تلف الطعام الموجود بداخلها، بحسب صحيفة إكسبريس البريطانية.

وأوضحت إيزي لنفترض أن لديك عبوة معلبات لم تستهلك ما بداخلها بالكامل، يمكنك استخدام غطاء عبوة التسكافيه، فهو مناسب تماماً لتغطية الجزء العلوي من عبوة المعلبات للحفاظ عليها.

وحظي الفيديو بإعجاب العديد من ربات المنازل، وقالت الكثير منهن إنهن سيبدأن باستخدام هذه الطريقة للحفاظ على الأطعمة المعبأة وعدم رمي أي منها في القمامة.

حيلة مذهشة لإعادة الحياة للخضراوات

قد يكون ذبول الخضراوات في التلاجة محبطاً للغاية، لذا توصلت امرأة أسترالية إلى طريقة بسيطة تساعد في إعادة الخضراوات إلى الحياة، الأمر الذي يساعد في التقليل من هدر الطعام وتوفير المال.

شاركت أليشا على حسابها على تطبيق تيك توك، مقطع فيديو يظهر قطعاً من خضار البروكلي التي بدأت بالتحول للون الأصفر. وقالت أليشا إنها أخرجت قطع البروكلي من التلاجة وقامت بقطع جزء من القاع قبل وضعها في كوب مليء بالماء وإعادتها إلى التلاجة. وبعد عدة دقائق، عادت لتتدفق قطع البروكلي ففوجئت بأنها عادت إلى الحياة، واستعدت لونها الأخضر.

تمت مشاهدة مقطع الفيديو من أكثر من 300000 متابع، حيث عبر الكثير منهم عن دهشتهم إزاء النتيجة الرائعة التي حصلت عليها أليشا، وعلق أحدهم قائلاً: هذا مدهش حقاً. لم أتوقع أن تستعيد قطع البروكلي حيويتها بهذا الشكل.

وقالت متابعة أخرى في تعليقها على الفيديو: لو كنت أعرف هذه الحيلة من قبل لوهرت الكثير من البروكلي.

وقالت أليشا، إن الحيلة لا تقتصر على البروكلي فحسب وإنما يمكن استخدامها مع الكثير من الخضراوات الذابلة، وفق ما نقل موقع ميتر الإلكتروني.



القهوة تقلل من فرصة فقدان السمع

بالنسبة للكثيرين، تعد القهوة جزءاً أساسياً من الروتين اليومي، سواء كان ذلك في الصباح أو في فترة ما بعد الظهر. وبحسب دراسة جديدة يمكن أن يكون لفنجان القهوة اليومي تأثير إيجابي غير متوقع يتمثل في التقليل من احتمالية فقدان السمع لدى الرجال.

وجد الباحثون أن الرجال الذين يشربون القهوة مرة واحدة على الأقل يومياً كانوا أقل عرضة بنسبة 15% لفقدان السمع من أولئك الذين لا يشربون القهوة.

باستخدام بيانات من حوالي 37000 شخص من الجنسين، أظهرت الدراسة أن القهوة قد تكون مفيدة للسمع، بسبب خصائصها المضادة للالتهابات ومضادات الأكسدة التي تحتوي عليها.

ولم يتم العثور على صلة بين القهوة ووظائف السمع لدى النساء، وهو أمر يمكن أن يكون بسبب الاختلافات في علم وظائف الأعضاء، إذ تساعد المستويات العالية من هرمون الاستروجين لدى النساء على حمايتهن من فقدان السمع المرتبط بالعمر.

تعزيز من السفر لولاية نساوية

أعلنت الحكومة النمساوية إصدار تحذير فوري من السفر إلى ولاية تيرول الواقعة في جنوب البلاد بسبب وضع وباء كورونا الذي تم تصويفه على أنه حرج.

وبحسب بيان الحكومة الاتحادية فإنه ينبغي التخلي عن كل الرحلات غير الضرورية إلى تيرول كما طالبت الحكومة كل الأشخاص الذين قضاوا عطلاتهم في تيرول في الأسبوعين الأخيرين إلى إجراء اختبار للكشف عن كورونا، كما ستبقي على المسافرين من تيرول إجراء اختبار قبل السفر إلى ولاية أخرى.

وحسب تقديرات خبراء استندت إليها الحكومة الاتحادية في إصدار قرار التحذير من السفر، فإن الولاية بها في الوقت الراهن 293 حالة إصابة بالسلالة التي تم اكتشافها في جنوب أفريقيا.

وكان خبراء قد طالبوا بسبب وضع كورونا في تيرول بعزل بعض المناطق على الأقل، وكالات الولاية في مفاوضات مع وزارة الصحة الاتحادية قد قدمت مقترحات لاحتواء الأزمة ودعم سكانها إلى تقييد التنقل.

بتوجيهات نهيان مبارك ومشاركة 54 خبيراً بزراعة النخيل يمثلون 19 دولة بالعالم جائزة خليفة تستعرض تقريرها العلمي الدولي خلال ندوة افتراضية نخيل التمر فرصة لإعادة بناء الاقتصاد بطريقة يدعم التعافي الأخضر



بل يمكنها أن تفعل ذلك من خلال تشجيع الحياة الصحية أيضاً. وأكد الدكتور زايد أنه قد لا يتم الاعتراف بها على نطاق واسع حتى الآن، ولكن شجرة نخيل التمر هي ضمان لعيشة مستدامة. من خلال الحفاظ على أشجار النخيل ونموها، يمكننا التغلب على التحديات البيئية والاجتماعية والاقتصادية. فنحن رسمياً في عهد الأمم المتحدة لاستعادة النظام البيئي للكوكب (2021-2030). في حين أن الوباء المستمر قد يحد من بعض المبادرات مؤقتاً، فمن الأهمية بمكان أن نبدأ في عكس آثار التصحر والآثار الأخرى لتغيير المناخ التي تدمر الجوهر. وهذا التقرير يقدم لنا فرصة لإعادة بناء مجتمعنا واقتصادنا فهو أكثر من مجرد بصيص من الأمل.

النخيل وإنتاج وتصنيع التمور يمثلون 19 دولة حول العالم، وتأتي هذه المحاضرة في إطار التزام الجائزة بنشر المعرفة العلمية والتوعية بالممارسات الزراعية الجيدة للنخيل لتمكين المزارعين وتحسين جودة التمور. وأشار الدكتور عبد الوهاب زايد أمين عام الجائزة إلى أن العام 2021 يمثل بداية حقبة جديدة للاستدامة. إنه العام الذي بدأ فيه عقد الأمم المتحدة لاستعادة النظام البيئي (2021-2030). إنه العام الذي عاد فيه تغير المناخ إلى جدول أعمال أغلب دول العالم، فهناك فرصة عظيمة للعالم لإعادة البناء بشكل أفضل مع وضع التعافي الأخضر في الاعتبار.

النخيل وإنتاج وتصنيع التمور يمثلون 19 دولة حول العالم، وتأتي هذه المحاضرة في إطار التزام الجائزة بنشر المعرفة العلمية والتوعية بالممارسات الزراعية الجيدة للنخيل لتمكين المزارعين وتحسين جودة التمور. وأشار الدكتور عبد الوهاب زايد أمين عام الجائزة إلى أن العام 2021 يمثل بداية حقبة جديدة للاستدامة. إنه العام الذي بدأ فيه عقد الأمم المتحدة لاستعادة النظام البيئي (2021-2030). إنه العام الذي عاد فيه تغير المناخ إلى جدول أعمال أغلب دول العالم، فهناك فرصة عظيمة للعالم لإعادة البناء بشكل أفضل مع وضع التعافي الأخضر في الاعتبار.

بتوجيهات معالي الشيخ نهيان مبارك آل نهيان وزير التسامح والتعايش رئيس مجلس أمناء الجائزة، نظمت الأمانة العامة لجائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي مساء أول أمس الأحد 07 فبراير 2021 محاضرة علمية افتراضية بعنوان "تقرير جائزة خليفة تجسير الحدود"، قدمها الأستاذ الدكتور عبد الوهاب زايد أمين عام الجائزة، بحضور البروفيسور هاريسون هيوز كبير خبراء النخيل بالعالم من أمريكا ومشاركة 54 خبيراً هم نخبة من الخبراء والأكاديميين المختصين بزراعة



شرطة أبوظبي تعقد خلوة إدارية لاستكشاف آفاق واعدة للريادة والتميز

أبو ظبي - الفجر

تزامناً مع وصول مسبار الأمل إلى المريخ عقدت شرطة أبوظبي في مقر المؤسسة الاتحادية للشباب الخلوة الإدارية الأولى لاستكشاف آفاق مستقبلية واعدة تعزز الريادة والتميز للعمل الشرطي والأمني مرتكزة على التعاون والتنسيق بين روح فريق العمل وصولاً لأفكار شبابية تسهم في خدمة الوطن ودعم إنجازات المسيرة الأمنية وتوجهها نحو المستقبل. وأكد المشاركون أن نقاشات الخلوة استلهمت محاورها وتوجهاتها من رؤى وتوجيهات قيادتنا الرشيدة وإيمانها بدور الشباب ودعم تطلعاتهم نحو استكشاف آفاق أفضل والتي تجسدت في كلمة صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة التي أكد فيها بأن مهمة استكشاف المريخ تأتي تجسيداً لريادتنا عربياً وإسلامياً، ومن خلال هذه الرحلة نستكشف آفاقاً جديدة نحو الأفضل والاحتراف بإرادة التقدم التي تميز بلادنا لإلهام فريق العمل وتوحيد الجهود.

وكتفت عن إطلاق مبادرة وطنية تحت شعار "لاستكشاف آفاق جديدة نحو الأفضل" لتعزيز دور القيادة العامة لشرطة أبوظبي وإسهامها في استعدادات للاحتفال بعام اليوبيل الذهبي. أعرب المشاركون عن اعتزازهم بالإنجازات الرائدة التي تحققتها دولة الإمارات وسعيها من خلال مشاريع مثل مسبار الأمل إلى بناء موارد بشرية إماراتية عالية الكفاءة في مجال تكنولوجيا الفضاء، وتطوير المعرفة والأبحاث العلمية والتطبيقات الفضائية التي تعود بالنفع على البشرية، والتأسيس لاقتصاد مستدام مبني على المعرفة وتعزيز التنوع وتشييع الابتكار، والارتقاء بمكانة الإمارات في سياق الفضاء لتوسيع نطاق الشراكات، وتعزيز جهود الإمارات في مجال الاكتشافات العلمية، وإقامة شراكات دولية في قطاع الفضاء لتعزيز مكانة دولة الإمارات العربية المتحدة إلى جانب ما يعكسه المشروع من تفرد تأكيداً على ريادة دولتنا للتطوير الإيجابي الذي تعود ثماره بالخير على الأمنين العربية والإسلامية والعالم أجمع.

ثلاثة مشاريع بحثية بين جامعة الإمارات وجامعات سعودية

المشروع إلى دراسة وتوصيف المجتمعات الميكروبية التي تلعب دوراً هاماً في قدرة نبات الحنظل على التكيف في الظروف الجافة. ومن أجل الحصول على منفذ للدراسات الوظيفية للميكروبات المرتبطة بالحنظل، سيحقق المشروع من ذلك باستخدام طريقة التحول الجيني والنسخ، حيث أن مقارنة التحول الجيني وإنتاج الخلايا الكهروضوئية الأكثر كفاءة وقوة وأرخص تكلفة عند تصنيعها. وتأتي حدائنا الاقتراح الحالي من حقيقة أن إرساء الأصباغ المقترح بمساعدة CB7 وجه التحديد بطوروف الإجهاد البيئي. كما سيوفر هذا البحث رؤية ووسائل لتسريع زراعة الحنظل البري والدراسات المرتبطة بها والتي تهدف إلى تطوير وإنتاج وقود الديزل الحيوي على نطاق واسع، وتحسين كفاءة استخدام المياه في البطيخ المستزرع، وتوضيح أهمية التفاعل بين النباتات والكائنات الحية الدقيقة في البيئات الصحراوية.

CB7 وعلى سطح ثاني أكسيد التيتانيوم النانوي البلوري ويظهر أن هذا النهج فوق الجزيئي يقلل من ديناميات إعادة الشحن. إضافة إلى تعزيز كفاءة الخلية، وخاصة خلايا الحالة الصلبة وشبه الحالة الصلبة في ضوء القيود التي تفرضها الخلايا الشمسية التي تستند إلى I-III كوسيط حل للاختزال، وبالتالي إنتاج الخلايا الكهروضوئية الأكثر كفاءة وقوة وأرخص تكلفة عند تصنيعها. وتأتي حدائنا الاقتراح الحالي من حقيقة أن إرساء الأصباغ المقترح بمساعدة CB7 وجه التحديد بطوروف الإجهاد البيئي. كما سيوفر هذا البحث رؤية ووسائل لتسريع زراعة الحنظل البري والدراسات المرتبطة بها والتي تهدف إلى تطوير وإنتاج وقود الديزل الحيوي على نطاق واسع، وتحسين كفاءة استخدام المياه في البطيخ المستزرع، وتوضيح أهمية التفاعل بين النباتات والكائنات الحية الدقيقة في البيئات الصحراوية.

ويعد هذا المشروع بتطوير نهج جديد في تغذية الخزانات الجوفية بالاستخدام المباشر لمياه حصاد الأمطار المتجمعة خلف السدود كمصدر للمياه في تغذية المياه الجوفية، ويهدف إلى تحديد الطريقة الأكثر فعالية لتنظيم التغذية الموجه لزيادة كفاءة التغذية من السدود وشحن خزانات المياه الجوفية المستهدفة وتقليل التبخير وتحسين جودة المياه الجوفية وتأمين إمدادات المياه. وقد تم اختيار موقع واحد في كلا البلدين بناءً على عدة معايير متضمنة الشروط الخاصة بالموقع والجدوى التقنية ومدى جاهزية الموقع لتنفيذ نظام التغذية الموجه ودقة البيانات المطلوبة، وهو سد البيح في دولة الإمارات العربية المتحدة وسد حوطة بني تميم في المملكة العربية السعودية. وسيتم الانتهاء من أنشطة المشروع خلال عامين، ومن المتوقع أن تسهم نتائجه بشكل مباشر في تحسين تغذية خزانات المياه الجوفية وتحسين مؤشر الأمن المائي في

بلدين. ومن البحوث الأخرى الهامة دراسة تحويل فعال للطاقة الشمسية باستخدام أصباغ عضوية مغلفة، ويهدف هذا المشروع إلى بناء خلايا شمسية جديدة حساسة للأصباغ (DSSCs) تقوم على عزل بعض الأصباغ العضوية الشائعة في جزيئات كبيرة من الفرع

صحة توقع مذكرة تفاهم مع مستشفى الملك فهد التخصصي بهدف تطوير الأبحاث الطبية الأكاديمية والسريية

يتركز اهتمام القيادات في "صحة" وفي مستشفى الملك فهد التخصصي على ترسيخ مبادئ التعاون الإقليمي وتعزيزها، وللارتقاء بمنظومة الصحة في البلدين، وستفتح مذكرة التفاهم الجديدة مجالاً واسعاً لشراكة مستقبلية تعزز مساعي البلدين نحو توفير رعاية صحية عالية الجودة في جميع المجالات، بما في ذلك زراعة الخلايا الجذعية، وتجدر الإشارة إلى مساهمة "صحة" المتواصلة في تقديم قطاع الرعاية الصحية وتطوره في الإمارات، من خلال التوسع بنطاق شراكاتها مع الهيئات والمؤسسات المحلية والإقليمية والدولية التي تتشارك معها في الأهداف والقيم. وتلتزم شبكة "صحة" بتلبية متطلبات الرعاية الصحية المتنامية في دولة الإمارات، عبر تبادل المعرفة والخبرات، والتعليم والأبحاث، والخدمات الصحية الرائدة التي تتصوّر حول سلامة المرضى وعافيتهم.



