

دائرة البلديات والنقل تعلن انطلاق
المنتدى الحضري العالمي العاشر
فبراير المقبل لأول مرة بأبوظبي



حنان مطاوع :
دائماً ما أختار الفيلم الذي
يصل الى قلبي وأصدقته



كيف تعتني ببشرتك
قبل المناسبات؟

أفضل توجهات اللياقة البدنية في 2020

أصبحت اللياقة البدنية أمراً هاماً بالنسبة للجمع في عصرنا الحالي، وتحولت إلى توجه يتبعه الكثير من الأشخاص لتحسين حالتهم الصحية والتخلص من الوزن الزائد.

وقد أوردت صحيفة تايمز أوف إنديا قائمة تشمل مجموعة من أهم توجهات اللياقة البدنية في العام الجديد، على النحو التالي:
- اللياقة الوظيفية: اللياقة الوظيفية تعني في الأساس تكرار الأنشطة المعتادة التي يؤديها الأشخاص في حياتهم اليومية. ربما يقومون بهذه الأنشطة في المنزل أو في العمل أو في صالة الألعاب الرياضية. تساعد اللياقة الوظيفية عضلاتك على العمل معاً وإعداد جسمك للمهام اليومية، كما أنها تعمل على تكيف عضلاتك للقيام بكل المهام بنفس القوة.

- اللياقة النشطة: اللياقة النشطة عبارة عن مجموعة من التمارين منخفضة الكثافة، والتي تساهم في إراحة العضلات بشكل تدريجي. ويعتبر تمرين التمدد أحد أهم هذه التمارين التي تحسن لياقة الجسم وحركته ومرونته. كما أن هذا التوجه مفيد في منع العضلات من التقرح.
- برامج الصحة والعافية في مكان العمل: كثير من الناس يجلسون على مكاتبهم لفترة أطول من المفترض، وهذا ليس بالأمر الصحي على الإطلاق لأجسامنا، لذلك بدأت العديد من أماكن العمل في تعزيز البرامج الصحية، وتنظيم جلسات التأمل وممارسة التمارين. هذا يساعد أيضاً على زيادة الإنتاجية وإدارة الإجهاد.

جانيت جاكسون تعاديد ابنها بكلمات مؤثرة

في عيد ميلاد ابنها عيسى وجهت النجمة العالمية جانيت جاكسون البالغة من العمر 53 عاماً عابدة جميلة له.
قالت جانيت على صفحتها لابنها: "منذ ثلاث سنوات ومثل هذا اليوم باركني الله في عمر الـ 50! بأعظم حبة وهي طفلي، عيسى والدليل حبه أكثر من أي شيء في العالم".
وجاء التعليق على صورة نشرتها جانيت لها وهي حامل، وانها لتتعلقها من قبل محبي جانيت متمنية لعيسى عيد ميلاد سعيد.

زيادة التركيز ومقاومة تعب الشتاء .. بالغذاء!

يحل التعب على كثير من الأشخاص في فصل الشتاء، لكن

بتغذية سليمة بأسعار مناسبة يمكن التغلب على التعب

وزيادة قدرة الجسم على العمل والنشاط والمحافظة

عليه. هنا بعضها:

غالباً ما يصاب المرء بالتعب أيام الشتاء ويصعب

عليه مقاومته، ويقل التركيز في العمل. لكن من

خلال التغذية السليمة يمكن للمرء أن يحسن

بشكل ملحوظ قدرته على النشاط والعمل.

وهو في ذلك لا يحتاج لا لقهوة ولا لمواد

غذائية باهظة الثمن، حسب ما يذكر

موقع فوكوس الألماني.



رابعا: الأنثوسيانين
مواد الصباغة النباتية المسماة أنثوسيانين تتواجد خصوصاً في التوت بأنواعه، ويقال إنها تقوي الذاكرة وتحافظ على صحة الأوعية الدموية.

خامساً: الإكتار من شرب الماء
يشكل الماء 75 في المئة من مخ الإنسان، والإقلال من شربه قد يؤدي إلى ضعف التركيز. يحتاج الإنسان إلى تناول لترين إلى ثلاثة لترات من الماء يومياً لكي يتغذى المخ بما فيه الكفاية.

سادساً: عادات غذائية قاتلة
هل من الممكن أن يكون طعامنا قاتلاً لنا؟ ما الأخطاء التي يجب أن نتجنبها أثناء اختيار أغذيتنا اليومية؟ وما مدى تأثير بعض أنواع الأطعمة على صحة أجسامنا بشكل عام؟ بعض الإجابات بإشراف أخصائي في الموضوع التالي:

يموت شخص واحد من بين كل خمسة أشخاص حول العالم لأسباب متعلقة بسوء التغذية. فقد أشارت دراسة جديدة نشرت في المجلة العلمية "The Lancet" إلى أن الإفراط في استهلاك اللحوم الحمراء واللحوم المعالجة والملح والسكر وعدم تناول كمية كافية من الفواكه والخضروات والبقوليات يشكل السبب الرئيسي لأمراض القلب والسرطان. والجدير بالذكر أن حوالي 11 مليون حالة وفاة على مستوى العالم في عام 2017 تعود أسبابها إلى أمراض القلب والأوعية الملح والسكريات بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية ومرض السكري.

ثلاث فواكه فعالة لضبط ضغط الدم

يعرف ارتفاع ضغط الدم بأنه مرض شائع يحدث عند حصول ضغط مستمر على جدران الشرايين وعلى مدى طويل، وتعتمد السيطرة عليه على مواظبة المريض على العلاج واتباع نظام غذائي صحي. وعند الإصابة بهذا الاعتلال فإنه ينبغي على القلب أن يعمل بجد أكبر لضخ الدم في جميع أنحاء الجسم. ولحسن الحظ، يمكن أن يساعد اتخاذ قرارات نمط حياة صحي في خفض ضغط الدم المرتفع وتجنب تهديدهاته الصحية الجانبية الخطيرة. وغالباً ما يساعد النظام الغذائي الغني بالبوتاسيوم والمغنيزيوم والألياف على التحكم بضغط الدم، ويتفق خبراء الصحة البارزون على أن اتباع نظام غذائي صحي متوازن و150 دقيقة على الأقل من النشاط البدني في الأسبوع، سيضمن أن تظل قراءات ضغط الدم سليمة. وأثبتت مجموعة من الدراسات البريطانية أن لثمار التفاح والتوت الأزرق والموز تأثير إيجابي للغاية على قراءات ضغط الدم، حيث أن التفاح يخفض ضغط الدم لأنه مصدر هام للكيرستين، وهو مادة تنتمي إلى الفلافونويد (مركبات عضوية لديها مفعول مضاد للأكسدة ومضاد للجذور الحرة). ويعمل الكيرستين على إبطال فاعلية الجذور الحرة (جزيئات كيميائية مؤينة ضارة في الجسم)، ويدعم الأوردة ويخفض ضغط الدم بشكل طبيعي. ويحتوي التوت الأزرق على نسبة عالية من الفلافونويد وخصائص قوية مضادة للأكسدة وهذا يساعد على خفض ضغط الدم. كما أن الدراسات وجدت أن التوت الأزرق يملك كميات كبيرة من مادة الأنثوسيانين التي تنتمي إلى مجموعة الفلافونويد، وأن أولئك الذين يحصلون على مستويات عالية من هذه المادة ينخفض لديهم ضغط الدم المرتفع بنسبة 8%. ويعتقد الباحثون أن الأنثوسيانين يقلل من ارتفاع ضغط الدم عن طريق تعزيز أكسيد النيتريك، وهو مادة كيميائية في جدران الشرايين تحافظ على استرخاء الأوعية الدموية وتمدها. أما الموز فيعد خياراً صحياً آخر من الفاكهة لخفض ضغط الدم المرتفع باعتباره غنياً بالبوتاسيوم. حيث أظهرت الدراسات أن استهلاك موزتين يومياً يمكن أن يساعد على خفض ضغط الدم بنسبة 10%.

بدانة الطفل تؤثر على ذاكرته

أظهرت نتائج دراسة جديدة أجريت في جامعتي يال وفيرومنت أن الطفل الذي يعاني من السمنة تتأثر أنسجة معينة في دماغه بطريقة تؤثر سلباً على ذاكرته المهنية. وتعتبر البدانة بين الأطفال من الظواهر الصحية التي تزايد انتشارها كثيراً في العقود الأخيرة، ويرتبط ذلك بانتشار النظام الغذائي الغربي الغني باللحوم المصنعة والدهون والسكر. وبحسب التقرير الذي نشرته مجلة "جاما" الطبية عن الدراسة، أظهرت نتائج الأبحاث ترقفاً في أنسجة القشرة الدماغية، وخاصة في منطقة الفص الجبهي لدى الأطفال الذين لديهم بدانة مقارنة بأقرانهم الذين يتمتعون بوزن صحي. ويؤثر هذا الترقف في الأنسجة على وظائف معينة للذاكرة ترتبط بالجوانب المهنية والعملية في مرحلة الشباب والنضج.



نصيحة من موظف حقائب للمسافرين

يعتقد كثير من المسافرين أن وضع أقتال على حقائبهم أثناء السفر يحميها من السرقة، لكن أحد موظفي الحقائب قال إن هذا الإجراء غير صحيح على الإطلاق.
وتقاسم الموظف أفكاره بهذا الشأن على موقع "ريدب" للتواصل الاجتماعي، مشيراً إلى أن وضع الأقتال على الحقائب لن يؤمن الحماية، بل على العكس من ذلك، فقد يجعلها هدفاً محتملاً للسرقة.
وأضاف أن الأقتال توهي لكثيرين بأن المسافر يخفي شيئاً ثميناً في داخل الحقبة، مؤكداً من تجربته أن القفل لن يردع السارقين عن العبث في أمتعة المسافرين.
وتفاعل زوار الموقع مع ما كتبه الموظف، وقالوا إن قفل الحقائب ليس بالأمر الصعب ولا يحتاج سوى إلى "فلم" ومن جهة أخرى، حذر الموظف المسافرين من وضع عناوين منازلهم على الأمتعة، ذلك أنه يتيح للصوص معلومة قد تساعدهم في سرقتهم لاحقاً.



في أول مؤتمر صحفي

مدير جامعة الإمارات بالإناثة: تطوير البرامج وتحسين مخرجات التعليم العالي أولوية استراتيجية في جامعة الإمارات



• العين - الفجر

أكد الأستاذ الدكتور غالب البريكي مدير جامعة الإمارات بالإناثة - نائب مدير الجامعة للشؤون الأكاديمية على أن جامعة الإمارات تركز حالياً من خلال رؤيتها وخطةها الاستراتيجية على تحسين مخرجات التعليم والعمل المستمر على مواءمتها لاحتياجات سوق العمل بمساعدة التقنيات التعليمية المتقدمة منها الذكاء الاصطناعي، والتعليم الإلكتروني، والواقع الافتراضي الأمر الذي يتطلب إعداداً دقيقاً لطلبة المرحلة الثانوية قبل انتقالهم إلى الجامعات، ومن أجل تحقيق هذا الهدف فإن جامعة الإمارات تواصل وبالتنسيق والتعاون مع وزارة التربية والتعليم مهمتها الاستراتيجية لدعم الانتقال السلس لطلبة المرحلة الثانوية إلى مرحلة التعليم الجامعي من خلال إتاحة الفرصة لطلبة الصفين الحادي عشر والثاني عشر وتجهيزهم أكاديمياً لتحقيق شروط الالتحاق بالجامعة.

وقال الدكتور غالب في أول مؤتمر صحفي بعد توليه إدارة الجامعة "إن التعليم العالي يتطور بشكل سريع محلياً وعالمياً ولابد أن تواكب الجامعة هذا التطور باعتبارها الجامعة الوطنية الأم بالدولة.

و بالنسبة لما أثير مؤخراً حول معايير القبول بالجامعة أكد الدكتور غالب على أن نهج التطور المدعوم بالبيانات - الذي تتبعه الجامعة يستند إلى دراسة مقارنة أجريت مؤخراً تشير إلى أنه على الرغم من رفع درجة الحد الأدنى لمتوسط درجات الثانوية العامة من 75% إلى 80% في بداية من العام الأكاديمي 2019-2020، فإن ذلك لم يؤثر سلباً بشكل ملحوظ على أعداد الطلبة المواطنين الثانويين قبولاً مباشراً بالجامعة والمقدرة ب 1146 طالباً مقارنة ب 1201 طالباً في العام الأكاديمي السابق 2018-2019، وقد أوضحت الإحصاءات أنه في العام الأكاديمي 2018-2019 كان حوالي 60 في المئة من طلبة المدارس الثانوية المقيمين في جامعة الإمارات مسجلين في البرنامج التأسيسي (السنة التحضيرية) الذي كان يستهلك على الأقل عاماً أكاديمياً كاملاً يقضيه الطلبة المقبولون قبولاً مشروطاً في هذا البرنامج التصحيحي قبل الالتحاق بكتابتهم، بينما تم قبول 40 في المئة فقط من الطلبة قبولاً مباشراً في الكليات المختارة، ونتيجة لهذا التباين الواضح بين مهارات

الجامعة تعلن عن مسابقات إلكترونية مجانية على منصتها الدولية الجديدة متاحة لجميع طلبة المرحلة الثانوية غالب البريكي: جامعة الإمارات الأولى في الدولة التي تقدم خدمات الدعم الإرشادي للطلاب قبل التحاقهم بالجامعة

لتأهيلهم لقبولهم المباشر بالجامعة بدون الحاجة للبرنامج التأسيسي، فإذا رغب الطالب في الانضمام إلى جامعة الإمارات فإن كل ما يتطلبه الأمر هو إرسال رسالة إلكترونية تحوي كلمتين هما "أنا أتمنى"، عبر البريد الإلكتروني: (iWish@uae.ac.ae)، بعدها سيبدأ فريق من جامعة الإمارات توجيه الطالب خلال مسيرته الأكاديمية، قبل وبعد الالتحاق بالجامعة، وفي غضون 24 ساعة من استلام البريد الإلكتروني "أنا أتمنى" خلال أيام العمل الرسمية سيتواصل مرشد أكاديمي من الجامعة مع الطالب لتقديم الإرشاد والمساعدة حول تحقيق متطلبات القبول في الجامعة من خلال منصة، مما يجعل جامعة الإمارات الجامعة الأولى في الدولة التي تقدم خدمات الدعم الإرشادي للطلاب قبل التحاقهم بالجامعة. كما سيتم توجيه دعوه خاصة للطلاب لزيارة الحرم الجامعي (يرحب بانضمام الأهل إلى الزيارة إذا رغبو في ذلك).

