

مركز العين الثقافي
لمسلمي كير لا يختتم
فعاليات عام التسامح



هند صبري:
دفاعي عن حقوق المرأة رد فعل
طبيعي لما تتعرض له من ظلم



3 أساليب خاطئة تدفع طفلك

ص 23 إلى عدم الاستماع لك

نصائح بسيطة للحصول على شعر لامع

أشارت مجلة "فرويندين" إلى أنه يمكن الحصول على شعر لامع من خلال إجراء بعض التغييرات الطفيفة على روتين العناية بالشعر. وقدّمت المجلة الألمانية بعض النصائح المفيدة ومنها:

اختيار الشامبو المناسب ربما يرجع عدم لمعان الشعر إلى استعمال شامبو خطأ. لأن كل نوع من أنواع الشعر له احتياجات فردية، كما أن لكل شامبو تأثيره المختلف، وعادة ما يحتوي الشامبو، الذي يساعد على لمعان الشعر، على جزيئات صغيرة تغطي الشعر بريقاً ولعناً.

زيت الشعر قبل الغسل: عادة ما يتم استعمال زيت الشعر بعد الغسل، ولكن هناك حيلة بسيطة تساعد على لمعان الشعر بشكل رائع، وذلك من خلال وضع بعض قطرات من زيت الشعر في راحة اليد وفرك الشعر قبل غسله، وبعد ذلك يتم تدليك فروة الرأس بالزيت بشكل أساسي من أجل تنشيط تدفق الدم إلى فروة الرأس وبصيلات الشعر، علاوة على أن زيت الشعر يعمل على تنظيف الجذور ويزودها بالعناصر الغذائية، كما أنه يقوي تركيبية الشعر ويمنع جفاف الشعر بفعل الماء الساخن.

منشفة ناعمة: على الرغم أن فرك الشعر بقوة يؤدي إلى تجفيفه بسرعة، إلا أنه يضر تركيبية الشعر الحساسة عندما يكون مبلولاً، ولذلك صحت المجلة الألمانية باستعمال منشفة ناعمة عند تجفيف الشعر بعد غسله.

مجفف الشعر: يجب عدم استعمال مجفف الشعر بعد غسل الشعر مباشرة، لأن السخونة تضر الشعر الحساس وتجفّفه، ولكن من الأفضل ترك الشعر الممسول لبعض الوقت قبل تجفيفه بواسطة مجفف الشعر، كما يجب توجيه الهواء الساخن إلى أطراف الشعر وضبط المجفف على درجة حرارة متوسطة مع ضرورة استعمال وسائل الحماية من السخونة.



ما العلاقة بين أنماط النوم وأمراض القلب والسكتة الدماغية؟

النوم السيئ مؤشراً على وجود بعض المشكلات الصحية الكامنة وغير المكتشفة والتي قد تلعب دوراً في زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. ومع ذلك، حاولوا تقليل هذا الخطر إلى الحد الأدنى عن طريق استبعاد جميع المرضى الذين يعانون من أمراض القلب والأوعية الدموية في بداية الدراسة، كما أخذوا في الاعتبار العوامل التي يمكن أن تؤثر على النتائج وكانت مرتبطة بصحة الشخص، مثل العمر والجنس والعرق والنشاط البدني، والتدخين واستهلاك الكحول ومؤشر كتلة الجسم، والمشكلات الصحية الأخرى والتاريخ العائلي لأمراض القلب والسكتة الدماغية. وليس من الواضح ما هي الآليات التي قد تكون مسؤولة عن الصلة بين النوم وخطر الإصابة بالأمراض القلبية الوعائية. ويقول الباحثون إن النوم السيء قد يزعزع التنظيم الهرموني أو الاستقلابي للجسم، ويزيد من استجابات الجسم "للقاتل أو الهروب"، ويزيد الالتهاب ويعطل الإيقاع الطبيعي لساعة البيولوجية في الجسم.