والتميز عبر شراكتنا مع مستشفى الملك فهد التخصصي لتوفير رعاية صحية بمستوى عالمي غير مسبوق في المنطقة. وأكد على أهمية الشراكات في القطاع الصحي،



التنفيذي لمستشفى الملك فهد التخصصي. وفي إطار التعاون المشترك بين الجانبين عقد اجتماع افتراضي بحضور ممثلين عن الطرفين، شارك فيه مجموعة من المدراء التنفيذيين والإدارة العليا. وتعليقاً على الاتفاقية، قال الدكتور جاريث جودير، الرئيس التنفيذي لمجموعة "صحة": "نحن فخورون بتعزيز رحلتنا نحو الريادة

وقعت شركة أبوظبي للخدمات الصحية "صحة" أكبر شبكة رعاية صحية في دولة الإمارات، مذكرة تفاهم مع مستشفى الملك فهد التخصصي في الدمام بالمملكة العربية السعودية، بهدف تعزيز مزايا الرعاية الصحية بين المؤسستين، من خلال ابتكار البرامج التدريبية، وتبادل المعرفة والخبرات الإدارية والسريية، فضلاً عن تعزيز الخدمات في مجالات البحوث الطبية والأكاديمية والسريية. وتم توقيع مذكرة التفاهم من بعد، تحت رعاية الدكتور عبد العزيز الغامدي، الرئيس التنفيذي للمجمع الصحي الأول في المنطقة الشرقية للمملكة العربية السعودية، ووقعها الدكتور جاريث جودير، الرئيس التنفيذي لمجموعة "صحة"، والسيد عمر الشريف، الرئيس

برعاية خليفة بن محمد بن خالد آل نهيان

الخير في «عيال زايد» تقد أيادي العطاء وكسوة الشتاء إلى 1600 عامل



الذي يعكس السمات النبيلة والجميلة في وطن الشموخ والإنسانية والسلام. بدورها أشارت كوثر الرحالي، نائب رئيس برنامج "شكراً لعطائكم" إلى أن التفاعل الإيجابي الذي كان حاضراً في جميع المراحل التي شهدت تنفيذ برنامج المبادرة حظي بالتقدير والاهتمام من فئات المجتمع لما تحمله مبادرة الخير في "عيال زايد" من قيم كالتراحم والتعاقد مع فئة العمال تقديراً للدور الذي يقومون به في جميع المرافق، وقالت إن الهدف من هذه المبادرات هو تفعيل دور العمل التطوعي وتحقيق ما يترتب عليه من آثار إيجابية في المجتمعات، وبغرس قيم التراحم والمحبة بين جميع الأفراد مما يؤدي لتحقيق الأهداف والنيات المجتمعية وتوزيع للأدوار بين الأفراد والمؤسسات، وتحقيق لبعض صور التكافل الاجتماعي

السمات الرائعة للشخصية الإماراتية انطلاقاً من الرؤية المهمة للقيادة الرشيدة في تعزيز أجواء التسامح بين فئات المجتمع على نحو يؤكد الجوانب الإنسانية الجميلة التي تعكس الصورة المشرفة عن دولة المحبة والسلام والتأخي، موضحاً أن الدور الذي اضطلع بها برنامج "شكراً لعطائكم" يعكس الفكرة الطموحة التي تهدف لغرس قيم العطاء والتكافل والتطوع في المجتمع بما يحقق الأهداف المنشودة. وأشار الشيخ خليفة بن محمد بن خالد آل نهيان بالجهود التي بذلت من القائمين على الأمر في تنفيذ البرنامج في الإمارات السبع وتقديم كسوة الشتاء للعاملين الذي أحاطهم بالرعاية والتقدير بما يعزز قيم التراحم في المجتمع، موضحاً أن مثل هذه المبادرات لها نتائج جيدة للغاية ومن شأنها أن تؤدي إلى الأهداف الإيجابية التي ترسخ ثقافة المحبة في المجتمع

أتمم برنامج "شكراً لعطائكم" التابع لفريق فرقة التطوعي والمعتمد في هيئة تنمية المجتمع في دبي المرحلة الأخيرة من مبادرة "الخير في عيال زايد" برعاية الشيخ خليفة بن محمد بن خالد آل نهيان، والتي تعنى بتقديم وتوزيع كسوة الشتاء للعاملين على مستوى جميع إمارات الدولة وذلك لتعزيز التراحم والتسامح المتأصل في المجتمع بهدف تحفيز أفراد على التجاوب مع مثل هذه المبادرات الرائدة والإنسانية ونشر ثقافة العمل التطوعي، إذ بلغت الحصيلة 1600 عامل على مستوى الإمارات السبع. ووصف الشيخ خليفة بن محمد بن خالد آل نهيان المبادرة بأنها تعبر عن الواقع الإنساني المرتبط بالتكافل والتراحم بين أفراد المجتمع انطلاقاً من القيم النبيلة والمبادئ الراسخة التي تجسد

أتمم برنامج "شكراً لعطائكم" التابع لفريق فرقة التطوعي والمعتمد في هيئة تنمية المجتمع في دبي المرحلة الأخيرة من مبادرة "الخير في عيال زايد" برعاية الشيخ خليفة بن محمد بن خالد آل نهيان، والتي تعنى بتقديم وتوزيع كسوة الشتاء للعاملين على مستوى جميع إمارات الدولة وذلك لتعزيز التراحم والتسامح المتأصل في المجتمع بهدف تحفيز أفراد على التجاوب مع مثل هذه المبادرات الرائدة والإنسانية ونشر ثقافة العمل التطوعي، إذ بلغت الحصيلة 1600 عامل على مستوى الإمارات السبع. ووصف الشيخ خليفة بن محمد بن خالد آل نهيان المبادرة بأنها تعبر عن الواقع الإنساني المرتبط بالتكافل والتراحم بين أفراد المجتمع انطلاقاً من القيم النبيلة والمبادئ الراسخة التي تجسد

منوعات الفكر 23

من الناحية النظرية، يبدو ظهي ٣ وجبات صحية كل يوم بمثابة طموح نبيل، ولكن بالنسبة لمعظمنا، فإن تناول الطعام الصحي عندما تكون مشغولا لا يعد أمرا ممكنا.

ما يحدث أنك تتركض إلى الكافيتيريا، لتلتقط أسهل وأسرع شيء تأكله، وتعود إلى المكتب لتناول غداء عمل. حتى عندما تصل المنزل، فمن المحتمل أنك متعب جدا لدرجة أنك تأكل أي شيء دسم جاهز أمامك. قد يحل هذا مشكلة الطعام، ولكنه في النهاية يؤثر سلبا على صحتك، إما من خلال زيادة الوزن أو فقدان الطاقة أو كليهما.



حيل يمكن أن تساعدك في تناول الطعام الصحي في المنزل



فقط بعد الشعور بالجوع، فهذا يجعلك تتناول أي شيء غير صحي في طريقك.

وجبة الغداء

رغم أن الوجبات الجاهزة مغرية عند انشغالك الشديد، فإنها هذه الوجبات تكون غنية بالسعرات الحرارية مما يجعلها مسببة للمخاطر الصحية، لذلك ليس هناك ما هو أسهل وأكثر صحة من سلطة بسيطة يمكن تحضيرها بسرعة مع عصير الليمون وقليل من زيت الزيتون. أو وجبة غداء تتكون من سلطة الخضار مع البروتين، ونوع من الكربوهيدرات الجانبية الخفيفة كالمعجنات قليلة الدسم.

المشي والتحدث

لن يمنحك تناول الطعام الصحي وحده الطاقة وقوة العقل التي تحتاجها للتقدم والتركيز والنجاح. التمرين سيكون له تأثير إيجابي أيضا. قد تعتقد أنه ليس لديك الوقت للقيام بذلك، لكنك يمكن أن تجري جميع مكالماتك أثناء تجولك على قدميك بدلا من الجلوس على مكتبك. يمكنك أن تمشي 10000 خطوة يوميا وتجعلها هدفا لك. فهذا سيسمح لك بالحفاظ على نمط حياة صحي معتدل، والحفاظ على جسم صحي أيضا.

حافظ على البساطة

إن شطيرة بسيطة من زبدة الفول السوداني على خبز القمح الكامل مع الفاكهة والزبادي تجعل وجبة غداءك كاملة وكافية.

كتابة الوصفات

قم بتخصيص دفتر ملاحظات للطهي الصحي يتضمن وجباتك الصحية المفضلة والخيارات المختلفة، وضعه في مكان مخصص للرجوع إليه بسرعة وفي أي وقت، بدلا من تضييع الوقت في البحث عبر الإنترنت.

تخزين الأساسيات الصحية

الاحتفاظ بمجموعة متنوعة من الأغذية الصحية ستجعل من السهل إعداد أطباق شهية ومفيدة، مثل الاحتفاظ بالكينوا والأرز البني والعدس والمصنوعة من القمح الكامل والفاصوليا والفواكه المجففة والمكسرات وبعض التوابل والصلصات

العمل للحفاظ على نشاطهم، لكن شرب الماء بدلا من ذلك يفيد في جعل الجسد نظيفا وخاليا من أي سموم قد تناولها أو تشربها.

استخدام زجاجة ماء متوسطة الحجم وإعادة ملئها بعد طريقة سهلة وسريعة وغير مكلفة وصحية، ولا تستغني عنها.

المحافظة على أوقات تناول الطعام

بضمين وجود وقت وروتين محدد لتناول الطعام أنك قادر على الاستعداد له واتخاذ خيارات صحية، وهذا أفضل من تناول الأكل

تقول ايمي مارتورانا ويندرل، الصحفية المختصة بالشأن الصحي، على موقع "سيلف" Self: عندما يتم تقسيم وقتك بين العمل والأطفال والأسرة والأصدقاء، وأي من الالتزامات الأخرى التي تقضي على ساعات اليوم، قد تتسائل غالبا عن كيفية إيجاد وقت حتى لتناول الطعام بالخارج، ناهيك عن تجهيزه بالمنزل وتنظيف المكان بعد ذلك.

تقول ويندرل: إذا كنت تعاني من ضيق الوقت، فهناك بعض الحيل التي يمكن أن تساعد في جعل تناول الطعام الصحي في المنزل أسهل قليلا. الأمر يتعلق فقط بإيجاد طرق مبتكرة وذكية لتقصير أو حتى التخلص تماما من الإعداد الطويل للطعام، والتنظيف بعد ذلك. كما يقدم موقع "إنك" (INC) الأمريكي بعض النصائح البسيطة من أجل تسهيل مهمة تناول الأكل الصحي أثناء فترات الانشغال الشديد.

لا تتنازل عن الفطور البسيط

عادة ما يهمل الكثيرون الوجبة الأولى في اليوم بسبب انشغالهم بالاستعداد للذهاب سريعا إلى العمل، إلا أن وجبة الإفطار ضرورية لتجهيز جسمك ليوم طويل. في هذه الحالة يفضل تجهيز مكونات وجبة الإفطار مساء حتى لا تنسى تناولها.

كما يوصى ببدء اليوم بكوب من ماء الليمون الساخن، لأنه يقوي جهاز المناعة، ويضيد الدماغ، ويرطب الجسم، وأنه يحتوي على فيتامين (ج) (C) الذي يساعد على الهضم ويخفف التوتر.

الوجبات الخفيفة

تناول الوجبات الخفيفة عادة يمارسها الكثير من الناس على مدار اليوم، ولكنه من الممكن أن نفقد الشعور بمقدار ما يتم أكله فعليا. لهذا يجب أن تكون الوجبات الخفيفة منتصف النهار وبعيد الظهر، من المكسرات أو الفاكهة المقطعة مسبقا.

يعد التقطيع المسبق في المطبخ أمرا مهما حتى لا نميل إلى الإفراط في تناول الطعام، كما أنه من الأفضل وضع جزء صغير في وعاء بدلا من تناول كيس أو علبة مليئة بالمكسرات أو غيرها من الوجبات الخفيفة.

شرب الكثير من الماء

يحب الناس شرب القهوة طوال يوم

والحفاظ على الشعور بالانتعاش طوال الأسبوع.

تنظيم مطبخك

إن المطبخ غير المنظم والفوضوي لا يسعف عندما يضيق الوقت، ويمكن أن يسبب المزيد من القلق ويجعل عملية إعداد الوجبات بأكملها عملية مرهقة. في حين المطبخ المنظم يجعل من العثور على المكونات والأدوات الخاصة أمرا سهلا. بحيث يمكنك التحرك بسرعة أكبر عند إعداد وجبات صحية. احتفظ كذلك بالأجهزة والأدوات التي تستخدمها بشكل متكرر في مكان سهل الاستخدام ولا تخبئه في الخزانة الخلفية.

المفضلة لديك.

طهي الأكل وتجميده

قم بطهي الوجبات عندما يكون لديك الوقت ومن ثم قم بتخزينها في الثلاجة. ثم قم بإدابة الثلج وسخنه حسب الحاجة.

تحضير المكونات مقدما

جرب تحضير مكونات وجباتك المفضلة بشكل مسبق ثم تجميدها، وبالتالي ستمكن من الجمع بينها بطرق مختلفة



ما أفضل الأوقات لشرب القهوة؟

ما أفضل الأوقات لشرب القهوة؟ وما أبرز فوائدها؟ وماذا عن المحاذير؟ وما الكمية التي ينصح بعدم تجاوزها؟ يشرب الكثير من الناس القهوة مباشرة بعد الاستيقاظ، إلا أنه - حسب تقرير لدويتشه فيله - توجد دراسات توجب تجنب استهلاكها بهذه الطريقة، ومن الأفضل الانتظار لبعض الوقت، حتى لا ترتفع نسبة الطاقة في الجسم بشكل مفرط.

يمكن أن يؤثر على النوم، وخاصة عند تناولها في وقت متأخر من اليوم.

واختتمت خبيرة التغذية تصريحاتها بألا يتجاوز الاستهلاك اليومي من الكافيين 400 ملليغرام، وعادة ما يحتوي فنجان القهوة الصغير على 80 إلى 100 ملليغرام من الكافيين، مع ضرورة الابتعاد عن الإضافات مثل السكر والكرمية المخفوقة والمنكهات غير الصحية.

القولون، فضلا عن أنها قد تحمي الأشخاص من الإصابة بالاكنتاب.

ما المحاذير؟

ورغم الفوائد الصحية للقهوة فإن الاستهلاك المفرط منها قد يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم والجفاف. بالإضافة إلى الإصابة بالتوتر والقلق، علاوة على أن تناول القهوة بكمية

عظيمة (هيبراكسيسنت) المعنية بشؤون الصحة أن الاستهلاك المعتدل للقهوة يمكن أن يكون مفيدا للصحة، لأنها تساعد في تقليل مخاطر الإصابة بمرض السكري وأمراض الكبد والسرطان.

وأشارت خبيرة التغذية أندريا دون إلى أنه لا توجد مشاكل كثيرة عند تناول القهوة بشكل معتدل، بل إنها تؤثر بشكل إيجابي على الصحة، حيث يساعد الكافيين، وهو المنبه الطبيعي الموجود في القهوة، على الشعور بمزيد من النشاط مع تحسين الذاكرة والحالة المزاجية، كما يعزز الكافيين أيضا من القدرة على التحمل وزيادة الأداء أثناء التمارين الرياضية. وأضافت أن القهوة لا تقتصر على الكافيين فقط، بل تحتوي على حوالي ألف مركب نباتي مختلف، ولم يتم بحث كل هذه المركبات بشكل علمي حتى الآن، ولكن لهذه المركبات تأثيرات إيجابية عديدة. كما تمتاز حبوب القهوة بأنها غنية بمضادات الأكسدة لحماية الخلايا من التلف. كما أثبتت الدراسات الحديثة أن المكونات المختلفة للقهوة تجعلها مشروبا صحيا للغاية، بالإضافة إلى أن تناولها بشكل معتدل يمكن أن يقلل من خطر الإصابة ببعض الأمراض، مثل مرض السكري من النوع الثاني، ويسري ذلك أيضا على القهوة منزوعة الكافيين.

وعادت خبيرة التغذية لتؤكد أن كوب القهوة اليومي يمكن أن يساعد في الحد من الإصابة بالاضطرابات العصبية وألزهايمر وباركنسون، بالإضافة إلى أنها قد تقي الأشخاص من خطر الإصابة بأمراض الكبد مثل الكبد الدهني وتليف الكبد.

كما اكتشف الباحثون أن الأشخاص الذين يشربون القهوة أقل عرضة للإصابة بسرطان الكبد وسرطان

فالقهوة تحتوي على مادة الكافيين Caffeine، والجسم يفرز بعد الاستيقاظ هرمون الكورتيزول Cortisol، ومن شأن دمج الاثنين أن يؤدي إلى رفع الطاقة بشكل سلبي وبالتالي تحفيز التوتر.

كذلك يجب تجنب شرب القهوة قبل الذهاب إلى الفراش، إذ تعيق مادة الكافيين عملية النوم، وينصح الخبراء أن يكون آخر فنجان قبل النوم بـ 6 ساعات على الأقل.

