

ص 22

احتفال زاخر بالبهجة
والرقص يتوج اليوم الوطني
لكوبا في إكسبو 2020 دبي

ص 31

أحمد السقا:
لم أكن أتخيل
أنني سوف أصبح ممثلا



أسوأ أنواع الأطعمة التي تضاعف

ص 23 التهابات وأعراض داء كرون المزمن



المراسلات، ص:ب 505

email:munawaat@alfajrnews.ae

أغنى سؤال .. مقابلة عمل
غريبة تثير اهتمام الملايين

لم تدرك سيدة أميركية أن كلامها الذي كانت تنفوه به قبيل مقابلة عمل مسجل بالصوت والصورة، كما لم تدرك أنه سيصل إلى نحو 7 ملايين شخص في العالم.

وكانت شيلين مارتينيز تستعد أمام جهاز حاسوبها لإجراء مقابلة مع شركة طيران محلية في الولايات المتحدة، للفوز بوظيفة منسيفة طيران. وقبيل دقائق من المقابلة، سمعت شيلين وهي تتحدث مع شخص مجهول لم يظهر في الفيديو، بشيرة ساخرة من المقابلة. وطرحت سؤالاً هو: "ما هو انطباعك عن شركة (SkyWest Airlines) وما هو صداه لديك؟". وقالت ساخرة: "هذا أغنى سؤال وأكثرها سخافة سمعته في حياتي". وفجأة، تغيرت ملامح شيلين بعدما لاحظت أن كاميرا منصة الموقع الرقمي الخاص بالشركة سجلت كلامها. وحاولت التبرير، قائلة إنها كانت تتدرب ولم تكن تدرك أن الكلام مسجل، وقدمت اعتذارها قائلة: "أنا آسفة للغاية". وأعلنت مارتينيز لاحقا على وسائل التواصل الاجتماعي أنها "لم تحصل على الوظيفة" وأنها أيضا معرضة لخطر الطرد من وظيفتها الحالية بعد أن علم رئيسها عن عملية البحث السرية عن عمل. وعلى منصة "تيك توك"، انتشر الفيديو على نطاق واسع، حاصدا نحو 7 ملايين مشاهدة، ونال أكثر من مليون إعجاب.

(الشريرة) أعلى
موجة في العالم

كشف علماء في كندا، تحطيم موجة وصفوها بـ"الشريرة" الرقم القياسي العالمي، حيث بلغ ارتفاعها 58 قدما، قبالة ساحل فانكوفر. وأشار العلماء إلى أن الموجة العالية حطمت الرقم القياسي لأعلى جدار مائي في نوفمبر 2020، وفق ما ذكرت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية. وتم قياس ارتفاع الموجة، الذي كان موازيا لمبنى مكون من أربعة طوابق، بواسطة عوامة كانت تطفو في المحيط، قادرة على تتبع حركات معينة تسببها مثل هذه التيارات العاتية. ووفق العلماء فإن الموجة ذات الحجم العملاق النادر يسجل تقريبا مرة كل 1300 عام تقريبا. ويطلق على مثل هذه الموجة اسم "أمواج العاصفة الشديدة"، وعادة ما يكون حجمها ضعف حجم الأمواج المحيطة بها.

أم تروي معاناة طفلتها من
مرض السماك المهرج

شهدت سلوفاكيا ولادة لطفلة تعاني من مرض جلدي نادر، يصاب به شخصان من بين كل مليون فرد. وولدت إليزابيث كادليسيك في يونيو 2020، وهي مصابة بمرض "السماك المهرج"، والذي يتسبب بنمو الجلد في جميع أنحاء الجسم والوجه بسرعة ويسمك يصل إلى 8 ميلي متر. وتم إخبار ناتاليا والدة إليزابيث عندما كانت حاملا في الأسبوع الثلاثين، بأن طفلتها ستولد بإعاقات عقلية وجسدية. وروت ناتاليا لوسائل إعلام معاناة طفلتها التي ولدت قبل موعدها بستة أسابيع، ودخولها للعناية المركزة، لأن الجلد القاسي حول وجهها وصدرها كان يقيق تنفسها.

وأصيبت ناتاليا وزوجها مارتن بصدمة بعدما أبلغهما الأطباء أن حالة ابنتهما كانت صعبة للغاية، لدرجة أنه لم يكن لديها فرصة للبقاء على قيد الحياة.

ولكن بعد خمسة أسابيع من العلاج في العناية المركزة، نجت إليزابيث بعدما فقدت جنيتها وعدد من أصابعها، والقدرة على تنظيم درجة حرارة جسمها لأنها غير قادرة على التعرق. وستحتاج إليزابيث في المستقبل إلى جراحة تجميلية لجفניה وأصابعها وقدميها وأذنيها، ولكن والدتها في الوقت الحالي تقوم برعايتها بوضع قطرات خاصة في العينين كل ساعة، لأن الطفلة غير قادرة على إغلاق عينيها، كما تضمد جسدها، وتجري لها حمامين طويلين يوميا مع الكثير من التقشير للتخلص من الجلد الميت الزائد، والترطيب بالكريم على الأقل ست مرات يوميا.

تمارين للحصول على جسم
عارضات الأزياء

للحصول على جسم عارضات الأزياء، لا بد من بناء أساس متين، أي التركيز على منطقة الورك والجذع، بما في ذلك عضلات البطن والظهر؛ إذ تشكل هذه المجموعات العضلية قوة الجسد الأنثوي، لذلك يجب أن يستهدف أي تمرين لبناء القوة للنساء كل هذه العضلات. ولتحقيق هذه الغاية،

يستعرض سيدتي.نت تمارين للحصول على جسم

عارضات الأزياء في الآتي؛

يوصى بأداء هذه التمارين لكامل الجسم مرتين

إلى ثلاث مرات في الأسبوع. إذا كنت تبحثين عن مزيد

من التحدي، يمكنك زيادة العدد مرة أو مرتين أخريين،

مع الحرص على أخذ قسط من الراحة لمدة دقيقتين إلى

ثلاث دقائق بين الجولات.

1. سوبرمان

ابدئي بالاستلقاء على البطن مع تمديد الذراعين والساقين على الأرض، بحيث يشكل الجسم خطاً مستقيماً، والجهة على الحvisرة. شدّي عضلات البطن واضغطي على عضلات المؤخرة وارفعي الأطراف الأربعة، بالإضافة إلى الصدر والرأس بضع بوصات من الأرض، مع الحفاظ على رقبتك محايدة من خلال التحديق في الجزء العلوي من السجادة. استمري لمدة 3-5 ثوانٍ، ثم اأزلي ببطء إلى نقطة البداية.

2. حشرة ميتة الكيفية

ابدئي بالاستلقاء على الظهر واسطفي ذراعيك على الصدر، وارفعي ساقيك لتشكلا زاوية 90 درجة. اضغطي على أسفل الظهر على الأرض، ثم قومي بتمديد وخفض الساق اليمنى ببطء وفي ورفعها فوق الحvisرة. توقفي مؤقتاً. ثم عودي إلى نقطة البداية وكرري على الجانب الآخر.

تابعي المزيد: تمارين للحصول على عضلات بطن مقسمة للنساء

3. خفض الساق

ابدئي بالاستلقاء على الظهر مع تمديد الساقين بشكل مستقيم نحو السقف. اخفضي الساق اليسرى إلى أدنى مستوى يمكنك الذهاب إليه دون تقوس أسفل الظهر. عودي إلى نقطة البداية وكرري على الجانب الآخر.

4. الصدفة الكيفية

ابدئي بالاستلقاء على الجانب الأيسر مع ثني الذراع اليسرى، ودعم الرأس باليد، واليد اليمنى على الورك، والساق اليمنى أعلى اليسار، وثني الركبتين والكعبين بما يتماشى مع الألوية. افتحي الساقين برفع الركبة اليمنى نحو السقف دون السماح للفخذ الأيمن بالتدحرج للخلف. ثم العودة إلى نقطة البداية.

5. الجسر

ابدئي بالاستلقاء على الظهر مع ثني الساقين والقدمين على الأرض والذراعين من الجانبين. شدّي عضلات البطن، واضغطي على المؤخرة والكعبين لرفع الوركين نحو السقف، حتى يشكل الجسم خطاً مستقيماً من الكتفين إلى الركبتين. اثبتي لمدة ثانيتين قبل العودة إلى نقطة البداية.

تابعي المزيد: أفضل تمارين البطن لشد الترهل

6. الهلاندك

ابدئي بالركوع على السجادة. امشي يديك للأمام للوصول إلى الشكل الرباعي مع وضع الركبتين تحت الوركين والمعصمين تحت الكتفين. ارفعي الركبتين لتشكيل خط مستقيم واحد من الكعب إلى الرأس، مع الحفاظ على ارتفاع الوركين. استمري لمدة 30 ثانية ثم عودي إلى نقطة البداية.

هل يجب اللجوء إلى البروتين حين نحتاج الطاقة؟

عادة ما يتم ربط البروتينات ببناء وتقوية العضلات، فيما يغفل البعض الإجابة عن سؤال مهم حول ما إذا كان البروتين مصدرا جيدا للطاقة أم لا. ويوصي الخبراء دائما بالحرص على اتباع نظام غذائي غني بالبروتين، لأسباب عديدة، أبرزها المساعدة على إنقاص الوزن وتعزيز نمو العضلات. ويلجأ الإنسان غالبا إلى الكربوهيدرات حين يحتاج إلى مزيد من الطاقة، وقد أظهر بحث، أجراه المركز الوطني لمعلومات التكنولوجيا الحيوية في الولايات المتحدة، أن الكربوهيدرات تعد مصدرا سريعا للطاقة، مقارنة مع البروتينات والدهون. ونقل موقع "فيت أند ويل" عن خبير التغذية، روب هوبسون، قوله إنه بإمكان الإنسان اللجوء إلى البروتين للحصول على الطاقة "لكن فقط في حالة عدم توفر الكربوهيدرات، وهي ليست عملية فعالة للغاية". وأضاف هوبسون: "هذا لا يعني أن البروتين لا يمنحنا الطاقة، بل يمكن استخدامه بالفعل كمصدر جيد للطاقة". ويوفر البروتين أربع سعرات حرارية فقط لكل غرام، مما يدل على أن الدور الرئيس للبروتينات لا يتجلى في منح الطاقة، بل في تعزيز نمو العضلات والعظام.

عوامل تزيد خطر تلف شبكية العين

قالت الرابطة الألمانية لأطباء العيون إن التنكس البقعي Macular degeneration، ضмор يصيب مركز المجال البصري المعروف بـ "البقعة" بسبب تلف شبكية العين.

وأوضحت الرابطة أن أسبابه هي الاستعداد الوراثي، والشيخوخة والتدخين. وتشمل عوامل الخطورة الأخرى ارتفاع ضغط الدم، وتصلب الشرايين، وزيادة مؤشر كتلة الجسم، والتعرض المتكرر لأشعة الشمس دون حماية العين. كما تعتبر جراحة إزالة المياه البيضاء لعلاج عدسة العين سبباً آخر للتنكس البقعي في وقت لاحق. وتتمثل أعراضه في قلة وضوح الرؤية في مجال الرؤية المركزي، وانخفاض رؤية الألوان، واختلاف السطوع، وظهور الخطوط المستقيمة منحنية أو مشوهة.

وفي المرحلة المتأخرة تظهر بقعة فاتحة أو رمادية أو سوداء في مركز مجال الرؤية. وفي الحالات القصوى يصاب المريض بالعمى.

ولا يمكن الشفاء من التنكس البقعي، ولكن يمكن إبطاؤه، ويجب استشارة الطبيب للعلاج في أسرع وقت ممكن، والذي يشمل العلاج بالليزر، والعلاج الضوئي، والعلاج بالأجسام المضادة، والجراحة.

حل سعري يقضي على الدوخة عند الوقوف

الشعور بالدوار عند الوقوف عرض شائع يرتبط عادة بانخفاض ضغط الدم، وعندما يكون هذا الانخفاض سريعا وقصيرا، ولا يرتبط بأي مشكلات صحية أخرى، يعرف بـ "انخفاض ضغط الدم الانتصابي". وتوصلت دراسة جديدة مؤخرا إلى علاج فعال لهذا الدوار الناتج دون تكلفة ويدون استخدام الأدوية، عن طريق تأدية تمرينين بسيطين للعضلات.

ورغم أن أكثر أعراض "انخفاض ضغط الدم الانتصابي" شيوعا هي الدوار عند الوقوف بعد الجلوس أو الاستلقاء، التي عادة ما تستمر الأعراض لفترة أقل من عدة دقائق، لكن الأعراض تتضمن أيضا، الرؤية الضبابية (زغلة العين)، الضعف، فقدان الوعي (الإغماء)، التشنش، الغثيان.

وأفاد الباحثون في دراستهم المنشورة في دورية Heart Rhythm Journal الطبية، بأن بعض تمارين العضلات البسيطة قبل الوقوف أو بعده يمكنها الحدّ من تأثيرات "انخفاض ضغط الدم الانتصابي" كما أنها تعمل كأجراء وقائي بشكل عام.

اشتملت الدراسة على 22 امرأة شابة لديهن تاريخ مرضي مع "انخفاض ضغط الدم الانتصابي"، وتم اختبار تمرينين: رفع الركبتين بشكل متكرر أثناء الجلوس لمدة 30 ثانية قبل الوقوف، وعبور الساقين لمدة 30 ثانية بعد الوقوف.

وراقب الباحثون معدل ضربات قلب المشاركين وضغط الدم أثناء التجارب، مع وجود فاصل زمني بين ضربات القلب وضغط الدم، كما طلب من المشاركين الإبلاغ بأنفسهم عن أي أعراض لـ "انخفاض ضغط الدم الانتصابي"، بما في ذلك الشعور بالدوار.

ديناصورات في مصر

نجح فريق مصري من أعضاء هيئة التدريس في جامعة القاهرة، بتسجيل أول دليل مادي على وجود آثار أقدام ديناصورات أكلة للحوم والأعشاب على أسطح طبقات الحجر الرملي النوبي بجنوب الصحراء الشرقية، والتي يرجع تاريخها إلى أكثر من 70 مليون سنة.

وقال الدكتور محمد عثمان الخشت رئيس جامعة القاهرة، إن الفريق البحثي بدأ عمله عام 2018 من خلال ثلاثة من العلماء المصريين، اثنان من كلية العلوم جامعة القاهرة وهما الدكتور وليد جمال كساب الأستاذ المساعد بقسم الجيولوجيا والدكتور محمد قرني الأستاذ المساعد بقسم الجيولوجيا و مدير معمل الحفريات الفقارية بجامعة القاهرة، بالاشتراك مع الدكتور جيبيلي أبو الخير الأستاذ المساعد بكلية العلوم جامعة الوادي الجديد ومدير مركز الحفريات الفقارية، في البحث عن الدلائل المادية بمنطقة القصير فقطل جنوبي الصحراء الشرقية، ونشر ورقة بحثية تسجل نتائج الفريق في دورية "جيولوجيكال جورنال" في ديسمبر 2021.

فوائد الينسون لا
تحصى

الينسون يساعد في التخلص من الوزن الزائد وحرق نسبة كبيرة من السعرات الحرارية فهو من أفضل المشروبات الدافئة يدخل الينسون في العديد من الأغذية لما يتمتع به من فوائد كثيرة للجسم، فهو من الأعشاب المفيدة التي تتميز برائحة نفاذة إضافة إلى قيمته الغذائية العالية.

يحتوي الينسون على عنصر Anethol وهو العنصر الرئيسي لزيت الينسون، ويعتمد الزيت ورائحه من هذا المركب، كما تشتمل الفوائد الطبية لزيت الينسون على خصائص مضادة للتشنج، وهو مطهر، مهدئ ومنبه، إضافة إلى أنه يحتوي على خصائص إزالة السموم.

زيت الينسون قادر على الحفاظ على البشرة صحية ولامعة، ويمكن المزج بينه وبين زبدة الشيا، ودهن البشرة بالخليط للعلاج من البقع وحب الشباب والجلد المتالف، والخليط يساعد البشرة لتصبح ناعمة وسلسة ومتوهجة.



شؤون محلية



منوعات الفكر

22

احتفال زاخر بالبهجة والرقص يتوج اليوم الوطني لكوبا في إكسبو 2020 دبي

كما سنواصل تنفيذ نموذج التطوير الخاص بنا".
يمكن لزوار جناح كوبا استكشاف المزيد من التحولات الاقتصادية، والاجتماعية والبيئية التي تحدث في الدولة، من خلال التجول في الجناح الذي يجسد شوارع هذه الجزيرة الكاريبية النابضة بالحياة. يقع جناح كوبا في منطقة الاستدامة، ويضم مشربا كوبيا مميزا، حيث يمكن للزوار الاستمتاع بتناول مشروب مصنوع من السكر المستخلص من قصب السكر الكوبي، بالإضافة إلى التمتع بالعناصر التفاعلية التي يضمها الجناح، مثل اللعبة التعاونية، وانتهاز الفرصة لتعلم رقصه التشا تشا تشا.

