

زايد للرعاية الأسرية  
تطلق جائزة لتكريم مانحي  
الرعاية المتميزين



إلهام شاهين:  
هناك تاريخ طويل بيني  
وبين مهرجان القاهرة



درجة الحرارة مؤشرا  
يحدث داخل جسمك

## خطوات بسيطة لتنظيف الفرن

فيما يلي طريقة تنظيف الفرن من الداخل إلى الخارج بخطوات بسيطة بحسب موقع إم إس إن. إذا كان الفرن مزوداً بخدمة التنظيف الذاتي سيسهل على ربة المنزل التنظيف، بوضع المفتاح على وظيفة التنظيف الذاتي لتتنقل بكامل العمل. مسح الرماد: أثناء التنظيف الذاتي، سيصبح الفرن ساخناً جداً، وبمجرد انتهاء الدورة، انتظريه حتى يبرد لمسح الرماد ببساطة. المنظف التجاري: باستخدام منظف الفرن التجاري، يمكن رش المنظف على الشقوق والأوساخ، ثم تتركه نصف ساعة تقريباً قبل مسحه. صودا الخبز: الطريقة الطبيعية والأفضل لتنظيف الفرن هي صودا الخبز. ابدئي بصنع عجينة قابلة للدهن من صودا الخبز والقليل من الماء، ثم انشريها في الفرن من الداخل. استخدام الخل: بعد صودا الخبز، رشي القليل من الخل على عجينة صودا الخبز واتركها لتشكّل، ثم افركي الأوساخ.

استخدام الليمون: رائحة الحمضيات تساعد في إحساس بالرطوبة في المنزل. ما عليك سوى قطع حبتين من الليمون وعصرهما في طبق للخبز، ثم اخبزيه لمدة نصف ساعة تقريباً لتنظيف الأوساخ. فرك الأوساخ: بمجرد أن يبرد الفرن اغسسي قطعة من ليفة الفرن في ماء الليمون لتنظيف الأوساخ المتبقية في الفرن. ويمكن أن تساعد الملحقة في إزالة قطع الأوساخ الكبيرة، واستخدمي المزيد من ماء الليمون للشطف ثم جفني الفرن بمنشفة جافة.

## كورونا يصل إلى أبعد نقطة في الكرة الأرضية

حتى الأيام الأخيرة، كانت القارة القطبية الجنوبية، أنتاركتيكا، في منأى عن فيروس كورونا، لكن الأخير وجد ثغرة نفذ فيها إلى تلك القارة البعيدة، وكان فيروس كورونا المستجد قد بدأ في التفشي في أواخر عام 2019، منطلقاً من مدينة وهان الصينية إلى كل القارات، باستثناء أنتاركتيكا، التي تبعد آلاف الكيلومترات عن بقية القارات، ولا يسكنها إلا قلة من البشر. وذكرت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية على موقعها الإلكتروني أن الوباء قضى في قاعدة "أوفينينز" البحثية التشيلية في أنتاركتيكا.

تحديث جديد لمثل شائع عن التفاح يوجه الأنظار إلى فاكهة الأفوكادو أو الزبدية، حيث أعلن فريق من العلماء الأميركيين أن تناول الأفوكادو كل يوم يمكن أن يساعد في الحفاظ على ميكروبات الأمعاء المفيدة، مضيفاً أنه يساعد على تكسير الألياف وتقليل الأحماض غير الصحية، بحسب ما نشرته "ديلي ميل" البريطانية نقلاً عن Journal of Nutrition. قال فريق علماء من جامعة إلينوي إن الأفوكادو غني بالسرعات الحرارية ولكنه يقدم النسبة الموصى بها استهلاكها يومياً من الألياف والمواد المغذية مثل البوتاسيوم.



## تناول ثمرة واحدة يومياً من هذه الفاكهة يبقي الطبيب بعيداً

تراجع استهلاك هذه الثمرة المفيدة، أو على الأقل الحدز حين تناولها. بالرغم من أن ثمرة الأفوكادو ثمرة مفيدة وصحية، إلا أنها تسبب بعض المشاكل الصحية، خاصة حين محاولة فتحها بالسكين، إذ نشرت صحيفة التايمز البريطانية تحذيراً من طبيب بريطاني شهير يدعى سيمون إكليس، والذي أكد في مقابلة مع الصحيفة أن أعداداً متزايدة تتردد على عيادته من أجل إجراء جراحات تجميلية بسبب الجروح الناتجة من فتح ثمرة الأفوكادو. وطبقاً للصحيفة البريطانية، فإن الطبيب أكد قدم أربعة أشخاص للعلاج في مستشفى لندن جراء الإصابة بجروح لدى فتح ثمرة الأفوكادو.

وقالت الصحيفة إن معظم الأشخاص يحاولون بداية شق الثمرة اللذيذة إلى نصفين بحيث يظهر شق يحتوي على النواة التي تكون ملتصقة بشدة أحياناً على إحدى الجهات، وحين يبدأ البعض بمحاولة إزالة النواة من الثمرة يحدث كثيراً أن تنزلق السكين فتصاب اليد بالجروح. وقد يصاب البعض بجرح في العصب أو الأوتار مما يصعب من التئام الجرح ويترك ندبة واضحة على اليد.

وتتميز ثمرة الأفوكادو بطعمها اللذيذ، فهي من الثمار التي تستخدم بكثرة في تحضير العديد من الأطباق، بل وإن للأفوكادو حتى سمعة حسنة في مجال التجميل، إذ كثيراً ما تستخدم في صناعة أقنعة الوجه والعناية بالبشرة. ولشأن أهمية التي تحظى بها هذه الثمرة لها أسبابها، فالأفوكادو يحتوي على عدد من الفيتامينات والمعادن الضرورية للنمو وللحفاظ على الصحة، فضلاً عن أنه يحتوي على أحماض دهنية غير مشبعة تمد الجسم بالطاقة.

### جيد لصحة القلب

اختبر الباحثون آثار تناول الأفوكادو يومياً على 163 بالغاً يعانون من زيادة الوزن أو السمنة بين سن 25 و45 عاماً. وأثبتت النتائج أنه بالإضافة إلى كونه مليئاً بالعناصر الغذائية مثل البوتاسيوم، فإن تناول الأفوكادو يومياً يعمل على تحقيق التوازن بين الدهون الجيدة والضرارة داخل الأمعاء ويساعد على حماية القلب من الأمراض، لأنه أيضاً يحتوي على دهون أحادية غير مشبعة. قام متطوعون المشاركة في الدراسة بتناول نظام غذائي محدد لمدة 12 أسبوعاً، حيث تناول نصفهم وجبة تحتوي على أفوكادو يومياً، بينما تناول النصف الآخر وجبات خالية من الأفوكادو. وأوضح الباحثون أن دراستهم لم تكن تستهدف تسجيل التأثير على فقدان الوزن، وإنما لفحص الاختلافات التي تحدثها ثمرة الأفوكادو على صحة الأمعاء، عن طريق أخذ عينات من الدم والبول والبراز.

متصاص أقل للدهون إن الأفوكادو غني بالدهون. ولكن اكتشف الباحثون أنه بينما استهلكت مجموعة الأفوكادو سعرات حرارية أكثر بقليل من المجموعة الضابطة، أي التي لم تتناول الأفوكادو، فقد تم إفراز المزيد من الدهون في البراز. وقالت البروفيسورة هولشر: "إن زيادة إفراز الدهون يعني أن المشاركين في البحث كانوا يمتصون طاقة أقل من الأطعمة التي كانوا يتناولونها".

خفض الأحماض الصفراوية كان هذا على الأرجح بسبب انخفاض الأحماض الصفراوية، وهي جزيئات يفرزها الجهاز الهضمي والتي تسمح للجسم بامتصاص الدهون. وأوضحت البروفيسورة هولشر: "وجدنا أن كمية الأحماض الصفراوية في البراز كانت أقل وأن كمية الدهون في البراز كانت أعلى في مجموعة الأفوكادو".

12 غراماً من الألياف ولفتت البروفيسورة هولشر إلى أن محتوى الألياف القابلة للذوبان مهم جداً أيضاً، حيث توفر ثمرة الأفوكادو المتوسطة حوالي 12 غراماً من الألياف، والتي تقطع شوطاً طويلاً نحو تلبية الكمية الموصى بها من 28 إلى 34 غراماً من الألياف يومياً.

زيادة الميكروبات المفيدة ورصدت نتائج التحاليل أن من قاموا بتناول الأفوكادو زادت لديهم ميكروبات الأمعاء الجيدة، التي تكسر الألياف. وقال الباحثون إن حمض الصفراء الخفض مع زيادة مناسبة في الأحماض الدهنية قصيرة السلسلة.

وقالت البروفيسورة هانا هولشر، الباحثة الرئيسية في الدراسة، إنهم أرادوا اختبار فكرة أن الدهون والألياف الموجودة في الأفوكادو تؤثر بشكل إيجابي على ميكروبات الأمعاء.

### زيادة الميكروبات المفيدة

ورصدت نتائج التحاليل أن من قاموا بتناول الأفوكادو زادت لديهم ميكروبات الأمعاء الجيدة، التي تكسر الألياف. وقال الباحثون إن حمض الصفراء الخفض مع زيادة مناسبة في الأحماض الدهنية قصيرة السلسلة. وقالت البروفيسورة هانا هولشر، الباحثة الرئيسية في الدراسة، إنهم أرادوا اختبار فكرة أن الدهون والألياف الموجودة في الأفوكادو تؤثر بشكل إيجابي على ميكروبات الأمعاء.

وقالت البروفيسورة هانا هولشر، الباحثة الرئيسية في الدراسة، إنهم أرادوا اختبار فكرة أن الدهون والألياف الموجودة في الأفوكادو تؤثر بشكل إيجابي على ميكروبات الأمعاء.

وقالت البروفيسورة هانا هولشر، الباحثة الرئيسية في الدراسة، إنهم أرادوا اختبار فكرة أن الدهون والألياف الموجودة في الأفوكادو تؤثر بشكل إيجابي على ميكروبات الأمعاء.

وقالت البروفيسورة هانا هولشر، الباحثة الرئيسية في الدراسة، إنهم أرادوا اختبار فكرة أن الدهون والألياف الموجودة في الأفوكادو تؤثر بشكل إيجابي على ميكروبات الأمعاء.

## هل تزيد الخصومة في مكان العمل الدافع لدى الموظفين؟

غالباً ما يتردد إن المنافسة أمر جيد للعمل! ويمكن للمنافسة في مكان العمل أن تشكل دافعا لأداء أفضل لدى بعض الموظفين، ولكن في حالات أخرى يحدث العكس تماما: حيث يصعب التركيز على العمل، وهو ما قد يسفر عن زيادة الضغط وأخذ اجازات طويلة، بل حتى التسريح من العمل. ويوضح تيمو مولر، مدير معهد إدارة الصراع واتصالات القيادة في ألمانيا: انعدام الثقة والاستياء والعداوية أمور أساسية.. وفي كثير من الأحيان تكون الخصومة أكثر من مجرد صراع ودي على السلطة، وتعود إلى صراع لم يتم حله، أو حتى صراعات عدة. ويقول مولر إنه في حال كان الأمر كذلك، من المهم على قائد الفريق أن يكون قريباً بما يكفي من أعضاء فريقه لرصد المشاكل في وقت مبكر، والتصرف بناء على ذلك. ولكن ما الذي يمكن فعله بالتحديد؟ بدلا من أن نطلب من الطرفين ببساطة تسوية النزاع، من المهم الاستماع إليهما ومناقشة أسباب الصراع. ويقول مولر: غير أن الكثير من القيادات ليست مدربة على ذلك. وفي هذه الحالة، ربما يصبح من المنطقي توفير تدريب أو البحث عن دعم خارجي. ويمكن أيضا محاولة الفصل بين الخصمين، ووضع كل منهما ضمن فريق مختلف. وهذا نهج تبنياه آنكه زومر، رئيسة معهد ألماني متخصص في التدريب والفرق والتطوير. وفيما يتعلق بالخصومة، فلا يربح منها أحد. وتقول زومر: طبيعة المنافسة تعني أنها ليست فعالة للغاية، حيث يكون هناك دائما خسارة للطرفين. وبدلا من ذلك، من الأفضل التركيز على تحسين الوضع حيث إن ذلك أمر أساسي لأي مكان مكان عمل.

## ما بعد كورونا.. كتاب يرصد تغييرات في سلوك البشر

مضى عام كامل على بدء جائحة كورونا، بينما يتوق الناس إلى اليوم الذي تعود فيه حياتهم إلى شكلها الطبيعي، لاسيما أن الوباء أحدث تغييرا جذريا في طريقة عيش الناس وتفاعلهم الاجتماعي. وبما أن مرحلة ما بعد الجائحة صارت تثير فضولا عارما لدينا، فإن الباحث في علم اجتماع الأوبئة بجامعة يال الأمريكية، نيكولاس كريستاكيس، أصدر كتابا يتوقع فيه ما سيحصل. وأصاب فيروس كورونا المستجد عشرات الملايين من الأشخاص في العالم، فأودى بحياة 1.5 مليون، بينما شلت إجراءات الوقاية حركة الاقتصاد وأربكت التعليم والترفيه وباقي الأنشطة التي أنفها البشر. ويرى هذا الباحث في كتابه سهم أبولو.. الأثير العميق والدائم في نمط عيشنا، أن الناس سيميلون أكثر إلى التفاعل فيما بينهم، عندما ينتهي الوباء، وتزول قواعد التباعد الفرضية. لكن الأكاديمي الأمريكي يوضح أمرا مهما وهو أن الأوبئة ليست شيئا جديدا بالنسبة للبشرية، وإنما جديدة بالنسبة إلينا فقط، لأننا لم نعيشها خلال حياتنا. ويضيف أن الأوبئة تجعل الناس يميلون أكثر إلى التدين وإبداء التحفظ، أما عندما يتقبل الأمر بالثقود، فهم يصبحون أكثر حرصا على التوفير.

وقد ملايين الأشخاص وظائفهم من جراء حالات الإغلاق التي فرضت لكبح انتشار كورونا، ويرى الخبراء أن فقدان الناس لمواردهم ربما يغير طريقة إنفاقهم واستهلاكهم مستقبلا. ويرى الكاتب الأمريكي أن هذه التصرفات لوحظت في الأوبئة التي ضربت البشرية، على مدى قرون، وهي ملحوظة أيضا خلال فترتنا الحالية، مع وباء كورونا. ونقطة التشابه الأخرى، هي حدوث الأزمة الاقتصادية بعد الأوبئة، فهذا الأمر حصل في 2020، كما كان يحصل قديما أيضا، ولم تكن منظومات الحكم، وقتئذ، تفرض أي قرارات إغلاق، وبالتالي، فإن الحكومات لا تلام لوحدها على الانهيار الاقتصادي الذي يحصل في زمن الأوبئة، لأن الوضع يكون ناجما عن كارثة صحية أو طبيعية.

## كيف تتحقق من إصابتك بالحمى دون مقياس حرارة؟

عادة تحدث الحمى عندما ترتفع درجة حرارة الجسم عن 38 درجة مئوية بسبب عدوى أو مرض أساسي، ويمكن استخدام موازين الحرارة لقياس درجة حرارة الشخص، لكن من الممكن الاشتباه في وجود حمى دون مقياس حرارة. وذكرت دراسة طبية حديثة أن الأشخاص المصابون بالحمى غالبا ما يعانون من آلام الجسم وضعفه والصداع، حيث غالبا ما تصاحب هذه الآلام فيروسات مثل الإنفلونزا أو نزلات البرد نتيجة الالتهاب الناتج عن استجابة مناعية الجسم للفيروس. كما يعاني العديد من المصابين بالحمى من قشعريرة أو ارتعاش، حتى مع ارتفاع درجة حرارتهم، وذلك لأن الجسم يحاول رفع درجة الحرارة لمعالجة سبب الحمى، وفقا لموقع بي بي سي إيتسايدر. ويعاني العديد من المصابين بالحمى من احمرار الوجنتين، ويحدث هذا عندما يفتح الجسم الأوعية الدموية، وهي عملية تعرف باسم توسع الأوعية، ما يزيد من تدفق الدم إلى الجلد ويسبب احمرارا. ويعاني الكثير من الأشخاص المصابين بالحمى أيضا من التعرق، وهي محاولة الجسم لتنظيم درجة الحرارة والتهنئة، ولكن قد يكون ذلك خطيرا، إذا كنت لا تشرب كمية كافية من الماء. وتقول إحدى المشاركات في الدراسة، جوردانا هابر: مع ارتفاع درجة الحرارة، يمكننا أن نفقد كمية كبيرة من السوائل من خلال التعرق، وإذا كنت تعتقد أنك مصاب بالحمى، فابحث عن علامات الجفاف، بما في ذلك جفاف الفم أو العطش الشديد أو الارتباك.