لذلك فإن جواب السؤال: ما أفضل الأوقات لشرب القهوة هو آخر الصباح.

لذلك فإن جواب السؤال: ما أفضل الأوقات لشرب القهوة هو آخر الصباح.

لذلك فإن جواب السؤال: ما أفضل الأوقات لشرب القهوة هو آخر الصباح.



بلحيف النعيمي : اعتماد مجلس الإمارات للاقتصاد الدائري يعزز تطبيق آليات الإدارة المستدامة للاقتصاد

•• دبي-وام:

أكد معالي الدكتور عبدالله بن محمد بلحيف النعيمي وزير التغيير المناخي والبيئة أن اعتماد تشكيل مجلس الإمارات للاقتصاد الدائري سيعزز التعاون والتنسيق على مستوى دولة الإمارات لتسريع تطبيق معايير وآليات منظومة الاقتصاد الدائري بما تشمله من تشريعات وبرامج ومشاريع ومبادرات بشكل كبير، ما يساهم في تحقيق مستهدفات الدولة وتوجهاته لتحويل نحو الاقتصاد الأخضر وتحقيق التعالي الأخضر.

جاء ذلك بمناسبة اعتماد مجلس الوزراء لتشكيل مجلس الإمارات للاقتصاد الدائري برئاسة معالي الدكتور عبدالله بلحيف النعيمي وزير التغيير المناخي والبيئة، وعضوية معالي عبدالله بن طوق وزير الاقتصاد، ومعالي عمر بن سلطان العلماء وزير دولة للذكاء الاصطناعي والاقتصاد الرقمي وتطبيقات العمل عن بعد، ومعالي الدكتور ثاني بن أحمد الزيودي، وزير الدولة للتجارة الخارجية، وممثلين عن وزارات الطاقة والبيئة التحتية، ووزارة الصناعة والتكنولوجيا المتقدمة، وشؤون مجلس الوزراء. كما يضم المجلس في عضويته الشيخة شما بنت سلطان بن خليفة آل نهيان الرئيس التنفيذي لشركة التحالف من أجل الاستدامة العالمية، ووزان المبارك العضو المنتدب لهيئة البيئة - أبوظبي،



وسعادة المهندس داود الهاجري مدير عام بلدية دبي، والمهندس سالم الكعبي مدير عام مركز أبوظبي لإدارة النفايات، بالإضافة إلى 8 أعضاء آخرين من جهات حكومية وخاصة.

وسيتولى المجلس الإشراف على إعداد آلية تطبيق سياسة دولة الإمارات للاقتصاد الدائري بالتنسيق مع كافة الجهات المعنية، ومتابعة تنفيذ متطلبات آلية التطبيق لتنفيذ المبادرات المحددة لكل قطاع، واعتماد

مؤشرات الأداء الخاصة بمتابعة التقدم المحرز لتنفيذ السياسة مع تحديد مستهدفات طموحة، وموائمة الاستراتيجيات الاتحادية والمحلية مع متطلبات السياسة، واقتراح الأسس العامة للخطة والمشاريع العامة والقطاعية المتعلقة بتطبيق نهج ومبادئ الاقتصاد الدائري، وتعزيز مشاركة القطاع الخاص في المشاريع والمبادرات والبرامج ذات الصلة بالاقتصاد الدائري وتشجيع مشاريع الشراكة بين القطاعين الحكومي والخاص، وتعزيز وتطوير الدراسات والبحوث العلمية في المجالات ذات الصلة بالاقتصاد الدائري، وتعزيز التعاون الدولي والشراكات الدولية فيما يخص تطبيق الاقتصاد الدائري على المستوى العالمي.

وكان مجلس الوزراء قد اعتمد سياسة دولة الإمارات للاقتصاد الدائري 2021 - 2031، والتي تمثل إطاراً عاماً لتحديد أفضل السبل والمعايير التي تدعم التحول نحو الاقتصاد الدائري، عبر تطبيق أنماط استهلاك وإنتاج مستدامة تضمن استدامة الموارد الطبيعية والبيئية، وتنظم البيئية، وتعزز من توجهات الدولة نحو تحقيق تعالي أخضر مستدام لمرحلة ما بعد كورونا.

وتنم إعداد السياسة بالتعاون بين وزارة التغيير المناخي والبيئة ووزارة الاقتصاد، ومكتب الذكاء الاصطناعي والاقتصاد الرقمي وتطبيقات العمل عن بعد، ووزارة شؤون مجلس الوزراء... وتستهدف تحقيق الإدارة



المستدامة للاقتصاد والاستخدام الفعال للموارد الطبيعية والبيئية، وتعزيز الاقتصاد الدائري وأنماط الاستهلاك والإنتاج المستدامين التي تقلل من الإجهاد البيئي وتفي بالاحتياجات الأساسية، وتشجيع القطاع الخاص على التحول إلى أساليب وتقنيات الإنتاج الصناعي الأنظف بما في ذلك استخدام الذكاء الاصطناعي والتقنيات الأخرى للثورة الصناعية الرابعة.

بهدف تسريع الإجراءات والتيسير على المتعاملين

دائرة المالية المركزية بالشارقة تتيح خدمة الاسترداد النقدي الآلي بالتعاون مع مصرف الشارقة الإسلامي

•• الشارقة - الفجر:

وقعت دائرة المالية المركزية بالشارقة مؤخراً، اتفاقية تعاون مع مصرف الشارقة الإسلامي لتقديم خدمة الاسترداد النقدي الآلي لرصيد المحفظة الرقمية، الأمر الذي يأتي في إطار تعزيز الشراكة بين الطرفين واستمراراً لمنهج الجودة، في تقديم خدماتها الذكية لتسريع الإجراءات والتيسير على المتعاملين. وتم توقيع اتفاقية التعاون في مقر الدائرة، من قبل السيدة عائشة عبدالله الحوسني مدير إدارة الخدمات المساندة بدائرة المالية المركزية بالشارقة، والسيد وليد العمودي رئيس الخدمات المصرفية الرقمية بمصرف الشارقة الإسلامي، بحضور السيدة هدى الياسي مدير إدارة النظام المالي والسيدة أروى العويس مدير إدارة الحسابات في الدائرة بالإضافة إلى عدد من كبار الموظفين من الطرفين. وتتضمن الاتفاقية الجديدة للمحفظة الرقمية، الاسترداد الآلي لرصيد المحفظة الرقمية بنظام الإيصال الذكي - تحصيل إلى حساب البنك المعتمد لعمل حكومة الشارقة، وسيتم مباشرة الخطط المستقبلية مع مصرف الشارقة الإسلامي في معالجة استرداد الأمانات للجهات الحكومية والإسترداد النقدي.

تعزيز كفاءة النظام المالي بحكومة الشارقة وقالت السيدة أروى العويس: " إن



إطلاق هذه الخدمة الجديدة يسهم في تعزيز كفاءة النظام المالي لحكومة الشارقة، ويسهل على المتعاملين من الأفراد والمؤسسات الحصول على خدمات جديدة مثل خدمة الاسترداد النقدي بشكل آلي وبطريقة سهلة ومبتكرة ومتاحة على مدار الساعة، الأمر الذي يأتي ضمن سياسة الدائرة في السعي للوصول إلى زيادة مالية عالية، من خلال تطوير تقنيات مبتكرة، لتحقيق الاستقرار والاستدامة المالية.

وأضافت أن دائرة المالية المركزية من خلال هذه الشراكة مع مصرف الشارقة الإسلامي تتطلع إلى زيادة الميزات التنافسية لنظام الإيصال الذكي الذي يختصر الجهد والوقت على المتعاملين، ويتلافى الأخطاء البشرية ومشكلات الدفع النقدي المتعددة، وفي نفس الوقت يتيح وصولاً أسرع إلى خدمات دفع رسوم المعاملات والاسترداد النقدي الآلي بأعلى معايير الأمان.

تقديم كافة التسهيلات وفق أحدث التقنيات

ومن جهته قال السيد وليد العمودي، رئيس الخدمات المصرفية الرقمية بمصرف الشارقة الإسلامي: "يسعى مصرف الشارقة الإسلامي دائماً إلى تعزيز شراكاته مع الجهات الحكومية،



بينهما لأجل عقد برامج ودورات مهنية تدريبية في مجال التمويل الإسلامي في أسواق رأس المال وصناعة الخدمات المالية بهدف تطوير المستويات المهنية والارتقاء بها وزيادة التوعية بالمنتجات والأدوات المالية المتداولة بالأسواق المالية. من جانبه أكد سعادة الدكتور حميد مجول النعيمي أن التعاون بين جامعة الشارقة



وهيئة الأوراق المالية والسلع، وبصفة خاصة في المجالات الاقتصادية وإدارة الأعمال سوف يساهم بشكل كبير في توفير العديد من الفرص التدريبية لطلبة الجامعة بصفة عامة وكلية إدارة الأعمال بصفة خاصة. و جرت مراسم التوقيع بمقر الجامعة بحضور الدكتور شريف صديقي نائب مدير

الفكرة

25 اتفاقية تعاون بين جمعية رواد الأعمال الإماراتيين و الإمارات للمستثمرين المبادرين

•• أبوظبي-وام:

وقعت جمعية رواد الأعمال الإماراتيين اتفاقية تعاون مع جمعية الإمارات للمستثمرين المبادرين بهدف دعم رواد الأعمال الإماراتيين، وأصحاب المشاريع الصغيرة والمتوسطة، وبما يساهم في تحفيز الاستثمار بالدولة. وقع الاتفاقية في مقر جمعية رواد الأعمال الإماراتيين بدائرة التنمية الاقتصادية أبوظبي، كل من: سند محمد القباني رئيس مجلس إدارة جمعية رواد الأعمال الإماراتيين، و مسعود رحمة المسعود رئيس مجلس إدارة جمعية الإمارات للمستثمرين المبادرين بحضور صلاح الكعبي المدير التنفيذي لجمعية رواد الأعمال الإماراتيين وجاسم آل رحمة المدير العام لجمعية الإمارات للمستثمرين المبادرين.

وتهدف الاتفاقية إلى تعزيز التعاون المشترك في احتضان المشاريع المبتكرة لرواد الأعمال، وتقديم الدعم الفني والمالي للمبادرات والمشاريع، والتركيز على تقديم الدعم إلى الشركات الناشئة ذات الطابع التكنولوجي، وتعزيز التعاون بين المستثمرين المبادرين والشركات الناشئة، والتنسيق لإقامة الدورات التدريبية والفعاليات والندوات والمحاضرات وغيرها.

كما تهدف الاتفاقية إلى استمرارية دعم الشركات والمشاريع الصغيرة والمتوسطة للتقاء بمستوى الاقتصاد الوطني وتشجيع رواد الأعمال الإماراتيين في الدخول إلى مجال ريادة الأعمال من أجل مستقبل أفضل ونشر ثقافة الاستثمار المبادر.

من جانبه أكد سند القباني حرص جمعية رواد الأعمال الإماراتيين على تعزيز التعاون مع العديد من الجهات الداعمة لرواد الأعمال والمستثمرين بالدولة بهدف استكشاف الفرص الاستثمارية المتميزة، وتحفيز استثمارات الشباب بمختلف القطاعات، لاسيما خلال هذه الفترة، التي تشهد حالة من التعالي الاقتصادي للعديد من القطاعات الاقتصادية، وفي ظل تواصل دعم القيادة الرشيدة للمشاريع الصغيرة والمتوسطة.

تداولات نشطة ترفع سيولة الأسواق المالية إلى 3.4 مليار درهم خلال 3 جلسات

•• أبوظبي - وام:

قفزت قيمة التداولات في أسواق المال الإماراتية إلى أكثر من 3.4 مليار درهم خلال ثلاث جلسات بحسب ما يظهره الرصد اليومي للتعاملات وسط استمرار تدفق سيولة المحافظ المحلية والأجنبية على قاعات التداول. وخلال جلسة أمس الثلاثاء تواصل التحسن في الأداء ونجحت المؤشرات العامة في سوق أبوظبي ودبي الماليين بالإغلاق على المربع الأخضر بدعم من عمليات التجميع المستمرة على أسهم شريحة من الأسهم القيادية. وكان المؤشر العام لسوق أبوظبي للأوراق المالية ارتفع بنسبة 0.12% مقلداً عند مستوى 5662 نقطة فيما بلغ المؤشر العام لسوق دبي المالي مستوى 2647 نقطة بزيادة نسبتها 0.15% مقارنة باليوم السابق. وواصل سهم بنك أبوظبي الأول وشركة الناد العقارية الاستحواذ على النصيب الأكبر من سيولة التداولات حيث بلغت قيمة الصفقات البرمجة على الأول نحو 276 مليون درهم فيما وصلت على الثاني 270 مليون درهم تقريبا. وتجاوزت قيمة السيولة الاجمالية التداولات في سوق العاصمة مليار درهم فيما وصل عدد الأسهم المتداولة في سوق دبي المالي قفد عاد سهم إعمار المرتفع إلى 3.84 درهم لقيادة النشاط في السوق وذلك إلى جانب سهم بنك الإمارات دبي الوطني المغلق عند 11.60 درهم وطيران العربية 1.24 درهم. وبلغت قيمة التداولات في سوق دبي المالي 182 مليون درهم تقريبا وعدد الأسهم المتداولة 131 مليون سهم نفذت من خلال 2828 صفقة.

منتدى «أسبوع دبي في إفريقيا - كينيا» ينطلق 15 فبراير اقتراضيا

•• دبي-وام:

يستضيف مركز الإمارات التجاري بالتعاون مع دائرة التنمية الاقتصادية بدبي منتدى «أسبوع دبي في إفريقيا - كينيا» في الفترة من 15 إلى 18 فبراير الجاري عبر تقنيات الاتصال المرئي «اقتراضيا» بمشاركة وزراء ومسؤولين من الإمارات وكينيا. يتضمن المنتدى كلمات لوزراء ومسؤولين حكوميين من البلدين وجلسات حوارية تناقش عددا من المحاور التي تعزز الشراكة بين الإمارات وكينيا في العديد من القطاعات الحيوية مثل التصدير والتجارة والاستثمارات والمناطق الحرة والتجارة الإلكترونية والاقتصاد الإسلامي. ويهدف منتدى «أسبوع دبي في إفريقيا - كينيا» إلى استكشاف فرص التعاون المستقبلية ودعم وصول الشركات الإماراتية والتكينية إلى أسواق البلدين وتوفير فرص تجارية أفضل للقطاعين الحكومي والخاص فيما يدعم المنتدى مشاركة الشركات الخاصة في كافة المجالات من المصارف والخدمات المالية إضافة إلى الصنعتين وشركات البناء والتعليق والأغذية والمشروبات والطاقة والخدمات اللوجستية. وقال وليد حارب الفلاحي المدير التنفيذي لمركز الإمارات التجاري إن الإمارات وكينيا تزخران بالعديد من القومات والفرص الاستثمارية الواعدة التي من شأنها أن تفتح مجالات أوسع للتعاون المستقبلي بين البلدين في القطاعات الاستراتيجية وذلك في ظل تنامي العلاقات الاقتصادية بين مجتمعي الأعمال. وأضاف الفلاحي أن منتدى «أسبوع دبي في إفريقيا - كينيا» يهدف إلى تعزيز العلاقات الاقتصادية والاستثمارية والتجارية المثمرة بين إمارة دبي وكينيا والاستفادة من مكانة دبي الرائدة عالميا مركزا اقتصاديا وتجاريا ودورها في دعم الصناعات والصادرات الوطنية وجذب وتبادل الاستثمارات التي تعزز مسيرة بناء الاقتصاد المستدام. وأشار التنفيذي لمركز الإمارات التجاري إلى أن المنتدى يوفر منصة لاستعراض الفرص الاستثمارية المشتركة بين إمارة دبي وكينيا وتعريف القطاع الخاص على الفرص الجزرية في القطاعات الواعدة بما يخدم مصلحة مجتمع الأعمال في البلدين إذ تمثل كينيا نقطة انطلاق لتعزيز دخول المستثمرين الإماراتيين ورجال الأعمال إلى الأسواق الإقليمية في شرق إفريقيا.

المحفظة الرقمية

جدير بالذكر أن المحفظة الرقمية، تتيح للمستخدمين إمكانية دفع فواتير الخدمات من خلال ربط منصة تطبيق تحصيل الخاصة بدائرة المالية المركزية ببوابة الدفع الإلكترونية لمصرف الشارقة الإسلامي، وتمكين عملاء ومستخدمي حساب أو تطبيق تحصيل من التحويل من وإلى حساباتهم الجارية والتوفير لدى مصرف الشارقة الإسلامي وغيرها من المصارف في دولة الإمارات.