الطلبة المرحلة الثانوية نحو التعليم العالي، وذلك من خلال طرح مسابقات إلكترونية مجانية على منصتها لتكون متاحة لجميع طلبة المرحلة الثانوية أينما كانوا، مما يتناغم مع الجهود والتوجهات الحالية لجامعة الإمارات لتكون "جامعة المستقبل" والتي تمثل نموذجاً مستقبلياً فريداً من نوعه في تقديم خدماتها التعليمية والذي يبنى على أساس التحول الرقمي لتمكين أدوات التعلم التفاعلية المختلفة مثل التعلم الذاتي، والتعلم الشخصي، والتعلم المصغر، والتعلم التعاوني، وتمكين جامعة الإمارات من تطوير وزيادة مساهمتها المجتمعية لتشمل طلبة المدارس في دعم انتقالهم بسلاسة إلى التعليم العالي من خلال توفير وحدات الإصدار عبر الإنترنت في: الإعداد ودعم الدارسين وتأهيلهم للالتحاق بسوق العمل، وهذا سيكون له أثر كبيراً في إحداث نقلة نوعية في مجال التعليم العالي في الإمارات، والإسهام في إحداث تغيير في استعداد طلبة المدارس الثانوية للانضمام بسلاسة إلى التعليم الجامعي، وتزويد الدارسين بالمهارات المستقبلية التي تدعم للانضمام إلى سوق العمل متماشياً مع توجهات الحكومة الرشيدة واستهدافاً لمتطلبات الأجيال الناشئة في دولة الإمارات. وأضاف الدكتور غالب أنه حرصاً من الجامعة على مساعدة وتأهيل الطلبة المواطنين لتحقيق متطلبات القبول في اللغة الإنجليزية "1250 في الاختيار



تحت رعاية محمد بن زايد

دائرة البلديات والنقل تعلن انطلاق المنتدى الحضري العالي العاشر فبراير المقبل لأول مرة بأبوظبي

• أبوظبي - الفجر

تحت رعاية صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، ولي عهد أبوظبي، نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة، أعلنت أمس دائرة البلديات والنقل عن انطلاق الدورة العاشرة من "المنتدى الحضري العالمي" - المؤتمر الأول في العالم حول المدن المستدامة، والذي يقام لأول مرة على مستوى المنطقة العربية في أبوظبي خلال الفترة من 8 إلى 13 فبراير المقبل، تحت شعار "مدن الفرص: ربط الثقافة والابتكار"، حيث يضع المنتدى للمرة الأولى عناصر الثقافة والإبداع والابتكار كركائز أساسية للحوار حول حيوية واستدامة المدن. ويوفر المنتدى منصة دولية لصناع القرار على مستوى الحكومات والقطاع الخاص والخبراء والأكاديميين في مجال العمارة الصديقة للبيئة، لتبادل خبراتهم حول مفهوم "المدن الذكية"، والتوجهات المستقبلية للتطور الحضري، ورفع مستوى الوعي حول العمران المستدام.

وأكد، معالي فلاح محمد الأحبابي رئيس دائرة البلديات والنقل، بالقول: "تعد رعاية صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، ولي عهد أبوظبي ونائب القائد الأعلى للقوات المسلحة للدورة العاشرة من المنتدى الحضري العالمي دعماً كبيراً للدائرة، وتجسيدا لرؤية سموه الثاقبة نحو تعزيز مكانة الدولة كقوة عالمية رائدة في العمران المستدام والمدن الذكية، حيث تعد استضافة إمارة أبوظبي للمنتدى الحضري العالمي النسخة العاشرة فرصة مهمة لترسيخ مكانة أبوظبي في التنمية الحضريّة المستدامة، حيث تتجه أبوظبي نحو تحقيق طموحها لتصبح في مقدمة المدن الذكية والمستدامة، ونحن نعتبر المنتدى نقطة انطلاقاً وتعاوناً مع الشركاء المحليين والعالميين، لتعزيز فرص ربط الثقافة والابتكار في أبوظبي".

وأضاف الأحبابي قائلاً: "سوف يكون للدورة العاشرة من المنتدى الحضري العالمي تأثير كبير ومهم في تحقيق رؤية النمو العمراني المتكامل والمستدام، ما ينعكس بالرفاه على المجتمعات لعدة أجيال مقبلة، حيث تتماشى أهداف المنتدى مع التطور المستمر للبيئات الحضرية لدولة الإمارات، حيث تسارع أبوظبي بشكل خاص نحو تحسين وتطوير الأبعاد الاجتماعية والاقتصادية والبيئية والثقافية للتنمية الحضرية".

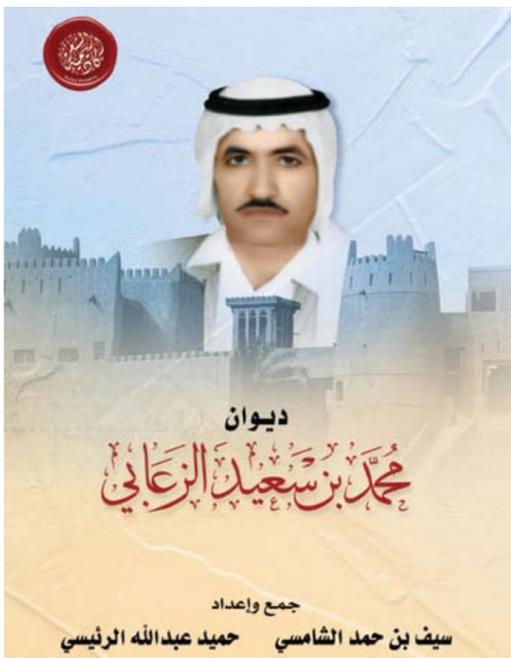
وتركز استراتيجية التنمية طويلة الأجل لإمارة أبوظبي على التنمية الحضرية المستدامة، وبما يتماشى مع نهج حكومة دولة الإمارات، ووفق الأجنحة الحضرية الجديدة التي ترسم منى عملي تم إعداده بواسطة "مؤهل الأمم المتحدة"، والتي حددت معايير الإنجاز العالمية في التنمية الحضرية المستدامة.

وأظهرت أبوظبي قدرتها على تطوير نموها الاستراتيجي بشكل مستدام حيث تتميز البيئة العمرانية في إمارة أبوظبي بهويتها الحضرية الفريدة كونها مدينة عربية مفتوحة على العالم أجمع.

ومن ناحيته، أفاد سعادة محمد الخضرمدير التنفيذي لقطاع الشؤون الاستراتيجية والمسئول العام للمنتدى، بأن انعقاد المنتدى الحضري العالمي لأول مرة في الشرق الأوسط والعالم العربي، يعد شهادة قوية على نجاح استراتيجية أبوظبي في تنفيذ الاستدامة الحضرية، حيث شهدت المدينة تحولاً هائلاً نحو التحضر في وقت قصير نسبياً، وسيعمل المنتدى على توفير دراسة مفصلة حول آثار التحضر في العصر الحديث على المجتمعات والمدن والاقتصادات وتغير المناخ.

وأضاف بأن المنتدى يعتبر حدثاً ذا أهمية كبرى كونه حدثاً ملهماً للحضارة العربية والعالم بشكل عام وإمارة أبوظبي بشكل خاص كونها المدينة التي تستضيف الحدث ما يرسخ من مكانتها وحضورها الدولي بشكل كبير.

ويعد برنامج الأمم المتحدة للمستوطنات البشرية "مؤهل الأمم المتحدة" - وكالة للأمم المتحدة للمستوطنات البشرية، تم تقييدها من قبل "الجمعية العامة للأمم المتحدة" لتعزيز المدن والبلدان المستدامة اجتماعياً وبيئياً بهدف توفير المأوى المناسب للجميع. وتهدف أبوظبي إلى جعل الدورة العاشرة من "المنتدى الحضري العالمي"، الأكثر حضوراً وتنوعاً بين الدورات السابقة للمنتدى الذي تم إنشائه في عام 2001م، حيث تتعاون "دائرة البلديات والنقل" مع "مؤهل الأمم المتحدة"، ووزارة الخارجية والتعاون الدولي في دولة الإمارات العربية المتحدة، لاستضافة أكثر من 100 وزير ونحو 20 ألف شخص من أكثر من 160 دولة.



أكاديمية الشعر تصدر ديوان محمد بن سعيد الزعابي

• أبوظبي - الفجر

صدر عن أكاديمية الشعر في لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية بأبوظبي ديوان الشاعر محمد بن سعيد الزعابي في حجم من القطع المتوسط، ويضم 37 نصاً شعرياً نبطياً، من جمع إعداد سيف بن حمد بن سليمان الشامي وحمد عبدالله الرئيسي.

ويعد الشاعر محمد بن سعيد الزعابي من الشعراء النبطيين الذين برزوا في ساحة الشعر النبطي في الإمارات في القرن العشرين، حيث وُلِد في الفريج الشرقي بإمارة عجمان عام 1930م، درس في الكتاتيب ثم أخذ خاله إلى البحرين حيث علمه حرفاً بحرية عديدة، ثم عاد إلى عجمان وتعلم مهنة التجارة، وانتقل بعدها إلى المملكة السعودية حيث

عمل في مطار مدينة الخبر ومنها انتقل إلى مدينة الدمام حيث عمل في شركة أرامكو، قبل أن يعود إلى الوطن، وبعد فترة قصيرة سافر إلى الكويت، ثم عاد إلى عجمان حيث اشتغل في مجال تجارة السمك، إلى أن توفي في حادث مرور أليم عام 1975. ينقسم الديوان إلى جزأين، يضم الأول 21 قصيدة في الماشاكة والغزل والحنين إلى الأهل والوطن، منها 4 قصائد لم يعثر الجامعان المعدان للديوان إلا على أجزاء منها. بينما يضم الجزء الثاني مجموعة من المساجلات التي دارت بين شاعر الديوان وشعراء معاصرين له، هم الشعراء الشيخ راشد بن أحمد الملا ومحمد بن علي الكوس وسلطان بن حمد بن سليمان الشامي المعروف بسلطان الشاعر، وربيعة بن ياقوت وسالم

ديوان محمد بن سعيد الزعابي
جمع وإعداد سيف بن حمد الشامي، حميد عبدالله الرئيسي

منوعات

العناية

23



3 حيل لإزالة طلاء الأظافر الملطخ حول الأظافر بدون أسيتون

ألا تذكرين تلك الأيام التي كنت فيها على عجلة من أمرك لتحضير نفسك لمناسبة راقية وليس لديك الوقت الكافي لتذهبي للصالون لتضعي طلاء الأظافر بشكل أنيق دون أن يملطخ حول أظافرك؟ لهذا السبب نقدم لك حيل لتزيلي طلاء الأظافر بدون أسيتون!

1- بخي القليل من مزيج التعرق للإبريق أو (Deodorant) عليها
2- ضعي طبقة طلاء الأظافر عليها وامسحها قبل أن تجف
3- بخاخ مثبت الشعر، يخيه على قطعة من القطن ودلكي المكان الذي تريد إزالته طلاء الأظافر منه، فمثبت الشعر ليس فقط لتجميل الشعر إذ يخبئ خواص عدة!

يعتبر زيت اللوز الجسم من أفضل العلاجات الطبيعية، حيث يحتوي على العديد من الفيتامينات خصوصاً فيتامين E، والمعادن المهمة للبشرة كالكالسيوم والمغنيسيوم، إضافة إلى الأحماض الدهنية، يا هل ترا ما هي ميزات صابون زيت اللوز للجسم؟



فوائد صابون زيت اللوز للجسم وطريقة تصنيعه

فوائد صابون زيت اللوز للجسم
- يناسب صابون زيت اللوز كل أنواع البشرة، إلا البشرة التي لديها حساسية من اللوز.
- يحتوي على فيتامين A و B و E، وبذلك يساعد على محاربة التجاعيد وتجديد خلايا الجسم التالفة.
- يوحد لون الجسم، ويفتحه.
- يحارب جفاف البشرة ويرطب الجسم بعمق، ويزيل التشققات.
- يعالج الالتهابات الجلدية، ويخفف حروق البشرة الناتجة عن الشمس.

الفرق بين زيت اللوز الحلو وزيت اللوز المر
هناك 3 فروقات تفصل بين زيت اللوز الحلو وزيت اللوز المر، وبالتالي فإن كل نوع له استخدامات معينة غير عن الآخر، إليك باختصار الفرق بين زيت اللوز الحلو وزيت اللوز المر:

المركبات
- يتم استخراج زيت اللوز المر من زهر اللوز الوردي، أما زيت اللوز الحلو فيستخرج من زهر اللوز الأبيض.
- يمكن استخدام زيت اللوز المر في علاجات محدودة.

المكونات
2 أوقية من بتلات زهور الأذريون
32 أوقية من زيت نخالة الأرز
16 أوقية من زيت اللوز الحلو
16 أوقية من زيت جوز الهند
13.5 أوقية من زيت الخروج
13.5 أوقية من زيت النخيل
7.15 أوقية من محلول هيدروكسيد الصوديوم
20 أوقية من الماء المقطر
وعاء من الفخار
قوالب صابون خشبية أو أكريليك
حاويات بلاستيكية
وعاء فولاد مقاوم للصدأ
ميزان حرارة

طريقة تحضير صابون زيت اللوز للجسم
ضعي أونصة ونصف من بتلات أذريون مع 26.50 أوقية من زيت نخالة الأرز في وعاء من الفخار،



فلا بد وأنتك ترغيبين في استخدامها وتطبيقها مباشرة لتحصلي على كل الفوائد المذكورة، وحتى تحضرينها في المنزل، جلبنا لك هذه الطريقة:

ارتدي القفازات، ثم ضعي هيدروكسيد الصوديوم في وعاء من البلاستيك، وأضيفي إليه الماء المقطر، ستظهر أبخرة من الخليط، انتظري حتى تخف الأبخرة.

قومي بقياس درجة حرارة المزيج، ويجب أن تكون درجة الحرارة 110 فهرنهايت. ضعي الزيوت زيت نخالة الأرز، وزيت اللوز الحلو، وزيت الخروج، وزيت جوز الهند وزيت النخيل في قدر ثم ضعيه على نار خفيفة، واتركي الزيوت حتى تتجانس.

خذي الزيت الذي يحتوي على الأذريون، وأضيفي إلى قدر الزيوت، ثم ارتكبيه على نار خفيفة لمدة 1 ساعة، حتى يصبح لونه ذهبي.

صفي الزيت، وأضيفي له خليط هيدروكسيد الصوديوم، ثم صبيه في قوالب الصابون، وغلقيه بغلاف بلاستيكي، ثم ضعيه جانباً.

بإمكانك استخدام الصابون بعد 24 ساعة. لا تترددي بتحضير صابون زيت اللوز لتتعمي أنت وعائلتك ببشرة جسم رائعة وناعمة على الدوام!

كي تتمتعى بشرة نضرة وصحية وناعمة

كيف تعتني بشركت قبل المناسبات؟

لا يقتصر الحصول على وجه جميل في المناسبات بتعدد طبقات المكياج التي تضعينها بل أساس هذا كله هو بشرة نضرة وصحية وناعمة تمتص المكياج ويمتزج بسهولة عليها دون أن تحدث أي تكتلات مزعجة، ولذا سنعرفك اليوم على خطوات العناية بالبشرة قبل الحفلات واهم منتجات العناية بها لتحصلي على نتيجة ولا أجمل بعيداً عن عمليات التجميل ومبضع الجراح..

على نتائج رائعة احرصي على تطبيق هذا القناع طوال الليل (8 ساعات) لأثر يدوم لمدة لا تقل عن 4 ساعات. حرصنا على تقديم خطوات للعناية بالبشرة قبل المناسبات بسيطة وسهلة ولكنها فعالة جداً، فمكياج خفيف أو حتى الظهور من دون مكياج كفيل بأن يعكس جمال بشركت بالخارج وتفتك بنفسك من الداخل، ماذا تنتظرين جربيه وشاركينا تجربتك بالصور أو التعليق.

إذا كان مظهر الخطوط الدقيقة حول العين الواضحة يزعجك جداً حتى بعد تطبيق الكونسيلر، فإننا سوف نقدم لك نصيحة جوهريّة ألا وهي تطبيق فيشي ليفت أكتيف قناع العينين المزود بحمض الهيالورونيك على منطقة ما حول العين، الذي يحتوي على جرعة رائعة من حمض الهيالورونيك والتي تملأ الخطوط الرفيعة حول العين لتخفيها بشكل جيد وللحصول

بشركت ويعمل على تمييز حاجز حماية البشرة ويملأ التجاعيد والخطوط الدقيقة، كما يساعد مستخلص عرق السوس في الحفاظ على حماية مستوى حمض الهيالورونيك الطبيعي من الانخفاض، جربي هذا الماسك ونحن على ثقة بأنه سوف يصح المفضل لديك قبل الحفلات 5 دقائق فقط كقائمة بمنحك بشرة أكثر صلابة ونضارة وشباباً.

