

منوعات

الفكر

الجمعة 15 أكتوبر 2021 م - العدد 13367

Friday 15 October 2021 - Issue No 13367

علماء يستخدمون غرسة دماغية لعلاج الاكتئاب لدى امرأة

خضعت امرأة أمريكية لعملية جراحية فريدة من نوعها لزراعة غرسة دماغية لعلاج الاكتئاب الشديد الذي تعاني منه، بعد أن استنفدت جميع خيارات العلاج الأخرى.

وتقول المريضة التي تدعى سارة (36 عاماً) إن حياتها أصبحت أفضل بشكل لا يصدق منذ زراعة غرسة بحجم علبة الثقاب في جمجمتها، وذلك بعد أن عانت من الاكتئاب لسنوات، وفشلت جميع العلاجات الأخرى، بما في ذلك مضادات الاكتئاب والعلاج بالصددمات الكهربائية. وأثبتت عملية الزرع أنها رهان رابح، فقد استطاعت التخلص من الاكتئاب منذ أكثر من عام.

وقالت سارة لبي بي سي "لقد استنفدت جميع خيارات العلاج الممكنة. أصبحت حياتي اليومية مقيدة للغاية. شعرت بالتعب كل يوم، وكنت بالكاد أنتحرك أو أفعل أي شيء. وعندما كنت في أعماق الاكتئاب، كل ما رأيته كان قبيحاً".

ولكن عندما تم تشغيل الزرعة لأول مرة، تغير كل شيء. وبدأ الأمر بعملية جراحية استمرت يوماً كاملاً، وتضمنت حفر ثقب في جمجمتها ثم من خلالها توصيل الأسلاك الكهربائية مباشرة بدماغها، وجرى وضع الوحدة التي تحتوي على البطارية ومولد النبض في العظم، أسفل فروة رأسها مباشرة.

لا الوراثة ولا الشيخوخة .. هذا سبب تساقط الشعر

ينظر البعض إلى تساقط الشعر على أنه أمر غير قابل للعلاج، ويعتقدون أن السبب وراء ذلك متعلق بالشيخوخة أو الوراثة، لكن دراسة جديدة تقدم تفسيراً جديداً للظاهرة التي تؤثر على الكثيرين. وذكرت الدراسة، التي نشرت في دورية "المجلة الدولية لعلوم التجميل"، أن المفتاح في مكافحة تساقط الشعر هو محاربة الضغوط البيئية التي تحيط بالإنسان، مثل التعرض للأشعة فوق البنفسجية والتلوث.

وأضافت أن هذه العوامل تعصف بصحة فروة الرأس، مما يجعل من الصعب على شعرنا أن يظل ثابتاً فوق هذه الفروة.

وتوصلت الدراسة إلى أن مضادات الأكسدة يمكن أن تساعد في تقليص الإجهاد التأكسدي في فروة الرأس، مما يساعد الشعر في البقاء ثابتاً في جذوره. ويعكس هذا الإجهاد بشكل أساسي حالة من عدم التوازن بين الأكسجين المنتج والمحتفظ به في خلايانا. وكان هناك اعتقاد في الماضي بوجود صلة بين الإجهاد التأكسدي وتساقط الشعر، لكن مؤلفي الدراسة الجديدة يؤكدون بشكل قاطع دور هذا الإجهاد في تساقط الشعر، عن طريق إضعاف الصلة الرابطة بين شعرنا وفروة رأسنا.

متى يجب استشارة الطبيب بسبب احمرار العين

التهاب العين من المتاعب الصحية المزعجة بسبب تدهور الرؤية. وقد يكون السبب بسيطاً مثل ذرة غبار في العين، وقد ينذر بمرض خطير مثل التهاب القرنية، الذي يهدد بالعمى إذا لم يعالج.

أوضح طبيب العيون الألماني لودغر فولرينغ أن التهاب العين يظهر في صورة احمرار العين وزيادة الإفرازات الدمعية، مشيراً إلى أن سببه قد يكون بسيطاً مثل غبار في العين، أو قلة السائل الدمعي، أو الحساسية، مثل حساسية حبوب اللقاح.

وأردف فولرينغ أن التهاب العين قد يهدد بمرض خطير مثل التهاب القرنية، الذي قد يؤدي إلى العمى.

ومن جانبه، أشار طبيب العيون الألماني فليب ستيفن إلى أن التهاب العين قد يشير إلى التهاب الملتحمة، الذي يؤدي إلى زيادة الإفرازات الدمعية مع الشعور بحكة، أو التهاب القرنية، المصحوب بألام شديدة مع الشعور بحرقان، وتراجع القدرة على الإبصار.

وبالسؤال عن العدوى بالتهاب العين، أوضح ستيفن أن الأمر يتوقف على نوع التهاب حيث يكون مُعدياً إذا كان سببه فيروساً وبكتيريا مثل التهاب الملتحمة، والتهاب القرنية، حيث يتعين على المريض الالتزام باشتراطات النظافة الصحية، بالامتناع عن استخدام مناشف مشتركة مع الغير.

ص 22

في إكسبو 2020 دبي .. نانسي

عجزم وراغب علامة يؤحدان

العالم عبر قوة الموسيقى

ص 31

صابرين:

المسلسلات القصيرة

أنعشت سوق الدراما



ثلاثة حلول منزلية تساعد على التخلص

من علامات التمدد على الجسم

ص 23

المراسلات، ص:ب 505

email:munawaat@alfajrnews.ae

سماعات أبل جديدة

لتحسين السمع

تدرس شركة "أبل" الأميركية طرقاً لتحويل سماعتها "إيربودز" إلى جهاز صحي يستخدم في تحسين السمع وقراءة درجة حرارة الجسم ومراقبة حالته، وفقاً لوثائق أطلعت عليها صحيفة "وول ستريت جورنال" الأميركية ونقلًا عن أشخاص مطلعين على هذه الخطط. وأشارت المصادر إلى أن المزايا الجديدة المقترحة غير متوقع طرحها العام المقبل وقد لا يتم طرحها أبداً أو قد يتغير التوقيت. ورفضت متحدثة باسم شركة "أبل" التعليق للصحيفة على هذه الأنباء. وتطور الشركة بالفعل نماذج من سماعات "إيربودز" قادرة على أخذ درجة حرارة جسم من يرتديها عن طريق الأذن. وتشير الصحيفة إلى أن هذه السماعات ستستخدم تقنية مستشعرات الحركة وستنبه مرتديها لتحسين حالة أجسامهم. طرح مثل هذا النوع من السماعات، سيفتح المجال أمام شركة "أبل" للوصول إلى فئات جديدة من المستهلكين، إذا يعاني ملايين الأشخاص من مشاكل في السمع في الولايات المتحدة. وتشير تقارير صادرة من جامعة جونز هوبكنز إلى أن نحو 28 مليون أمريكي يعانون من فقدان خفيف للسمع، ويستخدم 5 في المئة منهم أجهزة خاصة لمساعدتهم على السمع..

العودة إلى المدارس ترفع

معدل الإصابة بكوفيد- 19

كشفت دراسة أمس الخميس أن معدل الإصابة بمرض كوفيد- 19 بين الأطفال في إنجلترا زاد في سبتمبر أيلول بعد العودة إلى المدارس من عطلة الصيف، وهو ما أبقى الإصابات مرتفعة وإن كانت تراجعت بين البالغين. وتسجل بريطانيا في الوقت الراهن أعدادا إصابات أعلى من بقية البلدان الغربية، لكن الإصابات لم تزد مقارنة بالمدلات المسجلة خلال الصيف بعد العودة إلى المدارس في سبتمبر أيلول على الرغم من ارتفاع الإصابات بين الأطفال. وكشفت الدراسة التي أشرفت عليها إمبريال كوليدج لندن أن معدل انتشار الإصابة في الفئة العمرية بين 13 و 17 عاما بلغ 2.55 بالمئة بين 9 و 27 سبتمبر أيلول، بينما بلغ معدل الانتشار في المرحلة العمرية بين 5 أعوام و 12 عاما 2.32 بالمئة.



تعتبر أمراض القلب والأوعية

الدموية من المسببات الرئيسية

للوفاة في العالم، غير أن تغيير

نمط الحياة والنظام الصحي

يساعد بدرجة كبيرة في

تجنب هذه المخاطر،

وتحسين صحة

القلب. ما هي

الأغذية التي

ينصح بها لتعزيز صحة القلب؟

فواكه مفيدة للحفاظ على قلب سليم ينبض بالحب والحياة

الفول السوداني: من المصادر عالية للدهون الأحادية غير المشبعة ويعتبر مفيداً جداً لصحة القلب.

مفاجأة.. للمكسرات فائدة صحية أيضاً كشفت دراسة جديدة أنه على الرغم من ارتفاع السعرات الحرارية في المكسرات، فإن تناول مقدار منها يومياً قد يساهم في الحد من زيادة الوزن لاسيما عندما تكون بديلاً عن أغذية ذات فائدة صحية أقل. وأجرى الباحثون دراستهم على 126 ألفاً و 190 من البالغين الأصحاء في منتصف العمر لمدة تراوحت بين 20 و 24 عاماً. وفي البداية، كان المشاركون يتمتعون بوزن صحي أو لديهم زيادة طفيفة في الوزن. وبنهاية الدراسة أصبح نحو 17% من المشاركين يعانون من السمنة.

وقال الباحثون في دورية الطب البريطانية إن الأشخاص الذين يزيد مقدار ما يتناولونه من مكسرات إلى نحو 14 غراماً يومياً تقل احتمالات إصابتهم بالبدانة بنسبة 3%. كما أشاروا إلى أن تناول الجوز يومياً بكمية مماثلة يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بالسمنة 15%. بينما يرتبط تناول مكسرات مثل الكاجو واللوز بانخفاض احتمالات الإصابة بالسمنة 11%. من جهتها، قالت الدكتورة ديردري توبائيس، الأستاذة بكلية الطب بجامعة هارفارد في بوسطن والمشرقة على الدراسة، إن زيادة نسبة المكسرات في الغذاء اليومي قد يساعد في الحفاظ على وزن صحي بعدة طرق.

في المجلة الأمريكية للتغذية السريرية أن تناول 150 غراماً من التوت الأزرق يومياً قد يساعد في تقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية بنسبة تصل إلى 15 بالمئة. وأشارت الدراسة إلى أن تغيير نمط الحياة، بما في ذلك تعديل النظام الغذائي، يمكن أن يساعد أيضاً. التفاح: الفاكهة الوحيدة التي لا خلاف على فوائدها الصحية، فهي تساعد في تحسين صح القلب. ووفقاً للدراسة الأمريكية، وُجد أن النساء اللاتي يأكلن التفاح بانتظام تقل عندهن مخاطر الإصابة بأمراض الشريان التاجي بنسبة 13 إلى 22 في المائة مقارنة بالنساء اللواتي لم يتناولن أي قطعة منها.

الفواكه الحمضية: يشتهر البرتقال والليمون والغريب فروت باحتوائه على مستويات عالية من فيتامين سي الذي يساعد بدوره في تعزيز المناعة. بالإضافة إلى ذلك، تساعد ثمار الحمضيات أيضاً في الحفاظ والسيطرة على مستويات الكوليسترول مما يساعد بالتالي على الابتعاد عن أمراض القلب والأوعية الدموية. وذكر في كتاب (Healing Foods): "تحتوي الحمضيات على الهيسبريدين، الذي يمكن أن يقلل من أعراض ارتفاع ضغط الدم، وتصلب الشرايين، والكوليسترول الضار (LDL) في الدم. كما يمكن لمضادات الأكسدة الفلافون أن تقلل من خطر الإصابة بالسكتات الدماغية عند النساء" K بحسب ما نشره موقع (NDTV) الأمريكي.

أمراض القلب والأوعية الدموية هي أحد الأسباب الرئيسية للوفاة في العالم، فوفقاً لاتحاد القلب العالمي، فإن أمراض القلب تؤدي بحياة أكثر من 18 مليون شخص كل عام، على مستوى العالم. وكان من المعتقد أن النساء أقل عرضة لأمراض القلب من الرجال، ولكن قد تبين أنهن معرضات لمخاطر أمراض القلب بنفس قدر الرجال. غير أن الخبر الجيد، أنه من الممكن إجراء فحوصات سنوية للتأكد من أي أعراض والوقاية من حدوث مشاكل قلبية خطيرة، إضافة إلى أن اتباع نظام غذائي صحي ونمط حياة صحي يشكلان أهم العوامل الرئيسية التي من شأنها تحسين صحة القلب. ويهدف زيادة الوعي بأمراض القلب والأوعية الدموية وكيفية السيطرة عليها لإبطال تأثيرها العالمي، يتم الاحتفال باليوم العالمي للقلب كل عام في 29 أيلول- سبتمبر، حيث تقدم العديد من الصنائح مثل عدم التدخين، ممارسة الرياضة والتغذية السليمة. وينصح بالآتي:

الجوز: يتمتع الجوز بمذاق لذيذ لإضافة إلى النكهة الرائعة التي يضيفها على بعض الأطعمة والسلطات.

إلى جانب ذلك، يعتبر الجوز من الأغذية المهمة للصحة، حيث يحتوي على أحماض أوميغا 3 الدهنية الغنية. ويعتقد الخبراء أن تناول الجوز يومياً قد يقلل من خطر الإصابة بالعديد من أمراض القلب والأوعية الدموية.

التوت البري أو الأزرق: مذاق حلو ونكهة مميزة، ومفيدة جداً لتعزيز المناعة. إلى جانب ذلك، كشفت دراسة نشرت

أصحاب الحساسية أكثر

عرضة للاضطرابات النفسية

قد يكون الأشخاص المصابون بالربو والتهاب الجلد، وحمى القش أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب والقلق والاضطراب ثنائي القطب واضطرابات الصحة العقلية الأخرى، وفقاً لدراسة نشرت يوم الأربعاء الماضي في مجلة "كلينيكال أيرجي" الطبية.

خلال الدراسة، قام الباحثون بتحليل بيانات ما يقرب من 1.8 مليون بالغ في إنجلترا واسكتلندا وويلز وأيرلندا الشمالية، ممن تم تشخيصهم بأمراض الحساسية بشكل عام بالإضافة إلى الربو وحمى القش والتهاب الجلد التأتبي، وهو نوع من الأكزيما.

وأظهرت النتائج، أن المصابين بأمراض الحساسية كانوا أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب بنسبة 45% مقارنة بالأشخاص غير المصابين بالحساسية، وأكثر عرضة للقلق بنسبة 29%. كما تبين بأن المصابين بالحساسية كانوا أكثر عرضة بنسبة 25% للإصابة باضطراب ثنائي القطب، وهو اضطراب مزاجي يتميز بفترات من الاكتئاب وتحسن الحالة المزاجية بشكل غير طبيعي.

وبحسب الباحث المشارك من جامعة بريستول بانكلترا، بودو أغري، فإن الباحثين لم يتمكنوا من تحديد السبب وراء العلاقة بين الحساسية وحالات الصحة العقلية المذكورة آنفاً.



لقاح الجرعة الواحدة .. خطوة

مهمة للحماية من كورونا

خلصت دراسة أمريكية جديدة إلى أن متلقي لقاح "جونسون آند جونسون" يصبحون في وضع أفضل في حال تلقوا جرعة تعزيز من لقاحات أخرى مثل "فايزر" و "مودرنا". ويتميز لقاح "جونسون آند جونسون" عن بقية اللقاحات بأنه يعطى على جرعة واحدة لا اثنتين. وفحصت دراسة معاهد الصحة الوطنية في الولايات المتحدة حالات 450 شخصاً بالغاً، تلقوا اللقاحات المعتمدة في البلاد، ومن بينها لقاح "جونسون آند جونسون".

وكانت الغاية من الدراسة معرفة مزايا وعيوب استخدام جرعات التعزيز المختلفة، بحسب ما أفادت وسائل إعلام أمريكية أمس الأول الأربعاء.

وتم تقسيم المتطوعين في الدراسة إلى مجموعتين، الأولى تلقى أفرادها جرعة تعزيز إضافية من اللقاح الآخر، والثانية تلقى أفرادها جرعة تعزيز من لقاح آخر. وعمل الباحثون على قياس مستويات الأجسام المضادة بعد أسبوعين و4 أسابيع من منح الجرعة المعززة.