وتعمل دائرة المالية المركزية بالشارقة على تحقيق عدد من الأهداف الاستراتيجية التي تكمن في إدارة وتنمية وتوفير السيولة النقدية، وتطوير منظومة موازنة الأداء، وتنفيذ سياسات مالية متكاملة وفعالة، وبناء نموذج عالي في المالية العامة، وتمكين التحول الذكي، وتطبيق خدمات بثقة سبع نجوم، إضافة إلى تعزيز منظومة الرقابة الداخلية، وتمكين الموارد البشرية المواطنة، وتطوير ثقافة التميز والابتكار وإدارة الأداء المؤسسي.

رئيس قسم العلاقات الدولية والمنظمات، وعبد العزيز الطنجي رئيس قسم الاتصال المؤسسي وسعادة المتعاملين. وطبقا لما تم الاتفاق عليه في مذكرة التفاهم سيتم التعاون المتبادل بين الطرفين فيما يتعلق بالتدريب والتوعية وتبادل المعرفة والخبرات في مجال التمويل الإسلامي في أسواق رأس المال، وصناعة الخدمات المالية بهدف تطوير وتحسين المستويات المهنية، وزيادة الوعي بالمنتجات والأدوات المالية المتداولة بالأسواق المالية. والاستفادة من المعلومات والإحصائيات، والبرامج التدريبية والمهنية والأنشطة والفعاليات والمؤتمرات التي ينظمها كل من الطرفين، وذلك من خلال تسهيل مشاركة ممثلي كلا الطرفين فيها، وكذلك في مجال الدراسات العليا والبحث العلمي.

الفكرة

26

إطلاق مشروع دراسة وتصميم البنية التحتية للمعلومات الجغرافية المكانية بالدولة

•• أبوظبي - وام:

أطلق المركز الاتحادي للمعلومات الجغرافية امس مشروعاً حول دراسة وتصميم البنية التحتية للمعلومات الجغرافية المكانية بدولة الإمارات العربية المتحدة، لإطلاع كافة الأطراف المعنية الرئيسية الفاعلة بقطاع البنية التحتية للمعلومات المكانية على خطة عمل إعداد الدراسة وإشراكهم في عملية التطبيق.

تهدف الدراسة إلى تقييم ورسم صورة شاملة عن القطاع، ومن ثم اقتراح وصياغة سياسات وخطط تطوير القطاع طبقاً لأفضل الممارسات وأعلى المعايير العالمية. ويعكف المركز على إجراء الدراسة بالتعاون مع مختلف الأطراف المعنية والجهات العاملة على جمع البيانات المكانية، وذلك بما يتناسب مع مكانة المركز باعتباره المرجع الرسمي على مستوى الدولة بشأن المعلومات الجغرافية، ودوره في تطوير بنية تحتية للبيانات والخدمات المكانية شاملة وفاعلة للدولة تقوم على مبدأ المشاركة والتعاون بين الموزعين والمستخدمين للارتقاء بالخدمات والمعلومات المكانية من المستوى المحلي للمستوى الاتحادي.

وأسهمت الورشة فعلياً بالتحريف بأهمية المركز ودوره الاستراتيجي في تنظيم وتطوير القطاع وخطوات الطريق لإعداد البنية التحتية على المستوى الاتحادي، تبعها جلسات متخصصة للتعريف بمبادئ وممارسات وفوائد البنية التحتية للمعلومات الجغرافية المكانية الوطنية الأساسية، والاستعراض مجموعة من النماذج الدولية، إضافة إلى منهجية المشروع والمهام التي يتعين القيام بها بالتعاون مع الشركاء، وشرح لخطوات الدراسة ومنهجية تصميم منظومة البنية التحتية وخطة التنفيذ.

وقال سعادة الدكتور خليفة الرميثي، نائب رئيس مجلس إدارة المركز الاتحادي للمعلومات الجغرافية - في تصريح خاص لوكالة أنباء الإمارات "وام" - إن دراسة وتصميم البنية التحتية للبيانات الجغرافية المكانية بالدولة تعتبر منعطفاً مهماً في مسيرة تطور قطاع البيانات المكانية في الإمارات، وأحد الملامح والسمات الرئيسية التي تشكل مستقبل رؤية الدولة خلال السنوات والعقد المقبلة، حيث يضع هذا المشروع اللبنة الأولى في تطوير قطاع البيانات الجغرافية المكانية بالدولة.

وأوضح الرميثي أن المركز الاتحادي للمعلومات الجغرافية يمثل جهة استراتيجية تخدم جميع الجهات الاتحادية منها والمحلية بحيث يعتبر المرجع الأساسي في الدولة في شأن تنظيم وحكومة قطاع البيانات المكانية للمعلومات الجغرافية المكانية. مشيراً إلى أن من اختصاصات المركز وضع الخطط الاستراتيجية والإطر والسياسات والمعايير التي تضمن إدارة ومرونة ونشر وحماية سرية وحفظ أصول المعلومات المكانية بالتعاون مع مختلف الأطراف المعنية داخل وخارج الدولة.

وقال إن تأسيس المركز الاتحادي للمعلومات الجغرافية جاء بهدف تنظيم ورعاية ودعم قطاع البيانات الجغرافية المكانية في الدولة، وتنسيق الجهود والإجراءات والسياسات المتعلقة بها مع كافة الجهات المعنية، والعمل على توحيد الأطر والمعايير والمواصفات والإجراءات بما يخدم متطلبات هذه الجهات ودعم عملية اتخاذ القرار، كما يساهم المركز في تحقيق رؤية الإمارات 2021 من خلال المحور الخاص ببناء بيئة مستدامة وبنية تحتية متكاملة ومحور الاقتصاد التنافسي العربي المبني على الابتكار.

ولفت إلى أن هذه الدراسة تعتبر من بين أولى الخطوات الاستراتيجية لتقييم وضع القطاع وعناصر التمكين وآليات التطوير وفق أفضل المعايير والممارسات العالمية. وقال: ستلعب الأطراف المعنية بالدراسة دوراً رئيسياً في إعداد الدراسة من خلال المساهمة في إمداد المعلومات والبيانات اللازمة لإنجاح متطلبات الدراسة وتحقيق النتائج المرجوة منها، بما يعزز من ريادة الدولة إقليمياً وعالمياً في مجال البيانات الجغرافية المكانية.

من جهته أكد سعادة المهندس حامد الكعبي المدير العام لمركز الاتحادي للمعلومات الجغرافية لـ "وكالة أنباء الإمارات" وام" أهمية دور المركز في تنظيم وتطوير قطاع المعلومات الجغرافية في الدولة. مشيراً إلى أن المركز يهدف إلى العمل على إيجاد وإعداد السياسات والتشريعات والقوانين اللازمة لحكومة قطاع المعلومات الجغرافية في الدولة والعمل على تصميم وبناء المعايير والمواصفات الخاصة بالبيانات المشتركة وفق معايير عالمية بالتنسيق مع مختلف الجهات المعنية في الدولة.

وقال إن مشروع "دراسة وتصميم البنية التحتية للمعلومات الجغرافية المكانية بالدولة" يعتبر أول مشروع أطلقه المركز متخصص في تطوير قطاع البيانات الجغرافية المكانية بالدولة كما يعتبر من المشاريع الحيوية في الفترة الحالية. منوهاً إلى أن مخرجات المشروع تعمل على تحديث وتوجيه خارطة الطريق للمركز الاتحادي للمعلومات الجغرافية كما ستعمل على إيجاد الحلول المناسبة للتحديات الحالية الموجودة في قطاع المعلومات الجغرافية في الدولة.



انطلاق النسخة الرقمية الخاصة من «بريك بلك الشرق الأوسط»



•• دبي - وام:

انطلقت أمس فعاليات النسخة الرقمية الخاصة من "مؤتمر ومعرض بريك بلك الشرق الأوسط" - الحدث المتخصص في قطاع شحن البضائع العامة ومعدات المشاريع والصناعات الثقيلة في دول مجلس التعاون الخليجي والذي يعقد تحت رعاية وزارة الطاقة والبنية التحتية.

وشهد اليوم الأول نقاشات مهمة ودعمًا كبيرًا من أبرز القادة في القطاع من منطقة الشرق الأوسط وحول العالم، وجمع الحدث الافتراضي تحت مظلة عدد كبير من المتخصصين في قطاع شحن البضائع العامة على مستوى العالم، كما سلط الضوء على الموضوعات ذات الصلة بما في ذلك استراتيجيات التعلّم للتعامل مع جائحة "كوفيد-19" وتوقعات السوق في ما يتعلق بقطاع شحن البضائع العامة ومعدات المشاريع والصناعات الثقيلة.

افتتح معالي سهيل بن محمد فرج فارس المزروعى وزير الطاقة والبنية التحتية، الجلسة الأولى التي عقدت بعنوان "موجز الأعمال - توقعات الأعمال والمشاريع في منطقة الشرق الأوسط"، وتضمنت قائمة المتحدثين الأميرة سارة آل سعود مدير تطوير الأعمال البحرية في المنتدى الدولي للشحن البحري بالأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والإعلاميات والعلوم التطبيقية وسعادة الدكتور إسماعيل عبدالغفار إسماعيل فرج رئيس الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والإعلاميات والعلوم التطبيقية.

وأضاف "أنه بالرغم من التحديات الراهنة، وما صاحبها من إجراءات الإغلاق والقيود المفروضة على السفر في أجزاء كثيرة من العالم إلا أن قطاع شحن البضائع العامة ومعدات المشاريع والصناعات الثقيلة في الإمارات شهد انتعاشاً بفضل تبني التقنيات الحديثة للحفاظ على سلسلة التوريد الفعالة، وتوقع معاليه أن يشهد القطاع

ارتقاعاً تدريجياً في الأعمال التجارية ما بعد "كوفيد-19" وانتعاشاً قوياً مدفوعاً بشكل أساسي بمجموعة من الإجراءات التي يتم اتخاذها في الوقت المناسب فضلاً عن الأساليب القوية والاستثمارات في التقنيات الذكية والحوافز المالية.

وقال معالي سهيل المزروعى: "على مدى السنوات الماضية نجح مؤتمرونا ومعرض بريك بلك الشرق الأوسط في توحيد الجهود ومنحنا منصة لمشاركة خبراتنا وقد أسهم ذلك بالتأكيد في النجاح المستمر للوائح وأنظمة العمل والعمليات العامة في القطاع، وقد دعمنا قدرتها على إحداث فرق، وأعرب عن رئيس في الاقتصادات الوطنية.

وقال معاليه: "فتفخر دولة الإمارات أن اثنين من مؤمناتنا تم تصنيفهما ضمن أفضل 50 ميناء عالمياً على مستوى العالم، فيما تستأجر الدولة حالياً بنسبة 35 بالمائة من الاستثمارات في قطاع الشحن البحري في المنطقة، فقد استثمرنا أكثر من 157 مليار درهم في تطوير وتوسيع الموانئ المحلية في الإمارات".

وأضاف "أنه بالرغم من التحديات الراهنة، وما صاحبها من إجراءات الإغلاق والقيود المفروضة على السفر في أجزاء كثيرة من العالم إلا أن قطاع شحن البضائع العامة ومعدات المشاريع والصناعات الثقيلة في الإمارات شهد انتعاشاً بفضل تبني التقنيات الحديثة للحفاظ على سلسلة التوريد الفعالة، وتوقع معاليه أن يشهد القطاع

ارتقاعاً تدريجياً في الأعمال التجارية ما بعد "كوفيد-19" وانتعاشاً قوياً مدفوعاً بشكل أساسي بمجموعة من الإجراءات التي يتم اتخاذها في الوقت المناسب فضلاً عن الأساليب القوية والاستثمارات في التقنيات الذكية والحوافز المالية.

وقال معالي سهيل المزروعى: "على مدى السنوات الماضية نجح مؤتمرونا ومعرض بريك بلك الشرق الأوسط في توحيد الجهود ومنحنا منصة لمشاركة خبراتنا وقد أسهم ذلك بالتأكيد في النجاح المستمر للوائح وأنظمة العمل والعمليات العامة في القطاع، وقد دعمنا قدرتها على إحداث فرق، وأعرب عن رئيس في الاقتصادات الوطنية.

وقال معاليه: "فتفخر دولة الإمارات أن اثنين من مؤمناتنا تم تصنيفهما ضمن أفضل 50 ميناء عالمياً على مستوى العالم، فيما تستأجر الدولة حالياً بنسبة 35 بالمائة من الاستثمارات في قطاع الشحن البحري في المنطقة، فقد استثمرنا أكثر من 157 مليار درهم في تطوير وتوسيع الموانئ المحلية في الإمارات".

وأضاف "أنه بالرغم من التحديات الراهنة، وما صاحبها من إجراءات الإغلاق والقيود المفروضة على السفر في أجزاء كثيرة من العالم إلا أن قطاع شحن البضائع العامة ومعدات المشاريع والصناعات الثقيلة في الإمارات شهد انتعاشاً بفضل تبني التقنيات الحديثة للحفاظ على سلسلة التوريد الفعالة، وتوقع معاليه أن يشهد القطاع

ارتقاعاً تدريجياً في الأعمال التجارية ما بعد "كوفيد-19" وانتعاشاً قوياً مدفوعاً بشكل أساسي بمجموعة من الإجراءات التي يتم اتخاذها في الوقت المناسب فضلاً عن الأساليب القوية والاستثمارات في التقنيات الذكية والحوافز المالية.

حيث استفاد طلاب الأكاديمية من جلسات اليوم الأول وكوّنوا رؤية شاملة حول الموضوعات التي تم مناقشتها ويتطلعون إلى اليوم الثاني الذي سيشهد منتدى المرأة وجلسات يوم التعليم.

تطرقت الجلسة الأخيرة من اليوم الأول إلى المشاريع في منطقة الشرق الأوسط ومشهد الأعمال في مرحلة ما بعد كوفيد-19 وأدارها غيرمو كوبيلو فرنانديز رئيس مجلس إدارة Técnicas Reunidas مدير العمليات والمدير الإقليمي للعمليات اللوجستية لمنطقة الشرق الأوسط وأفريقيا في شركة "أجيليتي" ومحمد العلي نائب رئيس تنفيذي أول لإدارة السفن في شركة أدنوك للإمداد والخدمات وخالد المزروعى المدير التجاري لمدينة خليفة الصناعية في أبوظبي كيزاد.

وقال سعادة الدكتور إسماعيل عبدالغفار إسماعيل فرج رئيس الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري إن قطاع شحن البضائع العامة ومعدات المشاريع والصناعات الثقيلة يلعب دوراً أساسياً في منطقة الشرق الأوسط وتعد دولة الإمارات والمملكة العربية السعودية ودولة الكويت من بين الدول الرائدة في هذا القطاع، ولضمان الحفاظ على موقعنا الريادي من المهم التركيز على جيل المستقبل الذي سيقود القطاع ليكون أكثر ازدهاراً.

وأعرب عن حماسهم للمشاركة مع النسخة الرقمية الخاصة من "مؤتمر ومعرض بريك بلك الشرق الأوسط" الطموحين والطلاب.

وقال سعادة الدكتور إسماعيل عبدالغفار إسماعيل فرج رئيس الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري إن قطاع شحن البضائع العامة ومعدات المشاريع والصناعات الثقيلة يلعب دوراً أساسياً في منطقة الشرق الأوسط وتعد دولة الإمارات والمملكة العربية السعودية ودولة الكويت من بين الدول الرائدة في هذا القطاع، ولضمان الحفاظ على موقعنا الريادي من المهم التركيز على جيل المستقبل الذي سيقود القطاع ليكون أكثر ازدهاراً.

وأعرب عن حماسهم للمشاركة مع النسخة الرقمية الخاصة من "مؤتمر ومعرض بريك بلك الشرق الأوسط" الطموحين والطلاب.

وقال سعادة الدكتور إسماعيل عبدالغفار إسماعيل فرج رئيس الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري إن قطاع شحن البضائع العامة ومعدات المشاريع والصناعات الثقيلة يلعب دوراً أساسياً في منطقة الشرق الأوسط وتعد دولة الإمارات والمملكة العربية السعودية ودولة الكويت من بين الدول الرائدة في هذا القطاع، ولضمان الحفاظ على موقعنا الريادي من المهم التركيز على جيل المستقبل الذي سيقود القطاع ليكون أكثر ازدهاراً.