دلي منطقة ما حول العين

الهيالورونيك، سوف نتحدث عنهم بالتفصيل لاحقاً. **طريقي ماسك الوجه لنتيجة مضاعفة** قد تحل الكثير من الماسكات محل المرطبات بل وقد تمنحك نتيجة أفضل بكثير، ومن أهم الماسكات التي قد نقترحها عليك هي فيشي ليفت أكتيف ماسك مزود بحمض الهيالورونيك، الذي يغذي البشرة بجرعة مزدوجة من حمض الهيالورونيك ليحافظ على رطوبة

لا تستغني عن حمض الهيالورونيك حمض الهيالورونيك لن يرطب بشركت فحسب بل سوف يملأ الثنايا والتجاعيد الدقيقة وهو ما تحلمين بإخفائه في هذه المناسبة، كما هو حال مظاهر التعب والإرهاق، ولذا لا تترددي بتطبيق مرطب غني بحمض الهيالورونيك على بشركت كخطوة أولى لتجهيز بشركت. ومن أهم المنتجات الغنية بحمض الهيالورونيك: ليفت أكتيف ماسك مزود بحمض الهيالورونيك، ليفت أكتيف قناع العينين المزود بحمض



الفكرة

25 «إيكويست 2020».. تطاعات لاقتصاد دائري

وتبني تكنولوجيا جديدة في عالم إدارة النفايات

•• أبوظبي - وأم:

تتبوأ دولة الإمارات العربية المتحدة اليوم مكانة رفيعة على الساحتين الإقليمية والدولية بفضل الرؤية الثاقبة لقيادتها الحكيم والرشيده التي باتت محط إعجاب وتقدير العالم أجمع حيث قطعت أشواطاً واسعة في انتقالها إلى اقتصاد دائري تنافسي متنوع وقائم على العرفة والإبداع والابتكار.

وتعمل الحكومة في إطار استعداداتها لاقتصاد ما بعد النفط وتماشياً مع الأجندة الوطنية لرؤية الإمارات 2021 على تمكين قطاعات بديلة من شأنها أن تساهم في بناء اقتصاد إماراتي متين ومتطور عبر تبني سياسات تنموية ثابتة مرتبطة بقوانين وتشريعات ناضجة مما وضعها في مصاف الدول المتقدمة وفقاً للتصنيفات العالمية.

وفي ظل العظرة العمرانية والزيادة السكانية والنهضة الشاملة التي تشهدها الدولة وانسجاماً مع الاستراتيجية الرامية نحو تنوع مصادر الدخل القومي وتوسيع القاعدة الإنتاجية وفتح آفاق جديدة أمام مسيرة النمو الاقتصادي وتشجيع القطاعات ذات القيمة المضافة العالية بما يطور من بيئة الأعمال ويعزز من جاذبية الدولة للاستثمارات.. يحل قطاع إدارة النفايات ومعالجتها كأحد أهم أبرز التحديات لوكالة حالة النهوض والازدهار الشامل مما يحتم اعتماد آليات المعالجة السليمة للنفايات وتحويلها من عبء بيئي إلى مورد اقتصادي لا يقل أهمية عن بقية موارد القطاعات الحيوية الأخرى.

وتواصل إمارة أبوظبي ممثلة بمرکز أبوظبي لإدارة النفايات "تدوير" - الجهة المشرفة والمسؤولة عن إدارة كل الأنشطة المتعلقة بقطاع النفايات في الإمارة - جهودها الدؤوبة نحو تحقيق الإدارة المتكاملة والمستدامة للنفايات باعتبارها نهجاً فعالاً لمرافقة تدفق المواد في النظم الاقتصادية والصناعية مما يساهم في الحفاظ على الطاقة والموارد الطبيعية مثل المعادن والخامات ومصادر الطاقة والوقود والتربة والمياه والموارد البيولوجية والغلاف الجوي والنظم الإيكولوجية عن طريق زيادة إنتاجية الموارد وتقليل إنتاج النفايات وتحسين إعادة استخدام وتدوير المواد بطريقة تخفف من استنزاف الموارد الطبيعية وتؤدي إلى الحفاظ على البيئة وتساهم في تحقيق أهداف التنمية المستدامة.

ولتمكين المسيرة التنموية ومواصلة السير قدماً نحو التميز والريادة والتنمية المستدامة لقطاع النفايات بخطى وثيقة وثابتة.. تستضيف "تدوير" بشراكة استراتيجية مع شركة "مصدر" فعاليات النسخة السابعة من معرض ومنتدى "إيكويست 2020" الذي يقام ضمن فعاليات "أسبوع أبوظبي للاستدامة" والقمة العالمية لطاقة المستقبل في الفترة من 13 حتى 16 يناير الجاري في مركز أبوظبي الوطني للمعارض "أديك" من أجل استكشاف أفضل الحلول والتقنيات المتبعة عالمياً في مجال إدارة النفايات وفتح الباب أمام المبتكرين والعلميين والمستثمرين ورواد الأعمال والشركات ذات الصلة ليقفوا أمام ذلك التحدي المتصاعد وأثره ويصلوا إلى حلول ذات نجاحات كبيرة تضمن السيطرة على النفايات وأية مخاطر بيئية ناجمة عنها.

وأكد سعادة الدكتور سالم خلفان العمير مدير عام مركز أبوظبي لإدارة النفايات - تدوير في تصريح لوكالة أنباء الإمارات "وام" أن معرض ومنتدى إيكويست 2020 سيسعى لاستكشاف فرص مستقبلية في إدارة النفايات من أجل الوصول لاقتصاد دائري مستدام مع التركيز على دور تحليل البيانات والذكاء الاصطناعي في عملية صنع القرارات المتعلقة بقطاع إدارة النفايات إلى جانب تسليط الضوء على الأساليب المبتكرة في الحد من مخاطر القمامة وتحويل النفايات إلى طاقة.

وأضاف يتخلل جدول الأعمال تنظيم لقاءات عمل مباشرة وتوقيع اتفاقيات ومذكرات تفاهم تصب في إطار توسيع نطاق الشركات الاستراتيجية وتعزيز سبل التعاون وتطويره بين الجهات المعنية والشركات المشاركة في مجال الإدارة المستدامة للنفايات بالإضافة إلى السعي نحو تبني حلول وبرامج فاعلة بالاعتماد على تبادل الخبرات والعرفة واستعراض الابتكارات والتقنيات الحديثة في مجال إدارة النفايات.

«إينوك» تفتتح محطتي خدمة جديدتين في ختام 2019

•• دبي- وأم:

أعلنت مجموعة إينوك أمس عن افتتاحها مؤخرًا محطتي خدمة جديدتين في دبي هيلز و شارع لهباب الأول ليصل عدد محطاتها مع نهاية 2019 إلى 135 محطة في مختلف أنحاء الدولة.

وقال سعادة سيف حميد الفلاسي الرئيس التنفيذي لمجموعة إينوك: "نيسمج افتتاح المحطتين الجديدتين في المضمون والأهداف مع رؤيتنا الرامية إلى تعزيز استثماراتها في مجال البنى التحتية لقطاع الطاقة الوطني ويعكس في الوقت ذاته عمق التزامنا بتزويد عملائنا بكل التسهيلات الممكنة للتزود بالوقود والاستفادة من خدمات التجزئة المتنوعة التي تقدمها محطاتنا بيسر وسلاسة وبما يلبي احتياجاتهم اليومية أينما كانوا في دبي.."

وأضاف: "يتمثل هدفنا في توسعة شبكة محطات خدمة إينوك لتشمل 191 محطة استعداداً لانطلاق فعاليات إكسبو 2020 دبي الأمر الذي سيلعب دوراً جوهرياً في تغطية احتياجات الوقود والتجزئة للعملاء في الإمارة.. وتم تجهيز المحطتين الجديدتين بأحدث الحلول التقنية المتطورة بما في ذلك ألواح الطاقة الشمسية المركبة على سقف كل محطة ونظام استعادة البخار والجيل الجديد من مضخات الوقود والشاشات الرقمية الموزعة على جدران المحطة ليرتفع عدد محطات إينوك العاملة بالطاقة الشمسية إلى 18 مع 23 محطة مجهزة بحلول الشاشات الرقمية الذكية."



جمعية الظفرة التعاونية تفتتح المركز التجاري الجديد في مدينة غياثي

خلال أنشطتها المتنوعة لتقديم أفضل الخدمات للمجتمع المحلي، وتحقيق رؤيتها ورسالتها الرامية إلى تفعيل العمل المشترك والتكافل الاجتماعي، وتقديم خدمات عصرية، ودعم مشاريع التنمية الشاملة، وتنمية المشاريع الخاصة بقطاعات البيع بالتجزئة والقطاع العقاري، وتطوير خدمات حقول النفط، والارتقاء بقطاع تأجير السيارات والمعدات، وتفعيل قطاع النقل بأنماطه كافة، والمساهمة في حماية البيئة وصون مقدراتها، ورفع مستوى السلامة، وفقاً لمعايير الجودة والكفاءة والتميز.

من جهته قال سيف الهاملي إن جمعية الظفرة التعاونية تمتلك 9 أسواق للبيع بالتجزئة بالإضافة إلى المخازن الخاصة بها، ومخازن الترميم والشاحنات المبردة الخاصة بنقل البضائع والسلع المجمدة والأجهزة والمعدات، وتقع هذه الفروع في "مدينة زايد، السلع، ليوا، الرفاع، غياثي، بدع المطاوعة، الدفاع، بينونة والضيعة"، وتحرص الجمعية على مواكبة كل ما هو جديد وحديث لضمان توفير خدمات متميزة ووجود عالية لسكان منطقة الظفرة.

مناطق إقامتهم. وقال الهاملي إن التنمية والتطور الشامل الذي تشهده منطقة الظفرة وجودها في جميع المناطق لتقديم خدماتها وتوفير أنواع السلع والمواد الغذائية كافة فقد قامت الجمعية بتوسيع نشاطها في هذا المجال، وذلك من خلال تحديث فروع الجمعية في عدد من المدن بجانب إنشاء فروع جديدة لضمان تواجد الجمعية وتوفير خدماتها في كافة مدن المنطقة. وفي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة، ومتابعة سمو الشيخ حمدان بن زايد آل نهيان ممثل الحاكم في منطقة الظفرة.

وأضاف قائلاً: إنه لوكالة هذه النهضة التنموية والمساهمة فيها حرصت الجمعية على بذل المزيد من الجهد من

المحلي ويلبي احتياجاته، ويشمل الفرع الجديد "سوبر ماركت" ومحلات تجارية ومخازن ويقع على مساحة 3,700 متر مربع عبارة عن طابقين الطابق الأرضي يشمل سوبر ماركت يحتوي على الأقسام الطازجة والتي تشمل مخبوزات متنوعة والخضار والفواكه ولحوم وأجبان ومحمصه على أعلى مستويات الخدمة، كما يشمل أيضاً كوفي شوب وصيدلية أما الطابق العلوي يتكون من 25 محلا تجاريا متنوع الأنشطة.

وأضاف الهاملي أنه تلبية



«أبوظبي الإسلامي» يوفر تمويلا بقيمة 80 مليون دولار لصالح الشركة العمانية للنقل البحري

•• أبوظبي- الفجر:

أعلن مصرف أبوظبي الإسلامي، مجموعة الخدمات المالية الإسلامية الرائدة، عن توقيع عقد تسهيل إجارة متوافق مع الشريعة الإسلامية بقيمة 80 مليون دولار أمريكي مع الشركة العمانية للنقل البحري، إحدى شركات "مجموعة أسيا"، لتمويل ناقلتي نسط خام من فئة VLCC (ناقلات النفط الخام الكبيرة جداً) تابعين للشركة.

وتؤكد هذه الاتفاقية، التي تمثل أول صفقة تسهيل إجارة متوافقة مع الشريعة الإسلامية لصالح الشركة العمانية للنقل البحري، على القدرات الكبيرة لمصرف أبوظبي الإسلامي والتزامه المستمر بتمويل الأصول عالية الأهمية في قطاعي النقل البحري والطاقة، وببهداه المناسبة، قال كريستوفر

فيليبس، رئيس قسم تمويل الشحن لدى مصرف أبوظبي الإسلامي: "يتمتع مصرف أبوظبي الإسلامي بخبرة عملية واسعة في صفقات الشحن على مستوى منطقة الشرق الأوسط ضمن مختلف مجالات القطاع، ونحننا مع مر السنين بتوفير قيمة كبيرة لشركائنا عبر مجموعة واسعة من الهياكل المالية المبتكرة من ناحية التسهيلات الثنائية والمشاركة. ويشكل إبرام هذه الصفقة مع الشركة العمانية للنقل البحري دليلاً على الجهود الحثيثة



التي يبذلها فريق عملنا، وتمتعنا بكافة الإمكانيات التي تتيح لنا مواصلة تعزيز سجلنا الحافل في مثل هذه الصفقات المتخصصة عبر تقديم الدعم لعملائنا خلال عام 2020 وما بعده.. بدوره، قال مايكل يورجنسن، الرئيس التنفيذي للشؤون المالية والقائم بأعمال الرئيس التنفيذي لدى "الشركة العمانية للنقل البحري": "كنا بحاجة إلى شريك موثوق ليزود شركتنا بأولى تسهيلات الإجارة المتوافقة مع الشريعة الإسلامية. ونجح فريق

استثمارات الشركة واستراتيجيتها التنموية على النحو الأمثل مع مصالح النقل البحري الاستراتيجية لاقتصاد السلطنة الصناعي سريع النمو. ويمتلك مصرف أبوظبي الإسلامي سجلاً حافلاً بالنجاحات والإنجازات في تنفيذ الصفقات القيادية الحائزة على الجوائز لمجموعة واسعة من العملاء المرموقين من المؤسسات والشركات الرائدة في المنطقة. وفي عام 2019، اختتم مصرف أبوظبي الإسلامي أكثر من 15 صفقة بارزة ضمن مجال



أساسي للتبادل التجاري بين كافة القوى الاقتصادية الدولية، تنفيذاً لتوجهات صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي "رعاه الله" في تعزيز التنوع الاقتصادي للإمارة بما يعزز جاهزيتها لاستضافة إكسبو 2020 كما أن المعرض يسهم في تنشيط حركة التجارة لسببها التجاري العالمي بما يضمه من إقبال واسع على أنواع السلع والقطع المتأخرة منه والمرتبطه بالعديد من الشبكات المتداولة من دولة إلى أخرى فهو يعتبر رسالة تسامح وتعارف تتناقلها الدول والشركات والأفراد بدون أي إشكالات أو عقبات كما أن المعرض يعد فرصة مثالية لرواد الأعمال نظراً لما يحمله من فرص واعدة محلية وإقليمية وعالمية في الترويج لصناعاتهم.