سعادة رودريجو مالمبيركا دياز: "لدينا علاقات جيدة للغاية مع حكومة دولة الإمارات العربية المتحدة، ولدينا تعاون قوي للغاية مع صندوق أبوظبي للتنمية، وكذلك مع بعض المؤسسات التي تعاونت مع كوبا بطريقة مهمة للغاية لتطوير مشاريع مختلفة في المجالات ذات الأولوية، مثل الطاقة المتجددة وتعزيز العلوم والتكنولوجيا، ونحن نشكر دولة الإمارات العربية المتحدة على دعمها المستمر لنا".
وأضاف: "وضعنا في كوبا أهدافا للتنمية حتى عام 2030، وتشمل هذه الخطط العديد من القطاعات التي نوليها الأهمية، فنحن بحاجة إلى العلم والتكنولوجيا والابتكار لتطوير بلدنا، ويسعدنا العمل على تطوير خدماتنا الصحية،

مستقبل أفضل، وقد تساهم النتائج الرئيسية المعروضة هنا، التي تعد ثمرة الذكاء البشري، في التنمية الحالية والمستقبلية للبشرية".
بعد إلقاء الخطابات الرسمية، قدمت فرقة "سيتيتو سانتياغيرو"، الخبيرة في الإيقاعات الكوبية الأصلية، عرضا موسيقيا في ساحة الوصل، ولقد رُشحت هذه الفرقة الموسيقية المؤلفة من 7 موسيقيين لست جوائز غرامي، وفازت مرتين في فئة الموسيقى الشعبية التقليدية، وتؤدي باستمرار حفلات موسيقية في أكثر الأماكن المرموقة في العالم، بما في ذلك قاعة كارنيجي في نيويورك.
وخلال الإحاطة الإعلامية التي عقدت للصحافة المحلية والدولية في جناح كوبا، قال

وقال معالي رودريغو مالمبيركا دياز: "افتُتحت سفارة جمهورية كوبا في دولة الإمارات العربية المتحدة منذ ثلاث سنوات، بالتحديد في 14 فبراير 2019، وهو ما أعطى المزيد من الدوافع لتعزيز العلاقات الاقتصادية، والتجارية، وعلاقات الصداقة بين البلدين".
وأضاف معاليه: "إن تنظيم الفعاليات بالتزامن مع الاحتفال العالمي بيوم الصداقة والحب، يمثل التزام دولتنا بتحويل المصالح الاقتصادية والتجارية وجميع العلاقات بينهما إلى روابط أكثر عمقا وأطول أمدا. إن وجود 200 جناح في إكسبو 2020 دبي، من بينهم 192 جناحا يمثلون دول العالم المختلفة، هو رمز للعمل المشترك الذي يجمع العالم كله في السعي نحو

2020 دبي، ونجيب العلي، المدير التنفيذي لمكتب المفوض العام لإكسبو 2020 دبي، في استقبال معالي رودريغو مالمبيركا دياز، وزير التجارة والاستثمارات الخارجية في كوبا.
وقال نجيب العلي: "تستعرض كوبا عبر مشاركتها في إكسبو 2020 دبي حسنها الإبداعي والابتكاري، فضلا عن رؤيتها وإنجازاتها العالمية الملحوظة، وتبرز تراثها الثقافي الغني عبر الفنون الأدائية، والموسيقى، والأدب، وغيرها".
وأضاف معاليه: "إن العلاقة التي تجمع دولتنا تزدهر باستمرار، ونحن على ثقة تامة في أن نطاق تعاوننا سيتوسّع ليطال مجموعة من القطاعات البالغة الأهمية بالنسبة إلى دولتنا، على غرار الطاقة المتجددة، والصحة، والسياحة"

•• دبي إكسبو - الفجر
رسالة إكسبو - محمد جاسين
محمد معين الدين
برز التراث الموسيقي لكوبا بشكل كبير في احتفال الدولة الكاريبية بيومها الوطني في إكسبو 2020 دبي، من خلال مجموعة من العروض الفنية والثقافية التي تعكس التراث الفني الغني لكوبا، وذلك في أعقاب إقامة المراسم الرسمية لرفع الأعلام وعزف النشيد الوطني لكلا الدولتين على منصة الأمم في ساحة الوصل، القلب النابض لإكسبو 2020 دبي. وكانت معالي ريم الهاشمي، وزيرة الدولة لشؤون التعاون الدولي، المدير العام لإكسبو

نجم بوليوود رانبير كابور يتحدث بصراحة عن السينما الهندية وكرة القدم في إكسبو 2020 دبي

أن ألعب كرة القدم مرة أو مرتين على الأقل في الأسبوع، وأعتقد أنه يمكنك حقا أن تستفيد من الأشياء التي تتعلمها من الرياضة في مهنتك، وأن تجد التناغم بينهما، وأعتقد أن على الجميع ممارسة الرياضة.
وعن رسالته لمحبيه الذين يعيشون ويعملون في دولة الإمارات العربية المتحدة؟ قالأتمنى لهم السعادة والأمان. لقد عشنا جميعا فترة صعبة بسبب الجائحة، ولكن الأوضاع في تحسن. ولذلك أقول لهم: ابقوا إيجابيين، وبصحة جيدة، وسعداء. وعن مشروعاته الجديدة هذا العام؟ قالبعد انقطاع دام أربع سنوات، أشارك في فيلمين في عام 2022. أحدهما فيلم بعنوان "شامشير"، وهو فيلم أكشن ومغامرات، يبدأ عرضه في 22 يوليو المقبل، والفيلم الثاني هو "براهماسترا"، الذي يبدأ عرضه في التاسع من سبتمبر المقبل. وعن خططه خلال فترة إقامته لمدة يومين في دبي؟ قال قدمت إلى دبي العام الماضي لتعلم الغولف. وانضمت إلى أكاديمية الغولف في نادي الإمارات للغولف، وقد استمتعت كثيرا باللعب. ولذلك، سأحاول لعب بعض الغولف خلال اليومين المقبلين.

القيم، والموسيقى، وسرد القصص. وعن تأثير جائحة كوفيد19- في قطاع السينما، قال هي فترة صعبة جدا لقطاع السينما في الهند، عانى منها بصورة خاصة مُلاك دور السينما، بسبب تدابير سلامة الجمهور. حيث كان من المنطقي أن تغلق دور السينما أبوابها خلال فترة انتشار الجائحة". أما الآن، بعد بدء تخفيف القيود المتعلقة بالجائحة، أعتقد أن الأمر بات يعتمد على المحتوى المُقدم والجمهور. فللمجمهور الحق في اختيار النصّة التي يرغبون في مشاهدة المحتوى عبرها. ولذلك فإن الأمر يعتمد على جودة الأفلام، وما يجذب الجمهور للاستمتاع بتجربة مشاهدة جماعية. ولكني أعتقد أنه من السابق لأوانه معرفة مدى تأثير الجائحة على صناعة السينما الهندية.
وعن عشقه لكرة القدم وأحد ملاك نادي مومباي سيتي لكرة القدم. وتأثير هذا على الصحة واللياقة البدنية، قال أن ممارسة الرياضة مهمة للغاية. ولحسن الحظ، أني ألعب كرة القدم منذ أن كنت طالبا في المدرسة، وأعتقد أنها تفرس في اللاعبين الانضباط، والعمل الجماعي، بالإضافة إلى الفائدة الجسمانية من ممارستها. أحاول



فيها الحدث الدولي، ويبدو لي مدهشا حتى الآن، إذ كنت شاهدا على الكثير من الفعاليات الثقافية تحت مظلة واحدة، وهو ما يدعو إلى البهجة. ولقد زرت جناح الهند وجناح الإمارات العربية المتحدة، واطلعت على جذور الأمم وثقافتها وتراثها، وكان الأمر رائعا. وعن صناعة السينما الهندية قال أعتقد أن الأمر



•• دبي - الفجر
زار نجم بوليوود رانبير كابور إكسبو 2020 دبي، وأسعد الآلاف من جماهيره، وعشاقه بفرص التقاط الصور التذكارية، ويث حي مباشر جلسة حوارية على منصة اليوبييل. يملك كابور، الممثل الحائز العديد من الجوائز، في جميعه العديد من الأفلام الناجحة، منها سانجو، وباربي، وراجنيتي، وروك ستار، يي جواني هي ديواني، وأي ديل هاي مشكل، ونجح في الظهور بشكل دائم ضمن قائمة فوربس الهندية للمشاهير المئة منذ عام 2012، وحصل على ست جوائز فيلم فير. ويعد أيضا واحدا من الممثلين الأعلى أجرا في الهند، فضلا عن كونه المالك المشارك لفريق كرة القدم "مومباي سيتي إف سي" الناشط في الدوري الهندي الممتاز. احتشدت الجماهير والعشاق أمام منصة اليوبييل في الهواء الطلق، حيث استمتعوا بعرض موسيقي راقص من أفلام كابور الشهيرة. وفي وقت لاحق، اعتلى لاعبو كرة القدم الحرة النصّة وأدوا بعض الحركات المهارية المعقدة على إيقاعات بوليوود المدهشة، ومن بينهم النجم الشاب الذي ألهم



مطربات سان مارينو يُبدعن بأصواتهن العذبة في إكسبو 2020 دبي

وسيرينا لوتشي على آلة الفلوت، وميشيلا زانوتي(فيولا)، والعازفة سيمونيلا فالاجي على آلة الجيتار. وقدمت المطربات مجموعة رائعة من الأغاني تضمنت الأغاني الشعبية في سان مارينو وإيطاليا، إلى جانب موسيقى الجاز الفرنسية والفاو البرتغالي، كما أدت الفرقة أغنية عن سان مارينو، حظيت بتصفيق حار من قبل وفد سان مارينو الذي حضر فعاليات الحفل. وتفاعل الجمهور مع الأغاني الرومانسية والعاطفية، وسط تصفيق متواصل، وإعجاب بالأداء الراقبي، والصوت العذب للمطربات.

وجمع غفير من زوار إكسبو 2020 دبي، وعشاق الموسيقى الكلاسيكية. وعقب وصول الفرقة الموسيقية إلى خشبة مسرح ساحة الوصل، استقبلتهم الجمهور بالتصفيق الحار والتهافتات، وأعربت الفرقة الموسيقية عن سعادتها بالمشاركة ضمن فعاليات إكسبو 2020 دبي الفنية، لتقديم مجموعة من الأغاني العاطفية والكلاسيكية، وتعريف الجمهور بثقافة شعب سان مارينو.
ضم العرض المطربات مونيك هيل، وفالنتينا مونيتا، وسارة جين، والموسيقيين سيمونيلا أغاريتشي على آلة البيانو،

•• دبي- الفجر
على وقع الألحان الموسيقية الكلاسيكية والعاطفية، قدمت مجموعة من المطربات والعازفات من سان مارينو، حفلا موسيقيا على خشبة مسرح ساحة الوصل "القلب النابض لإكسبو 2020"، احتفاءً باليوم الوطني لجمهورية سان مارينو، تضم مجموعة متنوعة من الأغنيات الرومانسية والروائع الموسيقية.
حضر الحفل عدد كبير من أبناء جالية سان مارينو في الدولة،

مختارة من الألحان جعلت إيقاع كوبا تصدح في جنبات المسرح الذي ضج بالحضور المحب لهذا النوع من الفنون. وتتميز الموسيقى الكوبية بالألحان المتعددة، وعروضها، ورقصات، وتقاليدها الفريدة، وغالبا ما تعتبر واحدة من أغنى الأنواع الموسيقية، وأكثرها تنوعا في العالم، كما تتميز بثقافة نابضة بالحياة ومتعددة الأوجه.

الموسيقى الكوبية تصدح في إكسبو 2020 دبي

•• دبي- الفجر
استمتع زائرو إكسبو 2020 دبي بعرض مميز للموسيقى الكوبية التقليدية قدمتها فرقان كوبيتان "كوبياتش"، و"سيتو سانتياجويرو" وذلك مساء أمس على مسرح دبي ميلينيوم. وقدمت الفرقتان مجموعة



جمهورية غينيا تستكشف الفرص الاستثمارية في إكسبو 2020 دبي

والاستثمار في تلك المشاريع، لأننا نؤمن أن لديهم كل دراسات الجدوى، ومن ثم فهي جاهزة اليوم للتنفيذ؛ لذلك، نحن بحاجة للمستثمرين الأجانب ليأتوا ويستثمروا في تلك المشاريع في بلدنا".
وتابع قائلا: "يساعد قانون الاستثمار في بلدانا المستثمرين في الحصول على الكثير من الحوافز، خاصة أن الحكومة حريصة على مساعدة وجذب هؤلاء المستثمرين الأجانب إلى غينيا؛ لذا، فإن الهدف الرئيسي من المنتدى اليوم هو الترويج لبلدنا، والترويج لمشاريعنا الخاصة والعامة، وجذب الاستثمار الأجنبي المباشر في بلدنا".
يأخذ جناح غينيا في إكسبو 2020 دبي زواره إلى رحلة عبر تاريخ البلاد وتراث هذا البلد، لتسليط الضوء على دور غينيا كمصدر حيوي للمياه وعرض تاريخ وثقافة غرب إفريقيا.

"بحر المياه في غرب إفريقيا، بفضل موقعها كمينع للعديد من الأنهار في المنطقة، في إكسبو 2020 دبي تحت شعار "اكتشف مصدر غرب إفريقيا"، وتسلط الضوء على التنمية المستدامة والتجديد الحضري المركز على المياه".
أضاف: "نحن هنا لتعزيز قطاعنا الخاص وكذلك قطاعنا العام، وفنقدم، من خلال "منتدى الاستثمار في غينيا"، معلومات مهمة حول قانون الاستثمار في بلدنا، من أجل جذب واستقطاب المستثمرين والشركات ومساعدتها على ممارسة أنشطتها الاستثمارية، وتوفير جميع المعلومات اللازمة والضرورية التي تحتاجها حول فرص الاستثمار الواعدة في غينيا".
أضاف: "نقوم أيضا بالترويج لبعض المشاريع، لاسيما في ما يخص مجال التعدين في الزراعة والسياحة والبيئة، ونحرص على استقطاب المستثمر الأجنبي للحضور

•• دبي- الفجر
استضاف مركز الأعمال في إكسبو 2020 دبي "منتدى الاستثمار في غينيا"، الذي نظمه الجناح الغيني بحضور عدد كبير من رجال الأعمال والمستثمرين وممثلي الشركات الاستثمارية والمهتمين بالشأن الاقتصادي، حيث تم عرض الفرص الاستثمارية الثرية التي توفرها جمهورية غينيا للشركات والمستثمرين.
يهدف المنتدى الاقتصادي إلى استقطاب الاستثمارات العالمية إلى البلد الواقع غرب إفريقيا، مع التركيز على تطوير قطاعات الطاقة والزراعة والبنية التحتية الخاصة به.
وقال كوندني انسوميني، نائب مدير ترويج الاستثمار في غينيا، في تصريح له: "تشارك غينيا، التي يُطلق عليها لقب

•• دبي- الفجر
كوبياتش و سبتيتو سانتياجويرو
الموسيقى الكوبية التقليدية
كوبا
كوبياتش و سبتيتو سانتياجويرو
الموسيقى الكوبية التقليدية
كوبا



منوعات الفكر 23



نوع من أمراض الأمعاء الالتهابية المزمنة

أسوأ أنواع الأطعمة التي تضاعف التهابات وأعراض داء كرون المزمن



يمكن تحمله جيدا من قبل معظم مرضى داء كرون وقد يقلل ذلك من حاجتهم للجراحة والعلاج في المستشفى".
ويشار إلى أن داء كرون يمكن أن يبدأ في أي عمر، ولكنه يظهر عادة لأول مرة بين سن 10 و40 عاما.

وعادة ما يهدف العلاج الدوائي لمرض كرون إلى تقليل الأعراض والسيطرة على نوبات الآلام، وتتراوح شدة مؤشرات داء كرون وأعراضه بين الخفيفة والحادة. وتظهر الأعراض عادة بشكل تدريجي، ولكنها قد تظهر أحيانا هجأة دون سابق إنذار، فيما قد يمر المريض في بعض الحالات بفترات زمنية لا تظهر فيها أي أعراض أو مؤشرات تسمى الهدأة.

وتشمل الأعراض الرئيسية للمرض:
- آلام وتشنجات في المعدة
- ظهور الدم في البراز
- الإرهاق
- فقدان الوزن وضعف الشهية
- قرح الفم
- الحمى

الحمراء واللحوم المصنعة - السمّن ونظرت إحدى الدراسات المنشورة في المكتبة الوطنية الأمريكية للطب، في زيادة استهلاك الكربوهيدرات المكررة وكيف أثر ذلك على مرضى داء كرون. ووقع استكشاف العادات الغذائية لـ 63 مريضا يعانون من مرض كرون في الدراسة عن طريق الاستبيانات ومقارنتها مع مجموعة التحكم. وأشارت الدراسة إلى أنه "لا يوجد فرق كبير في تناول المواد الغذائية الأخرى مثل البروتينات أو الدهون أو الخضروات أو الكحول".