الحماية هم الذين كان لديهم مخاطر وراثية منخفضة ونمط نوم جيد، بينما كان المعرضون للخطر الوراثي ممن يحصلون على نوم سيء بانتظام (درجة نوم من 1-0)، أكثر عرضة بنحو 2.5 مرة للإصابة بأمراض القلب، وكانوا أيضاً معرضين لخطر الإصابة بسكتة دماغية بمقدار 1.5 مرة، خلال فترة المتابعة. إلا أن المشاركين الذين حصلوا على درجة 5 قد انخفض لديهم خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية بنسبة 35%، وانخفض خطر الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية بنسبة 34%. وأظهرت النتائج أنهم كانوا عرضة بنسبة 2.1 مرة للإصابة بأمراض القلب، وكان لديهم خطر الإصابة بالسكتة الدماغية بنحو 1.3 مرة. وكان المتطوعون الذين يعانون من مخاطر وراثية منخفضة ونمط نوم غير صحي أكثر عرضة للإصابة بأمراض القلب بنسبة 1.7 مرة وخطر الإصابة بالسكتة الدماغية بمقدار 1.6 مرة. ولا يمكن للباحثين استبعاد احتمال أن يكون نمط

زعم الباحثون أن الحصول على روتين نوم جيد قد يقلل من فرص الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية، حتى إذا كان الفرد معرضاً لخطر وراثي. وأحصى الباحثون "درجة النوم" لدى 385 ألف شخص، بناء على عوامل مثل عدد الساعات التي ينامون فيها كل ليلة، وبعد ذلك، تم فحص الحمض النووي الخاص بكل مشارك للسماح للخبراء بمقارنة النوم مع الاستعداد الوراثي للأمراض القلبية الوعائية (CVD)، والتي تشمل أمراض القلب والسكتة الدماغية. وكشفت النتائج أن الحصول بانتظام على ما بين 7 إلى 8 ساعات من النوم الجيد يقلل من خطر التعرض لأي من هذه الأمراض القاتلة.

كما انخفض الخطر بالنسبة للمشاركين المعرضين للإصابة بهذه الأمراض لأسباب وراثية، وفقاً لفريق البحث من جامعة تولين في نيو أورليانز. وقال المؤلف الرئيسي للدراسة، البروفيسور لو تشي، إن الخطر الجيني المرتفع يمكن السيطرة عليه جزئياً عن طريق نمط نوم صحي، حيث توصلت النتائج إلى أن أولئك الذين لديهم خطورة وراثية يمكن أن يفقدوا الحماية من أمراض القلب والسكتة الدماغية في حال كان لديهم نمط نوم سيء. ووضع البروفيسور تشي وزملاؤه "درجة نوم صحي" من 0 إلى 5، مع اعتبار 5 أكثر أنماط النوم صحية، والتي تشمل النوم ما بين 7 إلى 8 ساعات في الليلة دون أرق أو شخير أو نعاس أثناء النهار. وتابع الباحثون المشاركون لمدة 8.5 سنوات في المتوسط، وخلال تلك الفترة كانت هناك 7280 حالة من الأمراض القلبية الوعائية، شملت 4666 حالة من أمراض القلب و2650 حالة سكتة دماغية. وتوصلت النتائج إلى أن الذين حققوا أكبر قدر من

هذا ما تفعله الدهون في الدماغ

لطالما كانت الدهون موضع اتهام بشأن العديد من الأمراض، إلا أن تجارب السنوات الأخيرة أثبتت أن بعض أنواع الدهون "جيدة"، بل وتساهم في تعزيز صحة جسم الإنسان. وذكر موقع "مي دي لينكس" أن الخبراء وجدوا أن الدهون الأحادية غير المشبعة هي "دهون جيدة"، كما أن الوجبات الغذائية قليلة الدهون "تقضي" على الدهون السيئة. وتابع أن للدهون آثاراً عديدة على مخ الإنسان، على اعتبار أن الدماغ يحتوي على 60 في المئة من الدهون، ويحتاج إلى أحماض دهنية للعمل بطريقة صحيحة. إلا أن الإكثار من الدهون وتباع نظام غذائي غني بها، يعيق وظائف الدماغ، مثل الذاكرة والتعلم والوظائف المعرفية الأخرى، حسب ما يقول المتخصصون. وتوصلت الأبحاث الحديثة إلى أن التراجع المعرفي، الذي غالباً ما يحدث بين 45 و70 عاماً، قد يكون ناتجاً عن النظام الغذائي غير الصحي والغني بالدهون. وكانت الخلاصة أن "مستويات الدهون المرتفعة ترتبط تماماً بالإدراك الأكثر ضعفاً". وأوضح موقع "مي دي لينكس" أن نسبة معينة من الدهون مفيدة لجسم الإنسان وتعزز وظائفه، إلا أن تجاوز المسموح به قد يؤدي إلى ظهور مشكلات كثيرة.

كيف يستفيد الجسم من تناول التمر يومياً؟

التمر غني بالسكر، والألياف، والبوتاسيوم، والمغنيزيوم، وغيرها من المعادن والفيتامينات، كما أنه سريع الهضم والامتصاص، ويعد الجسم بالطاقة. أشارت مجلة "فرويندين" إلى أن هناك تأثيرات مهدئة لتناول التمر يومياً، حتى أنه يساعد على إنقاص الوزن عند تناوله دون إفراط.