2016 تم عرض 250 ألف قطعة سجاد بدوي تخطت قيمتها 2.5 مليار درهم هذا بالإضافة إلى تنظيم معرض زايد في عام 2017 ومواكبة إبادرات الدولة السنوية ومن بينها تمكين المرأة الإماراتية حيث قامت مجموعة من موظفات جمارك دبي الاشراف الكامل على الواحة بعد أن تم تشكيل لجنة نسائية لعرض واحة السجاد وذلك في العام 2019. وقال سلطان أحمد بن سليم: "على مدار العقود الماضية لاسيما آخر عقدين حجزت دبي موقعا متميزاً بين كبرى مدن العالم كمدينة ذات طابع تجاري معاصر استطاعت من خلاله الترويج لجميع الأنشطة التجارية بكافة أشكالها محافظة على هويتها كملتقى للمبدعين والفنانين والترويج للأصالة والحداثة معا، وقد عززت إمارة دبي وجودها كمركز



المشاركين. وتم اختيار موقع المعرض الحالي للترويج للوجهة العالمية الجديدة للسياحة البحرية والترفيهية بدبي واستهداف فئة جديدة من السائحين للترويج لتجارة السجاد البدوي عالمياً.. إذ شهدت الواحة على مدار 25 عاماً العديد من الإنجازات حيث عرضت في العام 1998 ما يقارب من 90 ألف سجادة مصنوعة يدوياً وفي عام 1990 وصل عدد المعارضين إلى 40 شركة لتستمر إنجازات المعرض حيث عرضت أطول لوحة فنية بمنطقة الخليج طولها 100 متر في عام 2004 وفي 2008 وصلت قيمة المبيعات خلال أسبوعين إلى 27 مليون درهم لتشهد الواحة في عام 2009 عرض أعلى سجادة في العالم بقيمة خمسة ملايين درهم ويعود تاريخها إلى عام 1847. وفي عام

افتتاح معرض واحة السجاد 2020

•• دبي - وأم:

افتتح سلطان أحمد بن سليم رئيس مجلس الإدارة الرئيس التنفيذي لمجموعة موانئ دبي العالمية رئيس مؤسسة الموانئ والجمارك والمنطقة الحرة الدوحة الخامسة والعشرين من معرض واحة السجاد 2020 القام في "مارينا ميناء راشد" ويستمر خلال الفترة من 5 يناير إلى 16 فبراير 2020.

وتزامن المعرض مع فعاليات مهرجان دبي للتسوق 2020 إذ يقام الحدث تحت شعار / 25 عاماً من التميز / ومرور ربع قرن على افتتاحه حيث تحتفل جمارك دبي هذا العام باليوبيل الفضي لعرض واحة السجاد.

وحضر الافتتاح أحمد محبوب مصبح مدير عام جمارك دبي واللواء خير راشد ثاني الطروشي مدير عام الدفاع المدني بدبي واللواء محمد أحمد الراعي المدير العام للإدارة العامة للإقامة وشؤون الأجانب بدبي والمستشار عصام عيسى المرادي بي أند و المدير التنفيذي لميناء راشد إضافة إلى حضور عدد من قناصل الدول المشاركة ومدراء الشركات والتجار

العصر

26

الإمارات الإسلامي» يرضى حملة «مسارك المالي لسكنك» بقيادة مؤسسة محمد بن راشد للإسكان

دبي-الفضة:

سعيًا إلى ترسيخ مكانته كمؤسسة مالية مفضلة لدى مواطني دولة الإمارات العربية المتحدة، وقع «الإمارات الإسلامي» و«مؤسسة محمد بن راشد للإسكان» اتفاقية شراكة يصبح بموجبها شريكاً رئيسياً لحملة «مسارك المالي لسكنك» التي تنظمها المؤسسة، معززاً بذلك علاقة الشراكة المتميزة القائمة بين الطرفين. وتهدف الحملة إلى تعزيز الوعي بين مواطني الدولة حول الاقتراض بحكمة أثناء السعي لشراء المنازل، وتشجيعهم على اتباع العادات المالية السليمة لتحقيق أهدافهم المستقبلية في امتلاك المنازل.

وبهذه المناسبة، قال صلاح أمين، الرئيس التنفيذي في «الإمارات الإسلامي»: «انطلاقاً من مكانتنا كمؤسسة مالية رائدة في دولة الإمارات العربية المتحدة وكمصرف مفضل لدى أبنائنا، يسعدنا دعم مؤسسة محمد بن راشد للإسكان» في مبادراتها المتواصلة للتوعية المالية بين مواطني الدولة. فمن شأن هذه الحملة أن تسهم في تعزيز الوعي بأهمية الاقتراض بحكمة بين المواطنين الراغبين بتشديد منزل أحلامهم، وتمكينهم من بناء مستقبل ينعم بالاستقرار المالي. وتطلع قدماً إلى مواصلة المبادرات المشابهة التي تعود بتأثير إيجابي على حياة أبناء دولة الإمارات العربية المتحدة..»



من جانبه، قال سامي عبدالله قرقاش، المدير التنفيذي لمؤسسة محمد بن راشد للإسكان: «يسرنا أن نرحب بمصرف الإمارات الإسلامي كشريك رئيسي لحملة «مسارك المالي لسكنك» التي تنظمها المؤسسة، والذي يهدف من خلالها إلى تعزيز الوعي بين مواطني الدولة حول الاقتراض بحكمة أثناء السعي لتشديد أو شراء المنازل، وتشجيعهم على اتباع عادات مالية سليمة، علاوة على تقديم حلول إسكانية بديلة ضمن إطار برنامج مؤسسة محمد بن راشد للإسكان. وتعتبر هذه المبادرة جزءاً من التزامنا طويل الأمد بتوفير حلول إسكانية عالية الجودة للمواطنين الإماراتيين. ونحن فخورون بمواصلة شراكتنا الاستراتيجية مع «الإمارات الإسلامي»، الذي يعتبر من أسرع المصارف نمواً في دولة الإمارات العربية المتحدة. كما يحظى بتقدير مستمر على الصيدين المحلي والعالمي بفضل سجله القوي على مستوى الأداء والابتكار في الخدمات المصرفية..»

23.06 مليون عقد في بورصة دبي للذهب والسلع خلال 2019

دبي-وأم:

بلغ إجمالي حجم التداول في بورصة دبي للذهب والسلع 23.06 مليون عقد خلال عام 2019 متجاوزاً الرقم القياسي السابق البالغ 22.26 مليون عقد في عام 2018. وبلغت القيمة الاسمية لعمليات المقاصة التي نفذتها شركة دبي لمقاصة السلع شركة المقاصة المرخصة والمملوكة بالكامل لبورصة دبي للذهب والسلع أكثر من 866 مليار دولار. ويعتبر عام 2019 أنجح عام للبورصة منذ تأسيسها بعدما تخطت جميع أحجام التداول السنوية ومعدلات الاهتمام المفتوح السابقة.

وسجلت بورصة دبي للذهب والسلع أعلى معدل اهتمام سنوي مفتوح في عام 2019 بواقع 324 ألفاً و803 عقود مقارنة بـ 284 ألفاً و736 عقداً في عام 2018. وقال ليس ميل الرئيس التنفيذي لبورصة دبي للذهب والسلع: «هذه هي السنة الثانية على التوالي التي تسجل فيها أعلى أحجام التداول ومعدلات الاهتمام المفتوح على الإطلاق. ويعد هذا دليلاً واضحاً على جهودنا المستمرة لتوسيع مشاركة المستثمرين وتعزيز مستويات السيولة.. وأضاف: «أنه في إطار سعيها لتجاوز الإنجازات التي حققتها في عام 2018 جاءت نتائج عام 2019 لتمثل نقطة فارقة تعكس بوضوح فعالية استراتيجية النمو التي تنتهجها لجذب مجموعة أوسع من المتداولين والمستثمرين الذين يسعون خلف الحماية وآليات تحوط مختلفة للتخفيف من المخاطر.. وأوضح أن أفضل المنتجات أداءً في عام 2019.. عقود الكوانتو الآجلة للروبية الهندية حيث تم تداول أكثر من 7.7 مليون عقد بزيادة سنوية قدرها 109 في المائة.. وارتفعت معدلات الاهتمام المفتوح للفترة نفسها بما يزيد عن 65 في المائة.. وحققت العقود الآجلة للذهب التي تعد أهم منتجات بورصة دبي للذهب والسلع أداءً قوياً في العام الماضي مع تداول أكثر من 478 ألف عقد بزيادة سنوية قدرها 107 في المائة.»



55 شركة تستفيد من مزاي «المشغل الاقتصادي المعتمد» في الإمارات

علي النيايدي؛ البرنامج يعزز تنافسية الإمارات عبر تيسير التجارة وتبسيط الإجراءات وتقليص زمن التخليص

مزاي إجرائية ورقابية للشركات المعتمدة وتبادل المنافع والتسهيلات مع الشركاء العالميين

البرنامج يزيد الشراكة مع القطاع الخاص ويدعم دور الجمارك في حماية التجارة الدولية

دبي-وأم:

ارتفع عدد الشركات المسجلة التي تستفيد من مزاي وتسهيلات برنامج المشغل الاقتصادي المعتمد بدولة الإمارات إلى 55 شركة بنهاية عام 2019، وسيتيم انضمام 15 شركة أخرى إلى البرنامج ليصل إجمالي عدد الشركات المعتمدة إلى 70 شركة بنهاية شهر يناير الجاري، وبحسب الهيئة الاتحادية للجمارك. ويستهدف برنامج المشغل الاقتصادي المعتمد تيسير التجارة وتبسيط الإجراءات الجمركية للشركات التي تلتزم بمعايير الامتثال الجمركية والأمنية في سلسلة الإمداد والتوريد ضمن إطار عمل معايير أمن وتسهيل سلسلة الإمداد في التجارة الدولية / سيف/ الصادر عن منظمة الجمارك العالمية.

ويقدم البرنامج حزمة من المزايا والتسهيلات للشركات الملتزمة تساهم في تقليص زمن التخليص والإنجاز المسبق للإجراءات التي تؤدي إلى خفض التكاليف المالية وتوفير الوقت للشركات. وقال معالي علي سعيد مطر النيايدي مفوض الجمارك رئيس الهيئة الاتحادية للجمارك، إن دولة الإمارات حريصة على الانفتاح على الاقتصادات العالمية وتطوير علاقات الشراكة والتعاون مع دول العالم وتطبيق أفضل الممارسات العالمية، انطلاقاً من مبادئ رؤية الإمارات 2021 والتوجهات الاستراتيجية للاقتصاد الوطني، مشيراً إلى أن برنامج المشغل الاقتصادي المعتمد يعد من الأدوات المهمة التي تعزز انفتاح الاقتصاد الوطني على الأسواق العالمية عبر تيسير التجارة، كما يساهم في الارتقاء بمستوى تنافسية الدولة في مؤشرات جاذبية بيئة الأعمال والدعم اللوجستي وغيرها من المؤشرات التنافسية العالمية. وأضاف معاليه أن برنامج المشغل الاقتصادي المعتمد، كبرنامج اتحادي يتم تطبيقه على مستوى دولة الإمارات تحت إشراف الهيئة، يعمل على ربط الدولة تجارياً وجمركياً مع دول العالم، كما يمكن الشركات المنضمة له من سهولة فساد بضائعها إلى أسواق دول العالم، خصوصاً أسواق الدول التي يتم توقيع اتفاقيات اعتراف متبادل معها، ومن بينها كوريا الجنوبية والمملكة العربية السعودية والصين وغيرها. وأوضح معالي مفوض الجمارك رئيس الهيئة أن اعتماد الشركات التي ترغب في الانضمام إلى البرنامج والتمتع بمزاياه يتم وفق مجموعة من المعايير المعتمدة من قبل الهيئة ودوائر الجمارك المحلية، ومن أبرزها تطبيق المعايير الأمنية والجمركية، ووجود سجل واضح للالتزام الجمركي بُنيت امتثال الشركة للقوانين والأنظمة التجارية والأمنية في دولة الإمارات، إضافة إلى إدارة مقبولة وقابلة للتطبيق ونظم المحاسبة والإدارة المالية، بما في ذلك الرقابة الجمركية وسجلات النقل، وإثبات القدرة والملاءة المالية، وتطبيق المعايير الأمنية المتعلقة بسلسلة التوريد الدولية. ولفت معالي المفوض إلى أن اعتماد المشغلين الاقتصاديين يتم من قبل الجمارك المحلية، كما يتم إدراج الشركات المعتمدة في البرنامج ضمن قائمة وطنية موحدة على مستوى الدولة، وبناء عليها يتم تقديم التسهيلات الموحدة من قبل الجمارك

المحلية كافة للشركات المعتمدة، مشيراً إلى أنه في حالة وجود تنازع بشأن اعتماد أو إعادة تقييم الشركات بين الدائرة الجمركية والشركة المعنية، يتم التوصل إلى حل للنزاع بواسطة اللجنة الوطنية للمشغل الاقتصادي المعتمد برئاسة الهيئة الاتحادية للجمارك. وتم إطلاق برنامج المشغل الاقتصادي المعتمد في دولة الإمارات رسمياً في أكتوبر 2016، كما تم تشكيل لجنة وطنية تتولى تطبيق البرنامج والإشراف عليه برئاسة الهيئة الاتحادية للجمارك وعضوية دوائر الجمارك المحلية على مستوى الدولة، وكذلك اعتماد السياسة العامة للبرنامج وترسيخها على المستويين الاتحادي والمحلي. ويوفر البرنامج العديد من المزايا الإجرائية والأمنية والرقابية والإدارية للشركاء في سلسلة التوريد، منها إمكانية الانتهاء من إجراءات التخليص قبل وصول الشحنة الفعلي للدولة، وضم المشاركين في قوائم اتفاقيات الاعتراف المتبادل، ومنحهم معاملة جمركية تفضيلية. ويشمل البرنامج أطرافاً مختلفة في سلسلة التوريد من المستوردين، والمصدرين، والمصنّعين، والمخلصين الجمركيين، والناقلين، ووسطاء الشركات الناقلة، والوسطاء، والموانئ والمطارات. وأشار معالي علي النيايدي إلى حرص الهيئة ودوائر الجمارك المحلية على تعظيم استفادة الشركات المعتمدة ضمن البرنامج محلياً ودولياً عبر تبادل المزايا والتسهيلات مع أبرز الشركاء التجاريين في العالم من خلال إبرام اتفاقيات الاعتراف المتبادل ببرنامج المشغل الاقتصادي المعتمد، لافتاً إلى أن تلك الاتفاقيات تهدف إلى بناء شراكات



اقتصادية متينة لتعزيز التجارة الخارجية للإمارات وجذب استثمارات جديدة لتنويع بنية الاقتصاد الوطني في ظل التسهيلات الجمركية التي ستحصل عليها الشركات المعتمدة للبرنامج في كلا الدولتين ما يسمح بزيادة حجم التجارة، كما تدعم هذه الاتفاقيات أمن المجتمع وحمايته من الممارسات التجارية غير السليمة. وفي هذا الصدد، قال معاليه: «وقعت دولة الإمارات اتفاق الاعتراف المتبادل مع كوريا الجنوبية في 2017، ودخل الاتفاق حيز التنفيذ في أول أكتوبر 2018، حيث يتم تبادل الإحصائيات والمزايا والتسهيلات بين الطرفين بشكل دوري. وتشير الإحصائيات إلى انخفاض زمن التخليص الجمركي بنسبة 83% وتقليل نسبة التفتيش للشركات المعتمدة في البرنامج مقارنة مع الشركات غير المعتمدة». وذكر معاليه أن الإمارات وقعت اتفاق الاعتراف المتبادل لبرنامج المشغل الاقتصادي المعتمد مع المملكة العربية السعودية في مايو 2019، ويجري حالياً استكمال التفاوض حول المذكرة التوضيحية وآلية تنفيذ الاتفاق لتحديد موعد تطبيق المرحلة التجريبية بين البلدين الشقيقين، كما تم توقيع اتفاق الاعتراف المتبادل للبرنامج مع جمهورية الصين الشعبية في يوليو الماضي، وفي الوقت الذي يجري التفاوض فيه بين الطرفين حول المذكرة التوضيحية وآلية تنفيذ الاتفاق. وأضاف معاليه أنه تم توقيع خطة عمل اتفاق الاعتراف المتبادل ببرنامج المشغل الاقتصادي المعتمد مع الهند في شهر أكتوبر الماضي، ويجري حالياً استكمال التفاوض وتبادل المعلومات حول برامج كل من البلدين

8000 مشارك و300 شركة ناشئة يلتقون بـ «العالم في دبي» 11 و12 فبراير

بالمشاركين في هذا المؤتمر المهم من مختلف دول العالم والذين ستتاح لهم الفرصة لاستكشاف المدينة والاستمتاع بما تتمتع به من مقومات سياحية وتحرص دبي على تطوير منظومة شاملة ومميزة للشركات الناشئة ورواد الأعمال ضمن إطار التعاون البناء بين القطاعين العام والخاص لدعم جهودهم لتحقيق المزيد من النمو وتشجيعهم على الابتكار ليسهموا في نمو اقتصاد الإمارة ويوفر مؤتمر STEP الحديثة للشركات الناشئة التي تطمح للتقدم والنجاح في مجالها.