## العالم يشهد الاقتران العظيم النادرين المشتري وزحل

شهد العالم مساء الاثنين تقارب أكبر كوكبين في المجموعة الشمسية، المشتري وزحل، إلى أقصى حد خلال ظاهرة يسميها علماء الفلك الاقتران العظيم لن تتكرر بهذا الحجم قبل العام 2080. فعند الساعة 18:22 ت.غ، ظهر الكوكبان الغازيان العملاقان في حقل الرؤية عينه لأدوات المراقبة، ما أعطى انطباعا بأنهما قريبان لدرجة الاندماج فيما تفصل بينهما في الواقع مسافة 730 مليون كيلومتر. وتوافرت أفضل ظروف مشاهدة الحدث الفلكي في المناطق القريبة من خط الاستواء، في حين كان يتعين في أوروبا الغربية أنحاء واسعة من إفريقيا تصويب النظر في اتجاه جنوب الغرب، في الهند، تجمع المئات من محبي علم الفلك في متحف بيرلا الصناعي والتكنولوجي في كالكوتا، حيث أمكنهم الاستمتاع بمشاهدة الاقتران بواسطة التلسكوب. وبدأ التقارب الظاهر بين الكوكبين منذ أشهر، وهو وصل إلى أقرب مسافة يوم الاقتران الشتوي (في مصدفة زمنية)، ما أعطى انطباعا بأن الكوكبين هما جرم سموي واحد.

## هل تساعد اللصاقات الطبية في التخلص من حب الشباب؟



يستخدم الكثير من الأشخاص لصاقات طبية خاصة بهدف التخلص من البثور وحب الشباب، فهل هذه اللصاقات فعالة حقا في التخلص من حب الشباب؟ تقول طبيبة الأمراض الجلدية ديبيرا غالييمان، من جامعة ماونت سيناي الأمريكية، إن اللصاقات الطبية هي من أفضل العلاجات التي يمكن أن تساعد في التخلص من حب الشباب والبثور، وذلك لأنها تقلل البكتيريا والالتهابات، إضافة إلى أنها تمتص السوائل الزائدة وتفرغ المنطقة المصابة من الأوساخ والزيوت، وتحولها إلى مادة شبيهة بالهلام. وبحسب الدكتورة غالييمان، فإن اللصاقات الطبية تكون فعالة أكثر عندما يتم تطبيقها بعد العلاج الموضعي بحمض الساليسيليك أو البنزويل بيروكساييد. وتوصي الدكتورة غالييمان باستخدام المنتجات التي لا تهيج البشرة وتحتوي على مكونات مضادة للبكتيريا، إضافة إلى الحرص على العناية الجيدة بالبشرة ونظافتها وإزالة المكياج بشكل صحيح لتجنب نشوء البثور، بحسب ما أورد موقع "إم إس إن" الإلكتروني.

## يمكن استخدامه في الرعاية الصحية

## طالبات الهندسة بجامعة الإمارات يبتكرن جهازاً يتابع المرضى عن بُعد



كركيزة للهوائي، كما يمكن ضبط كلا التصميمين عن طريق إضافة أربع فتحات في الرقعة العلوية ليعمل على ترددتين أحدهما 2.44 جيجا هرتز والآخر 5 جيجا هرتز، بعد ذلك يتم تصنيع واختبار الهوائي باستخدام آلة لوحة الدوائر المطبوعة واختياره باستخدام أداة تحليل الشبكة المتجهات.

وبأقل تكلفة ومتناغماً مع روتين المريض اليومي وغير ضار بجسم الإنسان، حيث يتكون هوائي التصحيح بالشريط الصغير بشكل أساسي من ثلاثة مكونات، رقعة في الأعلى، ورقعة أرضية في الأسفل، تصنع هوائيين يمكن ارتداؤهما أحدهما من مادة الجينز والآخر من مادة الكتان

للارتداء لمراقبة إشارات الإلكترونيات الحيوية للمرضى، مثل درجة الحرارة أو الرطوبة أو حركة الجسم. وإن أنظمة المراقبة الصحية تسمح للمرضى بمغادرة المستشفى ويمكن لأطبائهم مراقبة حالتهم الصحية "وأضافت الطالبات "لقد حرصنا من خلال هذا الابتكار على جعل الهوائي مرناً وخفيف الوزن

أصحاب الهمم، وكبار السن والأطفال الذين يعانون من حالات طبية تتطلب منهم مراجعات مستمرة للمراكز الصحية، حيث تعد هذه المراجعات والزيارات خطيرة على هذه الفئات وخاصة مع الوضع الراهن جراء جائحة كوفيد 19 وقد تم تصميم مجموعة متنوعة من أجهزة الاستشعار القابلة

•• العين - الفجر

توصلت طالبات من كلية الهندسة بجامعة الإمارات إلى ابتكار جهاز يعنى بمتابعة المرضى عن بعد وهذا الجهاز يغني عن حضورهم للمراكز الصحية مما يوفر عليهم الجهد والوقت لا سيما الأطفال وكبار السن وأصحاب الهمم. وقد جاء هذا الابتكار نتيجة مشروع تخرج قامت به الطالبات مريم حسن علي ال علي، وشما أحمد سالم المزروعى، وأميرة سعيد محمد المزروعى، ووعد جميل كليب، وذكرت الطالبات المنفذات لهذا المشروع "لقد استلطنا من خلال مشروع تخرجنا تصميم جهاز إرسال هوائي مصنوع من مادة الجينز والكتان يمكن ارتدائه بسهولة ، ويعد من أصغر الأجهزة اللاسلكية التي تستخدم في المراقبة في الحالات الصحية التي تتطلب مراقبة مستمرة." والهدف من تصنيع هذا الجهاز مساعدة ودعم

# منوعات

## الفكر

22



### دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي تعيد فتح

### البرج الشمالي الغربي في قصر المويجعي للزوار

•• العين - الفجر

أعلنت دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي عن إعادة افتتاح البرج الشمالي الغربي في قصر المويجعي للزوار، وذلك بعد تطبيق كافة الإجراءات الاحترازية وضمان أعلى معايير السلامة، ليكمل هذا الصرح الوطني الذي يتمتع بتاريخ حافل وشرى افتتاح كامل مرافقه للجمهور. وكانت دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي قد أعادت ترميم وتأهيل هذا الصرح ليعود من جديد كوجه سياحية تراثية، تسهم من خلال مآكثها التاريخية والثقافية في التعريف بأهمية القصر، ليكون متحفاً بمعايير عالمية، وذلك تماشياً مع الاستراتيجية الثقافية لدائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، الرامية إلى توثيق وعرض التراث الثقافي لإمارة أبوظبي. ويضم القصر معرضاً دائماً يحتضن بصاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة "حفظه الله"، ويسلط الضوء على مراحل مهمة في تاريخ الإمارات ومسيرتها نحو الاتحاد والتنمية، ويفتح القصر أبوابه على مدار العام، ليكون متحفاً تاريخياً ومعلماً سياحياً بارزاً، كونه الشاهد على العديد من الأحداث التاريخية المهمة في مسيرة الإمارات.

ويعد البرج الشمالي الغربي الذي أُعيد ترميمه بعناية كجزء من المرحلة الأخيرة من أعمال الترميم وإعادة التأهيل التي تمت في قصر المويجعي، حيث احتوى هذا البرج في السنوات الأولى لبناء القصر على غرف العيش، وفي عهد الخفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان - طيب الله ثراه - أصبح يمثل المقر الرئيس لسكن العائلة، حيث تعد مساحته أكبر مقارنة بالبرج الشمالي الشرقي، ومن الخصائص المعمارية التقليدية لهذا البرج، الحفاظ على البهودة داخل الغرف، ما يضمن الكثير من الراحة في أركانها، حيث يتميز الطابق العلوي ببنوفاذه الواسعة التي تلتقط التسميم الليليل، أما الحواجز الزخرفية المشيدة فكانت تصد الغبار وتسمح بالتهوية في آن واحد.

ومن جانبه قال عمر الكعبي "مدير متاحف العين": "يعد قصر المويجعي أحد أبرز الأماكن السياحية في منطقة العين، وجزء من مواقع العين الثقافية المدرجة على قائمة اليونسكو، لمواقع التراث العالمي، حيث يعكس عراقة تاريخ الإمارات وراثتها الأصيلة. واليوم نستكمل إعادة افتتاح جميع أجزاء هذا العلم الهام بعد فترة الإغلاق التي فرضها انتشار جائحة كوفيد 19 - في العالم، بعد التأكد من تطبيق كافة الإجراءات الاحترازية لضمان أقصى درجات الحماية للجميع. والجدير بالذكر أن قصر المويجعي يحتوي على مجموعة من المحطات التي يمكن استكشافها والاستمتاع بها، تبدأ من بوابة الدخول، حيث يظهر الجزء الخارجي للقلعة والمنطقة المحيطة بها، ويعد هذا المكان نقطة انطلاق لزيارة مجموعة من الصور الفوتوغرافية النادرة، تسرد لحظات فارقة في مسيرة الدولة، منها صور نشأة حياة صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، "حفظه الله، ولحظة تقلده منصب ولي عهد أبوظبي، والكثير من إنجازاته الوطنية، وكذلك التسلسل الزمني لأسرة آل نهيان الذين عاشوا في هذا القصر، أيضاً يرى الزائر بعض مقتنيات رئيس الدولة، حينما كان ولياً للمعهد وممثل الحاكم في المنطقة الشرقية.

### لضمان جودة وسلامة الغذاء

### الزراعة والسلامة الغذائية تطلق حملة

### توعوية بشأن اللحوم المحلية والمستوردة

•• أبوظبي - الفجر

من منطلق حرصها على ضمان جودة وسلامة الغذاء، أطلقت هيئة أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية حملة توعوية بشأن اللحوم المحلية والمستوردة بهدف توعية العاملين في منشآت بيع اللحوم والمستهلكين بطرق التعامل الآمن معها وآلية التحقق من سلامتها، بالإضافة إلى تعريفهم بأنواع البطاقات الغذائية الخاصة باللحوم وأنواع الأختام المستخدمة. ويعمل مفتشو الهيئة على التحقق من سلامة اللحوم المحلية والمستوردة في كافة مراحل السلسلة الغذائية من خلال فحص اللحوم عبر منافذ الدولة المختلفة ومستودعات شركات توريد اللحوم، بالإضافة إلى منافذ البيع من ملاحم وفنادق ومطاعم وكافتريات ومطابخ مركزية بهدف التأكد من تطبيق الاشتراطات الصحية مثل توفر الشهادة الصحية وشهادة الذبح الحلال، والتحقق من سلامة اللحوم ومنتجاتها من خلال الفحص الحسي وجمع العينات بصورة دورية للتأكد من صلاحيتها للاستهلاك الآدمي، كما يحرص المفتشون على الكشف الروتيني على وسائل نقل اللحوم للتأكد من مطابقتها للشروط الصحية التي تضمن سلامة اللحوم أثناء النقل، بالإضافة إلى الكشف عن ممارسات الغش والتدليس المتعلقة بنوع اللحوم ومصدرها وتاريخ صلاحيتها. وتحرص السالغ المعتمدة للذبح التجاري على وضع الأختام والبطاقات الغذائية بأشكالها المختلفة على الذبائح المحلية، ويحق للمستهلك طلب رؤية الختم والبطاقة الغذائية في الذبائح الكاملة التي عادة ما توضع على عرقوب الذبيحة أو في بطن الذبيحة من الداخل أو الخارج، أما بالنسبة للحوم المقطعة المعرضة في محال بيع اللحوم فتصعب رؤية الختم ولكن يمكن التركيز على البطاقة الغذائية الموضوعية على صحن عرض اللحوم المقطعة والتي توضع نوع اللحم وبلد المنشأ وتاريخ الصلاحية. الجدير بالذكر أنه توجد عقوبات صارمة لمكافحة الغش التجاري والتدليس في الأغذية كتغيير أو إخفاء مصدر أو نوع اللحوم، بالإضافة إلى تغيير تاريخ الصلاحية أو نزع البطاقة الغذائية أو تغييرها. ووجهت هيئة أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية المستهلكين إلى ضرورة الإبلاغ عن أية ملاحظات أو شكاوى على اللحوم المحلية والمستوردة، بالإضافة إلى أي ممارسات خاطئة في منشآت بيع اللحوم من خلال الاتصال على الرقم المجاني مركز اتصال حكومة أبوظبي 800555.

## جامعة أبوظبي واتصالات تبحثان سبل التعاون المشترك

الجامعة وحملاتها السنوية التي تدعم الطلبة الراغبين في مواصلة مسيرتهم الأكاديمية وتزويد الطلبة في الإمارات بفرصة الوصول إلى أحدث التقنيات التي يشهدها العالم.

من جهته، قال سلطان محمد الظاهري: "سعداء بالشراكة مع جامعة أبوظبي المصنفة ضمن أفضل 150 جامعة عمرها أكثر من 50 عاماً حول العالم، لنعمل جنباً إلى جنب على عدة مشروعات تهدف لتزويد الطلبة بالمهارات والخبرات العملية اللازمة لتطويرهم الشخصي والمهني. إن الذكاء الاصطناعي والروبوتات والواقع الافتراضي والواقع المعزز والبيانات الضخمة وغيرها من التقنيات الحديثة هي ما سيشكل المهارات المطلوبة في سوق العمل في المستقبل. وتطلع إلى استكشاف



•• أبوظبي - الفجر

كجزء من الشراكة الاستراتيجية التي تجمع الطرفين، وقعت جامعة أبوظبي وشركة اتصالات مذكرة تفاهم لتعزيز المهارات التقنية لدى الطلبة وتمكينهم من دخول سوق العمل بثقة وكفاءة لا سيما في قطاع الاتصالات. ووقع مذكرة التفاهم كل من سعادة سلطان محمد الظاهري، مدير عام اتصالات أبوظبي، والبروفيسور وقار أحمد، مدير جامعة أبوظبي.

وكجزء من مذكرة التفاهم، يتطلع الطرفان إلى تعزيز علاقات التعاون في عدة مجالات والمساهمة في تطوير قطاع التعليم بما في ذلك تنظيم الندوات وورش العمل والمؤتمرات والأبحاث العلمية المشتركة التي توظف التقنيات الحديثة وتمثل فرصاً تدريبية لفتة الشباب وتوفر منصة لاستعراض أحدث الابتكارات وأفضل الممارسات العالمية. واستعرض الطرفان سبل إشراك المجتمع من خلال إطلاق مركز أكاديمي للتميز يهدف إلى إثراء المهارات التقنية،

حيث تأتي علاقة الشراكة التي تجمعا باتصالات كجزء من التزامنا بتحقيق هذه الرؤية. وتقدم البروفيسور وقار بالشكر الجزيل إلى سعادة سلطان محمد الظاهري وشركة اتصالات على حرصهم على ترسيخ سبل التعاون مع

أحمد: "وضعت جامعة أبوظبي رؤيتها الطموحة 2022 بما يتماشى مع الأجندة الوطنية لخلق جيل مبتكر وبناء شخصيات طلابية متكاملة متمسكة بهويتها الوطنية ومفتحة على العالم ليكونوا قادة مؤثرين في المستقبل،

خاصة في مجالات البرمجة والذكاء الاصطناعي وتحليل البيانات والبيانات الضخمة والروبوتات والأمن السيبراني والبلوك تشين" و"انترنت الأشياء وغيرها من المجالات. قال البروفيسور وقار

### من بين 1400 جامعة عالمية من 72 دولة

## جامعة الخليج الطبية تحصد المراكز الأولى وذهبيتين في أكبر مسابقة دولية عن مستقبل التعليم والذكاء الاصطناعي

المستقبلي واستخدام الذكاء الاصطناعي، بالإضافة إلى حصولها على المركز الأول ومنحتها الجائزة الذهبية في استخدام الذكاء الاصطناعي والمرضى الافتراضي في تقييم القرارات الإكلينيكية لطلاب الطب. البروفيسور حسام حمدي أعرب عن سعادته بما تحقّق وقال: "نحن سعداء بأن تحقّق جامعة الخليج الطبية إنجازاً علمياً جديداً، وتساهم في تأكيد الموقع الذي تحتله دولة الإمارات كواحدة من الدول المنتجة للتكنولوجيا والمطورة لها، بما يؤكد ريادة جامعة الخليج الطبية في إطلاق مبادرات واختراعات حديثة يتم استخدامها في تطوير قطاع التعليم الطبي".

وأشار إلى أنّ "المرض الافتراضي" يُعتبر المحاكاة الوحيدة التي تلتقط ردود الفعل العاطفية للمريض، ويمكن استخدامها لتعليم الطلاب وكذلك لتقييم أدائهم وحسن اتخاذهم القرارات الطبية الصائبة، مؤكداً أنها ستحل محل الأساليب التقليدية بصورة تدريجية.



•• دبي - الفجر

أعلنت نتائج مسابقة "إعادة تخيل التعليم" الدولية المستقلة التي نظّمها هيئة "كيو إس" العالمية بالشراكة مع "كلية وارثون" في جامعة فيلادلفيا الأميركية، حول الأساليب المبتكرة الهادفة إلى تطوير التعليم العالي وتكنولوجيا المستقبل. وتتمحور المسابقة حول مجال مستقبل التعليم والذكاء الاصطناعي، وهي مفتوحة لجميع الذين يسعون إلى تشكيل مستقبل التعليم بما يتماشى مع كل التطورات التي يشهدها العالم بشكل عام، والقطاع التعليمي بشكل خاص.

