

تكريم الفائزين بجائزة أجيال الخمسين التي أطلقتها جمعية محمد بن خالد آل نهيان لأجيال المستقبل

سوم:

الجمهور حالياً لم يعد يستمتع لألبوم كامل



غازات البطن .. أسبابها وطرق الوقاية

بعد كورونا .. خبراء يتوقعون مكان ظهور الوباء المقبل

تقترب البشرية شيئاً فشيئاً من كبح انتشار فيروس كورونا المستجد، في ظل بدء حملات التلقيح بدول كثيرة، لكن هذه الجائحة لن تكون الأخيرة، بحسب خبراء الصحة، وهذا يستوجب أن نستعد لما هو قادم، لأنه حاصل لا محالة. ورجحت دراسة أسترالية، مؤخراً، المكان المحتمل لظهور وباء جديد، بعدما أدى وباء كورونا إلى إصابة عشرات الملايين من الأشخاص في العالم، ووفاة ما يزيد عن مليون ونصف المليون شخص. وبحسب الباحثين، فإن 60 في المئة من الأمراض المعدية المعروفة لها أصل حيواني، وفي حالة فيروس كورونا المستجد، يرجح العلماء أن تكون العدوى قد انتقلت من الحيوان إلى الإنسان في مدينة ووهان الصينية، وأواخر العام الماضي، ثم نشبت إلى باقي دول العالم. وتشكل الحيوانات مصدراً لـ 75 في المئة من الأمراض الجديدة التي تظهر وسط البشر، وبما أن الناس يتفاعلون مع الحيوانات بشكل مستمر، سواء من خلال تربيته أو استهلاكه، فإن هذا الأمر يعزز فرضية ظهور وبئة أخرى في المستقبل. وأوضح الباحث والمشرف على الدراسة، مايكل وولش، أن تربية الحيوانات من قبل البشر، وعيشهما معاً في مكان واحد، أمرًا زادت بشكل ملحوظ خلال العقود الأخيرة. وتشير الدراسة إلى أن أكثر مناطق العالم عرضة لظهور وباء جديد هي دول أفريقيا جنوب الصحراء، إضافة إلى جنوب شرق آسيا ومدن مثل مومباي في الهند، وشينغو الصينية، وبانكوك التايلاندية.

روغ سكوادرون .. فيلم جديد من حرب النجوم

أعلنت ديزني عن فيلم جديد تدور أحداثه في إطار عالم حرب النجوم بعنوان روغ سكوادرون، ومن المقرر عرضه في أواخر 2023، وتتولى إخراجها الأميركية باتي جينكينز وودندروومين. وتدور أحداث الفيلم الجديد في مستقبل المجرة، ويضم جيلاً جديداً من طياري الفضاء، الذين سيحصلون على شاراتهم وسيحاربون بحياتهم، على ما كشفت كاتلين كينيدي، رئيسة شركة لوكاس فيلم التي أطلقت ملحمة سترار وورز الشهيرة عام 1977 واستحوذت عليها ديزني.

8 فيتامينات ومعادن تحسن جهازك المناعي

يلعب جهاز المناعة دوراً هاماً في الحفاظ على صحة الجسم

و حمايته من السموم والالتهابات، الأمر الذي يجعل من تعزيز

قوة هذا الجهاز أمراً ضرورياً، خصوصاً في فصل الشتاء

مع تقشي الأمراض.

ومن الضروري خلال سعيها لتدعيم جهازنا

المناعي أن نتناول مجموعة من الأغذية، وتبني

نظام غذائي متوازن، بحيث يكون الجسم

جاهزاً لتلقي ضربات الفيروسات والسموم

والبكتيريا عندما تهاجمه.

وينصح خبراء التغذية أن تتم تقوية

الجهاز المناعي من خلال التغذية بدلا من

اللجوء إلى الأدوية والعقاقير، حيث يمكن

أن تعزز القائمة التالية من الفيتامينات

والمعادن من حصانة الجهاز المناعي:



المناعي، ويتسبب نقصه في فقر الدم وما يرافقه من أعراض مثل الصداع والضعف العام وضيق التنفس. وبمقدور أغذية تأمين كميات مهمة من الحديد مثل اللحوم الحمراء والدجاج والسردين والمحار وبلح البحر والتوتة، كما أنه يوجد في الفاصوليا والبروكلي والكرنب والحبوب الكاملة.

السليتيوم
للسليتيوم تأثير قوي على الجهاز المناعي فضلا عن أهميته في تحسين الخصوبة وصحة جهاز الدوران وحماية الدماغ والجهاز العصبي من الأمراض. ويوصي الأطباء بتناول عدد من الأغذية للحصول على كميات كافية من السليتيوم دون المبالغة في ذلك كونها غنية بالدهون مثل المكسرات والجوز والمكولات البحرية والكبد ولحم الدجاج والأجبان.

الزنك
تكمن أهمية الزنك بكونه عنصراً ضرورياً لإنتاج الخلايا المناعية، حيث يمثل المحار والسلطان واللحوم الخالية من الدهون والألبان والفاصولياء والحمص مصدراً غنيا لهذا العنصر الحيوي.

فيتامين د
يسبب نقص الفيتامين «د» مشاكل صحية عديدة تعطل العضلات والجهاز المناعي، هذا إلى جانب هشاشة العظام، والشعور بالإرهاق على نحو مستمر. ويمكن تعويض النقص في «فيتامين د» عن طريق تناول المكملات ضمن الجرعات التي يوصي بها الأطباء، هذا إلى جانب الإكثار من تناول مجموعة من الأغذية مثل سمك السلمون والتوتة والسردين والحليب وعصير البرتقال والحبوب الكاملة.

حمض الفوليك
يقبل حمض الفوليك من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، كما يقوي جهاز المناعة، ويقي الجسم من ضغط وفقر الدم. وللحصول على كميات كافية من حمض الفوليك ينبغي الإكثار من الفاصولياء والعدس والخبز المصنوع من الحبوب والأرز الكامل أو الأسمر.

الحديد
للحديد دور هام في مساعدة الجسم على نقل الأوكسجين إلى الخلايا، كما أنه عنصر رئيسي في عمليات الجهاز

فيتامين سي
يساهم الفيتامين «سي» في منع العدوى أو تقصير مدة المرض، كما يعزز مقاومة الجسم، حسبما ذكر موقع «كليفلاند كلينك» الطبي. وتعد الحمضيات مصدراً رئيسياً للفيتامين «سي»، علماً أن هناك مصادر أخرى له مثل السبانخ والكرنب والظليظة والفراولة والبابايا.

فيتامين إي
يعتبر فيتامين «أي» من المغذيات المهمة للنمو وانقسام الخلايا والتكاثر وتقوية المناعة، كما أنه يتمتع بخصائص مضادة للأكسدة، علماً أن أبرز مصادره سمك التوتنة بالإضافة إلى الجزر والبطاطا الحلوة واليقطين والجوز والشمام والخضروات الورقية ذات اللون الغامق.

ابتكار جديد يحول سريك إلى صالة رياضية منزلية

منذ أن ضرب الوباء ودخلت البلاد في الحجر الصحي، اضطرونا للتكيف مع مجموعة من الظروف غير المثالية. وبعد إغلاق الصالات الرياضية، كان على عشاق اللياقة البدنية أن يبتكروا بعض حلول التمرين الإبداعية التي يمكنهم ممارستها في المنزل، بمساحة أو معدات محدودة. بالنسبة للبعض، كان ذلك يعني تحويل مرآب السيارات ومظلات الفناء الخلفي إلى صالات رياضية منزلية مجهزة بالكامل. بالطبع، لا يتمتع الجميع برهافية هذا النوع من المساحات، خاصة أولئك الذين يعيشون في شقق صغيرة في المدن. ومن هذا المنطلق، ابتكرت شركة بيفوت البريطانية الناشئة، جهازاً أطلقت عليه اسم هوم جيم أند بيد والذي يجمع بين السرير وبين معدات لممارسة التمارين الرياضية. وظيفة الجهاز بسيطة، فعند النهوض من السرير في الصباح، يمكنك ببساطة رفع السرير إلى الأعلى بحيث يكون موجهاً للحائط، والبدء مباشرة بممارسة تمارين الصباح. باستخدام معدات التدريب المثبتة بالسرير من الأسفل. يتم تركيب الجهاز على قاعدة فولاذية ثابتة، مما يعني أنك لا تحتاج إلى تركيبه على الحائط أو الأرضية. ومع ذلك، من الممكن تثبيته على الحائط، يمكنك أيضاً إرفاق هاتف ذكي أو جهاز لوحي حتى تتمكن من المشاركة في جلسة تدريب أو تمرين عبر الإنترنت، وفق ما أورد موقع إم إس إن الإلكتروني.

مخاطر التخلي عن تناول منتجات الألبان

يدعو بعض خبراء التغذية إلى عدم تناول منتجات الألبان، لأنها تحتوي على مواد كيميائية وهرمونات ومضادات حيوية، ولأن جسم الإنسان البالغ غير قادر بيولوجياً على هضم سكر الحليب. ولكن التخلي عن تناول منتجات الألبان محفوف بمخاطر صحية عديدة منها: وفقاً لخبراء الجمعية البريطانية لدراسة هشاشة العظام، فإن الملايين من سكان بريطانيا (تتراوح أعمارهم 18-35 سنة) يجازفون بصحتهم، عندما يتخلون عن تناول منتجات الألبان. فقد اتضح للبحر أنه خلال العشرين سنة الماضية انخفضت كمية منتجات الألبان المستهلكة في بريطانيا بنسبة 30%، حيث بدأ هؤلاء يتناولون بدلا منها منتجات فول الصويا واللوز وجوز الهند وأجبان نباتية. وقد بينت نتائج الدراسة التي أجراها العلماء أن هذه المجموعة من الناس أكثر عرضة لكسور الأطراف. ويبرر



تيك توك التطبيق الأكثر تجميلاً

أصبح تطبيق تيك توك، التطبيق الأكثر تجميلاً على مستوى العالم في عام 2020، متفوقاً بذلك على فيسبوك وتطبيقاته الأخرى بما في ذلك واتساب وانستغرام حيث حلا في المرتبة الثالثة والخامس، حسب شركة آب آني. وذكر تقرير الشركة أن عام 2020 شهد زيادة كبيرة في استخدام الهاتف المحمول حيث اضطر الناس إلى البقاء في المنزل لتجنب الإصابة بالفيروس. كما أصبحت الهواتف المحمولة مصدراً رئيسياً للترفيه، ووسيلة للبقاء على اتصال مع الأصدقاء والعائلة جنباً إلى جنب مع إدارة أعمال المكتب عن بُعد. من المتوقع أن يصل الوقت المستغرق إلى 3.3 تريليون ساعة على هواتف أندرويد هذا العام، وشهدت تطبيقات الأعمار نمواً بنسبة 200% بعدما أصبحت مؤتمرات الفيديو شائعة على نطاق واسع في جميع أنحاء العالم. شوهد النمو الرئيسي (40%) في تطبيقات البيت حيث بدأ الناس في بث المزيد من العروض والأفلام. كما نمت تنزيلات تطبيقات الألعاب بنسبة 35% حيث كانت هناك زيادة كبيرة في اللاعبين أيضاً سواء كانت ألعاباً عادية أو ألعاباً تنافسية مثل باجي موبايل أو فور تايت وغيرها.

حصلت على الدراسات العليا من المملكة المتحدة نائب المدير التنفيذي لدائرة التمريض والقبالة في «صحة» أول ممرضة إماراتية تتحق بالطب النفسي

أبو ظبي - الفجر



أكدت سماح محمود نائب المدير التنفيذي لدائرة التمريض والقبالة في شركة أبو ظبي للخدمات الصحية «صحة» أن القيادة الرشيدة لدولة الإمارات لها الفضل الكبير في إتاحة الفرصة أمام بنات الإمارات للدراسة والعمل والترقي إلى أعلى المناصب، وبفضل الدعم الذي وفرته شركة أبو ظبي للخدمات الصحية «صحة» لبناء الإمارات فقد وصلت لتصب نائب المدير التنفيذي لدائرة التمريض والقبالة في «صحة».

وقالت إن قدراتها الحسنة في حياتها والدتها، التي كانت قابلة قانونية، ودفعتها لتعلقها بها وبشخصيتها المهمة المعطاءة العظيمة، للاتحاق بمعهد التمريض في أبو ظبي - والحمد لله - تخرجت بدرجة البكالوريوس في التمريض، والتحقّت بمستشفى الطب النفسي الجديد الذي يعرف حالياً بجنحة العلوم السلوكية في مدينة الشيخ خليفة الطبية. تعد سماح محمود أول ممرضة إماراتية تتحق بالطب النفسي، وكانت نقطة التحول في حياتها المهنية عند اختيارها وتعيينها أول نائب رئيس مجلس إدارة جمعية التمريض الإماراتية، ومنذ ذلك الحين اعتبرت نفسها سفيرة التمريض في دولة الإمارات وخارجها. دفعا طموحها وحبها للتعلم واكتساب المزيد من الخبرات والمهارات في التمريض للذهاب إلى المملكة المتحدة للحصول على الدراسات العليا، وبعد أن رجعت تم تعيينها مساعد مدير تمريض في مدينة الشيخ خليفة الطبية التابعة لشركة «صحة» في عام 2015 تم ترقيتها إلى نائب مدير تمريض تنفيذي، وفي عام 2017 عينت مدير تمريض تنفيذي، وفي نهاية عام 2017 انتقلت إلى الفرع الرئيسي لشركة «صحة» إلى دائرة التمريض، حيث عملت مع فريق التمريض لتأسيس قسم التعليم التمريض والبحث العلمي، وعملت بجهد مع الفريق للارتقاء بمهنة التمريض وتخصيص مهنة التمريض. وأعربت سماح محمود عن فخرها واعتزازها كونها عضواً في منظومة داعمة لبناء الإمارات، مثل شركة «صحة» سماح محمود نائب المدير التنفيذي لدائرة التمريض والقبالة في «صحة» سفيرة التمريض الإماراتية.