واتفاقية التعاون التي تم توقيعها حديثاً مع دائرة دبي للسياحة والتسويق التجاري «دبي لسياحة» بصفتها شريكاً للواجهة السياحية. وقال عمار المالك المدير التنفيذي لمدينة دبي للإنترنت: «إن استراتيجيتنا تركز بشكل كبير على توفير بيئة الأعمال الملائمة لشركات التكنولوجيا عامة وخصوصاً الشركات الناشئة ونسعى إلى تحقيق ذلك من خلال استقطاب أفضل الشركات والمواهب من جميع أنحاء العالم وتوفير منصات مختلفة لهم للتفاعل وتبادل الخبرات مما يساهم في تحفيز الابتكار وفتح عجلة النمو الاقتصادي في الإمارات والمنطقة ككل... واعتبر أن «الشراكة الاستراتيجية» مع «STEP» تساهم في تحقيق أهداف واستراتيجية مدينة دبي للإنترنت في هذا السياق.

الفرص المتاحة في النظام البيئي ويتضمن أربعة محاور رئيسية. وقال راي دارغام الرئيس التنفيذي لشركة «STEP»: أشعر بسعادة كبيرة لإطلاق مؤتمر STEP للعام التاسع على التوالي.. لقد شهدنا تطور هذا المؤتمر الذي بدأ كمؤتمر مخصص لرواد الأعمال في العالم العربي والشرق الأوسط ليتطور بشكل كبير ويصبح مؤتمراً عالمياً يجذب كبار المتحدثين والشركات الناشئة والمستثمرين البارزين من جميع أنحاء العالم وتحديداً من الأسواق الناشئة في آسيا وأفريقيا.. وأضاف: «مع دخول مؤتمر STEP حقبته الجديدة العام المقبل و تماشياً مع إكسبو 2020 وفضيحتين 2021 فإننا نخطط لجذب رواد الأعمال والشركات الناشئة وشركات التكنولوجيا التي من المحتمل أن توسع أعمالها لتصل إلى دبي وتؤثر على مشهد الأعمال التجارية وخريطة المواهب لدينا.. لم يكن هذا ممكناً لولا شراكتنا مع مدينة دبي للإنترنت

دبي-وأم:

تستضيف دبي أعمال مؤتمر STEP2020 المهرجان التكنولوجي الرائد للأسواق الناشئة في دورته التاسعة تحت شعار العالم في دبي وذلك يومي 11 و12 فبراير المقبل بالشراكة مع مدينة دبي للإنترنت ووزارة السياحة والتسويق التجاري دبي للسياحة. ومن المتوقع أن يستقطب المؤتمر أكثر من 8000 مشارك دولي و 300 شركة ناشئة عارضة والعديد من رواد الأعمال المؤثرين والمتحدثين البارزين في مجال التكنولوجيا مناقشة أحدث الموضوعات والاتجاهات في مختلف الصناعات الرئيسية. ويقام هذا الحدث هذا العام في مدينة دبي للإنترنت وسيعرض ضمن برامجه الوسائل التكنولوجية المستخدمة في الأسواق الناشئة من منظور عالمي ويعرض أحدث الابتكارات ويسلط الضوء على

مواصلات عجمان توقع اتفاقية إدارة وتشغيل المركز الفني مع شركة AJI للصناعات

عجمان-الفضة:

تكون السبب دائماً في دعم خدمات النقل والمواصلات في الإمارة وذلك لتلبية احتياجات عملائها المتنامي لخدمات صيانة المركبات وفقاً لتطلعاتهم وتوفير البيئة الملائمة، وذلك من خلال عقد الشراكات مع الجهات الحكومية والخاصة. وتعزيز التعاون مع الجهات المتخصصة والمعنية في مختلف المجالات، لاسيما في مجالات تطوير وتنمية منظومة النقل والمواصلات في إمارة عجمان. ومن جانبه قال عويس مرزوق أن اتفاقية التعاون مع مؤسسة المواصلات العامة تعد خطوة مهمة للجانبين الهدف منها هو تحقيق قفزات نوعية ونجاحات متميزة في مجال خدمة صيانة المركبات المقدمة لرفع نسبة رضا العملاء في إمارة عجمان حيث تقدم الخدمة بطريقة سريعة ومرحة وموفرة للوقت والجهد.



مواصلات عجمان توقع اتفاقية إدارة وتشغيل المركز الفني مع شركة AJI للصناعات

الفرع

27

إمبارور) نوعي المتعاملين بكيفية تخصيص ميزانية سنوية لخدمات تبريد المناطق

دبي-الفرج:

قدمت مؤسسة الإمارات لأنظمة التبريد المركزي "إمبارور" أكبر مزود لخدمات التبريد في العالم، عدة نصائح وإرشادات هامة للمتعاملين تساهم في التحكم بفاوترة خدمات التبريد سنويًا، وتقليل استهلاك الطاقة.

وأوضحت "إمبارور"، أنه يمكن للمتعاملين إدارة الميزانية الخاصة بخدمات تبريد المناطق، من خلال الاطلاع على إجمالي الاستخدام، والتأكد من القيمة المالية مقابل الاستهلاك، باستخدام الحاسبة الخاصة عبر الموقع الإلكتروني <https://www.empower.ae/calculator.php>؛ والتي تساعد المتعاملين على معرفة مقدار الاستهلاك وإدارته بحيث تساهم في وضع مسار صحيح للنفقات السنوية.

وتساهم الحاسبة، الموجودة على الموقع الإلكتروني لإمبارور، في إجراء حساب شامل لعملية الاستهلاك خلال فترة محددة، بكل سهولة ويسر من خلال نظام إلكتروني يوفر تجربة مريحة وسلسة، في إطار جهودها لتحقيق سعادة ورضا المتعاملين. وأشارت إلى أنه يمكن للمتعاملين تخفيض قيمة فاتورة استهلاك خدمات تبريد المناطق، من ضبط التكييف على 24 درجة مئوية، وإغلاق الستائر والنوافذ الزجاجية، والتخفيف من استخدام الأدوات المنزلية الكهربائية، التي تصدر حرارة (مثل الغسالات والناشرات)، وإطفائها خلال التواجد خارج المنزل، وتشغيل الشفطانات لتقليل نسبة الرطوبة داخل المنزل، إضافة إلى صيانة المكيفات بشكل دوري.

وقال أحمد بن شفاقر، الرئيس التنفيذي لمؤسسة الإمارات لأنظمة التبريد المركزي (إمبارور)، "نحرص دائما على تقديم خدمة تبريد مناطق ذات جودة عالية للمتعاملين، وفي نفس الوقت لا نغفل عن تقديم إرشادات ونصائح تساهم في توفير النفقات المالية لتحقيق رضاء وسعادة المتعاملين. وأضاف "بن شفاقر، "أن إعداد ميزانية محكمة لخدمات تبريد المناطق، والالتزام تعد الخطوة الأكثر أهمية في رحلة المتعاملين نحو تحقيق الاستقرار المالي، حيث يساهم وضع خطة مالية للنفقات وضبطها شهريًا، في التحكم بالاحتياجات والمتطلبات، لتتناسب كل متعامل..

والجدير بالذكر، أن "إمبارور" تقدم خدمات تبريد المناطق لأكثر من 1.090 مبنى، وأكثر من 100 ألف متعامل كما تصل القدرة الإنتاجية للشركة إلى أكثر من 1.43 مليون طن من التبريد، وتقدم الشركة خدمات تبريد مناطق صديقة للبيئة لعدد من المشاريع البارزة في إمارة دبي مثل واجهة دبي المالية، وبلو واترز، ومجموعة جميرا، وجميرا بيتش ريزيدنس، ومركز دبي المالي العالمي، والخليج التجاري، ومدينة دبي الطبية، وأبراج بحيرات جميرا، ونخلة جميرا، وديسكفري جاردنز، وابن بطوطة مول، وحي دبي للتصميم، والمنطقة العالمية للإنتاج الإعلامي وغيرها.



خلال جلسة نظماها في دبي

«مبادرة بيرل» و«منتدى ثروات للشركات العائلية» يناقشان دور مجالس الإدارة في استدامة الأعمال التجارية

دبي-الفرج:

نظمت "مبادرة بيرل"، المنظمة غير الربحية المستقلة العاملة على نشر ثقافة مؤسسية تقوم على المساءلة والشفافية في منطقة الخليج، و"منتدى ثروات للشركات العائلية"، المؤسسة المستقلة المعنية بدعم وتنمية أعمال الشركات العائلية، مؤخرًا، جلسة نقاشية بعنوان "ديناميكيات مجالس إدارة الشركات العائلية" في "مركز أعمال ثروات، وناقشت الجلسة، التي جمعت 50 مديرًا ومسؤولًا تنفيذيًا من كبرى الشركات العائلية في المنطقة دور مجالس الإدارة في تعزيز ممارسات استدامة الأعمال التجارية في الشركات العائلية، والحوامل التي تؤثر على الشركات العائلية في عملية صنع القرار، إلى جانب التوجهات العالمية التي تسهم بتغيير المشهد التجاري

وتفرض على الشركات العائلية تعديل مجالس إدارتها وقراراتها لضمان نموها في المستقبل. وجاءت الجلسة في إطار المشروع البحثي الذي أطلقته مبادرة بيرل ومنتدى ثروات للشركات العائلية، تحت عنوان "مجالس إدارة المستقبل"، بهدف دراسة السبل التي تمكن مجالس إدارة الشركات العائلية من ضمان استدامة أعمالها، ونموها وازدهارها. ويعد هذا التعاون بين الجانبين من أبرز مشاريع برنامج "حوكمة الشركات العائلية" الذي أطلقته "مبادرة بيرل" للتركيز على نماذج الأعمال الرامية لتعزيز القيمة الطويلة الأجل من خلال تبني أفضل ممارسات الحوكمة المؤسسية في الشركات العائلية، التي تنتج نحو 80% من إجمالي الناتج المحلي غير النفط في المنطقة، حيث يهدف البرنامج إلى تعزيز درجة الوعي بقضايا الحوكمة وتوجهاتها وأفضل



يتناول القوى التكنولوجية التي تؤثر على الشركات ما يمكننا من استكشاف دور مجالس أعمال الشركات العائلية في الوقت الحاضر والمستقبل، فضلًا عن تطوير نماذج ومناهج الريادة الفكرية لدعم تطوير مبادئ الحوكمة المؤسسية الرشيدة في المنطقة.

يذكر أن مبادرة بيرل تعمل، منذ تأسيسها عام 2010، على تطوير البرامج ونشر نتائج الأبحاث ودراسات الحالة، التي من شأنها إحداث أثر إيجابي في بيئة الأعمال بالمنطقة، وتحفيز الطلاب على تطبيق أعلى معايير الحوكمة الرشيدة وأفضل ممارسات الأعمال في منطقة الخليج.

الاقتصاد : تسجيل 1589 علامة تجارية في الإمارات خلال ديسمبر الماضي

دبي-أبو ظبي-وام:

تجارة التجزئة 2018 الصادر من/ سي بي آر/ الشركة العالمية المتخصصة في الاستشارات. وأظهرت إحصائيات إدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد ارتفاع عدد العلامات التجارية التي جرى تسجيلها في الإمارات خلال شهر ديسمبر من العام الماضي إلى 1589 علامة مقارنة مع 1217 خلال شهر نوفمبر من العام ذاته. وخلال العام 2018 وثقت المؤسسات الدولية المتخصصة الماكنة المتميزة لدولة الإمارات باعتبارها من أكثر الدول جذبًا للعلامات التجارية العالمية بعدما نجح قطاع التجزئة في استقطاب 63 علامة

تجارية عالية جديدة متقدمة بذلك على بريطانيا التي استقطبت 54 علامة تجارية ونحو 51 علامة تجارية في ألمانيا و47 في اليابان. وتشمل قائمة الوكالات العالمية الشهيرة المسجلة في دولة الإمارات أسماء كبريات الشركات العالمية ومن ضمنها مايكروسوفت وإيرباص وهواوي وسامسونج وغيرها من الشركات الأخرى. ويلاحظ من خلال قائمة أصدرتها إدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد تسجيل العديد من العلامات التجارية لصالح شركات عالمية مثل إيرباص وهواوي ومايكروسوفت وغيرها من

محاكم دبي محكمة التنفيذ

العدد 17824 بتاريخ 2020/1/6
إعلان بالنشر
في التنفيذ رقم 6435/2019/207
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 2019/407/201 تجاري كبي، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (219,012 درهم)، شامل الرسوم والصاريف

طالب الإعلان: بنك الشرق - ش.م.ع - صفة بالقضية: طالب التنفيذ ويمثله: محمد عيسى سلطان السويدي - صفة بالقضية: وكيل

الطلب إعلانها: 1- كفايهر الامتاز - صفة بالقضية: منفذ ضده 2- يوسف حيد علي محمد بصفته كقيل ضامن لدبونية كافيهر الامتاز - صفة بالقضية: منفذ ضده - مجهول محل الإقامة. موضوع الإعلان: قد أقيم عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (219,012) درهم بالتزامن والتكافل الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 10 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة الاستئناف

العدد 17824 بتاريخ 2020/1/6
إعلان بالنشر
في الاستئناف رقم 1050/2019/228
موضوع الاستئناف: استئناف الحكم الصادر في الدعوى رقم 2013/333 تنفيذ عقاري، الرسوم والصاريف والالتزام.

طالب الإعلان: ايه ايه لتنظيم المزايدات العلنية (سابقا) ايه ايه ايه لخدمات إدارة المنشآت (ش.م.م) - صفة بالقضية: متأنفد. ويمثله: عبدالرحمن نصيب عبدالرحمن بن نصيب - صفة بالقضية: وكيل المطلوب إعلانه: 1- فهد علي موسى علي سيف النقيب 2- قصص علي الشيخ 3- التصميم الابناعي المقاتلات الديكور - صفتهم بالقضية: متأنفد ضدهم. مجهول محل الإقامة. موضوع الإعلان: قد استأنف الحكم الصادر بالدعوى رقم 2013/333 تنفيذ عقاري. وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق 2020/1/15 الساعة 17:30 صباحا بالاقاعة رقم ch1.B.8 وعليه يقتضي حضوركم او من يمثلكم قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتمكم غيابيا.

رئيس القسم

محاكم دبي محكمة الاستئناف

العدد 17824 بتاريخ 2020/1/6
إعلان بالنشر
في الاستئناف رقم 2120/2019/205
موضوع الاستئناف: استئناف الحكم الصادر في الدعوى رقم 1037/2013 تجاري كلي والرسوم والصاريف والالتزام.

طالب الإعلان: فوغ ميتزلر أند كوموديتيز هاوس (م.م.د.س) - صفة بالقضية: متأنفد ويمثله: عبدالله محمد حاجي علي العوضي - صفة بالقضية: وكيل المطلوب إعلانه: 1- جون ديلما - صفة بالقضية: متأنفد ضده. مجهول محل الإقامة. موضوع الإعلان: وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق 2020/1/15 الساعة 17:30 صباحا بالاقاعة رقم ch1.B.8 وعليه يقتضي حضوركم او من يمثلكم قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتمكم غيابيا.