"جامعة الخليج الطبية" في دولة الإمارات العربية المتحدة شاركت في هذه المسابقة العلمية- الطبية إلى جانب 1400 جامعة عالمية من 22 بلداً في العالم، وتولّى تحكيم الاختراعات المقدمة إليها مجلسٌ عالمي يضم حوالي 200 محكم متخصص يعتمدون قواعد تحكيم صارمة.

الافتراضي في التعليم. وأعلنت لجنة التحكيم حصول الجامعة على المركز الأول وفوزها بالجائزة الأولى في مجال التعليم

الفريق البحثي في "جامعة الخليج الطبية"، والذي يقوده البروفيسور حسام حمدي أستاذ الجراحة والتعليم الطبي، قدم في

هذه المسابقة ما جرى اختراعه وتطبيقه في الجامعة، وهو مبادرة طبية رائدة تقوم على استخدام الذكاء الاصطناعي والمرضى

## زايد للرعاية الأسرية تطلق جائزة لتكريم مانحي الرعاية المتميزين



•• العين - وأم

الاهتمام بالجانب الأكاديمي والسلوكي، اكتشاف وصقل المواهب، غرس العادات والتقاليد الإماراتية، الاهتمام بالمظهر الخارجي للأبناء، إضافة إلى البرامج التي تنمي الشخصية والتي تساعد في دمجهم وتنمية مهارات الاستقلالية لديهم. وأوضح حمد نخيرات العامري مدير عام الدار أن الجائزة تم إطلاقها انسجاماً مع توجهات دولة الإمارات نحو التميز في المجالات كافة وتحقيقاً لأهداف خطة إمارة أبوظبي للتميز في مجال التنمية الاجتماعية وضمان حياة كريمة لأفراد المجتمع كافة وتمكيناً لرؤية رسالة الدار للتميز في مجال الرعاية البديلة وضمان حياة أسرية كريمة لهم مما يساهم في تحقيق الاستقلالية والسعادة والاندماج المجتمعي. وأضاف العامري أن جائزة تكريم المانحين ستكون منارة تسلط الضوء على أفضل ممارسات الرعاية البديلة بدولة الإمارات والتي تتميز بتفوقها العربي والعالمي مما يساهم في ترسيخ دور الدار في رعاية الأطفال فاقدية الرعاية الأسرية.

أطلقت دار زايد للرعاية الأسرية جائزة تكريم مانحي الرعاية المتميزين، حرصاً على تشجيع الإبداع والابتكار في هذا المجال. تهدف الجائزة إلى تسليط الضوء على الممارسات المتميزة لدى مانحي الرعاية وتحفيزهم بما يساهم في تحقيق الأهداف السامية للدار زايد والمتمتلة بدمج وتمكين فاقدتي الرعاية الأسرية في المجتمع وتطوير برامج الرعاية البديلة في المؤسسات ذات العلاقة، وكذلك ترسيخ مبادئ التميز والإبداع وإبراز وتقدير الخدمات المتميزة المقدمة للأبناء، إضافة إلى خلق بيئة إيجابية للعاملين قائمة على مبدأ التنافس والإبداع. وتتبع الجائزة آلية محددة تقوم على مبدأ الرغبة الشخصية في التقديم بصفة شهرية حيث يتلقى مقرر اللجنة طلبات الترشيح في نهاية كل شهر مرفقة بالأدلة التي تلي كافة معايير الجائزة والبالغ عددها 25 معياراً والتي تركز على محاور عديدة أهمها إشباع كافة احتياجات الأبناء،

# منوعات الفكر

23

يدرك الأطباء أنه لا توجد درجة حرارة جسم "طبيعية" واحدة للجميع في كل الأوقات، على الرغم من التثبيت على ٩٨,٦ درجة فهرنهايت (٣٧ درجة مئوية). وعلى مدار اليوم، يمكن أن تختلف درجة حرارة جسمك بمقدار ١ فهرنهايت، عند أدنى مستوياتها في الصباح الباكر وأعلى مستوى في وقت متأخر بعد الظهر. وتتغير عندما تكون مريضاً، وترتفع أثناء التمرين وبعده، وتختلف عبر الدورة الشهرية وبين الأفراد، كما أنها تميل إلى الانخفاض مع تقدم العمر.



انخفضت على مدار الـ 150 عاما الماضية

## درجة الحرارة مؤشر لما يحدث داخل جسمك

أجسامهم. ومع ذلك، فإنهم يحصلون على الملابس والبطانيات أكثر مما كانوا في السابق. ويظل فهم سبب انخفاض درجات حرارة الجسم سؤالاً مفتوحاً للعلماء لاستكشافه. ومهما كان السبب، يؤكد الخبراء أن درجة حرارة الجسم أقل من 98.6 فهرنهايت خارج أماكن مثل الولايات المتحدة والمملكة المتحدة - حتى في المناطق الريفية والاستوائية مع الحد الأدنى من البنية التحتية للصحة العامة، حيث ما تزال العدوى هي السبب الرئيسي للقتل.

ويأملون أن تلهم النتائج المزيد من الدراسات حول كيف يمكن للظروف المحسنة أن تخفض درجة حرارة الجسم.

ونظراً لكونها سريعة وسهلة القياس، فقد تثبتت درجة حرارة الجسم يوماً ما أنها مؤشر بسيط ولكنه مفيد، مثل متوسط العمر المتوقع، والذي يوفر رؤية جديدة لصحة السكان.

يذكر أن هذا التقرير من إعداد مايكل غورفن، أستاذ الأنتروبولوجيا، وتوماس كرافت، باحث ما بعد الدكتوراه في الأنتروبولوجيا، في جامعة كاليفورنيا سانتا باربارا.

وقد يكون الناس في حالة أفضل، وبالتالي لا تحتاج أجسامهم إلى العمل بجهد لمكافحة العدوى. أو أن زيادة الوصول إلى المضادات الحيوية والعلاجات الأخرى يعني أن مدة الإصابة أصبحت أقل الآن مما كانت عليه في الماضي. ومن الممكن أيضاً أن تؤدي زيادة استخدام بعض الأدوية مثل الستيرويدات أو الأسبرين إلى تقليل الالتهاب، وينعكس ذلك في درجات الحرارة المنخفضة. ومع ذلك، في حين أن القياسات المخبرية للالتهاب على مستوى النظام كانت مرتبطة بارتفاع درجة حرارة الجسم أثناء زيارات المرضى، فإن حساب ذلك في التحليل لم يؤثر على تقدير الباحثين لمقدار انخفاض درجة حرارة الجسم سنوياً.

وهناك تفسير آخر محتمل للانخفاضات التاريخية في درجة حرارة الجسم، هو أن الأجسام الآن لا تحتاج إلى بذل الكثير من الجهد لتنظيم درجة حرارة الجسم الداخلية، بسبب مكيفات الهواء في الصيف والسخانات في الشتاء. وفي حين أن درجات حرارة أجسام أفراد تسمياتي تتغير مع الوقت من العام وأنماط الطقس، فإن قبيلة تسمياتي لا تستخدم أي تقنية متقدمة لتنظيم درجة حرارة



العوامل الأخرى التي قد تؤثر على درجة حرارة الجسم، مثل درجة الحرارة المحيطة وكتلة الجسم. والأهم من ذلك، في حين أن الإصابة بأمراض معينة، مثل التهابات الجهاز التنفسي أو الجلد، كانت مرتبطة بارتفاع درجة حرارة الجسم أثناء زيارة طبية، إلا أن التكيف مع هذه العدوى لم يفسر الانخفاض الحاد في درجة حرارة الجسم بمرور الوقت.

فلمماذا انخفضت درجات حرارة الجسم بمرور الوقت، لكل من الأمريكيين وأفراد تسمياتي؟ لحسن الحظ، هناك بيانات متاحة من البحث طويل الأمد في بوليفيا لعلاجة بعض الاحتمالات. وعلى سبيل المثال، قد يكون الانخفاض بسبب ارتفاع الرعاية الصحية الحديثة وانخفاض معدلات العدوى الخفيفة العالقة الآن مقارنة بالماضي. ولكن في حين أن الحالة الصحية تحسنت بشكل عام في بوليفيا على مدى العقدين الماضيين، ما تزال العدوى منتشرة على نطاق واسع بين قبيلة تسمياتي. وتشير النتائج إلى أن انخفاض معدل الإصابة وحده لا يمكن أن يفسر الانخفاض الملحوظ في درجة حرارة الجسم.

وكجزء من مشروع تسمياتي للصحة وتاريخ الحياة، يسافر فريق متنقل من الأطباء والباحثين البوليفيين من قرية إلى أخرى، لمراقبة الصحة أثناء علاج المرضى. ويسجلون التشخيصات السريرية والقياسات العملية للعدوى في كل زيارة مريض.

وعندما بدأوا العمل لأول مرة في بوليفيا عام 2002، كانت درجات حرارة أجسام أفراد تسمياتي مماثلة لما عُثر عليه في أمانيا والولايات المتحدة منذ قرنين، حيث بلغ متوسطها 98.6 درجة فهرنهايت، ولكن على مدار فترة قصيرة نسبياً مدتها 16 عاماً، لاحظوا انخفاضاً سريعاً في متوسط درجة حرارة الجسم في هذا المجتمع. والانخفاض حاد: 0.09 فهرنهايت في السنة، أما اليوم فتقارب درجات الحرارة 97.7 فهرنهايت. وبعبارة أخرى، في أقل من عقدين من الزمن، شهد المستوى نفسه من التدهور الذي لوحظ في الولايات المتحدة على مدار قرنين تقريباً. ويمكن قول هذا بثقة، حيث أن التحليل يعتمد على عينة كبيرة (زهاء 18000 ملاحظة) لما يقرب من 5500 بالغ، مع التحكم إحصائياً في العديد من

ويعتبر درجة حرارة الجسم مؤشراً لما يحدث داخل جسمك، مثل منظم الحرارة الأيضي.

ووجدت دراسة مثيرة للاهتمام من وقت سابق من هذا العام، أن درجة حرارة الجسم الطبيعية تبلغ نحو 97.5 فهرنهايت لدى الأمريكيين - على الأقل في بالو ألتو، كاليفورنيا، حيث أخذ الباحثون مئات الآلاف من قراءات درجة الحرارة. وأشار هذا إلى أنه في الولايات المتحدة، انخفضت درجة حرارة الجسم الطبيعية على مدار الـ 150 عاماً الماضية. ووضَّح معيار 98.6 فهرنهايت لـ "درجة حرارة الجسم الطبيعية" لأول مرة من قبل الطبيب الألماني كارل ونديلتش، في عام 1867 بعد دراسة 25000 شخص في لايبزيغ. ولكن، أبلغ على نطاق واسع عن انخفاض درجات حرارة الجسم لدى البالغين الأصحاء. ولاحظت دراسة أجريت عام 2017 على 35 ألف بالغ في المملكة المتحدة، انخفاض متوسط درجة حرارة الجسم عند 97.9 فهرنهايت.

فما الذي قد يسبب هذه التغييرات الدقيقة والمهمة؟ وهل هذه الإشارات الاستفزازية

والتغيرات في فسيولوجيا الإنسان تحدث فقط في المناطق الحضرية والصناعية، مثل الولايات المتحدة والمملكة المتحدة؟

تقول إحدى الفرضيات الرئيسية إنه بفضل تحسين النظافة والصرف الصحي والعلاج الطبي، يعاني الناس اليوم من عدد أقل من الإصابات التي قد تؤدي إلى ارتفاع درجات حرارة الجسم. وتمكن الباحثون من اختبار هذه الفكرة مباشرة في بيئة هريفة، بين الباحثين عن البستنة في تسمياتي في منطقة الأمازون البوليفينية. يعيش أفراد قبيلة تسمياتي في منطقة نائية مع وصول ضئيل إلى وسائل الراحة الحديثة، ونعلم من التجربة المباشرة أن العدوى شائعة - من نزلات البرد إلى الديدان المعوية إلى السل. وبعد أن عمل فريق البحث مع تسمياتي في دراسة مجموعة متنوعة من الموضوعات المتعلقة بالصحة والشيخوخة لمدة عقدين، كان لديهم فرصة غنية للملاحظة ما إذا كانت درجات حرارة الجسم تنخفض بالمثل في هذه البيئة الاستوائية، حيث تنتشر العدوى.



## ما الفرق بين نوعي مرض السكري الأول والثاني؟

يعد السكري حالة صحية خطيرة، سواء كنت مصاباً بداء السكري النوع ١ أو النوع ٢. فما هي الاختلافات بين الاثنين؟ وما هي أوجه الشبه؟

تعني كلتا الحالتين أن هناك الكثير من الجلوكوز - أي السكر - في دمك، ما قد يؤدي إلى عواقب وخيمة. ومع ذلك، فإن سبب حدوث ذلك فريد من نوعه لكل تشخيص.

وكشفت جمعية السكري الخيرية في المملكة المتحدة، أن داء السكري النوع ٢ أكثر شيوعاً من السكري النوع الأول - على الأقل بنسبة ٨٠٪.



ويجب عليهم فحص مستويات السكر في الدم بانتظام، وإحصاء عدد الكربوهيدرات التي يتناولونها ويشربونها. وسيحتاج المصابون بداء السكري النوع 2 إلى اتباع نظام غذائي صحي وأن يكونوا نشيطين (ما قد يؤدي إلى تعالج الحالة).

ومع ذلك، غالباً ما يحتاج المصابون بداء السكري النوع 2 إلى تناول الأدوية للسيطرة على مستويات السكر في الدم.

الذاتية، فإنه لا يتأثر بنمط حياتك. وهذا يعني أنك يمكن أن تكون صغيراً ونحيفاً، ومع ذلك ما يزال لديك مرض السكري النوع 1 - حتى الأطفال معرضون للخطر.

علاج مرض السكري سيحتاج المصابون بداء السكري النوع 1 إلى تناول الأنسولين للتحكم في مستويات السكر في الدم.

لأنه يساعد في نقل الجلوكوز من دمنا إلى خلايا الجسم. ثم نستخدم هذا الجلوكوز للحصول على الطاقة. وبدون الأنسولين، يرتفع مستوى الجلوكوز في الدم بشكل كبير. ويشترك نوعاً من مرض السكري في الأعراض الشائعة، وهي:

- كثرة الذهاب إلى المرحاض، خاصة في الليل.
- الشعور بالعطش الشديد.
- الشعور بالتعب أكثر من المعتاد.
- فقدان الوزن دون محاولة.
- حكة في الأعضاء التناسلية أو مرض الفلج.
- الجروح تستغرق وقتاً أطول للشفاء.
- عدم وضوح الرؤية.

ومع ذلك، فإن ظهور الأعراض يختلف اعتماداً على ما إذا كنت مصاباً بداء السكري النوع الأول أو النوع الثاني. وتظهر الأعراض على مرضى السكري النوع الأول بسرعة، ما يجعل من الصعب تجاهلها.

وبالنسبة لأولئك المصابين بداء السكري النوع 2، فإن البداية التدريجية للأعراض تعني أنه من السهل تفويتها. وذكرت منظمة السكري في المملكة المتحدة أن بعض الأشخاص يمكن أن يصابوا بالنوع الثاني من مرض السكري لمدة تصل إلى 10 سنوات دون معرفة ذلك؛ هذا هو السبب في أن معرفة ملف تعريف المخاطر الخاص بك مفيد.

وتعد زيادة الوزن أحد أكبر عوامل الخطر للإصابة بمرض السكري النوع 2 خلال حياتك. وتشمل عوامل الخطر الأخرى أن تكون فوق سن الأربعين، وما إذا كان هناك تاريخ عائلي للحالة. ونظراً لأن داء السكري النوع 1 هو حالة من أمراض المناعة

عوامل نمط الحياة. وعلى الرغم من عدم وجود علاج لأي نوع من مرض السكري، إلا أنه يوجد دليل على إمكانية الوقاية من مرض السكري النوع 2 وعلاجه.

الأنسولين وجلوكوز الدم أوضحت المؤسسة الخيرية: "نحتاج جميعاً إلى الأنسولين

ويحدث داء السكري النوع 2 عندما يكون الجسم غير قادر على إنتاج ما يكفي من هرمون الأنسولين.

ومن ناحية أخرى، يحدث داء السكري النوع الأول عندما يهاجم الجسم خلايا البنكرياس - العضو المسؤول عن صنع الأنسولين.