وأعرب عن حماسهم للمشاركة مع النسخة الرقمية الخاصة من "مؤتمر ومعرض بريك بلك الشرق الأوسط" الطموحين والطلاب.

وقال سعادة الدكتور إسماعيل عبدالغفار إسماعيل فرج رئيس الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري إن قطاع شحن البضائع العامة ومعدات المشاريع والصناعات الثقيلة يلعب دوراً أساسياً في منطقة الشرق الأوسط وتعد دولة الإمارات والمملكة العربية السعودية ودولة الكويت من بين الدول الرائدة في هذا القطاع، ولضمان الحفاظ على موقعنا الريادي من المهم التركيز على جيل المستقبل الذي سيقود القطاع ليكون أكثر ازدهاراً.

وأعرب عن حماسهم للمشاركة مع النسخة الرقمية الخاصة من "مؤتمر ومعرض بريك بلك الشرق الأوسط" الطموحين والطلاب.

وقال سعادة الدكتور إسماعيل عبدالغفار إسماعيل فرج رئيس الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري إن قطاع شحن البضائع العامة ومعدات المشاريع والصناعات الثقيلة يلعب دوراً أساسياً في منطقة الشرق الأوسط وتعد دولة الإمارات والمملكة العربية السعودية ودولة الكويت من بين الدول الرائدة في هذا القطاع، ولضمان الحفاظ على موقعنا الريادي من المهم التركيز على جيل المستقبل الذي سيقود القطاع ليكون أكثر ازدهاراً.

وأعرب عن حماسهم للمشاركة مع النسخة الرقمية الخاصة من "مؤتمر ومعرض بريك بلك الشرق الأوسط" الطموحين والطلاب.

وقال سعادة الدكتور إسماعيل عبدالغفار إسماعيل فرج رئيس الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري إن قطاع شحن البضائع العامة ومعدات المشاريع والصناعات الثقيلة يلعب دوراً أساسياً في منطقة الشرق الأوسط وتعد دولة الإمارات والمملكة العربية السعودية ودولة الكويت من بين الدول الرائدة في هذا القطاع، ولضمان الحفاظ على موقعنا الريادي من المهم التركيز على جيل المستقبل الذي سيقود القطاع ليكون أكثر ازدهاراً.

توضيح عام حول تسجيل المؤسسات الفردية لضريبة القيمة المضافة

الضريبة فيما يتعلق بالمؤسسات الفردية، وتقوم بتبليغهم بالإجراءات التصحيحية الواجب اتخاذها إذا استمدت الحاجة. وأكدت الهيئة أن التوريدات الخاصة بالضريبة التي يقدمها الشخص الطبيعي، إضافة إلى مؤسسته/مؤسسته الفردية، يجب أن تؤخذ بعين الاعتبار مجتمعاً لأغراض تحديد ما إذا كان الشخص تخطى حد التسجيل الإلزامي لضريبة القيمة المضافة البالغ 375.000 درهم. وأشارت الهيئة إلى أنه يجب على أي مسجل إبلاغها عن أي ضريبة مخرجات غير مصرح عنها من خلال تقديم تصريح طوعي وفقاً لما ورد بالقانون الاتحادي رقم 7 لسنة 2017 في شأن الإجراءات الضريبية المحلي وتعزيز حركة الاستثمارات وتحقق تنمية اقتصادية مستدامة في الإمارة. وتوسع دائرة التنمية الاقتصادية بشكل مستمر لتفعيل الربط الإلكتروني مع جميع الجهات الحكومية ذات العلاقة لتسهيل الإجراءات على المستثمرين مما يساهم بشكل كبير في جذب الاستثمار للإمارة تحقيقاً لرؤية الإمارة بالريادة في التنمية الشاملة لتحقيق اقتصاد تنافسي متنوع قائم على المعرفة والابتكار.

وأكد سعادة سلطان عبدالله بن هده السويدي أن الدائرة مستمرة في التنسيق مع لجنة الشؤون المالية والاقتصادية والصناعية بالمجلس الاستشاري لإمارة الشارقة من خلال إطلاعها على آخر المستجدات والتطورات الحاصلة في الساحة الاقتصادية للإمارة.

من جانبه قال سعادة سيف محمد جاسم المدفع إن اللقاء شكل فرصة للإطلاع على عمل دائرة التنمية الاقتصادية ومبادراتها وخططها وتطلعاتها المستقبلية والتعرف على ما تقوم به من أعمال لتعزيز البنية الاقتصادية في إمارة الشارقة ليس في مدينة الشارقة فحسب بل

والخاص والشركاء الإستراتيجيين وذلك من أجل تبسيط الإجراءات على المستثمرين وتوفير العديد من القنوات لإنجاز المعاملات بأسرع وقت ممكن من أجل خدمة الاقتصاد المحلي وتعزيز حركة الاستثمارات وتحقيق تنمية اقتصادية مستدامة في الإمارة. وتوسع دائرة التنمية الاقتصادية بشكل مستمر لتفعيل الربط الإلكتروني مع جميع الجهات الحكومية ذات العلاقة لتسهيل الإجراءات على المستثمرين مما يساهم بشكل كبير في جذب الاستثمار للإمارة تحقيقاً لرؤية الإمارة بالريادة في التنمية الشاملة لتحقيق اقتصاد تنافسي متنوع قائم على المعرفة والابتكار.

وأكد سعادة سلطان عبدالله بن هده السويدي أن الدائرة مستمرة في التنسيق مع لجنة الشؤون المالية والاقتصادية والصناعية بالمجلس الاستشاري لإمارة الشارقة من خلال إطلاعها على آخر المستجدات والتطورات الحاصلة في الساحة الاقتصادية للإمارة.

من جانبه قال سعادة سيف محمد جاسم المدفع إن اللقاء شكل فرصة للإطلاع على عمل دائرة التنمية الاقتصادية ومبادراتها وخططها وتطلعاتها المستقبلية والتعرف على ما تقوم به من أعمال لتعزيز البنية الاقتصادية في إمارة الشارقة ليس في مدينة الشارقة فحسب بل

إطار خدمة "التوضيحات العامة" المقدمة عبر الموقع الإلكتروني للهيئة الاتحادية للضرائب التي تهدف تعريف الأشخاص بالجوانب الضريبية التي تحتاج شرح تفصيلي لتبسيطها وتمكينهم من تطبيق المبادئ الضريبية بدقة وكفاءة، وذكرت الهيئة أن هذا التوضيح العام لا ينطبق على شركة الشخص الواحد (ذ.م.ش)، أو غيرها من الكيانات المماثلة التي ينظر إليها كشخص اعتباري منفصل ومستقل عن مالكيها (مالم تكن التشريعات السارية تعامل هذا الكيان والشخص الطبيعي على أنهما الشخص ذاته) مؤكداً أنه لنفاذ الشك فإنه لا يمكن لشخصية اعتبارية (مثل شركة) أن تمتلك مؤسسة فردية. وأوضحت الهيئة أنها في حالات معينة تقوم بمراجعة التسجيل الضريبي من قبل الخاضعين

إطار خدمة "التوضيحات العامة" المقدمة عبر الموقع الإلكتروني للهيئة الاتحادية للضرائب التي تهدف تعريف الأشخاص بالجوانب الضريبية التي تحتاج شرح تفصيلي لتبسيطها وتمكينهم من تطبيق المبادئ الضريبية بدقة وكفاءة، وذكرت الهيئة أن هذا التوضيح العام لا ينطبق على شركة الشخص الواحد (ذ.م.ش)، أو غيرها من الكيانات المماثلة التي ينظر إليها كشخص اعتباري منفصل ومستقل عن مالكيها (مالم تكن التشريعات السارية تعامل هذا الكيان والشخص الطبيعي على أنهما الشخص ذاته) مؤكداً أنه لنفاذ الشك فإنه لا يمكن لشخصية اعتبارية (مثل شركة) أن تمتلك مؤسسة فردية. وأوضحت الهيئة أنها في حالات معينة تقوم بمراجعة التسجيل الضريبي من قبل الخاضعين

إطار خدمة "التوضيحات العامة" المقدمة عبر الموقع الإلكتروني للهيئة الاتحادية للضرائب التي تهدف تعريف الأشخاص بالجوانب الضريبية التي تحتاج شرح تفصيلي لتبسيطها وتمكينهم من تطبيق المبادئ الضريبية بدقة وكفاءة، وذكرت الهيئة أن هذا التوضيح العام لا ينطبق على شركة الشخص الواحد (ذ.م.ش)، أو غيرها من الكيانات المماثلة التي ينظر إليها كشخص اعتباري منفصل ومستقل عن مالكيها (مالم تكن التشريعات السارية تعامل هذا الكيان والشخص الطبيعي على أنهما الشخص ذاته) مؤكداً أنه لنفاذ الشك فإنه لا يمكن لشخصية اعتبارية (مثل شركة) أن تمتلك مؤسسة فردية. وأوضحت الهيئة أنها في حالات معينة تقوم بمراجعة التسجيل الضريبي من قبل الخاضعين

إطار خدمة "التوضيحات العامة" المقدمة عبر الموقع الإلكتروني للهيئة الاتحادية للضرائب التي تهدف تعريف الأشخاص بالجوانب الضريبية التي تحتاج شرح تفصيلي لتبسيطها وتمكينهم من تطبيق المبادئ الضريبية بدقة وكفاءة، وذكرت الهيئة أن هذا التوضيح العام لا ينطبق على شركة الشخص الواحد (ذ.م.ش)، أو غيرها من الكيانات المماثلة التي ينظر إليها كشخص اعتباري منفصل ومستقل عن مالكيها (مالم تكن التشريعات السارية تعامل هذا الكيان والشخص الطبيعي على أنهما الشخص ذاته) مؤكداً أنه لنفاذ الشك فإنه لا يمكن لشخصية اعتبارية (مثل شركة) أن تمتلك مؤسسة فردية. وأوضحت الهيئة أنها في حالات معينة تقوم بمراجعة التسجيل الضريبي من قبل الخاضعين

إطار خدمة "التوضيحات العامة" المقدمة عبر الموقع الإلكتروني للهيئة الاتحادية للضرائب التي تهدف تعريف الأشخاص بالجوانب الضريبية التي تحتاج شرح تفصيلي لتبسيطها وتمكينهم من تطبيق المبادئ الضريبية بدقة وكفاءة، وذكرت الهيئة أن هذا التوضيح العام لا ينطبق على شركة الشخص الواحد (ذ.م.ش)، أو غيرها من الكيانات المماثلة التي ينظر إليها كشخص اعتباري منفصل ومستقل عن مالكيها (مالم تكن التشريعات السارية تعامل هذا الكيان والشخص الطبيعي على أنهما الشخص ذاته) مؤكداً أنه لنفاذ الشك فإنه لا يمكن لشخصية اعتبارية (مثل شركة) أن تمتلك مؤسسة فردية. وأوضحت الهيئة أنها في حالات معينة تقوم بمراجعة التسجيل الضريبي من قبل الخاضعين

إطار خدمة "التوضيحات العامة" المقدمة عبر الموقع الإلكتروني للهيئة الاتحادية للضرائب التي تهدف تعريف الأشخاص بالجوانب الضريبية التي تحتاج شرح تفصيلي لتبسيطها وتمكينهم من تطبيق المبادئ الضريبية بدقة وكفاءة، وذكرت الهيئة أن هذا التوضيح العام لا ينطبق على شركة الشخص الواحد (ذ.م.ش)، أو غيرها من الكيانات المماثلة التي ينظر إليها كشخص اعتباري منفصل ومستقل عن مالكيها (مالم تكن التشريعات السارية تعامل هذا الكيان والشخص الطبيعي على أنهما الشخص ذاته) مؤكداً أنه لنفاذ الشك فإنه لا يمكن لشخصية اعتبارية (مثل شركة) أن تمتلك مؤسسة فردية. وأوضحت الهيئة أنها في حالات معينة تقوم بمراجعة التسجيل الضريبي من قبل الخاضعين

إطار خدمة "التوضيحات العامة" المقدمة عبر الموقع الإلكتروني للهيئة الاتحادية للضرائب التي تهدف تعريف الأشخاص بالجوانب الضريبية التي تحتاج شرح تفصيلي لتبسيطها وتمكينهم من تطبيق المبادئ الضريبية بدقة وكفاءة، وذكرت الهيئة أن هذا التوضيح العام لا ينطبق على شركة الشخص الواحد (ذ.م.ش)، أو غيرها من الكيانات المماثلة التي ينظر إليها كشخص اعتباري منفصل ومستقل عن مالكيها (مالم تكن التشريعات السارية تعامل هذا الكيان والشخص الطبيعي على أنهما الشخص ذاته) مؤكداً أنه لنفاذ الشك فإنه لا يمكن لشخصية اعتبارية (مثل شركة) أن تمتلك مؤسسة فردية. وأوضحت الهيئة أنها في حالات معينة تقوم بمراجعة التسجيل الضريبي من قبل الخاضعين

اقتصادية الشارقة تؤكد الحرص على تذييل أي عقبات أمام المستثمرين

لجنة الشؤون المالية والاقتصادية والصناعية بالمجلس الاستشاري لإمارة الشارقة وأعضاء اللجنة. ويحث اللقاء تعزيز أطر التنسيق والتعاون المشترك بين الجانبين والمساهمة بالبناء على تحقيق التنمية الاقتصادية المستدامة لإمارة الشارقة وذلك بالاستخدام الأمثل للموارد البشرية والتقنية وتوفير كافة الخدمات وتسهيلها على المستثمرين.

وقال السويدي إن دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة على دراية بالمشاكل التي تواجه المستثمرين وتعمل على توفير بيئة عمل اقتصادية مستدامة في الإمارة. وتوسع دائرة التنمية الاقتصادية بشكل مستمر لتفعيل الربط الإلكتروني مع جميع الجهات الحكومية ذات العلاقة لتسهيل الإجراءات على المستثمرين مما يساهم بشكل كبير في جذب الاستثمار للإمارة تحقيقاً لرؤية الإمارة بالريادة في التنمية الشاملة لتحقيق اقتصاد تنافسي متنوع قائم على المعرفة والابتكار.

وأكد سعادة سلطان عبدالله بن هده السويدي أن الدائرة مستمرة في التنسيق مع لجنة الشؤون المالية والاقتصادية والصناعية بالمجلس الاستشاري لإمارة الشارقة من خلال إطلاعها على آخر المستجدات والتطورات الحاصلة في الساحة الاقتصادية للإمارة.

من جانبه قال سعادة سيف محمد جاسم المدفع إن اللقاء شكل فرصة للإطلاع على عمل دائرة التنمية الاقتصادية ومبادراتها وخططها وتطلعاتها المستقبلية والتعرف على ما تقوم به من أعمال لتعزيز البنية الاقتصادية في إمارة الشارقة ليس في مدينة الشارقة فحسب بل

والخاص والشركاء الإستراتيجيين وذلك من أجل تبسيط الإجراءات على المستثمرين وتوفير العديد من القنوات لإنجاز المعاملات بأسرع وقت ممكن من أجل خدمة الاقتصاد المحلي وتعزيز حركة الاستثمارات وتحقيق تنمية اقتصادية مستدامة في الإمارة. وتوسع دائرة التنمية الاقتصادية بشكل مستمر لتفعيل الربط الإلكتروني مع جميع الجهات الحكومية ذات العلاقة لتسهيل الإجراءات على المستثمرين مما يساهم بشكل كبير في جذب الاستثمار للإمارة تحقيقاً لرؤية الإمارة بالريادة في التنمية الشاملة لتحقيق اقتصاد تنافسي متنوع قائم على المعرفة والابتكار.



خلال لقاء مجموعة عمل السياحة غرفة عجمان تبحث آليات الارتقاء بالقطاع السياحي ومنشآت تنظيم المناسبات

•• عجمان- الفجر:

بحثت غرفة تجارة وصناعة عجمان سبل الارتقاء بالقطاع السياحي في الإمارة واستشراف المستقبل لرصد المقترحات والتوصيات، خلال لقاء مشترك لمجموعة عمل السياحة التابعة لغرفة عجمان وذلك بالتعاون مع دائرة التنمية السياحية ودائرة التنمية الاقتصادية.