مستفيدو هيئة أبو ظبي للدعم الاجتماعي يشكرون ضمن برنامج «غاية» للثقافة المالية التابع لهيئة معا

أبو ظبي - الفجر

أطلقت هيئة المساهمات المجتمعية -معا برنامجها الجديد «غاية» للهدف إلى تعزيز المعرفة بالإدارة المالية في 13 ديسمبر 2020، ومن خلال التعاون مع هيئة أبو ظبي للدعم الاجتماعي تم تسجيل 50 مستفيداً في الدورة الافتتاحية الأولى التي سيتم إطلاقها رسمياً في 13 ديسمبر، بالإضافة إلى المشتركين من المجتمع. يهدف برنامج «غاية» بالشراكة مع أكاديمية سوق أبو ظبي العالمي ومعهد لندن للأعمال المصرفية والمالية إلى ترسيخ أسس المعرفة بالإدارة المالية، وتمكين الأسر لإدارة شؤونهم المالية بكفاءة، وذلك عبر توفير كافة الأساليب اللازمة لتعزيز مستوى المعرفة واتخاذ القرارات المناسبة لإدارة شؤونهم المالية يقدم برنامج «غاية» في رحلته لترسيخ أسس المعرفة المالية والمهارات اللازمة لإدارة شؤونهم المالية بكفاءة، مع التركيز على مجالات مختلفة تشمل كيفية ادخار المال وبناء موازنة مالية بين الدخل والتفقات والتخطيط للنظم لأفضل الطرق للاستثمار. وسيتم تنفيذ البرنامج بالتعاون مع متطوعين متخصصين يتم توظيفهم بالشراكة مع اتحاد مصارف الإمارات.

ضمن جهودها في تعزيز الثقافة المالية للأسر المستفيدة من الدعم، آتت هيئة أبو ظبي للدعم الاجتماعي على ترشيح المستفيدين لديها للمشاركة في البرنامج، حيث سيعمل البرنامج على تعزيز التخطيط المالي على المستويين الشخصي والأسري للمشاركين. ويمنح البرنامج الذي تقدمه هيئة معا المشاركين فيه الفرصة لتطبيق المهارات المكتسبة على مواردهم المالية وإرساء أسس التعامل الإيجابي في إدارة الشؤون المالية. ويستهدف البرنامج بشكل أساسي مواطني إمارة أبو ظبي، إذ ستتم المتابعة المستمرة للبرنامج بهدف قياس الفائدة المجتمعية التي سيحدثها ومعرفة مدى كفاءة في معالجة إحدى القضايا الاجتماعية الأساسية في الإمارة، ونجاحها في تعزيز المعرفة بالإدارة المالية لدى الأسر.

وبهذه المناسبة صرحت سعادة سلامة العميمي، المدير العام في هيئة المساهمات المجتمعية -معا: «يعتبر برنامج «غاية» من المبادرات الجديدة المطروحة من قبل هيئة معا لتمكين أبناء المجتمع من إدارة شؤونهم المالية بكفاءة، ومساعدتهم في تحديد الأولويات وترتيبها وفقاً لاحتياجاتهم. وستعمل معا من خلال التعاون مع هيئة أبو ظبي للدعم الاجتماعي على تحديد المستفيدين من البرنامج حسب أولوية حاجتهم إلى التثقيف في الإدارة المالية. وستعمل هيئة أبو ظبي للدعم الاجتماعي على تحديد المشاركين ممن أنمو البرنامج بنجاح لتعزيز دورهم في تحقيق التغيير الإيجابي ونشر المعرفة المالية على أوسع نطاق ضمن مجتمعهم مما يساهم في تحقيق أثر اجتماعي إيجابي ومستدام، ويساهم في تعزيز المشاركة المجتمعية خلال الدورات القادمة من البرنامج، ودعم مسيرة قيادة إحداث التغيير في أنماط السلوك السائدة وتقديم النصع والشورى في إدارة الشؤون المالية لأفراد المجتمع». ويوره قال سعادة عبدالله حميد العامري، مدير عام هيئة أبو ظبي للدعم الاجتماعي بالإمارة: «تفخر الهيئة بأن نتعاون مع هيئة المساهمات المجتمعية - معا في إطلاق برنامج «غاية» ويسعدنا أن تكون جزءاً من هذا المشروع في القطاع الاجتماعي بهدف تحقيق الازدهار وتعزيز جودة الحياة، إذ تأتي هذه المبادرة تماثياً مع جهود هيئة أبو ظبي للدعم الاجتماعي الهادفة إلى تعزيز مستويات الحياة الكريمة للأسر الوافدة المستفيدة من برنامج الدعم الاجتماعي».

بحضور 54 مزارعاً وخبيراً يمثلون 12 دولة عربية جائزة خليفة تستضيف الخبير الدولي شريف الشرباصي في محاضرة علمية افتراضية التكثيف البستاني المستدام لمواجهة تحديات الزراعة العربية



نهيان مبارك آل نهيان وزير التسامح والتعايش رئيس مجلس أمناء الجائزة، في إطار التزام الجائزة بنشر المعرفة العلمية والتوعية بالممارسات الجيدة للنخيل لتمكين المزارعين وتحسين جودة التمور. حيث أعرب الدكتور عبد الهوهاب زايد أمين عام الجائزة عن تقديره للجهود العلمية والمهنية التي يقدمها خبير النخيل الدولي الدكتور شريف الشرباصي. في دفع عجلة النمو وتطوير الصناعات الغذائية. مشيراً إلى أن التمور العربية بشكل عام مؤهلة للمنافسة الدولية بل حقق بعضها مراتب متقدمة في سوق التمور العالمي، بفضل مجموعة من العوامل أهمها التطبيق الكامل للممارسات الزراعية والتصنيعية الجيدة لتتميز قيمة التمور العربية. وأضاف بأن هذه

نظمته جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي ظهر الأربعاء الماضي 09 ديسمبر 2020 محاضرة افتراضية حول: استخدام نخيل البلح والتمور في التكثيف البستاني المستدام، قدمها الدكتور شريف الشرباصي، الخبير الدولي في زراعة وإنتاج التمور، المدير السابق للمعمل المركزي لنخيل البلح في جمهورية مصر العربية، بمشاركة 54 شخصاً هم نخبة من المزارعين والمنتجين والأكاديميين والمختصين بزراعة النخيل وإنتاج وتصنيع التمور يمثلون 12 دولة على المستوى العربي.

تأتي هذه المحاضرة ضمن توجهات معالي الشيخ

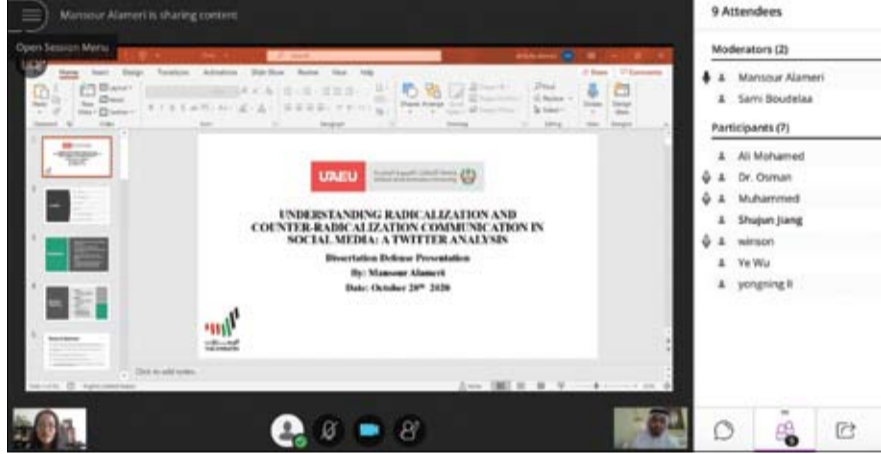


مع مراعاة أن تكون المسافات البيئية مناسبة لإجراء العمليات الزراعية لكل نوع دون التأثير على الآخر. وأخيراً يجب إجراء عمليات التربة والتقليم للأشجار بالتقنية الجديدة دون التأثير على بناتها.

وأشار المحاضر في ختام المحاضرة بالدور الكبير الذي قامت به جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي في دعم وتطوير قطاع زراعة النخيل وإنتاج التمور على مستوى العالم، من خلال تنظيم المهرجان الدولي للتمور الأردنية والمهرجان الدولي للتمور السودانية والمهرجان الدولي للتمور المصرية وما رافقها من أنشطة وفعاليات، التي ساهمت بشكل فاعل في زيادة السمعة للتمور العربية وارتفاع في حجم الصادرات، بالإضافة إلى سلسلة المؤتمرات الدولية التي نظمتها الأمانة العامة للجائزة على مدى عشرين عاماً.

المحاضرة الافتراضية عبر منصة (Zoom) من جهته فقد أشار المحاضر الدكتور شريف الشرباصي خلال الندوة إلى أن الواقع الزراعي في العالم العربي يعيش حالة عجز وتحدي كبير في الموارد الغذائية يزداد يوماً بعد يوم، لعدة عوامل أهمها زيادة في عدد السكان وانخفاض في مصادر المياه بالإضافة إلى الآثار السلبية للتغيرات المناخية، وانحسار الرقعة الزراعية وغيرها.. مما يدفعنا إلى ابتكار نظام زراعي عالمي جديد لضمان أن يلي الإنتاج الزراعي الطلب المتزايد. ولذا فإن هذا يتحقق بالتنوع الرأسي عن طريق استخدام تنمية التكثيف الزراعي «المحصولي - البستاني - الحيواني»: من خلال تعديل المعاملات الزراعية المختلفة لزيادة الانتاجية، واستغلال وحدة المساحة وزيادة العائد الاقتصادي. والاستفادة من الموارد الأرضية والمائية وتعديل المناخ المحيط، والمحافظة على البيئة وخصوبة التربة وزيادة المادة العضوية والاحتفاظ بالرطوبة.

أطروحة دكتورة في جامعة الإمارات حول فهم التطرف ومكافحته في وسائل التواصل الاجتماعي



رسيد الدراسات القليلة عن الأساليب الحسابية لوسائل التواصل الاجتماعي في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا ودولة الإمارات العربية المتحدة، وذكرت الدكتورة شجون جيانج -المشرفة على الأطروحة: إن هذه الدراسة تتوقع أن تساهم نتائجها في وضع استراتيجيات وبرامج وسياسات فعالة تعزز الجهود في مكافحة التطرف وتعزيز التسامح والسلام في العالم. وأكد الباحث منصور العامري أن هذه الدراسة تأتي بدافع المساهمة والمشاركة في جهود دولة الإمارات العربية المتحدة حول نشر ثقافة التسامح والسلام بين الأديان والمذاهب.

جدير بالذكر بأن الباحث حصل من خلال هذه الأطروحة على جائزة التميز البحثي من دائرة التعليم والمعرفة بأبو ظبي كما تم تقديم جزء من نتائجها في المؤتمر السنوي لرابطة الاتصالات الدولية، الذي عقد في واشنطن في مايو 2019.

وطرق الحوسبة الكمية، حيث قام بتحليل تدفق المعلومات في الحسابات التي تروج للتطرف مقابل الحسابات التي تكافح التطرف على موقع تويتر، وحدد العوامل الرئيسية التي تؤثر على تفاعل مستخدمي تويتر مع تلك الحسابات.

وأظهرت نتائج البحث أن المجتمعات التي أشار إليها بـ «شبكة التطرف» مفصولة مذهبياً، أما «شبكة مكافحة التطرف» فإنها تتفصل ضمن استراتيجيتين سرديتين وهما مجتمع يقدم الروايات المضادة وآخر يقدم الروايات البديلة.

ويك من شبكتي «التطرف» و«مكافحة التطرف»، كشفت نتائج التحليل والمقارنة بين الشبكتين أن حسابات التطرف تعتبر أقوى وأكثر تماسكاً من حسابات مكافحة التطرف من ناحية الترابط والتأثير والانتشار، وحدد البحث أيضاً العديد من عوامل المحتوى والسياق التي تؤثر على التفاعل

وتوصلت أطروحة دكتورة أجازتها جامعة الإمارات إلى أن دولة الإمارات العربية المتحدة بذلت جهوداً لا حصر لها لمكافحة خطاب التطرف في الفضاء الإلكتروني، على الرغم من التحديات الكبرى التي فرضتها تطور الوسائل والأدوات السيبرانية ومواقع التواصل الاجتماعي في نشر الأفكار الإرهابية والأيديولوجيات المتطرفة في المنطقة والعالم.

والتعرض طالب الدكتوراه منصور العامري من قسم الإعلام والصناعات الإبداعية بجامعة الإمارات جهود دولة الإمارات في برامج مكافحة التطرف ونشر قيم التسامح وكانت الأطروحة بعنوان «فهم التطرف ومكافحته في وسائل التواصل الاجتماعي: تحليل تويتر».