علاج للتوتر

يحتوي التمر على الكثير من فيتامين ب6، المسؤول عن إنتاج السيروتونين والنورادرينالين، وتعمل هذه الهرمونات على تنظيم مستوى التوتر، وتحسين المزاج، وقد يؤدي الانخفاض المستمر لفيتامين ب6 إلى الاكتئاب.

تقوية العظام

يساعد الليورون في التمر على تقوية العظام، لكن الفوسفور، والبوتاسيوم، والكالسيوم، والمغنيسيوم، والمعادن الموجودة في هذه الثمار المجففة تسهم أيضاً في صحة العظام ومنع أمراض مثل هشاشة العظام.

إنقاص الوزن

رغم احتواء التمر على كثير من السكريات والسرعات الحرارية، إلا أنه يساعد في إنقاص الوزن إذا كان تناوله بلا إفراط، فمضادات الأكسدة فيه تحفز الهضم والتمثيل الغذائي، فضلاً عن الشعور بالامتلاء، ما يقلل الرغبة في تناول الطعام.

المساعدة على الهضم

تحتوي التمر على نسبة عالية من الألياف المهمة لعمل الجهاز الهضمي بشكل صحيح، كما أن تناول التمر يقي من الإمساك.

التخفيف من أعراض الحساسية

يساعد التمر على تخفيف أعراض الحساسية مثل العطس، وسيلان الأنف، ودموع العينين بسبب مكوناته المضادة للأكسدة.

ما لا تعرفه عن الكافيين.. عدو الدهون والسكر

أكد باحثون على الأهمية التي يتمتع بها الكافيين فيما يتعلق بصحة الإنسان ووزنه، إذ كشفت دراسة جديدة أن الكافيين قادر على تقليل الأضرار التي تسببها الأغذية الغنية بالدهون والسكر. ووجد باحثون من جامعة إلينوي الأمريكية، أن الكافيين قادر على تقليل تخزين الدهون في الخلايا الدهنية، والحد من زيادة الوزن وإنتاج الدهون الثلاثية بالجسم. وبإجراء اختبارات على الفئران، وجد فريق البحث أن الفئران التي استهلكت الكافيين المستخرج من شاي "المنة"، اكتسبت وزناً أقل بنسبة 16 في المئة، وتجمعت في جسمها دهون أقل بنسبة 22 في المئة، مقارنة بالفئران التي استهلكت شاي المنة منزوع الكافيين. وأشارت صحيفة "غلف نيوز" أن التأثيرات كانت مماثلة للكافيين الصناعي، وذلك المستخرج من القهوة. وشاي "المنة" هو مشروب ساخن يستخلص من أوراق نبات المنة وأغصانه المجففة، ويشرب كبديل للقهوة والشاي في بعض بلدان أميركا الجنوبية، مثل البرازيل وباراغواي والأرجنتين، وبعض الدول العربية مثل سوريا ولبنان. وتتراوح كمية الكافيين التي يحصل عليها الفرد من مشروب منة واحد، بين 65-130 ملغم، مقارنة بـ30-300 ملغم من الكافيين في فنجان القهوة. وقالت الباحثة في الدراسة، البيفيرا غونزاليس: "بالنظر إلى النتائج، يمكن اعتبار شاي المنة والكافيين من العوامل المضادة للسمنة. يمكن تطبيق نتائج هذه الدراسة على البشر لفهم الدور الذي يلعبه شاي المنة أو الكافيين في منع زيادة الوزن والسمنة، والاضطرابات الأيضية المرتبطة بهذه الحالات". ووفقاً للباحثين، فإن الفئران التي شملت الدراسة، تناولت نظاماً غذائياً يحتوي على 40 في المئة من الدهون، و45 في المئة من الكربوهيدرات، و15 في المئة من البروتين، لمدة أربعة أسابيع. كما تناولت أحد أشكال الكافيين بكمية تعادل الكمية التي يحصل عليها الإنسان الذي يشرب 4 أكواب من القهوة يومياً. وفي نهاية فترة الأربعة أسابيع، كانت النسبة المئوية للدهون في جسم لدى الفئران التي تناولت أنظمة غذائية مختلفة، تختلف بشكل كبير.