ومع ذلك، أظهر تناول كميات كبيرة من الكربوهيدرات المكررة تأثيرا كبيرا في المرضى الذين يعانون من مرض كرون وقد يكون ذلك جزئيا بسبب محتواه من السكر. وأظهرت دراسة استقصائية: "تؤدي الوجبات الغنية بالسكر إلى زيادة نفاذية الأمعاء وهي سمة من سمات مرضى داء كرون. واستبدال السكريات المضافة بالأطعمة الكاملة أو غير المكررة

يعرف داء كرون (CD) بأنه نوع من أمراض الأمعاء الالتهابية المزمنة، حيث يتسبب في التهاب السبيل الهضمي ما يؤدي إلى حدوث آلم في البطن وإسهال شديد ونقص الوزن.

وعلى الرغم من عدم وجود علاج معروف لمرض كرون، إلا أن طرق العلاج يمكن أن تقلل إلى حد كبير من ظهور علاماته وأعراضه.

وفي المقابل، يمكن لبعض الأطعمة أن تزيد من تفاقم الحالة، ما يستدعي تجنبها. ووفقا لمؤسسة Health Harvard، فإن الأطعمة التي تسبب معظم الالتهابات تشمل:

- الكربوهيدرات المكررة مثل الخبز الأبيض والمعجنات
- البطاطا المقلية والأطعمة المقلية الأخرى
- الصودا وغيرها من المشروبات المحلاة بالسكر
- اللحوم



قدرتك من عدمها على الوقوف على ساق واحدة ينبئك بحالتك الصحية

تظهر الأبحاث أن قدرة الناس بالوقوف على ساق واحدة هي مؤشر صحي وأن التحسن في الوقوف على ساق واحدة يمكن أن يعزز من اللياقة البدنية والعمر الافتراضي.



قد يكون أكثر صعوبة إذا كان شخص ما يعاني من حالة عصبية. ويمكن أن يصبح الوقوف على ساق واحدة أكثر صعوبة إذا أغمضت عينيك أثناء القيام بذلك. وهذا أمر يستحق التدريب عليه لأنه يساعد في توازننا على المدى الطويل ويقلل من خطر السقوط.

وعندما تكون بصحة جيدة، نعتمد على نظامنا العصبي المركزي والمحيطي لدمج جميع المعلومات الواردة من حواس التوازن لدينا (العيون والأذن الداخلية وردود الفعل من العضلات والمفاصل)، ثم نقوم بعد ذلك بإشراك العضلات الصحيحة (عضلات القدم والكاحل والساق وعضلات الجذع وأحيانا عضلات الذراع) في الوقت المناسب لإجراء التعديلات اللازمة على وضعنا للبقاء منتصبين. وكلما زاد نشاطنا البدني، زاد احتمال حصولنا على توازن جيد.

ويمكن أن تؤثر المشكلات الصحية الأخرى أيضا على نشاطنا البدني وتتميز بوضعية منحنية وضعف التوازن، مثل الاكتئاب وهشاشة العظام، مما يؤدي إلى زيادة خطر السقوط والكسور. والوضعية المنحنية تجعل الوقوف على ساق واحدة أكثر صعوبة.

هل يجب أن أبدأ بالوقوف على ساق واحدة؟
يمكن لأي فرد تحسين قدرته على الوقوف على ساق واحدة في أي عمر، وتحسين توازنه. من خلال بعض تمارين التوازن البسيطة، لكن الأمر

الوقوف على ساق واحدة يتغير بين الرجال والنساء في مختلف الأعمار، وعدم القدرة على الاستيقاظ يرتبط بانخفاض قوة العضلات ويمكن أن يسلط الضوء على وجود مشكلات صحية. ويشرح الباحثون أنه عندما يقف جسم الإنسان منتصبا، فإنه يكون بطبيعته غير مستقر، لأن لدينا قاعدة دعم صغيرة جدا بالنسبة لطولنا وعرضنا. وعندما تكون بصحة جيدة، نعتمد على نظامنا العصبي المركزي والمحيطي لدمج جميع المعلومات الواردة من حواس التوازن لدينا (العيون والأذن الداخلية وردود الفعل من العضلات والمفاصل)، ثم نقوم بعد ذلك بإشراك العضلات الصحيحة (عضلات القدم والكاحل والساق وعضلات الجذع وأحيانا عضلات الذراع) في الوقت المناسب لإجراء التعديلات اللازمة على وضعنا للبقاء منتصبين. وكلما زاد نشاطنا البدني، زاد احتمال حصولنا على توازن جيد.

ويمكن أن تؤثر المشكلات الصحية الأخرى أيضا على نشاطنا البدني وتتميز بوضعية منحنية وضعف التوازن، مثل الاكتئاب وهشاشة العظام، مما يؤدي إلى زيادة خطر السقوط والكسور. والوضعية المنحنية تجعل الوقوف على ساق واحدة أكثر صعوبة.

هل يجب أن أبدأ بالوقوف على ساق واحدة؟
يمكن لأي فرد تحسين قدرته على الوقوف على ساق واحدة في أي عمر، وتحسين توازنه. من خلال بعض تمارين التوازن البسيطة، لكن الأمر

ودوافعنا للانخراط في نشاط بدني منتظم. ويوضح الباحثون أن الجلوس أو الاتكاء أثناء الاستيقاظ يرتبط بانخفاض قوة العضلات وخطر السقوط والوظيفة البدنية، أحيانا بغض النظر عن مقدار النشاط البدني المعتدل أو القوي الذي تمارسه.

لماذا الوقوف على ساق واحدة مهم
تُظهر البيانات أن الوقت الذي يمكن فيه للناس



الدماغ وانخفاض القدرة على فهم الأفكار. ومن غير المرجح أن تكون قادرا على الوقوف على ساق واحدة دون اهتزاز إذا كان لديك العديد من الحالات الطبية، مثل مرض باركنسون أو السكتة الدماغية أو مرض ألزهايمر. كما يمكن أن يؤدي الحمل وانقطاع الطمث والتقاعد أيضا إلى تغيير قوتنا وتوازننا وقدرتنا على البقاء منتصبين، ويرجع ذلك في الغالب إلى الطريقة التي تؤثر بها هذه العوامل على قدرتنا



دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر عن التجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
ش. سانتهوم هولدينجز ليمتد
بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 169393

باسم : ش. سانتهوم هولدينجز ليمتد

، وعنوانه
مل مول ، سويت 6 ويكهاض كاي 1 ، ص بـ 3085 ،
روود تاون ، تورتل-الجزر العذراء البريطانية

صورة العلامة :

والمسجلة تحت الرقم : 169393

بتاريخ : 2013/04/14

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر

سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2022/02/16

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر عن التجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
ش. عبدالظاهر بشير للتجارة العامة (ش.ذ.م.)
بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 168880

باسم : ش. عبدالظاهر بشير للتجارة العامة (ش.ذ.م.)

، وعنوانه
ص.بـ:14085 ، دبي - الامارات العربية المتحدة

والمسجلة تحت الرقم : 168880

بتاريخ : 2013/04/09

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر

سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2022/02/06

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
كرو ماك لأعمال الإستشارات
طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية : cashee
المودعة بالرقم : 367946 بتاريخ : 2021/12/29
بيانات الأولوية :
باسم : كاثي تك م ح
الموطن :
دي اس او - دي دي بي - ايه 5- دي - او او
اف- 2013، دبي جيوتل بارك، أوفيس ايه 5 ،
ديتك، واحة دبي للسيليكون، دبي، الامارات
العربية المتحدة
وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة : 36
خدمات التأمين، الشؤون التمويلية، الشؤون المالية والشؤون العقارية
وصف العلامة : العبارة اللاتينية cashee مكتوبة بطريقة مميزة.

الاشتراطات :

فعلی من لديه اعتراض علی ذلك أن يقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
كرو ماك لأعمال الإستشارات
طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية : cashee
المودعة بالرقم : 367945 بتاريخ : 2021/12/29
بيانات الأولوية :
باسم : كاثي تك م ح
الموطن :
التعليم والتدريب، التدريب، الترفيه، الأنشطة
الرياضية والثقافية.
وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة : 41
التعليم والتدريب، التدريب، الترفيه، الأنشطة الرياضية والثقافية.
وصف العلامة : العبارة اللاتينية cashee مكتوبة بطريقة مميزة.

الاشتراطات :

فعلی من لديه اعتراض علی ذلك أن يقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
كرو ماك لأعمال الإستشارات
طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية : cashee
المودعة بالرقم : 367949 بتاريخ : 2021/12/29
بيانات الأولوية :
باسم : كاثي تك م ح
الموطن :
دي اس او - دي دي بي - ايه 5- دي - او او
اف- 2013، دبي جيوتل بارك، أوفيس ايه 5 ،
ديتك، واحة دبي للسيليكون، دبي، الامارات
العربية المتحدة
وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة : 42
الخدمات العلمية والتقنية وخدمات البحث والتصميم المتعلقة بها، خدمات التحليل والأبحاث
الصناعية، خدمات تصميم وتطوير عقد وبرامج الكمبيوتر.
وصف العلامة : العبارة اللاتينية cashee مكتوبة بطريقة مميزة.

الاشتراطات :

فعلی من لديه اعتراض علی ذلك أن يقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
كرو ماك لأعمال الإستشارات
طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية : cashee
المودعة بالرقم : 367944 بتاريخ : 2021/12/29
بيانات الأولوية :
باسم : كاثي تك م ح
الموطن :
دي اس او - دي دي بي - ايه 5- دي - او او
اف- 2013، دبي جيوتل بارك، أوفيس ايه 5 ،
ديتك، واحة دبي للسيليكون، دبي، الامارات
العربية المتحدة
وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة : 9
الأجهزة والأدوات العلمية والصناعية والأجهزة وأدوات التصوير الفوتوغرافي
والسينمائي والأجهزة والأدوات البصرية وأدوات القياس والإشارة والمرابطة
والإشراف) والإلتصاق، أجهزة وأدوات لوصل أو فتح أو تحویل أو تكثيف أو تنظيم أو
التحكم في الطاقة الكهربائية، أجهزة تسجيل أو إرسال أو نسخ الصوت أو الصور، حملات
بيانات مغناطيسية، أقراص تسجيل، أقراص ممغنطة، أقراص فيديو رقمية وغيرها من
وسائط تسجيل الرقمية، البلات لأجهزة التي تعمل بطبع النقد، آلات تسجيل النقد، آلات
حاسبة، معدات معالجة البيانات، أجهزة الكمبيوتر ؛ برامج كمبيوتر ؛ أجهزة إطفاء الحرائق.
وصف العلامة : العبارة اللاتينية cashee مكتوبة بطريقة مميزة.

الاشتراطات :

فعلی من لديه اعتراض علی ذلك أن يقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر عن التجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
ش. سانتهوم هولدينجز ليمتد
بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 169211

باسم : ش. سانتهوم هولدينجز ليمتد

، وعنوانه
مل مول ، سويت 6 ويكهاض كاي 1 ، ص.ب 3085 ،
روود تاون ، تورتل-الجزر العذراء البريطانية

صورة العلامة :

والمسجلة تحت الرقم : 169211

بتاريخ : 2013/04/14

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر

سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2022/02/14

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر عن التجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
ش. عبدالظاهر بشير للتجارة
بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 168882

باسم : ش. عبدالظاهر بشير للتجارة

، وعنوانه
ص.ب:14085 ، دبي - الامارات العربية المتحدة

والمسجلة تحت الرقم : 168882

بتاريخ : 2013/06/05

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر

سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2022/02/06

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
رياض معين الحق شوري
طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية : ZR ZOIRÉE
المودعة بالرقم : 369788 بتاريخ : 2022/01/31
صورة العلامة :
بيانات الأولوية :
باسم : رياض معين الحق شوري
الموطن :
ص.ب 1294 ، دبي، الامارات العربية
الممتدة. هاتف: 0557386000 فاكس:
067670376 صندوق البريد: 1294
ايميل: info@zahrparfums.com
وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة : 3
الطور ومستحضرات التجميل، ماء العطور (بخاخ عطور) ؛ بخاخ مزبل الروائح (بخاخ
الجسم) ؛ مستحضرات دواء ؛ مستحضرات التجميل؛ بودرة التلك؛ منتجات العناية بالجسم؛
منتجات العناية بالشعر ؛ هلام الحلاقة؛ غوة؛ غسول. معقم لليدين؛ بخاخ للمعقم الفوري؛ معقم
اليدين هلامية؛
وصف العلامة : وصف العلامة الكلمة كتبت ZOIRÉE ، بالحروف اللاتينية بلون الاسود
مع فاصلة عليا في الحزء العلوي من الحرف ورفقه يوجد الحرفان اللاتينيين 'E' المنحجر
باللون الاسود بطريقة مميزة ZR
الاشتراطات :

فعلی من لديه اعتراض علی ذلك أن يقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
شركة نجوم الجزيرة لتجارة السيارات المستعملة ذ م م
طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية :
Nejoum Aljazera / مجموعة نجوم
الجزيرة
المودعة بالرقم : 370448 بتاريخ : 2022/02/10
بيانات الأولوية :
باسم :
شركة نجوم الجزيرة لتجارة السيارات المستعملة ذ
م م
الموطن :
الشارقة الصناعية رقم ٤ - الشارقة - شارع
الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان ، مائتة
971589311467 فاكس: Adel Abd
صندوق
البريد: 37027.
ايميل: deyaa@nejoumaljazera.com
وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة : 35
خدمات تجميع مجموعة من (المركبات) لمصالح الغير بغرض عرضها وشرائها عند الحاجة
من قبل المستهلكين ولا يملو أي ذلك على خدمة النقل، في الفئة 35
وصف العلامة : دائرة تتخلها حقل مسطر باللون مع كتابة اسم الشركة باللغة العربية
واللاتينية
الاشتراطات :

فعلی من لديه اعتراض علی ذلك أن يقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
مومو بير للتجارة العامة ش.ذ.م.
طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية : Mumoo Bear
المودعة بالرقم : 370558 بتاريخ : 2022/02/12
بيانات الأولوية :
باسم : مومو بير للتجارة العامة ش.ذ.م.
الموطن :
دبي-اليرشاء جنوب-جرايم بزنس سنتر ،
هاتف: 0561305886
ايميل: spioneer@outlook.com
وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة : 8
عند وأدوات بدوية (قار بليد)، أدوات قطع (الشوك والسكاكين والملاعق)، أسلحة، بياض،
أدوات حلاقة.
وصف العلامة : عبارة عن كلمات باللغة الانجليزية Mumoo Bear بحروف لاتينية
الاشتراطات :

فعلی من لديه اعتراض علی ذلك أن يقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر عن التجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
ش. الصفا لصناعة الزيوت (ش.ذ.م.)
بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 169125

باسم : ش. الصفا لصناعة الزيوت (ش.ذ.م.)

، وعنوانه
هاتف 067486901 فاكس 067486902

والمسجلة تحت الرقم : 169125

بتاريخ : 2012/08/14

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر

سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2022/02/12

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
لاند لاين للتجارة العامة ش.ذ.م.
طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية : SEED SPORTS
المودعة بالرقم : 370092 بتاريخ : 2022/02/04
بيانات الأولوية :
باسم : لاند لاين للتجارة العامة ش.ذ.م.
الموطن :
صورة العلامة :
الإمارات العربية المتحدة، دبي، هاتف:
971544004154+ صندوق البريد:
238300
ايميل: admin.lgt@landlinegt.com
وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة : 41
التعليم والتدريب والترفيه والأنشطة الرياضية والثقافية
وصف العلامة : عبارة عن كلمات باللغة الانجليزية SEED SPORTS بحروف لاتينية
الاشتراطات :

فعلی من لديه اعتراض علی ذلك أن يقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر عن التجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
ش. شينزهن رابو تكنولوجي كو ، ال تي دي
بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 162676

باسم : ش. شينزهن رابو تكنولوجي كو ، ال تي دي

، وعنوانه
بلوك ايه1، [اس تي إنداستريال بارك، 3ار دي
إنداستريال زوون، فينغوانغ فيلاج، فويونغ تاون، باوان
ديستريكت، شينزهي، الصين

صورة العلامة :

والمسجلة تحت الرقم : 162676

بتاريخ : 2013/01/08

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر

سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/09/19

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر عن التجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
راندولف انجينييرينغ، انك
بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 170895

باسم : راندولف انجينييرينغ، انك

، وعنوانه
والمسجلة تحت الرقم : 170895

بتاريخ : 2013/08/12

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر

سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2022/03/22

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر عن التجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
بونار تكتيكال فابريكس.
بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 173858

باسم : بونار تكتيكال فابريكس.

، وعنوانه
إينداستريسترات 39، بي-9240 زيلي، بلجيكا

والمسجلة تحت الرقم : 173858

بتاريخ : 2014/04/14

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر

سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2022/05/20

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر عن التجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :
إنولاكت إس إل.
بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 174575

باسم : إنولاكت إس إل.