حضر اللقاء في بُعد، سعادة سالم السويدي مدير عام غرفة عجمان، وناصر الظفري المدير التنفيذي لقطاع الاتصال ودعم الأعضاء وعبدالله عبدالحمسن النعيمي مدير مكتب علاقات ودعم لاعضاء في غرفة عجمان، وممثلي دائرة التنمية السياحية ودائرة التنمية الاقتصادية والمنشآت السياحية

ومنشآت تنظيم المناسبات في الإمارة. في مستهل اللقاء رحب سعادة سالم السويدي بالحضور، وأكد على أهمية اللقاء ودوره في توفير قناة تواصل مباشرة بين الجهات الحكومية وممثلي القطاع السياحي ومنشآت تنظيم المناسبات لإستعراض متطلبات المرحلة القادمة والعمل المشترك لدعم أعضاء الغرفة من العاملين بالقطاع السياحي من خلال بلورة المقترحات والتوصيات ورزفها إلى صنع القرار.



«الطوارئ والأزمات» في الشارقة يحدد الطاقات الاستيعابية للنشاطات التجارية والاقتصادية والسياحية

•• الشارقة- وام:

أعلن الفريق المحلي للطوارئ والأزمات والكوارث في الشارقة عن إجراءات جديدة تساعد على التصدي لجانحة "كوفيد-19" على مستوى إمارة الشارقة وفقاً للتوجيهات الصادرة عن الهيئة الوطنية لإدارة الطوارئ والأزمات والكوارث في الدولة وذلك تعزيزاً للإجراءات الوقائية لاحتواء العدوى والحد من انتشار فيروس "كوفيد-19" وحفاظاً على الصحة العامة لأفراد المجتمع.

وشملت الإجراءات اعتماد الطاقة الاستيعابية لسعة وسائل النقل العام بنسبة 50 بالمائة والمراكز التجارية بنسبة 60 بالمائة ودور السينما والأنشطة

والفعاليات الترفيهية داخل القاعات المغلقة بنسبة 50 بالمائة والصالات الرياضية بنسبة 50 بالمائة والشواطئ والحدائق العامة بنسبة 70 بالمائة وأحواض السباحة والشواطئ الخاصة في المنشآت الفندقية بنسبة 50 بالمائة وتأجيل الحفلات الغنائية والموسيقية لمدة 4 أسابيع قابلة للتتمديد وفق تطورات الوضع. كما تم تحديد نشاطات المطاعم والمقاهي بعدم السماح بالجلوس على الطاولة الواحدة لأكثر من 4 أشخاص باستثناء أفراد العائلة الواحدة مع الإزام مقدمي الخدمة بإجراء الفحص كل أسبوعين ويستثنى من ذلك الطعمين الوطنيين والمنطوعين في التجارب السريرية للقاحات كوفيد-19، والتقييد بأعداد الأشخاص في احتفالات وأوصى الفريق المحلي للطوارئ والأزمات بتكثيف

محلات التفتيش والرقابة على جميع القطاعات للتأكد من الالتزام بالتطبيق الدقيق للبروتوكولات الوطنية للوقاية والتدابير الاحترازية وفي مقدمتها الالتزام بالتباعد المكاني وليس الكمادات وتحويل المخالفين للنائب العام حسب القوانين المعمدة. ودعت اللجنة التنفيذية لإدارة الأزمات والكوارث في الشارقة أفراد المجتمع كافة إلى ضرورة الالتزام بالتعليمات والإجراءات الاحترازية، وأكدت أن التزام كل فرد عامل رئيسي في الحفاظ على سلامة المجتمع، محذرة من أنه لن يكون هناك أي تعاون في تشديد المخالفات على كل من ثبت تعمد الإخلال بالإجراءات الاحترازية أو تجاهلها لما يمثله ذلك من إخلال بسلامة وصحة المجتمع.

بنك دبي التجاري يطلق منصة «أعرف عميلك» القائمة على تقنية بلوك تشين في الإمارات

•• دبي- الفجر:

أعلن بنك دبي التجاري، أحد البنوك الوطنية الرائدة في دولة الإمارات العربية المتحدة، عن جاهزيته لبدء تشغيل منصة «أعرف عميلك» القائمة على تقنية «بلوك تشين» وهي مبادرة تسهل عملية فتح الحسابات بأسلوب رقمي آمن، وتحديث البيانات إلكترونياً، ومشاركة بيانات العملاء الموثقة بين سلطات الترخيص والمؤسسات المالية. وتقدم هذه المبادرة الرائدة من قبل اقتصادية دبي، وتحظى بدعم من شركة «نور بلوك»، وهي شركة عالمية رائدة في مجال تقنيات بلوك تشين تعمل على تطوير منصات مشاركة بيانات العملاء.



دبي: «لطالما سعت اقتصادية دبي وبنك دبي التجاري، من خلال شراكتهما القوية والطويلة الأجل، لتعزيز سهولة ممارسة الأعمال للمستثمرين والشركات في دولة الإمارات العربية المتحدة. ويسعدنا اليوم أن يكون بنك دبي التجاري من أوائل البنوك التي أعلنت جاهزيتها لتشغيل منصة «أعرف عميلك» والعمل بها والتي تتيح للمستثمرين والشركات حاملي رخص دائرة التنمية الاقتصادية فتح حساب مصرفي رقمي على الفور، كما تتيح للبنوك الحصول على تحديثات بيانات مباشرة لعملائها من الشركات الصغيرة والمتوسطة. وقد تم تسجيل بيانات 40% من إجمالي الرخص التجارية في دولة الإمارات العربية المتحدة على المنصة. وتأتي هذه المبادرة

تماشياً مع رؤية الحكومة لدفع التحول الرقمي لضمان استمرارية الأعمال القوية واستدامتها، حيث توفر تجربة سلسة للمستثمرين والشركات التي تسعى إلى ترسيخ نفسها في دولة الإمارات العربية المتحدة. «كما أننا ندعو كينانات الترخيص الأخرى والمناطق الحرة والمؤسسات المالية للانضمام إلى منصة «أعرف عميلك» والاستفادة من هذه المبادرة الرائدة في السوق التي تم اختيارها بالكامل وأثبتت كفاءتها وجدارتها. كما أننا نتطلع إلى انضمام بنك أبوظبي التجاري وبنك HSBC وبنك رأس الخيمة الوطني لبدء تشغيل المنصة والقرر أن يكون في الربع الأول من عام 2021، فضلاً عن توسيع نطاق المبادرة لتشمل المزيد من البنوك والمناطق الحرة. وستكون خطوتنا المقبلة هي الإطلاق الرسمي

الاتفاقية التحالف المحوكة للمنصة والتي ستحدد كيفية مشاركة البيانات بين أعضائها. من جانبه قال الدكتور بيرند فان ليندر، الرئيس التنفيذي لبنك دبي التجاري: «يسعدنا أن تكون دبي التجاري من أوائل البنوك في دولة الإمارات العربية المتحدة التي أعلنت جاهزيتها لإطلاق منصة «أعرف عميلك» القائمة على تقنية «بلوك تشين»، بالتعاون مع الاقتصادية دبي. وتأتي هذه الخطوة من منطلق التزام بنك دبي التجاري بتسريع وتيرة الاقتصاد الوطني وتعزيز مناخ الأعمال من خلال اعتماد حلول رقمية مبتكرة وتقديم تجربة مصرفية سلسة، بما يتماشى مع إستراتيجيتنا بأن تكون بنكاً رقمياً بالكامل. وستعمل هذه المنصة على تسهيل فتح الحسابات للعملاء من

الشركات الصغيرة والمتوسطة والمشاريع الناشئة وتعزيز عملية «أعرف عميلك» بصورة أسرع وأكثر أماناً باستخدام التقنيات المتقدمة التي تعمل بنظام «بلوك تشين» والذي سيؤدي إلى تسهيل فتح المشاريع في دولة الإمارات العربية المتحدة. وأضاف: «نتطلع إلى العمل مع الاقتصادية دبي و«نور بلوك» لتقديم للشركات الصغيرة والمتوسطة وللشركات الناشئة وسيلة سهلة ومرحة ورقمية لفتح حساب تجاري من خلال منصة «أعرف عميلك» القائمة على تقنية «بلوك تشين».

كما علق استيانا كاكس كاناكاكيس، الرئيس التنفيذي لشركة «نور بلوك» قائلاً: «تعد أدركت البنوك مثل بنك دبي التجاري أن القدرة على تقديم تجربة مصرفية رقمية وسلسة للعملاء هو أمر بات متوقفاً من العملاء. بالإضافة إلى ذلك، فإن تقليل الجهد المبذول في الإعداد لعملية «أعرف عميلك» يعني أنه يمكن إعطاء المزيد من الوقت والموارد في خدمة العملاء. ومع استمرار نمو نظام بلوك تشين في دولة الإمارات العربية المتحدة، ستصبح هذه الفوائد أكثر وضوحاً. وستعمل هذه المنصة على إزالة حواجز البيانات بين المؤسسات، مما سيؤدي إلى توفير التكاليف وتعزيز خدمة العملاء، مما سيسجل من القطاع المصرفي أكثر كفاءة».

وزير إير أبو ظبي تعلن عن بدء تسيير رحلاتها إلى الإسكندرية في 22 فبراير

•• أبو ظبي- الفجر:

أعلنت «وزير إير أبو ظبي»، أحدث شركات الطيران الوطنية في دولة الإمارات العربية المتحدة، عن بدء تسيير رحلاتها من أبو ظبي إلى الإسكندرية اعتباراً من 22 فبراير 2021، والتي تتيح للمسافرين فرصة شراء التذاكر بأسعار تبدأ من 179 درهماً، وذلك على موقعها الإلكتروني wizzair.com إلى جانب تطبيق الهاتف المتحرك الخاص بالشركة. ويهدأ الصدق قال كريس فان شايلن، المدير العام لشركة «وزير إير أبو ظبي»: «يسرنا إطلاق رحلات تربط بين دولة الإمارات العربية المتحدة، وجمهورية مصر العربية، حيث نتيج للمسافرين السفر من وإلى الإسكندرية بأسعار تنافسية. نتطلع إلى الترحيب للمسافرين عبر شبكة رحلاتنا من أبو ظبي. والجدير بالذكر أن الإسكندرية هي ثاني أكبر مدينة في جمهورية مصر العربية ومركز اقتصادي رئيسي للسياحة والصناعة. تمتد المدينة على طول الساحل الشمالي لجمهورية مصر العربية المطل على البحر الأبيض المتوسط لمسافة 40 كم. كما تشتهر بعصورها القديمة كجزيرة فاروس ومنارة الإسكندرية التي تعتبر واحدة من عجائب الدنيا السبع في العالم القديم بالإضافة إلى معبد سيرابيوم الأثري الذي يعد من المعالم السياحية الهامة في المدينة. ويضم أسطول طائرات «وزير إير أبو ظبي» 4 طائرات من طراز إيرباص A321neo الجديدة كلياً، التي تتيح لشركة «أف بصمة» ببنية ممتدة مقارنة بمنافسها في المنطقة، وتبني الشركة أفضل الممارسات في مجال التقييم عبر شبكتها، من خلال التدابير الوقائية المعززة التي تضمن من خلالها صحة وسلامة المسافرين وأفراد طاقمها.



الغرفة

27 أسعار الفائدة على القروض في الإمارات الأكثر جاذبية في المنطقة

•• أبو ظبي- وام:

سجلت أسعار الفائدة على التعاملات بالدرهم بين البنوك الإيبور، المزيد من التراجع مما زاد من جاذبية سوق الإقراض في دولة الإمارات منذ بداية العام 2021. وتظهر أحدث البيانات الصادرة عن مصرف الإمارات المركزي أمس انخفاض أسعار الإيبور على جميع الأجل وفي مقدمتها الأجل لمدة عام بالإضافة إلى الأجل لمدة 6 أشهر، حيث انخفضت على الأول إلى مستوى 0.497% وعلى الثاني إلى 0.436%. كذلك كان وضع أسعار الفائدة على بقية الأجل وذلك بحسب ما تظهره النشرة الصادرة عن المصرف المركزي. وفي ظل التراجع المتواصل لأسعار «الإيبور» في الدولة، باتت البنوك المحلية تقدم عروضاً مغرية للأفراد والمؤسسات ونسبة فائدة تصل إلى 2.5% على القروض المقدمة لبعض شرائح العملاء. وتعد هذه النسب المئوية من الفوائد على القروض الأكثر جاذبية على مستوى دول الخليج العربي والشرق الأوسط، مما يعكس توفر فائض كبير من السيولة لدى الجهاز المصرفي الإماراتي والذي يُصنف بكونه الأقوى من حيث الملاءة المالية في المنطقة. يشار إلى أن استمرار تراجع أسعار الفائدة على التعاملات بالدرهم «الإيبور» جاء بعد القرار الذي اتخذته الفيدرالي الأمريكي في وقت سابق بالإبقاء على أسعار الفائدة عند مستوياتها دون تغيير الأمر الذي دفع مصرف الإمارات المركزي لمحاكاة هذه القرار وذلك نظراً لارتباط سعر صرف الدرهم بالدولار.

«خدمات رأس الخيمة» تطلق مبادرة الفنادق الخضراء 2021

•• رأس الخيمة - وام:

أطلقت دائرة الخدمات العامة في رأس الخيمة بالتعاون مع هيئة رأس الخيمة لتنمية السياحة للعام الرابع على التوالي مبادرة الفنادق الخضراء 2021 بهدف تحقيق استدامة متكاملة بنسبة 100% في جميع فنادق رأس الخيمة والمساهمة في دعم القطاع السياحي وتطوير السياحة التراثية والبيئية التي تشهد نمواً متزايداً في الإمارة. تأتي المبادرة كأحدى مبادرات برنامج إعادة التدوير المبتكر «إماراتي بيتي» لتغيير طريقة إدارة المخلفات ابتداءً من الأفراد وصولاً إلى الشركات الخاصة وكبرى المؤسسات الحكومية والفنادق. وقال سعادة المهندس أحمد محمد الحمادي مدير عام دائرة الخدمات العامة: «تتهدد المبادرة بمشاركة 30 فندقاً من أكبر الفنادق وأعرقها في رأس الخيمة والتي تهدف إلى جعل الفنادق أكثر استدامة وصديقة للبيئة وذلك للحفاظ على الموارد الطبيعية ودعمًا لمساعي حكومة رأس الخيمة بشكل خاص والدولة بصفة عامة بمعالجة 75% من إجمالي النفايات البلدية الصلبة بطرق المعالجة المختلفة. من جانبه قال سعادة راكي فيليبس الرئيس التنفيذي لهيئة رأس الخيمة لتنمية السياحة: «تأتي هذه المبادرة لتعزيز تطبيق أفضل الممارسات العالمية في مجالات الاستدامة ورفع معدلات إعادة تدوير المخلفات في فنادق رأس الخيمة في إطار الجهود المبذولة لتحقيق أهداف الأجندة الوطنية لرؤية الإمارات 2021».

مؤشر مديري المشتريات في دبي فوق مستوى النمو للشهر الثاني على التوالي

•• دبي - وام:

استمر مؤشر مديري المشتريات في دبي فوق مستوى النمو عند 50.6% خلال شهر يناير من العام 2021 وذلك للشهر الثاني على التوالي بحسب مؤشر مدراء المشتريات الصادر عن مجموعة «آي إتش إس ماركيت». ويظهر المؤشر أن قطاع الأعمال غير النشط في دبي حقق نمواً في النشاط التجاري للشهر الثاني على التوالي خلال يناير الماضي وذلك رغم الإجراءات الوقائية للحد من انتشار فيروس «كورونا». كذلك فقد أظهرت أرقام التوظيف في دبي ارتفاعاً طفيفاً للمرة الأولى منذ حوالي عام، وبأسرع وتيرة في 14 شهراً حيث أعربت الشركات عن تفاؤلها تجاه الأعمال المستقبلية. وقال ديفيد أوبن المحلل الاقتصادي في «آي إتش إس ماركيت»: «تعد نمى الشركات غير النشطة في دبي للشهر الثاني على التوالي في يناير، وازدادت الثقة في عام 2021 أيضاً بسبب سجل اللقاحات السريع في دولة الإمارات. ويؤكد تقرير المجموعة أن جميع القطاعات في دبي سجلت تحسناً ملحوظاً، علماً بأن قطاع الجملة والتجزئة كان الأفضل من حيث الأداء خلال شهر يناير الماضي والمحرك الرئيسي لخلق فرص العمل. وأكدت بعض الشركات زيادة في طلب العملاء، وكان التفاؤل عند أعلى مستوياته منذ سبتمبر الماضي».