وبالتالي، يعتبر مرض السكري النوع الأول حالة من أمراض المناعة الذاتية، بينما يحدث مرض السكري النوع 2 بسبب















**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
يو اتش واي جيمس للاستشارات الادارية  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية : Cleany Genie

المودعة بالرقم: 337326 بتاريخ: 2020/10/12  
بيانات الأولوية:

باسم: سوميد كوتاري  
الموطن: مستودع رقم اف 16 ، منطقة عجمان  
الحرّة ، عجمان ، الإمارات العربية المتحدة

وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالفترة: 3  
منتجات التنظيف المنزلي (تكون جميع المنتجات المذكورة في حدود حداثها في الفئة 03)

وصف العلامة: the words are mentioned in bold and distinctive style

الاشتراطات:  
فعلني من لدية اعتراض على ذلك أن يقدم به مكتوبا لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
يو اتش واي جيمس للاستشارات الادارية  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية : Findyourcandidate

المودعة بالرقم: 335545 بتاريخ: 2020/09/13  
بيانات الأولوية:

باسم: شركة بيرجروت للاستشارات  
الموطن: مكتب رقم 808-809 ، برج ريجال  
الخليج التجاري ، دبي ، الإمارات العربية المتحدة  
صندوق بريد 393343 ، صندوق البريد 393343

وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالفترة: 35  
الاستشارات والدراسات الإدارية ، استشارات الموارد البشرية (تكون جميع الخدمات المذكورة ضمن حدود حداثها في الفئة 35)

وصف العلامة: عبارة Findyourcandidate كتبت بطريقة مميزة

الاشتراطات:  
فعلني من لدية اعتراض على ذلك أن يقدم به مكتوبا لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
يو اتش واي جيمس للاستشارات الادارية  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية : Gofuel

المودعة بالرقم: 335572 بتاريخ: 2020/09/14  
بيانات الأولوية:

باسم: نالابند لنقل المواد البترولية ذ.م.م  
الموطن: مكتب رقم 108 ، ملك خليفة ضامن عبد  
الله المهيري ، بر دبي ، رأس الخور ، دبي ،  
الإمارات العربية المتحدة ، صندوق بريد رقم  
63496 ، صندوق البريد 63496

وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالفترة: 39  
نقل المواد البترولية ( تكون جميع الخدمات المذكورة ضمن حدود حداثها في الفئة 39)

وصف العلامة: contains symbol of a location map and a petrol pump nozzle pipe completing the oval shape and the term Gofuel mentioned in between of the Oval in a distinctive way

الاشتراطات:  
فعلني من لدية اعتراض على ذلك أن يقدم به مكتوبا لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
يو اتش واي جيمس للاستشارات الادارية  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية : New Age

المودعة بالرقم: 338805 بتاريخ: 2020/11/04  
بيانات الأولوية:

باسم: نيو أيدج انترناشيونال كوربوريشن  
الموطن: فيستراس (بي بي آي) ليمتد اوف فيسترا  
كوربوريت سيوفريس سنتر ويكباس كاي 2 ،  
رود تاون تورولا ، في جي 1110 ، جزر  
البحرين البريطانية

وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالفترة: 36  
الخدمات التي تتعامل مع التأمين مثل الخدمات المقدمة من قبل الوكلاء أو الوسطاء العاملين في  
التأمين، والخدمات المقدمة للتأمين عليهم، وخدمات إبرام سندات التأمين

وصف العلامة: كلمة New Age بطريقة مميزة

الاشتراطات:  
فعلني من لدية اعتراض على ذلك أن يقدم به مكتوبا لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
يو اتش واي جيمس للاستشارات الادارية  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية : Stay True

المودعة بالرقم: 340065 بتاريخ: 2020/11/25  
بيانات الأولوية:

باسم: السيد/ نيتين جاين ، السيدة / جيتيكا جاين  
الموطن: مستودع رقم 1 ، المنطقة الحرة لجبل علي  
، صندوق بريد رقم 46525 ، دبي ، الإمارات  
العربية المتحدة.

وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالفترة: 25  
الملابس والأحذية وأغطية الرأس

وصف العلامة: عبارة Stay True كتبت بطريقة مميزة

الاشتراطات:  
فعلني من لدية اعتراض على ذلك أن يقدم به مكتوبا لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
اليوسف للطباعة ثلاثية الابعاد ش.م.م  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية : U3D

المودعة بالرقم: 341386 بتاريخ: 2020/12/17  
بيانات الأولوية:

باسم: اليوسف للطباعة ثلاثية الابعاد ش.م.م  
الموطن: دبي - شارع زعبيل الثاني محل رقم 16 ،  
هاتف 043390000 ، فاكس 043390000 ،  
صندوق البريد 25 ، ليميل ihahq@alyousof.com

وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالفترة: 7  
الات واعد آلة

وصف العلامة: العلامة هي عبارة عن حرف يو باللغة الانجليزية وهو لفصاحا لكلمة ائت  
بالغة العربية ويعرفه صورة شخصية ومرتبطة مع كلمة رقم 3 وحرف دي باللغة  
الانجليزية وهي لفصاحا لكلمة ثلاثية باللغة الانجليزية وتكون بالون الارزق العريض  
على خلفية بيضاء

الاشتراطات:  
فعلني من لدية اعتراض على ذلك أن يقدم به مكتوبا لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
مساح العويلى للحملة والاشتراكات القانونية  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية : to the moon & back

المودعة بالرقم: 338306 بتاريخ: 2020/10/27  
بيانات الأولوية:

باسم: مقهى تو ذا مون اند باك ش.م.م  
الموطن: محل رقم 2-مكك عبدالحليل يوسف  
عبدالكريم درويش-جميرا 971 ، هاتف  
0504772242 ، ليميل: ms.almousawi@yahoo.com.au

وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالفترة: 43  
خدمات تقديم الطعام والشراب والإيواء (خدمات المطاعم والفنادق)

وصف العلامة: تتكون العلامة التجارية اعلان من جزان الجزء الاول وهو عبارة عن شكل  
فني يعنوي على رمز القمر ، والجزء الثاني عبارة مكتوبة بالاحرف اللاتينية  
"To The Moon & Back" و هي ترجمة إلى اللغة  
الانجليزية لعمارة تو ذا مون اند باك "

الاشتراطات:  
فعلني من لدية اعتراض على ذلك أن يقدم به مكتوبا لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. كلاريدجيز هوتيل ليميتد

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

المودعة بالرقم: 101262

باسم: ش. كلاريدجيز هوتيل ليميتد  
وعنوانه: ، 30 اولد بورلينجتون ستريت، لندن ، ديلو | اس 3 ايه  
إر. المملكة المتحدة

والمسجلة تحت الرقم: 101262

بتاريخ: 2019/11/27

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2017/10/18

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. بلاي بوي انتربرايسيس انترناشيونال ، انك

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

المودعة بالرقم: 146731

باسم: ش. بلاي بوي انتربرايسيس انترناشيونال ، انك  
وعنوانه: ، 680 نورث ليك شور درايف، شيكاغو، إلينويز  
60611. – الولايات المتحدة الأمريكية

والمسجلة تحت الرقم: 136021

بتاريخ: 2011/04/13

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2020/09/02

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. بلاي بوي انتربرايسيس انترناشيونال ، انك

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

المودعة بالرقم: 146732

باسم: ش. بلاي بوي انتربرايسيس انترناشيونال ، انك  
وعنوانه: ، 680 نورث ليك شور درايف، شيكاغو، إلينويز  
60611. – الولايات المتحدة الأمريكية

والمسجلة تحت الرقم: 136438

بتاريخ: 2011/05/01

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2020/09/02

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. جابريل اند كومباني

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

المودعة بالرقم: 149077

باسم: ش. جابريل اند كومباني  
وعنوانه: ، 64 ويست الشارع الثامن والاربعون ، نيويورك ،  
نيويورك 10036 - الولايات المتحدة الأمريكية

والمسجلة تحت الرقم: 149077

بتاريخ: 2012/08/01

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2020/11/04

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. ديليو اتش سميث ريتيل هولدينجز ليميتد

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

المودعة بالرقم: 149432

باسم: ش. ديليو اتش سميث ريتيل هولدينجز ليميتد  
وعنوانه: ، جرينبريدج رود ، سويندون ، ويلتشر ، المملكة  
المتحدة اس ان 3 3 ار اكس

والمسجلة تحت الرقم: 149432

بتاريخ: 2012/04/23

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2020/11/14

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. ديليو اتش سميث ريتيل هولدينجز ليميتد

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

المودعة بالرقم: 149436

باسم: ش. ديليو اتش سميث ريتيل هولدينجز ليميتد  
وعنوانه: ، جرينبريدج رود ، سويندون ، ويلتشر ، المملكة  
المتحدة اس ان 3 3 ار اكس

والمسجلة تحت الرقم: 149436

بتاريخ: 2016/11/23

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2020/11/14

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. نوفيليس اديشينز دي بارفيومز .

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

المودعة بالرقم: 149586

باسم: ش. نوفيليس اديشينز دي بارفيومز .  
وعنوانه: ، 16 ، أفينيو باستور ، ال - 2310 لوكمبورج

والمسجلة تحت الرقم: 149586

بتاريخ: 2016/02/11

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2020/11/21

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. نوفيليس اديشينز دي بارفيومز .

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

المودعة بالرقم: 149587

باسم: ش. نوفيليس اديشينز دي بارفيومز .  
وعنوانه: ، 16 ، أفينيو باستور ، ال - 2310 لوكمبورج

والمسجلة تحت الرقم: 149587

بتاريخ: 2012/05/01

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2020/11/21

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. جيه اكس هولدينجز ، انك

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

المودعة بالرقم: 149813

باسم: ش. جيه اكس هولدينجز ، انك  
وعنوانه: ، 3 - 6 اوتيماشي 2-شومي ، شيودا - كو ، طوكيو  
، اليابان

والمسجلة تحت الرقم: 149813

بتاريخ: 2018/05/28

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2020/11/24

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. جيه اكس هولدينجز ، انك

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

المودعة بالرقم: 149814

باسم: ش. جيه اكس هولدينجز ، انك  
وعنوانه: ، 3 - 6 اوتيماشي 2-شومي ، شيودا - كو ، طوكيو  
، اليابان

والمسجلة تحت الرقم: 149814

بتاريخ: 2018/05/28

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2020/11/24

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. جيه اكس هولدينجز ، انك

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

المودعة بالرقم: 149815

باسم: ش. جيه اكس هولدينجز ، انك  
وعنوانه: ، 3 - 6 اوتيماشي 2-شومي ، شيودا - كو ، طوكيو  
، اليابان

والمسجلة تحت الرقم: 149815

بتاريخ: 2018/05/28

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2020/11/24

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. نيوتون مانيجمنت ليميتد

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

المودعة بالرقم: 149816

باسم: ش. نيوتون مانيجمنت ليميتد  
وعنوانه: ، بي ان واي ميلون سنتر 160 كوين فيكتوريا ستريت  
لندن ، المملكة المتحدة

والمسجلة تحت الرقم: 149816

بتاريخ: 2012/05/01

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2020/11/24

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الأربعاء 23 ديسمبر 2020 العدد 13119

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. تري - وول ليميتد

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

المودعة بالرقم: 152485

باسم: ش. تري - وول ليميتد  
وعنوانه: ، 19/ف ، كازاه بانك سنتر، 232 ديز فوكس رود  
، سترال ، شيونغ وان

والمسجلة تحت الرقم: 152485

بتاريخ: 2012/09/24

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/02/01

## العصر

30



## أسواق مهرجان دبي للتسوق تقدم لمرتابها مجموعة فريدة من التجارب المميزة

دبي-الجزيرة

ديسمبر فيما يضم مجموعة من الأكشاك الرائعة التي تتبع منتجات التجزئة والمأكولات. ويمكن للأطفال استكشاف المشاهدة التفاعلية الاحتفالية، ووادي الدب القطبي المسحور، ومصنع الحلوى، ومغارة سانتا التي تحافظ على التبايع الاجتماعي للأطفال من جميع الأعمار.

## مول الإمارات

يستمر حتى 24 ديسمبر يقع هذا السوق الذي يشبه أرض العجائب الشتوية في الجانب الغربي من مول الإمارات، ويستمر حتى 24 ديسمبر. ويمكن للمشوقين الاستمتاع بالفعاليات التي تقام بالتعاون مع سوق رايب الشهير، ومنتج سكي دبي، ويمكن للزوار من جميع الأعمار لقاء نسخة افتراضية من سانتا والتقاط الصور معه. ويتعين على الضيوف مسح رمز الهاتف الذكي ليمت إعادة توجيههم إلى تطبيق إسترجام للاختيار من بين ثلاثة أشكال مختلفة من سانتا وبالتالي الحصول على صورة احتفالية مثالية.

## سوق رايب

أيام الجمعة والسبت يقام سوق رايب خلال أيام الجمعة والسبت في حديقة أكاديمية شرطة دبي بمنطقة من المنتجات الصحية العضوية والطازجة والمزروعة محلياً والمفضلة لدى العائلات، بالإضافة إلى منتجات التجزئة الفريدة من نوعها والمصنوعة محلياً. ويفتح سوق رايب أبوابه أيام الجمعة من الساعة 9 صباحاً وحتى 7 مساءً، والسبت من الساعة 10 صباحاً وحتى 7 مساءً.

تقدم هذه الأسواق لسكان دبي وزوارها فرصة استكشاف مواقع جديدة وتجربة تسوق رائعة مع الاستمتاع بخيارات طعام متنوعة من أنحاء العالم، بالإضافة إلى العروض المباشرة. ستقدم عطلات نهاية الأسبوع في حتا وادي هب خلال مهرجان دبي للتسوق برنامجاً فريداً يجمع بين الفنانين المحليين وأنشطة الأطفال والترفيه العالمي. وستشتمل وسائل الترفيه الحفلات والعروض المسرحية والعروض المتجولة بالإضافة إلى أنشطة الأطفال الممتعة مثل جلسات الطبول ولوحة ألعاب سوركو كاروم العملاقة يومياً من الساعة 4 عصراً وحتى 10 ليلاً.

## أسواق المدينة

تخيل مول يستمر حتى 3 يناير يقع هذا السوق أعلى سطح نخيل للاختيار من بين ثلاثة أشكال مختلفة من سانتا وبالتالي الحصول على صورة احتفالية مثالية.

## ديبي فستيفال سيتي مول

يستمر حتى 29 ديسمبر يستقبل فستيفال باي في دبي فستيفال سيتي مول العائلات الفريدة من نوعها والمصنوعة محلياً. ويفتح سوق رايب أبوابه أيام الجمعة من الساعة 9 صباحاً وحتى 7 مساءً، والسبت من الساعة 10 صباحاً وحتى 7 مساءً.

الشوكولاتة في المهرجان من 24 وحتى 30 ديسمبر، يشمل تجارب التدوق وورش العمل والمنتجات المتميزة وغيرها الكثير. وتستضيف منطقة السيف من 31 ديسمبر وحتى 6 يناير، أسبوع الطائرات الورقية والفقاعات الذي يقدم عروض الطائرات الورقية المستوحاة من البيئة البحرية، وعروض الفساعات وورش عمل صناعة الطائرات الورقية للأطفال. فيما سيُقام أسبوع القهوة من 7 وحتى 13 يناير، والذي يشمل مقاهي متخصصة تقدم مشروبات القهوة المفضلة، وعروض الباريسستا، وتكلمات القهوة الرائعة من حول العالم، فيما يُقام أسبوع التمرور من 14 وحتى 20 يناير ليشمل تجارب تدوق التمرور وورش عمل حولها وكذلك الحرف اليدوية المرتبطة والنخيل وغيرها الكثير. وأخيراً سيُقام أسبوع الوجوه البحرية من 21 وحتى 23 يناير، ليشهد الجولة النهائية من سباق قوارب دراغون في خور دبي. يفتح السوق أبوابه أيام الأسبوع من الساعة 4 عصراً وحتى 10 ليلاً وخلال عطلات نهاية الأسبوع من الساعة 2 ظهراً وحتى 12 منتصف الليل.

أسواق مهرجان دبي للتسوق في المرقبات وحتا وادي هب يمكن الاستمتاع بالطعام الرائع وخيارات الترفيه العائلي داخل الأسواق المفتوحة طوال فترة المهرجان في أحد أقدم أحياء دبي بعيداً عن صخب المدينة وعلى الجبال، والتي تشمل سوق المرقبات في ديرة، وسوق حتا وادي هب، الذي يبعد مسافة ساعة بالسيارة عن مدينة دبي، حيث

ديبي للتسوق في السيف مقدم من الفوعة على مدى شهر كامل، وتشمل خيارات الترفيه للعائلات، والعروض المباشرة، والأعمال الفنية، والعروض الثقافية الإماراتية وغيرها الكثير، وذلك من 24 ديسمبر وحتى 23 يناير، ويقام أسبوع



من الساعة 4 عصراً وحتى 2 صباحاً.

سوق مهرجان دبي للتسوق في السيف مقدم من الفوعة من 24 ديسمبر حتى 23 يناير تستمر فعاليات سوق مهرجان

أبوابه من الأحد إلى الأربعاء من الساعة 4 عصراً وحتى 10 ليلاً، وأيام الخميس من الساعة 4 عصراً وحتى 12 منتصف الليل، وأيام الجمعة والسبت من 12 ظهراً وحتى 12 منتصف الليل.