عارضات أزياء مصريات يسعين

لتغيير المعايير في عالم الموضة

كان السائد في مصر حتى اليوم أن تكون عارضات الأزياء غالباً "من أوروبا الشرقية وذوات بشرة وشعر وعيون فاتحة اللون"، بحسب مؤسسة شركة "أون" إيمان الديب التي تعمل على تغيير معايير الجمال "عفا عليها الزمن". وقد بدأت الديب البالغة 28 عاماً وصاحبة القوام النحيل للغاية والشعر المجعد، مشوارها المهني قبل عشر سنوات في ميلانو بإيطاليا حيث نهها "مصورون كبار" إلى أنها "أول عارضة مصرية بصادفونها". وتتساءل العارضة التي ظهرت على صفحات مجلة "فوغ العربية"، من مكتبها في قلب القاهرة "لكن لماذا؟ ... صحيح أن صناعة الموضة لا تزال في طور النمو في العالم العربي .. ولكن إلى هذا الحد؟". وخلال هذه السنوات العشر، تحسن الوضع، بحسب موقع "ذي فاشون سيوت المتخصص، وخلال موسم خريف 2021 كانت 43% من العارضات من ذوات البشرة الملونة، وهي نسبة قياسية. لدى عودتها إلى القاهرة في نهاية 2018، شعرت الديب أن الوضع بات مهيناً وأست مع شقيقتها يسرا شركة "أون"، أو (نهضة) بلغة النوبيين وهم أقلية اثنية ذات بشرة سمراء في جنوب مصر، من أجل تدريب فتيات "يطمحن أن يصبحن عارضات" ولم يجدن حتى ذلك الحين "من يدعمهن". وتؤكد الديب لوكالة فرانس برس "الجمال لا يمكن تحديده بملامح الوجه أو لون العيون أو الشعر". وتتابع "نحن نبحث عن فتيات لديهن هويتين الخاصة ولديهن استعداد لتكوين شخصية مميزة دون الالتفات إلى آراء الناس". اعتادت أضرار ماكواك أيام أن تسمع المرأة يقولون لها إن "لونها غامق جداً" أو إنها "دميمة" ولذلك لم تكن تتخيل أن تصبح عارضة أزياء في مصر حيث تقيم كلاج منذ العام 2014.

منوعات

الفجر

22



إكسبو 2020 دبي

حفل موسيقي للمغني الألماني

مايل على مسرح ملتقى ألمانيا

•• دبي - الفجر

أقيم مساء أول أمس الأربعاء ، على مسرح الجناح الألماني حفلا غنائيا للمطرب الشاب مايل بمصاحبة فرقته الموسيقية. تتميز أغاني "مايل" بتجسيدها لتجارب حياتية مر بها وبالتالي يمكن أن يمر بها كل إنسان، وجاءت الأغاني العشر التي قدمها متناغمة مع أدائه الصوتي القوي. من الأغنيات المفضلة التي قدمها "مايل" خلال الحفل، أغنية يدور موضوعها حول أصدقاء الطفولة بعنوان "كانت البداية" كما قدم أغنية أخرى بعنوان "الرجل الآخر"، تدور حول تجربة الزواج الثاني لوالدته وكيف أنه تألم لكنه لم يظهر ذلك، أما أغنيته الأخيرة بعنوان "سأنتبعك" فقد أنهت حماس الجمهور الذي تفاعل معها بشكل كبير، وهي أغنية عاطفية بإيقاع متسارع جذب الجمهور الذي تشكل من عدة جنسيات من زائري إكسبو 2020، كان من بينهم حضور مميز للجمهور العربي الذي قدم له مايل التحية في بداية الحفل، كما قدم التحية لدولة الإمارات العربية المتحدة وشكرها على حسن ضيافتها، موجها الشكر للثلاثين على مسرح الجناح الألماني الذي استضافه الليلة، في واحدة من أجمل رحلاته الفنية، التي حرص فيها على تقديم أغان خاصة ومختلفة. أعرب الجمهور الحاضر في المسرح عن إعجابه بهذه التجربة حيث قالت ميشال جيروايز من بابافوكو جيتك: "أحببت الموسيقى وحماس المغني، كما تأثرت بالأغنية التي غناها لوالدته لأنني اعتبرها رسالة لكل امرأة تواجه مثل هذا الموقف".

وقالت أنيس كوينجيني من جزيرة بابافوكوجيتك: "كانت الموسيقى رائعة والعرض جيد وقد استمتعت بالأغاني ومعانيها".

كما قالت الصينية صوفيا وأختها ماري، أنهما حضرتا العرض من أوله لآخره واستمتعا بالموسيقى والغناء، و سعدتا لحصولهما على فرصة التقاط بعض الصور التذكارية مع مايل بعد الحفل".

كما علقت نادية جزاميكا من فرنسا، أن العرض كان جيدا وصوت مايل قوي وجميل، فيما أعرب كلا من أما أبرار خورشيد وتيخون باتانواك، عن تأثرهما الشديد بكلمات الأغاني، وأخيرا قال ليمنج ماي من الصين، أن الحفل كان تقاليا من الدرجة الأولى حيث اهتم المغني بالزورل من المسرح والغناء مع الحضور .

خلال ندوة نقاشية نظمها إكسبو 2020 دبي

المطالبة بتنسيق السياسات لمواجهة

الكوارث الطبيعية في أفريقيا

•• دبي - الفجر

أكد المشاركون في الندوة النقاشية التي أقيمت ضمن فعاليات إكسبو 2020 دبي، بعنوان "نظرة على أفريقيا ، على أهمية تنسيق السياسات بين مختلف دول العالم والمنظمات الدولية، للحد من مخاطر الكوارث الطبيعية وسبل التكيف مع تغيرات المناخ في القارة السمراء. حضر الحلقة النقاشية التي أقيمت في "تيرا"، جناح الاستدامة في إكسبو 2020، الدكتور ليفي مادوكي، المفوض العام للاتحاد الأفريقي لدى إكسبو 2020، إلى جانب عدد من المسؤولين والخبراء من مختلف دول العالم، حيث أوصى المجتمعون بضرورة تكثيف الجهود لتوفير البيانات والمعلومات اللازمة حول الكوارث الطبيعية بمختلف أنواعها، من أجل مواجهتها والحد من آثارها السلبية على المجتمعات، مشددين أيضا على ضرورة الإسراع في توفير الدعم القوي للدول المتضررة من هذه الكوارث، لاسيما أنها تتعرض لخسائر مادية جسيمة في الأرواح والممتلكات العامة والخاصة. وشدد الحضور على أهمية مراقبة الكوارث الطبيعية، وتفعيل أنظمة الإنذار المبكر الخاصة بها، وتطوير وتحديث خطط الطوارئ والتأهب لمواجهةها مع التركيز على الجهود الرامية لتوعية المجتمعات بالتأثيرات المدمرة لها كما تطرق الخبراء إلى الأنظمة الحديثة التي توصل إليها العالم في مواجهة الكوارث الطبيعية، واستعرضوا الوسائل الكفيلة بدرء مخاطرها، خلال الحلقة النقاشية التي بدأت بعرض فيلم تعريفني حول الكوارث الطبيعية التي تحدث في قارة أفريقيا، والجهود الإقليمية والدولية المبذولة لتخفيف الآثار الناجمة عنها.

يقول الدكتور ليفي مادوكي، رئيس الشركات الاستراتيجية للاتحاد الأفريقي ومفوضه العام لدى إكسبو 2020: "نأمل من دول العالم مساهمة أفريقيا في مواجهة كافة الكوارث الطبيعية التي تتعرض لها"، وشدد في الوقت نفسه على ضرورة توافر معلومات كافية حول هذه الكوارث، وتسهيل عملية الوصول إليها، للعمل مبكرا على مجابهتها، والحد من آثارها السلبية .

بينما قال الدكتور روبرتو روداري من مؤسسة أبحاث CIMA"، ومدير الأبحاث بجامعة جنوة في إيطاليا: " نرى في إكسبو 2020 المكان الأفضل و الأنسب لتجمع الشعوب والثقافات المختلفة، و أعتقد أن الأشخاص الذين عملوا على هذا الحدث العالمي والضمخ، يمتلكون القدرة على التغيير نحو عالم أفضل تسوده المحبة و السلام، لتحقيق المزيد من الإيجابية و التفاعل بين مختلف الشعوب والجنسيات". ثم أضاف: "يجب على دول العالم توفير التمويل والدعم اللازمين لجابهة التغيرات المناخية والكوارث المختلفة مثل الفيضانات وحرائق الغابات والزلازل، التي باتت بالفعل تهدد قارة أفريقيا، معرباً عن أمله في إيسال الصوت إلى صناع القرار حول العالم، عبر هذا الحدث الدولي الضخم".

شؤون محلية

في إكسبو 2020 دبي

نانسي عجرم وراغب علامة يوحدان العالم عبر قوة الموسيقى

مع بعضهم البعض بغض النظر عن الثقافات والخلفيات والمعتقدات. تتصدر مجموعة مميزة من الفنانين المحليين والعالميين سلسلة "أمسيات خالدة" طوال الستة أشهر خلال انعقاد الحدث الدولي، والتي ستنتقل بدءاً من 15 أكتوبر بحفل كاظم الساهر، وسيحظى المعجبون بفرصة مشاهدة العروض عن كتب أو عن بُعد، حضورياً أو افتراضياً، حيث ستبث العروض على الهواء مباشرة عبر شاشة الوصل المذهلة، القلب النابض لإكسبو 2020 دبي وموطن أكبر سطح عرض في العالم بزاوية 360 درجة.

صحة زوارنا وسلامتهم ورفاهيتهم هي مسؤوليتنا الأولى في إكسبو 2020، وتماشياً مع حدود الطاقة الاستيعابية وتدابير التباعد الاجتماعي، فإن الدخول إلى ساحة الوصل يقتصر على المدعوين فقط، ولكن زوار إكسبو من حاملي التذاكر يستطيعون مشاهدة العرض على شاشات ضخمة في الهواء الطلق في مسرح دبي ميلينيوم وحديقة البيوبل في إكسبو 2020.

وسيُبث الحفل أيضاً عبر الموقع الإلكتروني www.expo2020dubai.com، وعبر قنوات عدة، إضافة إلى تلفزيون إكسبو على يوتيوب.

سيجمع إكسبو 2020 العالم معاً لغاية الحادي والثلاثين من مارس 2022 في فرصة من العمر حيث تعمل الموسيقى كقوة مؤثرة ووسيلة ارتباط .



والمواقف الإنسانية من أجل رسم ملامح مستقبل أكثر مرونة وقدرة أكبر على الصمود. تقول الفنانة نانسي عجرم: "عندما نعمل جميعاً معاً ونتعاون، يمكننا بناء مجتمع أفضل، ولا يسعني الانتظار لكي يكون جزءاً من مسيرة إكسبو 2020 المذهلة. وأمل أن يكون عرضي ملهماً للنشر الإيجابية بين فئة الشباب في كل مكان، وأن يحفزهم على بناء جسور للتواصل

خالدة" من إكسبو 2020 دبي ستكون المنصة المثالية لتحقيق ذلك". وستؤدي المغنية وسفيرة النوايا الحسنة لليونسف نانسي عجرم، أشهر أغنياتِها، في أداء لم يسبق له مثيل تحت قبة ساحة الوصل الساحرة. وتجسيدا لواحد من موضوعات إكسبو 2020 الفرعية وهو "الاستدامة"، سينقل عرضها رسالة عن الكيفية التي يتوجب فيها تغيير القيم

خلال عروض ليلة الأفلام السنغافورية

إكسبو 2020 دبي يصطحب زواره في رحلة عبر الثقافة السنغافورية



الأشخاص حول العالم، ونحن فخورون جداً بعرض الفيلم هنا في جناح سنغافورة، حيث سيتمكن عدد كبير من مختلف الجنسيات والثقافات من مشاهدته، وبذلك نستطيع إيسال الفكرة بسهولة".

لنعيش بتناغم فيما بيننا، فهناك مفاهيم خطأ حول الطرق الإسلامية في الحياة والطرق الدينية الأخرى، وتعد هذه الأمور حساسة بعض الشيء، ولهذا كان علينا طرحها لتوصيل الفكرة لأكبر عدد ممكن من

أحدهما هو عمران، الذي يجسد صورة الرجل المثالي الذي توافق عليه أية عائلة ماليزية مسلمة لابنتهم، في حين أن إدوين هو مدون فيديو صيني، ولتعبئة الأمور يأتي إدوين من عائلة صينية تقليدية تفترض أن ابنها لابد أن يتزوج من فتاة صينية لطيفة ويتولى أعمال العائلة، فهل ستمكن سارة من تجاوز خلافاتهم؟ أم أنها ستستسلم لتوقعات الأسرة والمجتمع؟ يقول بنجامين زاينال أحد أبطال الفيلم والمقيم في دبي: "يتحدث الفيلم حول أهمية تحقيق الانسجام والتناغم بين مختلف الأعراق والأديان، فنحن نتعامل دوماً بنقطة بأن كل واحد منا يفهم تماماً دين الآخر، لكن الوضع ليس هكذا دائماً، فهناك الكثير من سوء الفهم بين أسلوب الإسلام وبين غيره من الديانات الأخرى، لذا يحاول هذا الفيلم أن يصور مدى أهمية تحقيق المزيد من التفاهم بين الأعراق والأديان المختلفة في بلادنا، عبر ردم الهوة بين ثقافة الصينيين في سنغافورة وثقافة الملايو الإسلامية، وهي الهوية التي لاتزال موجودة على الرغم من استقلالنا منذ أكثر من 56 عاماً. وأضاف زاك زاينال أحد أبطال الفيلم كذلك: "من المهم جداً في مجتمعنا أن نفهم اختلافاتنا العرقية والدينية،

•• دبي - الفجر

يقدم جناح سنغافورة في إكسبو 2020 دبي، لزواره لمحة عن الثقافة السنغافورية، من خلال عروض شهرية للأفلام المحلية تحت مسمى "ليلة الأفلام السنغافورية". تم اختيار الأفلام التي نالت استحسان النقاد والحائزة على جوائز عالمية لعرضها ضمن هذه الليلة، بهدف الكشف عن قصص سنغافورة التي تروى من خلال عدسة صانعي الأفلام المحليين.

كان زوار الجناح على موعد مع فيلمين أحدهما قصير تحت اسم "أدم"، الفتى الذي سئم من حياته الأسرية المضطربة، فيبدأ بالبحث عن أمل لإيجاد مكانته وهويته، تبعه عرض فيلم "Not My Mother's Baking"، الحائز على جائزة مهرجان "دين اليوم" السينمائي الدولي، في دورته الرابعة والعشرين التي عقدت في إيطاليا.

يحكي الفيلم قصة الفتاة التي لطالما عاشت في ظل والدتها الشيف الشهيرة سيتي، وعندما حاولت ترك مصطنعتها الخاصة في صناعة الخبوزات، انشغلت بدلا عن ذلك وبشكل غير متوقع برجلين يرغبان في الزواج منها،

•• دبي - الفجر

افتتح ميكيا لينتيليا، وزير الشؤون الاقتصادية في فنلندا، برقعة سيفيري كينيليا، المفوض العام لفنلندا في إكسبو 2020 دبي وماريان نيسيليا، السفيرة الفنلندية في الإمارات وقطر والبحرين جناح فنلندا في إكسبو 2020 دبي رسمياً. ويبدأ جناح فنلندا باستقبال الزوار منذ الأول من أكتوبر ليتيح لهم رحلة ثقافية تغطي المراكز المجتمعية التي يقوم عليها مفهوم السعادة في فنلندا، والتي تتمثل بالابتكار والتطوير المستمر والحلول المستدامة والصديقة للبيئة والتعاون الدولي الواسع. وينطلق الجناح تحت شعار مشاركة السعادة المستقبلية ليعرف الزوار بالأساليب التي تعتمدها فنلندا لريادة مفهوم التغيير السندام وتطوير الابتكارات الرقمية واعتماد نموذج الاقتصاد الدائري في الشركات والمجتمع للمساعدة في تخفيف الضغط على الموارد والبيئة.

وتعليقاً على دور إكسبو 2020 دبي في توطيد العلاقات الثنائية بين فنلندا والإمارات، قال ميكيا لينتيليا، وزير الشؤون الاقتصادية الفنلندي: "تعد دولة الإمارات



ثاني أكبر مستورد للمنتجات الفنلندية في الشرق الأوسط بعد المملكة العربية السعودية. ويوفر إكسبو 2020 منصة حيوية لفنلندا و120 مؤسسة شريكة عارضة، تتيح لنا تعزيز أهدافنا المشتركة في مجالات مثل الاستدامة والتعليم والتنمية الاجتماعية مستقبلاً".