، وعنوانه
بول. إنداسترو ريبيراس دي لبي ناسيلا 55-56،
27260 - كاسترو دي ربي، لوجو- اسبانيا

والمسجلة تحت الرقم : 174575

بتاريخ : 2013/08/12

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر

سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2022/06/03

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر عن انتقال الملكية

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل
التسجيل / المالك :
طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية :
POLARDB
المودعة بالرقم : 279429 بتاريخ : 2017/09/11
والمسجلة بتاريخ : 2020/02/19
باسم :
علي بابا جروب هولدينجز ليمتد
وعنوانه :
فورت فلو، وان كابيتال بلاس، ص.ب
847، جورج تاون، جراد كايان، كايمان
ايلند.
وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة : 9
الأجهزة والأدوات العلمية والصناعية والأجهزة والأدوات البصرية وأدوات القياس
والفوتوغرافي والسينمائي والأجهزة والأدوات البصرية وأدوات القياس والإشارة والمرابطة
والإشراف) والإلتصاق، أجهزة وأدوات التعليم، أجهزة وأدوات لوصل أو فتح
أو تحویل أو تكثيف أو تنظيم أو التحكم في الطاقة الكهربائية، أجهزة تسجيل أو
إرسال أو نسخ الصوت أو الصور ، حملات بيانات مغناطيسية، أقراص
تسجيل، أقراص ممغنطة، أقراص فيديو رقمية وغيرها من وسائط التسجيل
الرقمية، البلات لأجهزة التي تعمل بطبع النقد، آلات تسجيل النقد، آلات حاسبة،
معدات معالجة البيانات، أجهزة الكمبيوتر ؛ برامج كمبيوتر ؛ أجهزة إطفاء
بيانات التحويل:
إسم من التملك اليه
علي بابا كلود (سينغلور) بريفات
الملكیة :
ليمتد
عنوانه :
8 شينتون واي، 01-45# اكسا تاور،
سنغافورة 068811، سنغافورة
تاريخ انتقال الملكية : 2022/01/26
تاريخ التناهي : 2022/02/04

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر عن انتقال الملكية

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل
التسجيل / المالك :
طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية :
POLARDB
المودعة بالرقم : 279430 بتاريخ : 2017/09/11
والمسجلة بتاريخ : 2020/02/19
باسم :
علي بابا جروب هولدينجز ليمتد
وعنوانه :
فورت فلو، وان كابيتال بلاس، ص.ب
847، جورج تاون، جراد كايان، كايمان
ايلند.
وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة : 42
الخدمات العلمية والتقنية وخدمات البحث والتصميم المتعلقة بها، خدمات
التحليل والأبحاث الصناعية، خدمات تصميم وتطوير عقد وبرامج الكمبيوتر
بيانات التحويل:
إسم من التملك اليه
علي بابا كلود (سينغلور) بريفات
الملكیة :
ليمتد
عنوانه :
8 شينتون واي، 01-45# اكسا تاور،
سنغافورة 068811، سنغافورة
تاريخ انتقال الملكية : 2022/01/26
تاريخ التناهي : 2022/02/04

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الثلاثاء ١٥ فبراير ٢٠٢٢ العدد ١٣٤٦٩

نموذج إعلان النشر عن التعديل (بيان المنتجات)

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل
التسجيل / المالك :
تطبيق تعديل منتج العلامة التجارية :
XENIA
المودعة بالرقم : 356167 بتاريخ : 2021/11/09
باسم :
في دي ايه غروب إس.إي.إيه.
وعنوانه :
فيلي ليو زانوسي، 3-33170 بوربون
(بي إن) - إيطاليا
وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة : 9
برمجيات تفاعلية ، برمجيات للتلفزيون ، برمجيات الوسائط والنشر ،
برمجيات فيديو تفاعلية ، برمجيات للتلفزيون التفاعلي ، وجميع هذه البرمجيات
عبارة عن برمجيات كمبيوتر مسجلة و برمجيات قابلة للتحميل
بيانات التعديل:
تعديل بيان المنتجات كما هو موضح .
تاريخ التعديل : 2021/12/06
تاريخ التناهي : 2021/12/25



26

«اتحاد مصارف الإمارات» يبرم مذكرة تعاون مع «جمعية المصارف التركية»

•• أبوظبي- الفجر:

أبرم «اتحاد مصارف الإمارات»، الهيئة المصرفية المهنية الرائدة في دولة الإمارات العربية المتحدة، مذكرة تعاون مع «جمعية المصارف التركية»، الجمعية المصرفية الرائدة في تركيا، تهدف إلى تبادل المعلومات والخبرات التي من شأنها دعم القطاع المصرفي والأنشطة ذات الصلة في كلا البلدين. وتهدف هذه الاتفاقية أيضاً التي تشبه العديد من مذكرات التفاهم الأخرى التي أبرمها اتحاد مصارف الإمارات مع عدد من الدول، إلى تعزيز الروابط والصلات التي تساهم في تطوير ونمو أعمال المصارف تحت إبطار كل من «اتحاد مصارف الإمارات» و «جمعية المصارف التركية». كما وستركز الاتفاقية على تنظيم أنشطة مصرفية متنوعة، بما فيها ورش عمل وبرامج تأهيلية ودورات تدريبية. وفي هذه المناسبة، قال جمال صالح، المدير العام لـ «اتحاد مصارف الإمارات»: «يسعدنا الإعلان عن إبرام مذكرة التعاون بيننا وبين «جمعية المصارف التركية»، والتي تعد جزءاً من خطتنا لزيادة أنشطتنا إقليمياً وعالمياً مع شركاء مرموقين وميئات تمثيلية مختارة في القطاع المصرفي. كما وسوف تساهم هذه المذكرة في مشاركة مقومات تجربتنا الناجحة إلى الهيئات الدفيدة لنا في دول المنطقة، وكذلك الاستفادة من تجاربها في هذا المجال، وتعزيز فرص تبادل المعلومات والخبرات والمعرفة العملية، للمساهمة في تطوير القطاع المصرفي في كلا البلدين.. وأضاف: «تهدف هذه الاتفاقية أيضاً إلى تعزيز معرفة القطاع المصرفي التركي بالبيئة المصرفية والاستثمارية الجاذبة في دولة الإمارات، والتطور الملت الذي حققته مصارف الدولة في مجال التشريعات ذات الصلة، والسمة الطيبة التي يحظى بها القطاع المصرفي فيها، والإجراءات التي تضمن المعاملة العادلة والشفافية وحماية المستهلكين. كما نتيج لنا تعزيز التواصل مع «جمعية المصارف التركية» وزيادة الوعي بالأسائل التنظيمية المشتركة، والترويج لأفضل الممارسات في هذا المجال، واستضافة ندوات ومنتديات وغيرها من الأنشطة والفعاليات في المجالات ذات الاهتمام المشترك..

إنشاء مستودع لتعزيز الكفاءة التشغيلية لأكثر علامة تجارية متكاملة للأطعمة في الإمارات

•• أبوظبي- الفجر

أعلنت مزارع العين عن افتتاح مستودعاتها البالغة مساحتها 2,270 متراً مربعاً في أبوظبي ضمن خططها الاستراتيجية لتعزيز نموها. ومن خلال هذه المستودعات الضخمة التي اكتمل بناؤها مؤخراً، تتوقع مزارع العين تعزيز كفاءتها التشغيلية، حيث ستصبح لديها الآن سعة تخزينية أكبر بنسبة 300، بما يكفي للتعامل مع 3.3 مليون لتر من منتجات الألبان، و 2.9 مليون كيلوغرام من الدجاج. إضافة إلى 55 مليون بيضة، والتي تتوقع الشركة توزيعها هذا العام، مع وجود احتمالات للنمو بشكل كبير بفضل سهولة العمليات التشغيلية واللوجستية عبر جميع قنوات البيع. ويتميز مستودع أبوظبي الجديد لمزارع العين بتوظيف أحدث أنظمة الأرفق بسعة 1,200 قاعدة ستضمن التسليم في الوقت المحدد لجميع المستهلكين، وتقديم أفضل خدمة يومياً. وقال ويليم فان والت ميجر، الرئيس التنفيذي لمزارع العين، والذي كان في مقدمة كبار المديرين التنفيذيين في الشركة وممثل مجلس الإدارة الذين حضروا حفل الافتتاح مؤخراً: «إن بناء مستودع جديد في أبوظبي يعد بحق مرحلة رئيسية في مسيرة مزارع العين، كما يمثل جزءاً من خطتنا طويلة الأجل لتعزيز مكانتنا الريادية في السوق. ويتوقع المستهلكون منا أعلى مستويات الجودة، وسيمكننا هذا المستودع بفضل موقعه الاستراتيجي، من تنفيذ عمليات التسليم بسرعة ومن دون انقطاع لمنتجات الألبان الطازجة ومنتجات الدواجن لجميع عملائنا في الإمارات العربية المتحدة يومياً. ويأتي افتتاح المستودع في وقت مثالي للعلامة التجارية الغذائية الرائدة التي تركز بشكل أساسي على منتجات الألبان والدواجن في الإمارات، حيث يرجح الخبراء ازدهار سوق الدواجن ومشقات الألبان في السنوات القليلة المقبلة.

•• دبي- الفجر:

نظمت غرفة تجارة دبي امس في مركز دبي التجاري العالمي لقاء أعمال على هامش انطلاق الدورة الـ 27 من معرض «جلفود 2022»، بمشاركة العديد من الوفود الزائرة المشاركة في المعرض، وذلك ضمن جهود الغرفة للتعريف بالفرص الاستثمارية في قطاع الأغذية والمشروبات بالإماره في مرحلة ما بعد كوفيد-19. وشارك في لقاء الأعمال صالح لوتاه، رئيس مجلس إدارة مجموعة عمل مصنعي الأغذية والمشروبات المنضوية تحت مظلة غرفة تجارة دبي، وأكثر من 200 مشاركاً من مجتمع الأعمال المحلي والعالي من 48 دولة، حيث جرى خلال اللقاء استعراض المزايا التنافسية التي توفرها دبي في مجال الصناعات الغذائية والمشروبات، والفرص التي



•• دبي- الفجر:

تستعد دبي لاستضافة صوفيا، أول مواطن روبيوتي بشري حقيقي في العالم، بشكل فعلي للمرة الأولى في مجال التدقيق الداخلي، وذلك على هامش أعمال الدورة العشرين للمؤتمر الإقليمي السنوي للتدقيق الداخلي الذي سينعقد في دبي في الفترة من 7 ولغاية 9 مارس 2022، والذي يعتبر أضخم مؤتمر ذكي للمدققين الداخليين. وستقوم صوفيا بإجراء جلسة تفاعلية حول مستقبل الذكاء الاصطناعي بعنوان «الذكاء الاصطناعي في مهنة التدقيق الداخلي» ، وذلك في اليوم الثاني من المؤتمر الإقليمي السنوي للتدقيق الداخلي الذي تستضيفه جمعية المدققين الداخليين في دولة الإمارات العربية المتحدة في مركز دبي التجاري العالي

تحت عنوان «الثورة والتحول على صعيد التدقيق الداخلي» . وكانت صوفيا قد أصبحت أول مواطن روبيوتي في العالم بعدما منحتها المملكة العربية السعودية جنسيتها في أكتوبر من العام 2017، وقد عمل النظمون على تسهيل تواجده صوفيا في أعمال المؤتمر الذكي كرمز لمستقبل الذكاء الاصطناعي. وقال عبد القادر عبيد علي، رئيس مجلس إدارة جمعية المدققين الداخليين بدولة الإمارات: «نحن فخورون وسعداء لتقديم صوفيا هنا في دبي للمرة الأولى بهدف تسليط الضوء على الحتمية والضرورة الملحة للابتكار التكنولوجي في كافة المهن، وهو الأمر الذي يتسق مع إنجازات دولة الإمارات العربية المتحدة بوصفها أول حكومة في العالم لديها وزارة للذكاء الاصطناعي. وقد اخترنا عنوان المؤتمر

«الثورة والتحول على صعيد التدقيق الداخلي» بهدف إبهار عقول المدققين الداخليين حول العالم.» وأضاف: «يمكن التحدي الذي يواجه المدققين الداخليين اليوم في التطور التكنولوجي، وأولئك الذين يفشلون في مواكبة عصر سيصبحون خارج السياق وسيعفون عليهم الزمن. وبالتالي يجب عليهم أن يكونوا مستعدين للمستقبل وأن يصبحوا أذكاء على الصعيد الرقمي في هذه الحقبة التي تتميز بالذكاء الاصطناعي وتقنية البلوك تشين والروبوتات، وسيكون من شأن هذا المؤتمر أن يمكنهم من الانطلاق في رحلة تعليمية غنية بالأفكار الثاقبة حول الشكل الذي يمكن أن تبدو عليه مهنة التدقيق الداخلي في العشرين إلى الثلاثين سنة القادمة . ويوفر المؤتمر فرصة للحضور لاستلام أكثر من 22

اعتماداً للتعليم المهني المستمر، وذلك لتعزيز عملية تطوهرهم المهني. وسيحظى المشاركون بفرصة التعلم من أكثر من 40 متحدثاً وقائداً ومؤلفاً دولياً سيشاركون تجاربهم وأفضل الممارسات والاتجاهات ودراسات الحالة، وذلك عبر أكثر من 44 جلسة سيديرها بعض أكبر الأسماء في مجال التدقيق الداخلي. كما سيوفر المؤتمر عوامل جذب خاصة تتمثل في بعض المتحدثين البارزين مثل تيري كاتلر، الرئيس التنفيذي لمؤسسة سيولوجي لايس الكندية والقرصان ذو القبعة البيضاء، والذي سيقعد جلسة بعنوان «أسرار من الداخل حول كيفية دخول القرصنة، ولماذا» . وسوف يتحدث جوردان بلفورث، المؤلف الأمريكي والمتحدث التحفيزي والمضارب السابق في البورصة، حول النقاط الرئيسية

الخمسة لكي تصبح منجز صفقات من الطراز العالمي» . هذا وتتضمن أهداف المؤتمر اكتساب الاستراتيجيات والأدوات والتقنيات والممارسات الرائدة لتحقيق نتائج إيجابية في الممارسة والمسار الوظيفي للمدققين الداخليين. وكانت جمعية المدققين الداخليين في دولة الإمارات ، وهي جمعية غير ربحية، قد تأسست في العام 1995 على غرار الهيئة الأم المتمثلة في المعهد العالي للمدققين الداخليين الذي يضم 200.000 عضو من أكثر من 190 دولة مؤسسة. في حين تمثل دولة الإمارات العربية المتحدة نحو 45% من العدد الإجمالي للمدققين الداخليين العاملين في المنطقة، والذين يقدر عددهم بنحو 7.000 مدقق داخلي، 22% منهم هم من المواطنين الإماراتيين.



إطلاق مشروع مبتكر لحفظ الطاقة الكهربائية الحرارية في مدينة مصدر بأبوظبي

•• أبوظبي- وام:

أداء النظام في بيئة صحراوية توفر جميع الظروف الشمسية الملائمة واللازمة لإنتاج دورات يومية متكاملة للطاقة النظيفة، إلى جانب الألواح الكهروضوئية الشمسية. وقال الدكتور نيكولاس كافيت، الأستاذ المساعد في الهندسة الميكانيكية ورئيس محطة الطاقة الشمسية بمعهد مصدر في جامعة خليفة: «تجمع محطة الطاقة الشمسية في معهد مصدر التابع لجامعة خليفة ما بين البحث والتطوير في الطاقة المتجددة واختبارها وتقييمها وتمثل أهداف دولة الإمارات لتحقيق الابتكار الرائد عالمياً في مجالات الطاقة النظيفة والمتجددة، ويعتبر مشروع «أزيليو» مشروعاً متميزاً وقصة نجاح هامة لحظة الطاقة الشمسية في معهد مصدر» . وستتولى مجموعة من الباحثين من جامعة خليفة خلال الـ 12 شهراً القادمة مهمة تشغيل نظام أزيليو لحفظ الطاقة الحرارية الكهربائية، حيث سيقومون خلال تلك المدة بجمع البيانات وتحليلها وإجراء عمليات التحقق من فعالية النظام

وفي نهاية العام، ستساهم جامعة خليفة في توفير تقرير حول أداء النظام في بيئة صحراوية، وسيتم اختيار وتقييم وحدات التخزين في النظام وفقاً للمعدي من المعايير المختلفة التي تشمل تزويد الطاقة الكهربائية المتجددة على مدار الساعة لنظام إنتاج المياه من الغلاف الجوي إلى خلال التناقل الرطوبة وتحويلها إلى مياه قابلة للاستخدام. وتمثل تكنولوجيا أزيليو جزءاً هاماً من عملية التحول إلى الطاقة المتجددة من خلال إنتاج طاقة مستدامة من أنواع شمسية كهروضوئية تتميز بتكلفتها الاقتصادية وتوفرها على مدار 24 ساعة. من جهته، قال عبد الله بالعلاء، المدير التنفيذي لمدينة مصدر: «تحرص مدينة مصدر على تسهيل مشاريع البحث والتطوير التي تساهم في توفير التكنولوجيات الحديثة والمتقدمة في الأسواق وبالتالي تحقيق مفهوم أمن الطاقة على المستويين الإقليمي والعالمي وبعد نظام أزيليو لحفظ الطاقة الحرارية مثلاً متميزاً آخراً لنتائج التعاون والابتكار

ويعتبر تطوير التكنولوجيات التي تضمن توفير مصدر آمن ودائم للطاقة وتكلفة معقولة أمراً في غاية الأهمية، حيث تم تطوير هذا المشروع بطريقة تساهم في تقريبنا لذلك الهدف . وأضاف: «مركز إقليمي للابتكارات التكنولوجية والبحث والتطوير، نفخر في مدينة مصدر بتعاوننا مع كل من شركة «أزيليو» وجامعة خليفة للبدء بمشروع حفظ الطاقة الحرارية والتطوير، نفخر في مدينة مصدر بتعاوننا مع كل من شركة «أزيليو» وجامعة خليفة وأحرار التقدم فيه» . وساهم نظام أزيليو لحفظ الطاقة بتخزين الطاقة بشكل حراري في ألومنيوم معاد تدويره، حيث يتم نقل الحرارة المحفوظة إلى محرك ستيرلينج الذي ينتج توفير الكهرباء والحرارة القابلة للاستخدام على مدار اليوم دون أي انبعاث للغازات ويسعر معقول، كما يتميز النظام بإمكانية تطويره وفعالية تتراوح ما بين 0.1 إلى 100 ميغاواط. من جانبه، قال الدكتور عارف سلطان الحمادي، نائب الرئيس التنفيذي في جامعة خليفة: «يضاف هذا التعاون الثمر إلى خبرات جامعة خليفة في مجال

البحوث والابتكارات المتعلقة بالطاقة، والذي يعكس بدوره جهود الجامعة المنصبة نحو الاستفادة من المرافق البحثية المتقدمة في مجال الطاقة الشمسية وحفظ الطاقة الحرارية في محطة الطاقة الشمسية في معهد مصدر، كما سيساهم هذا المشروع أيضاً في جسر الفجوة بين الفكرة والتنفيذ وبالتالي تقديم الحلول المموسة والمجدية تجارياً والتي بدورها ستعزز قطاع الطاقة المستدامة في الدولة والمنطقة» . من ناحيته قال جوناس إكلند، رئيس شركة «أزيليو» والرئيس التنفيذي فيها: «تساهم مكانة مدينة مصدر وجامعة خليفة والخبرات المتخصصة لكل منهما في مجال الطاقة المتجددة في جعل محطة معهد مصدر للطاقة الشمسية المكان الأمثل لعرض تكنولوجيتنا واختبارها. وفي هذا الإطار، نطمح لإثبات فعالية نظام حفظ الطاقة الحرارية إلى جانب الحلول المتقدمة الأخرى بهدف اتخاذ المزيد من الإجراءات التي تقودنا لإنتاج الحلول العالمية» .