اكتشاف الطريقة التي يقلل بها زيت السمك الالتهابات

يُنصح بتناول مكملات زيت السمك للحصول على عدة فوائد منها تقليل الالتهابات، ما يعكس إيجابياً على صحة القلب. وقد كشفت نتائج دراسة جديدة عن الآلية التي يحقق بها زيت السمك هذه الفائدة، حيث تبين أن الجسم خلال تحطيمه للدهون التي يحتويها الزيت يقوم بإنتاج جزيئات مضادة للالتهابات. وأجريت الدراسة في جامعة كوين ماري بلندن، ونُشرت في دورية "سيركوليشن ريسيرش"، وأظهرت أن عملية تحطيم دهون أوميغا3 التي يحتوي عليها زيت السمك تنتج جزيئات تدعم عمل خلايا الدم البيضاء، والتي تشكل أحد أهم عناصر المناعة في الجسم. ويقوم جهاز المناعة نفسه بإنتاج الالتهابات كوسيلة دفاعية، ويحدث ذلك عند التعرض لسموم أو مواد ملوثة، أو إصابات وجروح، أو تعرض خلايا الجسم لهجوم من الجراثيم والبكتيريا، أو حدوث تلف في الخلايا. وعند انتهاء الخطر المسبب لإنتاج هذه الالتهابات، تلعب الجزيئات المضادة للالتهابات دوراً هاماً في التخلص منها، وتُسمى هذه الجزيئات SPMS، ويساعد تناول دهون أوميغا3 وزيت السمك على إنتاجها.



أنبج العلاجات الطبيعية لحصى الكلى

يوفر الطب القديم أدوات للتعامل مع بعض المشاكل الشائعة، ومنها حصى الكلى. وتوجد أدلة على فاعلية هذه العلاجات الطبيعية. يتشكل الحصى من تراكم معادن معينة، وتستهدف العلاجات المنزلية تفتيت الحصى ودفعها إلى الخروج مع البول من دون مواد كيميائية قد تؤثر على الجسم. إليك أنجح العلاجات الطبيعية لحصى الكلى:

- × يحتوي الريحان على حمض الأزتيك الذي يساعد على تفتيت الحصى، ويضع صعوبات أمام تشكلها من جديد.
- × عصير الجرجير غني بمضادات الأكسدة التي تزيد إنتاج البول، ويساعد على خروج الحصى بسهولة.
- × عصير الليمون (الحامض) وكذلك البرتقال مصدر غني بحمض الستريك الذي يفتت الكالسيوم، ما يساعد على تفتيت الحصى.
- × زيت الزيتون البكر الممتاز من العناصر التي تسهل خروج الحصى.
- × يمكنك عمل خليط من هذه العناصر وتناوله مرة أو أكثر كل يوم للحصول على نتائج فعالة.



تحت رعاية هزاع بن طحنون وبحضور 3000 مشارك

بلدية منطقة العين تنظم اليوم العالمي لأصحاب الهمم تحت شعار معا نرسم الابتسامة

وتحسين جودة حياتهم. وأضاف الكتبي: بان فريق إسهام أصحاب الهمم، حرص على أن يكون الاحتفال هذا العام مميزاً من حيث التنظيم والمضمون، فتم تضمين العديد من المبادرات والفقرات التي تعكس قيم التضامن والرعاية بين كافة فئات المجتمع، إضافة إلى إظهار روح التسامح في المجتمع، حيث شاركت المؤسسات بالقرارات المتنوعة من الفترة الصباحية حتى المسائية بمشاركة العديد من مراكز التأهيل وأصحاب الاختصاص بالفعاليات، إضافة إلى مساهمة القطاع الخاص بعروض ثقافية وترفيهية تعكس قيم التسامح في المجتمع، كما أقيم على هامش الفعالية معرضاً لكافة الجهات المشاركة، لعرض خدماتها للجمهور إضافة إلى مشاركة فرق محلية ودولية بمسيرة استعراضية للدرجات النارية. ويأتي تنظيم اليوم العالمي لأصحاب الهمم ضمن عدة مبادرات وجهود تقوم بها بلدية منطقة العين وفريق إسهام أصحاب الهمم لفهم احتياجات هذه الفئة كان من أبرزها ملتقى العين لأصحاب الهمم وتهيئة مبنى البلدية والخدمات ومرافق المدينة لتناسب مع احتياجاتهم.