الاتحاد الأوروبي وسويسرا يستضيفان مناقشة حول مستقبل جودة الهواء في إكسبو 2020



أهمية الهواء النظيف للصحة العامة، واتفقوا على أن سياسات الهواء النظيف ضرورية وأن التعاون الإقليمي وكذلك العالي في هذا المجال ضروري. قال السفير أندريا ماتيو فونتانا، المفوض العام للاتحاد الأوروبي لدى إكسبو في كلمته الافتتاحية: "في يوليو من هذا العام، اقترح الاتحاد الأوروبي خطة شاملة ستحقق أهدافنا المتمثلة في أن تصبح قارة محايدة مناخياً بحلول عام 2050. إن إزالة الكربون من قطاع النقل أمر أساسي لتحقيق هذا الهدف الطموح. نحن ملتزمون بقطاع نقل يواكب المستقبل، من خلال إنشاء سوق لأنواع الوقود والتقنيات المستدامة، وضمان استيعاب واسع ليس فقط في الاتحاد الأوروبي ولكن على مستوى العالم. وستلعب الشركات مثل DHL و Global Forwarding و Etihad Rail و Lufthansa Airlines و Borouge، كما حضر الحدث ممثلون من وزارة التغير المناخي والبيئة الإماراتية وجامعة خليفة للسماح بتبادلات مثمرة بين الجهات الفاعلة في مجال السياسة والبحوث والأعمال.

الرؤى ذات الصلة من صناعات السياسات الإماراتيتين. وقال السفير السويسري ماسيمو باجي في سياق الحدث:

"في المتوسط ، يتنفس الشخص البالغ 20000 مرة في اليوم. وبالتالي ، فإن الهواء النظيف هو أمن مواردنا. لتلزم سويسرا ببذل جهد إقليمي ودولي مشترك للحد من الانبعاثات وضمان هواء نقي. لا نعتمد القيم الحديثة للاتحاد الأوروبي البيولوجي، ويهدد اليوم بقاء أكثر من مليون من الأنواع النباتية والحيوانية التي تقدر بـ 8 ملايين على كوكب الأرض. هناك حاجة إلى عمل متضافر لعكس هذا الاتجاه المميت. اجتمع أكثر من 50 من المسؤولين الدوليين وصناع السياسات والباحثين وممثلي الأعمال في الحدث الذي نظمه الاتحاد الأوروبي وسويسرا بشكل مشترك في معرض إكسبو 2020 دبي أمس. الحدث ، الذي يحمل عنوان "جودة الهواء خارج الحدود: أفضل الممارسات في إدارة جودة الهواء بما في ذلك مع" الصفقة الأوروبية الخضراء "منظورة الأعمال" ، تم استضافته في الجناح السويسري وركز على قطاعي النقل واللوجستيات الخاصين مع دمج

•• دبي - الفجر

تلوث الهواء لا يعرف حدوداً وأصبح أحد أهم تحديات الصحة العامة العالمية. على الرغم من التقدم الملموس ، لا يزال تلوث الهواء يؤدي إلى ما يقدر بنحو 7 ملايين حالة وفاة مبكرة في جميع أنحاء العالم ، وفقاً لمنظمة الصحة العالمية. التلوث هو أحد العوامل الخمسة الرئيسية لفقدان التنوع البيولوجي ، ويهدد اليوم بقاء أكثر من مليون من الأنواع النباتية والحيوانية التي تقدر بـ 8 ملايين على كوكب الأرض. هناك حاجة إلى عمل متضافر لعكس هذا الاتجاه المميت.

اجتمع أكثر من 50 من المسؤولين الدوليين وصناع السياسات والباحثين وممثلي الأعمال في الحدث الذي نظمه الاتحاد الأوروبي وسويسرا بشكل مشترك في معرض إكسبو 2020 دبي أمس.

الحدث ، الذي يحمل عنوان "جودة الهواء خارج الحدود: أفضل الممارسات في إدارة جودة الهواء بما في ذلك مع" الصفقة الأوروبية الخضراء "منظورة الأعمال" ، تم استضافته في الجناح السويسري وركز على قطاعي النقل واللوجستيات الخاصين مع دمج

منوعات الفكر 23



يواجه الكثيرون مشكلة ظهور علامات التمدد المعروفة باسم "التجعدات الصغيرة"، وهي شائعة للغاية بحيث أن أغلب الناس لديه مثل هذه العلامات في مكان ما من الجسم. وبالنسبة لبعض الأشخاص، فقد تجعلهم علامات التمدد هذه يشعرون بالخجل بشكل خاص تجاه أجسامهم.

أغلب الناس لديه مثل هذه العلامات

ثلاثة حلول منزلية تساعد على التخلص من علامات التمدد على الجسم



وتظهر علامات التمدد أولاً على شكل خط أرجواني أو وردي رفيع على بشرتك، وسرعان ما يتطور نسيجاً مختلفاً عن بقية بشرتك. وفي النهاية، تستقر علامات التمدد وتفقد لونها، وتصبح شاحبة أو لامعة قليلاً. ومن الصعب جدا التخلص منها تماماً، لكن استخدام بعض العلاجات المنزلية يمكن أن يقلل من ظهورها بحيث تكون أقل وضوحاً. وإذا كان لديك أي من هذه الأدوات المنزلية الشائعة، يمكنك عمل علاج طبيعي لعلامات التمدد. يمرور الوقت.

-السكر:
يعد استخدام مقشر السكر طريقة محلية الصنع لكشط الجلد (Microdermabrasion). وهذا التقشير الدقيق للجلد هو المكان الذي تستخدم فيه مقشراً لإزالة الطبقة العلوية السميكة من الجلد لتتركها تبدو مشدودة ومتجددة. ويمكن صنع مقشر السكر عن طريق خلط السكر بزيت جوز الهند وعصير الليمون حتى يصبح قوامه قوام الرمل الرطب. ثم قم بفرك هذا المقشر على علامات التمدد أثناء الاستحمام واتركه لمدة عشر دقائق قبل

حصولك على هذه الحالة. وترتبط علامات التمدد بشكل شائع بالحمل، وهي علامات تتمدد فيها البشرة بسرعة. هذا هو السبب وراء ظهور علامات التمدد في المناطق التي اكتسبت فيها الوزن.

وفي الواقع، تعد علامات التمدد طبيعية تماماً، ويمكن أن يصاب كل من الرجال والنساء بعلامات "التجعدات الصغيرة" (Stretch marks) بعد فقدان الوزن أو زيادته. ومع ذلك، إذا كنت ترغب في محاولة التستر على "التجعدات الصغيرة"، يمكنك تجربة بعض العلاجات المنزلية، لتخفيف مظهر هذه العلامات.

ما هي علامات التمدد؟
المصطلح التقني لعلامات التمدد هو "التجعدات الصغيرة" أو "ستريا" (striae)، لكن علامات التمدد هي وصف دقيق جداً لكيفية

قوام لسانك قد يكشف مدى نقص مستويات B12 لديك

يقوض نقص فيتامين B١٢ البنية الحيوية للجسم، ما يتسبب في حدوث "تسونامي" من الأعراض.

ويساعد فيتامين B١٢ في الحفاظ على صحة الدم والخلايا العصبية في الجسم وفي تكوين الحمض النووي، المادة الوراثية في جميع خلايانا.

نتيجة عدم الحصول على ما يكفي من فيتامين B12 من نظامهم الغذائي.

كيفية علاج انخفاض فيتامين B12
يعتمد علاج فيتامين B12 أو فقر الدم الناجم عن نقص حمض الفوليك على سبب الحالة. ويمكن علاج معظم الناس بسهولة عن طريق الحقن أو الأقراص لتعويض الفيتامينات المفقودة. وهناك نوعان من حقن فيتامين B12: الهيدروكسوكوبالامين والسيانوكوبالامين.

ما الذي يسبب نقص فيتامين B12
هناك نوعان من الأسباب الرئيسية لنقص فيتامين B12: فقر الدم الخبيث والنظام الغذائي. ويعد فقر الدم الخبيث السبب الرئيسي لانخفاض فيتامين B12. وهو حالة من أمراض المناعة الذاتية التي تمنع الجسم من امتصاص فيتامين B12. ويمكن أن يصاب بعض الأشخاص بنقص الفيتامين

فيتامين B12. كما تقول هيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS). وتشرح الهيئة: "يمكن تشخيص هذه الحالات غالباً بناءً على الأعراض ونتائج فحص الدم". ومن المهم تشخيص نقص فيتامين B12 وعلاجه في أسرع وقت ممكن. وتحذر هيئة الخدمات الصحية من أنه "على الرغم من أن العديد من الأعراض تتحسن مع العلاج، إلا أن بعض المشكلات التي تسببها الحالة يمكن أن تكون غير قابلة للعلاج إذا تم إهمالها". وتضيف: "كلما طالت مدة الحالة دون علاج، زادت فرصة

-أحمر اللون ويحذر المعهد الوطني للقلب والرئة والدم من أنه إذا ترك دون علاج، "فقد يؤدي نقص فيتامين B12 إلى تلف الأعصاب. وهذا يمكن أن يسبب وخزاً وتشنجاً في اليدين والقدمين، وضعف العضلات، وفقدان ردود الفعل". كما أوضح المعهد: "قد تشعر أيضاً بعدم الاستقرار وتفقد توازنك وتواجه صعوبة في المشي. ونقص فيتامين B12 يمكن أن يسبب ضعفاً في العظام وقد يؤدي إلى كسور في الورك". ويجب زيارة الطبيب إذا كنت تعاني من أعراض نقص

وإذا قصرت في تناول الفيتامين، فإن الدور الذي يلعبه يصبح واضحاً للغاية. ويشار إلى أن أعراض نقص فيتامين B12 واسعة النطاق. وتتمثل إحدى طرق اكتشاف مستويات B12 المنخفضة في الشعور لس اللسان وتقييم قوامه. ووفقاً للمعهد الوطني للقلب والرئة والدم (NHLB)، يمكن أن يكون اللسان الناعم علامة على نقص فيتامين ب12. وتشمل العلامات الأخرى على لسانك ما يلي: -أخشن من المعتاد



البحر

25 مدينة دبي الملاحية تسمح لوسائل النزهة البحرية واليخوت الزائرة بالرسو لمدة 6 أشهر في مياه الإمارة



•• دبي- وام:

أعلنت سلطة مدينة دبي الملاحية عن السماح لوسائل النزهة البحرية واليخوت الأجنبية الزائرة بالرسو لفترات طويلة تمتد حتى 6 أشهر في مياه إمارة دبي وذلك في إطار أهدافها الرامية إلى دعم وتطوير القطاع البحري الترفيهي من خلال تقديم تجربة متميزة لأصحاب الوسائل البحرية وكذلك بهدف جذب اليخوت الأجنبية الى دبي وجعلها مقصدا للسباحة البحرية العالمية باعتبارها وجهة عالمية رائدة للأشطة الترفيهية البحرية وواحدة

من العواصم البحرية الأكثر تطوراً وتنافسية على مستوى العالم. وأوضح الشيخ سعيد بن أحمد بن خليفة آل مكتوم المدير التنفيذي لسلطة مدينة دبي الملاحية أنه أصبح بإمكان جميع ملاك ووكلاء ومشغلي وسائل النزهة البحرية واليخوت الأجنبية الزائرة الاستمتاع بالرسو في مياه الإمارة لمدة تصل حتى 6 أشهر بحد أقصى ذلك على أن يلتزم مستخدمو وسائل الترفيه البحري واليخوت الأجنبية الزائرة الراغبين في التمتع بخدمة الرسو لفترات طويلة بالتوصيات الواردة في التعميم والمتمثلة في الابتعاد عن المناطق المحظورة والشواطئ والجزر والوسائل البحرية والابتعاد عن المناطق المملوكة والمدارة بشكل خاص؛ إذ يجب الحصول على إذن من مالك أو مدير المنطقة قبل الرسو البحري أو قبل إجراء أي نشاط فيها. وعن تفاصيل التعميم أوضح المدير التنفيذي لسلطة مدينة دبي الملاحية أنه يتعين على ملاك ووكلاء ومشغلي وسائل النزهة البحرية واليخوت الأجنبية الزائرة التواصل مع السلطة قبل الرسو، وتحديد الموقع والمدة عبر التواصل مع الرقم المجاني لمركز الاتصال 800990 أو إرسال بريد إلكتروني إلى info@pcfc.ae مع ضرورة الالتزام بالمنطقة المعتمدة للرسو من قبل سلطة مدينة دبي الملاحية والتواصل معها أيضاً في حالة الرغبة بتغيير الموقع.

دو تشارك في أسبوع جيتكس للتقنية 2021 لتسليط الضوء على أحدث ابتكاراتها



•• دبي-الفرج:

أعلنت دو، التابعة لشركة الإمارات للاتصالات المتكاملة، أمس مشاركتها في أسبوع جيتكس للتقنية 2021، الذي يستضيفه مركز دبي التجاري العالمي في الفترة من 17 – 21 أكتوبر الجاري. وتشارك دو في الدورة الجديدة من المعرض تحت شعار “الجيل الخامس... خدمات حكومية تواكب الشبكات”، حيث ستعرض أمام زوار منصتها محطة المستندة إلى تقنية الجيل الخامس

والمصممة لتمكين الجهات الحكومية في دولة الإمارات في مسيرة التحول الرقمي، فضلاً عن تعزيز جودة وكفاءة البنية التحتية الرقمية على المستوى الوطني. ويوفر الحدث منصة مثالية للشركة لتسليط الضوء على جهودها ودورها الحيوي في تحسين مستوى الخدمات التي تقدمها مؤسسات القطاع العام للجمهور ولأسيما في ظل الانتقال إلى عصر الاقتصاد الرقمي، بما في ذلك مساهماتها في تعزيز التواصل الإنساني وتمكين الأفراد ومجتمعات الأعمال ودعم التنمية المجتمعية والارتقاء بجودة حياة الناس عبر مختلف المجالات وذلك بما ينسجم مع أهداف الأجندة الوطنية وخرائط الطريق الاستراتيجية التي حددتها حكومة الإمارات مثل استراتيجية الحكومة الرقمية 2025. وفي معرض حديثه عن أهداف مشاركة دو في الحدث، قال فهد الحساوي، الرئيس التنفيذي لشركة الإمارات للاتصالات المتكاملة: “في الوقت الذي تواصل فيه دولة الإمارات العربية المتحدة شحن الهمم وتكثيف الجهود لتحقيق تطلعاتها نحو مستقبل أكثر استدامة وازدهاراً في جميع المجالات والميادين، ينصب تركيزنا في دو على الاستفادة من الزخم الذي تحقق من خلال التطورات الأخيرة في مجال الرقمنة وتسخير كافة الموارد المتاحة لدعم أهداف حكومة الإمارات و رؤيتها للمستقبل.

القابضة «ADQ» تستحوذ على الأسهم المتبقية في شركة ضمان

•• أبوظبي-الفرج:

وقعت “القابضة» (ADQ)، إحدى أكبر الشركات القابضة على مستوى المنطقة والتي تمتلك محطة واسعة من الشركات الكبرى العاملة في قطاعات رئيسية ضمن اقتصاد إمارة أبوظبي المتنوع، أمس الاتفاقية النهائية للاستحواذ على حصة الأسهم المتبقية البالغة 20% في الشركة الوطنية للتأمين الصحي - ضمان - ش.م.ع. من شركة “ميونيخ ري لإعادة التأمين” إحدى الشركات الرائدة في مجال إعادة التأمين على مستوى العالم. وباعتبارها شركاً استراتيجياً لـ “القابضة» (ADQ)، ستواصل “ميونيخ ري” مهمتها لإعادة تأمين وثائق التأمين الصادرة من شركة “ضمان”، وتستمر بدعم تقديم أفضل خدمات التأمين الصحي خلال مرحلة نموها التالية. ومنذ عام 2006، حققت شركة “ضمان” نجاحات كبيرة رسخت مكانتها كأكثر مزود لخدمات التأمين الصحي في دولة الإمارات ويستفيد من خدماتها أكثر من 2,5 مليون مشترك. وترتبط “ضمان” بشبكة واسعة من منشآت خدمات الرعاية الصحية بالدولة، وتمتلك سجلاً مميزاً من الانجازات بفضل التزامها بتطبيق ممارسات اكتتاب قوية. وبهدف استكمال بناء مكانتها وتأكيدها على مركزها المالي القوي للنمو المستدام في المستقبل، طرحت “ضمان” هذا العام استراتيجيتها المؤسسية الجديدة والتي تركز على دفعها نحو تحويل عملياتها التجارية وتطوير عروض خدماتها وتقديم أحدث الابتكارات للأعضاء المستفيدين على مستوى الدولة.