والاستثمار في قطاع التكنولوجيا الغذائية إضافة إلى تنوع مصادر استيراد الغذاء وبناء شبكة لوجستية متطورة تؤمن خطط سلاسل توريد بديلة.

وخلال الأشهر التسعة الأولى للعام 2021، استحوذت عشر أصناف غذائية رئيسية على حوالي 76% من واردات الإمارات للأغذية والمشروبات. وشكلت الفواكه والمسررات المستوردة النسبة الأكبر من الواردات الـ 13، تلتها اللحوم الـ 11، ومنتجات الألبان الـ 10، والبن والزييتية الـ 7، والحبوب الـ 7. وحسب بيانات المركز الاتحادي للتنافسية والإحصاء، استحوذت الفواكه والمكسرات على نسبة 15% من إجمالي صادرات الإمارات للأغذية والمشروبات إلى جانب منتجات الألبان والزيتون النباتية والسكر والحلويات وغيرها من المنتجات الغذائية.

والصين الـ 5% ومن خلال موقعها الاستراتيجي الذي يجعل من الإمارات بوابة لقطاع تجارة الأغذية والمشروبات في العالم، استطاعت الأسواق الإماراتية النهوض بنسب النمو في قطاع الأغذية والمشروبات مستفيدة من الاستراتيجية الوطنية للأمن الغذائي التي أطلقتها حكومة الإمارات في نوفمبر 2018 وتضمنت العديد من المبادرات التي تركز على تطوير نظام وطني متكامل يعمل على تمكين الإنتاج الغذائي من خلال توظيف التقنيات الحديثة

الأغذية والمشروبات. وجاءت الهند في المركز الأول بحصة 12%، تلتها الولايات المتحدة الأمريكية الـ 7، والبرازيل الـ 6، وأستراليا الـ 5، وكندا الـ 5، والمملكة العربية السعودية الـ 5. وبالنظر إلى صادرات الدولة من الأغذية والمشروبات، استحوذت عشرة دول على حوالي 66% من إجمالي صادرات الدولة من الأغذية والمشروبات إلى العالم خلال الأشهر التسعة الأولى من عام 2021، حيث جاءت المملكة العربية السعودية سلطنة عمان الـ 9، والكويت الـ 8.

الأغذية والمشروبات في الدولة خلال الأشهر التسعة الأولى من عام 2021 بلغت 20.2 مليار دولار أمريكي، منها 12.8 مليار دولار واردات، و 4.1 مليار دولار صادرات، و 3.3 مليار دولار إعادة صادرات. كما أكدت البيانات أنه خلال الفترة من 2011 وحتى 2020، حققت واردات وصادرات وإعادة صادرات المواد الغذائية والمشروبات في الدولة معدل نمو سنوي مركب قدره 0.6% و 7.5% و 6.0% على التوالي. وتعكس البيانات الجهود المبذولة والمبادرات الفعالة التي أطلقتها دولة الإمارات لتضجيع الاستثمار في قطاع صناعة الأغذية والمشروبات وتمكين القطاعات المرتبطة بالأغذية محلياً ودولياً والاهتمام الكبير بالأمم الغذائي ودعمها للمشاريع الزراعية بهدف تحقيق الاستدامة في سلاسل الإمداد الغذائي. وبالنظر إلى أبرز الشركاء في تجارة الأغذية والمشروبات خلال الأشهر التسعة الأولى من العام 2021، فإن البيانات تؤكد نجاح دولة الإمارات في تنفيذ استراتيجيتها في تنوع مصادر استيراد الغذاء حيث استحوذت عشرة دول على أكثر من نصف إجمالي قيمة تجارة مواد

أعمالها وتعرّز مكانة دبي وجهة عالمية لتجارة المواد الغذائية. وقدم صالح لوتاه، رئيس مجموعة عمل مصنعي الأغذية والمشروبات المنضوية تحت مظلة غرفة تجارة دبي وأكد مدير إدارة العلاقات الدولية في غرفة دبي مواصله دبي الدور الريادي في دفع وتيرة التعالي الاقتصادي العالمي من خلال فتح آفاق اقتصادية جديدة من التعاون الاستراتيجي بين الملاعبين الرئيسيين في حركة التجارة الدولية للأغذية والمشروبات، حيث تسعى دبي من خلال استضافتها لهذا المعرض إلى إيجاد فرص استثمارية وبناء جسور من التعاون الوثيق بين مختلف الشركاء وذلك بالاستفادة من موقعها ومكانيتها الهائلة في التأثير على حركة التجارة الدولية وأحداث تغيرات إيجابية تدعم سلاسل التوريد العالمي وتسهم في تعزيز مستويات الأمن الغذائي على المستويين الإقليمي والدولي. وقدمت غرفة دبي أمام الحاضرين عرضاً تعريفاً مبنيًا على بيانات حديثة من «المركز الاتحادي للتنافسية والإحصاء» ، حيث أظهرت البيانات أن إجمالي قيمة تجارة مواد

الغذائي، مع انتشار مفهوم المطابخ السحابية على نطاق واسع، وتنوع خيارات تسديد الرسوم الرقمية لتوصيل الأطعمة، والاستعانة بالروبوتات في تقديم تجارب الطعام بالإضافة إلى تنوع أسواق استيراد المنتجات الغذائية. ولفت الهاشمي إلى وجود فرص هائلة للاستثمار في مجال الصناعات الغذائية والأغذية الحلال والزراعة المستدامة، مشبداً على أن غرفة تجارة دبي ملتزمة بدعم الشركات العاملة في قطاع الأغذية والمشروبات في تأسيس شركات عالمية تدعم

تحتها الإمارة في هذا المجال. وقال حسن الهاشمي، مدير إدارة العلاقات الدولية في غرفة دبي إن الابتكار بات أحد الحلول المستدامة التي اعتمدتها دبي لمواجهة التحديات العالمية في سوق الأغذية والمشروبات سواء في مسألة تنوع أسواقها الغذائية أو تعزيز الحلول الرقمية والاستعانة بالتقنيات الحديثة المبكرة أو تعزيز الاستثمار بالبنية التحتية اللوجستية. وأضاف الهاشمي إن دبي أثبتت أنها نموذج يحتذى في المدن العالمية التي سخرت التكنولوجيا لخدمة أمنها



النفط

27 بنك أبوظبي التجاري يطرح مجموعة من المزايا الحصرية للمستفيدين من الإقامة الذهبية

•• أبوظبي-الفجر:

أعلن بنك أبوظبي التجاري عن طرحه مجموعة من المزايا المصرفية الحصرية للمستفيدين من الإقامة الذهبية في دولة الإمارات العربية المتحدة بما يساعد على تلبية متطلباتهم المالية واحتياجاتهم المصرفية. وتأتي هذه المبادرة بعد توقيع البنك اتفاقية شراكة مع مكتب أبوظبي للمقيمين التابع لدائرة التنمية الاقتصادية – أبوظبي بهدف تنفيذ استراتيجية استقطاب واستبقاء الأفراد من ذوي المؤهلات المتميزة. ويهدف بنك أبوظبي التجاري من خلال المشاركة في هذه المبادرة إلى دعم المستفيدين من الإقامة الذهبية الحاليين وكذلك ممن يرغبون بالتقدم للحصول على الإقامة الذهبية مستقبلاً، حيث يمكنهم الاستفادة من قروض التمويل العقاري بأسعار مميزة. ومن ضمن المعايير الأخرى، التي يتعين على العملاء تلبيةها للحصول على الإقامة الذهبية تحت فئة المستثمرين، الاحتفاظ بوديعة لدى البنك بقيمة 2 مليون درهم بحد أدنى، كما سيحصل حاملو الإقامة الذهبية، عند تقديمهم للاشتراك في هذه المزايا الحصرية المقدمة من بنك أبوظبي التجاري، على مكافآت مجزية.

قال حارب المهيري، المدير التنفيذي لمكتب أبوظبي للمقيمين: ”يسرنا إنجاز هذه الشراكة بين مكتب أبوظبي للمقيمين وبنك أبوظبي التجاري، لما سقدمه لحاملي الإقامة الذهبية من امتيازات اقتصادية هامة تنعكس على الإمارة مع انتقال المواهب والتخصصات ورؤوس الأموال الفاعلة إليها، وهو ما سيحدث من الزخم الاقتصادي ما يليي التطلمات التنموية للإمارة“. وقال محمد الجياش، كبير مسؤولي العمليات في بنك أبوظبي التجاري: ”نحن فخورون بمساهمتنا في دعم المساعي الرامية إلى تعزيز التنمية المستدامة في دولة الإمارات العربية المتحدة على الصعيدين الاجتماعي والاقتصادي، من خلال تقديمنا مجموعة حصرية من الخدمات المصرفية والمنتجات المالية التي تليي متطلبات المستفيدين من الإقامة الذهبية، كما يسعدنا أن نعمل على تقديم كل ما يدعم هذه الشريحة المتميزة من العملاء الذين يشكلون ركيزة أساسية في تعزيز التنوع الاقتصادي والذين يسعون إلى تحقيق طموحاتهم على المدى الطويل في دولة الإمارات العربية المتحدة. وتمثل هذه الشراكة الاستراتيجية مع مكتب أبوظبي للمقيمين واحدة من أحدث مبادرات البنك في المساهمة في تعزيز الرؤية الاقتصادية 2030 لإمارة أبوظبي التي تركز على تمكين المجتمع وتنوعه بما يسهم في تأسيس اقتصاد قائم على المعرفة. وإننا ملتزمون في بنك أبوظبي التجاري ببناء علاقات راسخة على المدى الطويل مع عملائنا الذين نسعى إلى أن تكون شركاء لهم في مسيرة حياتهم وأعمالهم بما يضمن لهم تحقيق النمو والازدهار“.

مليار درهم تصرفات عقارات دبي أمس

•• دبي –وام:

بلغت التصرفات العقارية في دائرة الأراضي والأماك بدبي أمس أكثر من مليار درهم. وشهدت الدائرة تسجيل 413 مبايعة بقيمة 873.47 مليون درهم منها 73 مبايعة للأراضي بقيمة 234.56 مليون درهم و340 مبايعة للشقق والفلل بقيمة 638.91 مليون درهم. وجاءت أهم مبايعات الأراضي بقيمة 19 مليون درهم في منطقة أم الشيف تليها مبايعة بقيمة 14 مليون درهم في منطقة معيصم الأول تليها مبايعة بقيمة 11 مليون درهم في منطقة ند الحمر.

وتصدرت منطقة الحبيبة الخامسة المناطق من حيث عدد المبايعات إذ سجلت 34 مبايعة بقيمة 62 مليون درهم وتلتها منطقة جبل علي الأولى بتسجيلها 14 مبايعة بقيمة 30 مليون درهم وثالثة في وادي الصفا 5 بتسجيلها 7 مبايعات بقيمة 32 مليون درهم. وفيما يتلحق بأهم مبايعات الشقق والفلل جاءت مبايعة بقيمة 126 مليون درهم بمنطقة مرسى دبي كأهم المبايعات تلتها مبايعة بقيمة 12 مليون درهم في منطقة الصفوح الثانية وأخيراً مبايعة بقيمة 11 مليون درهم في منطقة أم الشيف. وتصدرت منطقة الخليج التجاري المناطق من حيث عدد مبايعات الشقق والفلل إذ سجلت 53 مبايعة بقيمة 64 مليون درهم وتلتها منطقة المراض بتسجيلها 48 مبايعة بقيمة 34 مليون درهم وثالثة في مرسى دبي بتسجيلها 37 مبايعة بقيمة 205 ملايين درهم. وسجلت الروهن قيمة قدرها 163.81 مليون درهم منها 6 رهون أراض بقيمة 12.41 مليون درهم و59 رهن فلل وشقق بقيمة 151.4 مليون درهم وكان أهمها بمنطقة القزهود بقيمة 32 مليون درهم وأخرى في منطقة جميرا الأولى بقيمة 20 مليون درهم. أما الهبات فقد شهدت تسجيل 7 هبات بقيمة 6.37 مليون درهم كان أهمها بمنطقة الثنية الخامسة بقيمة مليوني درهم وأخرى في منطقة الثنية الثالثة بقيمة مليوني درهم.

مصدر... دور بارز لتعزيز الابتكار في قطاعي الاستدامة والطاقة النظيفة

•• أبوظبي –وام:

تؤدي شركة أبوظبي لطاقة المستقبل مصدر دورا فاعلا لتعزيز الابتكار ضمن قطاعي الاستدامة والطاقة النظيفة ودعم جهود الدولة في مجال التغير المناخي، وتعمل من خلال مشاريعها المنتشرة في 40 دولة على تطوير التقنيات المستدامة ونشرها على نطاق واسع للمساهمة في دفع عجلة التنمية المستدامة.

وفي إطار الاحتفاء بشهر الإمارات للابتكار تستعرض وكالة أنباء الإمارات ”وام“ في التقرير التالي المبادرات النوعية المبتكرة التي تنفذها ”مصدر“ لاسميا في قطاع الهيدروجين الأخضر الذي يمكن استخدامه كبديل عن مصادر الوقود التقليدية في العديد من المجالات. وخطت ”مصدر“ خطوات متسارعة في مجال تعزيز الابتكار خلال مسيرتها الممتدة على مدار أكثر من 15 عاما، ورسخت مكانتها كشركة عالمية رائدة في قطاع الطاقة النظيفة وذلك عبر الاتفاقية الاستراتيجية بين أدنوك و”طاقة“ ومبادرة لا يمتلك كل منهم حصّة في ”مصدر“ بهدف تطوير محفظة عالية للاستثمار في مجال الطاقة المتجددة والهيدروجين الأخضر، بسعة إنتاج حالية وحصرية تبلغ أكثر من 23 جيجاواط من الطاقة المتجددة، لتصبح ”مصدر“ بذلك واحدة من أكبر الشركات من نوعها على مستوى العالم، حيث تتطلع الشركة إلى مضاعفة قدرتها الإنتاجية بحلول عام 2030 لتساهم في تعزيز جهود دولة الإمارات لمواكبة التحول في قطاع الطاقة من خلال تعزيز القدرات في مجال الطاقة النظيفة وخفض الانبعاثات الكربونية محليا وعالميا، وتسريع تحقيق الحياد المناخي بحلول عام 2050.