## سوق مهرجان دبي

للتسوق في الخوايج يستمر حتى 16 يناير يعد سوق مهرجان دبي للتسوق في الخوايج وجهة رائعة يمكن للعائلات الاستمتاع بزيارتها، حيث يقدم السوق تجربة الحديقة المسحورة للمينة بالمرح والمستوحاة من قصة "اليس في بلاد العجائب" والتي تشمل أنشطة ووسائل ترفيه مختلفة مبنية على هذه القصة الكلاسيكية المحببة لدى الأطفال كل أسبوع من 17 ديسمبر حتى 16 يناير المقبل. ويقدم الأسبوع الافتتاحي من مهرجان دبي للتسوق تجربة "عبر عدسة أليس" بتبعها "حفل شاي مع صانع القبعات" في الأسبوع الثاني، ثم "ملكة القلوب: حاكمة بلاد العجائب" في الأسبوع الثالث قبل اختتام هذه التجارب مع "الحديقة المسحورة" في الأسبوع الرابع. وبالإضافة إلى التجارب التفاعلية التي تهدف إلى استقطاب العائلات، يمكن للضيوف أيضاً الاستمتاع بالعروض المسرحية اليومية، والألعاب، والعروض الموسيقية، وجلسات رواية القصص، ومثامه من ثلاثة طوابق مع غرف تفاعلية، إلى جانب خيارات رائعة للمأكولات والمشروبات وغيرها الكثير. يفتح السوق أبوابه من الأحد إلى الأربعاء من الساعة 6 مساءً وحتى 12 منتصف الليل، ومن الخميس إلى السبت

وتقديم الدورة الحالية من مهرجان دبي للتسوق لسكان دبي مميزة في الهواء الطلق، وذلك من خلال زيارة أسواق المهرجان التي تضم مجموعة من البائعين المستقلين، والمنتجين المحليين، جنباً إلى جنب العلامات التجارية الكبرى، حيث تنتشر هذه الأسواق في مختلف أنحاء المدينة من منطقة وسط مدينة دبي الحديثة، مروراً بالمناطق التراثية مثل خور دبي، وصولاً إلى المناطق الجبلية مثل حتا ذات الطبيعة الرائعة. وتعد أسواق مهرجان دبي للتسوق وجهات رائعة لتناول الطعام، واستكشاف العروض والصفقات والتخفيضات الكبرى على المنتجات الفريدة من نوعها. علماً بأن هذه الأسواق تُقام في عدد أكبر من المواقع مقارنة بالدورات السابقة للمهرجان. وتعمل مؤسسة دبي للمهرجانات والتسويق على تنظيم هذه الأسواق التي تمنح زوارها فرصة الاستمتاع بتجارب رائعة للتسوق والترفيه وتناول الطعام بصحبة العائلة والأصدقاء. وستلتزم جميع هذه الأسواق بكافة الإجراءات الاحترازية المعتمدة للحفاظ على صحة وسلامة الزوار والعاملين، بما في ذلك فحص درجات الحرارة عند الدخول، وتحقيق التباعد الاجتماعي، وارتداء الكمامات.

اتصالات ماركات او تي بي حديقة بدمج وسط مدينة دبي، يستمر حتى 2 يناير افتتح سوق اتصالات ماركات او تي بي الرابع في حديقة البرج وسط مدينة دبي ويقام حتى 2 يناير 2021، ليقدم مجموعة متنقاة بعناية من الأكشاك

## «طاقة» تعلن إنجاز صفقة تمويل «محطة الظفرة للطاقة الشمسية» الأكبر في العالم

التجارية والتشغيلية لمشروع الطاقة الشمسية في قطاع المرافق. وأضاف: "أنه ومن خلال هذا المشروع إلى جانب مشاريع طاقة" العديدة الأخرى كمحطة "نور أبوظبي" التي تعد بدورها حالياً أكبر محطة للطاقة الشمسية قيد التشغيل ضمن موقع واحد على صعيد العالم - فقد رسخت "طاقة" مكانتها كشريك موثوق في قطاع المرافق المتكاملة حيث تقود مسيرة التحول في هذا القطاع في دولة الإمارات وخارجها ونحن لدينا محطة واسعة تضم عدداً من أصول الكهرباء والمياه التي نسعى لتطويرها وفق نهج مدروس إلى جانب تحقيق القيمة لمساهميننا وتوريد الطاقة من مصادر متنوعة إلى عملائنا والمجتمعات التي نعمل فيها.

من جانبه تقدم محمد جميل الرميح الرئيس التنفيذي لشركة "مصدر" بالشكر إلى جميع الشركاء في الائتلاف والمستثمرين على تحقيق هذا الإنجاز الكبير.

وتستخدم المحطة أحدث تقنيات الألواح الشمسية الكريستالية ثنائية الوجه التي تمكنها من إنتاج طاقة كهربائية بكفاءة أكبر عبر التقاط الأشعة الشمسية بواسطة وجهي الألواح الشمسية الأمامي والخلفي. وعند مرحلة التخفيضات التجارية الكامل فإنه من المتوقع أن تساهم المحطة بتخفيض انبعاثات غاز ثاني أكسيد الكربون في أبوظبي بأكثر من 2.4 مليون طن متري سنوياً أي ما يعادل إزالة ما يقارب 470 ألف سيارة من الطرقات. وقال جاسم حسين ثابت الرئيس التنفيذي للمجموعة والعضو المنتدب في شركة "طاقة" - بهذه المناسبة - "يمثل إنجاز صفقة التمويل لمشروع إنشاء أكبر محطة للطاقة الشمسية في العالم بداية مرحلة مهمة لهذا المشروع وللمجموعة "طاقة" وللدولة الإمارات ككل وذلك في الوقت الذي نواصل فيه جهودنا نحو تحقيق طموحاتنا العالية في مجال الطاقة النظيفة كما يؤكد هذا الإنجاز الجدي

أنحاء الدولة. وسيحصل المشروع على تمويل من بصفة مصارف دولية ويأتي ذلك بعد توقيع اتفاقية شراء الطاقة في شهر يوليو الماضي. وفي وقت سابق من هذا العام أفضت مناقصة المشروع إلى الحصول على إحدى أكثر التعريفات تنافسية للطاقة الشمسية حيث بلغت 4.97 فلس إماراتي لكل كيلوواط / ساعة / 1.35 سنت أمريكي لكل كيلوواط / ساعة / ومن ثم تحسنت هذه التعريفات عقب إنجاز صفقة التمويل لتصبح 4.85 فلس إماراتي لكل كيلوواط / ساعة / 1.32 سنت أمريكي لكل كيلوواط / ساعة / ويعد ذلك بشكل رئيسي إلى التحسين في تكاليف التحوط والتمويل إضافة إلى جهود تحسينية أخرى. وستملك "طاقة" 40 في المائة من مشروع الظفرة بينما سيمتلك الشركاء الآخرون "مصدر" وإي دي إف رينيويلز و "جينكو باور" 20 في المائة لكل من

أعلنت شركة أبوظبي الوطنية للطاقة "طاقة" إلى جانب شركائها شركة أبوظبي لطاقة المستقبل "مصدر" وشركة "إي دي إف رينيويلز" وشركة "جينكو باور" أمس عن إنجاز صفقة تمويل ناجحة لمشروع محطة الظفرة للطاقة الشمسية الكهروضوئية المستقلة. ويقع المشروع على بعد 35 كيلو متراً تقريباً عن مدينة أبوظبي ويستبلغ القدرة الإنتاجية للمحطة 2 جيجاواط من الكهرباء التي ستوردها إلى شركة مياه وكهرباء الإمارات. وعند دخولها حيز التشغيل ستكون محطة الظفرة للطاقة الشمسية الكهروضوئية أكبر محطة مستقلة في العالم لإنتاج الكهرباء من الطاقة الشمسية ضمن موقع واحد حيث ستستخدم ما يقارب 4 ملايين لوح شمسي لتوليد طاقة كهربائية كافية بما يقارب 160 ألف منزل في مختلف

## أبوظبي-وام



## 300 طائرة درون تقدم عروضاً ضوئية وصوتية كل مساء طيلة مهرجان دبي للتسوق

دبي-وام

في أكثر الوجهات جاذبية وتميزاً في دبي بما في ذلك سيتي ووك وذا بيتش ولا مير ودنوعو الجمعي إلى الاستمتاع بأجواء دبي الفريدة على مدار الأسابيع الستة المقبلة ونأمل أن تسهم الخطط التي نعمل عليها منذ شهر إلى جانب الأنشطة التفاعلية المتنوعة في التمهيد لبداية جديدة وإيجابية على مختلف الأصعدة.

العالم لدى سكان دولة الإمارات ونحن في ميريكس للاستثمار ملتزمون برؤية القيادة الرشيدة لدبي التي قادتها الإمارة نحو نجاحات متتالية لتصبح اليوم وجهة آمنة عبر حملات متكاملة ومتنوعة في أعقاب انتشار جائحة كوفيد-19. وأضاف: يتمثل هدفنا دائماً في إثراء حياة سكان دبي وزوارها بتجارب لا مثيل لها

تطبيق تيك توك بث مجريات العرض في 22 دولة حول العالم. وقال شهرام شامسي الرئيس التنفيذي لشركة ميريكس للاستثمار: يعتبر مهرجان دبي للتسوق من أكثر المهرجانات شهرة بين المسافرين والمتسوقين حول العالم كما يعد من الفعاليات المنتظرة والمميزة خلال

كوكب آخر" لفنان راشد الماجد، وتأتي عروض الدرون بتنظيم من مؤسسة دبي للمهرجانات والتجزئة في إطار فعاليات مهرجان دبي للتسوق وبالشراكة مع مشروع ذا بيتش المقابل لجيميرا بيتش ريزيدنس وبلوواترز لتسلط الضوء على مكانة دبي كوجهة سياحية رائدة على مستوى العالم ويتولى

المهرجان حيث يستكشف مدهش ودانة الشخصيات المحبوباتان، الأنشطة والتجارب في الإمارة. ويقدم العرض الثاني الذي يحمل عنوان "بي بين الماضي والحاضر" لقطات من تاريخ دبي حيث يستعرض تاريخ الإمارة ورحلتها نحو المستقبل على أنغام الأغنية الرسمية لمهرجان دبي للتسوق "دبي

ليلة من 17 ديسمبر وحتى 30 يناير حيث تنطلق طائرات الدرون لتقديم أزوع العروض عند الساعة 7 مساءً ثم 9:30 مساءً ويستمر العرض لمدة 4 دقائق ويمكن للزوار مشاهدته مجاناً. ويظهر العرض الأول الذي يحمل عنوان "دبي مدينة المغامرة" الأنشطة والوجهات المتعددة التي تقدمها دبي خلال

ريزيدنس وبلوواترز ومنتجج شيراتون جيميرا بيتش في عرض يتواصل تقديمه لمدة 45 يوماً طيلة فترة مهرجان دبي للتسوق، ما يجعله أطول عرض جوي متتالي لطائرات الدرون في منطقة الشرق الأوسط وأوروبا وأفريقيا. ويمكن للزوار والمقيمين الاستمتاع بالعروض المدهشة مرتين كل

تقدم دورة هذا العام من مهرجان دبي للتسوق عروض طائرات الدرون الضوئية التي تزين سماء دبي كل مساء مع المؤثرات الصوتية والبصرية. وتخلع 300 طائرة درون متطورة فوق منطقة ذا بيتش المقابلة لمشروع جيميرا بيتش



## وزير الاقتصاد : تطوير التشريعات التي تمس حياة المستهلك وتضمن حمايته وتحقق سعادته تأتي على رأس الأولويات الحكومية

•• أبوظبي - وام:

أكد معالي عبدالله بن طوق المري وزير الاقتصاد أن إصدار المرسوم بقانون اتحادي رقم 15 لسنة 2020 في شأن حماية المستهلك، يُعزز من منظومة حماية المستهلك بالدولة ويوفر مزيداً من الضوابط والآليات لتنفيذ الرقابة المطلوبة على الأسواق وضمان استقرارها وازدهارها، وتحقيق علاقة متوازنة بين التجار والمستهلكين في مختلف أسواق الدولة.

وقال ابن طوق : في ضوء الظروف الراهنة التي يشهدها العالم نتيجة انتشار جائحة كوفيد-19، برزت الحاجة إلى تطوير سياسات حماية المستهلك في مختلف الدول، لضمان حقوق المستهلك وتوفير مزيد من الحماية له في حالات الأزمات والطوارئ، كما حرص القانون على مواكبة الاتجاهات الاستهلاكية الجديدة وخاصة ما يتعلق بأنشطة التجارة الإلكترونية، حيث وضع مجموعة من الأحكام التي تنظم عمل منصات التجارة الإلكترونية المسجلة في الدولة تضمن حقوق المستهلك عند التعامل معها وتؤسس علاقة إيجابية ومتوازنة بين البائع والمشتري. وأشار معالي وزير الاقتصاد إلى أن القانون الجديد جاء كاستمرارية للقانون السابق مع تحديثات تحقق مستهدفات الدولة ورؤية القيادة الرشيدة بتطوير التشريعات التي تمس حياة المستهلك في دولة الإمارات وتضمن حمايته وسعادته، ولواكبة التطورات الاقتصادية والتكنولوجية والتشريعات الإقليمية والدولية، في شأن حماية المستهلك، وتماشياً مع توجهات مجلس التعاون لدول الخليج العربية في تطوير تشريعات حماية المستهلك

لتكون أكثر مواءمة ومواكبة لاحتياجات المستهلك. وأوضح معاليه أن القانون تمت صياغة أحكامه بعد نقاشات ومراجعات مكثفة بين وزارة الاقتصاد ومختلف الجهات المعنية في الدولة، وفي مقدمتها وزارة العدل ووزارة الصحة ووقاية المجتمع والهيئة الاتحادية للمواصفات والمقاييس، والحكومات المحلية ودوائر التنمية الاقتصادية وغرف التجارة وغيرها، فضلاً عن الرجوع إلى قرارات ورشادات الأمم المتحدة بشأن حماية المستهلك وإلى أفضل الممارسات العالمية في هذا الشأن.. كما يتواءم القانون مع قوانين تنظيم المنافسة وسلامة الغذاء ومكافحة الغش التجاري والعلامات التجارية وغيرها من القوانين ذات العلاقة في الدولة.

وأكد معالي وزير الاقتصاد، أن النهج الاقتصادي الذي تتبناه دولة الإمارات يقوم على مبادئ الاقتصاد المفتوح والسوق الحر، ولكن راعي قانون حماية المستهلك الجديد أن تكون هناك إجراءات استثنائية في الظروف غير الاعتيادية، فقد نص القانون على أنه في حالات الأزمات أو الظروف الطارئة أو الأحوال غير الاعتيادية في الأسواق الداخلية أو الخارجية،



يجوز لوزير الاقتصاد التدخل واتخاذ القرارات الكفيلة بحماية مصلحة المستهلكين وضمان عدم الإضرار بهم، بما في ذلك تحديد أسعار بيع أي سلعة والزام كافة المزودين في الدولة بالتنفيذ، وقال إنه ويهدف الصلاحية الجديدة باتت الجهات الحكومية قادرة على اتخاذ خطوات سريعة وفورية للتصدي لأي ممارسات احتكار أو استغلال في الظروف الاستثنائية وضمان مصالح المستهلكين وحمايتهم.

### أبرز أهداف القانون الجديد

وقد ركز المرسوم الصادر بقانون اتحادي رقم 15 لسنة 2020 في شأن حماية المستهلك على تحقيق عدد من الأهداف المهمة، في مقدمتها جودة السلعة والخدمات المقدمة للمستهلك والحصول عليها بالسعر المعلن، والحفاظ على صحة وسلامة المستهلك عند حصوله على السلعة أو استعمالها أو عند تلقيه للخدمة أو استعمالها، وتشجيع أنماط الاستهلاك السليم. كما حدد القانون آليات التعامل مع زيادات الأسعار في الظروف غير الطبيعية، إلى جانب

# العقار

31



## «إعمار» تتعاون مع «زووم» لبث احتفالات ليلة رأس السنة افتراضياً

•• دبي- وام:

وقعت شركة «إعمار العقارية» المطور الرئيسي لبرج خليفة اتفاقية شراكة مع «زووم فيديو كوميونيكيشن» الشركة المالكة لأول منصة موحدة للاتصالات المرئية عبر الفيديو بهدف بث احتفالات السنة الجديدة على الهواء مباشرة من وسط مدينة دبي عبر اتصال عالمي مرئي من خلال تطبيق «زووم» وسيتم دعوة ما يصل إلى 50 ألف شخص من مختلف أنحاء العالم للمشاركة واستقبال عام 2021 عبر أول احتفال لرأس السنة يتم استضافته عبر تطبيق «زووم».