جامعة الشارقة وكيبانغسان الماليزية تتبادلان المعرفة في مجال بحوث ونظم الطاقة المستدامة

•• الشارقة-وام:

نظم مركز بحوث نظم الإستدامة والقوى في معهد البحوث للعلوم والهندسة التابع لمكتب نائب المدير لشؤون البحث العلمي والدراسات العليا في جامعة الشارقة وبالتعاون مع جامعة كيبانغسان بماليزيا مؤخراً الندوة العلمية الدولية الافتراضية في مجال بحوث ونظم الطاقة المستدامة والمتجددة بمشاركة عدد من الباحثين والفرق البحثية بمركز بحوث نظم الاستدامة والقوى التابع لمعهد البحوث للعلوم والهندسة.

وتناول الدكتور معمر بالطيب نائب مدير الجامعة لشؤون البحث العلمي والدراسات العليا خلال

الندوة أحدث المستجدات فيما وصلت إليه الجامعة في مجال البحث العلمي موضحاً إمكانات الجامعة في هذا المجال والتي تشمل مجموعة متنوعة من المعاهد والمراكز البحثية في مجالات العلوم الصحية والطبية والعلوم والهندسة والعلوم الاجتماعية والإنسانية يعمل بها عدد كبير من الفرق البحثية المتميزة في مختلف التخصصات .. متوها إلى البنية التحتية المتميزة التي تتميز بها الجامعة من مختبرات علمية وبحثية ومعامل مجهزة بأحدث التقنيات البحثية.

وقدم الدكتور عبد الوهاب محمد نائب مدير جامعة كيبانغسان بماليزيا نبذة تعريفية عن الجامعة وموقعها الجغرافي وتخصصاتها وكلياتها

وبرامجها الأكاديمية ومعاهدها البحثية والهيكل الإداري والتنظيمي لكل منها معرباً عن سعادته بهذا التعاون في مجال بحوث الاستدامة والبحث العلمي. من جانبه قدم الدكتور عبدالله شنبلة مدير معهد البحوث للعلوم والهندسة عرضاً لتطور المعهد وإنجازاته خلال السنوات الماضية خاصة في مجالات بحوث ونظم الطاقة المستدامة مستعرضاً الخطط الاستراتيجية للمعهد بما في ذلك المراكز والفرق والمختبرات البحثية والتي تعمل بجامعة الشارقة من خلال معهد البحوث للعلوم والهندسة بما في ذلك الخطط المستقبلية لإنشاء المزيد من المراكز البحثية في تخصصات حديثة ومتقدمة.

مركز دبي للسلع المتعددة يختتم مناقصة لأغلى حجر خام يتم بيعه فيها



للسلع المتعددة.” ويضطلع مركز دبي للسلع المتعددة - المنطقة الحرة الرائدة على مستوى العالم والسلطة التابعة لحكومة دبي المختصة بتجارة السلع والشاريع - بدور محوري في ترسيخ مكانة إمارة دبي كمركز عالمي لتجارة الماس وتعد بورصة دبي للماس أكبر منشأة لاستضافة مناقصات الماس في العالم إذ تضم أكثر من 1000 شركة الماس وتوفر للشركات السجلة والخبراء بنية تحتية متطورة من الطراز العالمي مدعومة بمحفظة واسعة من المنتجات والخدمات بهدف مواصلة النمو وتحفيز التدفقات التجارية انطلاقاً من أسس متينة وموثوقة.

ترأس أتلانتيك جيم سايلز عن فخره باستضافة مناقصة لبيع هذا الحجر الاستثنائي وتحقيق رقم قياسي جديد لإمارة دبي..موجهاً شكره لمركز دبي للسلع المتعددة وبورصة دبي للماس على جعل ذلك ممكناً من خلال دعمهما غير المحدود كما أننا نشنتي على الجهود الكبيرة التي يبذلها المركز والبورصة ودورهما الرئيسي في بلورة مشهد تجارة المعادن والأحجار الكريمة في دبي بطريقة تثبت للعالم أجمع أن الإمارة هي عاصمة الماس وسيعزز هذا الإنجاز المكانة الرائدة لدبي على مستوى العالم في قطاع الماس وسيشجع المزيد من الشركات على تأسيس أعمالها في مركز دبي

زيادة طاقتنا الاستيعابية بواقع ثلاث مرات خلال الستة أشهر القادمة وفي ضوء الفجوة التجارية القائمة بين أكتوبر ودبي التي لا تتخطى المليار دولار فإن مكانتنا الحالية كسوق قائم على الشفافية ويتمتع ببيئة تنظيمية متطورة جعلت من دبي وجهة جاذبة للتجار الشرعيين الذين يتطلعون إلى أسعار عادلة لبيع أحجارهم الكريمة من الماس لاسيما المقيمين في أفريقيا. وأشار الى ان مذكرة التفاهم التي تم توقيعها مؤخراً بين بورصة دبي للماس وبورصة إسرائيل للماس في تعزيز الحضور الإقليمي لتجارة الماس ودعم نمو قطاع الماس العالمي. وأعرب أنتوني بيتر مالك شركة

خلال شهر ديسمبر 2020 والتي حطمت الأرقام القياسية حيث شهدت مبيعات أحجار الماس الخام بقيمة 87 مليون دولار. وقال أحمد بن سليم الرئيس التنفيذي الأول والمدير التنفيذي لمركز دبي للسلع المتعددة الى أن هذه المناقصة تمثل إنجازاً آخر يضاف إلى سجل نجاحات بورصة دبي للماس في تنظيم المناقصات بكفاءة عالية ويرجع الفضل بشكل كبير في نجاح البورصة في استضافة سلسلة من المناقصات المتتالية إلى جهودنا المبذولة وحرصنا الكبير على توفير المساحة الكافية للترحيب بالجميع وهذا هو السبب وراء عزمنا نحو

•• دبي- وام:

باع مركز دبي للسلع المتعددة حجر ماس خام استثنائي يبلغ وزنه أكثر من 100 قيراط مقابل 5.218 مليون دولار ”44.004 دولار لكل قيراط“ ضمن مناقصة حطمت الأرقام القياسية أقيمت في بورصة دبي للماس. وعرض حجر الماس الذي يبلغ وزنه 118.58 قيراطاً من نوع Ila على كبريات شركات تجارة الماس من آسيا وأوروبا في مناقصة استضافتها دار المزايدات والماس الخام الرائدة عالمياً ”ترانس أتلانتيك جيم سايلز.“ ويأتي هذا بعد مناقصة نظمتها شركة ”ستار جيمز“ في بورصة دبي للماس

مبادلة للاستثمارات المالية تستحوذ على كيه-ماك إنتربرايسز

•• أبوظبي- وام:

أعلنت “مبادلة للاستثمارات المالية” الشركة المتخصصة في إدارة الأصول ومقرها أبوظبي والتابعة لشركة مبادلة للاستثمار استحوادها على شركة “كيه-ماك إنتربرايسز” المسجلة تحت رمز K-MAC. من الجهة المالكة لها وهي Lee Equity Partners بارتنرز Opportunities Fund ، وذلك بالشراكة مع فريق الإدارة الحالي للشركة. وحققت شركة “كيه-ماك” منذ تأسيسها عام 1964، نمواً كبيراً من خلال افتتاح عدد من المطاعم الجديدة وإبرام العديد من صفقات الاستحواذ الاستراتيجية.

وتدير الشركة اليوم أكثر من 300 مطعم من سلسلة مطاعم “تاكو بيل” وتتركز أنشطتها بشكل أساسي في مناطق الغرب الأوسط وجنوب الولايات المتحدة الأمريكية، وتمثل سلسلة المطاعم التي تملكها حوالي 4% من إجمالي سلسلة مطاعم “تاكو بيل” الشهيرة والرائدة في مجال تقديم وجبات الطعام المكسيكي السريعة “كيو أس آر.” وبهذه المناسبة، قال أديب مارتن مطر، رئيس قسم الأسهم الخاصة في “مبادلة للاستثمارات المالية”: “يعد فريق الإدارة الحالي في شركة كيه-ماك من أفضل فرق الإدارة العاملة في هذا القطاع ونحن سعداء بالعمل معهم من أجل تعزيز فرص نمو الشركة، وتحقيق نقلة جديدة في مسيرتها..

انطلاق فعاليات معرض تخفيضات الربيع 2021 في مركز إكسبو الشارقة

•• الشارقة-الفرج:

انطلقت أمس (الخميس) فعاليات معرض تخفيضات الربيع 2021 الذي يستضيفه مركز إكسبو الشارقة خلال الفترة من 14 إلى 23 أكتوبر الجاري، وسط مشاركة واسعة من كبرى الشركات الرائدة في قطاع تجارة الإلكترونيات وصناعة وتصميم الأثاث المنزلي، وأبرز العلامات التجارية العالمية المتخصصة في مجال الأزياء والعطور بالإضافة إلى بيوت التجميل وأهم دور تصميم الأزياء والموضة. ويشهد المعرض الذي تنظمه شركة ليز إيفنت إطلاق عروض جاذبة للزوار، إلى جانب الخصومات الكبرى على أحدث الأجهزة المنزلية وآخر صيحات الموضة والأزياء العصرية، وأرقى تصميمات حقائب اليد وفساتين السهرة والعباءات الأنيقة والعطور ومستحضرات التجميل والتي تقدمها نخبة من أشهر العلامات العالمية ومن أهمها، هوم ستايل، وسبلاش، وكيايبي،

وكلاركس، والمندوس، وصيدلية أستر، وسكيتشرز، وبلايدوم، وأمبزو، وفي تيك ولوتس بالإضافة إلى عدد كبير من الشركات المحلية والوطنية.

معارض تجارية متخصصة

وأشار سعادة سيف محمد المدفع، الرئيس التنفيذي لمركز إكسبو الشارقة، إلى أن تنظيم هذا الحدث

يأتي في إطار منهجية العمل التي يتبعها مركز إكسبو الشارقة على صعيد تكثيف إطلاق المعارض التجارية المتخصصة بهدف دعم قطاع تجارة التجزئة، إذ تساهم هذه الفعاليات في تعزيز تواصل الشركات المعارضة مع مستهلكيها الحاليين وجذب مستهلكين جدد، وزيادة حركة المبيعات والشراء، مشيداً بحجم



ومستوى المشاركة للشركات المعارضة في هذا الحدث التجاري المهم، وبجودة وتنوع المنتجات المقدمة وتميز العروض المطروحة والحسومات الجاذبة التي ترضي أذواق الزوار من مختلف الشرائح الاجتماعية، والتي حرص المعارضون على تقديمها للاستفادة من الطلب المتزايد.

منتجات متنوعة

من جانبه، أعرب جاكوب فارجيز، الرئيس التنفيذي لشركة “ليز إيفنت” أن تنظيم هذا الحدث يأتي في ظل تنامي الشراكة الاستراتيجية مع مركز إكسبو الشارقة، والتي أتاحت للشركة تنظيم العديد من المعارض المتخصصة في إمارة الشارقة خلال الفترة الماضية، متوجهاً بالشكر إلى مركز إكسبو الشارقة على استضافة هذا الحدث وحرصه على تطبيق أقصى التدابير الاحترازية لضمان سلامة الجميع، مشيراً إلى أن الحدث يتضمن تقديم باقة واسعة ومتنوعة





سعيد الطاير يؤكد على دور الشباب الجوهري في تحقيق التنمية المستدامة

للأجيال القادمة. وأضافت معاليها : تعاوننا مع هيئة كهرباء ومياه دبي لتمكين وإشراك الشباب في دولة الإمارات هو تعاون استراتيجي ضمن ثلاثة مسارات مختلفة سواء من خلال أنشطة وخدمات الهيئة نفسها أو تفاعل قياداتها وخبرائها وتسخير خبراتهم ومفاتيحهم لدعم الشباب وأيضاً من خلال مركز الابتكار التابع للهيئة في مجمع محمد بن راشد آل مكتوم للطاقة الشمسية في ظل الساعي المشترك لإعداد قيادات شابة في مجال ابتكار التكنولوجيا النظيفة. وأكدت معاليها أن مبادرة "100 موجة" ضمن مبادرات المؤسسة الاتحادية للشباب ساهمت في إعادة تصميم التفكير الجماعي لدى المشاركين على كافة المستويات حيث يستمع ويتفاعل الشباب مع الجانبين المهني والشخصي لضيوف المبادرة كما أنها فتحت في كل مرة أفقاً جديدة أمام الحضور من خلال المؤسسات والشوارع التي يتم عرضها ومناقشتها في إطار الأجندة الوطنية لبناء القدرات وصقل المهارات والاستثمار في طاقة الشباب.

دولة الإمارات، منوها بدور برنامج "100 موجة" في إلهام الشباب وتوسيع آفاقهم من خلال فتح قنوات التواصل المباشر بين القيادات في مختلف القطاعات والشباب. وأكد معاليها دعم الهيئة الكامل لمجلس شباب هيئة كهرباء ومياه دبي لترسيخ مكانته بين مجالس الشباب الوطنية وتعزيز تنافسية الدولة في مختلف المجالات ومكانة الهيئة الريادية العالمية. بدورها قالت معالي شما بنت سهيل بن فارس المزروعى وزيرة دولة لشؤون الشباب : ما تقوم به المؤسسات الوطنية في دولة الإمارات هو امتداد وترجمة لرؤية قادتنا لدعم وتمكين وإشراك الشباب من خلال تقريب المسافات بين صانع القرار وصوت الشباب ورؤاهم وتطلعاتهم في مختلف القطاعات والمجالات، واليوم نحن محظوظون باستضافة قامة وطنية قادت واحدة من أبرز المؤسسات التنموية في مجال المياه والطاقة والبيئة ورست بصمتها في مسيرة بناء الوطن وواصلت دعمها وحرصها لمشاركة تجاربها وخبراتها

3743 من الموظفين الشباب ممن تتراوح أعمارهم بين 18 و 35 عاماً 56% منهم من المواطنين وتبلغ نسبة الموظفين الشباب في الهيئة 25% من الموظفين. وأضاف معاليها : يؤدي شباب الهيئة دوراً محورياً في جميع الفعاليات والمبادرات والبرامج التي تطلقها هيئة كهرباء ومياه دبي ومن أبرزها معرض تكنولوجيا المياه والطاقة والبيئة / ويتيكس/ ودبي للطاقة الشمسية والقمة العالمية للاقتصاد الأخضر التي أصبحت منبراً مهماً لتعزيز دور رواد الأعمال الشباب وتحفيزهم على إيجاد حلول مبتكرة ومستدامة، مشيراً إلى سعي الهيئة لتحفيز الشباب على الإبداع والتميز وتسخير معارفهم المتقدمة في مجال أحدث التقنيات وشغفهم بالتكنولوجيا لرفع مستوى مساهمتهم في استشراف المستقبل وبناء مستقبل مستدام وجعل دبي مركزاً عالمياً للطاقة النظيفة والاقتصاد الأخضر.

والمبادرات الحيوية التي أطلقتها دبي في هذا المجال ومنها مجمع محمد بن راشد آل مكتوم للطاقة الشمسية الذي تنفذه الهيئة ويعتبر أكبر مجمع للطاقة الشمسية في موقع واحد على مستوى العالم وفق نظام المنتج المستقل، وستبلغ قدرته الإنتاجية 5000 ميغاوات بحلول عام 2030. وقال الطاير : نستهدى بتوجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي "رعاه الله"، لإعداد الشباب للمستقبل منذ الآن والاستفادة المثلى من طاقاتهم وإبداعاتهم لتدعيم المكشبات التي حققتها دولة الإمارات خلال الخمسين عاماً الماضية والمضي قدماً في مسيرة الإنجازات لتحقيق الطموحات في الخمسين عاماً القادمة من أجل تحقيق أهداف مئوية الإمارات 2071 لجعل دولة الإمارات أفضل دولة في العالم.

وأوضح أن الهيئة أن تبنّي استراتيجية متكاملة لتأهيل الشباب للمشاركة في مختلف مواقع العمل الوطني، مشيراً إلى أن الكوادر البشرية في الهيئة تضم

•• دبي - وام:

أكد معالي سعيد محمد الطاير عضو المكتب الرئيس التنفيذي لهيئة كهرباء ومياه دبي أهمية تمكين الشباب وتأهيلهم واستثمار مواهبهم وقدراتهم ليكونوا الجيل القادم من قادة الاستدامة ويواصلوا مسيرة التطور والتنمية التي تشهدها دولة الإمارات وإشراكهم في المساعي الحثيثة الهادفة إلى تحقيق استراتيجية الإمارات للطاقة 2050 واستراتيجية دبي للطاقة النظيفة 2050 الهادفة إلى توفير 75% من القدرة الإنتاجية للطاقة في دبي من مصادر الطاقة النظيفة بحلول عام 2050.