كهرباء دبي تضيف 1200 ميغاوات للقدرة الإنتاجية للطاقة في الإمارة من مجمع حسيان



وأضاف : ” يعتمد مجمع حسيان لإنتاج الطاقة والذي ننفذه وفق نظام المنتج المستقل للطاقة على أحدث التقنيات العالية في مجال إنتاج الطاقة. وقد كانت توربينات محطات إنتاج الطاقة مهياة منذ البداية للعمل بكل من الغاز الطبيعي والضمح النظيف لذا عندما قررنا تحويل المجمع لعمل بالغاز الطبيعي لم تكن هناك فترة توقف وإنسا تمت عملية التحويل بكل سلاسة. وقد جاءت هذه الخطوة لدعم رؤية وتوجيهات القيادة الرشيدة لتعزيز تحويل إمارة دبي إلى اقتصاد محايد للكربون وانسجاما مع أهداف استراتيجية دبي للطاقة النظيفة 2050 واستراتيجية الحياد الكربوني 2050 لإمارة دبي لتوفير 100%

ولكنها تعتمد حالياً على الغاز الطبيعي فقط. وقال معالي سعيد محمد الطاير العضو المنتدب الرئيس التنفيذي لهيئة كهرباء ومياه دبي إن مجمع حسيان لإنتاج الطاقة يضاف إلى مجمع محطات جبل علي لإنتاج الطاقة وتحلية المياه الذي يعد أحد الركائز الرئيسية لتزويد إمارة دبي بخدمات كهرباء ومياه ذات اعتمادية وكفاءة وجودة عالية بقدرة إنتاجية إجمالية تبلغ 9547 ميغا وات من الكهرباء وتصل القدرة الإنتاجية الإجمالية للهيئة إلى 13.417 ميغاوات من الكهرباء منها 1527 ميغاوات من الطاقة المتجددة بتقنية الألواح الشمسية الكهروضوئية في مجمع محمد بن راشد آل مكتوم للطاقة الشمسية.

•• دبي –وام: أعلنت هيئة كهرباء ومياه دبي أن القدرة الإنتاجية الحالية لمجمع حسيان لإنتاج الطاقة في دبي تبلغ 1200 ميغاوات بنظام المنتج المستقل وستتم إضافة 600 ميغاوات خلال الربع الأخير من العام الجاري و600 ميغاوات أخرى خلال الربع الثالث من عام 2023 لتصل بذلك القدرة الإنتاجية للمجمع والذي تم تحويله مؤخراً لعمل بالغاز الطبيعي فقط بدلا من تقنية الفحم النظيف إلى 2400 ميغاوات. منذ البداية تم تصميم وبناء مجمع حسيان للطاقة كمحطة طاقة ثنائية الوقود تعمل بكل من الغاز الطبيعي والفحم النظيف

تلعب الأكاديمية دوراً محورياً في رفد السوق المحلي والإقليمي بالكوادر المؤهلة

الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري فرع الشارقة تشارك في المنتدى العربي للاقتصاد الرقمي 2022 في إكسبو 2020 دبي

والإدارية مساعدة الشركات على تحقيق المزيد من النمو والتوسع في نوعية منتجاتها وربحية أعمالها، إضافة إلى التعاون مع إدارات التدريب في الشركات الملاحية لتصميم برامج تدريبية خاصة في مختلف المجالات الفنية والإدارية البحرية ضمن خدمات التطوير المهني والتعليم المستمر التي توفرها الأكاديمية.“

تشمل الدراسة في كلية النقل البحري والتكنولوجيا في إمارة الشارقة تخصصين: تكنولوجيا النقل البحري ويتضمن تخصصين: عمليات الموانئ والعمليات البحرية. ويتأهل الخريجون للحصول على درجة البكالوريوس بالإضافة إلى منحهم شهادات ضابط ثاني، والقسم الثاني هو قسم الهندسة البحرية ويحصل الخريج على درجة بكالوريوس في تكنولوجيا الهندسة البحرية بالإضافة إلى شهادة مهندس ثالث بحري. كلا التخصصين يؤهلان الطلاب للعمل على السفن التجارية وسفن الخدمات البترولية. كما تسعى الأكاديمية إلى استقطاب الكوادر المهنية العاملة في المؤسسات الملاحية في الدولة ممن يرغبون في الحصول على برامج تدريبية متخصصة ضمن خدمات التطوير المهني والتعليم المستمر الذي توفره الأكاديمية، إضافة إلى خدمة تجديد جواز السفر البحري للضباط والمهندسين البحريين والبحارة، والتعاون مع إدارات التدريب في المؤسسات البحرية لتصميم برامج تدريبية خاصة في مختلف المجالات الفنية والإدارية البحرية، باستخدام أحدث التقنيات وأجهزة المحاكاة المتطورة التي تمتلكها الأكاديمية.



من جميع أنحاء العالم.

وقال الدكتور الريان أحمد يوسف، نائب عميد كلية النقل البحري والتكنولوجيا في الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري فرع الشارقة: ”سعى في الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا عبر رفد القطاع بالكوادر الأكاديمية والمهنية المؤهلة، ودعم البحوث والتطوير في مجالات الاقتصاد الأزرق الذي يعد أحد أهم ركائز التنمية الاقتصادية“. وأكد فرج أن مشاركة الأكاديمية في المنتدى العربي للاقتصاد الرقمي 2022، تأتي ضمن جهودها لتعزيز المشاركة في الفعاليات الرائدة وتبادل الأفكار والخبرات وآخر التطورات مع الخبراء والمختصين



الرقمي، إضافة إلى تعزيز الاستفادة من تطبيقات الذكاء الاصطناعي بما يدعم الاقتصاد الرقمي. وفي الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري، نسهم في تمكين الصناعة البحرية العربية عبر رفد القطاع بالكوادر الأكاديمية والمهنية المؤهلة، ودعم البحوث والتطوير في مجالات الاقتصاد الأزرق الذي يعد أحد أهم ركائز التنمية الاقتصادية“. وأكد فرج أن مشاركة الأكاديمية في المنتدى العربي للاقتصاد الرقمي 2022، تأتي ضمن جهودها لتعزيز المشاركة في الفعاليات الرائدة وتبادل الأفكار والخبرات وآخر التطورات مع الخبراء والمختصين

غرفة أبوظبي تناقش فرص التعاون التجاري مع القائم بالأعمال في سفارة أفغانستان لدى الدولة

•• أبوظبي –وام:

ناقش سعادة الدكتور علي سعيد بن حرمّل الظاهري النائب الأول لرئيس مجلس إدارة غرفة أبوظبي خلال لقائه أحمد سير داودزي القائم بالأعمال بسفارة جمهورية أفغانستان إمكنائية التعاون مع القطاع الخاص في أفغانستان فيما يخص التعدين والصادرات الزراعية والحرف اليدوية التي تشتهر فيها جمهورية أفغانستان على وجه الخصوص. حضر اللقاء الذي عقد في مقر برج غرفة أبوظبي عبدالله غرير القبيسي نائب مدير عام غرفة أبوظبي. وأكد بن حرمّل على العلاقات التجارية الطبية التي تجمع بيئة الأعمال الإماراتية والأفغانية، مشيراً إلى إتاحة

المتنوعة التي تتمتع بها إمارة عجمان والجهود المبذولة من الجهات المعنية في إمارة عجمان بتسهيل ممارسة الأعمال وذلك بتوجيهات من القيادة الرشيدة. كما قدم محمد الجناحي الدعوة إلى وفد جمهورية سلوفينيا لزيارة إمارة عجمان على رأس عدد من أصحاب الأعمال والمستثمرين من سلوفينيا للتعرف عن قرب حول الفرص الاستثمارية المتاحة

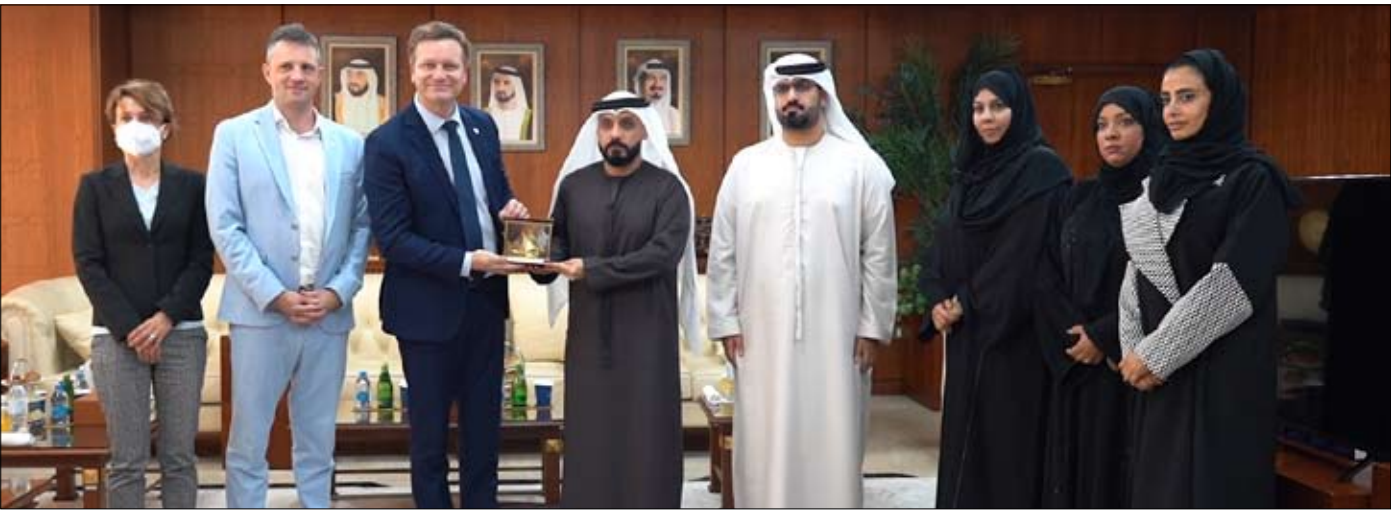
في مختلف القطاعات بإمارة عجمان ”الصناعة، التجارة، السياحة، التعليم، الصحة، البناء والتشييد، العقارات وغيرها من القطاعات“، كذلك استعرضت غرفة عجمان مقومات القطاع الصناعي وأبرز منتجات الإمارة. هذا واستعرض اللقاء أبرز الفرص الاستثمارية الحالية التي يمكن استثمارها والاستفادة منها في البلدين، وسبل زيادة حجم التعاون

الاقتصادي بين جمهورية سلوفينيا وإمارة عجمان. وتناول الحضور أهم الفعاليات والمعارض المتخصصة في البلدين بهدف فتح آفاق للتعاون وتبادل الصفقات بين منشآت القطاع الخاص، كما اتفق الجانبان على ضرورة التعاون في تبادل المعلومات والإحصائيات الداعمة لتوجهات الطرفين. من جانبه وجه جاكا ميكلافيتش، وزير مفوض سفارة

المتنوعة التي تتمتع بها إمارة عجمان والجهود المبذولة من الجهات المعنية في إمارة عجمان بتسهيل ممارسة الأعمال وذلك بتوجيهات من القيادة الرشيدة. كما قدم محمد الجناحي الدعوة إلى وفد جمهورية سلوفينيا لزيارة إمارة عجمان على رأس عدد من أصحاب الأعمال والمستثمرين من سلوفينيا للتعرف عن قرب حول الفرص الاستثمارية المتاحة

في مختلف القطاعات بإمارة عجمان ”الصناعة، التجارة، السياحة، التعليم، الصحة، البناء والتشييد، العقارات وغيرها من القطاعات“، كذلك استعرضت غرفة عجمان مقومات القطاع الصناعي وأبرز منتجات الإمارة. هذا واستعرض اللقاء أبرز الفرص الاستثمارية الحالية التي يمكن استثمارها والاستفادة منها في البلدين، وسبل زيادة حجم التعاون

المتنوعة التي تتمتع بها إمارة عجمان والجهود المبذولة من الجهات المعنية في إمارة عجمان بتسهيل ممارسة الأعمال وذلك بتوجيهات من القيادة الرشيدة. كما قدم محمد الجناحي الدعوة إلى وفد جمهورية سلوفينيا لزيارة إمارة عجمان على رأس عدد من أصحاب الأعمال والمستثمرين من سلوفينيا للتعرف عن قرب حول الفرص الاستثمارية المتاحة



•• عجمان –الفجر: ضمن جهود غرفة تجارة وصناعة عجمان لتعزيز تعاونها الاقتصادي مع الدول الشارقة في معرض إكسبو 2020 دبي، استقبلت غرفة تجارة وصناعة عجمان وفد اقتصادي من جمهورية سلوفينيا، بهدف تعزيز التعاون الاقتصادي المشترك وبحث الفرص الاستثمارية المتاحة وفتح قنوات للمشاركة بين مجتمعي الأعمال والمستثمرين في البلدين. إستقبل الوفد في مقر غرفة عجمان محمد علي الجناحي المدير التنفيذي لقطاع تنمية التجارة والعلاقات الدولية في غرفة عجمان، وترأس الوفد جاكا ميكلافيتش، وزير مفوض بسفارة جمهورية سلوفينيا، وضم الوفد ناتاشا تورك، نائب مدير غرفة تجارة وصناعة سلوفينيا وماركو ليبمك، مدير الأعمال بجناح سلوفينيا في إكسبو 2020. وفي بداية اللقاء رحب محمد الجناحي بالوفد الزائر، وأكد على أهمية اللقاء ودوره في تعزيز التعاون المشترك، موضحاً أن غرفة عجمان تسعى بشكل حثيث إلى تنويع شراكاتها الخارجية وفتح آفاق جديدة لزيادة نمو حجم التبادل التجاري. واستعرض للوفد المقومات

الكاتب العدل

الإمارات للمزادات
EMIRATES AUCTION

الكاتب العدل

 الامارات العربية المتحدة
 وزارة العدل

روز بتاریخ ۱۳۹۷/۱/۱۱

مركز سعادة المتعاملين

 الامارات العربية المتحدة
 وزارة العدل

مكتب الخدمات القضائية

 دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
إدارة الكاتب العدل والتصديقات

وعليه سيقوم الكاتب العدل العام بالتصديق على التنازل
بعد انقضاء 14 يومًا من تاريخ نشر هذا الإعلان

مدير الخدمات القضائية
المان: أحمد العوضي

[illegible]



منوعات الفكر

30

«شاعر المليون» يواصل مسيرة تحدي الشعر النبطي بحلقته الـ 11.. مساء اليوم

عبدالرحمن السمين الحربي من السعودية، خالد بدر الديحاني من الكويت، فيصل الشن العنزي من السعودية)، والذين ينتظرون تصويت المشاهدين عن طريق التطبيق الخاص ببرنامج شاعر المليون أو موقعه الإلكتروني.

شاطئ الراحة وعبر الشاشات. وسيعلن مطلع الأمسية عن نتائج تصويت المشاهدين لشاعرهم المفضل الذي سينضم إلى زملائه في المرحلة المباشرة التالية، إذ تبقى أربع شعراء وهم (آلاء محمد أحمر من الأردن،

هادي مانع اليامي من السعودية)، والذين سيقدّمون روائع شعرهم النبطي أمام أعضاء لجنة التحكيم المكونة من (سلطان العميمي مدير أكاديمية الشعر، الدكتور غسان الحسن، الشاعر حمد السعيد)، وجمهور الشعر في مسرح

وتطبيق البرنامج. وستضم الحلقة كل من الشعراء (ركاد مطر الشمري من العراق، عايد حواس الحازمي من السعودية، عبدالله بن خشان من الكويت، علي الدهمشي العنزي من السعودية، مبارك الرزحان من الكويت،

مسيرة تحدي الشعر النبطي، وذلك في الحلقة المباشرة الـ 11، والتي ستبث مساء اليوم الثلاثاء في تمام الساعة التاسعة والنصف مساءً بتوقيت الإمارات، من مسرح شاطئ الراحة بأبوظبي، وعبر قناتي بيّنوت والإمارات

•• أبوظبي-الضجر: يواصل برنامج شاعر المليون بموسمه العاشر، والذي تنتجه وتنظمه لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية في أبوظبي،

خلال زيارته لـ (اكسبوجر)

السفير العراقي يشيد بتجمع مصوري العالم على أرض الشارقة

•• الشارقة-الضجر:

زار سعادة الدكتور مظفر مصطفى الجبوري، سفير جمهورية العراق لدى الدولة، المهرجان الدولي للتصوير «اكسبوجر»، واطلع خلال جولته في أروقته على المعارض الفردية والجماعية، وأشاد بتنوع القضايا والقصص البصرية التي ترونها الصور من مختلف قارات العالم وثقافته، واستمع سعادة السفير خلال جولته في معارض المهرجان التي تقدم أعمال 70 مصوراً عربياً وعالمياً، إلى شرح حول أعمال الصوريين الذي يعرضون أعمالهم في 45 معرضاً تمثل مختلف الاتجاهات في فن التصوير.

وخلال زيارته أطلع سعادة الدكتور مظفر مصطفى الجبوري على أعمال الصوريين العراقيين المشاركين في المهرجان ضمن معرض اتحاد المصورين العرب، وأبدى إعجابه بدقة تنظيم المهرجان، وأثنى على دور إمارة الشارقة في التواصل الحضاري والثقافي مع العالم، مشيداً بنجاح «اكسبوجر» في جمع كبار المصورين العالميين على أرض الشارقة، وفي تبني قضية حماية المحيطات من التلوث ونشر التوعية حولها عبر فن التصوير.