وسيتم بث احتفالية إعمار بالسنة الجديدة على الهواء مباشرة عبر تطبيق «زووم» بدءاً من الساعة 8:30 مساءً بتوقيت منطقة الخليج وستتضمن احتفالات استقبال العام الجديد عروضاً للألعاب النارية الضخمة والليزر في منطقة وسط مدينة دبي. وقال آبي سميت رئيس وحدة الشؤون الدولية لدى شركة «زووم» يسعدنا في «زووم» المشاركة في تنظيم واستضافة مثل هذا الحدث العالمي بالتعاون مع شركة «إعمار» حيث ستتيح منصتنا للجمهور من مختلف أنحاء العالم فرصة المشاركة في هذه الاحتفالية الرائعة لاستقبال العام الجديد ونحن فخورون بجهودنا الكبيرة التي بذلناها خلال العام 2020 ساعدة الشركات والمؤسسات التعليمية والعائلات في مختلف أنحاء العالم وتمكينهم من البقاء على تواصل خلال فترات الإغلاق التي تسببت بها جائحة «كوفيد-19» وتنتقل لاستقبال عام جديد مليء بالتفاؤل والأمل، وإلى جانب البث الحي المباشر لاحتفالات ليلة رأس السنة الجديدة، أعلنت إعمار أيضاً عن إتاحة الفرصة أمام الزوار الراغبين بحضور احتفالات السنة الجديدة بالدخول إلى منطقة المشاهدة المخصصة للجمهور في بوليفارد الشيخ محمد بن راشد.. كما أن الحجز لدى مختلف المطاعم والفنادق المنتشرة على طول البوليفارد وسوق البحر ودبي أوبرا ودبي مول بروميناد أصبحت متاحاً الآن للامتناع بأروع تجربة في احتفالات رأس السنة الجديدة. وستقام احتفالات إعمار للسنة الجديدة 2021 وفق أعلى معايير واشترطات الصحة العامة والسلامة بما في ذلك استخدام كاميرات الكشف الحراري وتطبيق قواعد التباعد الجسدي والمسافات الآمنة إلى جانب خيارات الدفع الإلكترونية ووسائل التعقيم المختلفة.

## 687 مليون درهم تصرفات العقارات في دبي أمس

•• دبي- وام:

بلغت التصرفات العقارية في دائرة الأراضي والأملاك في دبي أكثر من 687 مليون درهم حيث شهدت الدائرة أمس تسجيل 194 مبيعة بقيمة 472.03 مليون درهم منها 22 مبيعة للأراضي بقيمة 191.91 مليون درهم و172 مبيعة للشقق والفلل بقيمة 280.12 مليون درهم. وجاءت أهم مبيعات الأراضي بقيمة 60 مليون درهم في منطقة نخلة جمبراً لتلتها مبيعة بقيمة 55 مليون درهم في منطقة سح شعيب 4 ثم مبيعة بقيمة 21 مليون درهم في منطقة ورسان الأولى. وتصدرت منطقة ند الشبا الأولى المناطق من حيث عدد المبيعات إذ سجلت 8 مبيعات بقيمة 19 مليون درهم تلتها منطقة معيصم الأولى بتسجيلها 3 مبيعات بقيمة 14 مليون درهم وثالثة في ند الشبا الثالثة بتسجيلها مبيعتين بقيمة 5 ملايين درهم.

أما فيما يتعلق بأهم مبيعات الشقق والفلل فقد جاءت مبيعة بقيمة 16 مليون درهم بمنطقة برج خليفة كأهم المبيعات تلتها مبيعة بقيمة 14 مليون درهم في منطقة مرسى دبي وأخيراً مبيعة أخرى بقيمة 14 مليون درهم في منطقة مرسى دبي. وتصدرت منطقة الخليج التجاري المناطق من حيث عدد مبيعات الشقق والفلل إذ سجلت 37 مبيعة بقيمة 63 مليون درهم وتلتها منطقة اليلياس 2 بتسجيلها 12 مبيعة بقيمة 10 ملايين درهم وثالثة في البرشاء جنوب الرابعة بتسجيلها 11 مبيعة بقيمة 7 ملايين درهم. وسجلت رهونات قيمة قدرها 202.5 مليون درهم منها 21 رهن أرضي بقيمة 76.54 مليون درهم و41 رهن فلل وشقق بقيمة 125.96 مليون درهم وكان أهمها بمنطقة الجدايف بقيمة 76 مليون درهم وأخرى في منطقة اليلياس 2 بقيمة 42 مليون درهم. أما الهبات فقد شهدت تسجيل 9 هبات بقيمة 13.23 مليون درهم كان أهمها بمنطقة النخلة الرابعة بقيمة 8 ملايين درهم وأخرى في منطقة الحبيبة السادسة بقيمة 2 مليون درهم.

الاستخدام والمشاركة والإصلاح والتجديد وإعادة التصنيع وإعادة التدوير. وتتجاوز إمكانات السوق العالمية للاقتصاد الدائري نحو تريليون دولار (3.67 تريليون درهم إماراتي). وتعتبر إمارة دبي من بين الأفضل لتكون اقتصاداً دائرياً مثالياً، نظراً لاعتمادها المتزايد للتقنيات المتقدمة في إدارة الموارد.

وقد أطلقت اقتصادية دبي كخطوة أولى سلسلة من ورش العمل في عام 2019 حول التحول الاقتصادي الدائري والتحديات والفرص المرتبطة به. وتم تنظيم الورش في إطار «مختبر اقتصاد المستقبل» الذي أطلقتته اقتصادية دبي لتشجيع الشركات بين القطاعين العام والخاص والأوساط الأكاديمية في توقع التحديات الناتجة عن الاتجاهات والتغيرات العالمية، واقتراح الحلول المناسبة. وجمعت ورشة العمل التمهيدية نحو 50 من أصحاب

الاستخدام والمشاركة والإصلاح والتجديد وإعادة التصنيع وإعادة التدوير. وتتجاوز إمكانات السوق العالمية للاقتصاد الدائري نحو تريليون دولار (3.67 تريليون درهم إماراتي). وتعتبر إمارة دبي من بين الأفضل لتكون اقتصاداً دائرياً مثالياً، نظراً لاعتمادها المتزايد للتقنيات المتقدمة في إدارة الموارد.



قال سعادة سامي القمزي، مدير عام اقتصادية دبي: «باتت جائحة كوفيد-19، كغيرها من الأزمات الماضية، تشكل فرصة لبدي للتعلم من الشدائد وتحولها إلى فرص. أضافت الجائحة زخماً جديداً إلى التحول الرقمي في الإمارة، وقدمت لنا أمثلة كافية على الاستخدام الأكثر حكمة للأصول والموارد الحالية. يسر الاقتصاد دبي أن تكون في المقدمة ضمن حملة الاقتصاد الدائري لتحسين الموارد وتقليل النفايات، بما يتماشى مع تركيزنا على التنمية الاقتصادية المستدامة في الإمارة. ومنتقل الآن إلى المستوى التالي، من خلال التشارك وتبادل الأفكار مع القطاعات الرئيسية، من أجل البناء على الفرص الحالية لتسريع الانتقال نحو الاقتصاد الدائري. وعلى عكس الاقتصاد التقليدي، يركز الاقتصاد الدائري على تحسين كفاءة الموارد وتقليل أو التخلص من النفايات إلى أقصى حد، من خلال الاعتماد على إعادة

### اعتباراً من الأول من مارس 2021

## كامل العوضي نائباً لرئيس «إياتا» في منطقة إفريقيا والشرق الأوسط

•• جنيف- الفجر:

أعلن الاتحاد الدولي للنقل الجوي «إياتا» عن تعيين كامل العوضي نائباً لرئيس الإقليمي للاتحاد في منطقة إفريقيا والشرق الأوسط، اعتباراً من الأول من مارس 2021.

ويتولى العوضي منصبه الجديد ليخلف محمد علي البكري الذي سيتولى منصب نائب الرئيس التنفيذي لخدمة العملاء والخدمات المالية والرقمية في الاتحاد الدولي للنقل الجوي، اعتباراً من الأول من مارس 2021 أيضاً، ليخلف أليكس بوبوفيتش إثر تقاعده. وكان العوضي قد شغل سابقاً منصب الرئيس التنفيذي للخطوط الجوية الكويتية، منذ نوفمبر 2018 حتى

أغسطس 2020، متوجاً بذلك مسيرته المهنية التي استمرت 31 عاماً في الخطوط الجوية الكويتية، والتي عمل خلالها نائباً للرئيس التنفيذي ورئيساً للعمليات. كما شغل العوضي عدة مناصب في مجالات السلامة والأمن وإدارة الجودة وتخطيط الموارد المؤسسية.

وسبقود العوضي أنشطة الاتحاد في منطقة الشرق الأوسط وإفريقيا من مكتبها الإقليمي في العاصمة الأردنية عمّان إلى جانب انضمامه إلى فريق القيادة الاستراتيجية للاتحاد الدولي للنقل الجوي. وبهذه المناسبة قال ألكسندر دي جونيوك المدير العام والرئيس التنفيذي للاتحاد الدولي للنقل الجوي: «لقد أسهم محمد على البكري خلال فترة

توليه منطقة الشرق الأوسط وإفريقيا خلال الأربعة أعوام الماضية في تعزيز مكانة وخدمات الاتحاد الجوي للنقل الجوي ونجح بتأسيس فريق إقليمي محترف ومتكمن قادر على الاستمرار في المرحلة المقبلة». سيسهم وأضاف دي جونيوك: «سيسهم انضمام كامل العوضي في مواصلة التطور خلال المرحلة المقبلة وذلك عبر الاستفادة من خبرته العريقة في قطاع الطيران وبخاصة على المستوى الإقليمي، وهو ما سيكون عنصراً فاعلاً في قيادة أنشطة «إياتا» بمنطقة إفريقيا والشرق الأوسط وبخاصة خلال هذه الأوقات الصعبة. ويصفته شغل منصب الرئيس التنفيذي سابقاً، فهو على دراية كاملة باحتياجات شركات الطيران من الاتحاد، كما



لتوسيع نطاق العمليات بأمان وتنفيذ المعايير العالمية التي ستحافظ على سلامة الركاب والطواقم خلال انتشار الوباء وما بعده.

يتمتع بالكفاءة والتصميم اللازمين لتجاوز تحديات الأعضاء خاصاً في ظل استمرار انتشار جائحة كورونا. من جهته، قال كامل العوضي: «أفخر بانضمامي إلى الاتحاد الدولي للنقل الجوي والعمل لدى منطقة أفريقيا والشرق الأوسط التي تتطلب كثيراً من مناطق العالم أن يكزن قطاع نقل جوي قوي وجاهز لبده مرحلة الانتعاش الاقتصادي خلال التعالي من آثار كوفيد -19». وأضاف العوضي: «إن أولويات إنعاش قطاع الطيران واضحة بالنسبة للاتحاد باعتبارها المحور الرئيسي، ولا مجال لإضاعة الوقت، إذ يتوجب أن نساعد الحكومات على إعادة فتح الحدود دون تطبيق إجراءات الحجر الصحي، ونحتاج إلى التأكد من أن القطاع جاهز

## اتفاقية بين «الإمارات للألنيوم» و«Inalum» الإندونيسية لتوفير تقنية التطوير لصهر الألومنيوم في شمال سومطرة

•• دبي - جاكارتا- وام:

شركة الإمارات العالمية للألنيوم بموجب الاتفاقية الخيرة اللازمة لتطوير أداء مصهر Inalum من خلال إعادة تحديث التكنولوجيا الحالية، والتي تم استخدامها لأول مرة في العام 1982. ومن المتوقع أن يستغرق المشروع نحو 18 شهراً، ويهدف إلى زيادة الإنتاج من مصهر شمال سومطرة بنحو 20 ألف طن من الألنيوم سنوياً. وتتمتع شركة الإمارات العالمية للألنيوم بخبرة واسعة في تحديث تقنيات صهر الألنيوم، كما مددت الشركتان مذكرة

التفاهم المستقبلي حول إمكانية التعاون في مجال أوسع، في بناء مصهر جديد للألنيوم في إندونيسيا باستخدام التكنولوجيا المطورة والملوكة لشركة الإمارات العالمية للألنيوم. وقال عبد الناصر إبراهيم بن كليان، الرئيس التنفيذي لشركة الإمارات العالمية للألنيوم: «نفخر اليوم في دولة الإمارات بوصولنا إلى هذا المستوى العالمي في صناعة الألنيوم، حيث أصبح اليوم باستطاعتنا تصدير تكنولوجيا الصهر عالية ويساعد مواطنة،

وأضاف: «تتميز الإمارات العالمية للألنيوم بخبرتها الكبيرة وكفاءتها العالية في مجال تطوير تقنيات صهر الألنيوم سواء محلياً أو على المستوى العالمي، وإنني على ثقة بأننا سننجز هذا المشروع في المدة الزمنية المحددة له. وستعمل شركة Inalum من خلال هذا التعاون على زيادة الطاقة الإنتاجية لمصهرها في شمال سومطرة». وأصبحت شركة الإمارات العالمية للألنيوم في عام 2016 أول شركة صناعية إماراتية تقوم بترخيص تقنيات عملياتها

















•• الشارقة-الفجر

نظمت ندوة الثقافة والعلوم بالتعاون مع وزارة الثقافة والشباب جلسة حوارية بمناسبة اليوم العالمي للغة العربية بعنوان "تحديات صناعة النشر في العالم العربي"

شارك فيها أ. محمد رشاد رئيس اتحاد الناشرين العرب - مصر، د. شكري المبخوت أستاذ اللغة العربية والأدب العربي - تونس

أ. رشا الأمير أديبة وناشرة - لبنان، أ. عبد الله ماجد آل علي - المدير التنفيذي بالإدارة لمركز أبوظبي للغة العربية، أ. جمال الشحي كاتب وناشر - الإمارات.

حضر المناقشة الأستاذ بلال البدر رئيس مجلس إدارة الندوة، ود. علي بن تميم والباحث أحمد محمد عبيد وصالحة غابش ونخبة من المهتمين والمعنيين.

## واقع النشر في العالم العربي واستخدامات العربية في الرواية المعاصرة



وذكرت عائشة سلطان أن الجلسة في إطار الاحتفاء بأسبوع اللغة العربية والذي تنظمه وزارة الثقافة والشباب بالتعاون مع مختلف المؤسسات الثقافية وذلك تأكيداً وإيضاحاً لتقرير واقع اللغة العربية الذي أصدرته الوزارة وتساءلت حول استخدامات العربية في الرواية العربية، وهل تشكل اللغة العربية حضوراً حقيقياً في الرواية العربية. وهل اللغة العامية أصبحت تشكل حضوراً في الرواية العربية. وما هو واقع النشر في العالم العربي، هل مرضى عنه أم دون التامل أم جيداً؟

وذكر د. شكري المبخوت أن للرواية دور مهم في تطوير العربية الحديثة وخلق مشكلات جديدة، فهناك تطورات في الأسلوب بدءاً من محاولة الروائيين العرب محاكاة المقامات، وصولاً إلى الكتابات التجريبية الحديثة، مروراً بالتجربة المصرية في الكتابة وهي تجربة نجيب محفوظ امتدادها الزماني وقوته وسجد فيها أكثر من لغة عربية، ومستويات متعددة ظلت تتطور بتطور التجربة.

وكذلك تجربة الروائي الطيب صالح بدء موسم الهجرة للشمال والتي أخذت تتطور وتقدم عربية أخرى أيضاً، وفكرة أن اللغة الدارجة أو العامية غزت العربية الفصحى تحتاج إلى نقاش أولاً لعلاقة الفصحى بالحكي واللهجات، والثانية ما هي حاجة الرواية للهجات وإدخالها في العمل.

وأضاف لا أظن أن اللهجات المحلية مشتقة من عربية مثالية، بالعكس الفصحى نفسها وليدة تأليف مشترك بين ألسنة عربية مختلفة كانت تنسب للقبائل ولكن وقع صنع العربية تاريخياً باعتبارها لسان مشترك بين مختلف اللهجات. وأكد أن البحث الموضوعي لم يحدد كيف تطورت اللهجات في مختلف البلاد العربية، وأن اللغة العربية التي نعيشها اليوم ليست هي الأصل في نشأة اللهجات العربية التي تطورت بالممارسة والممارسات اليومية، وظلت العربية لغة الكتابة والمعرفة والإبداع الرسمية. ومن البديهي أن تدرج في اللهجات الفصحى اللهجة الدارجة، لأن اللهجة أول من يتلقى الواف الجدد من مختلف اللغات، وعلياً أن لا تعتبر أن دخول اللهجة الدارجة إلى الرواية أمر مسيء.

وعن واقع النشر في العالم العربي ذكر محمد رشاد رئيس اتحاد الناشرين العرب أن صناعة النشر في العالم العربي ضعيفة وذلك لأنها دخلت إلى العالم العربي متأخرة بعض الشيء ما يقرب من 400 سنة بيننا وبين الدول الأوروبية، وكذلك لا تجد مساندة من الحكومات العربية، إضافة إلى انتشار الأمية وضعف عادة القراءة في الوطن العربي والقرصنة وارتفاع الضرائب وسوء



التقليدية والمتكررة سنوياً. وأنه بالرغم من المنصات والتوزيع الرقمي لازالت هناك عقبات في التوزيع وعلى الناشر العربي تطوير أدواته والعاملين في هذا المجال. وعن القارئ أكد أن هناك قارئ يبحث عن أنماط محددة في القراءة وأن المسابقات القرائية والأدبية تشجع القارئ في الاختيار، بالإضافة أن التحول الرقمي بدأ يأخذ منحى كبير في صناعة النشر، وأنها وفرت للباحث الكثير من المعلومات ولكنها خلقت تحدياً إضافياً وهو مصداقية المعلومة ومدى مصداقيتها.