وإستخدام الباحث منهج تحليل البيانات الضخمة

العين - الفجر

بحضور شما و موزة بنت محمد بن خالد آل نهيان تكريم الفائزين بجائزة أجيال الخمسين التي أطلقتها جمعية محمد بن خالد آل نهيان المستقبل لأجيال المستقبل



وحفزهم على الإبداع وتعزيز الانتماء والولاء للوطن والقيادة الرشيدة عبر المشاركات المعبرة عن اليوم الوطني 49 لدولة الإمارات العربية المتحدة بتشجيع روح المبادرة والتميز وإشارة المنافسة وذلك من خلال مشاركة فئات الجائزة على مستوى الدولة عبر فئتين الأولى استهدفت الأطفال من عمر 6-64 سنوات في مجال الرسم والعزف والفن الثانية من عمر 107-10 سنوات في مجال التمثيل وإلقاء الشعر هذا وقد تنافس عليها 160 مشاركاً من كافة إمارات الدولة وفاز منهم أربعة وهم من الفئة الأولى فاز كل من عائشة خالد بن حماد بالمرکز الأول من إمارة دبي في مجال الرسم وقيمة جائزتها 10000 درهماً وعبد الله سعيد الزعابي بالمرکز الثاني من إمارة الضجيرة في مجال العزف وقيمة جائزته 5000 درهم

أما الفئة الثانية فهي في مجال التمثيل والإلقاء فقد فاز العرض الجماعي أبطال الوطن بالمرکز الأول من مدينة العين ويمثله كل من محمد سعد الساعدي ونصيب

أبو ظبي - الفجر

بحضور سمو الشخة الدكتورة شما بنت محمد بن خالد آل نهيان وسمو الشخة موزة بنت محمد بن خالد آل نهيان أقيم حفلاً افتراضياً لتكريم الفائزين بجائزة أجيال الخمسين والتي أطلقتها جمعية محمد بن خالد آل نهيان لأجيال المستقبل برعاية الشيخ طحون بن هزاع بن طحون آل نهيان تزامناً مع احتفالات الدولة باليوم الوطني 49" تحت شعار "أجيال تبعد بعقل مبدع"

وهي جائزة وطنية للأجيال لدفعهم للإبداع من أجل مستقبلهم المشرق في الإمارات كما تسعى الجائزة لاكتشاف المواهب المكتنزة لديهم وري بذورها بالرعاية والدعم والتحفيز ليواصلوا طريق الخمسين بإبداعاتهم نحو وطن معطاء في ظل قيادة رشيدة أسعى أهدافها بناء الإنسان وقد تم تسليط الضوء على اكتشاف المواهب الفنية والثقافية ودعمها وتكريها بهدف تعزيز الهوية الثقافية لمجتمع دولة الإمارات العربية المتحدة لدى الناشئة

الشكر لكل من سمو الشخة د. شما بنت محمد بن خالد آل نهيان رئيس مجلس الإدارة ورسائل شكر وعرفان إلى الشيخ طحون بن هزاع بن طحون آل نهيان على رعايته ودعمه للجائزة الوطنية أجيال الخمسين مهنتين الجميع باليوم الوطني لدولتهم دولة الإمارات العربية المتحدة.

مطر الأجابي وقيمة الجائزة 10000درهما فيما فازت هدى علي محمد اليماحي بالمرکز الثاني من إمارة الضجيرة وقيمة جائزتها 5000درهما وقد تم عرض أعمال الفائزين خلال الحفل الافتراضي وبت الفائزون رسائل شكر ومحبة وتقدير وفخر بوطنهم وقيادتهم الرشيدة وخص الفائزون

طحونة
رعاية الشيخ
طحون بن هزاع بن طحون آل نهيان

طحونة
رعاية الشيخ
طحون بن هزاع بن طحون آل نهيان

منوعات الغذاء

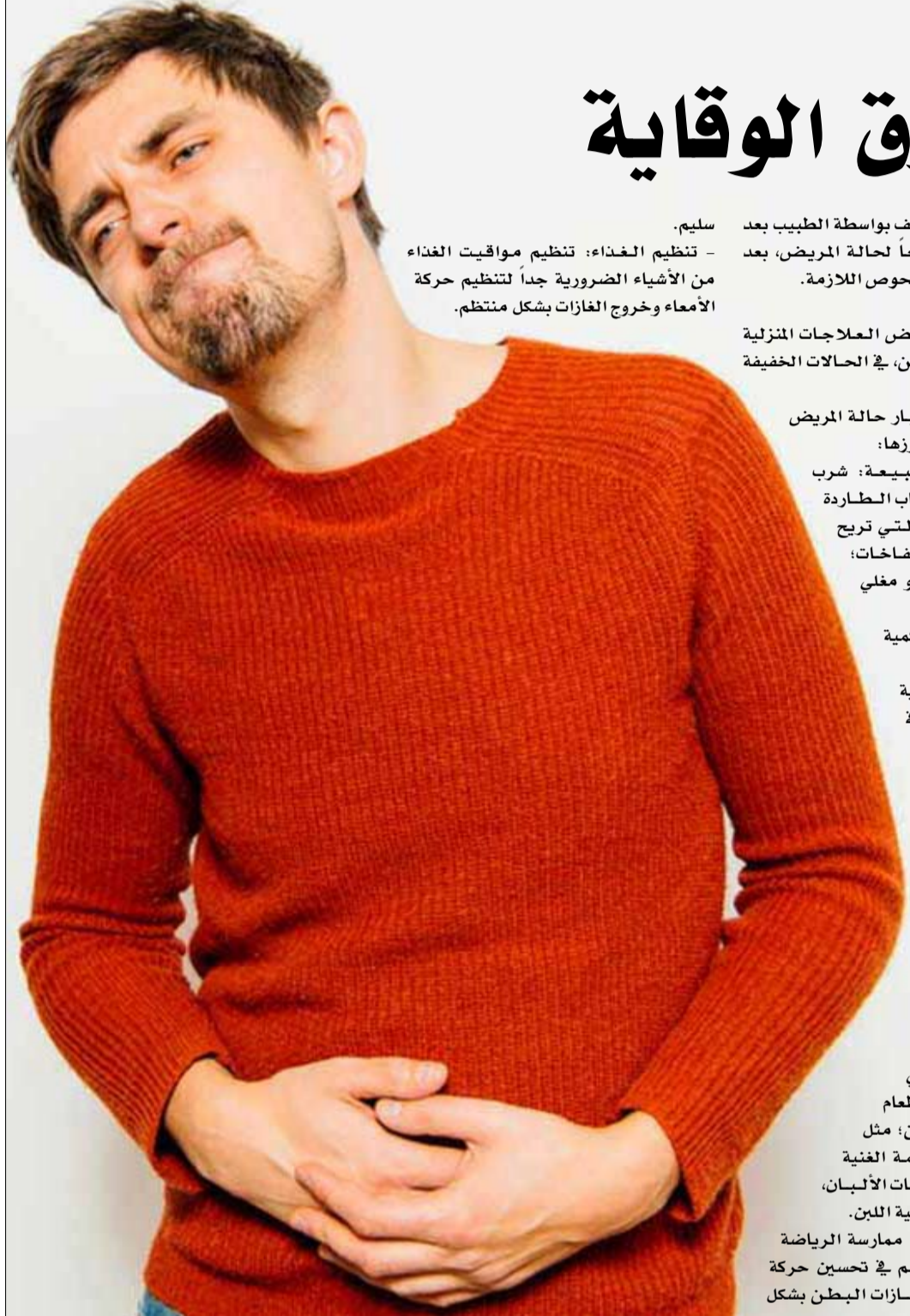
23

وجود غازات البطن هو أمر شائع الحدوث لدى كثيرين. في حين تخرج هذه الغازات بطريقتين؛ إما عن طريق الفم "التجشؤ"، أو عن طريق المستقيم "التغوط"، وهي ليست بمشكلة خطيرة، ولكن إذا استمرت فترة طويلة، وأصبحت تسبب مشكلة تعيقك عن ممارسة حياتك اليومية، فلا بد من مراجعة الطبيب لتلقي العلاج الملائم.



أمر شائع الحدوث لدى كثيرين

غازات البطن . . أسبابها وطرق الوقاية



العلاج الدوائي يوصف بواسطة الطبيب بعد معرفة السبب، وتبعاً لحالة المريض، بعد إجراء التحاليل والضحوص اللازمة.

يلجأ البعض لبعض العلاجات المنزلية لعلاج غازات البطن، في الحالات الخفيفة والمتوسطة.

مع الأخذ في الاعتبار حالة المريض ومدته المرض، لعل أبرزها:

– الأعتاب الطبيعية: شرب مجموعة الأعشاب الطاردة لغازات البطن، والتي تريح المريض من الانتفاخات؛ مثل مغلي الكمون أو مغلي اليانسون والنعناع.

– التخفيف من كمية الطعام:

يساهم تخفيف كمية الطعام المتناولة في تقليل غازات البطن، وينصح بالاعتدال على الأطعمة الصحية، وتجنب الوجبات السريعة؛

لوجود نسب عالية من الدهون بها.

– الابتعاد عن أنواع الطعام التي تزيد من غازات البطن؛ يجب التخلي عن بعض أنواع الطعام المسببة لغازات البطن؛ مثل البقوليات، الأطعمة الغنية باللايف، ومنتجات الألبان، خاصة لمرضى حساسية اللبن.

– ممارسة الرياضة: ممارسة الرياضة بوتيرة يومية يساهم في تحسين حركة الأمعاء؛ وخروج غازات البطن بشكل



– الإمساك أو الإسهال.

أعراض الغازات في البطن

لغازات البطن عدة أعراض، وعند ظهور أحدها يجب مراجعة الطبيب؛ لمعرفة السبب والحصول على العلاج المناسب:

– التجشؤ.
– تقلصات المعدة.
– انتفاخ في المعدة أو الشعور بالامتلاء.
– انتفاخ أو زيادة في حجم البطن.
– ألم في الصدر.
– الشعور بالقيء.



تجنب المشروبات الغازية

– المشروبات الغازية، التدخين، ابتلاع الكثير من الهواء أثناء الأكل أو الشرب، والإكثار من السكريات، وبعض أنواع الأطعمة مثل (البقوليات، الأكلات السريعة، القرنبيط والكرفس والبروكلي، ومنتجات الألبان؛ حيث يعاني الكثيرون من حساسية تجاه اللاكتوز الموجود بمنتجات الألبان).

– ضعف حركة الأمعاء يساهم في وجود غازات في البطن؛ بسبب تخمر الطعام بداخلها، وعدم خروج الفضلات وبقياتها لفترة طويلة في الداخل.

– مرض السكري والتهاب القولون يتسببان أيضاً في تجمع الغازات بالبطن؛ بسبب ضعف حركة الأمعاء.

– زيادة عدد البكتيريا أو نقصانها في الأمعاء، يسبب تجمع الغازات في البطن والشعور بالانتفاخ.

– جرثومة المعدة تسبب التهاباً بها، مما يؤدي إلى تجمع الغازات بالبطن.

– التهاب الأمعاء وداء "كرون" يعتبران من عوامل تكوّن الغازات.

– قصور البنكرياس يعتبر من أسباب زيادة غازات البطن أيضاً.

تجنب أطعمة معينة قد يحمي من أمراض القلب والسكتة الدماغية

أظهرت دراسة جديدة أن تناول أطعمة معينة مرتبطة بالالتهابات قد يزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية.



مستويات عالية من مضادات الأكسدة والألياف للمساعدة في مكافحة الالتهاب؛ الخضار الورقية الخضراء (اللفت، السبانخ، الملفوف، الجرجير)، والخضار الصفراء (البطاطين، الفلفل الأصفر، الفاصولياء، الجزر)، والحبوب الكاملة، والقهوة، والشاي والنبذ.

واقترح الباحثون أيضاً الحد من تناول السكريات المكررة والحبوب والأطعمة المقلية والمشروبات الغازية وتقييد اللحوم المصنعة والحمرات واللحوم العضوية. وهذه الأطعمة تساهم بشكل رئيسي في المؤشر الغذائي المسبب للالتهابات.

المصنعة) والتي تظهر مع أقوى الارتباطات مع زيادة المؤشرات الحيوية الالتهابية. وبعد التحكم في عوامل الخطر الأخرى مثل مؤشر كتلة الجسم، والنشاط البدني، والتاريخ العائلي لأمراض القلب واستخدام الفيتامينات، كان المشاركون الذين يتناولون الحميات الغذائية المسببة للالتهابات معرضين لخطر الإصابة بأمراض القلب بنسبة 46%. وخطر الإصابة بالسكتة الدماغية بنسبة 28%، مقارنة بأولئك الذين يتناولون وجبات مضادة للالتهابات.

واقترح الباحثون تناول الأطعمة التي تحتوي على

الحيوية الالتهابية وانخفاض مخاطر الإصابة بأمراض القلب. وكان هناك عدد أقل من الأبحاث التي تركز على ما إذا كان الالتزام طويل الأمد بالنظم الغذائية المسببة للالتهابات مرتبطاً بزيادة معدلات الإصابة بأمراض القلب أو السكتة الدماغية.

واستخدم الباحثون الرجال والنساء من الدراسات الصحية للممرضات بدءاً من عام 1986 وتضمنت ما يصل إلى 32 عاماً من المتابعة.

وبعد استبعاد المشاركين الذين فقدوا معلومات النظام الغذائي أو تم تشخيصهم مسبقاً بأمراض القلب أو السكتة الدماغية أو السرطان، تم تضمين أكثر من 210 آلاف مشارك في التحليل. وأكمل المشاركون مسحا كل أربع سنوات للتأكد من المدخول الغذائي.

وقال المؤلف الرئيسي للدراسة، جون لي، الحاصل على الدكتوراه في الطب، والباحث في قسم التغذية في جامعة هارفارد في مدرسة تشان للصحة العامة: "باستخدام مؤشر غذائي تم تطويره تجريبياً وقائم على الغذاء لتقييم مستويات الالتهاب المرتبطة بالمدخول الغذائي، وجدنا أن الأنماط الغذائية ذات الإمكانيات الالتهابية العالية مرتبطة بزيادة معدل الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. دراستنا هي من بين أولى الدراسات التي تربط مؤشر الالتهاب الغذائي القائم على الغذاء بخطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية على المدى الطويل."

ويعتمد المؤشر الغذائي القائم على الغذاء للالتهابات على 18 مجموعة غذائية محددة مسبقاً (بما في ذلك السكر والحبوب المكررة واللحوم الحمرات والأطعمة

المؤشرات الحيوية الالتهابية، مثل الإنترلوكينات والكيموكينات وجزيئات الالتصاق، بالمرحلة المبكرة والمتأخرة من تصلب الشرايين.

كما وجدت الدراسات السابقة أن النظام الغذائي يمكن أن يؤثر على مستويات الالتهاب، ولكن القليل من الأنماط الغذائية الصحية، مثل نظام البحر الأبيض المتوسط الغذائي (غني بزيت الزيتون والمكسرات والحبوب الكاملة والفواكه والخضروات وإستهلاك المأكولات البحرية والقليل من منتجات الألبان واللحوم الحمرات / المصنعة)، أظهرت تركيزات أقل من بعض المؤشرات

ويمكن للأنظمة الغذائية التي تحتوي على نسبة عالية من اللحوم الحمرات والمعالجة والحبوب المكررة والمشروبات السكرية، والتي ارتبطت بزيادة الالتهاب في الجسم، أن تزيد من مخاطر الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية اللاحقة مقارنة بالأنظمة الغذائية المليئة بالأطعمة المضادة للالتهابات، وفقاً للدراسة التي نُشرت مؤخراً في مجلة American College of Cardiology.