رئيس القسم

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد 17824 بتاريخ 2020/1/6
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم 2019/2360
الى المنفذ (ضد م) - 1- النجمة الماسية للتجارة العامة - ش.م.م - 2- ديب كومار لال شاندي بصفته كقيل وضامن لدبونية النجمة الماسية للتجارة العامة - ش.م.م - 3- بوجا بارواني ديب كومار بصفتها كقيلة وضامنة لدبونية النجمة الماسية للتجارة العامة - ش.م.م - 4- الهلال الماسي للتجارة العامة ش.م.م - بصفتها كقيلة وضامنة لدبونية النجمة الماسية للتجارة العامة - ش.م.م - 5- بافيتيوم فود ستف تردينج ش.م.م بصفتها كقيلة وضامنة لدبونية النجمة الماسية للتجارة العامة - ش.م.م مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/بنك الفجيرة الوطني (فرع دبي) ويمثله/محمد عيسى سلطان السويدي - قد أقيم عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (1343363.20) درهم بالتزامن والتكافل الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 10 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة التنفيذ

العدد 17824 بتاريخ 2020/1/6
إعلان بالنشر
في التنفيذ رقم 6210/2019/207
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 2019/1449/201 أمر أداء، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (28405 درهم)، شامل الرسوم والصاريف

طالب الإعلان: بنك الشرق - ش.م.ع - صفة بالقضية: طالب التنفيذ ويمثله: محمد عيسى سلطان السويدي - صفة بالقضية: وكيل

الطلب إعلانها: 1- كفايهر الامتاز - صفة بالقضية: منفذ ضده 2- يوسف حيد علي محمد بصفته كقيل ضامن لدبونية كافيهر الامتاز - صفة بالقضية: منفذ ضده - مجهول محل الإقامة. موضوع الإعلان: قد أقيم عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (28405) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 10 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة التنفيذ

العدد 17824 بتاريخ 2020/1/6
إعلان بالنشر
في التنفيذ رقم 0588/2019/209
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى العمالية رقم 2018/10 نظام عمالي، بسداد المبالغ المنفذ بها وقدرها (02103 درهم)، شامل الرسوم والصاريف

طالب الإعلان: الحقوق الدولية محامون ومستشارون قانونيون - صفة بالقضية: وكيل المطلوب إعلانه: 1- خالد كلندر عبدالله حسين - صفة بالقضية: وكيل المطلوب إعلانه: 1- الإمارات الوطنية للنقل البحري والجوي - صفة بالقضية: منفذ ضده - مجهول محل الإقامة. موضوع الإعلان: قد أقيم عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (02103) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 10 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي المحكمة الابتدائية المدنية

العدد 17824 بتاريخ 2020/1/6
إعلان بالنشر
في الدعوى رقم 2876/2019/11 مدني جزئي

موضوع الدعوى: المطالبة بالزام المدني عليهم بان يوفروا للمدعية مبلغ وقدره (27000 درهم) قية الانفاقية الموزعة بتاريخ 2018/9/18 والقرير بها بقيمة المبلغ، والرسوم والصاريف واعاب الحماية والفائدة 12% من تاريخ المطالبة القضائية وحتى السداد التام وشمول الحكم بالنفاذ المجل بلا كفاية. طالب الإعلان: 1- سولور باربرا جاكوبان - صفة بالقضية: مدعي المطلوب إعلانه: 1- ادين فيرارزاتا - صفة بالقضية: مدعي عليه - مجهول محل الإقامة. موضوع الإعلان: قد أقيم عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدني عليهم بان يوفروا للمدعية مبلغ وقدره (27000 درهم) قية الانفاقية الموزعة بتاريخ 2018/9/18 والقرير بها بقيمة المبلغ، والرسوم والصاريف واعاب الحماية والفائدة 12% من تاريخ المطالبة القضائية وحتى السداد التام وشمول الحكم بالنفاذ المجل بلا كفاية. وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق 2020/1/13 الساعة 8:30 ص بالاقاعة Ch2.D.19 لذا فانك مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.

رئيس القسم

حكومة دبي محاكم دبي

العدد 17824 بتاريخ 2020/1/6
انذار عدلي بالنشر
رقم (2020/36)

المنذرة: شركة العباس التجارية - ش.م.م ضد المنذر اليها: الطعيقه العياض للتقنيات العامة بموجب التعامل التجاري بين المنذرة والمنذر اليها ترصد بدمه المنذر اليها مبلغ 141124.20 درهم حيث حشرت المنذر اليها بذلك القيمة شيك لصالح المنذرة رقم (00108) والشحوب على البنك التجاري الدولي والتمسح الدفع بتاريخ 2018/8/20 حيث اردت الشيك لعدم كفاية الرصيد وحيث امتعت المنذر اليها عن السداد لذلك تنذر المنذرة المنذر اليها بضروة سداد الدبونية المترصدة بدمه المنذر اليها والبالغ قدرها 141124.20 درهم (مائة وواحد واربعمون الف ومائة واربعة وعشرون درهم وعشرون فلس) بالإضافة الى الفائدة القانونية من تاريخ الإستحقاق وحتى تاريخ السداد التام وذلك خلال مدة (5) ايام من تاريخ نشر هذا الانذار وان استعصر المنذرة لاتخاذ كافة الاجراءات القانونية بحقك مع تحميلك اية مصاريف او رسوم او اعاب محاماة.

الكاتب العدل

حكومة دبي محاكم دبي

العدد 17824 بتاريخ 2020/1/6
انذار عدلي بالنشر
رقم (2020/39)

المنذرة: ستميتير كيوب للقطارات المنذر اليهم: 1- مطعم مانج اناسل هاوس وجريل - شركة الشخص الواحد ش.م.م - فرع دبي، 2- مطعم ومقهى بوابة اسطنبول 3- احمد علي عبدالله ذبيان البريكي. (مجهول محل الإقامة) فان المنذرة تكلف المنذر اليهم بالوفاء بسرعة سداد الدين المترصد بدمتهم مبلغ وقدره (17000 درهم) مفصل كالاتي: - مبلغ وقدره 13000 درهم قيمة اجبارية محدد عنها شيك رقم (00104) مرجع من البنك لعدم كفاية الرصيد - مبلغ وقدره (0000 درهم) غرامة ارجاع الشيك من البنك حسب البندر رقم 21 من بتودع الاجبار وذلك خلال خمسة ايام - وفي حالة عدم السداد خلال المدة المحددة فان بحق للمنذرة اتخاذ كافة الاجراءات القانونية لتسجيل أمر الأمان لدى مركز فض المنازعات الاجبارية.

الكاتب العدل

حكومة دبي محاكم دبي

العدد 17824 بتاريخ 2020/1/6
انذار عدلي بالنشر
رقم (2020/32)

المنذرة: شركة تطوير مجمع دبي للاستثمار ش.م.م المنذر اليها: ماستر زين للتجارة العامة (مجهول محل الإقامة) تتوجه المنذرة بهذا الإنذار الى المنذر اليها لاندثارها بالاتي: تم ابرام عقد ايجار بين شركة تطوير مجمع دبي للاستثمار وشركة ماستر زين للتجارة العامة ش.م.م وتم نقل الانفاقية الى بنك الشارقة الاسلامي في 20/10/2018 والمبلغ المترصد به ذمة ماستر زين للتجارة العامة ش.م.م لصالح شركة تطوير مجمع دبي للاستثمار هو 9,084,866.96 درهم اماراتي ويوجب هذا الإنذار القضائي تم منح شركة ماستر زين للتجارة العامة مهلة 4 اسابيع من تاريخ نشر هذا الإنذار لسداد المبلغ المترصد.

الكاتب العدل

محاكم دبي المحكمة الابتدائية المدنية

العدد 17824 بتاريخ 2020/1/6
إعلان بالنشر
في الدعوى رقم 2992/2019/16 تجاري جزئي

موضوع الدعوى: المطالبة بالزام المدني عليه بمبلغ وقدره (9388 درهم) والرسوم والصاريف واعاب الحماية والفائدة 12% من الإستحقاق وحتى السداد التام وشمول الحكم بالنفاذ المجل بلا كفاية. طالب الإعلان: ايزي ديل لتأجير السيارات - صفة بالقضية: مدعي ويمثله احمد عبدالله محمد حمد انوهي - صفة بالقضية: وكيل المطلوب إعلانه: 1- حسن رضا محمد الفضل - صفة بالقضية: مدعي عليه - مجهول محل الإقامة موضوع الإعلان: قد أقيم عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدني عليه بمبلغ وقدره (9388 درهم) والرسوم والصاريف واعاب الحماية والفائدة 12% من الإستحقاق وحتى السداد التام وشمول الحكم بالنفاذ المجل بلا كفاية. وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق 2020/1/13 الساعة 8:30 ص بالاقاعة Ch1.C.13 لذا فانك مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.

رئيس القسم

محاكم دبي محكمة التنفيذ

العدد 17824 بتاريخ 2020/1/6
إعلان بالنشر
في التنفيذ رقم 0822/2019/207
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 2018/2610 تجاري كلي، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (90704 درهم)، شامل الرسوم والصاريف

طالب الإعلان: ميرينت انثيريز - ش.م.م - 3- حالييا - ميرنت ش.م.م - سابقا - صفة بالقضية: طالب التنفيذ ويمثله: احمد حسن محمد عبدالله المازمي - صفة بالقضية: وكيل المطلوب إعلانه: 1- عبدا الأمير علي حسن محمد جواد - صفة بالقضية: منفذ ضده - مجهول محل الإقامة. موضوع الإعلان: قد أقيم عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (90704) درهم بالتزامن الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 10 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة



يحيى حفلاً في 10 يناير الجاري في الموسم الجديد من «هلا بالمجاز» عمر العبدالات: يسعدني لقاء جمهور مدينة الفن والإبداع العربي الشارقة

والغربيين الذين قدموا أجمل الأعمال الموسيقية والغنائية.

وأضاف العبدالات في حديثه: «تشكل المشاركة في أمسيات المجاز إضافة في مسيرتي الفنية، حيث سأقدم خلال الأمسية الغنائية أغنيات من جديدي الغنائي بالإضافة إلى مجموعة أخرى من أرسيفي الذي يحفظه الجمهور ويرده ويطلبه بها في الحفلات، متأملاً بسهرة استثنائية مختلفة في مسرح المجاز مع

محمد عساف، وأمام جمهور الإمارة الباسمة . وأكد العبدالات نجم الأغنية الأردنية والعربية

المتنوعة أنه يعمل جاهداً برفقة فرقته الموسيقية لتحضير مجموعة متنوعة من الأغنيات التي سيقدمها في «هلا بالمجاز» وقال: «من الجميل أن نجتمع في دولة الإمارات الغالية، والشارقة بالتحديد وعلى الصرح الموسيقي المتميز «مسرح المجاز» الذي استضاف عدداً كبيراً من الفنانين والموسيقيين العرب

•• الشارقة-الفجر:

أعرب «صوت الأزدن» النجم العربي الفنان عمر العبدالات عن سعادته بالتواجد لأول مرة في مدينة الفن والإبداع العربي «الشارقة» لإحياء أولى حفلاته الغنائية الجماهيرية في الموسم الجديد لفعاليات أمسيات «هلا بالمجاز»، وذلك يوم الجمعة الموافق 10 يناير الجاري، الأمسية التي سيرافقه بها الفنان الفلسطيني

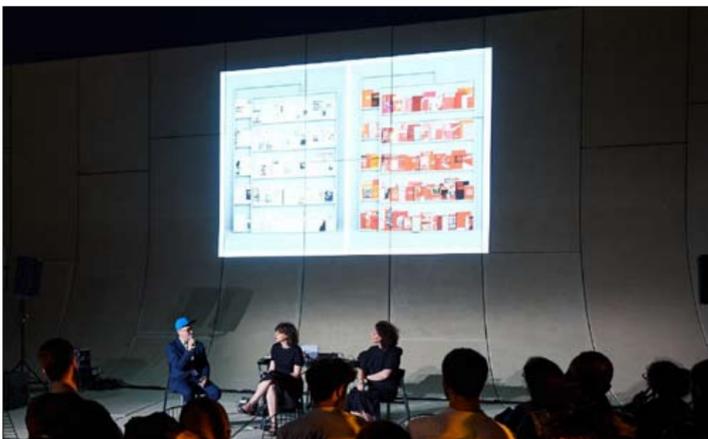


جمهور الشارقة الحبيب.. وأعرب العبدالات سعادته بوجود الفنان محمد عساف ومشاركتهما معا في ليلة واحدة على مسرح المجاز.

معرض 421 يكشف عن فعاليات موسم الشتاء مع برنامج حافل بالمعارض وورش العمل والدورات القصيرة

الموسم سيشهد افتتاح معرض جديد بعنوان «التأرجح: سياقات عبثية» يركز على مفهوم التواصل والفراق والنزعة الفردية

ورش العمل ستشمل جلسات غنية حول النسيج والفنون، وتعاوناً مع شركاء سابقين مثل سينما عقيل ومعهد جوته



للمؤلف العراقي سنان أنطون، فيما تستمر «سلسلة خيال» في الترحيب بالقراء الصغار في نهاية كل شهر. وسيشهد هذا الموسم تعاون معرض 421 مجدداً مع «سينما عقيل» ومعهد جوته، حيث تواصل سينما عقيل تقديم سلسلة «العرب والمدينة» التي حظيت باهتمام لافت حتى الآن من خلال تركيزها على الحياة العربية بطابعها المعاصر. وفي الوقت ذاته، سينظم «معهد جوته» عروضاً حول الفن والسينما الألمانية.

الفنية في الشارقة وديي. وستشمل الجولة الأولى في يناير مؤسسة الشارقة للفنون وتربالي العمارة في الشارقة ومركز التصميم، 1971، في الشارقة، أما الجولة الثانية في مارس، فستشمل معرض آرت دبي والسركال أفنيو في دبي. وتم تصميم الجولتين لاستقطاب الفنانين وهواة الفن على حد سواء من المحتمسين لاستكشاف الأعمال الإقليمية من منظور جديد. وسيرحب نادي الكتاب العربي بعشاق المطالعة من جميع الأعمار في يناير، حيث سيركز على كتاب «يا مريم»

الممارسين والمهتمين بهذا المجال. بالإضافة إلى ذلك، يطلق معرض 421 سلسلة من ورش العمل حول مهارة النقد الإبداعي والبحث في محتوى الفن المعاصر بإشراف المصممة الفنية نقد. إذ ستركز جلسة نقد في ورشة العمل الأولى بعنوان «كيف تناور: اقرأ، استوعب، اكتب» على العرض التواصل، كيف تناور: في شكل النصوص وتدابير النشر، وستعود في فبراير لتقدم جلسة نقاشية حول قوة وتأثير استخدام الألفية في الأعمال الفنية.

وللمرة الأولى، يقدم معرض 421 سلسلة من البرامج بعنوان سلسلة المشاركة المجتمعية للفنانين، والتي تقدم لأول مرة والمصممة لإتاحة فرص تعلم مباشرة أمام المجتمع الإبداعي في دولة الإمارات. وتسمى السلسلة لتعزيز التفاعل بين مختلف الأجيال المبدعة لتثري المشهد الفني الإماراتي. ويدير جلسات البرامج نخبة من المبدعين القيمين في الإمارات، وهم رامين هايريزاده، روكني هايريزاده، وحسام رحمانيان، وشيخة المزروع، ومحمد أحمد إبراهيم. وتم تصميم الجلسات المتعددة لتشمل محتوى يجمع بين النظرية والتطبيق.