جاء ذلك خلال مشاركته في الجلسة الـ 21 من برنامج "100 موجة"، إحدى مبادرات مجلس الإمارات للشباب، والتي أقيمت بالتعاون مع مجلس شباب هيئة كهرباء ومياه دبي وحملت عنوان "الطاقة بين الحاضر والمستقبل"، حيث تحدث معاليه عن الجهود الوطنية الهادفة إلى التحول نحو اعتماد الطاقة النظيفة وأبرز المشاريع

ضمن برنامج الخصومات والعروض المميزة أبشر

الموارد البشرية والتوطين توفر امتيازات على مشتريات سوق دبي الحرة

البشرية الوطنية جهود سوق دبي الحرة وتفاعلها مع برنامج "أبشر". من جهته قال سیدمی رامش المدير التنفيذي للعمليات في سوق دبي الحرة عقب توقيعه على المذكرة "سوق شراكة سوق دبي الحرة مع وزارة الموارد البشرية والتوطين من خلال برنامج أبشر عرضاً جزئياً للمواطنين الإماراتيين الشباب العاملين في القطاع الخاص.

سنواصل دعم وزارة الموارد البشرية والتوطين وتطلع إلى مناقشة المبادرات المستقبلية التي ستفيد المواهب الإماراتية .

يذكر ان برنامج أبشر يضم 1837 شركه و 2628 من العروض والامتيازات بخصومات تصل لغاية 75 % في مختلف القطاعات والأنشطة التجارية على مستوى الدولة للمواطنين العاملين في القطاع الخاص من خلال تطبيق "أبشر".



الخاص وذلك من خلال توفير امتيازات حصريه لهم على الخدمات التي تقدمها هذه الجهات. وتمنت الوكيل المساعد لتوظيف الموارد

وأكدت أهمية برنامج أبشر في تفعيل الدور المجتمعي لكافة الجهات وبالتالي مساهمتها في تحفيز وتشجيع الكوادر الوطنية للتلاحق بوظائف القطاع

للمواطنين العاملين في المؤسسات والشركات في القطاعات الاقتصادية المختلفة واستقطاب الكوادر الوطنية للعمل في هذه القطاعات.

•• دبي- وام:

أبرمت وزارة الموارد البشرية والتوطين مذكرة تفاهم مع سوق دبي الحرة يتم بموجبها توفير امتيازات خصم 10 % بشكل حصري للمواطنين العاملين في القطاع الخاص المستخدمين للتطبيق الذكي لمبادرة أبشر.

حضر مراسم التوقيع التي نظمت في ديوان الوزارة في دبي سعادة ناصر بن خرياش وكيل الوزارة لشؤون التوطين وعدد من المسؤولين في الجانبين.

وقالت فريدة آل علي وكيل وزارة الموارد البشرية والتوطين المساعد لتوظيف الموارد البشرية الوطنية عقب توقيعها على المذكرة إن هذه المذكرة تأتي في إطار خطة الوزارة لتوسيع شبكة الشركاء في برنامج الخصومات والعروض المميزة للمواطنين العاملين بالقطاع الخاص أبشر بما يدعم الاستقرار الوظيفي والاسري

الإمارات تشارك في الاجتماع «86» للمكتب التنفيذي لمجلس وزراء الإسكان والتعمير العرب

الإمارات العربية المتحدة، تولى قطاع الإسكان اهتماماً كبيراً، وقد أقرت له الكثير من النقاشات والتباحث ضمن مشروع تصميم الخمسين عاماً المقبلة لدولة الإمارات العربية المتحدة، مؤكدة أن دولة الإمارات على أتم الاستعداد للتعاون مع مختلف الأشقاء العرب لخدمة القطاع والمساهمة في استدامته للأجيال المقبلة، وتقديم خبراتنا العلمية والعملية في هذا المجال الحيوي.

كما شاركت دولة الامارات العربية المتحدة، ممثلة بـ علي محمد القاسم مدير إدارة التمويل والتحصين في برنامج الشيخ زايد للإسكان التابع لوزارة الطاقة والبنية التحتية، في أعمال الاجتماع (67) للجنة الفنية العلمية الاستشارية للمجلس الوزاري العربي للإسكان، والذي بدوره يهدف الطريق لمناقشة التوصيات ورفعها إلى المجلس الوزاري العربي للإسكان.

الشركات وإطلاق المبادرات النوعية وخطط العمل الطموحة، وتطوير منظومة التخطيط الحضري وتوفير بنية تحتية متطورة وإسكان حكومي مستدام. وأضافت: "إن الإسكان المستدام الذي يهدف إلى تحقيق ما يلي توقعات وآمال الأسرة العربية، هو غايتنا ويعتبر قضية محورية تستحق منا العمل الدؤوب وتضاهي الجهود كافة والتعاون المشترك، لتحويل الخطط المستقبلية والاستراتيجيات إلى برامج عمل حقيقية، من أجل مستقبل مشرق لأنبائنا وبنائنا، كما أكد على أهمية هذا الاجتماع في ظل التحديات التي يواجهها القطاع نتيجة الزيادة المتزايدة والسريعة في عدد السكان وضرورة تلبية الطلب المتزايد على الإسكان ومعالجة دولنا العربية في ظل الظروف الصعبة التي يعيشها العالم. وتابعته: "إن قيادتنا الرشيدة لدولة

بالعديد من الإنجازات النوعية، والتي كان لها دور رئيس فيما وصلت إليه دولتنا من مكانة عالمية. وأثنت سعادتها على دور المجلس في تسخير الجهود كافة والتي ساهمت بدورها في توحيد التطلعات والرؤى لخدمة الأسرة العربية، وضمان استقرارها السكني، متطلعة إلى نجاح اللقاء بما يساهم في تعزيز التعاون المشترك في مجال الإسكان والتنمية الحضرية، والمضي بهذا القطاع الحيوي نحو مستقبل مشرق يليق بتطلعات الحكومات، ويحقق السعادة والرفاهية للشعوب العربية.

وقالت: "إن الظروف الاستثنائية التي يمر بها العالم، تستدعي مزيداً من التفكير والتباحث والعمل المشترك، نحو تحقيق استدامة قطاع الإسكان باعتباره عاملاً من عوامل التنمية الشاملة المستدامة، وإن هذا الاجتماع يساعدنا على تعزيز العمل وعقد

الدولة (38) لمجلس وزراء الإسكان والتعمير العرب، وأهمية استخدام أحدث وسائل التخطيط والتطبيقات المتطورة في مجال الإسكان، وغيرها من الموضوعات ذات الاهتمام المشترك.

وعقب كلمتها نقلت سعادة المهندسة جميلة الفندي تحيات معالي سهيل المزروعى، وزير الطاقة والبنية التحتية، لأصحاب المعالي والسعادة المشاركين في الاجتماع، كما تقدم بالشكر إلى معالي محمد طارق بلعربي وزير السكن والعمران والمدينة في الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية، لرأسه الجلسة نيابة عن معالي م.سهيل المزروعى، وإلى سعادة جمال الدين جاب الله مدير إدارة البنية والإسكان والموارد المائية بالقطاع الاقتصادي لجامعة الدول العربية، كما شكرت أصحاب المعالي والسعادة على جهودهم المبدولة التي تكملت

•• القاهرة- الفجر:

ترأست سعادة المهندسة جميلة الفندي مدير برنامج الشيخ زايد للإسكان التابع لوزارة الطاقة والبنية التحتية، وقد دولة الإمارات العربية المتحدة المشاركة في الاجتماع (86) للمكتب التنفيذي لمجلس وزراء الإسكان والتعمير العرب، الذي عقد بمقر جامعة الدول العربية في العاصمة المصرية القاهرة، ويحضر أصحاب المعالي والسعادة الوزراء العرب.

بحث الاجتماع متابعة مستجدات استراتيجية العمل الإسكاني المشترك، ومجموعة من القضايا والمستجدات الاسكانية العربية، ومناقشة آليات التعاون المشترك مع برنامج الأمم المتحدة للمستوطنات البشرية، والتعاون العربي مع التجمعات الإقليمية والدولية في مجال الإسكان والتعمير، إضافة إلى جدول أعمال

الإمارات والسنغال توقعان مذكرة تفاهم لإنشاء مجلس أعمال مشترك

•• دبي- وام:

وقعت دولة الإمارات وجمهورية السنغال مذكرة تفاهم لتأسيس مجلس أعمال إماراتي - سنغالي مشترك وذلك بحضور فخامة الرئيس مكي صال رئيس جمهورية السنغال على هامش منتدى الأعمال السنغالي الذي عقد في جناح موانئ دبي في "إكسبو 2020"، وقعها من جانب الدولة سعادة عبدالله محمد المزروعى رئيس اتحاد غرف التجارة والصناعة في الدولة رئيس غرفة تجارة وصناعة أبوظبي، ومن الجانب السنغالي بابا تاروري واليمان لام عن اتحاد نقابات أصحاب العمل بالسنغال . وأكد المزروعى - بهذه المناسبة - اهتمام أصحاب الأعمال الإماراتيين من خلال هذا المجلس بالتعرف على الفرص الاستثمارية المتاحة في السنغال .. لافتاً إلى حرص غرف الدولة على تعزيز التعاون مع القطاع الخاص في البلدين الصديقين.

7 مليارات درهم تصرفات عقارات دبي في أسبوع

•• دبي - وام:

بلغت قيمة التصرفات العقارية في دائرة الأراضي والأماك بدبي خلال الأسبوع الحالي أكثر من 7 مليارات درهم . فقد شهدت الدائرة تسجيل 1252 مبايعة بقيمة 2.98 مليار درهم منها 149 مبايعة أرض بقيمة 726.06 مليون درهم و 1103 مبايعات للشقق والفلل بقيمة 2.25 مليار درهم. وجاءت أهم مبايعات الأراضي بقيمة 181 مليون درهم في منطقة الحبيبة الخامسة تليها مبايعة بقيمة 51 مليون درهم في منطقة جزيرة 2 تليها مبايعة بقيمة 40 مليون درهم في منطقة وادي الصفا 4. وتصدرت منطقة مدينة المطار المناطق من حيث عدد المبايعات إذ سجلت 25 مبايعة بقيمة 22 مليون درهم تلتها منطقة الحبيبة الثالثة بتسجيلها 23 مبايعة بقيمة 64 مليون درهم وثالثة في الحبيبة الرابعة بتسجيلها 18 مبايعة بقيمة 78 مليون درهم. وفيما يتعلق بأهم مبايعات الشقق والفلل جاءت مبايعة بقيمة 54 مليون درهم بمنطقة البرشاء جنوب الرابعة كأهم المبايعات تلتها مبايعة بقيمة 44 مليون درهم في منطقة برج خليفة وأخيراً مبايعة بقيمة 40 مليون درهم في منطقة برج خليفة.



ضمن جلسة افتراضية حول الفرص الاستثمارية في المنطقة في قطاع الفضاء :

زخم جديد للاستثمارات في الصناعات الفضائية مع إعلان الإمارات عن مشروعها الفضائي الجديد

- سارة الأميري: مشروع الإمارات لاستكشاف كوكب الزهرة وحزام الكويكبات داخل المجموعة الشمسية الذي أعلنت عنه قيادة الدولة حافز لجذب الاستثمارات

- محمد العسيري: قطاع الفضاء الإماراتي حقق إنجازات نوعية وشكل إضافة نوعية للصناعات والاستثمارات الفضائية في منطقة دول مجلس التعاون الخليجي

- علي الهاشمي: لدى دولة الإمارات أكثر من 17 قمرا صناعيا مداريا و10 مركبات فضائية قيد التطوير وهناك فرص واعدة للتعاون في هذا المجال بين شركات المنطقة

•• دبي-وام:

عقدت أمس الجلسة الحوارية الافتراضية حول فرص الاستثمار في مشاريع الفضاء وأفاق تعزيز وتطوير التقنيات المتقدمة والابتكارات صاحبة لها، وذلك ضمن سلسلة الجلسات الحوارية التي تعقد للتعريف بمبادرات “ مشاريع الخمسين ” التي أطلقتها دولة الإمارات، وبالتزامن مع الإعلان عن مشروعها الفضائي الجديد لاستكشاف كوكب الزهرة وحزام الكويكبات في المجموعة الشمسية في رحلة تقطع 3.6 مليار كيلومتر في الفضاء العميق والتي تتطلب تطوير تقنيات متقدمة وابتكارات استثنائية وحزمة حلول خلاقة وتصاميم إبداعية لتحقيق الهدف الطموح لهذه المهمة الرابعة من نوعها عالميا.

شارك في الجلسة التي عقدت بتقنية الاتصال المرئي كل من معالي سارة بنت يوسف الأميري وزيرة دولة للتكنولوجيا المتقدمة ورئيس مجلس إدارة وكالة الإمارات للفضاء، وسعادة الدكتور محمد إبراهيم العسيري الرئيس التنفيذي للهيئة الوطنية لعلوم الفضاء في مملكة البحرين، وعلى الهاشمي، الرئيس التنفيذي لمجموعة الياه للاتصالات الفضائية /الياه سات/ وركزت على الفرص النوعية التي توفرها دولة الإمارات للمواهب والعقول والمشاريع الناشئة وشركات القطاع الخاص المتخصصة في تقنيات وصناعات وأبحاث الفضاء، بالإضافة إلى بحث آفاق التعاون الثنائي بين الإمارات والبحرين. واستعرضت الجلسة تفاصيل نوعية عن

المهمة الفضائية الإماراتية الجديدة للوصول إلى كوكب الزهرة واستكشاف أسرارها العلمية، وتحقيق هبوط على كويكب متواجد ضمن حزام الكويكبات الذي يبعد 560 مليون كيلومتر عن الأرض.

قدمت الجلسة، التي أدارها الإعلامي محمد الكعبي، معلومات هامة عن التقنيات والبرمجيات والابتكارات والمواهب والكفاءات المطلوبة على المدى القريب لتنفيذ المشاريع الفضائية الطموحة المتلاحقة التي تنفذها دولة الإمارات حاضرا ومستقبلا. وتطرقَت الجلسة إلى انعكاسات المشاريع الفضائية الطموحة التي يشهدها قطاع الفضاء الإماراتي تباعا على نمو الاستثمارات في قطاعات اقتصادية حيوية، مثل الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات، وتطبيقات الثورة الصناعية الرابعة، وإنترنت الأشياء، وتحليل البيانات الضخمة، وتخزين المعلومات، وتطوير تقنيات الطاقة المتجددة والمستدامة.

وقالت معالي سارة بنت يوسف الأميري إن مشروع الإمارات لاستكشاف كوكب الزهرة وحزام الكويكبات داخل المجموعة الشمسية الذي أعلنت عنه قيادة دولة الإمارات في الخامس من أكتوبر 2021 هو محطة تاريخية في قطاع الفضاء الإماراتي ستشكل حافزا نوعيا لجذب الاستثمارات محلية والعربية وعالمية متخصصة في التكنولوجيا المتقدمة المتصلة بصناعات الفضاء إلى دولة الإمارات وداعم لترسيخ موقعها منطلقا للمشاريع الناشئة الواعدة في تقنيات الفضاء ووجهة للعقول والكفاءات

والمواهب الواعدة والمتخصصة في برمجيات وعلوم وابتكارات الفضاء. وأكدت معالي سارة الأميري أهمية الزخم الذي يحدثه المشروع الجديد في استدامة النمو في قطاع الصناعات والابتكارات والتقنيات الفضائية التي تفتح الباب أمام استثمارات واعدة في هذا المجال في منطقة

مجلس التعاون لدول الخليج العربية، الأمر الذي تعكس نتائجه إيجابا على نمو مختلف القطاعات الاقتصادية منوهة إلى المشروع الفضائي الإماراتي الجديد وشددت على أن سقف التحدي دائما يرتفع في دولة الإمارات كما עודتنا القيادة الرشيدة.

و أشارت إلى أهمية دور الكوادر الشابة المتخصصة في قطاع الفضاء في ترغيب الطلاب في المدارس والجامعات بالعلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات وتحفيز شغفهم العلمي والعرفه مؤكدة أن الدولة بكل مؤسساتها عملت كفريق واحد على إنجاح تحدي مشروع الفضاء لاستكشاف المريخ الذي أوصل مسبار الأمل بنجاح إلى المريخ، وهو ما حفز أجيالا جديدة على خوض ميادين البحوث والتطوير والتكنولوجيا المتقدمة.