وثبت أن الالتهاب المزمن يلعب دوراً مهماً في الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية. وارتبطت بعض



جمارك دبي تطلع فرق الابتكار في الدوائر والمؤسسات الحكومية على تجربتها



طورتها الدائرة في العام 2020 بلغ 32 ابتكارا ليصل إجمالي عدد ابتكارات النوعية في جمارك دبي منذ العام 2010 وحتى العام 2020 إلى 237 ابتكارا فيما بلغ إجمالي عدد الجوائز في مجال التميز والإبداع والابتكار في العام الحالي 14 جائزة ليصل إجمالي عدد الجوائز التي فازت بها الدائرة 124 جائزة.

19 وتأثيرها الضاغط على النشاط الاقتصادي عموما وعلى العمل الجماعي بنحو خاص حيث شملت هذه الجلسات القطاعات الجمركية في الدائرة وشارك فيها 267 موظفا من كافة المستويات الإدارية لمعالجة 79 تحديا جمركيا وتجاريا نشأت نتيجة الوضع العالمي الذي أنتجته الأزمة علما بأن عدد الابتكارات النوعية التي

كورونا والتقى مركز الابتكار في هذه الجلسات مع فرق العمل والإدارات والمراكز الجمركية في الدائرة لتطوير الأفكار المبتكرة الجديدة واقتراح الموظفين أكبر عدد من الحلول العملية الجديدة والتي بلغت نسبتها 72 بالمئة من إجمالي عدد الأفكار الكلية 266 والتي كان لها الدور الكبير في مواجهة تحديات أزمة جائحة كوفيد

المتوخاة على صعيد تطوير العمل التجاري والجمركي.

وقدم حسين الضردان مدير مركز الابتكار في جمارك دبي للوفود الزائرة عرضا شاملا حول الإجراءات المطبقة في الدائرة لتطوير البيئة المحفزة للإبداع والابتكار وتشجيع الأفكار الجديدة عبر ربط استراتيجية الابتكار في جمارك دبي مع أنظمة التطوير الحكومية المحلية والاتحادية والعمل على الارتقاء بتطبيقات الدائرة في مجال الابتكار وفقا لأفضل الممارسات العالمية في هذا المجال. وأوضح أن استراتيجية الابتكار في جمارك دبي تهدف إلى تعزيز جهود الدائرة لإيجاد المعاملات من خلال تحسين الخدمات المقدمة لهم وتطوير خدمات جمركية جديدة تضمن توفير مزايا إضافية للأعمال التجارية في إمارة دبي من خلال تبسيط الإجراءات وتطوير مهارات الموظفين كما تهدف استراتيجية الابتكار إلى ترشيد الاستهلاك وخفض التكاليف وزيادة الإيرادات وتكثيف الجهود للمحافظة على البيئة والصحة العامة والسلامة. وأضاف إن مركز الابتكار في جمارك دبي يبادر إلى تنظيم سلسلة من جلسات العصف الذهني لتطوير الأفكار بمواجهة الأزمة الناجمة عن وباء

•• دبي-وام:

عززت جمارك دبي جهودها لنقل المعرفة وتبادل الخبرات مع مختلف الجهات الحكومية حول أحدث ما توصلت إليه أنظمة الأفكار والاقتراحات في العالم على صعيد التعامل مع اقتراحات الموظفين وتطويرها لتصبح أفكارا منتجة تدعم الأداء الحكومي وترسخ حالة الإبداع والابتكار في تطوير الخدمات الحكومية. ولتحقيق هذا الهدف عرض مركز الابتكار في إدارة الاستراتيجية والتميز المؤسسي في جمارك دبي من خلال تقنية التواصل الإلكتروني وعبر لقاءات تراعي التباعد الاجتماعي تجربة الدائرة في تطوير الأفكار والابتكارات الجديدة إلى فرق الابتكار في دائرة الأراضي والأملاك بدبي وبلدية مدينة أبوظبي وموانئ أبوظبي واطلعهم على استراتيجية الابتكار في جمارك دبي والتي تستند في تطوير الأفكار المقدمة من الموظفين والمتعاملين والجمهور إلى أحدث المعايير المحلية والعالمية في التعامل مع الأفكار والابتكارات الجديدة عبر اشارك مختلف المستويات الإدارية في عملية انضاج هذه الأفكار والابتكارات لتصبح جاهزة للتطبيق بما يضمن تحقيق أفضل النتائج

المعجز

26



المرحلة الثالثة من مجمع محمد بن راشد للطاقة الشمسية توفر طاقة نظيفة لأكثر من 240 ألف مسكن

•• دبي-وام:

توفر المرحلة الثالثة من مجمع محمد بن راشد آل مكتوم للطاقة الشمسية في دبي طاقة نظيفة لأكثر من 240 ألف مسكن في دبي.. حيث تعد واحدة من أكبر مشروعات الطاقة الشمسية على مستوى العالم، إذ تبلغ قدرتها الإنتاجية 800 ميغاوات بتقنية الأنواع الشمسية الكهروضوئية. وفنذت هيئة كهرباء ومياه دبي المرحلة الثالثة من المجمع وفق نظام المنتج المستقل للطاقة IPP، بالشراكة مع التحالف الذي تقوده شركة أبوظبي لطاقة المستقبل "مصدر" ومجموعة "إي دي إف" الفرنسية عبر شركة "إي دي إف إنرجي نوفل" التابعة لها، باستثمارات بلغت 3.47 مليار درهم. وتستخدم الهيئة نظام التتبع الشمسي أحادي المحور لزيادة إنتاجية الطاقة، ما يزيد من إنتاج الطاقة من المحطة الكهروضوئية مقارنة مع المنشآت التي تعتمد التقنيات الثابتة، إضافة إلى تقنيات مبتكرة أخرى تشمل تنظيف الأنواع الشمسية باستخدام الروبوتات بما يرفع كفاءة المحطة.

وسجلت الهيئة رقما عالميا جديدا في مجال تكلفة الطاقة الشمسية الكهروضوئية بعد حصولها على أدنى سعر عالمي بلغ 2.99 سنت دولار لكل كيلووات ساعة بنظام المنتج المستقل. وتم تأسيس شركة "شعاع للطاقة 2" لتنفيذ المشروع بنظام المنتج المستقل، وتمتلك هيئة كهرباء ومياه دبي 60% من الشركة، و"مصدر" 24% و"إي دي إف" مع "إي دي إف إنرجي نوفل" نسبة 16%.

يذكر أن مجمع محمد بن راشد آل مكتوم للطاقة الشمسية يعد أكبر مجمع للطاقة الشمسية في موقع واحد على مستوى العالم، حيث ستبلغ قدرته الإنتاجية 5000 ميغاوات بحلول عام 2030 باستثمارات تصل إلى 50 مليار درهم.. فيما تبلغ قدرة مشروعات الطاقة الشمسية التي تم تشغيلها في المجمع 1013 ميغاوات بتقنية الأنواع الشمسية الكهروضوئية، ولدى الهيئة مشاريع بقدرة 1850 ميغاوات قيد التنفيد بتقنيتي الأنواع الكهروضوئية والطاقة الشمسية المركزة.



اينوك تطلق متجر «زوم» في أكاديمية شرطة دبي

•• دبي-الجزيرة:

افتتح سعادة اللواء الدكتور السلال سعيد بن هويدى الفلاسي، مساعد القائد العام لشؤون الإدارة، مساعد القائد العام لشؤون اعداد المجتمع والدعم اللوجستي بالوكالة، واللواء الأستاذ الدكتور محمد احمد بن فهد، مساعد القائد العام لشؤون الأكاديمية والتدريب، والسيد زيد عبد الرحمن القفدي، المدير التنفيذي لقطاع التجزئة في مجموعة اينوك، متجر «زوم» في أكاديمية شرطة دبي، وذلك بحضور اللواء عبد الله حسين خان، مدير الإدارة العامة للدعم اللوجستي، والعميد الأستاذ الدكتور غيث غانم السويدي مدير أكاديمية شرطة دبي، ومن جانب مجموعة اينوك السيد طالب عبد الرحمن آل الصالح، مدير إدارة التسويق، والسيد يوسف حارب، المدير التنفيذي للتجزئة وعدد من الضباط.

وقال سعادة اللواء السلال، إن افتتاح المتجر يأتي في إطار توجهات القيادة العامة لشرطة دبي، بضرورة توسيع أفق التعاون مع كافة الجهات سواء الحكومية أو الخاصة من أجل الارتقاء وتوفير أعلى معايير من الخدمات في مختلف المجالات ومنها الشأن المتعلق بإدارة المواد الغذائية ومحال السوبر ماركت.

وأشاد سعادة اللواء السلال بالدور الكبير الذي تلعبه مجموعة اينوك في مجال خدمات التجزئة على مستوى الدولة، مؤكداً أن افتتاح المتجر يأتي في إطار التعاون المشترك بين الجانبين وفي سبيل تحقيق شراكة استراتيجية بين القطاعين الحكومي والخاص.

من جانبه، قال سعادة سيف حميد الفلاسي، الرئيس التنفيذي لمجموعة اينوك: "يسعدنا الاشتراك مع شرطة دبي في هذه المبادرة لما ستجني لنا من فرصة لتعزيز التعاون مع شركائنا الاستراتيجيين وتطوير العمل المشترك بين هئيات وقطاعات الدولة، فمن خلال هذه الشراكة، سنقوم بتوفير طيفا واسعا من المنتجات المختلفة التي تلبي احتياجات العاملين والطلبة في أكاديمية شرطة دبي،"

دبي للسيليكون تستعرض تأثير جائحة كورونا على قطاع التجارة

•• دبي-الجزيرة:

استضافت سلطة واحة دبي للسيليكون، الهيئة التنظيمية لواحة دبي للسيليكون، المدينة الحرة التكنولوجية المتكاملة، مؤخرا نسخة الـ 38 من منتدى مركز دبي التكنولوجي لريادة الأعمال "ديتك"، والذي تم تنظيمه بالتعاون مع "مجلة رواد الأعمال العربية" تحت عنوان "واقع التجزئة عام 2020، من البيع التقليدي إلى الإنترنت.."

وخلال كلمته الافتتاحية قال هانس هنريك كريستنسن، نائب رئيس - مركز دبي التكنولوجي لريادة الأعمال "ديتك"، يركز منتدى "ديتك" ككل عام على مواضيع الساعة ويعالج القضايا التي تؤثر على قطاعات التكنولوجيا وريادة الأعمال، بهدف استكشاف ومناقشة السبل المثلى لتبادل المعرفة وإرساء أسس التعاون لما بعد المنتدى. كان عام 2020 مليئا بالتحديات للجميع، وكان حاسما لقطاع التجارة الإلكترونية في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، إذ أصبح على تجار التجزئة الانتقال من الاعتماد على منافذ البيع التقليدية والتحول إلى المنصات الإلكترونية وحلول التوصيل، وهو ما كشف عن رؤى واعدة تعتمد على البيانات وترسم استراتيجيات أعمال جديدة ومختلفة.

وحول التكنولوجيا الجديدة المستخدمة في عقد النسخة الأحدث من منتدى "ديتك"، قال كريستنسن: "هذه النسخة من المنتدى عقدت بصيغة مختلفة، وقد عملنا مع "شركة أوت ريل أكس آر" التي تتخذ من "ديتك" مقراً لها لتفعيل منصتهم لتكنولوجيا الواقع الجسم، في دليل على مستوى الابتكار الذي تمتلكه الشركات الناشئة في "ديتك" والدعم الذي توفره لها.

وترأس إدوارد صباغ، المدير العام لشركة "فارفيتش Farfetch الشرق الأوسط"، الجلسة الأولى بعنوان "رقمنة تجربة الرفاهية" حيث استعرض مدى تأثير جائحة كورونا على قطاع المنتجات الفاخرة والأزياء، مشيراً إلى أن العديد من التغييرات أثرت على هذا القطاع، حيث أعادت العلامات التجارية تقييم سلسلة التوريد بأكملها. كما تطرق خلال الجلسة إلى التحول الكبير الذي شهده القطاع من التجارة التقليدية إلى



سلوك العملاء، حيث كان الناس يحاولون تحقيق التوازن بين البقاء آمين والوفاء بمسؤولياتهم وتوفير الضروريات، ومن ثم، كان على تجار التجزئة التكيف على الفور لتلبية طلب العملاء والحفاظ على استمرارية أعمالهم. بدوره أكد عسيان أنه خلال عام 2017، بلغت نسبة انتشار مبيعات التجارة الإلكترونية في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا ثلاثة إلى أربعة بالمئة. ويرجع ذلك إلى حد كبير إلى عدم توفر العلامات التجارية عبر الإنترنت، فضلاً عن عزوف العملاء عن استخدام منصات التسوق الإلكترونية. وبعد جائحة كورونا تم تخطي كل هذه الأسباب والعوامل من خلال دفع العلامات التجارية والعملاء إلى التجارة عبر الإنترنت. وكان مارس 2020 مجرد لحظة عما سيهده العالم فيما يتعلق بمبيعات التجارة الإلكترونية. من جانبه، أوضح رينو أن 60% من موظفي Ziwو يعملون من المنزل، لذا فإن الذهاب إلى العمل لم يعد مشكلة اليوم. ومع ذلك، لم يكن معظم العملاء مستعدين وكان الأمر يعد مستحسباً خلال الأيام الأولى من الجائحة.