وبالإضافة إلى ذلك، سيتعاون معرض 421 مع معهد جوته لإقامة ورشة عمل بعنوان «خصوصية المكان وروية المخرج»، من تنظيم المخرج والمنتج الحائز على جوائز عدة ستيفن كويلويتز. وستوفر ورشة العمل التي تستمر لثلاثة أيام تحليلات فاعلة حول عمل وتصميم الأعمال المسرحية والأداء من خلال تدريبات تعتمد على المفهوم المصري لخصوصية الموقع.

أما في فبراير، سيقدم المعرض مجموعة من الفعاليات التي تركز على موضوع «النسيج والفنون» لاستكشاف النقاط المشتركة بين الحرف والفنون من وجهات نظر ورؤية متعددة. وستنظم الفنانة فاطمة أوزدوفا ورشة عمل من جزئين تحت عنوان «الغرزة المتمردة، سنتناول دور المرأة في تاريخ التطريز وتعلم المشاركين مهارات التطريز. فيما ستقيم مصممة الأزياء إنجي مهدي سلسلة ورش عمل من ثلاثة أجزاء بعنوان «مقدمة إلى الحياكة وصنع الملابس»، بدءاً من أساسيات الخياطة ووصولاً إلى الملابس الجاهزة. فيما ستعود ورش العمل «فن التطريز الفلسطيني» إلى معرض 421 بإشراف الفنانة متعددة التخصصات جوانا برككات، إلى جانب «سلسلة صناعة المجوهرات العصرية» التي تشرف عليها مصممة المجوهرات نايدة عباس، والتي تسهم في تعريف المشاركين على عالم صناعة الحلبي والمجوهرات المبتكرة من الكروشية.

وعلاوة على ذلك، سيكون أسدقاء معرض 421 من المجتمع المحلي على موعد مع جولتين فنيتين خلال موسم الشتاء ليتمكنوا من استكشاف مختلف المؤسسات

ومسؤوليتها كونها جزءاً من وحدة أو سياق أكبر. ويتضمن برنامجنا المزيد من الفعاليات المتنوعة التي توفر سيل جديدة للتعليم الإبداعي وتدعم فرص استكشاف الأفاق الفنية والثقافية الغنية في دولة الإمارات، مسلطاً الضوء على التفاعل المتنامي مع الممارسات الإبداعية المختلفة في كافة أنحاء المنطقة.

ومن المقرر أن ينطلق معرض «التأرجح: سياقات عبثية» يوم 7 مارس، إذ يستكشف مفهوم النزعة الفردية كجزء من الذات في الوجود الجماعي عبر مجموعة متنوعة من الخلفيات والمجالات، ويستقي موضوعه من الفراق المجازي واللحظي بين الفججان وصحنه عند احتساء الشاي أو القهوة، إذ ينقسمان إلى عنصر منفصلين في تلك اللحظة. وسيتم كذلك تنظيم ورشة عمل وجلسة مناقشة لتقديم رؤية أعمق حول المعرض.

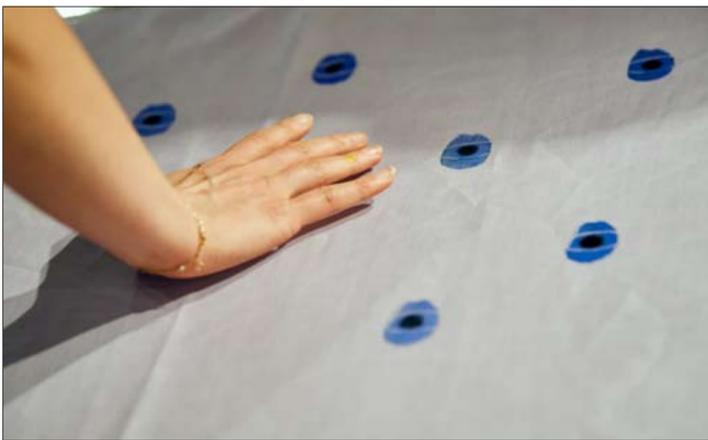
كما يستمر معرض «كيف تناور: في شكل النصوص وتدابير النشر» بتسقي من مبادرة النشر «كيف تـ» لغاية 16 فبراير. ويهدف المعرض إلى استكشاف العلاقة التي تربط بين الإنتاج الثقافي من جهة، وعملية نشر الأعمال وتقديمها إلى الجمهور من جهة أخرى، حيث يضم أعمال أكثر من 40 فناناً ومولفاً وناشراً على مستوى المنطقة والعالم. ويتناول المعرض مفهوم النشر بوصفه عمل جماهيري ينقل صاحبه إلى العلن، بدلاً من الاقتصار على مفاهيم وتصورات تقليدية نمطية. وسيشهد برنامج المعرض يومي 7 و8 فبراير انعقاد ندوة مناورات النشر، والتي ستضم حوارات ومناقشات وعروض أداء وإطلاق كتب وورش عمل، تتيج الفرصة لإجراء محادثات أكثر تفاعلاً بين مختلف

•• أبوظبي-الفجر:

كشفت معرض 421 عن برنامجها الجديد لموسم الشتاء والذي من المقرر أن يستمر من يناير إلى مارس 2020. ويحفل البرنامج بمجموعة متنوعة من المعارض وورش العمل والدورات القصيرة والفعاليات الصممة لتوفير المزيد من فرص التعلم الإبداعي وتشجيع استكشاف موضوعات الفنون والتصميم التي تحظى باهتمام إقليمي، إذ يهدف البرنامج إلى تقديم تجارب فنية متنوعة بمشاركة المجتمع المحلي وبالتعاون مع مجموعة من الشركاء المحليين والإقليميين والدوليين.

وتعليقاً على انطلاق البرنامج، قال فيصل الحسن، مدير معرض 421: «لطالما نسعى في معرض 421 إلى إعداد وتقديم سلسلة من البرامج والفعاليات العامة التي تساهم في إثراء المجتمع الإبداعي المتنامي في دولة الإمارات العربية المتحدة والمنطقة عموماً. ونهدف على مدار الأشهر الثلاثة المقبلة إلى تسليط الضوء على مشهد الفنون والتصميم الفني في دولة الإمارات والمنطقة بهدف دعم نشر الممارسات الإبداعية وتقريب الفن من المجتمع وتعزيز تأثيره الإيجابي».

وأضاف الحسن: «يشمل برنامجنا لموسم الشتاء افتتاح معرضاً جديداً بعنوان «التأرجح: سياقات عبثية»، وهو معرض فردي للفنان الإماراتي هاشل اللمكي وتحت إشراف القيمة الفنية منيرة الصايغ. ويركز المعرض على فكرة الفردية وبيروتها أمام التساؤلات، من خلال الاستقصاء العميق لفهم الذات وأنها كيان واحد ودورها



إنجاز أدبي متميز مع إطلالة عام 2020 يأصدار ديوان إبداع 100 عربي

حسابها الشخصي مجاناً لهم دون تكلفة مؤكدة إنها سوف ترسل نسخاً منه لجميع المشاركين وهذا ما حدث فعلاً حيث يتوالى تسليم نسخ الديوان تباعاً لهم .

من الجدير بالذكر أن الأدبية الإماراتية زينة الكندي لم تنكر جهود غيرها في إصدار الديوان مؤكدة أن المخرج المصري حمدي مرزوق قد شاركها وسانداها، الذي تولى تنفيذ خطوات إصدار الديوان في القاهرة حتى خرج للنور بكل حافية ومهنية تقنية مساهما في تحقيق الحلم وفكرة المبدعة زينة الكندي وسانداها بكل خطواتها .

ويتعتبر الديوان الشعري الأدبي الثقالي أضخم عمل أدبي ثقالي فني أنجز عام 2019 وأصبح بين يدي القراء في عام 2020 حيث يعتبر نموذجاً لتعاون العربي الثقالي المشترك الذي قد حققه الأدب العربي في القرن الحادي والعشرين،

يقع الديوان في 477 صفحة من الحجم المتوسط وهو ملون ويضم إبداع 122 عربي من الإنصاف التوجه بالشكر والثناء إلى المبدعة زينة الكندي من عيال زايد المبدعين والمتميزين بالثقافة والعلم والأدب مع الشكر لكل المساهمين في نجاحه .

فكرة مبتكرة حين طرحتها الكاتبة الإماراتية المبدعة «زينة أبو بكر التوي» وشهرتها «زينة الكندي» ، حيث ارتأت بأن هناك العديد من القدرات الكامنة لدى الموهوبين في الوطن العربي ممن لهم دوراً أدبيا وثقافياً على الساحة المحلية والعربية وتطوعت على أن تجمع بينهم في ديوان شعر وموسوعة أدبية ثقافية وذلك تشجيعاً لهم جميعاً دون استثناء .

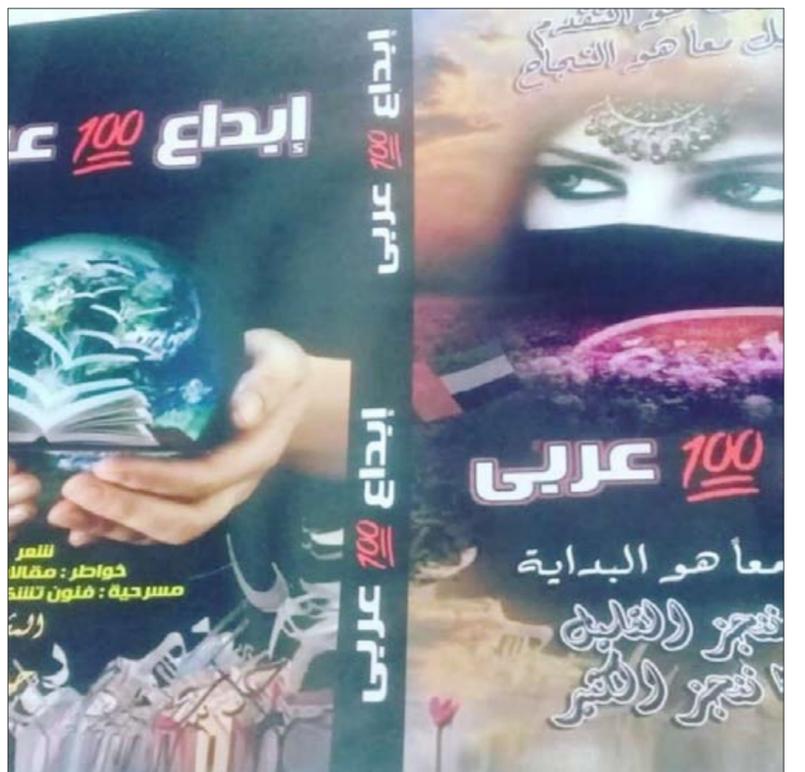
ويحتوي ديوان الشعر إبداع 100 عربي على إبداعات متنوعة من شعر وقصة وخاطرة ورسم وفن تشكيلي ومسرح وخط عربي لتضمهم في كتاب هو الأول من نوعه على مستوى الوطن العربي حمل عنوان (إبداع 100 مبدع عربي).

والمبدعة زينة الكندي كما كل الإماراتيين المتميزين بدأت هذه الخطوة المبتكرة المتميزة حين رأيت الصعد العربي بكل محبة وتسامح لتجمع بين 122 أديب عربي من أبناء الوطن ليصدر هذا الكتاب كتحفة أدبية ثقافية متميزة غير مسبوقة في أرجاء العالم زينة الكندي وخرجت للنور لتصل للعالم أجمع وقررت حين تبلورت الفكرة على أن تكون تكاليف جمع وطبع وتصميم ونشر وتوزيع الكتاب على

مع ولادة العام الجديد 2020 بدأت الأوساط الإعلامية تنشر قصص إخبارية عن إصدار موسوعة شعرية أدبية إبداعية تحمل عنوان إبداع 100 عربي وأكثر حيث يعتبر إصدار هذا الديوان جهداً مبدولاً من مبدعة إماراتية هي زينة أبو بكر التوي المعروفة شعريا وأدبيا بالأدبية الشاعرة زينة الكندي .

هذا الديوان الذي صدر بحرص منها على أن تحفز الكتاب والأدباء والشعراء المبدعين في شتى الفنون الكتابية والإبداعية التشكيلية بعد دعوتها لهم بجمع نتاجهم الفني الأدبي في ديوان شعر أشبه بموسوعة أدبية غير مسبوقة في تاريخ الأدب العربي حيث يعتبر هذا العمل الثقالي الأدبي الأكثر روعة وإبداعاً وتنوعاً في الفكر والأدب والشعر والفنون التشكيلية على مستوى الوطن العربي والعالم.

بدأ العمل بالفكرة الإبداعية منذ نهاية 2018 واستمر حتى ظهر للنور في أواخر عام 2020 وتم توزيعه وهدائه للمشاركين والمهتمين بمتابعة من المبدعة زينة الكندي التي طرحته الفكرة منذ ولادتها وتعاونت مع إحدى المخرجين المصريين الذي شجعها واتفق معها على إصدارها على شكل ديوان شعر يعتبر نقش من نور في طياته ومحتواه الفكري والإداعي .



منوعات

الفكر

31



نبيلي كريم تشكر دعم جمهورها بعد إزالة الورم بوجها

خضعت الفنانة نبيلي كريم، لعملية جراحية مؤخرًا في الولايات المتحدة الأمريكية، لإزالة ورم حميد في وجعها. وعبر حسابها الشخصي نشرت نبيلي مجموعة من الصور لها مع الأطباء، وصور أخرى من فراشها في المستشفى، ووجهت لهم الشكر موضحة أنهم أنقذوا حياتها. وبعد تصريحاتها الصحافية الأخيرة، حول إزالتها لورم حميد في الوجه، طمأنات نبيلي جمهورها على حالتها الصحية حالياً، حيث نشرت صورة لها عبر حسابها على "انستغرام"، وعلقت كاتبة: "أحب اطمئن كل أصدقائي وجمهوري أنا الحمد لله بقيت كويسة... عاوزه أشكر ربنا أولاً وأشكركم من كل قلبي على سؤالكم وأمتيتكم للشفاء.. ربنا ما يحرمنا منكم".

احساس الأمومة جعلني أشعر بسعادة كبيرة

حنان مطاوع : دائماً ما أختار الفيلم الذي يصل الى قلبي وأصدقاه

تستعد الفنانة حنان مطاوع لبدء تصوير مسلسلها الجديد (رحيل زهرة) المقرر عرضه خلال موسم الشتاء، وينتمي إلى الدراما الطويلة. وفي هذا الحوار تتحدث حنان عن المسلسل الجديد ومشاركتها أخيراً كعضو لجنة تحكيم بمهرجان القاهرة، وغيرها من التفاصيل عن حياتها، وإلى نصّ الحوار:

• حديثنا عن تجربتك الجديدة (رحيل زهرة)؟
- هو مسلسل ينتمي للدراما الطويلة، وتدور أحداثه في الصعيد، بتفاصيل وأحداث لا يعرفها كثير من أبناء المدن، والعمل يقدم صورة مختلفة درامياً عن الصعيد، ويركز على الرومانسية في حياة الرجل والمرأة بالصعيد بمعالجة درامية مختلفة، لذا تحمست له بشدة عند قراءة السيناريو، وسعيدة بالمشاركة فيه، فشخصيتي ستكون مفاجأة للجمهور.

• وبالنسبة لهجة الصعيدية؟
- تدرّبت على اللهجة بشكل جيد قبل التصوير خلال البروفات، وهناك حرص من المخرج حسني صالح على الاهتمام بالتفاصيل، فالرومانسية التي تحيط بالأجواء والأحداث لا تمنع من التطرق لموضوعات وقضايا مختلفة، وسنأسف خلال الفترة المقبلة لأسوان من أجل تصوير عدد من المشاهد الرئيسية بالأحداث هناك.