و شددت معاليها على أهمية تقنيات وعلوم الفضاء في تحسين جودة الحياة في مدن ومجتمعات المستقبل. في العالم والمنطقة على وجه الخصوص، بالاستفادة من النتائج العلمي والعربي والتقني الذي ينجزه المهندسون والعلماء والمبتكرون في المشاريع الفضائية الطموحة التي تطلقها دولة الإمارات وتضع نتائجها العلمية والبحثية في متناول المجتمع

العلمي العالمي لخدمة البشرية. ولفتت معالي سارة الأميري إلى تعاون مراكز بحثية في مجال الفضاء في الدولة لتدريب مواهب بحرينية واعدة في القطاع، مؤكدة أن البنية التحتية والتشريعية في الدولة ممكنة لقطاع الفضاء، وحرص الإمارات على مشاركة الخبرات مع دول صديقة وشقيقة مثل مملكة البحرين وأوضحت أن الشراكات الدولية في قطاع الفضاء لا بديل عنها والقطاع في الدولة قام على هذا الأساس لبناء قطاع متمكن بأسرع وقت ممكن. ونوهت معاليها بجهود ومبادرات مملكة البحرين في مجال تمكين الطاقات الشابة والمشاريع الناشئة في قطاعات التكنولوجيا المتقدمة الحيوية لقطاع الفضاء، مشيدة بانضمام البحرين إلى المجموعة العربية للتعاون الفضائي، بما يؤكد حرص قيادتها الرشيدة على الاستثمار في الفضاء وعلوم المستقبل.

بدوره أكد سعادة الدكتور محمد إبراهيم العسيري، الرئيس التنفيذي للهيئة الوطنية لعلوم الفضاء في مملكة البحرين أن الرؤية الملكية السامية في مملكة البحرين تركز على الاستثمار مستقبلا في الفضاء وعلوم المستقبل بما يعزز التنمية ويحقق استدامتها، وهي حريصة على تمكين المواهب والكفاءات والأفكار الواعدة في قطاع الفضاء، وتعزيز حضور الشباب والمرأة فيه، وتكريس مبدأ التعاون الدولي في ميدان الفضاء والتقنيات المرتبطة به من أجل خدمة البشرية، موضحا أن الهيئة تم تشكيلها من الشباب البحريني ذي الكفاءة العلمية والتقنية، وإن نسبة المرأة تتجاوز 60%



من مجموع القوى العاملة في الهيئة، وهي تتولى 66% من المناصب القيادية فيها ونوه بقطاع الفضاء الإماراتي الذي حقق إنجازات نوعية خلال السنوات القليلة الماضية وشكل مصدر فخر للعرب وإضافة نوعية للصناعات والاستثمارات الفضائية في منطقة دول مجلس التعاون الخليجي، تستفيد منها العديد من القطاعات الاقتصادية والخدمية والعلمية مستقبلا.

ولفت العسيري إلى أن البداية في قطاع الفضاء البحريني كانت بالتركيز على العنصر البشرية وأن جزءا كبيرا من ” فريق البحرين للفضاء “ تم تأهيله في جامعات إماراتية مرموقة مثل جامعة خليفة مؤكدا أن البحرين تمتلك التي تستطيع رفد قطاع الفضاء في المملكة والمنطقة بأفكار واعدة تؤسس لاستثمارات نوعية في صناعات وتقنيات وبرامج الفضاء وأوضح أن استضافة البحرين فعالية أسبوع الفضاء العالمي مطلع شهر أكتوبر الجاري تؤكد حرصها على الاستثمار في مستقبل هذا القطاع الحيوي وفرصه الجديدة.

بدوره قال علي الهاشمي، الرئيس التنفيذي لمجموعة الياه للاتصالات الفضائية الياه سات، ” لدى دولة الإمارات حاليا أكثر من 17 قمرا اصطناعيا مداريا و10 مركبات فضائية قيد التطوير وفيها أكثر من 50 شركة ومؤسسة ومنشأة فضائية تعمل داخل الدولة من شركات عالية وناشئة، وتطلع إلى أن تتضاعف هذه الأعداد مرات عديدة خلال السنوات القليلة المقبلة،

بمكانة متميزة في دائرة جمارك دبي حيث تعد أحد أهم الركائز الأساسية وقوة محفزة ودافعة لمسيرة التطور في الدائرة وقد حققت المرأة إنجازات عذة وتركت بصمة إيجابية بفضل مساهماتها القيمة في العمل الجمركي حيث تسعى الدائرة إلى تمكين وبناء قدرات المرأة وتذليل الصعوبات لتكون عنصرا فاعلا ورائدا وتتنبأ مكانة اللائقة بها وذلك من خلال خلق تجربة وظيفية مميزة لها حيث أطلقت الدائرة جائزة المرأة الجمركية الرائدة ” الثريا “ بهدف دعم قدرات الموظفين في الدائرة وحثهم على التميز من خلال إقامة حفل تكريم للموظفات المتميزات. يذكر أن جمارك دبي حازت على شهادة الاعتماد لأفضل بيئة عمل في بداية العام الجاري وكانت ضمن قائمة العشر الأوائل لأفضل بيئات العمل في الشرق الأوسط 2021 وفقاً لاستبيان مؤشر الثقة من خلال المنافسة 450 مؤسسة حكومية وخاصة.

2021 جيتكس

الهيجن (Hybrid Roaming)، إمكانية التواصل بكفاءة عالية والتبديل بسلاسة بين خدمات أجهزة تيترا وشبكة إل تي إي، تبعاً لتوافر كل منهما. وتعليقا على المشاركة، قال

بالأجهزة المحمولة ويستخدم تقنية إل تي إي (LTE) . بينما يجمع جهاز تاكتيلون دابات بين مميزات الهوائف الذكية وأجهزة تيترا، حيث يتيح للمستخدمين، بفضل ميزة التجوال

وتتضمن الحلول التي تعرضها الشركة في جيتكس 2021، تاكتيلون أغنت مع ميزة العميل الموحد Tactilon Agnet Unified Client الجديدة، وتاكتيلون أغنت مع القدرات متعددة الوسائط Tactilon Agnet Multimedia ، وإيفيروس مانباك Everus Manpack ، وتاكتيلون دابات Tactilon Dabat. وتجمع ميزة العميل الموحد بين القدرات متعددة الوسائط وحل تاكتيلون أغنت 800 الهجين على منصة سحابية واحدة، بينما تم ربط منصة تاكتيلون أغنت متعددة الوسائط بكاميرات طائرات الدرون لتوفير بث مباشر على

المنصة عبر شبكة إل تي إي. ويوفر جهاز إيفيروس مانباك خفيف الوزن القدرة على التواصل والتنسيق بكفاءة عالية في مختلف الأوقات والأماكن، من خلال توفير اتصال لاسلكي بنطاق ترددي عالي يعتمد على بروتوكول الإنترنت الخاص



الفضاء

غرفة دبي توقع مذكرة تفاهم مع غرفة التجارة والصناعة الأنغولية

•• دبي-وام:

وقعت غرفة دبي مذكرة تفاهم مع غرفة التجارة والصناعة الأنغولية – الإماراتية، بهدف إرساء أسس متينة تعزز من قوة العلاقات الاقتصادية الثنائية بين دبي والإمارات من جهة وأنغولا من جهة أخرى . قام بتوقيع مذكرة التفاهم سعادة حمد بوعميم مدير عام غرفة دبي، وبراوليو مارتينز، الرئيس والمدير التنفيذي لغرفة التجارة والصناعة الأنغولية – الإماراتية، وذلك ضمن فعاليات اليوم الثاني من المنتدى العالمي الأفريقي للأعمال 2021، بنسخته السادسة الذي يقام بالتزامن مع معرض إكسبو 2020 دبي.

وتأتي أهمية مذكرة التفاهم من كونها تضع إطاراً عملياً وتحدد آليات واضحة ومدروسة تتيح لصناع القرار من الجانبين الفرصة لتطوير علاقات تجارية أقوى بين الطرفين وتضع إجراءات تعاون من أجل تعزيز تحقيق أهدافهم الاقتصادية.

وبموجب بنود مذكرة التفاهم، ستعمل الغرفتان على ترويج التبادل التجاري بين البلدين وتبادل المعلومات حول الفرص التجارية المتاحة والخيارات الاستثمارية، وتنظيم شؤون تبادل البعثات التجارية، وزيارات الأعمال والأبحاث، والفعاليات التجارية والمعارض وحلقات البحث والدورات التدريبية التي تعود بالفائدة والنفع المشترك على أعضاء الغرفتين .. ومن جهة أخرى، ستقوم كل غرفة بإرسال واستقبال الوفود التجارية وتشجيع الشركات وتسهيل سبل التعاون الثنائي بين الأعضاء. وقال سعادة حمد بوعميم : تعتبر مذكرة التفاهم مؤشرا إيجابيا ومهما سيسهم في تعزيز العلاقات التجارية بين دبي وأنغولا ويفتح قنوات تواصل تزيد من حجم التبادل التجاري .. واليوم ومع وجود أربعة مكاتب تمثيلية لغرفة دبي في أفريقيا، نتطلع في غرفة دبي إلى توفير كافة سبل الدعم اللازمة وتقديم كافة أشكال المساعدة التي تضمن استمرار ازدهار العلاقات بين دبي وأنغولا.

من جانبه قال براوليو محمد ساندو مارتينز : إن مذكرة التفاهم تضع الأسس القوية لعلاقات استثمارية وتجارية راسخة بين أنغولا ودبي وذلك من خلال مساهمتها في تسهيل التعاون التجاري والاقتصادي بما يتماشى مع القوانين والتشريعات المعمول بها. وإلى جانب توفير بيئة داعمة للأعمال، ستسهم مذكرة التفاهم في تمكين إقامة شركات ناجحة إلى جانب العديد من المبادرات الأخرى بما فيها تنظيم البعثات التجارية وزيارات الأعمال وزيارات الأعمال والأبحاث، والمقاعات والمؤتمرات، والدورات التدريبية، والمندتيات، والفعاليات التجارية التي تعود بالفائدة والنفع المشترك على أعضاء الغرفتين.



رئيس رواندا : دبي لعبت دورا كبيرا في ربط أفريقيا بالاقتصاد العالمي

•• دبي-وام:

أكد فخامة بول كاغاميا، رئيس جمهورية رواندا أن اتفاقية منطقة التجارة الحرة القارية الأفريقية، ستسهم في دعم التجارة الأفريقية، وتشكيل أكبر منطقة تجارة حرة عالميا من حيث عدد الدول، مشيرا في الوقت ذاته إلى أن دولة الإمارات و دبي بشكل خاص لعبت دورا مهما ورئيسا في ربط أفريقيا بالاقتصاد العالمي. وقال فخامته – في كلمة رئيسية مسجلة ضمن فعاليات اليوم الثاني من الدورة السادسة للمنتدى العالمي الأفريقي للأعمال الذي تنظمه غرفة دبي وإكسبو 2020 دبي – إن هذا التعاون بين دولة الإمارات و رواندا والدول الأفريقية بشكل عام ساهم في تحقيق الفوائد والعوائد الإيجابية المشتركة للمنطقتين، كما أنه يؤسس لمرحلة جديدة من التعاون لبناء التصورات للشراكة في المستقبل.

وأوضح أن أزمة كوفيد-19 تركت آثارا وخسائر كبيرة على العائلات والمجتمعات والشركات في أفريقيا، وقال : مع أنه يمكن القول أن مرحلة الخسائر قد توقفت إلى حد كبير، إلا أن الطريق للمستقبل ما زال صعبا ولابد من انتهاز الفرص الجديدة، والعمل على بناء شراكات استراتيجية تسهم في بناء مستقبل أفضل وتحقيق الازدهار للجميع.

المنتدى العالمي الإفريقي للأعمال يستعرض فرص الاستثمار في زيمبابوي

•• دبي-وام:

خلال فعاليات اليوم الثاني من المنتدى العالمي الأفريقي للأعمال الذي تنظمه غرفة دبي بالتعاون مع إكسبو 2020 دبي عقدت جلسة بعنوان في دائرة الضوء – استئناف مسيرة زيمبابوي، تحدث فيها معالي كوستانتينو تشيوجنا نائب رئيس زيمبابوي عن مواجهة بلاده جائحة كوفيد 19 والامكانات الاقتصادية والسياحية لبلاده. وألقى تشيوجنا الضوء على اهتمام الدولة بقطاعات النقل والشحن واستخدام الموارد المحلية في الإنتاج، حيث ارتفعت قدرات الإنتاج المحلية بنسبة 47%، بينما ارتفعت تجارة التجزئة فقط إلى 70% مستعرضا فرص الاستثمار في زيمبابوي التي قال أنها تمتلك العديد من الموارد الطبيعية الهائلة مثل الأراضي الزراعية وفرة المياه و14 نوعا من المعادن النادرة، حيث تمتلك البلاد رؤية لزراعة المزيد من المحاصيل وإنتاج نحو 1.5 مليون طن من الحبوب وتصدير غالبيتها إلى الخارج وتعزيز الأمن الغذائي لزيمبابوي وشركائها.



منوعات الفكر 30

خولة للفن والثقافة تختتم بنجاح معرض الوحدة في التنوع



وساحة لتبادل الأفكار بجانب دوره في إتاحة الفرصة للجمهور للاستمتاع بالإبداع والفن . وأكدت حرص المؤسسة على تنظيم الفعاليات والمهرجانات الثقافية والفنية وذلك في إطار سعيها للمساهمة بالنهوض بقدرات قطاع الثقافة والعمل على تنمية قدرات ثقافية ومعرفية متميزة للمجتمع بما يضمن مواكبة ركب التطور الثقافي الذي تشهده دولة الإمارات.

وأشارت سمو الشخة خولة بنت أحمد خليفة السويدي إلى أن معرض "الوحدة في التنوع" والذي جاء تزامناً مع الذكرى السنوية الأولى للمؤسسة إنما يؤكد النجاح الذي حققته المؤسسة على مدار العام الماضي .. موضحة أن المؤسسة تعتزم إطلاق استراتيجية عمل جديدة تعزز من إمكانياتها الرامية إلى تفعيل الاهتمام بالفنون الكلاسيكية بجميع أنواعها والتركيز على إحياء فن الخط العربي في كافة مدارسه واتجاهاته وصقل المواهب الشابة ورقيها بكل معرفة جديدة على صعيد الفكر والفن والثقافة. يشار إلى أن المعرض الذي اختتم أمس الأول شهد تنظيم حفل بمناسبة الذكرى السنوية الأولى لتأسيسها تضمن عرضاً رسمياً لإنتاج المؤسسة الفني المتميز أمام جمهورها العربي والعالم أجمع.



لاحج والإعلامية بروفين حبيب إلى جانب عدد من الفنانين التشكيليين.

وأطلع الزوار خلال جولاتهم على العرض الفني للمعرض والذي تضمن عدداً من اللوحات الإبداعية من تصميم سمو الشخة خولة بنت أحمد خليفة السويدي إلى جانب أكثر من 54 عملاً فنياً لـ 41 فناناً وفنانة من أنحاء العالم والذين شملت أعمالهم لوحات ومنحوتات وزخرفة إضافة إلى عدد من الآيات القرآنية

•• دبي -وام:

اختتمت مؤسسة "خولة للفن والثقافة" المنصة الفنية التي أسستها حرم سمو الشخة خولة بنت أحمد خليفة السويدي في أبوظبي لرعاية فن الخط العربي بجميع مدارس واتجاهاته بنجاح فعاليات معرض "الوحدة في التنوع" الذي نظّمته في أوبرا دبي حيث استقطب الحدث الفني أكثر من 1000 زائر من كبار الشخصيات والأدباء والخطاطين ومتنوّفي الفن والثقافة.

وشهد المعرض - الذي استمر 15 يوماً - زيارة الشيخ محمد بن سلطان بن خليفة بن زايد آل نهيان و الشيخ خليفة بن سلطان بن خليفة بن زايد آل نهيان والشيخة شيخة بنت سيف بن محمد آل نهيان حرم سمو الشيخ الدكتور سلطان بن خليفة آل نهيان مستشار صاحب السمو رئيس الدولة ومعالى محمد المر رئيس مجلس إدارة مؤسسة مكتبة محمد بن راشد آل مكتوم وإرنست بيتر فيشر سفير جمهورية ألمانيا الاتحادية لدى الدولة وسعادة أغادا غاربا سفير جمهورية النيجر المعين لدى الدولة و الفنان ماجد المهندس والشاعر الإماراتي علي الخوار والفنان التشكيلي الإماراتي مطر بن

بمشاركة نخبة من الخبراء وصناع الأفلام

الشارقة السينمائي يناقش مستقبل صناعة الرسوم المتحركة ومراحل تطورها في إنتاج الأفلام

أعمل عليه، تظهر مدينة أبوظبي كواحدة من شخصياته، ولتقديمها بالهيئة التي كانت عليها في الماضي، كان علي استخدام الرسوم المتحركة المرسومة باليد، وبالطبع تعتبر الرسوم ثلاثية الأبعاد خياراً جيداً لكن توثيق تلك الحقبة يتطلب أسلوباً مختلفاً يتلاءم مع الهدف من الفيلم..