إلا أن رحلة الشراء ليست حصرياً خارج الإنترنت - حيث يمكن للعملاء تصفح المنتجات عبر الإنترنت وإكمال عملية الشراء بالطرق التقليدية، والعكس صحيح. لذلك، فإن وجود العلامة التجارية على الإنترنت، سواء من خلال إنشاء موقع إلكتروني أو قنوات تواصل اجتماعي، أمر أساسي ومهم. وفي حلقة نقاشية افتراضية ضمن المنتدى تحت عنوان "من البيع التقليدي إلى البيع عبر الإنترنت - الاستفادة من طفرة التجارة الإلكترونية"، استضافت تمارا بوبيك من مجلة رواد الأعمال العربية، كلاً من خليل العلمي، الرئيس التنفيذي لشركة تيلر، وريان عسيان، مؤسس شركة "شوراجيز، Shorages، وريتوي جونزفيل، الرئيس التنفيذي لشركة "زيو، Ziwو، لتحليل الفرص التي جلبها النمو السريع للتجارة الإلكترونية بسبب جائحة كورونا. وقال العلمي: "كان لفيروس كورونا تأثير كبير على الأفراد والاقتصادات والمجتمعات من جوانب مختلفة. من ناحية أخرى، كان لها تأثير إيجابي على رقمنة القطاعات، مثل التكنولوجيا المالية والتجارة الإلكترونية. كما شهدنا تغيراً كبيراً في

الإلكترونية باعتباره التغيير الرئيسي الذي أعاد صياغة تجارة التجزئة. وأضاف صباغ، "أظهرت الأبحاث التي أجريت العام الماضي (2019)، أن متاجر التجزئة التقليدية تمثل 88% من مبيعات التجزئة الفاخرة على مستوى العالم، بينما تمثل المبيعات عبر الإنترنت النسبة المتبقية أي 12%، فيما يقدر نمو المبيعات عبر الإنترنت إلى 25% بحلول عام 2025، لكن بعد الجائحة تمت مراجعة هذه التقديرات حيث من المتوقع أن تنمو المبيعات عبر الإنترنت إلى 30% بحلول عام 2025.."

واعتبر صباغ أن نمو المبيعات عبر الإنترنت هو المحفز الأساسي لنمو القطاع بأكمله، مقارنة بالمبيعات التقليدية. وبالتالي، فليس من المستغرب النمو الذي شهدته التجارة الإلكترونية خلال جائحة كورونا، لكنه كان مفاجئاً وسريعاً. وفي عام 2020، تشير التقديرات إلى أن المبيعات عبر الإنترنت لقطاع السلع الفاخرة الشخصية قد نمت 23%. أي الضعفين تقريباً عن العام الماضي. وأوضح صباغ أنه على الرغم من أن معاملات البيع قد انتهت بالطرق التقليدية وليس عبر الإنترنت،

الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري.. دور استراتيجي لتعزيز الاقتصاد البحري بالدولة

•• الشارقة-وام:

حققت الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري - فرع الشارقة - خلال عام 2020، مهمتها الرئيسية في تمكين الكوادر الإماراتية الشابة من العمل في القطاع البحري وذلك عبر حزمة من الإنجازات الكبرى، التي تعزز مكانتها لقيام بدور استراتيجي على صعيد دعم وتعزيز الاقتصاد البحري بالدولة، والمنطقة العربية بشكل عام، متغلباً على جميع الضغوط والتحديات التي تسببت بها جائحة "كورونا".

للموانئ على مدى السنوات الثلاث الماضية، وحافظت على مكانتها الأولى بين الدول العربية في مجال الربط البحري مع الموانئ العالمية، لذا، نعتبر أنفسنا شركاء رئيسيين في هذه المسيرة البحرية الرائدة لدولة الإمارات.. يذكر أن دولة الإمارات يعمل فيها أكثر من 20 ألف مؤسسة وشركة بحرية، وتستقبل موانئها أكثر من 12 مليون حاوية سنوياً، تقدي شرايين الحركة الاقتصادية في الإمارات والعديد من دول الخليج العربي، كما يرتاد الموانئ الإماراتية ما يزيد على 21 ألف سفينة سنوياً.

عالمياً، من أجل ذلك، لا يمكن تحقيق الاستدامة في هذا المجال من دون امتلاك القدرات التعليمية والأكاديمية المتطورة، وضمان وجود قاعدة قوية من الكوادر الوطنية المؤهلة والمحترفة لتقود هذا القطاع الحيوي على الصعيد الوطني. من جانبه قال يوسف يعقوب المنصوري، مدير مكتب رئيس مجلس أمناء الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري فرع الشارقة "تحتل الإمارات المرتبة الأولى عربياً والرابعة على مستوى العالم من حيث جودة بنيتها التحتية

وكان فرع الأكاديمية تأسس في مدينة خورفكان، عندما وقع صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، اتفاقية مع الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري في 26 مارس 2018، واقتنحت رسمياً بحضور ورعاية سموه في 11 ديسمبر 2019، لتقطع الأكاديمية مسافات طويلة من النجاح الأكاديمي والتعليمي ضمن وقت قياسي، وتصبح شريكا أكاديميا لكبرى الجهات الحكومية والخاصة والفعاليات البحرية الكبرى. وقال سعادة الدكتور إسماعيل عبد الغفار



لجنة التعايي والنهوض الاقتصادي تعلن إنجاز 46% من مبادرات المرحلة الأولى من الحزمة المرنة لدعم الاقتصاد

388 مليار درهم إجمالي حزم ومبادرات الدعم الاقتصادي منذ بداية الجائحة

وزير الاقتصاد: حزم الدعم الاقتصادي أسهمت في استمرارية ونمو الأعمال ومستمر في تنفيذ مبادرات التعايي وفق خطة مدروسة وبرؤية مستدامة

•• أبوظبي-وام:

عقدت لجنة تنسيق ومتابعة تنفيذ الخطة الاقتصادية للتعايي والنهوض اجتماعها الثاني برئاسة معالي عبد الله بن طوق المري وزير الاقتصاد، وعضوية وحضور معالي ناصر بن ثاني الهاشمي وزير الموارد البشرية والتوطين، ومعالي الدكتور أحمد بن عبد الله حميد بالهول الفلاسي وزير دولة لريادة الأعمال والمشاريع الصغيرة والمتوسطة، ومعالي الدكتور ثاني بن أحمد الزيودي وزير دولة للتجارة الخارجية، ومعالي سارة بنت يوسف الأميري وزيرة دولة للتكنولوجيا المتقدمة، ومعالي عمر بن سلطان العلماء وزير دولة للذكاء الاصطناعي والاقتصاد الرقمي وتطبيقات العمل عن بعد، ومعالي عبد الله البسطي الأمين العام للمجلس التنفيذي لإمارة دبي، وسعادة سيف هادي الشامسي نائب محافظ مصرف الإمارات العربية المتحدة المركزي، وسعادة الدكتور محمد راشد الهاشمي الأمين العام للمجلس التنفيذي لإمارة أبوظبي، وبمشاركة سعادة أحمد بن لاجح الفلاسي المدير العام لهيئة الاتحادية للمجازر.

اطلعت اللجنة على جهود الجهات المعنية في التنسيق ومتابعة تنفيذ مبادرات هذه المرحلة وتعزيز مخرجاتها والحصر على قياس أثرها بما يحقق الدعم الفوري المشدود لتختلف القطاعات الاقتصادية ويسهم في تسريع وتيرة تنفيذ الاقتصاد الوطني. وركزت اللجنة على ما تم إنجازه في كل مسار من المسارات الستة لحزمة المبادرة، والتي تشمل: تمكين الاقتصاد الجديد وتطوير القطاعات ذات الأولوية، وفتح أسواق جديدة محليا ودوليا، وتوفير الدعم التقني وتسهيل الإقراض، وتشجيع السياحة، واستقطاب واستبقاء الكفاءات، وتحفيز الابتكار. كما تعرضت اللجنة سير العمل في إنجاز مبادرات المرحلة الأولى البالغ عددها 15 مبادرة، وأعلنت أن نسبة الإنجاز في تنفيذ هذه المبادرات وصلت حتى اليوم إلى 46%، حيث تم الانتهاء من عدد من المبادرات الرئيسية حتى الآن، وتضمنت "تعديل قانون الإفلاس، وتخصيص منح وحوافز للمنشآت السياحية، وترويج الاستثمار الأجنبي المباشر عبر تعديل قانون الشركات التجارية، وتعديل قانون المعاملات التجارية وإلغاء تجريم الشيكات بدون رصيد، وتخفيض الرسوم والضرائب على القطاع السياحي، وتعزيز مرونة سوق العمل، وخطة الدعم الاقتصادي الشاملة الموجهة من مصرف المركزي لتعزيز السيولة في القطاع المالي والصرعي بالدولة.

وتشير تقديرات مصرف الإمارات العربية المتحدة المركزي إلى نمو متوقع في الناتج المحلي الإجمالي غير النقطي للدولة مع نهاية عام 2021 بنحو 3.6%. وأكدت اللجنة في هذا الصدد أهمية الضي قدما في تعزيز ثقة المستثمرين وأصحاب الأعمال في سوق العمل وزيادة تنافسية القطاعات الاقتصادية الحيوية، موضحة أن المبادرات التي تم الانتهاء منها خلال الأسابيع الماضية والمتمثلة بتعديل قانون المعاملات التجارية فيما يتعلق بإلغاء تجريم الشيكات بدون رصيد، وتعديل قانون الإفلاس، وكذلك تعديلات قانون الشركات التجارية، تمثل خطوات مهمة ورئيسية في تحقيق هذا الهدف التنموي، وتوفر مميزات رئيسية للنهوض الاقتصادي في الدولة. من جانبه قال معالي عبد الله بن طوق المري، وزير الاقتصاد: "يفضل الدعم اللامحدود والتوجهات السديدة لقيادتنا الحكيمه، قطعت دولة الإمارات أشواطاً جديدة ومهمة في عملية دعم الاقتصاد الوطني وتسريع وتيرة تعايي مختلف القطاعات الحيوية من تداعيات جائحة كوفيد-19، حيث بلغت قيمة إجمالي حزم ومبادرات الدعم الاقتصادي المقدمة من الحكومة الاتحادية والحكومات المحلية منذ بداية الجائحة ما يزيد على 388 مليار درهم، الأمر الذي أسهم في استمرارية الأعمال وزيادة زخم الأنشطة التجارية وتعزيز قدرتها على النمو والمنافسة في مختلف القطاعات الحيوية". وأضاف معاليه: "أكدت القيادة الرشيدة أن حماية ودعم الاقتصاد وتنميته وفق نموذج مستدام هو أولوية مستمرين في جودنا للانتقاء من تنفيذ مبادرات خطة التعايي والنهوض حسب الجدول المهتم، وتقدر نسبة الإنجاز الكلية في مبادرات المرحلة الأولى اليوم بأكثر من 46%. وسيواصل العمل مع الشركاء العنئين خلال الفترة المقبلة لاستكمال التنفيذ وفق الإطار الزمني المحدد لكل مرحلة". ونوه معاليه بالعمل الدؤوب الذي تبذره اللجنة والجهات الأعضاء التابعة مع التنفيذ وفق الآليات المحددة، مشيدا بجهود فرق العمل المعنية بالإشراف على كل مبادرة وإجراء أية تعديلات لازمة لضمان مرونة المبادرات ومواجهتها لاحتياجات ومتطلبات

قطاعات الأعمال وتحقيق وصولها الأمن إلى مرحلة ما بعد كوفيد-19 بمقومات اقتصادية قوية بالتوازي مع إطلاق مسار تنموي مستدام وطويل الأجل للاقتصاد الوطني. من جانبه أكد معالي ناصر بن ثاني الهاشمي، وزير الموارد البشرية والتوطين: "أن لجنة تنسيق ومتابعة تنفيذ الخطة الاقتصادية للتعايي والنهوض تعكس رؤية القيادة الرشيدة ومنهجية عمل حكومة الإمارات في تعاملها السريع مع تحديات جائحة كوفيد-19 وذلك وفق منظومة عمل تستند الى تكامل الأدوار وتعزيز الشراكة بين مختلف الجهات وهو الأمر الذي أسهم بشكل كبير في التخفيف من تداعيات الجائحة على سوق العمل في دولة الإمارات الذي تأثر كثيرا من أسواق العمل العالمية. وقال معاليه إنه تم تقديم حزم دعم لممارسة الأعمال والحفاظ على مصالح المستثمرين وكذلك الحفاظ على القوة العاملة في القطاعات الحيوية بما يسهم في تسريع عملية نمو هذه القطاعات وتشجيع أصحاب العمل على الاستفادة من الخبرات والكفاءات الموجودة في سوق العمل فضلا عن تعزيز الاستقرار الاسري من خلال التحفيز على استثمار طاقات من هم على إمامة ذويهم.

وأشار معاليه في هذا الصدد إلى تنفيذ مسارين متوازيين أولهما تقليل التكلفة التشغيلية على المنشآت لاستيعاب العمالة الأجنبية الداخلية، وذلك من خلال خفض رسوم خدمة إصدار تصاريح انتقال العمالة الأجنبية الداخلية وإلغاء رسوم خدمات بدء ممارسة الأعمال بسوق العمل، وخفض رسوم جميع خدمات تصاريح العمل للمنشآت الصغيرة التي تمثل 65% من إجمالي حجم السوق المحلي كونها الأكثر تأثرا من الجائحة، حيث وصلت نسبة الخفض لهذه المنشآت إلى نحو 75% بينما بلغت نسبة الخفض في تصاريح العمل للمنشآت المتوسطة والكبيرة إلى أكثر من 25%. وأكد معاليه أن المسار الآخر يمثل في تسهيل إجراءات انتقال العمالة وتعزيز مرونة سوق العمل من خلال إتاحة المجال للمنشآت لعرض بيانات الوظائف والعمالة الأجنبية الفاضلة عن حاجاتها عبر "منصة سوق العمل الافتراضي" وذلك لضمان توفير احتياجات سوق العمل من الموارد البشرية الموجودة داخل الدولة والسماح لمنشآت القطاع الخاص باستخراج تصاريح انتقال للعمالة التي تم رفع جميع القيود عنها وفقا لضوابط محددة.

وأوضح معالي الهاشمي أنه في إطار حزم الدعم المقدمة لأصحاب العمل تم تسهيل إجراءات إرجاع الضمان المصري لمنشآت القطاع الخاص، الأمر الذي استعدت بهجته بطلب التمتع أكثر من 5 مليارات درهم خلال عام 2020، وذلك بعد أن كان مجلس الوزراء المقرر قد اعتمد نظام التأمين على رواتب ومستحقات المعطلين كبدل عن الضمان المصري. من جانبه قال معالي الدكتور أحمد بالهول الفلاسي، إن اللجنة تشكل إطار عمل ليدور على القيادة الرشيدة وخططها الوطنية الرامية لبلورة الاقتصاد وتسريع وتيرة تعايي مختلف القطاعات الحيوية، لا سيما المشروعات الصغيرة والمتوسطة.