خلال جلسة حضرها جمهور غفير من عشاق التصوير

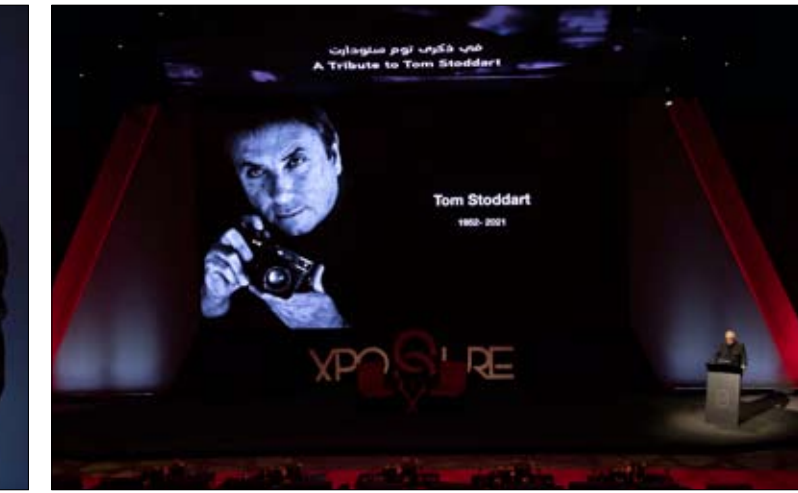
اكسبوجر 2022 يكرم توم ستودارت ويستذكر أعماله الأيقونية



مجموعة من الصور التي التقطها ستودارت من الجبهات المختلفة، والتي أصبحت أيقونات في عالم التصوير.

على الدوام لإرشاد وإلهام المواهب الصاعدة مع أنه كان من أبرز رواد فن التصوير. وبعد الإشادة بالمصور العالمي، تم عرض

توم وكيف كان أول من يصل إلى الموقع ويلتقط أفضل الصور التي تُنشر في الصفحة الأولى، وأشاد بتواضعه وشجاعته وإقدامه واستعداده



واحتراماً وتقديراً من أبناء جيله، وغطى أحداث الحرب في لبنان، وحصار سراييفو، ووفق سقوط جدار برلين، وتوفي إثر صراعه

•• الشارقة-الضجر:

في موقف وفاء لواحد من رواد «العدسة»، عقد المهرجان الدولي للتصوير «اكسبوجر»، ضمن فعاليات الدورة السادسة، جلسة تكريم لاستذكار المصور العالمي توم ستودارت، حضرها عدد من المصورين المشاركين في المهرجان، وجمهور غفير من محبي فنون التصوير الضوئي.

وفي كلمته التي كرم فيها الإرث الاستثنائي للمصور البريطاني توم ستودارت، قال المصور الصحفي والخبير الإعلامي آيدن سوليفان: «لم يكن توم مجرد موهبة، ومصور ملتزم، بل كان واحداً من عمالقة التصوير، والأفضل بكل ما تعنيه الكلمة من معنى، وكنت دائماً أجد حذوه، ومع ذلك أبقي متأخراً عنه بعض الخطوات». وكان ستودارت واحداً من أكثر المصورين الصحفيين غزارة في الإنتاج

اكسبوجر 2022: ستيفن ويلكس يستعرض تقنيته الفريدة في توثيق الأماكن والأحداث من النهار إلى الليل بصورة واحدة



للتطور، والحياة البرية، وغيرها الكثير. وقال: "ما كنت أفهم به من تصوير مختلف كلياً عن التصوير الصحفي، وأعير اهتماماً للأهمية التاريخية للصور، من خلال ما تقوم بتوثيقه، إلى جانب اختيار الأماكن الأيقونية المألوفة للذاكرة المشتركة، ولذا فأنا استخدم تقنية (من النهار إلى الليل) لأقص قصة متكاملة في صورة واحدة، وأجعل الناس ترى ما أراه وما ألمسه، وليست فقط صورة لحظية عابرة، وقد حظيت بفهم عميق للغاية من هذه التجربة للحياة من حولي، ولشاهد ربما لم أكن أنتبه لوجودها بالرغم من أنها تحيط بي، فأنا بذلك أعيد بناء ذاكرتي".

وتحدث في الختام عن مشروعه الحالي "نسيج"، مشيراً إلى أنه بدأ به أثناء التصوير في إيطاليا، حيث زار متحف الفاتيكان، وابتات مفتوناً بالتسجوات الرائعة المعلقة على الجدران، وقد استوحى إلهامه من طبقات الصور وسرد القصص واللون الذي يظهر في جميع أنحاء النسيج، وبدأ يفكر فيما إذا كان بإمكانه إحداث تأثير مماثل، لافتاً إلى أنه يعدّ مشروعاً مثيراً للغاية وقد أتاح طريقة جديدة للرؤية، مستعرضاً عدداً من الصور التي التقطها مؤخراً ضمن هذا المشروع، والتي تتكون من مزيج من صور المدينة والطبيعة.

وأضاف: «عندما يشاهد الناس الصورة النهائية، يتأبهام الفضول، ويتساءلون كيف حدث هذا الأمر، وهو فعلاً شيء معقد نوعاً ما، حيث أنظر إلى اليوم كشبكة، وأقرر المسار الذي سأنتهجه في التصوير، ويستمر الأمر لساعات طويلة، أستخدم خلالها منصات أو رافعات تساعد على رؤية أوسع وأشمل، وبعد مدة تصل إلى 36 ساعة في بعض الأحيان، أخرج بصورة تم تجميعها بعد التقاط مئات وربما آلاف الصور، وحتى يكون الأمر في أكمل وأبهي صورة، تستغرق عملية الإنتاج أحياناً أشهراً من العمل».

وأشار ويلكس إلى أنه من الممتع جداً التواجد في الميدان للقيام بفعل النظر المركز، ويساعد في ذلك الوجود في أماكن مرتفعة، حيث لا يشاهدك أحد، بينما أنت ترى كل شيء بوضوح، وكيف تتدفق الحياة في المكان المستهدف، مضيفاً: «هذا الأمر جعلني أعشق فكرة التصوير بهذه الألية (من النهار إلى الليل)، وسبب اختياري لنيوبيورك للانطلاق في المشروع منذ البداية، هو للاحتفاء بها وتقدير جني لها».

واستعرض ويلكس في الجلسة، العديد من الصور التي التقطها لمشاريع وجهات عديدة، كصور في الحدائق الوطنية الأمريكية، وصور للطبيعة، وصور لأحداث متنوعة، كتصويب الرئيس الأمريكي جو بايدن إلى ثوران بركان فاجراد السفلي في أيسلندا، إلى تصوير الهجرات الكبرى

•• الشارقة-الضجر:

كشف المصور الأمريكي ستيفن ويلكس آلية استخدامه لتقنيته الشهيرة في التصوير المعروفة بـ «من النهار إلى الليل»، مستعرضاً أسلوبه الفريد في توثيق اللحظات التاريخية، للعديد من الأحداث، التي تشمل الحياة الطبيعية، والحياة البرية، وأحداث سياسية واجتماعية، وغيرها، وذلك في جلسة بعنوان «حوار، أدارتها الصورة ويتني جونسون، نائب رئيس المهرجانات والتجارب الفاعمة في ناشيونال جيوغرافيك، ضمن فعاليات اليوم الخامس من المهرجان الدولي للتصوير «اكسبوجر 2022»، والذي يستمر حتى 15 فبراير الجاري في مركز اكسبو الشارقة.

وقال ويلكس في مستهل حديثه: «من خلال عملي في التصوير، أدركت أن هناك جمهوراً كبيراً لفن الوثائقيات، وكنت في أحد الأيام في مهمة عمل لتصوير المثلثين (روميو وجوليت) لجلة باز لورمان الشهيرة، حيث بعدما قمت بالتقاط أكثر من 250 صورة، لتكوين صورة واحدة في نهاية المطاف، تظهر مرور الوقت، الأهمني ذلك للوصول إلى فكرة التقاط صور متعددة عبر منظر طبيعي، أو حدث ما، وبقي الأمر عالقاً في ذهني، إلى أن انطلقت في الفكرة، وبدأت بتطبيقها على شاهد وأحداث عديدة».

منوعات

الفجر

31



إجراءات احترافية خلال تصوير المسلسل (المداخ 2) ... بتعاقدات جديدة

بدأ المخرج المصري أحمد سمير فرج تصوير المشاهد الأولى من الجزء الثاني من مسلسل (المداخ)، والمقرر عرضه ضمن باقة دراما رمضان المقبل، بعد الانتهاء من اختيار مواقع التصوير ومعاينتها، وكانت البداية في مدينة 6 أكتوبر (على أطراف القاهرة).

وأعرب الفنان حمادة هلال عن سعادته باستكمال العمل من خلال جزء جديد، (بعد أن حقق الأول منه عند عرضه في الموسم الرمضاني السابق مشاهدة عالية، وكان من بين الأعمال التي أشاد بها الجمهور والنقاد).

وقالت مصادر في الشركة المنتجة لـ(الراي) إن (هناك عدداً كبيراً من نجوم الجزء الأول، إضافة إلى تعاقدات جديدة تمت مع نجوم جدد، ويدور التصوير وسط إجراءات صحية مشددة).

يذكر أن (المداخ) يضم في بطولته، إضافة إلى هلال، كلاً من هبة مجدي، كمال أبو رية، أحمد فؤاد سليم، ولاء الشريف، وهو من تأليف الثلاثي أمين جمال ووليد أبو المجد وشريف يسري.



شهد شبر تتضمن لمسلسل "بيوت من ورق"

أعربت عارضة الأزياء شهد شبر، عن سعادتها بالانضمام لمسلسل "بيوت من ورق" مع النجم يوسف الخال.

وأكدت شبر سعادتها بالعمل الذي يعتبر أول أعمالها الفنية في عالم الفن خاصة أنها تجسد شخصية مركبة.

وأضافت أنها سعيدة بالمشاركة في العمل خاصة أن الفنان يوسف الخال متميز في أعماله ويجسد أدواره ببراعة ويمثل إضافة كبيرة لها كما أشادت بالنجوم المشاركين في المسلسل لافتة إلى أن الجمع بين كوكبة الفنانين من سوريا ولبنان سيفيد العمل كثيراً وسوف يكتسب خبرات منهم جميعاً.

مسلسل "بيوت من ورق" يشارك في بطولته يوسف الخال وطونى عيسى وداليدا خليل يوسف حداد وفادى حداد ومجموعة كبيرة من سوريا ولبنان وإخراج أسامة الحمد.

لدي فوبيا من الأماكن المرتفعة، ومن الحشرات

أحمد السقا: لم أكن أتخيل أنني سوف أصبح ممثلا

هو نجم استثنائي في كل شيء.. ليس لكونه فقط ممثلاً موهوباً في عالم السينما والدراما أو لاستمراريته في تحطّي حدود صناعة الأكشن وسقف إيرادات شباك التذاكر.. ولكنه بالفعل "أيقونة" لجمهوره الذي يتابعه طوال الوقت بحالة من الانبهار والإعجاب.. وكذلك لزملائه في صناعة السينما، انه النجم أحمد السقا.. عن الكثيرمن أسرارمشواره الناجح كان معه هذا الحوار:

• من المُلهم أن نبدأ الحكاية من البداية..كيف كانت نشأة أحمد السقا؟

– تربيت في بيت من الطبقة المتوسطة، والدي رحمه الله كان مديرا لمسرح العرائس، وبعدها أصبح رئيس هيئة المسرح، ثم رئيس المركز القومي للمسرح، وعمل كثيرا بوزارة الثقافة ويحسب له أن فترته كانت الفترة التي شهدت ازدهار مسرح الدولة والتي كان يجني فيها إيراد أكبر من إيراد المسرح الخاص، وكان من أبرز العروض التي قدمها لمسرح الدولة "ليلة الدخلة" و "أهلا يا بكوات" و "البهلولان" وروايات كثيرة جدا لأكبر النجوم..ووالدتي كانت تعمل كمسئولة قسم الصرف في بنك طلعت حرب، ولكنها كانت ربة منزل في نفس الوقت، حيث قررت التقاعد عن العمل حينما كبرت أنا وشقيقتي لتعطينا المزيد من الاهتمام، فنحن تربينا تربية تستطيع أن تقول عليها إنها تربية "ميري" حيث إن محيط عائلتي وأزواج خالاتي كلهم كانوا مساعدين وزراء بوزارة الداخلية وضباطا، وكان هناك جانب فني أيضا في عائلتي .. فجدتي هو عبده السروجي المطرب الذي غنى "غريب الدار" و "على بلد الحبيب" ..وقد عشت فترة كان بها اهتمام بالصالونات الثقافية ، ورأيت في صالون والدي كل الناس من ممثلين ونجوم وكل أصناف البشر، فمنهم من كان يأتي للعب الموسيقى أوإلقاء الشعرأوحتى الاستمتاع بهذه الحالة الفنية الثقافية، فرأيت في بيتنا سيد مكايي وإبراهيم رجب وعزت العلايلي وعادل إمام..ووالدي بشكل عام كان دائما ما يقول لي نصف المعلومة ويتركني لأبحث على النصف الآخر، عمره ما أعطاني المعلومة الكاملة سهلة وكان يفعل ذلك حتى وفاته، فمثلا كان دائما يقول لي: "يا بني خلي الناس تمد أيدها تطولك" فلم أكن استوعب معنى هذه الجملة في وقتها، حتى يوم وفاته نده لي وسألني "ليه بيسموك نجم" فقلت له الأسباب، فقال لي إن كل الكلام ده فاني.. خلي الناس تمد أيدها تطولك" .

• وكيف كانت مرحلة دراستك الأكاديمية؟

– التحقت بمعهد الفنون المسرحية ودرست التمثيل والإخراج، وكنت طالبا متفوقا، حيث إنني تخرجت وكان ترتيبي هو الأول على دفعتي بتقدير امتياز، وكنت حريصا على فكرة التفوق داخل المعهد لأنني حينما دخلته كان والدي رئيس هيئة المسرح، وكان هناك الكثيرمن الأقاويل حول فكرة الوساطة وأنه تم قبولي لوساطة والدي، فأردت أن أثبت العكس فخلال وقت الدراسة كنت أمارس لعبة كرة القدم بشكل احترافي، حيث تزامن دخولي المعهد مع لعبي في نادي الصيد، وقبلها كنت لاعبا في نادي الزمالك..وبسبب أنني كنت راغبا في التفوق لم أستطع الانتظام في لعب كرة القدم، والموضوع أتى بالتدرج، فني البداية ذهبت للعب في ناد درجة ثانية، وفي هذا الوقت اعتزل جمال عبد الحميد فلم يعد هناك مهاجم في الزمالك، فذهبوا لوالدي وقالوا له أنهم سوف يأخذوني الزمالك وسوف يدخلوني جامعة مفتوحة لكي ألعب في الدرجة الأولى، وكان والدي يستهوي الفكرة لكونه زمملاكويا، فقال لي هذا الكلام

يوم جمعة وقررنا تأجيل القرار لما بعد مياراتني مع المنتخب التي كانت يوم الاثنين الذي تلاه، وخلال تلك المباراة كنت منفردا مع

حارس المرمى الذي دخل بالـ "ستارز" في عضلة ساقي، فتح لي العضلة ومن وقتها اعتزلت لعب كرة القدم بشكل احترافي.

• وأين التمثيل من كل هذا؟

– كل هذا ولم يكن التمثيل أمام الكاميرا في حساباتي، فأنا كنت أحب التمثيل وأحب الفكرة ولكني لم أكن أتخيل أنني سوف أصبح ممثلا، حيث كانت أحلامي دائما في مناطق أخرى، فكننت أتمنى أن أكون ضابط شرطة، ثم تمثيت احتراف كرة القدم، ولكن بعدما دخلت المعهد وجدت أن لدي 23 مادة منهم 13 مادة عملي و10 مواد نظرية.. فكان اليوم الدراسي يبدأ في السابعة صباحا وينتهي في الثامنة مساء

• كيف كانت شلة المهدي؟

– شلة المهدي كانت مصيبة سوداء.. فأنا ومجدي كامل كنا "بوصات" الدفعة، وكانت دفعتنا أحمد حلمي ورامز جلال ومحمد سعد ومحمد الوكيل، ولحق بنا بعدها بسنة أو سنتين أحمد رزق ومحمود عبد المنني.. والحقيقة أغلب الحكايات صعب أن تروي، مثلا، أنا ومجدي كامل عشنا لفترة طويلة سويا في غرفة في منيل الروضة، ورغم الظروف الصعبة كنا نتصرف، فوالد مجدي رحمه الله كان لديه سوبر ماركيت كبير، ونحن كانت لدينا نسخة من المفتاح قمنا بعملها، وأول ما كنا بنجوع، نزل نفتح السوبرماركت ونعيش حياتنا ، وأنا ورامز جلال نفس السن باليوم إلأن والده ووالدته كانا يخافان عليه جدا، لدرجة أنه كان يأتي للمعهد بالسندوتشات، وكانت والدته تكلمني علشان خايفة عليه يروح المعهد بمفرده.. فكننت يوميا أمر عليه لأخذه من بيته في المهندسين ونروح على المهدي .