يشار إلى أن الدورة الثامنة من مهرجان الشارقة السينمائي الدولي للأطفال والشباب الذي تنظمه مؤسسة فن لدعم وتعزيز الفن الإعلامي للأطفال والناشئة، تقدم أكثر من 80 فيلماً من 38 دولة عربية وأجنبية، وتتيح إمكانية مشاهدة الأفلام والجلسات الحوارية والمشاركة في ورش العمل الافتراضية المجانية من خلال التسجيل عبر موقعه الإلكتروني <https://siff.ae>.

فكري: "لم تشهد صناعة الرسوم المتحركة في المنطقة تغييراً حقيقياً في ظل تمسك الكثير من رواد هذه الصناعة بطريقتهم الخاصة في تصميم وعرض المواد..

وأكد المخرج الإماراتي فاضل المهيري صناعة الرسوم المتحركة اليوم تشهد إقبلاً متزايداً لا سيما منذ أزمة جائحة كورونا، وبشكل خاص الأفلام التي تقدم محتوى تعليمي وترفيهي للأطفال، مشيراً إلى أن صناعة الرسوم المتحركة شهدت تغييرات عديدة على مدار العقد الماضي، وأبرزها الرقمنة، فالشهد الذي كان يتطلب من الرسام مدة خمس دقائق لتصميمه لا يستغرق اليوم أكثر من 30 ثانية.

ويّ حديثه عن الرسوم المتحركة في الأفلام قيد الإنتاج، قال المهيري: "في فيلم جديد

التكنولوجية إلا أنها حافظت على جوهرها ورسالتها، ومع أهمية إتقان مهارات استخدام الحاسوب في هذا المجال، إلا أن هذه الصناعة تتضمن مهارات أخرى مثل تحويل الشخصيات إلى رسوم متحركة كما تتطلب فهماً لمبادئ الفيزياء والسرعة في اتخاذ القرار في الوقت المناسب..

وأضاف فيرغسون: "في مجال الرسوم المتحركة تعتبر مهارة الرسم أمراً مهماً إذ تساعد الفنان على تحويل الصور ثنائية الأبعاد إلى رسوم متحركة تنبض بالحياة، والفنان الجيد هو الذي ينطلق بمخيلته خارج إطار الحدود ليبتكر رسومات وشخصيات تعبر عن موهبته وأفكاره وقدرته على إيصال الرسالة التي يرغب بها.

بدوره قال صانع الأفلام الإماراتي محمد

استضافت الدورة الثامنة من مهرجان الشارقة السينمائي الدولي للأطفال والشباب يوم الأربعاء، الفنان العالمي بريان فيرغسون، من شركة ديزني، وصانع الأفلام والرسام الإماراتي محمد فكري، والمخرج والمنتج الإماراتي فاضل سعيد المهيري، في جلسة حوارية عقدت (عن بعد) تحت عنوان "تطور الرسوم المتحركة في إنتاج الأفلام" أدارتها بتول التميمي أحد المحكمين اللواعدين، لمناقشة واقع صناعة الرسوم المتحركة وأفاقها المستقبلية.

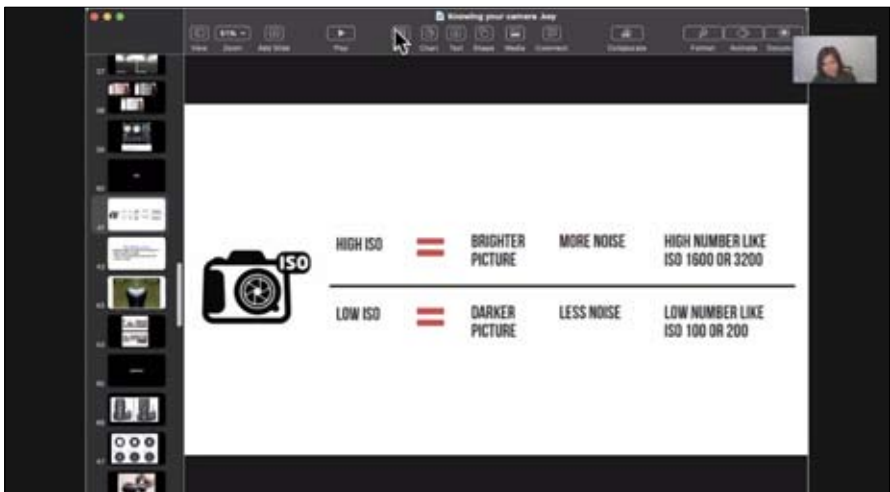
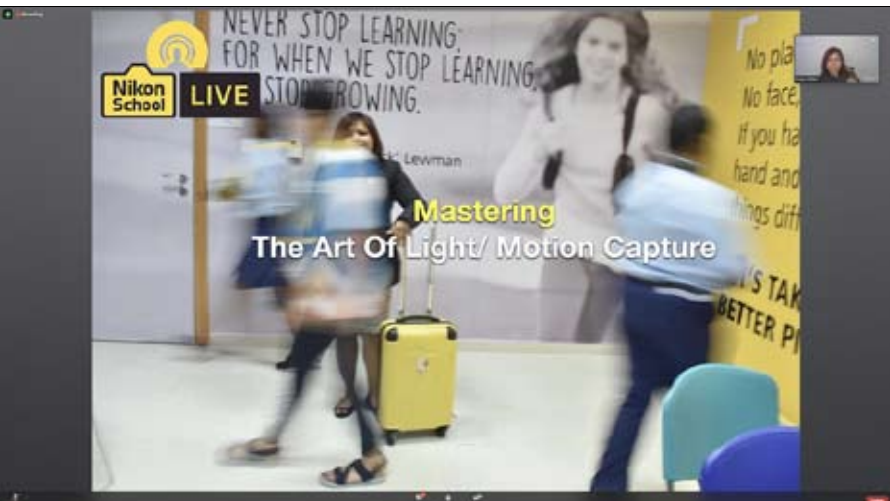
وحول مراحل تطور صناعة الرسوم المتحركة، قال بريان فيرغسون خلال الجلسة: "على الرغم من التطورات الكبيرة التي شهدتها صناعة الرسوم المتحركة بفضل الوسائل



•• الشارقة-الفجر:

خلال ورش قدمتها نيكون

أطفال الشارقة السينمائي يتعلمون تقنيات التصوير الفوتوغرافي وفن الرسم بالضوء



8 أو 10 وحساسية مستشعر الضوء على 100، قم بالتلويح بواسطة ضوء فلاش أو مصباح متوهج أو مصباح كهربائي أو حتى مصباح الهاتف المحمول لتعديل الصورة أثناء التقاط صورة بوضع التعريض الطويل..

وأضافت: "يمكن للتقنيات البسيطة مثل تحريك الأضواء الصغيرة أو الشرارات أو حتى ضوء الهاتف المحمول حول الموضوع المراد تصويره، أثناء التصوير بالتعريض الطويل، أن تخلق تأثيرات تشبه الرسم بالضوء ما يضيفي على الصور لمسة إبداعية فريدة،

وحول أهمية التعرف على مصدر الضوء، قالت شيترا: "أبحث عن مصدر الضوء الطبيعي سواء ضمن البيئة الداخلية أو الخارجية، وضع الشيء الذي ترغب بتصويره أمامه والنقط الصورة، فمصدر الضوء والخلفية واللوح العاكس أدوات أساسية لالتقاط صور احترافية في الأماكن المغلقة"، مؤكدة على أن الصورة الجيدة لا تتطلب بالضرورة معدات مكلفة بل يمكن للورق الأبيض أن يحل محل الألواح البيضاء لتشكيل الخلفية كما يمكن استخدامها بمثابة ألواح عاكسة..

وشرحت آريا للمبدعين الشباب الوظائف الأساسية للكاميرا الرقمية ذات العدسة الأحادية العاكسة (DSLR) إلى جانب إعدادات الكاميرا الثلاثة وهي سرعة الغالق، وفتحة العدسة، وحساسية الكاميرا للضوء، واختتمت الجلسة بعرض قواعد التصوير الفوتوغرافي وهي قاعدة التثليث التي تعتمد على تقسيم الصورة إلى ثلاثة أجزاء طولية وعرضية، وقاعدة النسبة الذهبية وملء الإطار والخطوط القيادية والتأطير وغيرها.

ورشة الرسم بالضوء

وقدمت شيترا للأطفال ورشة حول الرسم بالضوء، تعرفوا خلالها على تقنيات DIY للأعمال اليدوية، إلى جانب عدد من النصائح والفنون التقنية لالتقاط صور فريدة باستخدام سرعة الغالق وفتحة العدسة للكاميرا DSLR.

وقالت المدربة: "بعد ضبط سرعة الغالق على سرعة منخفضة، على سبيل المثال 30 ثانية، أو وضع الكاميرا في الوضع اليدوي أو وضع الصباح، وضبط فتحة العدسة عند

•• الشارقة-الفجر:

نظمت شركة نيكون، الشريك التعليمي للدورة الثامنة من مهرجان الشارقة السينمائي الدولي للأطفال والشباب، ورشتي عمل لتعريف المشاركين على عالم التصوير الفوتوغرافي، وذلك ضمن سلسلة الورش التي يقدمها المهرجان (عن بعد).

وبدأت بورشة عنوانها "أساسيات التصوير الفوتوغرافي" قدمتها خبيرة التصوير آريا شيترا، من "نادي نيكون لتعليم التصوير للأطفال"، وعزّفت فيها المشاركين على أساسيات فن التصوير وأجزاء الكاميرا.

وبدأت شيترا الجلسة بقولها: "الضوء عنصر أساسي في التصوير الفوتوغرافي، ولا بد من فهم تكوينه حتى نتقن هذا الفن"، وبيّنت أن الإضاءة تستهدف ثلاثية النقاط، وتتمدد على ثلاثة مصادر منفصلة هي الضوء الأساسي والضوء الخلفي وضوء المء، كما شرحت كيفية اختيار النقاط البارزة أو التركيز على الظلال ضمن الصورة.



منوعات

الفكر

31

عادت الفنانة الكبيرة صابرين بقوة إلى الصدارة، إذ يعرض لها ٣ أفلام دفعة واحدة في دور العرض هي: (الإنس والنمس) و(٢٠٠ جنيه) و(عروستي)، فضلاً عن احتلالها التريند بشخصية (الكفيفة) خلال حكاية (واحد في الميه)، ضمن مسلسل (زى القمر).

هي ليست عودة عادية، إذ تجسد شخصية شيطانة خلال فيلم (كوميدي رعب) أمام محمد هنيدي، وقالت الفنانة: إنها كانت (تركب) ٤ رموش صناعية لإتقان الشخصية، كما أعربت عن قلقها من مشاهدتها مع حسين فهمي ومحمود حميدة وشيرين رضا في فيلم (الملحد) الذي يجرى تصويره حالياً. وأشادت صابرين، خلال حوارها مع (الدستور)، بالمسلسلات القصيرة، مؤكدة أنها نالت إعجاب الجمهور، وأحيت الإنتاج الفني، وحكت كواليس جميع الأعمال التي شاركت فيها.

فيلم (عروستي) يتناول (الزواج بعد قصة حب)

صابرين: المسلسلات القصيرة أنعشت سوق الدراما

الفيلم.
• ما أعمالك السينمائية المقبلة؟
- بدأت في تصوير فيلم (الملحد)، وأشعر بخوف شديد من تجسيد الشخصية، كل ما أستطيع أن أقوله إنها صعبة للغاية، خاصة مشاهدي مع النجوم حسين فهمي ومحمود حميدة وشيرين رضا.
عرض على المشاركة المخرج الكبير محمد العدل، وقرأت السيناريو ولا أزال مذهولة من الشخصية وتقاسيلها.. هذا تحد كبير بالنسبة لي.
• كيف كانت المشاركة في حكاية (واحد في الميه)؟
- شعرت بسعادة بالغة لأن القصة حققت هذا النجاح الكبير، ضمن مسلسل (زى القمر)، الذي يتضمن مجموعة مهمة من الحكايات.
وأرى أن فكرة الدراما القصيرة مهمة، وأحبها الجمهور بشدة، وكانت ردود الفعل غير متوقعة من الجميع.
حاولنا كفريق عمل أن نطرح تساؤلات كبيرة، وأن نقدم فناً هادفاً، وكانت ردود الفعل إيجابية وهذا أسعدني.
• ما أصعب مشاهد الحكاية؟
- هناك مشاهد صعبة جداً، وأهمها مشهد الفنان مدحت صالح، الشهير بـ(المنيو)، عندما قدمت فكرة مهمة، هي تقديم (منيو) للكشوفين، الذين يدخلون المطاعم ويستعينون بأصدقائهم أو الشيف من أجل معرفة أنواع الأكل.
• كيف جسدت شخصية (الكفيفة)؟
- لأول مرة أقدم شخصية كهذه، ونجحت في تجسيد شخصية الكفيفة بمساعدة مخرج العمل، وحاولت أن أنظر ككفيفة حقيقية دون أن أكون (أوفر).
المسلسل ناقش قضية مرض جيني يصيب الإنسان ويضعف بصره إلى أن يفقده، وهذا موضوع مهم، وسعدت جداً بالمشاركة في هذا العمل.
• ما رأيك في المسلسلات القصيرة؟
- تجربة مهمة أثبتت نجاحها والأمثلة كثيرة، وأرى أنها تلخص الرسائل للجمهور، وتنعش سوق الدراما، ولا تركز الأفكار على الماراثون الرمضاني فقط.. المسلسلات القصيرة فكرة رائعة، وأنا سعيدة بالعمل ضمن مسلسل قصير وأتمنى تكرار التجربة.

كنت أركب في عيني أربعة رموش صناعية، ولا أنكر أنني أحسست بمتعة خلال تجسيد هذه الشخصية، وما ساعدني على أن أكون قوية هو التعاون مع (هنيدي) الشخص الجميل، ومئة شلبي حبيبة قلبي، وكل فريق العمل الحلو.
• ما رأيك في رد فعل الجمهور حول البرومو؟
- سأحكي رد فعلي.. أنا نفسي تساءلت: (مين دي؟) حينما رأيت البرومو، وزاد قلقي حيال رد فعل الجمهور حول العمل، لكن الآن أشعر بأن هذه الشخصية إضافة إلى تاريخي الفني.. هذا العمل (رعب كوميدي) وأنا محظوظة بالتعاون مع فنانين كبار ومخرج مهم.. كنت أذكر للشخصية ٧ ساعات يومياً.
• كيف كانت تجربة فيلم (عروستي)؟
- أجسد والدة الفنانة جميلة عوض، والعمل يناقش قضية دور الأم في تربية ابنتها، وكيف تؤثر العوامل النفسية على نجاحها في هذه المهمة.
كما يناقش الفيلم قضية (الزواج بعد قصة حب) وقضية (زواج الصالونات).. كانت شخصية صعبة، لأن الفيلم يناقش فكرة التربية التي تختلف باختلاف تعامل الأم مع ابنتها أو بنتها.
• ما الذي دفعك للموافقة على المشاركة؟
- إعجابي بقصة الفيلم، والتعاون مع المخرج الكبير محمد بكير، وأرى أنه مخرج مميز، وتأكدت من ذلك في أول يوم تصوير.. حينما انتهى التصوير بكى الجميع، لأننا كنا نشعر أننا ضمن أسرة واحدة، وأحببت التعاون مع الشباب خلال

التجربة لطيفة ومهمة والدراما تمس المواطن العادي ولا تتحدث عن فئة معينة.
سعدت بالتعاون مع المخرج محمد أمين، وأرى أن الشخصية التي أجسدها خلال الأحداث تختلف عن كل ما قدمته من قبل، ما أشعرتني بأنني (أغير جلد).
• كيف كانت الكواليس؟
- لم ألتق جميع الأبطال المشاركين في العمل، وهذا يؤكد ما قلته بشأن أن الفيلم تجربة مختلفة.. قصص كثيرة تجعل من الصعب على الأبطال أن يلتقوا، لكنني سعيدة بالعمل مع خالد الصاوي ووليلي علوي وإسعاد يونس وأحمد السعدني وهاني رمزي وأحمد رزق ومي سليم ودينا فؤاد وغادة عادل وسليمان عيد.
• كيف كان التعاون مع المخرج محمد أمين؟
- أرى أن أعمال المخرج محمد أمين قادرة على التحدث عنه كفنان، فقد صنع أعمالاً فنية مختلفة ومهمة، وحينما تعاونت معه أدركت أنه صاحب أسلوب إخراجي مختلف.
يستطيع (أمين) أن يحصل على أفضل أداء ممكن من الممثل، وأرى أن تعاونه مع السيناريست أحمد عبدالله، أثمر عملاً فنياً مهماً.
• ما رأيك في سيناريو (الإنس والنمس)؟
- سعدت جداً بالتعاون مع الفنان الكبير محمد هنيدي، هذا أول لقاء عمل بيننا، رغم أننا صديقان منذ زمن طويل، كما سعدت للغاية بالتعاون مع المخرج العظيم شريف عرفة، اختارني للعمل معه وأنا من (الفائز بتوعه).
التعاون مع (عرفة) كان ممتازاً، شعرت بأن جميع العاملين أسرة واحدة، وكان يقول لنا: (هاندقم للناس مفاجأة).
• هل واجهت أي صعوبات خلال التصوير؟
- نعم، شخصية (الشيطانة) كانت صعبة جداً، لأنني أقدم هذه النوعية لأول مرة في حياتي.. كنت قلقة في البداية بشأن رد فعل الجمهور.