وشدد معاليه على أهمية تضافر الجهود بين الجهات الأعضاء في اللجنة لضمان فعالية برامج ومبادرات إعادة الزخم إلى أنشطة الأعمال. وقال معاليه "تمكنت لجنة متابعة وتنسيق حزمة المبادرات المرنة من قطع أشواط كبيرة في تنفيذ برامج ومبادرات المرحلة الأولى، ولعبت دورا محوريا في تمكين الأعمال والمشاريع الصغيرة والمتوسطة من الاستمرار في العمل. وتتضمن المسارات التي يجري العمل عليها توفير السيولة لدعم الأعمال والشركات الصغيرة والمتوسطة، ومبادرات لدعم المبيعات والنجاح التجاري لرواد الأعمال. كما تم تنفيذ مبادرات لدعم القطاع السياحي باعتبارها محركا للاحتواض الاقتصادي والنمو المستدام، حيث تم توفير منح وحوافز للمنشآت السياحية الملتزمة بمعايير الصحة والسلامة ودعم استمرارية أعمالها سواء الفنادق أو المطاعم أو المنشآت السياحية الأخرى، كما تم إلغاء وتخفيض عدد كبير من الرسوم والضرائب المفرضة على القطاع السياحي لتسريع تنشيط السياحة في الدولة". من جانبه قال معالي وزير الرائد والفعاليات لهيئات ودوائر السياحة المحلية في كافة إمارات الدولة في دعم جهود وزارة الثقافة لتنشيط وتنشيط القطاع السياحي. من جانبه، أكد معالي الدكتور ثاني بن أحمد الزيودي، وزير دولة للتجارة الخارجية، أن اللجنة ستواصل دورها الإشرافي والتنسيقي لتسهيل تنفيذ برامج الدعم الحكومي الرامية لضمان أن تكون الإمارات إحدى أسرع الدول تعافيا من تداعيات جائحة كوفيد-19، مشيرا إلى أن التقدم في نسبة إنجاز مبادرات المرحلة الأولى يأتي ثمرة للجهود الجبته لفرق العمل، والتعاون الوثيق بين كافة الجهات الأعضاء في



اللجنة. وأضاف معاليه "تستهدف خطة الدعم زيادة مرونة الأنشطة الاقتصادية وجاذبيتها العالمية ومواصلة تمكين الكفاءات الوطنية، بالتعاون مع وزارة الموارد البشرية والتوطين، وتعزيز الثقة بيئة الأعمال المحلية، ودعم حضور صادراتنا في الأسواق العالمية وتمكينها الوطني وزيادة تنافسيتها في الأسواق العالمية، فضلا عن التطور الذي تشهده المنظومة التشريعية الاقتصادية في الدولة، ومن أبرزها مؤخرا تعديلات قانون الشركات التجارية وما أتاحه من تحرير واسع للأنشطة التجارية والاستثمارية أمام المستثمر الأجنبي واتاحة تملك المشاريع والشركات بنسبة 100% والإعفاء من شرط الفرضي المواطن وكذلك وكيل الخدمات المواطن بالنسبة لفروع الشركات الأجنبية، الأمر الذي يصب في زيادة الشفافية والمرونة في مناخ الأعمال وتيسير الإجراءات وسهولة ممارسة الأعمال والارتفاع بيئة الاستثمار المحلية إلى مستويات ريادية جديدة ومنافسة عالميا. وسنواصل العمل خلال الفترة المقبلة على تقييم أثر المبادرات على الأنشطة الاقتصادية بالتعاون والتنسيق مع مختلف الجهات المعنية، بما يسهم في تحقيق الاستفادة المثلى من الحزم. من جانبه، أكدت معالي سارة بنت يوسف الأميري، أن توجيهات القيادة الرشيدة في ترسيخ نهج مميز يقوم على تحفيز التعاون والعمل المشترك أسهمت في تعزيز مكانة دولة الإمارات في صدارة دول العالم التي يشهد اقتصادها تعافيا من تداعيات أزمة جائحة كورونا.. وقالت "الدعم المتواصل الذي توفره القيادة، يخلق أسلوب عمل يضمن مواصلة تضافر الجهود لتحقيق التنمية الاقتصادية وفق نموذج مرن ومستدام وطويل المدى".

وأوضحت معاليها أن مبادرات الحزمة الاقتصادية وبما تشتمل عليه من قرارات ومبادرات استباقية، تسهم بشكل فعال في تسريع تعايي القطاع الصناعي في دولة الإمارات، مؤكدة على المساهمة الفاعلة لوزارة الصناعة والتكنولوجيا المتقدمة في بذل الجهود المتواصلة لضمان التنفيذ الأمثل للمبادرات وتوظيف جميع الإمكانيات للمساهمة في تمكين القطاع الصناعي وتعزيز تنافسيتها عالميا. من جانبه أكد معالي عمر سلطان العلماء أن توجهات قيادة دولة الإمارات ورواها الاستراتيجية التي تركز على تطوير البنية التحتية الرقمية والتكنولوجية، جعلت الدولة من أكثر دول العالم قدرة واستعدادا للتحديات الاقتصادية، وعززت جاهزية الحكومة لتحقيق تعايي والنهوض السريع بعد انتهاء جائحة فيروس كورونا المستجد. وقال إن مبادرات الدولة لدعم القطاعات الاقتصادية الحيوية، وحزم التحفيز الاقتصادي التي تقدمتها، ساهمت بشكل كبير في ترسيخ النظرة الإيجابية لاقتصاد الإمارات وريادته في استكشاف الفرص والسوق الجديدة محليا ودوليا، وضمان استدامته على المدى الطويل عبر تمكين الجهات الحكومية والخاصة الفاعلة في القطاع الاقتصادي، وتوفير الدعم والتحويل والفرص المسهلة للشركات المتوسطة والصغيرة والصناعات ورواد الأعمال. وأضاف "إن حرص حكومة الإمارات على تبني أدوات التكنولوجيا المتقدمة ودعم الطاقات الوطنية، واستقطاب و جذب الكفاءات والمواهب العالمية، سيسهم في زيادة التنافسية الاقتصادية للقطاعات الاستراتيجية والمستقبلية.. ولا شك في أن مبادرات الخطة الاقتصادية للنهوض والتعالي، ومن خلال تركيزها على تطبيقات الاقتصاد الرقمي، تعزز أسس التحول نحو الاقتصاد الجديد". مشيرا إلى أهمية مواصلة الجهود لتوفير بيئة محفزة لممارسة الأعمال، ودعم القطاعات الاقتصادية على المدى القصير والمتوسط والطويل.

وتمن معالي عبد الله محمد البسطي الأمين العام للمجلس التنفيذي لإمارة دبي، الدعم الكبير الذي توليه قيادة الدولة والرامية إلى تدشين مرحلة اقتصادية جديدة أكثر استدامة، ومرونة في التعامل مع مختلف التحديات. كما أضاف معاليه بجهود لجنة تنسيق ومتابعة تنفيذ الخطة الاقتصادية للتعايي والنهوض برئاسة معالي وزير الاقتصاد، ومتابعيتها الحثيثة لضمان تطبيق مبادراتها وفق الخطة الزمنية المحددة، فيما يتعلق بتطوير السياسات الاقتصادية لرفع مرونة وجاهزية كافة القطاعات الاقتصادية المرحة المقبلة، وخلق فقرة نوعية في نموذجنا الاقتصادي.

وقال "عمل على بلورة رؤية استباقية لتسريع اقتصادنا الوطني، والبناء على منجزات مسيرتنا التنموية لضمان استدامتها، ومن هذا المنطلق، ركزت الخطوات الأولى لمبادرات اللجنة على تحفيز الاقتصاد واتباع نهجها عددا من المبادرات التي تركزت أولا إيجابيا على دفع جهود التعايي للقطاعات ذات الأولوية، وقد أثمرت هذه المبادرات

الفكرة

27 13 مؤسسة محلية وعالمية تتأهل للمرحلة النهائية من تعدي دبي العالمي للتقل ذاتي القيادة

•• دبي-وام:

أعلن معالي مطر محمد الطاير المدير العام ورئيس مجلس المديرين في هيئة الطرق والمواصلات بدبي.. تأهل 13 مؤسسة محلية وعالمية للمرحلة النهائية من تعدي دبي العالمي للتقل ذاتي القيادة في فئتي الشركات الرائدة والمؤسسات الأكاديمية المحلية وخصصت الدورة الثانية للتعدي محور "الخدمات اللوجستية ذاتية القيادة" وتشمل وسائل النقل الأرضية والطائرات دون طيار، Drones.

وقال الطاير إن الدورة الثانية من التعدي شهدت زيادة في عدد المشاركات العالمية على الرغم من الظروف التي فرضتها جائحة "كورونا" على مختلف دول العالم وقد بلغ إجمالي عدد الطلبات المقدمة للتعدي 31 طلبا للفئتين من مختلف دول العالم متجاوزا العدد المستهدف بنسبة تصل إلى 200%.

وأضاف أنه بناء على قرار لجنة التحكيم العالمية برئاسة الدكتور ستيفين شلادوفر الخبير الدولي ورئيس لجنة تحكيم تعدي دبي العالمي للتقل ذاتي القيادة تأهلت سبع شركات عالمية للمرحلة النهائية عن فئة الشركات الرائدة وهي: نيوليكس Neolix، من الصين ولايف توتش جي ورلد DG World، من الإمارات العربية المتحدة وارتي Arti، من النمسا وفونيس ويل Twins Wheel، من فرنسا وياندكس Yandex، من روسيا وكويو بوت Kiwi Bot، من الولايات المتحدة الأمريكية.

كما تأهلت ست جامعات للمناهيات عن فئة الجامعات المحلية وهي: جامعة نيويورك في أبوظبي وجامعة خليفة للعلوم والتكنولوجيا وجامعة روتشستر للتكنولوجيا في دبي والجامعة الأمريكية في الشارقة وجامعة الشارقة وجامعة دبي.

وأشار الطاير إلى أن تعدي دبي العالمي للتقل ذاتي القيادة يهدف إلى التوسع في استخدام التقل ذاتي القيادة على كل المستويات وتشجيع الشركات الرائدة في هذا المجال من أجل التعامل مع التحديات القائمة حاليا مثل تعدي الميل الأول والأخير لوصول الركاب لوجهاتهم النهائية والازدحامات المرورية وانخفاض عدد مستخدمي وسائل



المواصلات العامة.

وأوضح معالي المدير العام ورئيس مجلس المديرين أن تخصيص محور "الخدمات اللوجستية ذاتية القيادة" ليكون عنوان الدورة الثانية من التعدي يأتي في إطار سعي هيئة الطرق والمواصلات لدعم القطاع اللوجستي في إمارة دبي حيث تشير الدراسات إلى وجود قرابة 6000 شركة شحن في دبي وأكثر من 64 ألف شاحنة من مختلف الحمولات والأوزان مما يترتب عليه وجود حوالي 306 آلاف رحلة يوميا تتنقل حوالي 13% من عدد الرحلات بإمارة يومية.

وأكد أن خدمات نقل البضائع في الميل الأول والأخير داخل المدينة تعد من أهم الخدمات التي تؤثر في الاقتصاد بشكل عام لذلك من المتوقع دخول نماذج تشغيل جديدة أو مركبات مبتكرة لتسليم البضائع في الميل الأخير في المستقبل القريب.

من جانبه قال أحمد هاشم بهروزيان المدير التنفيذي لمؤسسة المواصلات العامة رئيس اللجنة المنظمة لمتور دبي العالمي للتقل ذاتي القيادة، إن الدورة الثانية من التعدي شهدت منذ الإعلان عن انطلاقها إقبالا كبيرا من مختلف المؤسسات العالمية للمشاركة بعرض مشاريعها ومبادراتها في طرح وسائل للتقل ذاتي القيادة.

الإمارات على يد المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان "طيب الله ثراه" الذي أيقن مبكرا أن تمكين المرأة تعليميا يصنع مجتمعا متقدما وقد ضمن هذا تمثيل المرأة وإشراكها على جميع المستويات في إعداد وبناء القدرات أن المرأة تمثل نحو 30 بالمئة من أعضاء مجلس الوزراء و50 بالمئة كما أنها تمثل أكثر من 50 بالمئة من الكادر الوظيفي بوزارة الدولة للإمارة. وقالت معاليها أن قيادتنا الرشيدة رسخت أهمية تمكين المرأة تعليميا منذ تأسيس دولة

إلى أهمية إشراك المرأة فيما يتعلق بصنع القرار في موضوع المرأة والأمن الغذائي والاستدامة وما أحدثته جائحة" كوفيد 19" من وعي بالتحديات التي واجهت العالم فيما يتعلق بالأمن الغذائي والمالي والحاجة إلى وضع حلول مبتكرة ومستدامة للأزمات كونها الأكثر قدرة على تحديد الأولويات الغذائية بالإضافة لضرورة تعزيز الوعي حول هدر الموارد الطبيعية وما يمكن إحداثه من الالتزام الفردي بإيقافه. وأكدت معالي مريم المهيري أن

ثانية جلسات حوارات دبي الافتراضية للمرأة تناقش موضوع المرأة والأمن الغذائي والاستدامة

•• دبي- وام:

أكدت معالي مريم بنت محمد سعيد حارب المهيري وزيرة دولة للأمن الغذائي والمالي بالدعم الذي تقدمه القيادة الرشيدة للمرأة من القيام بدور بارز في التعامل مع تحديات وإفرزات أزمة كوفيد - 19 بما في ذلك نجاح منظومة الأمن الغذائي التابعة للدراسات الأساسية للمرأة في تأمين النظام الغذائي للأسرة والمجتمع وفي الإنتاج أيضا حيث تساهم في أكثر من 50 بالمئة من إنتاج الغذاء في مناطق كثيرة حول العالم. وأشارت معاليها إلى العلاقة القوية بين التوازن بين الجنسين والأمن الغذائي حيث أن اعتماد الأمن الغذائي في العديد من الدول مرتبط إلى حد كبير بمسألة عدم المساواة بين الجنسين فيها. بعد ذلك خلال الجلسة

الثانية لمبادرة "حوارات دبي الافتراضية للمرأة" التي نظمتها مؤسسة دبي للمرأة تحت عنوان "المرأة والأمن الغذائي" البداية نحو مستقبل مستدام" والتي استضافت فيها كل من معالي مريم المهيري ومجيد يحيى مدير مكتب برنامج الأغذية العالمي التابع للأمم المتحدة في الإمارات وممثل البرنامج لدى دول مجلس التعاون الخليجي وسيمون فيلاني رئيسة مؤسسة قيادة الهدف الرابع للتنمية المستدامة. وقالت معالي مريم المهيري إن قيادة دولة الإمارات لديها من الرؤية والبصيرة التي تمكثها من تحقيق التوازن بين الجنسين وتعزيز دور المرأة في كافة القطاعات ما انعكس إيجابا على الاقتصاد والمجتمع وتحقيق الرخاء والازدهار...مضيفة أن الأمن الغذائي صفة عامة



كجزء من الجهود الإنسانية المتواصلة للدولة من أجل تمكين المرأة في جميع أنحاء العالم. وقالت "لدينا في دولة الإمارات الموارد والوسائل التي يمكن من خلالها أن تساعد الآخرين فمن واجبنا ليس فقط توفير احتياجات الأمن الغذائي المحلي ولكن أيضا الإسهام في توفير الأغذية والزراعة التابعة للأمم المتحدة" الفاو. وأضافت "بداننا مشروعا في تيسير مساهمة المرأة الريعية على تحقيق الدخل المستدام الأمن الغذائي وتوفير فرص التغذية المجتمعات اقتصاديا.