• ألم تلتقي من أن حلقات العمل تصل إلى 45 حلقة؟
- ما يحكمني دائماً قبل الموافقة على أي تجربة درامية جديدة هو مدى قناعاتي بالدور الذي سأقدمه وبالعامل نفسه، وهذه النوعية من الدراما أصبح لها مكانة لدى الجمهور، خاصة أنها تلتقي ردود فعل إيجابية كثيرة، وهناك أعمال عديدة قدّمت وحققَت نجاحاً على مدار العام، وهو ما يفيد صناعة الإنتاج الدرامي، بحيث لا تتوقف عجلة الإنتاج عن العمل طوال العام، وليس خلال شهر رمضان فقط.

• هل ستشاركين في عمل درامي خلال رمضان المقبل؟
- حتى الآن لم أوقع على أي عمل بشكل رسمي أو اتفق مع شركة إنتاج بشكل نهائي، هناك أفكار وموضوعات، لكن الأمر لم يحسم بشكل نهائي، فما يهمني هو الوجود بعمل يضيف لي شيئاً، وليس مجرد الظهور فقط خلال شهر رمضان.

• ما سبب حديثك الدائم عن الرغبة في تكرار العمل مع الفنان يحيى الخضراني؟
- د. يحيى الخضراني مبدع وعالمق بالمعنى الحرّج للكلمة، وفي كل مرة أتعاون معه أستفيد منه كثيراً، وهو مدرسة حقيقية في كل مرة أقف أمامه، وأكون سعيدة بالعمل معه، وكل تجربة أقوم بها معه تكون محطة مهمة بالنسبة لي في مسيرتي الفنية، وأخرها مسلسل "نوس"، الذي حقق نجاحاً كبيراً.

• ماذا عن فيلمك الجديد "قابل للكسر"؟
- سعيدة للغاية بهذه التجربة



ماري تيريز معلوف تكشف أحداث (عروس بيروت)



كشفت الممثلة ماري تيريز معلوف معلومات كثيرة عن أحداث مسلسل "عروس بيروت"، وتطور الشخصية التي تؤديها رنا، مضيفة أن "شخصية فارس التي يقوم بأدائها ظافر العابدين وتريا (كارمن بصيص) ابتعدا، حيث تحاول رنا أن تقترب أكثر من فارس، وليلى (تقلا شمعون) أعطتها أملاً بهذا الموضوع، إلا أن فارس لا يزال يحب ترياً، ولا يفكر إلا فيها، وهذا الأمل سيؤول بالحلقات المقبلة، ووضع رنا الصحي يتحسن بعد العلاج، ويتبقى تقريبا 10 حلقات على انتهاء أول موسم من المسلسل".

وختمت: "ردات فعل الناس على المسلسل وعلى دوري رائعة جداً، فكل الناس الذين التقيت بهم في المغرب أصبحوا يعرفونني، وتصوروا معي وأحبوا العمل جداً وبشكل السدول، لذلك أنا سعيدة جداً".

إياد نصار مهندس إلكترونيات في (موسى)

كشف الفنان الأردني إياد نصار، عن دوره في فيلم (موسى)، لافتاً إلى أنه يجسد دور حامل الدكتوراه في (هندسة الإلكترونيات)، ولكنه متحجر، يرفض التطور، ويحدث بينه والفنان المصري كريم محمود عبدالعزيز صراع في فكرة التطور التكنولوجي.

وأضاف نصار في تصريح لـ(الراي): (فكرة الفيلم ومحتواه جديداً على السينما المصرية، وأكثر فنة يخاطبها هي الأطفال)، مشيراً إلى أن ابنه آدم الذي يبلغ من العمر 12 عاماً متحمس للفكرة، وهو نادراً ما يشاهد له أعمالاً، بسبب أن تلك الأفلام لا تخاطبه، عكس فيلم (موسى) الذي يخاطب هذا الجيل بشدة، وهذا ما حمسه لقبول الدور.

واعتبر الفنان الأردني أن مخرج العمل بيتر ميمي، دائماً ما يحدث حالة إخراجية مميزة تجعل الممثل على يقين بأن هذا الفيلم سيحدث حالة عند المشاهد.



قضم الأظافر إشارة إلى معاناة طفلك

- 1 - إذا أحس بحاجته لنشاط يساعد على التخلص من الضغوط المحيطة به.
- 2 - لا تجعليه يخترن أحاسيسه التي تؤدي للانسحاب.
- 3 - لاحظي الأيام التي يكثر فيها قضم طفلك لأظفاره؛ حتى تعرفي الظروف المحيطة.
- 4 - اصبري عليه فستتوقف عن العادة بالتدرج البطيء، وقد يستغرق الأمر سنوات.
- 5 - إذا أشغله بأعمال عندما تشعرين بأنه على وشك أن يقضم أظفاره، وضعيه بالهدايا المفيدة.
- 6 - تجنبني السخرية منه واتهامه بأنه ضعيف.
- 7 - احرصي على انتظام تقليم أظفاره.
- 8 - ابحثي في الصيدليات عن طلاء يباع يتسم بالطعم الكريه، واطلي به أظفاره، بعدها سيكف عن عادة القضم بالتدرج.
- 9 - إذا ازدادت مشاكل الطفل النفسية، فهذا يعني احتياجه لعناية مضاعفة منك.

كثيرون من الأطفال يقضمون أظفارهم بسبب الإحساس بالغيرة أو الخجل أو لشعورهم بالإحباط، وأحياناً كمحاولة للخروج من حالة الملل و... .

الأسباب:

- 1 - إذا كان حساساً بيكي بسهولة من أي مشكلة تصادفه، أو يكتم عصبية.
- 2 - إذا كان غير صبور، ومن النوع القلق الذي يغضب من النقد والتوبيخ.



الفكر

احذر .. خط الأعشاب والأدوية يهدد حياتك !!

حذر خبراء في علم التغذية، من خطورة تناول الأعشاب مع العقاقير الطبية الموصوفة من قبل الطبيب، مؤكداً أن ذلك يعرض حياة المرضى للخطر، لأن ذلك يجعلهم أكثر عرضة للإصابة بنزيف ومضاعفات أخرى تضر الكبد والكلى.

ووفقاً لصحيفة "ديلي ميل" البريطانية، فإن الكثيرين يتناولون الأعشاب والأدوية المسكنة في الوقت نفسه دون الخضوع للفحص، الأمر الذي قد يتسبب في تشكيل خطر على صحتهم.

وأكد الخبير المختص في علم التغذية كريس إتريدج، ضرورة أن ينتبه المرضى جيداً للوصفة التي تقدم إرشادات تمنع تناولها مع أدوية لأن ذلك قد يضر بصحتهم، موضحاً أن مرضى السكري عليهم معرفة إذا كان تناول المكملات سيؤثر على مستوى الغلوكوز في الجسم أم لا، وينطبق هذا أيضاً على المرضى الصابغين بضغط الدم.

لماذا يصبح الأطفال متشائمين وأسرع إحباطاً؟!

على الرغم من براعة الأطفال وجهلهم بمشكلات الحياة، إلا أن بعضهم بات متأثر بها في هذه الأيام، ما يجعلهم متشائمين ومحبطين. وقد كشف أسامة الجامع، الاختصاصي والمعالج النفسي الإكلينيكي، أسباب تشاؤم الأطفال في عصرنا الحالي.

وقال الجامع: هناك أمور عدة تجعل الأطفال أكثر عرضة للتشاؤم والإحباط، وهي:

1. النمط التسريبي للأهل؛ حيث تقوم ودون قصد بإحباط أطفالها من خلال حديثها المتشائم وتفسيراتها النكدرية، إذ يستمع طفلها إليها ويتعلم منها كيف يرى العالم.
2. نقد البالغين للأطفال؛ الأطفال لا يركزون على المحتوى فقط، بل وطريقة الإلقاء والنعمة، وبسبب صغر سنهم يصدقون ما يقال لهم من انتقادات حتى لو كانت مجرد تفرغ غضب، ويتأثرون بالنعمة "استهزاء، وحدة"، ويشكلون نظرتهم اتجاه أنفسهم ابتداءً من تلك اللحظة.
3. أزمات الأطفال في الحياة؛ عندما يدرك الطفل حقيقة الأحداث المؤلمة، مثل فقدان الميكر، يزداد الأمر سوءاً، خاصةً عندما يتربى على أن الأحداث السيئة لا تحدث.
4. وكشف الجامع أموراً من شأنها عدم تحويل أطفالنا إلى متشائمين وهي:
 1. الانتباه إلى حديثنا أمام أطفالنا، وتربيتهم على مبدأ إيجاد حلول للمشكلة لا التذمر منها، وذكر النعم لا الشكوى مما لا نملكه.
 2. الانتقال من نقد الهوية إلى نقد السلوك دون إهانات، والتشجيع أكثر من النقد.
 3. الأحداث المؤلمة تحدث وعلينا تقبلها.



حفل زفاف جماعي في درجات حرارة شديدة البرودة كجزء من مهرجان الثلج السنوي في مدينة هاربيين الشمالية بمقاطعة هيلونغجيانغ بالصين. رويترز

قرأت لك

عصير البرتقال



تحت توصيات صحية عديدة على تناول عصير البرتقال الطبيعي في الصباح، ويرجع السبب في ذلك إلى أن هذا العصير يولد مضادات للأكسدة عند تناوله على الإفطار أكثر من تناوله في أوقات أخرى من اليوم. إلى جانب ذلك هناك فوائد مميزة لهذا العصير تجعله الأفضل لصحتك، إليك أهمها:

تناول عصير البرتقال بانتظام يحمي من السكري، ويساعد على الوقاية من تصلب الشرايين، ويخفض الكوليسترول الزائد وضغط الدم المرتفع. عصير البرتقال غني بفيتامين سي الذي يقوم بعدة أدوار في الجسم: من جهاز المناعة، إلى إنتاج الكولاجين، إلى محاربة الالتهابات والجذور الحرة وعوامل الشيخوخة، إلى حماية القلب. وتفيد تقارير طبية بأن تناول عصير البرتقال بانتظام يحمي من الأمراض الالتهابية مثل السكري، ويساعد على الوقاية من تصلب الشرايين، إلى جانب أنه وسيلة وقائية وعلاجية لخفض الكوليسترول الزائد في الجسم، وتنظيم ضغط الدم المرتفع؛ أي أنه يحمي من جلطات الدم. من ناحية أخرى، إذا كنت لا تحب أن تأخذ عصير البرتقال الطبيعي يمكنك استبعادها، فقد أظهرت دراسات أن استبعاد الألياف لا يقلل من فوائد عصير البرتقال، ولا ينتقص من قيمته مضادات الأكسدة التي يحتويها، ويقتصر التأثير على عدم استفادة القولون من الألياف لتحسين الإخراج.

سؤال جواب

- متى أُلقيت القنبلة الذرية على اليابان؟
- في عام 1945
- متى بدأت حرب فلسطين؟
- في عام 1948
- متى كان وعد بلفور؟
- في العام 1917
- من هو الذي بنى القلعة في القاهرة؟
- صلاح الدين الأيوبي
- متى حوِّلت القبلة من بيت المقدس إلى الكعبة المشرفة؟
- شعبان السنة 2 للهجرة
- في أي عام كانت الحرب العالمية الأولى؟
- سنة 1914

هل تعلم؟

- أقدم سجادة في العالم مصنوعة من الوبر والصوف باللونين الأحمر والأبيض اكتشفت عام 1947م ويعود تاريخها إلى القرن الخامس قبل الميلاد وتوجد حالياً في مدينة (ليننجراد).
- الجاذبية على القمر تساوي سدس الجاذبية على الأرض .
- ليس للقمر غلاف جوي والجبالات تغطي معظم سطحه.
- عدد الحدائق الموجودة في فرنسا والتي تحتوي على عدد من الأشجار النادرة هو 35 حديقة .
- عدد الآلات التي تستخدم لقص الحشائش في الولايات المتحدة 70 مليون آلة و تسبب هذه الآلات تلوث للبيئة يعادل ما تسببه 30 مليون سيارة .
- نظام الحكم في اليابان إمبراطوري .
- إن أول إعلان في التاريخ كان في شكل بيت من الشعر نظمه الشاعر ربيعة بن عامر الملقب بالدرامي فقد حضر إليه أحد التجار يشكو نفاذ كل الخمرات التي يبيعها عدا السوداء فلم يشتريها أحد منه .. فنظم الشاعر قصيدة وأرسلها لأحد الشعراء ليتنقح بها .. و كتب في مطلعها: قل للمليحة في الخمر الأسود .. ماذا فعلت بناسك متعبد ولما انتشرت هذه القصيدة لم تبق واحدة لم تشتت خمار أسود فنفتت كل الخمرات لدى التاجر بل أنه باعها بسعر مرتفع

قصة اللص الفبي

انتهى اللص من جمع ما خف حمله وغلى ثمنه وأنسبعت اساريره كثيراً فقد كانت الحصيلة رائعة مبلغاً كبيراً جداً لم يكن يتوقعه وضعه في لفافة وحمله كوليده وأسرع بمغادرة المكان وقال في نفسه لم يولد بعد من يستطيع أن يسترد هذا المال مني، عاد كما دخل ولا أثر تركه خلفه لأنه ببساطة قد اعتاد على ذلك، وفي الطريق قرر أن يأخذ اجازة طويلة بعد عدة شهور حتى يستمتع بهذا المبلغ، افكار كثيرة راودته قبل أن يلحق شباك صغير ترك مفتوحاً في احدي الفلل الفاخرة وقال انا واثق من ان هذا البيت عامر بما لذ وطاب من ذهب ومجوهرات ونقود .. لا بأس في غنيمته اخري فالمنطقة هادئة ولا يوجد قمر ولا حتى ضوء وبخفة وفي لحظات كان هناك .. تجول في البيت كله ولم يجد احد بل ولم يسهفه فكلها اثاثات ضخمة وفجأة سمع صرير باب يفتح واصوات تعلقو فخاف وارترك، وأسرع باتجاه الشباك وغادر البيت في الحال واطلق ساقيه للريح والى اقرب تاكسي فقرر عاندا الذي بيته اما في البيت الفاخر فكان هناك شقيقتان دخلتا ترتبان حقيبتيهما في حزن وهدوء فهذا هو اخر يوم لهما في تلك المدينة انهما راحلان عائدتان الي امهما في بلد اخر فزوجة ابنيهما قررت ذلك وكان لها ما ارادت ولكن لا يهم فالعودة الي حضن الام اهم من كل اموال الدنيا .

وهناك عند الشباك وضعت صورة جميلة لهما مع والدهما قررا اخذه .. ولكن ما هذا، صرخت نادبة كم انت رائع يا والدي اعرف انك تحبنا كثيراً نظري يا سعاد ترك لنا والدنا بجوار الصورة هدية جميلة نظري مبلغ كبير من المال يكفي لنحلق به احلاما كثيرة، يمكننا ان نبدأ به مع امي مشروعا صغيرا يسترنا العمر كله، كم انت رائع يا ابي .. وضعت المال في حقيبتها وضمته إلى صدرها وكأنها تضم اياها وحملتا الحقالب وخرجتا في هدوء في طريقهما للمطار وهن في سعادة كبيرة.. استمرت معهما حتى وصلت إلى حضن امهما وفي البيت كانت فرحة ثلاثتهن تكفي العالم بأسره .

اما اللص المسكين فلم ينتبه إلى فقدانه للثمنه الا في البيت وقال اه النقود لقد نسيتها.. نسيتها، ربما بجوار الشباك يا للحظ السيئ، وأسرع بالعودة مرة اخرى فوجد الشباك ما زال مفتوحاً.. اسرع وقفز اليه وبحث في كل الغرف وعندما هم بفتح الباب ليجث في اماكن اخرى وجد امامه ربة المنزل التي كانت صرخاتها مثل ناقوس خطر تجمع على اثرها كل من في البيت وانتهى يومه التعيس في ايدي الشرطة.

مساحة للتلوين