وذكر الباحث أحمد محمد عبيد أن صناعة النشر في العالم تقاس بعدد النسخ التي تنشر، وفي الوطن العربي هناك محاولات جيدة للوصول بحركة النشر لمستوى أعلى ولكنها محاولات فردية، وأنه لا بد أن يتوفر النص الجيد والناشر المدرك لعملية النشر بمستوى عالي بفريق متكامل ومتجانس ومدرك لأهمية تلك الصناعة، والنقد الأكاديمي، والقارئ العادي الذي يتلقى الكتاب ويقتنيه.

وتساءلت الكاتبة صالحة عبيد عن دور اتحاد الناشرين العرب لمواجهة كل تلك التحديات. واسم النقاش بالجديدة وخرج بتوصيات أهمها الدعم الحكومي لصناعة النشر، وتطوير العاملين في مجال النشر، وخلق استراتيجية موحدة للتوزيع، بالإضافة إلى الترجمة من العربية إلى مختلف اللغات، وتكوين شراكة بين وزارات التعليم في مختلف أنحاء العالم العربي واتحاد الناشرين لها من إيجابية للجانبين، بالإضافة إلى العضلة الكبرى في الدول ذات الكثافة السكانية الجميلة من محور الأمية وتطوير مهارات القراءة، والأهم محاولة نشر طبعات شعبية قليلة التكاليف حتى يسهل اقتناؤها من مختلف الطبقات والفئات مما يسهل نشر الكتاب في ظل ارتفاع الأسعار الذي يحد من الأثر من تلك الصناعة.

والتعليم لربط عملية النشر بالمناهج المدرسية وذلك سيسهم في ارتقاء الجانبين، وأن تعطّل مجال النشر سيخلق حالات كثيرة من البطالة والركود. وأكد الأستاذ عبدالله ماجد آل علي أن بعض السياسات واستراتيجيات وفتح طرق وخاصة مع الهيئات التعليمية للنهوض بالنشر والتعليم معاً. وخلق روابط لتكون اللغة العربية جامع مشترك.

وأضافت أن صناعة النشر في الجانب الخاص بالمناهج الدراسية سواء المدرسية أو الجامعية يتنصع الكثير من الشفافية والمنهجية. وأكد الأستاذ عبدالله ماجد آل علي أن بعض الناشرين العرب لم يطوروا أدواتهم في صناعة النشر أو الترويج للكتاب أو اختيار العناوين التي تجذب القارئ، هناك دور نشر متميزة في هذا الجانب، ودور نشر تواجه تحديات، ولديه تعاون أكثر مع الإعلام ودورات مهنية في الكتابة وطرق النشر والإعداد. ومن الصعب أن تدمم المؤسسات الحكومية ناشر لم يطور نفسه، وهناك عزوف من القارئ العربي عن شراء الكتب

اليوم، وكذلك مشكلة التوزيع المتراكمة والمطلوب وقفة حقيقية لإيجاد حلول متكاملة وليس وقتية أو آنية. وأضافت رشا الأميري أن جائحة كورونا كونيّة ولكن في لبنان توجد الجائحة والظروف الراهنة التي يعانيها، وأن صناعة الثقافة بشكل عام أساسه الحرية وطلما هذا السؤال لم يتم الإجابة عليه في عالمنا العربي سنظل نبحث عنه، وأن هذا الزمن التكنولوجي علينا استغلاله لأبعد الحلول في صناعة النشر، والمطلوب أن ن فكر ما معنى صناعة الكتاب.

وأكدت أن دولة الإمارات تحاول أن تكون قاطرة النهوض بصناعة الكتاب من خلال مشاريع عدة ومنها مشاريع الترجمة، والتي تعتبر مصر ومشروعها الثقافي للترجمة من أهم الدول في هذا الاتجاه. وأكدت أن أغلب الكتب التي تنشر بالعربية كتب مترجمة وأنها في كثير من الأحوال تطون فوضوية وغير منظمة، وأهمية عمل مرصد لما يترجم باللغة العربية منها واليهما. وذكرت أهمية عمل لقاءات مع وزراء التربية

وأشاد بالجهود الكبيرة لصاحب السمو الشيخ سلطان بن محمد القاسمي لدعم صناعة النشر وكذلك للمبادرات القرائية كقيادة القراءة للجميع في مصر، وتحدي القراءة التي دعمها وتبناها صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوب والتي دعمت القراءة وصناعة النشر معاً. وأكد أهمية المحاضرات العربية وترويج الكتاب ومحاربة الأمية للنهوض بالنشاط وصناعة الكتاب.

وأكد جمال الشحي أن واقع النشر في العالم العربي يواجه تحديات كبيرة وأتت جائحة كورونا بالضربة القاضية، ولكن بعض الدول تحاول دعم الكتاب وهذا ما حدث في دولة الإمارات بأنها منحت الناشرين قبلة الحياة للمواصلة، ولكن هناك الكثيرين الذين وجهوا متاعب ومشاق والحلول هي تدخل الحكومة في دعم صناعة الكتاب وبدل جهود متعاونة ومتكاملة للنهوض بتلك الصناعة وأن تكون هناك مبادلة واحدة واضحة الملامح بتضاهر جميع المؤسسات الحكومية المعنية. وأكد أن معدل الأمية في الوطن العربي ليس وليد

الجمارك على صناعة الكتاب وفرض ضرائب على دور النشر العربية رغم أنها رسالة، وأيضاً العالم العربي لا ينظر لصناعة النشر على أنها صناعة ثقافية مهمة ولها رسالة، الدولة العربية ليست منتجة لمستلزمات النشر ولا يوجد اهتمام من الحكومات العربية بصناعة النشر وارتفاع رسوم الإعلان والدعاية.

وأضاف محمد رشاد أن المنطقة العربية ليست لديها أي قواعد بيانات عن صناعة النشر، وأن أهم عوامل نجاح صناعة النشر في العالم العربي هو أن يصنّد الناشر لطباعة نشر الكتاب المدرسي وهذا غير موجود في العالم العربي، كذلك أن يتناسب عدد المكتبات العامة مع عدد السكان، وكذلك ضعف عملية التزويد في المكتبات المدرسية والجامعية ومختلف المؤسسات الثقافية، واقتناء الكتب. وأكد أنه لن تحل مشكلة صناعة النشر في العالم العربي دون تدخل الحكومات العربية، وأضاف أن تضاهر الجهود هو السبيل الوحيد لحل مشكلة صناعة النشر

السعودي «بجاش» والسوري «الجندي» يمثلان الإبداع العربي في «التايم لابس»

## جائزة حمدان بن محمد للتصوير تنشر المقاطع الفائزة بمسابقة «الفاصل الزمني»



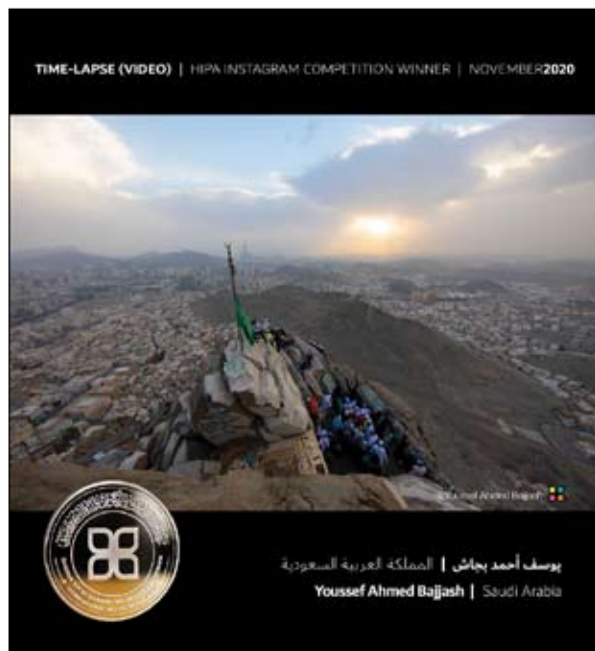
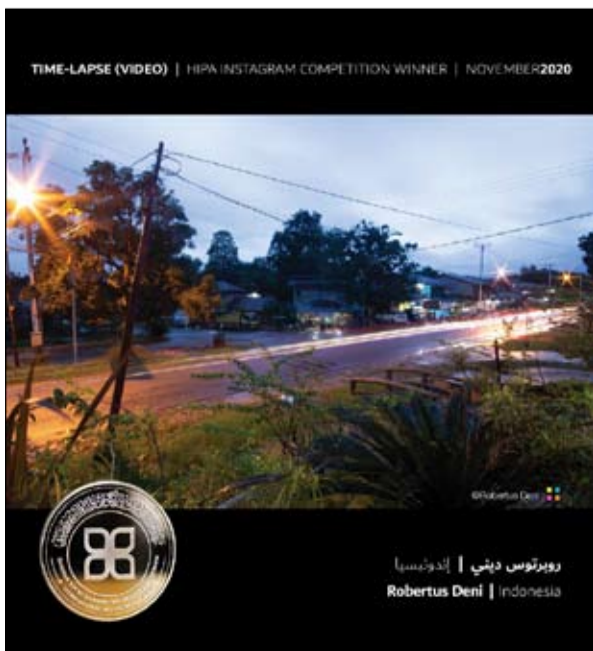
الخامس من خلال منصات التواصل الاجتماعي، لكنه بصق الفوز الأهم في هذه المسابقة وأنا أتابع الأعمال المشاركة، ويعتبرني شعور بالثقة بأنني سأكون من الفائزين، والحمد لله كان لي شرف الفوز. سبق لي الفوز بـ35 جائزة محلية وعربية ودولية، وحلمي القادم هو اعتلاء منصة التتويج بجائزة حمدان بن محمد الدولية للتصوير، فقد وصلت للمرحلة النهائية عدة مرات وهذا زادني تصميماً وعزيمة، وفوزي هذا سيكون دافعاً لي لتطوير مهاراتي.

الفنية كمصور للعالم كله، وهذا الفوز سيساعدني بشكل كبير في حياتي المهنية وطموحاتي المستقبلية. المصور السوري «مصطفى أحمد الجندي» يقول عن عمله الفائز: تم تنفيذ العمل في جامع الشيخ زايد الكبير في العاصمة الإماراتية أبوظبي، في كل زيارة للجامع كان العمال يستمعون لانتباهي بنشاطهم وعملهم المستمر، فقررت أن أصنع هذا الفيديو لأكشف للعالم أن ما يراه الزوار ما هو إلا جزء بسيط من عمل وجهد كبيرين يتّمان بشكل منظم ومستمر على مدار الساعة طيلة أيام العام، هذا فوزي

بالدوام على منهجية يومية في التعلم والاكتمال المعرفي والمهاري المستمر، فهذه المنهجية من أهم أدوات الفوز. المصور السعودي «يوسف أحمد بجاش» يقول عن عمله الفائز: تم تنفيذ العمل في مدينة مكة المكرمة على مدى عدة أعوام، فكرة العمل إظهار مدينة مكة المكرمة كإحدى المدن العالمية التي لا تنام ليلاً ولا نهاراً. دقت طعم الفوز من قبل لكن الفوز بهذه المسابقة العالمية أشعرتني بفرحة غامرة ممزوجة ببعض الثقة بالفوز بسبب الجهد الكبير المبذول في العمل خلال عدة سنوات، أطمح لعرض أعمالتي

الأمين العام للجائزة، علي خليفة بن ثالث، تقنيات التصوير لا تتوقف عن التطور والابتكار، الفاصل الزمني يحتوي على إطارات بصريّة متعددة يتعامل معها المصور تقنياً حسب رؤيته الخاصة والرسالة التي يرغب بإيصالها للمشاهد. قدّمنا هذا النمط الإبداعي للتلقي بين مبدعي العالم من جهة، ولتعريف به في مجتمعات المصورين الهواة من جهة أخرى. سعدنا بالحضور العربي النوعي في قائمة الفائزين وبمستوى الأعمال الراقية التي شاركت في المنافسة. نبارك للفائزين وننصح جميع المصورين

«مصطفى أحمد الجندي»، ورافقهم في قائمة الفائزين الصور الأوكراني «يفين ساموشينكو» والمصور الفيتنامي «دانغ جوين أنه خوي» والمصور الإندونيسي «روبرتوس ديني». وسيحصل الفائزون الخمسة على الميدالية التقديرية الخاصة بالجائزة وستنشر صورهم وأسماؤهم على الحساب الرسمي للجائزة على انستغرام HIPAAe. وقد شهدت مسابقة شهر نوفمبر استخدام الـ #TimeLapse. وفي تصريحه عن الحدث، قال سعادة

روبرتوس ديني | إندونيسيا  
Robertus Deni | Indonesiaيوسف أحمد بجاش | المملكة العربية السعودية  
Youssef Ahmed Bajash | Saudi Arabiaدانغ جوين أنه خوي | فيتنام  
Dang Nguyen Anh Khoi | Vietnamمصطفى أحمد الجندي | سوريا  
Mustafa Ahmed Jindi | Syria

## منوعات

# الفكر

39

لا توجد حياة من دون ثقافة وفن

## إلهام شاهين : هناك تاريخ طويل بين مهرجان القاهرة



أكدت الفنانة المصرية إلهام شاهين أنها لم تندم على قرار (عدم الأمومة) الذي اتخذته في حياتها، لافتة إلى أن (لورج بي الزمن فلن أختار الإنجاب، وهذا سببه أنني لن أتحمّل أن أرى أولادي يتألمون في ظل هذا العالم الصعب الذي نعيشه). وأوضحت شاهين، أن إحساسها بالأمومة التي تعيشها مع أشقائها وأولادهم، خصوصاً إلهام ابنة شقيقتها، ساعدها في المشاهد التي جمعتها بالتمثلة أمينة خليل في فيلم (حظر تجول) الذي حصلت عنه على جائزة أفضل ممثلة في الدورة الأخيرة من مهرجان القاهرة السينمائي.

كما أعربت عن سعادتها بالجائزة التي حصلت عليها، معتبرة أن مهرجان القاهرة (وش السعد عليها)، لاسيما وأنها حصلت الجائزة عن الفيلم رقم 101 في مسيرتها السينمائية.



• غبت سنوات عدة عن الأعمال الفنية. فما السبب؟  
- هذه طبيعة المرحلة التي أعيش فيها وأنا أحاول أن أحافظ على تاريخي، ولا أريد أن أقدم أعمالاً مجرد التواجد. والحمد لله، لم أنتازل أو أقدم أعمالاً ليس لها قيمة، وأفلامي (بتلف) مهرجانات العالم.

• هل من الممكن أن تعودى لتجربة الإنتاج مرة أخرى؟  
- بالتأكيد، وهذا مرهون بتوافر فلوس أحوشها من عملي كممثلة.

• هل ندمت على قرارك بعدم الأمومة؟  
- لم أندم إطلاقاً. أولاً، أنا عشت أوموتي مع أصحابي وأشقائي.

• ولورج بي الزمن فلن أختار الإنجاب، وهذا سببه أنني لن أتحمّل أن أرى أولادي يتألمون في ظل هذا العالم الصعب الذي نعيشه.

• وكيف تقضين وقت فراغك، عندما لا تكونين مُتَشغلة بعمل فني؟  
- عادة، أنا من عشاق السفر، لكن في ظل ظروف (كورونا) أكتفي بالقراءة في مجالات مختلفة، ما يعوضني عن السفر، وأعتبرها نوعاً آخر من السفر عبر الأفكار.

عمرها 70 سنة، واخترت (لوك) الشعر الأبيض الطويل والملابس القاتمة، وساعدتني في ذلك إيناس شقيقتي التي تعمل (ستايلست).

أما الأداء، فأعتبر هذه الشخصية من أصعب الأدوار التي قدمتها في حياتي، خصوصاً في المشاهد التي جمعتني بأمينة خليل، وهنا حاولت استحضار إحساسي بالأمومة التي أعيشها مع أشقائي وأولادهم، خصوصاً إلهام ابنة شقيقتي.

• وماذا عن تعاونك الأول مع المخرج أمير رمسيس؟  
- قبل ان يجمعني فيلم (حظر تجول)، كنت متابعة لشغله وأعجبني جداً فيلم (فرق توقيت) الذي قدمه مع الراحل نور الشريف، وسعدت جداً عندما عرض عليّ سيناريو (حظر تجول)، وأعجبني جداً أسلوبه ككاتب ووجدت من خلال فيلمه مواقف لم أعشها في أي عمل فني قدمته.

• كيف تترين عودة المهرجانات الفنية، خصوصاً السينمائية في زمن (كورونا)؟  
- الحياة لا بد أن تستمر، علينا أن نأخذ الإجراءات الاحترازية التي تحميها. وكون الحياة عادت للفعاليات الفنية، فهذا شيء طبيعي ولا توجد حياة من دون ثقافة وفن.

• وماذا عن (حظر تجول)، وكواليس تعاونك مع المخرج أمير رمسيس؟  
- منذ سنوات وأنا أشعر بأثني وصلت إلى حالة من التشبع، وأقول لنفسي ماذا سأقدم بعد 100 فيلم، إلى أن عرض عليّ المخرج أمير رمسيس (فاتن) بطلّة فيلم (حظر تجول).