حكومة دبي دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي اسم المصفي: يوسف بن خادم لتدقيق الحسابات

حكومة دبي دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة اسم الشركة: ارفورت للتجارة العامة (ش.م.م.)

حكومة دبي دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي اسم المصفي: يوسف بن خادم لتدقيق الحسابات

حكومة دبي دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة اسم الشركة: تولين للتجارة العامة (ش.م.م.)

حكومة دبي دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي اسم المصفي: يوسف بن خادم لتدقيق الحسابات

حكومة دبي دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة اسم الشركة: ديون لتجارة الأدوات والمستلزمات الطبية (م.م.)

حكومة دبي دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي اسم المصفي: يوسف بن خادم لتدقيق الحسابات

حكومة دبي دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة اسم الشركة: سافانا لتجارة المواد الغذائية (ش.م.م.)

حكومة دبي دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي اسم المصفي: يوسف بن خادم لتدقيق الحسابات

حكومة دبي دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة اسم الشركة: واي دام للتجارة العامة

حكومة دبي دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي اسم المصفي: يوسف بن خادم لتدقيق الحسابات

حكومة دبي دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة اسم الشركة: هاي دام للتجارة العامة

المحكمة دبي محكمة دبي الابتدائية إعلان بالنشر العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣

المحكمة دبي محكمة دبي الابتدائية اذار عدلي بالنشر العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣

المحكمة دبي محكمة دبي الابتدائية اذار عدلي بالنشر العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣

المحكمة دبي محكمة دبي الابتدائية اذار عدلي بالنشر العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣

المحكمة دبي محكمة دبي الابتدائية اعلان بالنشر العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣

المحكمة دبي محكمة دبي الابتدائية اذار عدلي بالنشر العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣

المحكمة دبي محكمة دبي الابتدائية اذار عدلي بالنشر العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣

المحكمة دبي محكمة دبي الابتدائية اعلان بالنشر العدد ١٣١١٠ بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

المحكمة دبي محكمة دبي الابتدائية اعلان رقم: 2020-104 تعديل الرخصة رقم: ADAFZ00197

المحكمة دبي محكمة دبي الابتدائية اعلان رقم: 2020-102 تعديل الرخصة رقم: ADAFZ00130

المحكمة دبي محكمة دبي الابتدائية اعلان رقم: 2020-103 تعديل الرخصة رقم: ADAFZ00136



• يعرض في دور السينما المحلية بدءاً من 17

• يستضيفها المدرج من 15 حتى 17 ديسمبر الجاري

• استغرق إنتاج العمل وتصويره عامين

منوعات الفجر 30

في فيلم "خورفكان" من إنتاج هيئة الشارقة للإذاعة والتلفزيون

عشاق الأفلام على موعد مع ملحمة تاريخية تروي بطولات خورفكان في القرن الـ16 بالتزامن مع افتتاح «مدرج خورفكان» ضمن حزمة المشاريع التطويرية القائمة وعلى مدار 3 أيام

• نظراً للإقبال الشديد نفذت جميع تذاكر العرض المجاني

• بطولة رشيد عساف وقيس الشيخ نجيب وأحمد الجسمي وحبيب غلوم وآخرين

• للمخرجين الإيرلندي موريس سويني والبريطاني بين مول



التموية والحيوية في المدينة في إطار حرص سموه الدائم على متابعة مشروعات الإمارة وتدعيمها بكل ما يلزم من مرافق وخدمات تعكس مكانتها التاريخية والسياحية في الدولة والمنطقة.

للإذاعة والتلفزيون: " يأتي عرض الفيلم احتفاءً بسلسلة المشاريع التنموية التي تنطلق في المدينة، بتوجيهات وإشراف شخصي من قبل صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، إذ يجسد الفيلم المكانة المهمة والتاريخية التي تمتلكها المدينة، وتابع مدير عام هيئة الشارقة للإذاعة والتلفزيون: " ظل موقع المدينة الاستراتيجي المطل على بحر العرب والشارقة المائية المهمة في الإمارة والدولة مطمئناً لحملات السيطرة والاحتلال، لكنها كلها اندحرت على مشارف هذه المدينة وسطر أبنائها مشاهد أصيلة في الدفاع عن الوطن، لهذا حرصنا على إنتاج هذا العمل الذي أراد من خلاله صاحب السمو حاكم الشارقة أن يرسخ فكرة المقاومة التي أبدتها المدينة، ويعرض مشاهد التضحية والفاءة التي قدمها أهالي



•• الشارقة-الفجر:

تعرض هيئة الشارقة للإذاعة والتلفزيون وبالتزامن مع افتتاح "مدرج خورفكان"، الفيلم السينمائي التاريخي "خورفكان" المقتبس عن المؤلف التاريخي لصاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى، حاكم الشارقة "مقاومة خورفكان للغزو البرتغالي"، الذي يسلط الضوء على سلسلة الأحداث البطولية التي سطرها أهل المدينة في صد الغزو البرتغالي الذي اجتاحت المنطقة في العام 1507 ضمن الحملة التي قادها الجنرال البحري البرتغالي "أفونسو دي اليوكيرك"، كما يروي سيرة المدينة خلال 27 عاماً. وكانت هيئة الشارقة للإذاعة والتلفزيون الجهة المشرفة على إنتاج العمل قد أعلنت عن نفاذ جميع تذاكر الفيلم المجانية الخاصة للعرض التي يستضيفها المدرج من 15 حتى 17 ديسمبر الجاري، الساعة 7:30 حتى 9:30 مساءً، فيما سيتواجد في دور السينما المحلية بداية من 17 ديسمبر الجاري. ويروي الفيلم تفاصيل الأحداث التي تراكمت مع صباح يوم الحادي والعشرين من شهر سبتمبر عام 1507، بعد ظهور الأسطول البرتغالي الذي ضم آنذاك ست سفن يقودها الجنرال البحري "دي اليوكيرك" يرافقه مجموعة من النبلاء، يطاردون قارباً محلياً (سنبوك) يحاول الهرب شمالاً ناحية هرمز، لتتوافق الأحداث ويخبر الأهالي بوصول البرتغاليين وتبدأ معارك الدفاع التي جسدتها أبناء المدينة وسطروا خلالها مشهداً في الإباء سجل في تاريخ المنطقة.



مركز اللغات بالجامعة القاسمية ينظم حفل ختام أنشطته بعنوان (نشاطات إثرائية في حب العربية) بحضور 300 طالب

وتختزن المواهب الأدبية وتصقلها، فقد اختتمت فقرات الحفل بقصيدة في منح الإمارات، ألقاها الطالب الشاعر/ فافا سيسي، من دولة غامبيا. وأعقبت فقرات الحفل كلمة قصيرة للأستاذ الدكتور محمد الشيخ، مدير المركز، أشاد فيها بجهود أساتذة المركز وأساتذاته في تنمية مهارات الطلاب غير العرب، وتأهيلهم ليكونوا قادرين على مواصلة دراساتهم الجامعية في الكليات المتنوعة بيسر وسهولة. وفي ختام الحفل أبدى سعادة الأستاذ الدكتور رشاد سالم مدير الجامعة، سروره البالغ بالمستويات التي

المستوى المتبدئ بـ تقديم نشرة إخبارية متنوعة، وأدت عبرها عن مهارات التقديم الإذاعي. وأدت مجموعة أخرى من الطلاب خطبة "قَس بن ساعدة" المشهورة؛ لإبراز جماليات البلاغة العربية القديمة، وضمن نشاط جمعية الصحافة قدمت مجموعة من الطلاب قراءات متنوعة لأخبار الصحف اليومية والإلكترونية بدولة الإمارات العربية، كما قدم الطالب الفلبيني/ طاهر أميريل، خطبة بدعية من إعداد، أظهر فيها مهاراته في الخطابة ومواجهة الجمهور، وذكر الحضور بعدد من المواقف الدينية النافعة. ولما كانت الجامعة

والإدارية، إضافة لعمداء الكليات وأقيم الحفل بإشراف الأستاذ الدكتور محمد عبدالرؤوف الشيخ، مدير مركز اللغات. وتنوع الفقرات التي واكبت الحفل على التواصل المرئي وقدمه طلبة المركز ضمن حصاد النشاطات الإثرائية لجمعية الأنشطة اللاصفية بالمرکز، مثل جمعيات: الإذاعة، والخطابة، والصحافة، والإلقاء، والشعر، والخط العربي.. وبدأت فقرات الحفل بالسلام الوطني لدولة الإمارات العربية المتحدة، أعقبها تلاوة قرآنية بصوت الطالب أريزا تاتم مسلم، من إندونيسيا،

•• الشارقة-الفجر:

برعاية سعادة أ.د/ رشاد سالم . مدير الجامعة القاسمية

الجامعة القاسمية
مركز اللغات

حفل ختام أنشطة
فصل الخريف الدراسي
2020-2021م

تحت شعار
(نشاطات إثرائية في حب العربية)

إعداد:
فريق العمل بمركز اللغات
مدير مركز اللغات
أ.د/محمد الشيخ

الثلاثاء: 8 ديسمبر 2020م
الساعة: 6:00 مساءً

zoom



منوعات

الفكر

31



شيما هلاي .. "العصبي" بقالب غنائي باللهجة العراقية

طرحت شركة روتانا للصوتيات والمرئيات، أحدث أغنيات النجمة التونسية شيما هلاي، أغنية "العصبي"، وصدرت على طريقة الفيديو كليب عبر قناة روتانا الرسمية على الإنترنت. بقالب غنائي إيقاعي باللهجة العراقية قدمت شيما هلاي أغنية "العصبي"، وحملت كلمات قصي ياسل جواد وألحان الفنان العراقي محمود التركي وتوزيع أحمد المهندس، وأشرف حسن طالب. على صعيد الصورة، حمل كليب أغنية "العصبي" توقيع المخرج العراقي علاء الأنصاري، وتم تصويره في دبي بدولة الإمارات، وظهرت شيما هلاي بعدة إطلالات مختلفة ومنوعة. وأعربت شيما هلاي عن سعادتها بطرح أغنية "العصبي"، إذ شكلت عودتها لسوق الإنتاج الغنائية بعد غياب عامين.

شعرت بالخوف قبل حفل "الموسيقى العربية"

سوما: الجمهور حاليًا لم يعد يستمع لألبوم كامل

فنانة استطاعت أن تأسر قلوب الجمهور منذ الوهلة الأولى بعد أغنية "أعز أصحاب"، التي حققت نجاحاً مبهراً، وارتبطت بها الجمهور وعشقها الكبار والصغار، أنها المطربة سوما، التي تحدثت في هذا الحوار عن مشاركتها في مهرجان الموسيقى العربية لدورته ٢٩، وعن أعمالها القادمة..

• حديثنا عن مشاركتك في مهرجان الموسيقى العربية؟
- سعيدة جداً بالمشاركة في مهرجان الموسيقى العربية وخاصة هذا العام، لأنني أشعر بإحساس مختلف وأعتقد أن هذا الشعور لدى الكثير من المطربين، وذلك لأن الجمهور متعشش للحفلات في ظل الظروف التي يمر بها العالم بسبب انتشار فيروس كورونا.

• ما هو شعورك قبل إحياء الحفل؟
- كنت أشعر بالخوف، لأن جمهور الأوبرا مهم جداً بالنسبة لي، ويجب أن يكون الجميع متفاعلاً مع الأغنيات التي أقدمها وهذا ما كنت أسعى إليه والحمد لله هذا ما حدث خلال الحفل بالفعل.

• ماذا عن مشاركتك في حفل مع هاني شاكر؟

- سعيدة جداً بهذا الحدث على الرغم من أن هذا العام هو الثاني على التوالي الذي أحيي خلاله حفل مع أمير الغناء العربي، كما أن إحياء حفل مع فنان بحجم هاني شاكر شيء صعب جداً.

• ما رأيك في إقامة حفلات هذا العام بمسرح النافورة؟

- سعيدة جداً بإقامة حفلات مهرجان الموسيقى العربية لهذا العام على مسرح النافورة، لأنه يستوعب عدداً كبيراً من الجمهور ورغم هذا العدد حرصت دار الأوبرا المصرية على اتباع كافة الإجراءات الاحترازية.

• ما الأغنية الأقرب إلي قلبك؟

- بالتأكيد أغنية "أعز أصحاب"، والتي طرحت عام 2008، ومنذ طرحها حتى الآن ما زالت عالقة في أذهان الكثير من الجمهور على مختلف الأعمار.

• أيهما تفضلين الأغاني السينجل أم الألبومات؟

- أنا مع تقديم أغاني سينجل وليس ألبوم، حيث أن الجمهور حاليًا لم يعد يستمع لألبوم كامل.