قناة السويس للحاويات المصرية تستثمر 60 مليون دولار في 2021

•• القاهرة- رويترز:

قال سوناي موكرجي الرئيس التنفيذي التجاري لشركة قناة السويس للحاويات التابعة لجمهورية مصر الدنمركية إن الشركة ستستثمر 60 مليون دولار هذا العام لتطوير البنية التحتية للمحطة في شرق بورسعيد. وأبلغ موكرجي مؤتمراً صحفياً في القاهرة أمس الثلاثاء أن شركته التي تمتلك 18 ونشاً منهم ستة أوناش عملاقة «ستقوم بتعليق ستة أوناش أخرى خلال 2021 ليصبح عدد الأوناش العملاقة 12 ونشاً لديهم القدرة على التعامل مع السفن العملاقة التي تحمل نحو 24 ألف حاوية. تملك ميرسك 55 بالمائة من قناة السويس للحاويات من خلال شركتها التابعة إيه.بي.ام ترمينلز، وتملك كومكو باسفيتك 20 بالمائة، وهيئة قناة السويس عشرة بالمائة، والبنك الأهلي المصري خمسة بالمائة والنسبة المتبقية لشركات خاصة. وقال موكرجي رداً على سؤال لرويترز عن عدد الحاويات التي يتم تداولها والتوقع لعام 2021 «حجم تداول الحاويات زاد 20 بالمائة في 2020 ليبلغ 3.78 مليون حاوية... ستهدف زيادة عدد الحاويات المستقبلية هذا العام بنسبة 5-7 بالمائة. تعليق الأوناش وزيادة أسطول أوناش الساحة إلى 60 ونشاً من 50 ونشاً سيساعدنا في ذلك هذا العام. وأضاف أن الشركة عملت خلال عام 2020 بنحو 85 بالمائة من طاقتها الاستيعابية».



منوعات الفن

30

اكسبوجر 2021 يدعو جمهوره... 1558 حكاية بانتظاركم اليوم للاحتفاء بالفن والحياة

•• المشاركة-الفجر:

وسيلتقي الجمهور الرحالة برايان هودجيز خبير توثيق الاسفار والتصوير للمجلات الذي يؤمن بأن التصوير لا يقتصر على عملية التقاط اللحظة بحد ذاتها، وإنما تحويلها إلى مشاهد تترك أثراً عاطفياً عميقاً في قلب المتلقي، حيث وصف الكامييرا بأنها أداة منحتة قوى خارقة للتواصل مع الآخرين وفتحت أمامه أبواب ثقافات أخرى.

كما يستضيف المهرجان نخبة من الأسماء أبرزهم المصور الهولندي كريس دي بود، المتعاون مع منظمة "انقذوا الأطفال، (Save the Children)، لإنجاز مشروعه الذي يوثق فيه أحلام الأطفال في شتى أنحاء العالم ويغطي مواضع مختلفة ذات صلة باللاجئين السوريين، حيث يقول: "أعتبر جرس الباب أهم من زر التقاط الصورة في الكاميرا، فعندما يفتح شخص ما على الآخر، تبدأ عملية التواصل، أما أنا فأواصل مع الآخر من خلال التقاط الصور."

وتقول ضيفة المهرجان المصورة الصحفية البريطانية كلير توماس المعنية بشؤون الصراعات والنزاعات: "إن التقاط صور للنزاع والكفاح البشري وسيلة مهمة لإشراك المشاهد في قصة ما واستحضار التعاطف مع الناس الذين يواجهون المحن والمصائب، وقد يُعد أيضاً بمثابة تحذير من معاناة مستقبلية فيما يتم تسليط الضوء على سيادة الإنسانية حتى في أهلك الساعات وأصعب الظروف."

ويشارك في المهرجان المصور الباكستاني عاطف سعيد، الذي اشتهر بأساليبه التصويرية المتنوعة وحبّه للطبيعة، والذي ركز بشكل كبير على الضوء فهو الذي يأخذ وقته خلال العام لا لتقاط صورة للمشاهد الطبيعية باحترافية عالية، حيث يصف عملية التصوير بأنها متعلقة بأية تفكير الإنسان.

أسماء.. الصورة بكلماتهم

ويستضيف المهرجان هذا العام نخبة من ألمع مصوري العالم منهم المصور البريطاني أنتوني لام، المقيم بين لندن ودبي، في تصوير الفنون الجميلة الذي يؤكد على أن "العالم يزخر بالجمال الذي لا بد لنا من حمايته... فالصورة هي لحظة عابرة يتم التقاطها في الوقت المناسب ولكن الوقت يدهمنا حيث لا يسعنا سوى التصحيح."

كما يحل على الحدث مصور الشارع الهندي أشوك فيرما، الذي انطلق في مسيرته في العام 1995 حتى بات واحداً من أبرز الأسماء في المجال، والذي يشير إلى أن "التجارب التي يختبرها المصور في حياته تنتج أعمالاً أصلية تترك أثراً في مسيرته."

ويشارك في المهرجان المصور الباكستاني عاطف سعيد، الذي اشتهر بأساليبه التصويرية المتنوعة وحبّه للطبيعة، والذي ركز بشكل كبير على الضوء فهو الذي يأخذ وقته خلال العام لا لتقاط صورة للمشاهد الطبيعية باحترافية عالية، حيث يصف عملية التصوير بأنها متعلقة بأية تفكير الإنسان.



والتعرف إلى شخصياتهم والطريقة التي يرتدون من خلالها ملابسهم وسلوكهم وتفاعلهم مع الآخرين فضلاً عن الطاقة التي ينشرونها والانطباع الذي يتركونه خلفهم. أما أهم من كل ذلك فهي قصتهم، من جانبه يقول المصور الروسي سيرجي بونومارييف، الذي اشتهر بعمله في تغطية الحروب والصراعات في الشرق الأوسط بالإضافة إلى أزمة المهاجرين في أوروبا: "المصور الصحفي هو عيون المجتمع، إذ يحلل المعلومات على الأرض، ويسجل الوقائع ويقرأ مشاعر الغرباء كمرآة تعكس أهم اللحظات التاريخية. أما المصور المصري محمد كمال، المتخصص في فن تصوير المناظر الطبيعية والبيوتريه، فيقول: "تعتبر المادة والفن والصدفة ومدى الاستعداد عناصر يكمل أحدها الآخر، ويبقى كل مصور في انتظار التقاط الصورة المثالية التي تشمل جميع تلك العناصر، وبحسب معرفتي، لم تجتمع هذه العناصر يوماً ويحتمل ألا تجتمع أبداً."



المتحف المصري الكبير يستقبل قطعاً أثرية من مقتنيات توت عنخ آمون

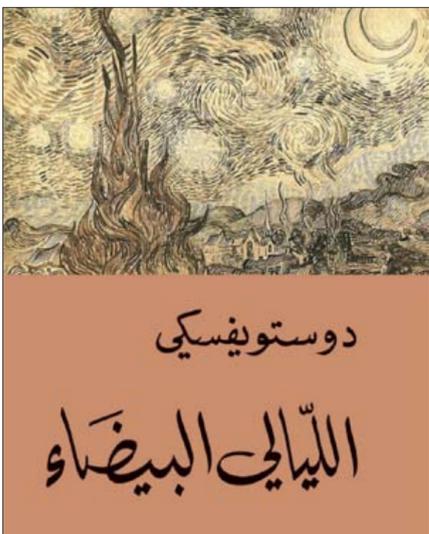
أو خارجها لحظة افتتاحه، لما يضم من عدد كبير من القطع الأثرية، التي تصل إلى أكثر من 50 ألف قطعة ضمن سيناريو العرض المتحفي، بالإضافة لعرض مقتنيات الملك الذهبي توت عنخ آمون بالكامل لأول مرة منذ اكتشاف مقبرته، وهناك نحو 8 آلاف عامل يعملون يومياً في المتحف 24 ساعة، ويضم المتحف مركز الترميم الذي يحوى 19 معملًا بينهم 7 معامل متخصصة في ترميم الآثار النقبلة ومقسم طبقاً للمواد الأثرية، فنجد أن لكل خامسة معمل فهناك ما هو مختص بالأخشاب والأحجار والآثار النقبلة والعضوية وغير العضوية والمشروعات الخاصة، إضافة للموميوات والبقايا الأثرية، ويوجد معمل للفحوص والتحليل وتشخيص مظاهر التلف.

عملية تغليف كل قطعة داخل قميص مبطن بالفوم وحرص فريق العمل على إجراء مسح راداري شامل قبل عملية النقل وتوثيق ثلاثي الأبعاد للوقوف على أماكن الضغط والقوة بها، وتم الحرص على إتباع أعلى معدلات الأمان في عمليات الاستلام والتغليف والترميم الأولى لجميع القطع الأثرية الصغيرة والمتوسطة الحجم، تمهيداً لتوضعهم داخل معامل مركز الترميم للبدء في أعمال الترميم والصيانة اللازمة لها، وتمت عملية النقل وسط إجراءات أمنية وتحت إشراف اللواء عاطف مفتاح المشرف العام على مشروع المتحف المصري الكبير والمنطقة المحيطة.

استقبل المتحف المصري الكبير، مجموعة من القطع الأثرية من المتحف المصري بالتحريم، وتم وضعها في صناديق خشبية، بينها مجموعة من الآثار خاصة بالملك الفرعونى توت عنخ آمون، وتم دخول القطع إلى مركز الترميم، بالمتحف المصري الكبير، كما أن هناك مجموعة من القطع الأثرية الأخرى بخلاف مقتنيات الملك الذهبي.



أبو الرواية الروسية.. 140 عاماً على رحيل فيودور دوستوفسكى



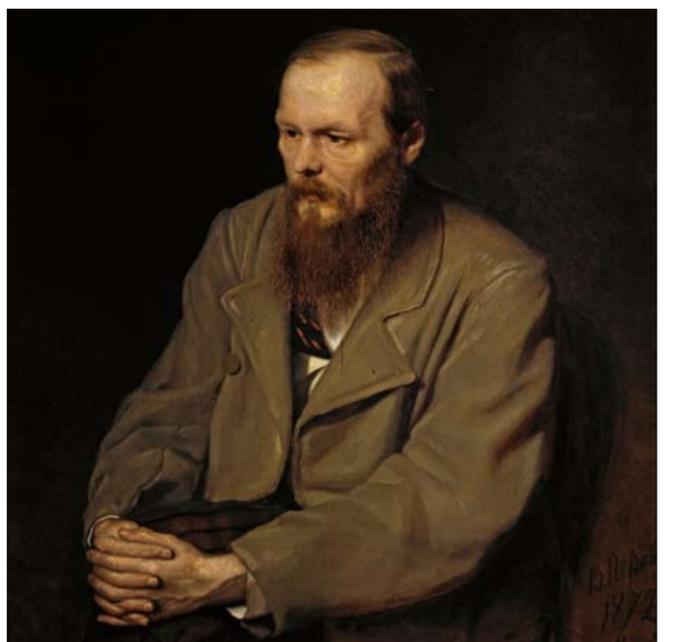
دوستوفسكى

الليالي البيضاء

1818-1881، واجه صعوبات مالية، واضطر للتسول من أجل المال، لكنه في نهاية المطاف أصبح واحداً من أعظم الكتاب تقديراً واحتراماً. تميزت أعماله بتجسيد الصراع النفسى الذى عانى منه المجتمع الروسى خلال حقبة مضطربة سياسياً واجتماعياً، وعبرت تعبيرا دقيقاً عن أفكاره الفلسفية والدينية والنفسية، وتناولت رواياته قضايا الانتحار والفقر والخداع والأخلاق، كما ركز على الأحلام فى قصة "الليالي البيضاء"، وعلاقة الأب والحكم فى اللحظات الأخيرة للأشغال الشاقة.

بدأ قراءته الأدبية فى عمر مبكر من خلال قراءة القصص الخيالية والأساطير من كتاب روس وأجانب، بعد تخرجه عمل مهندساً لفترة، وكان يترجم كتباً فى ذلك الوقت أيضاً ليكون كدخل إضافي. فى أربعينيات القرن التاسع عشر كتب روايته الأولى "المسكين" التى أدخلته فى الأوساط الأدبية، لكنه ألقى القبض عليه عام 1849 لانتمائه لرابطة بيتراشيفسكى السرية التى كانت تناقش كتباً تنتقد نظام روسيا القيصرية، فحكم عليه بالإعدام، ولكن خفف الحكم فى اللحظات الأخيرة للأشغال الشاقة.

فى السنوات اللاحقة، عمل دوستوفسكى صحفياً، ونشر فى العديد من المجلات الأدبية، منها مذكرات كاتب وهى مجموعة مقالات كتبها خلال أعوام



الذكري 140 على رحيل الحبر الأعظم للرواية الروسية الأديب الكبير دوستوفسكى، إذ رحل فى 9 فبراير عام 1881م، وهو روائى وكاتب قصص قصيرة وصحفى وفيلسوف روسى، ويعد واحداً من أشهر الكتاب والمؤلفين حول العالم، وروايته تحوى فهماً عميقاً للنفس البشرية كما قدم تحليلاً ثاقباً للحالة السياسية والاجتماعية والروحية لروسيا فى القرن التاسع عشر، وتعامل مع مجموعة متنوعة من المواضيع الفلسفية والدينية.

اسمه فيودور ميخايلوفيتش دوستوفسكى، ولد فى 11 نوفمبر من عام 1821م، لعائلة متوسطة، وكان والده طبيبياً؛ صارماً فى تربيته، واعتمدت مربيته على قراءة رواية الأساطير له، مما أثرى ذهنه بالخيال الخصب.

منوعات

العصر

31



روجينا تبدأ تصوير (بنت السلطان)

بدأت الفنانة روجينا تصوير أول مشاهد مسلسلها الجديد "بنت السلطان" الذي تخوض به أولى بطولاتها المطلقة في عالم الدراما التلفزيونية، للعرض في رمضان المقبل، حيث انتهى المخرج من التحضيرات الخاصة بالعمل ومعاينة أماكن التصوير ما بين الاستديوهات وعدة محافظات مصرية.

مسلسل "بنت السلطان" بطولة روجينا، وباسم سمرة، وأحمد مجدي، وسوسن بدر، ويومي فؤاد، وندا موسى، ومحمد مهران، ومحمود حجازي، ونهى صالح، وحسن أبو الروس، وأوتاكوا وعدد آخر من الفنانين جار التعاقد معهم، وهو تأليف أيمن سلامة وإخراج أحمد شفيق.

وتشارك روجينا في مسلسل "أسود فاتح" المقرر عرضه قريباً وهو من بطولة هيفاء وهبي، وأحمد فهمي، ومعتصم النهار، وصبري فواز، وعمر السعيد، وفراس سعيد، ورائيا منصور، وحسام الجندى، وحنان سليمان، ونانسي صلاح، وناصر سيف، ونيل نور الدين، وتأليف أمين جمال وإخراج كريم العدل.

تقام في القاهرة والإسكندرية
(عيد الحب)، 5 ليالٍ متتالية، يشارك فيها 15 مطرباً وموسيقياً من مصر والوطن العربي



استضاف ستاد القاهرة الرياضي حفلاً كبيراً بمناسبة خلال العام الماضي، أحياء عدد كبير من المطربين المصريين والعرب، أبرزهم تامر حسني، وبهاء سلطان، وساندي، ووائل جسر، ونانسي عجرم، وأحمد شبيبة، فيما اختتم الحفل مطرباً المهرجانات حسن شاكوش وعمر كمال.

ورغم أن دول العالم تحتفل بعيد الحب يوم 14 فبراير، فإن مصر تحتفل به مرتين كل عام، الأولى في فبراير بالتزامن مع الاحتفال العالمي، والثانية (عيد الحب المصري) في يوم 4 نوفمبر (تشرين الثاني) من كل عام.

وبعد إلغاء حفلات موسم رأس السنة الماضي بسبب وباء (كورونا)، استأنفت دار الأوبرا المصرية التي تضم عدداً من المسارح على غرار (المسرح الكبير، والصغير، والجمهورية، وسيد درويش، بالإسكندرية، ودمهور، ومعهد الموسيقى)، نشاطها الفني في العام الجديد بحفل لفرقة (عبد الحليم نويرة للموسيقى العربية) بقيادة المايسترو أحمد عامر، في 7 يناير (كانون الثاني) الماضي.



تجاوزت حفلات (عيد الحب) الغنائية، المزمع تنظيمها خلال الأيام المقبلة في مصر، (أزمة الإلغاء) التي واجهتها حفلات موسم (رأس السنة) في مطلع العام الجاري، إثر اشتداد الموجة الثانية من الوباء في مصر خلال تلك الفترة.