• بداية.. ما رأيك في أحداث فيلم 200 جنيه؟
- فيلم 200 جنيه) عمل فني مختلف، ووافقت على المشاركة به بمجرد قراءة السيناريو، ومن الأمور التي جعلتني متحمسة للمشاركة وجود مجموعة كبيرة من زملائي النجوم ضمن فريق العمل.. أرى أن



توفيق عبد الحميد يعود للشاشة من جديد في رمضان

أحمد السقا يدخل (السرب) مجدداً.. وموعد نهائي لعرض (العنكبوت)



دخل الفنان أحمد السقا معسكراً مغلقاً لتصوير مشاهد من فيلمه الجديد "السرب" بعد فترة التأجيلات السابقة حيث انضم إليه الكثير من أبطال الفيلم منهم محمد ممدوح ونبيلي كريم وعدد كبير من النجوم.
ويواصل طاقم الفيلم تصوير العمل حتى نهاية نوفمبر القادم لتجهيز الفيلم للعرض ودخوله غرف المونتاج والمكساج.
وعلى صعيد آخر قررت الشركة المنتجة لفيلم "العنكبوت" بطولة الفنان أحمد السقا طرح الفيلم بالسينيمات ودور العرض خلال ديسمبر القادم بشكل نهائي بعد عدة تأجيلات.
وانتهى المخرج أحمد نادر جلال مؤخراً من كل عمليات ما بعد التصوير وأصبحت النسخ النهائية جاهزة للطبع والعرض السينمائي بعد ما يقرب من عامين من التأجيل.
تتناول قصة فيلم (السرب)، استشهاد الأقباط المصريين في ليبيا على يد الجماعات التكفيرية، وانتقام القوات المصرية لهم في فبراير 2015، ويقوم ببطولة فيلم السرب مجموعة كبيرة من النجوم أبرزهم أحمد السقا، نبيلي كريم، قصي خولي، شريف منير، دياب، أحمد حاتم، أسر ياسين، محمود عبدالمغني، كريم فهمي، ومجموعة كبيرة من الفنانين، والعمل من تأليف عمر عبدالحليم، وإخراج أحمد نادر جلال.
أما فيلم (العنكبوت) فيتناول مافيا تجارة المخدرات وما يحدث بين عصاباتنا.

أعلن الفنان الكبير توفيق عبد الحميد، العودة لجمهوره، من خلال مسلسل جديد يشارك في بطولته في الموسم الرمضاني المقبل، بعد سنوات طويلة من الغياب عن جمهوره. وكتب (عبد الحميد)، عبر صفحته أعلن الفنان الكبير توفيق عبد الحميد، العودة لجمهوره، من خلال مسلسل جديد يشارك في بطولته في الموسم الرمضاني المقبل، بعد سنوات طويلة من الغياب عن جمهوره. وكتب (عبد الحميد)، عبر صفحته إلى أن التواصل مع الناس على السوشيال منمت ومبهج، رغم وجود شخصيات مزعجة تقلب المزاج. وأضاف الفنان توفيق، خلال مداخلة هاتفية مع الإعلامي شريف عامر، في برنامج "يحدث عنه خلال الساعات الماضية بأنه لم يعرض عليه المشاركة في أي عمل، إضافة إلى غضبه بعدما وصفه البعض بأنه مغفور، مؤكداً أنه كلام ليس له أساس من الصحة. ونفى "عبد الحميد"، ما تداول من خلال حساب على موقع التدوينات الصغيرة، تويتر والذي جاء فيه: (أنا بعد العمر ده كله يتقالي محدش يعرفك واقعد في البيت). مؤكداً أنه حساب وهمي ومزييف فليس له أي حساب خاص على تويتر: (أنا عمري ما كان ليا حساب على تويتر لا زمان ولا دلوقتي ولا هيكون، وتعاملي مع التكنولوجيا بسيط).



الفكر

حليب الأمهات المرضعات قد يقضي على بكتيريا خطيرة

الحيوية".

وقد بدأ علماء الأحياء والكيمياء في الأعوام العشرة الماضية في دراسة كيفية تأثير حليب الأبقار والنساء على جسم الأطفال والبالغين. وأظهرت دراساتهم أن الحليب يحتوي على إنزيمات مختلفة تساعد جسم الإنسان على مكافحة الميكروبات والالتهابات، كما أنه يلعب دورا هاما في تكوين البكتيريا المعوية عند الأطفال حديثي الولادة.

وتتخير حصة الأسد من هذه العناصر الغذائية المفيدة عند معالجة الحليب أو تحضير الحليب الجاف للطفل الرضيع. وحسب خبراء منظمة الصحة العالمية، فإن مئات الآلاف من الأطفال في الأيام والأشهر الأولى من حياتهم يموتون بسبب فقدان الرضاعة الطبيعية في الأشهر الستة الأولى بعد ولادة الطفل.

اكتشف علماء الكيمياء الحيوية من الولايات المتحدة أن حليب النساء المرضعات يمكن أن يقتل البكتيريا.

إذ أنه يحتوي على جزيئات السكر التي يمكن أن تحيد السلالات الخطيرة من المكورات العقدية والميكروبات الأخرى التي تسبب التهابات شديدة عند الأطفال حديثي الولادة. أعلن ذلك الأحد 22 أغسطس ناطق باسم الجمعية الكيميائية الأمريكية (ACS).

وقال، ستيفن تاوئسنند، الأستاذ المساعد في جامعة "فاندربيلت" في ناشفيل الأمريكية: "كانت هذه السكريات موجودة منذ فترة طويلة لدى جنسنا البشري، لكن البكتيريا لا تستطيع مقاومتها. وإذا فهمنا كيفية عمل هذه المواد، تمكنّا من إنتاج أدوية جديدة تعتمد على هذه السكريات، وتصلح لاستخدامها كبديل للمضادات

قرأت لك

طلاء الأظافر

توصلت دراسة حديثة إلى أن طلاء الأظافر يمكن أن يحتوي على مركبات سامة تؤدي إلى الإصابة بأمراض خطيرة مثل العقم والسرطان.

ويؤكد خبراء الصحة، أنه على الرغم من حظر استخدام العديد من المواد الكيميائية في مستحضرات التجميل في الكثير



من بلدان العالم، إلا أن العلماء يقولون إن مواد سامة جديدة باتت تستخدم عوضاً عن المواد الكيميائية المحظورة.

وتحتوي المواد الكيميائية في طلاء الأظافر على نسبة كبيرة من السميات، التي تؤثر على الدماغ، وتسبب بتشوهات للأجنة، بحسب دراسة قامت بها جامعة هارفارد مؤخراً. وقد قام الباحثون بفحص 40 نوعاً مختلفاً من طلاء الأظافر التي يدعي مصنعوها بخلوها من المواد الكيميائية، وتبين بأنها على مواد كيميائية عالية السمية مثل مادة THPH، التي تسبب باضطرابات في الهرمونات، والإصابة بالعقم، ومتلازمة المبيض المتعدد الكيسات، إضافة إلى بعض أنواع السرطان أهمها سرطان الثدي. إضافة إلى ما سبق تبين أن أنواعاً كثيرة من طلاء الأظافر احتوت على مواد سامة مثل مادة الرصاص التي تسبب بالتقيؤ وفقدان السمع، وصعوبات التعلم لدى الأطفال، بحسب ما نقلت صحيفة ديلي ميل أونلاين البريطانية.

سؤال وجواب

• من أول امرأة حصلت على جائزة نوبل؟

ماري كوري.

• ما هي أقدم جامعات العالم؟

جامعة القرويين (في مدينة فاس المغربية).

• ما هو الكوكب الأحمر؟

المريخ.

• ما هي أعلى نقطة على سطح الأرض؟

قمة جبل إفرست.

• كم عدد ألون قوس قزح؟

7 ألوان.

• ما هو أقدم العلوم؟

علم الفلك.



نمر بنغالي يدعى «شيتارا»، يمشي مع ثلاثة من أشباله الأربعة في حديقة حيوان غوادالاجارا ، المكسيك. رويترز

الجهاز العصبي يمكن أن يتأثر حتى بعد كوفيد- 19 الخفيف

أعلنت الدكتورة ناتاليا بشينيجنايا، نائب مدير العمل السريري والتحليلي في المعهد المركزي لبحوث علم الأوبئة، أن "كوفيد19- " بأعراض خفيفة، يمكن أن يؤثر أيضا في الجهاز العصبي المركزي.

وتقول الخبيرة في حديث لوكالة نوفوستي الروسية للأنباء، "تحصل أضرار في الجهاز المركزي العصبي عادة بعد الإصابة بالشكل الحاد لمرض "كوفيد19-". ولكن لوحظت هذه الحالة عند الإصابة بـ "كوفيد19- " الخفيف أيضا". وتضيف موضحة، إذا دخل الفيروس عبر الأنف إلى الجسم، فسيكون قادرا على اختراق العصب الشمي، ومن ثم ينتشر في خلايا الجهاز العصبي المركزي. وتقول، "ويمكن أن يدخل الفيروس إلى الجسم، عبر الحاجز الدموي الدماغي، من خلال العيوب الناتجة عن تلف في بطانة الأوعية الدموية في الدماغ، ومنها يصل إلى الدماغ". ووفقا لها، يمكن أن يؤثر نقص الأكسجين (الجوع الأكسجيني)، الذي يحصل عند الإصابة بالشكل الحاد من "كوفيد19-"، والتخثرات المجهرية، وكذلك استجابة الجهاز المناعي، التي قد تسبب تلف الخلايا العصبية وتدمير غمد المايلين المحيط بالألياف العصبية، في عمل الدماغ.

أعراض السرطان: سبع علامات تحذيرية شائعة لنمو الورم في البروستات!

يمكن أن يظل ورم سرطان البروستات غير مكتشف لسنوات عديدة، حيث ينمو حجم الورم ببطء، وبمجرد أن يتجمع في كرة كبيرة من الخلايا السرطانية، قد تواجه مشاكل في المسالك البولية. ويمكن أن يكون الإجهاد من أجل التبول أو قضاء وقت طويل في إفراغ المثانة من علامات الإصابة بسرطان البروستات. وقالت هيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS): "قد تواجه أيضا "تدفقا ضعيفا" ، وحتى بعد كل مشكلة الذهاب إلى المرحاض، قد تشعر كما لو أن مثانتك لم تفرغ بشكل صحيح".

وهناك سبع علامات تحذيرية لسرطان البروستات:

1. كثرة التبول، غالبا أثناء الليل.
2. الحاجة إلى دخول المرحاض بشكل مستمر.
3. صعوبة في التبول.
4. إجهاد أو أخذ وقت طويل أثناء التبول.
5. ضعف التدفق.
6. الشعور بأن مثانتك لم تفرغ بالكامل.
7. دم في البول أو دم في السائل المنوي.

وإذا كنت تعاني من علامات الإصابة بسرطان البروستات، فمن الأفضل أن يقوم الطبيب بفحصها.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن بعض الخضروات مثل الخيار و الباذنجان يمكن أن يكون لها تأثير ضار على الإنسان حيث أثبتت البحوث أن الخيار لو تحول لونه من الاخضرار إلى الاصفرار نتج عنه مواد لها تأثير سام على الإنسان كما أثبتت أن الخيارة المرة ذات الشكل المموج لها تأثير سام على الإنسان .. و هذه المادة السامة توجد في قلب الخيارة .. كما أثبتت البحوث أن أكل الباذنجان بكثرة يؤثر على الجهاز العصبي للإنسان.
- هل تعلم أن تناول الفول المدمس يمنع الإصابة بالآزمات القلبية .. فهو يقضي على ارتفاع نسبة الكولسترول في الدم .. و بذلك يخفض تناول الفول المدمس نسبة واحد بالمئة من المواد التي تؤدي إلى تصلب الشرايين.
- هل تعلم أن الأذن اليسرى أضعف سمعاً من الأذن اليمنى.
- هل تعلم أن أقوى عضلة في جسم الإنسان هي عضلة الفك.
- هل تعلم أن الجسم يحتمل حرارة حتى 128 درجة مئوية
- هل تعلم أن الكبد هو العضو الوحيد الذي يمكنه أن يحول البروتينات و ما تحويه من أحماض أمينية إلى مادة الجلوكوز أو السكر.

•هل تعلم أن نقص فيتامين ب الموجود في الخمائر واللبن والبيض واللحم والأجاص والفول والحنطة غير الصنعة والحبوب كالفاصولياء واللوبياء والبطاطا يؤخر النمو ويشوه ويسبب تهيجات واضطرابات في الأعصاب وامساكا حادا .

قصة حيوانات الغابة

يحكي انه في قديم الزمان كانت حيوانات الغابة كلها تحمل لونا واحدا فقط هو اللون الابيض ولم يكن يميزها غير احجامها لذلك كان كل منهم يبحث عن طريقة يغير بها من جلده ولكن دون جدوى .. وفي يوم هبت عاصفة شديدة علي الغابة وقرر الجميع ان يختبئوا حتى لا يصيبهم مكروه فجري كل في مكان وتفرقوا بشدة جري الاسد مسرعا وهناك في منطقة فسيحة غمرته الرمال ولم يستطع الخروج فظل سجيناً لتلك الرمال مقيد الحركة ،اما النمر فقد جرى بسرعته الفائقة لكنه وقع داخل بعض اغصان الاشجار المتدخلة ولم يستطع الخروج ،صدقيتنا الزرافة الجميلة اخذت تجري وهي تبحث عن اينتها الضائعة وكانت تدب اقدامها في الطمي بقوة فيتطاير على جسدها المشوق الجميل ويتسح لكنها لم تهتم واختبأ القرد فوق الاشجار ربما تداريه وتحميه والدب اخذ يتزلج على شاطئ البحيرة من ثقل وزنه كلما قام وقع حتى اكتسي بالطيني الرمادي والاسود ولم يفر منهم الا من دخل ببياته الشتوي مبكرا اما السلحفاة المسكينة فقد داسها الفيل فكسر ظهرها لكنه تأسف لها وحملها معه فمنحها وحيد القرن مادة صمغية استطاعت بها ان تلصق قطع عظمها وتعيدها كما كانت قوية وعاد هو ليختبئء وسط مياه البركة الضحلة وهكذا استمر الوضع كر وفر حتى هدأت العاصفة فخرج الجميع من مخابئهم خرج الاسد من الرمال وبقي طوال عمره على هذا اللون ،التصق الطمي بجسد الزرافة فمنحها هذا الشكل الجميل اما الاغصان فقد جعلت النمر مخططا والقرد بقي على حاله وعندما عطس بقوة تطاير الطمي من فوق وجهه ونزل على الفهد فجعل جلده مرقطا فأعجب جدا بهذا الشكل وبقي عليه اما السلحفاة فبقي ظهرها كما نعرفه نحن الان والفيل الذي كان يحمل جذوع الاشجار فوق ظهره غيرته المياه البنية اللون التي كانت تنزل من جذوع الاشجار على جلده فاكسب لونا لابس به والذئاب التي كانت حبيسة الجبل حضرت وقد تغير جلدها اما الدب الذي دخل في بياته الشتوي فقد احتفظ بجلده الابيض واصداقؤه احتفظوا بلون الطمي ... الان الكل معجب بشكله ولولا العاصفة لاستمرت الحيوانات بيضاء .