• وما الذي وجدته في شخصية (فاتن) ولم تقدميه من قبل؟  
- أولاً، الحالة التي يقدمها الفيلم جديدة علىّ تماماً، ثم تأتي الشخصية التي جذبتني بتفاصيلها. فهي سجيئة تقضي 20 عاماً من عمرها خلف القضبان، في قضية قتل زوجها، فتخرج إلى الدنيا لتجدها تغيرت وابتها التي تركتها ابنة 4 سنوات أصبحت أما وزوجة. ويصادف يوم خروجها أن يكون هناك حظر تجول في البلد، حيث تدور أحداث الفيلم بالكامل في يوم واحد.

• وكيف حضّرت للشخصية سواء من ناحية الشكل أو الأداء، خصوصاً أنك ظهرت بسن أكبر من سنك الحقيقية؟  
- بالنسبة إلى المظهر الخارجي، حاولت أن أظهر للناس تأثير الزمن على هذه السيدة التي قضت زهرة شبابها خلف القضبان. فحاولت إظهارها وكان

• أولاً، نبارك لك على فوزك بجائزة أفضل ممثلة التي حصدها أخيراً في مهرجان القاهرة السينمائي. بماذا تخبريننا عن هذا الفوز؟  
- مهرجان القاهرة (وش السعد عليّ)... سعادتي لا توصف، لا سيما وأنتي حصدت الجائزة عن الفيلم رقم 101 في مسيرتي السينمائية (حظر تجول).

هناك تاريخ طويل بيني وبين مهرجان القاهرة، وسبق وحصدت العديد من الجوائز منه عن أفلامي، منها (يوم للستات) و(يا دنيا يا غرامي).

## دينا فؤاد تروج مسلسلها الجديد (جمال الحرير)



نشرت النجمة دينا فؤاد، عبر صفحتها على (إنستغرام)، بوستراً دعائياً لمسلسلها الجديد (جمال الحرير)، الذي تشارك في بطولته بجانب النجمة اللبنانية نور والنجم خالد سليم، ومن إنتاج شركة سينرجي، والمقرر عرضه على الشاشات قريباً.

وتصدرت دينا فؤاد البوستر، حيث ظهرت بشكل مختلف وجذاب، وخلفها أياد تلتف حولها، في إشارة إلى أن العمل يحمل طابع الإشارة والتشويق، حيث تظهر النجمة بشخصية جديدة ومختلفة عليها تماماً، لم تقدمها من قبل، إذ تتحدى وجه القمر نفسها في العمل الدرامي الجديد، وتتخلّى عن جمالها وتظهر قدراتها التمثيلية، خصوصاً أن الدور يعتمد على التمثيل والانفعالات، ويندرج تحت الأدوار المركبة والصعبة.

وأعربت عن سعادتها بالشخصية وفريق العمل والمخرجة منال الصفي، مؤكدة أن العمل تحت قيادة مخرجة واعية تفهم الممثل وتحبه شيء عظيم، موضحة أن أجواء العمل تتسم بالسعادة والحب بين كل الأبطال والبطلات.

الجدير بالذكر أن مسلسل (جمال الحرير) من إنتاج (سينرجي)، وبطولة إسلام جمال، فراس سعيد، حازم سمير، كريم عبد الخالق، رنا رئيس، محمد شاهين، ومن تأليف سوسن عامر، وإخراج منال الصفي.

## رندا حجاج : الطمع والمادة يسيطران على أعمالها الجديدة



تصور الفنانة رندا حجاج مشاهدتها في مسلسل (أمينة حاف)، المقرر عرضه ضمن أعمال الموسم الدرامي لرمضان المقبل.

وحول شخصيتها في العمل، قالت حجاج: (أجسد شخصية فوز، وهي فتاة لديها أطماع مادية تحركها في اتخاذ مواقف تجاه أبطال العمل، ويكون مصيرها بالنهاية مشؤوماً، نتيجة تلك الطباع غير السوية).

وأوضحت: (تبدو الشخصية قريبة من آخر أدوار في مسلسل (أبشر بالسعد)، حيث جسدت شخصية المحامية ابتسام، التي تعمل في مكتب المحامي، وأظهر بالعمل نوايا خبيثة تحركها المادة أيضاً، رغبة في الحصول على مكاسب شخصية).

وأكدت حجاج: (رغم أن الطمع والمادة يسيطران على أعمالها الجديدة، لكن هناك اختلافاً كبيراً بين الشخصيتين، سواء في شكل الدور أو مضمونه، لكن الرسالة في العملين واضحة، حيث يجب على الإنسان الحذر من الآخرين، وخاصة ممن تظهر عليهم النعمة فجأة).

وتابعت: (لا أخشى تجسيد أدوار متتالية لا تتسم بالطبيعية، بل تحمل جانباً من الشر والخبيث، حتى لا يرتبط بي المشاهد في أدوار محددة، كالثقاة المسألة).

وأضافت حجاج أن (أمينة حاف) من تأليف علي دوحان، وإخراج سائد الهوارى، وبطولة الفنانة إلهام الفضالة وخالد العجيري وشهاب جوهر وطيف وفي الشرقاوي وليالي دهراب وعبدالله الطليحي وصمود المؤمن وغيرهم.

# الغسل

## نصائح تنظيف الغسالة ذات الرائحة الكريهة



من البديهي أن تخرج الملابس من الغسالة، نظيفة وذات رائحة طيبة. بالمقابل، تدل الملابس المغسولة سيئة الرائحة إلى ضرورة العناية بالغسالة، والصيانة.

صودا الخبز والخل  
• يُخلط 14 كوباً من الماء وربع الكوب من صودا الخبز معاً في وعاء صغير، فيُضاف الخليط إلى درج الغسالة حيث يوضع عادة منظف الغسيل.

• يُصب كوبان من الخل مباشرة داخل الغسالة الفارغة.  
• تشغل الغسالة، في دورة كاملة، وليس مجرد دورة عصر (أو دورة شطف)، وباستخدام الماء الدافئ / الساخن.  
• لمجرد الفراغ من دورة الغسل، يمسح الجزء الداخلي من الغسالة، بواسطة إسفنجة، مع محاولة الوصول إلى كل الزوايا والشقوق.

منع الروائح الكريهة

- تمسح السطح الداخلية للغسالة، بانتظام، باستخدام منشفة داخلة مبللة بالخل.
- ثمة طريقة أخرى، في تنظيف الغسالة، وفق الآتي: يُضاف كوبان من المبيض إلى درج المنظف في الغسالة الفارغة، مع تشغيلها في دورة ساخنة، لكن يجب إيقافها بمجرد أن يبدأ الماء في الدوران. يُترك الماء الساخن والمبيض في الغسالة لنحو ثلاثين دقيقة. ثم يتم إنهاء تشغيل الحمل حتى تتم إزالة آثار التبييض المتبقية.
- يجب التأكد من شطف المبيض جيداً، قبل استخدام الغسالة مرة أخرى. إذا كان هناك أي مبيض متبقٍ، فقد يبلع الغسيل أي شيء آخر يلامسه.
- تُستخدم المنظفات المخصصة للآلات عالية الكفاءة، لأنها تنتج رغوة أقل أثناء عملية التنظيف، مقارنة بالمنظفات العادية.

## أطعمة جديدة تزيد من خطر الإصابة بقصور القلب

حذرت دراسة من أن الأطعمة فائقة المعالجة، مثل الوجبات الجاهزة والسريعة كرقائق البطاطس والمشروبات الغازية، يمكن أن تؤدي إلى زيادة خطر الإصابة بقصور القلب بنسبة 58%.

ودرس خبراء من إيطاليا النظم الغذائية وصحة 22000 شخص، ووجدوا أن الاستهلاك المنتظم مثل هذه الأطعمة زاد من معدلات الوفيات المبكرة بنسبة 26%.

وقال الفريق إنه في حين وُجّهت العديد من الانتقادات إلى نسبة السكر العالية النموذجية في الأطعمة المصنعة، فقد تأتي المشاكل من المعالجة نفسها.

وقالت عالمة الأوبئة ليسيا إياكوفيللو، من جامعة إنسوبريا بإيطاليا: "الجهود الرامية إلى توجيه السكان نحو نظام غذائي أكثر صحة لم يعد من الممكن معالجتها إلا من خلال حساب السرعات الحرارية أو من خلال الإشارات الغامضة إلى حمية البحر الأبيض المتوسط، والشباب، على وجه الخصوص، يتعرضون بشكل متزايد للأطعمة المعبأة - سهلة التحضير والاستهلاك، جذابة للغاية ورخيصة بشكل عام."

ودرس الدكتور إياكوفيللو وزملاؤها في دراستهم العادات الغذائية وصحة 22000 شخص على مدى ثماني سنوات.

ووجدوا أن هؤلاء الأشخاص الذين تناولوا بانتظام الأطعمة المصنعة بشكل كبير - أي 14.6% من نظامهم الغذائي العام - كانوا أكثر عرضة بنسبة 26% للوفاة المبكرة.

وعلاوة على ذلك، وجد أن هذه الأطعمة تزيد من خطر الوفاة بسبب أمراض القلب والأوعية الدموية على وجه التحديد بنحو 58%.

كما قالت معدة البحث، ماريالا بوناتشيو: "تقييم عادات التغذية، استخدماً تصنيف NOVA الدولي، الذي يميز الأطعمة على أساس مقدار خضوعها للاستخراج أو التثقيب أو التغيير."

وأضافت عالمة الأوبئة من معهد نيورولوجيكو ميديتراينو نيوروميد، في بوزيلي: "وفقاً لملاحظتنا، فإن الأشخاص الذين يستهلكون كميات كبيرة من هذه الأطعمة لديهم مخاطر متزايدة للوفاة من أمراض القلب والأوعية الدموية والأوعية الدموية الدماغية."

وقال الباحثون إن السكر غالباً ما يتحمل اللوم في الزيادة في معدل الوفيات، لكن الواقع قد يكون أكثر تعقيداً.

وقال معد البحث وعالم الأوبئة أوغوستو دي كاستلنوفو من Mediterranean CardioCentro في نابولي: "وفقاً لتحليلاتنا، يلعب فائض السكر دوراً، لكنه لا يمثل سوى 40% من مخاطر الوفاة المتزايدة. فكرتنا هي أن جزءاً مهماً لتعبئة المعالجة الصناعية نفسها، القادرة على إحداث تغييرات عميقة في هيكل وتكوين العناصر الغذائية."

وقال الفريق إن الناس بحاجة إلى إدراك أن الأكل الصحي هو أكثر من مجرد حساب السرعات الحرارية، بينما يجب على الشباب التفكير مرتين قبل تناول الأطعمة المعلبة."

وأضافت إياكوفيللو: "هذه الدراسة وغيرها من الأبحاث الدولية التي تسير في الاتجاه نفسه، تخبرنا أنه في عادات التغذية الصحية، يجب أن تكون الأطعمة الطازجة أو المعالجة بالحد الأدنى من الأهمية يمكن. إن قضاء بضع دقائق أخرى في طهي وجبة غداء بدلاً من تسخين وعاء في الميكروويف، أو ربما تحضير شطيرة لأطفالنا بدلاً من وضع وجبة خفيفة معبأة مسبقاً في حقيبة الظهر، هذه هي الإجراءات التي ستكافئنا."



لبنانيون يرتدون ملابس سانتا كلوز ويركبون مجاديف في مدينة البترون الساحلية شمال لبنان. (ا ف ب)

## قرأت لك

فوائد التفاح



يحتوي عصير التفاح على 10% من سكر و9% سكر بسيط وهو سكر الفركتوز ويحتوي على فيتامين C وفيتامين B المفيد لعمل الجهاز العصبي.

فوائده:

- التفاحة تساعد على الهضم بكثرة للعاب الذي تزيد إفرازه.
- تقاوم الغازات والامساك بسبب وجود البكتين.
- تساعد على تقليل نسبة الكوليسترول والدهون في الدم.
- مصدر جيد للبوليتاسيوم الذي يساعد على التقليل من مخاطر الإصابة بارتفاع ضغط الدم.

## سؤال وجواب

• من صاحب ملحمة الألياذة؟

-فرجيل

• ما هي القرائص؟

-العضلة بين الكتف والكتف والتدي.

• ماذا تعني الصفا والثروة؟

-الصفا هي الحجارة المساء والمرورة الحجارة البيضاء.

• كم يبلغ عدد بحور الشعر العربي. ومن وضعها؟

16 -بحرا ووضعها الجاحظ.

• من صاحب الألياذة والأوديسا؟

-هوميرس

## هل تعلم؟

- كان للحمام الزاجل إدارة خاصة في البريد في العهد العباسي.
- هل تعلم أن المذهبات هي العلفات أو القصاصد القديمة في الشعر الجاهلي وكانت تكتب بماء الذهب.
- هل تعلم أن عدد الآلات التي تستخدم لقص الحشائش في الولايات المتحدة 70 مليون آلة وتسبب هذه الآلات تلوث للبيئة يعادل ما تسببه 30 مليون سيارة.
- هل تعلم أن أول من سعد إلى الفضاء الخارجي هو ( يوري جاجارين ) الروسي على متن المركبة ( فوستيك ).
- هل تعلم أن الأظافر إذا أزيلت جراحياً أو فقدت لأي سبب فإنها تأخذ مائة يوم لكي تعود كما كانت مرة أخرى.
- تتجدد رموش عين الانسان باستمرار، ويبلغ متوسط عمر الرموش الواحد حوالي 150 يوماً.
- هل تعلم أن وزن الطن من الحديد بعد أن يصدأ تماماً يصبح ثلاثة أطنان.

## قصة شروقا

عندما حان موعد شروق الشمس ومع أول خيوطها الذهبية اطلت المولودة بوجهها الصغير الرائع ... وصرخت القابلة مبروك انها بنت رائعة الجمال وجهها مشرق وجاءت للدينا باتسامه جميلة فهل الاب الذي ينتظر هذه اللحظة منذ سنوات طويلة وقال انها شروق .. أسمها شروق.

مرت سنوات كثيرة تكبر فيها شروق وتكبر حتى صارت عروس فاقته شعرها بمثل خيوط الشمس الذهبية ووجهها اجمل ما تراه في البلدة الآمنة حتى جاء يوم تنظره كل ام حين يتقدم منها من يقول زوجيني ابنتك ولكن هنا فالامر مختلف فقد كان ابن الوزير هو من جاء ولكنه يريد بها في بيته جارياً وليست زوجة وعندما قال الاب كلمته ابنتي ليست جارياً صرخ هذا الشاب وهدد بالقتل والخراب لمن يعصي له كلمة لكن الكلمة هنا كانت كلمة شروق تلك الذكية الجميلة الفاتحة والمآكرة، نعم مآكرة فهي تعرف ان ابها لن يستطيع محاربة ابن الوزير وقد عرف عنه الغضب السريع وسفك الدماء، حسناً ايها الشاب اتركني بضعة ايام وتعالى لتأخذني، ذهب وكان في قمة سعادته فسكنون عنده جارياً اجمل من كل جوارى الملك بل الدنيا بأسرها.

مساء ارتدت شروق احلى ما عندها، تجملت وهي الجميلة، تزينت وهي زينة فتيات المدينة وتسملت بهدوء إلى القصر، نعم طلبت مقابلة الملك وعندما سمع رئيس الحرس بمطلبها ضحك، وقال مندهشاً الملك نفسه تريدان مقابله فقالت وستندم ان لم تبغ ذلك، اؤكد لك انك ستندم ان لم تبغ، وصل الكلام إلى الملك وكان يجلس مع عائلته للعشاء الملكة وابنتها وابنها .. اميراً وسيم تمنها كل فتاه، انحت شروق بتحية رقيقة وبصوت هادي قالت جئت استجير بمولاي الملك ان استطاع ان يجيرني فانقض الملك، وقال وان لم اجيرك انا فمن يستطيع غيري هاتي ما عندك .. حك ما حدث ووافقت انها لن تكون جارياً لاحد وان ارادها زوجة فهي ايضا لن تقبل به فان يده ملوثة بالدماء ومن لا يخاف الملك لا يتورع عن عمل اي شيء، فكيف تأمن على نفسها زوجة له .. صوت جميل وكلام يدخل القلوب خاصة ان كان قلب امير السويم وقلب الملكة الام التي اعجبت بشجاعة تلك الفتاة التي تصلح بكلماتها وهونها وجمالها ان تكون زوجة امير، وسبقدر الشعب كثيراً ان تكون زوجة الملك القادم فتاه من وطنهم تكسب وهم وتضع المملكة بين يديها ويد زوجها .. حسناً كل شيء يسير كما ارادت شروق ارسل الملك في طلب والد شروق ليطلب ابنته زوجة للامير وعلنت الافراح والترسمت السعادة على كل وجه ما عدا وجه ابن الوزير، فكيف له ان يتحدى الملك وعندما أعلن غضبه بطريقته عند بيت شروق وجد الحرس في انتظاره، حضرت كل المدينة عرس الامير والاميرة ولكن الوزير وابنه لم يحضرا ذلك العرس فليس من المتبع ان يخرج السجناء من سجونهم ليحضروا الاعراس والحفلات.