وأعلنت دار الأوبرا المصرية، في بيان صحافي، عن تنظيم سلسلة حفلات بمناسبة (عيد الحب)، تضم 5 ليالٍ متتالية، يشارك فيها 15 مطرباً وموسيقياً من مصر والوطن العربي، تبدأ في تمام الساعة الثامنة من مساء الخميس المقبل، الموافق 11 فبراير (شباط) الجاري، وحتى يوم 15 من الشهر ذاته، على المسرح الكبير بدار الأوبرا (وسط القاهرة).

وتفتتح الفنانة اللبنانية كارول سماحة، والمطرب المصري الشاب أحمد جمال، وعازف البيانو حمادة التجار أولى حفلات عيد الحب، تحت قيادة المايسترو محمد الموجي، فيما يحيي الليلة الثانية منها، المطربة المغربية جنات، والمطرب المصري أحمد عفت، وعازف الغيتار الأروبي وحيد ممدوح.

واستضافت دار الأوبرا المصرية نهاية الشهر الماضي حفلين من إخراج الدكتور عبد الله سعد، بمصاحبة أوركسترا أوبرا القاهرة، وفرقة باليه أوبرا القاهرة، وكورال أوبرا القاهرة، تحت عنوان (أعظم الإلغاف للأبد).

ولتتزم دار الأوبرا المصرية بالإجراءات الاحترازية التي أعلنها مجلس الوزراء المصري بشأن مجابهة الوباء، ومن بينها تحديد نسبة حضور الجمهور بأقل من 50 في المائة من الطاقة الاستيعابية لكل مسرح، بالإضافة إلى بث بعض الاحتفالات (أونلاين) لتحقيق استراتيجية وزارة الثقافة التي تهدف إلى وصول الخدمة الثقافية إلى قطاعات عدة من المشاهدين في ظل الجائحة، وفق الدكتور مجدي صابر، رئيس دار الأوبرا المصرية.

وتشددو المطربة مي فاروق بياقة مختارة من أعمال ترات الطرب العربي بجانب عدد من أعمالها الخاصة في ثالث ليالي حفلات عيد الحب، مع الفنان المصري مدحت صالح بمشاركة عازف البيانو الشهير عمرو سليم وبمصاحبة الفرقة الموسيقية بقيادة المايسترو أحمد عامر.

فيما يحيي الليلة الرابعة، مساء الأحد المقبل (أمير الغناء العربي) الفنان هاني شاكر، بمصاحبة الفرقة الموسيقية بقيادة المايسترو مصطفى حلمي، يسبقه فاضل لكل من النجم أحمد سعد والمطربة آيات فاروق.

وتختتم دار الأوبرا المصرية سلسلة حفلات (عيد الحب) مساء الاثنين، بحفل لفنان علي الحجار، ويسبقه فترة غنائية للمطربة إيمان عبد الغني، وعازف الأكورديون والى النجار.

وبالقرب من المسرح الكبير في دار الأوبرا المصرية، يقدم الفنان المصري الشاب محمد الشرنوبلي حفلاً غنائياً على خشبة مسرح الزمالك يوم 12 فبراير الجاري، كما يقدم المطرب الشاب أحمد فوزي حفلاً غنائياً في (ساقية الصاوي) يوم 15 من الشهر نفسه، وتقيم دار الأوبرا بالإسكندرية حفلاً فنياً تحييهِ فرقة (سويت ساوند باند) وأوركسترا (وتريات) بمناسبة عيد الحب يوم 10 فبراير الجاري.

روبي انتهت من تسجيل (يا ولا)

انتهت المطربة روبي من تسجيل أغنية جديدة بعنوان "يا ولا" ضمن أغاني ألبومها الجديد، من كلمات صابر كمال، وألحان بلال سرور، وتوزيع هاني يعقوب.

وتعاون روبي في ألبومها الجديد الذي ينتجه وليد منصور، مع عدد كبير من صناع الأغنية المتميزين منهم الشاعر أيمن بهجت قمر والموزع الموسيقي أحمد إبراهيم وتوما والملحن محمد يحيى.

في سياق آخر، تشارك روبي في بطولة مسلسل "شقة 6" إخراج محمود كامل، وهو من نوعية أعمال الـ 15 حلقة للعرض على إحدى المنصات الرقمية خلال الفترة المقبلة، وتدور أحداثه في أجواء من التشويق والرعب، وهو من إنتاج أيمن يوسف.

كما تحضر لفيلم جديد بعنوان "شغل خواجات"، تأليف شادي سلامة، وجر عقد جلسات عمل لاختيار فريق العمل للانطلاق في تصويره قريباً.



كارمن بصيبص تستعد لبدء تصوير مسلس (البريئة)



شارفت شركة Eagle Films لصاحبها المنتج جمال سنان على إنهاء التحضيرات الأخيرة تهيئاً للانطلاق بتصوير مسلسل جديد من 8 حلقات بعنوان "البريئة"، يتولى دقة إخراجة في بيروت المخرج السوري صاحب الإحساس العالمي رامي حنا، في تعاون جديد مع Eagle Films بعد نجاحهما الكبير معاً.

العمل كتيته السيناريست المصرية الكبيرة مريم نعم، التي رسمت حكاية اجتماعية مشوقة، وهي صاحبة أجمل الأعمال العربية، لتجتمع هذه المرة برامي حنا، ليشكلوا معاً ثنائياً مختلفاً.

القصة تؤدي بطولتها النجمة كارمن بصيبص، في ثاني تعاون بينها وبين سنان، بعد نجاحهما قبل سنوات في "ليالي أوجيني".

وتنطلق الحكاية من حدث في حياة شابة يغيّر حياتها وتقلب مجرياتها بأسلوب دراماتيكي غريب، فتواجهها كل عراقيل الدنيا،

ما يدفعها للبحث في الخبايا والأشخاص والأسرار في محاولة منها لفك ألغاز الماضي.

العمل قائم على الغموض والإنارة والفجآت وسيؤوره في بيروت، ورسدت له الشركة المنتجة كل الإمكانيات الإنتاجية لتقديم مادة درامية جديدة شكلاً ومضموناً.

الفكر

كشف أعراض غير متوقعة لنقص فيتامين D



نشرت الصيدلانية الأمريكية سوزي كوهين على موقعها الشخصي، قائمة بأعراض غير متوقعة عن نقص مستوى فيتامين D في الجسم.

وهذه الأعراض هي: حب الشباب، عدم انتظام ضربات القلب، ارتفاع مستوى ضغط الدم، الميل للبيداء، القولون العصبي، انتفاخ البطن، التهاب القرنية والملتحمة الجاف، آلام في الجسم، ضعف العضلات، ضعف الوظائف الإدراكية، الاعتلال العصبي، التنكس البقعي، تفاقم أمراض المناعة الذاتية، الشخير، الحساسية، الحزاز الأحمر المسطح.

وتدعو الصيدلانية المرضى عند مراجعتهم للطبيب، بكشف الأعراض التي يعانون منها بصورة مفصلة وواضحة.

وتقول، " يجب أن يعرف الأطباء جميع الأعراض التي يعاني منها المريض وبصورة مفصلة، لكي يحدد ما إذا كانت مرتبطة فيما بينها. لأن هذا يضمن التشخيص والعلاج الصحيح. و ليس في كشف الأعراض بالتفصيل أي حرج. لأن الطبيب قد يلاحظ ويكتشف وجود نقص في مستوى فيتامين D.

وعلى ضوء ذلك ينصح بتعويضه قبل وصف الدواء".

وتضيف كوهين، الأعراض التالية: ارتفاع مستوى السكر في الدم، وكذلك الطفح الجلدي المتكرر، ومشكلات في الجهاز البولي وقشرة الرأس ونوبات الحزن، إلى قائمة أعراض نقص فيتامين D أيضا.

وتنصح كوهين، لرفع مستوى فيتامين D، بتناول المواد الغذائية الغنية بهذا الفيتامين، وكذلك تناول الفيتامينات بعد استشارة الطبيب.

خبير تغذية يكشف عن مضار الجبن

أعلن الدكتور أندريه بوبروفسكي، أخصائي التغذية الروسي، أن الجبن قد يصبح بديلا للحليب إذا كان الشخص لا يتحمل اللاكتوز، ومع ذلك يجب تناوله بحذر.

ويوضح الخبير هذا الأمر، مشيرا إلى أن عدم تحمل الحليب و مواد أخرى تحتوي على نسبة عالية من اللاكتوز، هي ظاهرة منتشرة جدا وخاصة بين البالغين، ولكن تلاحظ أيضا لدى الأطفال. بالطبع في هذه الحالة يمكن أن يحل الجبن، الذي يحتوي على مواد مفيدة، محل الحليب، مع أن نسبة اللاكتوز فيه أقل. لذلك يجب اختيار نوع الجبن بحذر.

ويقول، "يحتوي الجبن المصنوع من الحليب، على نسبة منخفضة من اللاكتوز. ومع ذلك يجب أن تعرف نوع الجبن. فهناك أنواع صلبة من الجبن وهناك أنواع ناعمة وهناك منتجات الأجبان. فإذا تذوق الشخص الجبن وتأكد من عدم وجود آثار جانبية، فيمكن تناوله دون خوف".

ويضيف، ولكن لا ينصح بالإفراط بتناول الجبن. لأنه إذا قارنا تركيبه بتركيب الحليب، سنرى أن الجبن على الرغم من فوائده العديدة، يحتوي على نسبة أعلى من الدهون المشبعة، وهذه لها تأثير سلبي في القلب والأوعية الدموية.

ويقول، "تحتوي 100 غرام من الجبن على سرعات حرارية أكثر من الحليب بمقدار 3-5 مرات، وعلى كمية من البروتينات أكثر من الحليب بمقدار 5-6 مرات. أي أن الجبن مصدر مهم للبروتين. ولكن مع ذلك يحتوي الجبن على دهون مشبعة أكثر من الحليب بمقدار 10 مرات. ومعظم الخبراء يربطون المشبعة بأمراض التطور الحضاري، وفي مقدمتها أمراض القلب والأوعية الدموية".

ووفقا له، يجب التعامل مع الجبن بحذر، لأنه يمكن أن يسبب الإدمان. ويقول، " يجب تناول الجبن بكميات معتدلة حتى مقارنة بالحليب نفسه. ونظرا لطعم الجبن المتميز، يفرط الكثيرون في تناوله، حتى أن الكثير من المرضى يعترفون بإدمانهم على الجبن. هؤلاء لا يولون أي اهتمام للحليب، ولكنهم يشعرون بعلاقة قري وثيقة بالجبن".

وينصح الخبير من يهتم برشاغته بتناول أنواع الجبن المحتوية على سرعات حرارية منخفضة، أو الأجبان الصلبة التي تشعر الشخص بالشبع إذا تناول كمية قليلة منها.



فنان يعرض رقصة مع قناع ثور مصمم للسنة القمرية الجديدة عام الثور في مركز تدريب، في ماليزيا. رويترز

قرأت لك

عصير الجريب فروت



توصلت دراسة فرنسية أجريت مؤخرا إلى أن تناول كوب واحد من عصير الجريب فروت يوميا يقي من الإصابة بأمراض القلب.

وأكدت الدراسة أن هذا

العصير يحافظ على الأوعية الدموية، نظراً لاحتوائه على نسبة عالية من الحمضيات، وغناه بمركبات الفلافونويد التي تقي من أمراض القلب. وفي هذا البحث، أجرى العلماء اختبارات شملت 48 امرأة يتمتعن بصحة جيدة تراوحت أعمارهن بين 50 و65 عاماً، باعتبار أن تلك الفئة العمرية هي الأكثر تعرضاً للإصابة بأمراض القلب. وقام فريق البحث بإعطاء نصف المجموعة المشاركة في الدراسة نصف كوب عصير جريب فروت يحتوي على عنصر "فلافونونز" أحد عناصر مركبات الفلافونويد يوميا، بينما أعطى النصف الآخر من المجموعة عصيراً مشابهاً لا يحتوي على عنصر الفلافونونز. وبعد مرور 6 شهور، أجريت فحوصات على المجموعتين، وتبين أن المجموعة الأولى التي تناولت عصير جريب فروت الغني بعنصر الفلافونونز، تحسنت لديها وظائف القلب والأوعية الدموية بشكل ملحوظ، بينما المجموعة الثانية التي تناولت العصير من دون العنصر لم يظهر عليها أي تغيير.

سؤال وجواب

من الذي أسس علم الجبر؟

الخوارزمي.

ما هو أقوى حيوان في الذاكرة؟

الجميل.

أي الحيوانات أطلق عليها العرب اسم أم حائل؟

الناقة.

ما هو أقدم الخطوط العربية؟

الخط الكوفي.

من الذي رسم لوحة الموناليزا؟

ليوناردو دافنشي.

ما هو أكبر تمثال نحاسي بالعالم؟

تمثال الحرية بالولايات المتحدة.

أي المدن تعرف بمدينة الشمس؟

بعلبك.

هل تعلم؟

- سكر الخشب له نفس مميزات السكر العادي ، مع أنه ليس له نفس الطعم .
- عندما يتعفن البيض يصبح محتواه من الزلال الأبيض أكثر ميوعة.
- تسمع أنثى الجندب بقوائمها.
- يأكل الحلزون أوراق الشجر عن طريق جرشها بواسطة اللسان، ويمكن أن تصل أسنان الحلزون إلى 25.000 سن
- الفران لا تستطيع التقبؤ.
- يضاف الي بطارية السيارة حامض الكبريتيك
- دودة الأرض ليس لها عيون.
- تستطيع البومة أن تدير رأسها بشكل دائري.
- اليرسوخ (براقانة الفراشة) لها 1.300 عضلة في جسمها.
- إن (الزرايتول) مادة سكرية تستخرج من التين و الفراولة و لا تسبب التسوس
- منتج (العسل) لا يتعفن مهما طال به الزمن لأن به مادة مضادة للتعفن
- تبلغ نسبة الماء في العسل الطبيعي 22%
- الأفعى لا أضراس لها.
- يتطلب سلق بيضة النعامة (ترن كيلو ونصف الكيلو) من الوقت مائة دقيقة.
- الهيكل العظمي للأسماك غضروفي بالكامل.

قصة لص الدجاج

اعتاد أحد اللصوص ان يسرق الدجاج فقط..وبالطبع هذا لص عجيب لكن لا تستعجبوا .. انه يسرق الدجاج ويرببه ويبيعه ..وقد اشتمكى الناس كثيرا إلى القاضي ولكن دون فائدة حتى اعلن القاضي انه ينس من هذا اللص لكنه سيقدمه لهم صباح يوم الجمعة القادمة قبل الصلاة .. جاء القاضي وطلب من زوجته ان تحضر له بعض الدجاجات من حضيرتها فلما نساءت قال لها كيف يمكننا ان نعرف دجاجاتنا حتي اذا سرقها لصا وصلنا اليه وضيطناه متلبسا ففكرت الزوجة الذكية قليلا ثم قالت اذن عرفت ماذا تقصد ودع الامر لي .. جمعت الزوجة كل دجاجاتها من الحضيرة وجعلتها داخل البيت وفي مساء يوم الخميس اخرجت الزوجة الدجاج إلى الحضيرة وقد صبغت تحت اجنحته بلون احمر قانيء ثم نشرت هذا اللون خارج الحضيرة ايضا واختبأت خلف باب بيتها تراقب حضيرتها حتى انتصف الليل وجاء اللص وجمع بعض الدجاجات في قفص وذهب مسرعا وفي الصباح المبكر سار القاضي وحراس الشرطة خلف خطوات اللص الذي تكون حناؤه باللون الاحمر وعندما وصلوا لبيته فق القاضي الباب وسأل صاحب البيت هل عندكم حظيرة للدجاج فقال الرجل بالطبع فانا تاجر للدجاج فقال القاضي الم يأت احد بعد ، بل لم يأت احد يعيني دجاج منذ ايام فقال القاضي حسنا دعنا نرى حظيرتك وبعد ان دخل قال نبحث عن دجاج ابطه احمر مثل هذا وامسك باحدى دجاجات زوجته ثم قال والاص صيغ أسفله بالاحمر مثل هذا ومد يده وامسك بحذاء اللص وقال ولصا يده ملونتان باللون الاحمر مثل يديك ..دهش اللص الذي لم ينتبه للون الاحمر في يده فقد دخل فراشه بعد ان انتهى من سرقاته فضحك القاضي وقال هيا ايها المسكين فانا في عجلة من امري أريد ان اشكر زوجتي وافكارها ذات اللون الاحمر.