• وكيف تسلسلت معك الأحداث بعد انتهاء الدراسة؟

– بعد انتهاء الدراسة انتدبت لوزارة الثقافة، ولكني لم أحب العمل الحكومي فاستقلت وحين مكاني مجدي كامل الذي كان الثاني على الدفعة، ولكن صلتني لم تنقطع بوزارة الثقافة، حيث إنه بعد وفاة والدي انتدبوني في مسرح العرائس كنوع من الاستمرارية والتقديرلأسم السقا، وطلبت أن يكون هناك قاعة تحمل اسمه لأن هذا الرجل هومن بنى مسرح العرائس في عهد جمال عبد الناصر، وذهب به إلى باكستان وأمريكا وتونس والأردن والسودان، وكان يذهب إلى رومانيا والمجرودول أوروبا الشرقية، وكان يجلب متخصصين من هناك لعمل ورش في مصرلعمل جيل من ممثلي العرائس، فلم تحدث استجابة، فأخذت إجازة بدون مرتب وكنت مواظبا على دفع تأميناتي، حتى جاءت حكومة الإخوان، ووقتها كانت هناك اعتراضات كبيرة في الوسط الفني والثقافي على سياسة الوزارة، وكانت هناك وقفات ومظاهرات أمام مبنى الوزارة شاركت بها.. واستقلت، وحتى الآنس كان الدكتور أشرف زكي يطلب مني الرجوع لمسرح العرائس ولكني أرى أنه يكفي كل هذه السنوات.

• هل هوى التمثيل أتى إليك من خلال المسرح؟

– بالتأكيد، المسرح بشكل عام هو سبب دخولي مجال التمثيل، فلقد قدمت في المسرح الخاص قدمت ٤ روايات، منهم رواية لم أكملها وهي "فيما يبدو سرقوا عبدي" و "الأبندأ" و "عفروتو" وكده أوكيه، وفي المسرح العام الذي كانت منه البداية قدمت مسرحية "لحق خد لك قالب" و "غلط في غلط" و "النهاردة آخر جنان".."وكننت في مسرحية "خد لك قالب" أظهر على المسرح من خلال مشهد مدته 3 دقائق فقط، وهو وقت لا يذكر من مدة مسرحية، وكنت حزيناً أن والدي لا يتوسط لي ولكني اليوم أدعي له أنه لم يفعل ذلك، وفي يوم من أيام عرض هذه المسرحية حضراالأساذ أسامة أنورعكاشة والفنانة حنان شوقي العرض، وكان الأساذ أسامة لديه نوتة بني مكتوب عليها 1992 وكتب اسمي فيها وعنوان بيتي بعد العرض..وأرسلوا لي على البيت موعود

• لقد عاصرت أجيالاً من كبار صناع السينما والدراما، ماذا تعلمت منهم؟

– أنا تربيت في كنف جيل من الأساتذة الكبار وعلى رأسهم الدكتور يحيى الفخراني، والذي تعلمت منه القدرة على الاستيعاب والتعلم والوقوف على الكاميرا وحب المهنة التي أعمل بها، وتعلمت من نور الشريف كيفية اختيارالمواضيع وأن تكون قائد لنفسك، وأحمد زكي كان أستاذاً بالنسبة لي في كيف أن تكون سهل ممتنع، وكان أحمد زكي رحمه الله بمثابة شقيق والدي الصغير، وكان متواجد طوال الوقت في بيتنا، وأتذكر أن أيام فيلم البرئ أني زعلت أبويا وأمي، وكان زكي يسكن بجوارنا في المهندسين، فنزلت من بيتنا وذهبت لأحمد زكي ولكن كان والدي قد كلمه وقال له إنه غضبان مني، فمسكني أحمد زكي واداني علقة بالحزام علشان زعلت أبويا وأمي.

• ما هي هواياتك بخلاف الخيل؟

– من هواياتي الرماية وتحديدا ضرب النار، ولدي سبعة قطع مرمخصة من السلاح، ولكني بدأت التوقف عن اقتناء الأسلحة لصعوبة التخزين، لأن مع الوقت يتحول الأمر من قطعة من الحديد تحرسك إلى قطعة من الحديد أنت من تقوم بحراستها.. وبخلاف كل هذا أنا محب لكتابة الشعر العامي ولدي كتابات أنشرها من خلال الفيس بوك، ومؤخرا كتبت أغنية قدمها محمد نور في ألبومه الأخير وهي تحمل أسم الألبوم وهو "مالك يا ترى" وهي الأغنية التي كنت كتبتها من فترة ولكني أعدت كتابتها قبل أن يسجلها نور بصوته.. نحن في انتظار عرض فيلم "العنكبوت" ما الذي تستطيع أن تقوله عنه خلال الفترة الحالية؟

– "العنكبوت" هو فيلم تجاري بحث الغرض منه التمتع من خلال الحدوة، فأنا قعدت سنة أفرج أشوف الناس سقفها إيه في الأكشن، فإن شاء الله حينما يشاهدون العنكبوت سوف يرون سقفا مختلفا تماما.

• ما هي هواياتك بخلاف الخيل؟

– من هواياتي الرماية وتحديدا ضرب النار، ولدي سبعة قطع مرمخصة من السلاح، ولكني بدأت التوقف عن اقتناء الأسلحة لصعوبة التخزين، لأن مع الوقت يتحول الأمر من قطعة من الحديد تحرسك إلى قطعة من الحديد أنت من تقوم بحراستها.. وبخلاف كل هذا أنا محب لكتابة الشعر العامي ولدي كتابات أنشرها من خلال الفيس بوك، ومؤخرا كتبت أغنية قدمها محمد نور في ألبومه الأخير وهي تحمل أسم الألبوم وهو "مالك يا ترى" وهي الأغنية التي كنت كتبتها من فترة ولكني أعدت كتابتها قبل أن يسجلها نور بصوته.. نحن في انتظار عرض فيلم "العنكبوت" ما الذي تستطيع أن تقوله عنه خلال الفترة الحالية؟

– "العنكبوت" هو فيلم تجاري بحث الغرض منه التمتع من خلال الحدوة، فأنا قعدت سنة أفرج أشوف الناس سقفها إيه في الأكشن، فإن شاء الله حينما يشاهدون العنكبوت سوف يرون سقفا مختلفا تماما.

الفكر

ما فوائد تناول كمثرى واحدة في اليوم؟



كشفت الدكتورة لودميلا ميكانيوك خبيرة التغذية الروسية، كيف يؤثر تناول كمثرى واحدة في اليوم في عمل أعضاء الجسم.

وتشير الخبيرة في حديث لوكالة نوفوستي الروسية للأخبار، إلى أن الكمثرى "الأجاص" تحتوي على 20 بالمئة من حاجة الجسم اليومية إلى الألياف الغذائية، التي بفضلها تتحسن عملية الهضم وعمل الجهاز الهضمي. كما أنها قادرة على ربط الأحماض الدهنية، وهي بذلك تخفض مستوى الكوليسترول.

وتقول، "قشرة الكمثرى مفيدة بصورة خاصة. لأنها تحتوي على مركبات الفلافونويد المفيدة للقلب والأوعية الدموية، لأنها تخفض من هشاشة الشعيرات الدموية، وتجعل كريات الدم الحمراء أكثر مرونة".

وتضيف، كما تحتوي الكمثرى على مركب أربوتين الذي له خصائص مضادة للبكتيريا.

وتقول، "يحتوي مركب الأربوتين على نسبة عالية من البوتاسيوم ما يساعد على مكافحة التهابات الجهاز البولي، إلى جانب تأثيره المدر للبول".

وتضيف، ولكن مع كل هذه الفوائد، لا ينصح مرضى السكري ومن يعاني من قرحة المعدة بتناول الكمثرى، لأنها تحتوي على ألياف غذائية خشنة. لذلك يجب تناول الكمثرى باعتدال، لأن الإفراط بتناولها يسبب الإسهال.

شاي عشبي يظهر قدرة على تحسين نوعية النوم في غضون أسبوعين

يحتاج البالغون في المتوسط إلى ما بين 7 و9 ساعات من النوم كل ليلة من أجل صحة جيدة، ولكن الكثيرين يكافحون بالفعل من أجل الحصول على هذا القسط الكافي يوميا.

وتشير العديد من الدراسات إلى أن هناك شايا عشبيا يمكنه أن يساعد على تحسين نوعية النوم.

ويقدم شرب شاي الأعشاب العديد من الفوائد الصحية، ووجدت الدراسات أنه يمكن أن يكون لهذا النوع من الشاي، مثل البابونج، آثار مهدئة لتحسين نوعية النوم، بما في ذلك مراجعة نشرت في مجلة Journal of Advanced Nursing. حلت نتائج عدد من الدراسات التي تبحث في آثار البابونج على نوعية النوم، ولكنها جميعا شملت عينات صغيرة وامتدت لفترات قصيرة من الزمن.

وبحسب المراجعة في ما إذا كانت الآثار تستمر مع تناوله لفترة طويلة، وما إذا كان يمكن أن يساعد في حالات أخرى متعلقة بالنوم مثل الأرق.

ووجدت المراجعة تأثيرا كبيرا لشاي البابونج على جودة النوم، ولكنها فشلت في الوقت نفسه في العثور على تأثير إيجابي للشاي على القلق والأرق.

وتختلف الطرق المستخدمة لأخذ البابونج، ولكن يبدو أن التأثيرات الطبية تحدث مهما كانت طريقة تناوله.

وركزت إحدى الدراسات على تناول كميات مرتين يوميا تحتوي على خلاصة البابونج.

والمكونات النشطة في البابونج هي مجموعة من المواد الكيميائية النباتية تسمى التربينويدات، والتي تستخدم أيضا في العطور ومستحضرات التجميل.

كما نظرت العديد من الدراسات في تأثير البابونج على الأشخاص الذين يعانون بالفعل من قلة النوم أو حالة ذات صلة مثل الاكتئاب.

ويتم إجراء الكثير من الأبحاث أيضا على مجموعات سكانية محددة، مثل العاملين في دور الرعاية أو الأمهات المصابات باكتئاب ما بعد الولادة. وهذا يعني أن النتائج قد لا تكون قابلة للتطبيق تماما على المجموعات الأخرى.

ووجدت دراسة أخرى تأثيرا إيجابيا أوليا بعد استخدام البابونج لمدة أسبوعين، لكنها لاحظت انخفاضاً في الآثار بعد الاختبار، مع عدم وجود تأثير بعد أربعة أسابيع.

والبابونج هو الاسم العشبي للعديد من نباتات الأقحوان التي يمكن العثور عليها بشكل شائع. ويمكن تحضير الشاي باستخدام رؤوس الزهور الطازجة أو المحفوظة جافة.

وتشمل الأعشاب الأخرى المتاحة بسهولة والتي يمكن استخدامها لتحسين النوم والتعب اللافندر، حيث وجدت إحدى الدراسات أن التدليك بالزيت العطرية باستخدام مستخلص اللافندر يحسن نوعية النوم وأعراض القلق لضحايا الحروق.



باعة يبيعون بالونات على شكل قلب للعملاء في شارع للزهور خلال عيد الحب في مانيتا - ا ف ب

قرأت لك

فوائد اليوسفي



قالت خبيرة التغذية الألمانية إمكه ريزه إن اليوسفي يعد بمثابة مفتاح الصحة والجمال، حيث إنه يزخر بفيتامين سي، الذي يعمل على تقوية جهاز المناعة، ومن ثم يقي من الإصابة بالأمراض المعدية في الشتاء كالإنفلونزا.

وأضافت ريزه أن فيتامين سي يساعد أيضا على بناء الكولاجين في الجسم، ومن ثم تتمتع البشرة بمظهر مشدود وتبدو أكثر مرونة.

كما يحتوي اليوسفي على (بروفيتامين أي) المعروف باسم البيتا كاروتين (يتحول في الجسم إلى فيتامين أي)، الذي يساعد على تجديد الخلايا.

وفي فصول السنة الباردة التي يحدث فيها الزكام فإن هذه الفاكهة تقوي جهاز المناعة، ويعتبر محتوى اليوسفي من السيلينيوم هو الأعلى مقارنة

بكل أنواع الحمضيات الأخرى. والسيلينيوم مادة مهمة لجسم الإنسان، يؤدي الافتقار إليها ونقصه إلى زيادة احتمال الإصابة بالسرطان.

سؤال وجواب

• ما معنى أم كلثوم؟

– المرأة الممتلئة الجسم.

• ماذا تعني كلمة العراق؟

– شاطئ الماء.

• من هو قيس ليلى؟

– قيس بن الملوخ العامري

• متى يمكن أن نطلق على الشعر شعرا؟

– إذا كان موزونا ويزيد على 10 أبيات.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الطيور تحتاج للجاذبية الأرضية لتتمكن من ابتلاع طعامها.
- هل تعلم أن حرف B هو أكثر الحروف استخداما في اللغة الإنجليزية. • هل تعلم أن عدد نبضات قلب الإنسان في الدقيقة بمعدل وسطي 70 نبضة.
- هل تعلم أن دماغ الإنسان يزن حوالي 1.3 كغ. وهو مقسم إلى ثلاثة أقسام رئيسية هي: المخ . المخيخ والنخاع الشوكي . ويعتبر المخ الجزء الأهم في الدماغ ومنه تتم السيطرة على معظم الأعمال الإرادية وعلى أطرافه مادة اللحاء التي تتحكم بوظائف معينة بالجسم (كالسمع والكلام والنظر و....). والمخيخ في مؤخرة الجمجمة وهو يتحكم بقوة التوازن والتنسيق بين العضلات والنخاع العظمي يتواجد عند طرف العمود الفقري ويتحكم بالتنفس وخفقان القلب والهضم.
- هل تعلم أن عدد عظام جمجمة رأس الإنسان 22 عظمة، أما عدد العظام الموجودة في جسم الإنسان فهي 206 عظمة.
- هل تعلم أن هناك نوعان من ضغط الدم، حد أقصى وحد أدنى. ضغط الحد الأدنى يحدث عندما ينقبض البطين الأيسر.
- ومع كبر السن يرتفع ضغط الدم تدريجياً . وهناك عوامل عديدة تؤثر على ضغط الدم فالأشخاص المفرطين في الوزن كثيراً ما يكون لديهم ضغط دم عال وكذلك التوتر والتدريب والإرهاق وحتى الوضعية تؤثر على ضغط الدم.
- هل تعلم أن دم جراد البحر عديم اللون ولكن عند تعرضه للأكسجين يتحول إلى اللون الأزرق.
- هل تعلم أن أنثى حيوان المدرع يمكن أن تنجب 4 جراء في وقت واحد وكلها من نفس الجنس.
- حيوان الرنة يحب أكل الموز.

قصة هدية الوالي

أعلن الوالي في يوم من الايام أن من يقوم بخياطة ثوب لعبد ميلاد ابنته لم يلبس مثله احد قبلها سيعطيه مكافأة كبيرة سخية تتمثل في بيت جميل وفنود كثيرة .. نهافت جميع خياطي المدينة لخياطة ثوب للأميرة وكل منهم يأتي بأغلى الاقمشة ويصنع فستانا ويقدمه للأميرة ولكن للأسف لم ترض بأي منهم وقالت: اريد فستانا يدخل قلبي وتحبه عيناى ويحار فيه عقلي .. حتى جاء احد الخياطين من قرية مجاورة وقد حمل معه علبة مغلقة وطلب يومها مقابلة الاميرة .. تقدمت الاميرة من الشاب الذي اعجبها حسن منظره ونظافة هندامه وقوة جسده وقالت له انت فارس؟ فقال: لا بل انا خياط اتيت لك بفستان لعله يرضيك .. فتح العلبة ومد يده واخرج فستانا من الحرير رائع التكوين فقد جعل ذيله الطويل ما بين درجات الحرير الاخضر واللون الرملي وقد وضعت بينهم ورود حريرية رائعة الصنع يظن من يراها انها حقيقية ثم تطريز من الاشجار الباسقة المثمرة بألوان طبيعية تصل الى الوسط بأشكال رائعة وبعد ذلك وضع الطيور والفراشات الجميله والوردات الصغيرة الرقيقة على صدر الفستان الذي صنعه من اللون السماوي الصايع وتوجها بغطاء للرأس يشبه لون السماء وقد صنع لها اكماما واسعة منتفخة تعلو كتفيها بلون مياه البحر وقد خرجت منها رؤوس الاسماك الذهبية واللونه وكأنها تكاد ان تطير فهشقت الاميرة من جمال الفستان وقالت ما كل هذا!! فقال لها انها روعه الطبيعة ان الرمال الذهبية تشبه شعرك الجميل وتلك الازهار المتفتحة تشبه جمالك النضر اما الاشجار الباسقة فهي تشبه قدك المتمايل وهذه السماء لرفعتك وسمو مكانتك اما الخضرة فهي المستقبل الذي فرش بالازهار وينتظرك.. هنا لم يتمالك الوالي نفسه وقال انك فعلا قد صنعت عملا رائعا ولك عندي المكافأة التي تطيلها بجانب المكافأة التي وضعتها انا بنفسى.. فقال الخياط.. لقد صنع حبي وقلبي هذا الفستان للأميرة التي احببتها فضحك الوالي بسعادة وقال .. فهمت الآن لماذا طلبت الاميرة فستانا لم يلبسه احد غيرها.. هي لك مع الفستان وهنبا لكما حبكما.

مساحة للتلوين