• ما أعمالك خلال الفترة القادمة؟

- سجلت مؤخراً أغنية سينجل، من المقرر طرحها خلال الفترة المقبلة على مواقع التواصل الاجتماعي والقنوات الفضائية، وهي أغنية اجتماعية.

نادين نجيم تطل على جمهورها مُجدداً من خلال (صالون زيزي)

يبدو أن نادين نسيب نجيم التي كانت قد نجت من حادث انفجار مرفأ بيروت الذي أصابها بإصابات خطيرة في الوجه والرقبة، تخلت عن قرار الهجرة الذي كانت قد أعلنت عنه فور تعافيتها من الحادث الخطير، ويبدو أنها تحضّر لمفاجأة في الفترة المقبلة.



الأولى سيكون المخرج جو بوعيد ضمن هذا العمل كمخرج بعد أن قدم لسنوات أبرز الأغاني المصورة وقدم عام 2012 فيلم "تنورة ماركسي" الذي أثار جدلاً واسعاً في الأوساط الدينية والاجتماعية للجرأة التي تمتع بها. ويبدو أن نمط جو بوعيد أقنع نادين نسيب نجيم لتغامر مرة أخرى وتثبت تحولات في حياتها المهنية من خلال قصة جديدة، فيما لم ترشح أي تفاصيل أخرى سوى إعادة تجديده قامت بها نجيم على صفحتها الخاصة تويتر تؤكد خبر دخولها خلال أيام تصوير المسلسل الجديد.

رمضان 2021 على صعيد آخر، قررت شركة إنتاج مسلسل "2020" أن يشارك العمل في الموسم الرمضاني المقبل بعد خروجه من موسم رمضان 2020، ليكون أولى أعمال شركة الصباح للخريطة الرمضانية المقبلة بعد أن كانت هناك نية لعرضه في موسم خارج رمضان.

وتجسد نادين نسيب نجيم في هذا العمل شخصيتين، حيث تظهر في شخصية النقيب سما، أما الشخصية الأخرى فستكون مفاجأة للجمهور، حيث تظهر نادين في كثير من المشاهد وهي ترتدي الحجاب كما تتخلّى عن المكياج في معظم مشاهد.

والسلسل يشارك في بطولته قصي حولي وماريتا الحلواني، ويظهر البوب ستار رامي عياش كضيف شرف في أولى حلقات المسلسل بشخصية شقيق النقيب سما.

عودة درامية

قبل فترة، نشرت نواعم حول محاولات شركة صادق الصباح إقناع نجمة الشركة نادين نسيب نجيم بالتخلّي عن قرارها بالهجرة، واستمرار حياتها طبيعياً في بلدها لبنان، خاصة أنها نجمة ولديها جماهيرها العريضة في كل أنحاء الوطن العربي. ويبدو أن المحاولات قد حققت هدفها، حيث علمت نواعم أن نادين نجيم تحضر نفسها ليده تصوير أحدث أعمالها الدرامية الذي ستطل به للمرة الأولى حصرياً عبر شاشة منصة شاهد الإلكترونية، وسينتمي للدراما القصيرة من نوعية أعمال اللات كوميدي التي كانت قد أعلنت عنه نادين قبل فترة من الانسحاب، ويحمل اسماً مؤقتاً بعنوان "صالون زيزي".

لكن ما قصة "صالون زيزي"؟

بحسب المعلومات المتوفرة، فإن العمل يحاكي قضية اجتماعية تديرها "زيزي" التي تجسد دورها نجيم وهي مالكة صالون حلاقة نسائي، والمسلسل بحسب ما عرفنا مؤلف من 15 حلقة، وللمرة



الفكر

تعرفوا على علامات التسنين لدى الطفل

- أحيانا أعراض التسنين تظهر على الطفل أشهرا قبل ظهور أول سن، وبعض المواليد يولدون بأسنان ولكن غالبية الاطفال تظهر علامات التسنين لديهم من عمر 4 أشهر وقد يتأخر ظهور أول سن للمولود الى عمر 12 شهرا. لذا انتبهي لهذه العلامات التي تشير بأن صغيرك بدأ مرحلة التسنين والمقدمة من الخدمات الصحية الوطنية البريطانية:
- يبدأ فلك بمحاولة مضغ كل ما تصل له يديه ومسكه بقوة وعضه وحك لثته به.
- سيلان اللعاب قد يكون طبيعيا عندما يضع الصغير شيئا في فمه لكنه يكثر في مرحلة التسنين.
- احمرار الخدين قد يبدأ أشهرا قبل ظهور الأسنان.
- المعاناة وعدم القدرة على النوم ليلا.
- ارتفاع طفيف في درجة حرارته والتحسس خلال اليوم.
- الإسهال والطفح الجلدي في منطقة الحفاض.
- فقدان الشهية بسبب الألم الذي تتعرض له اللثة عند تناول الطعام.
- تورم واحمرار اللثة.
- شد الأذن وذلك بسبب مرور الألم من اللثة إلى الفك وشم الأذن - عض الشدي عند الرضاعة.



أعراض جفاف العين لا تستهني بها

متلازمة جفاف العين هي عدم قدرة العين على إفراز ما يكفي من الدموع، أو عدم قدرتها في الحفاظ على طبقة طبيعية من الدموع لحمايتها، نتيجة تبخرها بسرعة.

وعلى الرغم من أن جفاف العين واحد من الأمراض المزجة للغاية، فإنه لا يشكل خطورة كبيرة؛ لأنه لا يُسبب فقداناً للبصر، ولكن من الممكن أن يكون جفاف العين سبباً في أن تصبح العين عرضة للعدوى البكتيرية، أو الإصابة بالالتهابات نتيجة لهذا الجفاف، مما قد يسبب الإصابة بندوب في القرنية.

وتعتبر متلازمة جفاف العين من أكثر الأمراض شيوعاً بين أمراض العيون، ويمكن أن تحدث في أي عمر، ولكنها أكثر شيوعاً مع التقدم في السن، كما أنها أكثر شيوعاً عند النساء مقارنة بالرجال. ويعد نقص فيتامين "A" من مسببات جفاف العين، كما أن استخدام العدسات اللاصقة من مسبباته أيضاً.

أعراض الإصابة بجفاف العين

يوجد العديد من الأعراض المصاحبة لجفاف العين، ولكنها تزيد بشكل واضح عند التعرض للشمس أو الأتربة، أو خلال فترات تغير الفصول، أو بعد استخدام أجهزة الكمبيوتر لفترات طويلة، وأبرز هذه الأعراض هي: التهاب العين؛ يظهر على هيئة احمرار بالعين مع رغبة في الحك، وقد يؤدي هذا الالتهاب إلى الإصابة بالتهاب الغدد الدهنية الموجودة بالعين، كما يقلل إفراز الدموع، مما يسبب زيادة البكتيريا في العين.

- حكة العين: عند الشعور برغبة دائمة في حك العين مع احمرار مستمر، فهو دليل على الإصابة بمتلازمة جفاف العين التي تستدعي التدخل الطبي.

- احمرار العين: إذا كان الشعور باحمرار في العين مصحوباً بالحاجة إلى الحك؛ فهذه الأعراض تشي بالتهاب العين المصاحبة لمتلازمة جفاف العين.

- وخز في العين: الشعور بوخز مستمر في العين مع وجود التهاب بها، يعتبر من أعراض جفاف العين المزجة التي تستدعي التدخل الطبي للحد منها؛ وذلك بتلقي العلاج المناسب لها.

- الشعور بجسم غريب في العين: الشعور بجسم غريب بشكل مستمر في العين كحبة رمل، أو كأحد الرموش، يعد من أعراض جفاف العين التي تستدعي العلاج الطبي؛ لمنع تطور تلك الأعراض.

- وفرة الدموع: إذا لاحظت أن عينيك تدمع كثيراً من دون سبب واضح، مع وجود أي من الأعراض السابقة، فقد تكون تلك أعراض متلازمة جفاف العين.

- تراجع في حدة الإبصار: إذا شعرت بتراجع في الإبصار بشكل مفاجئ مع التهاب في العين، وشعور بالحكة، والإصابة باحمرار العين، فعليك التوجه للطبيب لمعرفة سبب تلك الأعراض؛ لأنها قد تكون ناتجة عن الإصابة بجفاف العين.



سانحة تستمتع بين الزهور في حديقة فوهين رونج كلا الوطنية، مقاطعة فيتسانولوك، تايلاند. رويترز

قرأت لك

البروكلي

يعتبر البروكلي معينا لا ينضب من الفيتامينات والعناصر الغذائية المهمة لصحة الانسان إلا أن آلية حمايته للشرايين لم تكن معلوم تفصيليا حتى الآن الى أن توصل فريق من العلماء البريطانيين



إلى تفسير وكشف النقاب عن هذه الآلية.

فقد توصل فريق من العلماء بالكلية الملكية إلى دلائل علمية جديدة تشير إلى أحتواء البروكلي وعدد من الخضراوات الورقية على مركبات كيميائية تعمل على تعزيز ورفع كفاءة الآليات الدفاعية الطبيعية في الجسم لحماية الشرايين ووقايتها من الجلطات المسببة للازمات القلبية. وكشفت الأبحاث الأولية التي أجريتها على فئران التجارب أن المركب الكيميائي الطبيعي "سولفورافين" المتواجد في البروكلي لديه القدرة على إشارة وتعزيز عمل البروتينات الواقية والمدافعة عن الشرايين لوقايتها من الاصابة بالجلطات الخطيرة .

تأتى هذه الدراسة لتفسر بالدليل القاطع فوائد الخضراوات خاصة البروكلي لصحة الانسان ولتدعم الصبحات المطالبة بضرورة زيادة الاستهلاك من الخضراوات المفيدة لصحة القلب.

سؤال وجواب

- عندما يكون الأنف مسدودا لماذا لا يكون للطعام طعم ؟
أن تكوين الفم والتجويف الانفي الموجود خلف الأنف يساعد على ان يتم التذوق والشم معا ففي الوقت الذي تقوم فيه بقطع الطعام فان الرائحة تذهب إلى اسفل الأنف ويلتقطها غشاء الشم ثم ترسل المستقبلات الشمية الرسالة إلى المخ لعرفة الرائحة فيجيب بحلاوة طعامها .. لذلك فعندما تعطل حاسة الشم لا نتمكن من شم الطعام ويصعب تمييزه ويكون طعم كل شئ مشابها .
- من مخترع البطارية الكهربائية ؟
العالم الإيطالي فولتا
- من هو مخترع أول قلم حبر عملي عام 1884 م ؟
الأمريكي لويس واترمان

هل تعلم؟

- هل تعلم أن أضخم كتل من الذهب الخام تم العثور عليها في أستراليا و البرازيل.
- هل تعلم أن الأنتى من السباع إذا وضعت ولدها ترفعه في الهواء أياماً تهرب به من الذر و النمل لأنها تضعه كقطعة من لحم فهي تخاف عليه من الذر و النمل فلا تزال ترفعه وتضعه و تحركه من مكان إلى مكان حتى يشتد.
- هل تعلم أن التمساح الأمريكي و التمساح الإفريقي و فرس البحر تقضي فترات نومها في الوقت الذي تطفوا فيه على الماء خصوصا عندما يكون الماء دافئا و هي تحب أن تسند رؤوسها إلى ظهور زملائها.
- هل تعلم أن القطة الأم تلد ثلاث مرات في السنة و تنجب من 15 : 20 حرة ، و أغلب الناس لا يرغبون في أن تزاحم القطط بيوتهم و لذلك فإنهم يوزعونها على الغير .. أو .. يفرقونها.
- هل تعلم أن (الرأرة) تعني تحريك العينين و إدارتهما لتستديد النظر على الهدف.
- هل تعلم أن أول من اكتشف الدورة الدموية الصغرى في الإنسان هو ابن النفيس.
- هل تعلم أن أول من قال بقابلية الأعضاء الصلبة في الجسم كالعظام للالتهاب و التضخم و الأورام هو ابن سينا.

قصة الثعبان الاليف!

يحكى ان ثعبانا ضخما كان يسكن احد الجحور في حائط كبير لمنزل احد العائلات وقد اعتاد عليه اصحاب البيت كبارا وصغارا، وفي احدى المرات احبت الجدة ان ترى إن كان للثعبان صغار أم لا.. لانه قبل فترة كان منتفخا قليلا والآن اصبح شكله طبيعيا، وهنا انتظرت الجدة حتى يخرج الثعبان للبحث عن طعام ونظرت في الجحر فوجدت عددا كبيرا من الصغار تتلوى بداخله وما زالت مغمضة العينين فاحضرت كيسا واخذت الصغار داخله ثم وضعتهم في مكان اخر اوسع وادفاً وذهبت لتقضي حوائج بيتها.

رجع الثعبان إلى جحره فلم يجد الصغار فأخذ يلف حول نفسه كالتائه الضائع وهو غاضب لا يعرف ماذا يفعل فقد ادرك ان احدا ما اخذ صغاره ولا احد يعرف هذا الجحر غير اصحاب البيت الذين اعتادوا عليه واعتاد عليهم، فنزل من جحره وزحف لداخل البيت وتجوّل في فناءه الواسع فوجد في طرف الفناء اناة كبيرا وقد امتلأ بالحليب الطازج فاقرب منه وبيخ بداخله السم بغزازه وعاد ادراجه لجحره وفي ذلك الوقت كان رب البيت قد راه يزحف في كل مكان وكأنه يبحث عن صغاره فأخبر الجدة التي حملت الصغار وعادت بهم إلى الجحر القديم ولما عاد الثعبان وجدهم ففرح وعرف ان صغاره لم يؤذهم احد.. فاسرع الثعبان ونزل من جحره وذهب إلى الفناء متجها إلى اناة الحليب الذي كانت الجدة تقرب منه وقام على الفور بالالتفاف حوله ثم قام بسكبه على الارض جميعه حتى لا يستعمله احد ويضره سمه.. وعاد لصغاره، وهنا ولأن الجدة غضبت من سكب الحليب على الارض إلا ان رب البيت قد اخبرها بما حدث ومن انه قد شاهد الثعبان وهو يبيخ السم بداخله وانه كان ينوي سكبه لكن الثعبان لما رجع ورأى صغاره واطمأن عاد ادراجه ليبلغ انتقامه من اهل البيت وسبحان الله.