لغة أصحاب الهمم ترسخ رؤية القيادة الرشيدة في دمج أصحاب الهمم بالمجتمع وتقديم فعاليات وأنشطة تساهم في فهم أكبر لاحتياجات هذه الشريحة من المجتمع ودعم وضمان حقوقهم وتهيئة كافة الوسائل لتمكين أصحاب الهمم وتعديل دورهم

عدد من الجهات الحكومية وشبه الحكومية والخاصة والمتطوعين وقد وصل عدد الحضور للفعالية 3000 زائر. وقال سالم راشد بن سويدان الكتبي- رئيس فريق إسهام أصحاب الهمم، أن إقامة مثل هذه الفعاليات

برعاية سالم بن ركاض وحضور أعضاء في البرلمان الهندي

مركز العين الثقافي لمسلمي كيرلا يختتم فعاليات عام التسامح



•• العين - الفجر

اختتم مركز العين الثقافي لمسلمي كيرلا فعاليات وأنشطة المركز خلال العام المنصرم، إلى جانب تكريم المشاركين والمميزين من أبناء الجالية الهندية خلال عام التسامح، وذلك في مسرح مكتبة زايد المركزية في العين برعاية الشيخ الدكتور سالم محمد بن ركاض العامري عضو المجلس الوطني الاتحادي سابقاً، وحضور أحمد كبير وقمر الدين محمد عضوي البرلمان الهندي ومحمد النيايدي مدير الموارد البشرية والتوطين في العين وحمد الملا مدير بنك الدم الإقليمي، وأشرف بلي كندى نائب رئيس المركز الثقافي لمسلمي كيرلا ومعين علي شهاب وعدد من الشخصيات ورجال الأعمال الهنود وأبناء الجالية، وتحلل الحفل تنظيم فقرات تجسد التعايش والتسامح في المجتمع الإماراتي، والعديد من الفقرات الثقافية والترفيهية ومعرض اللوحات والمأكولات الشعبية، وحملة للتبرع بالدم لصالح المرضى في المستشفيات.

وأكد الشيخ سالم بن ركاض في كلمته على متانة العلاقات التاريخية بين دولة الإمارات وجمهورية الهند لجهة التعاون المشترك في المجالات كافة، مشيداً بدور الجالية الهندية وجهودها في معظم القطاعات التجارية والاستثمارية، معتبراً أن نهج التسامح والخير والعطاء سمات طيبة في مجتمع الإمارات غرسها ورسخها في النفوس الغفيرة له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان "طيب الله ثراه" والآباء المؤسسون، ومساراً تنتهجها القيادة الرشيدة بجهود ترسخت بقيم التسامح والعيش المشترك ومكافحة التمييز والكرهية، وتوقيع وثيقة الأخوة الإنسانية من أجل السلام العالمي، وأضاف أن دولة الإمارات ستبقى ملتقى لكل حضارات العالم ومركزاً لنشر التسامح والسلام والمحبة بين دول العالم. وفي ختام الحفل قام الشيخ سالم بن ركاض بتكريم عدد من أبناء الجالية الهندية المتميزين ورجال الأعمال.

وزارت الطالبات مؤسسة التنمية الأسرية في مركز الوثبة وحضرن ورشة توعوية عن المرور، وتعرفن على قوانين المرور وذلك لسلامة الطالبات سواء في المدرسة أو في الأماكن العامة. وفي مركز السمحة النسائي تعرفت الطالبات على الحرف اليدوية بوجود حرفيات تراثيات متخصصات في الحرف اليدوية "كالتلي والخوص والسدو"، بالإضافة إلى الألعاب الشعبية وتعلم كيفية صنع الهدايا وتغليفها. وذهبت الطالبات برفقة المدربات في رحلة إلى شاطئ البحر، واستمتعن بهذه الرحلة المميزة في الأجواء الممتعة. وشاركت طالبات مركز العين النسائي الحرف التقليدية داخل المركز وتعلمن السب والخصص على أيدي حرفيات متدربات ومتخصصات.

وزارت الطالبات مكتبة زايد المركزية في العين وحضرن ورشة بناء منظومة إنداز للكوارث الطبيعية، وأقيمت ورشة خاصة لتعليمهن كيفية صنع جهاز إنذار الكوارث، وذلك ضمن المنطلق المستمر بالابتكار في مجال الطوارئ "تزيين الداخن" وتزيين الفخار، وكيفية إعداد القهوة العربية، ومارسن الأزمات والكوارث للحفاظ على الأرواح ومكتسبات الدولة.



منوعات الفجر



في إطار حرصها على رعاية القصر والأيتام الأوقاف وشؤون القصر توفد 40 من أبنائها للعمرة

•• دبي - الفجر

نظمت مؤسسة الأوقاف وشؤون القصر في دبي رحلة عمرية لأكثر من 40 من القصر من أيتام الأب أو الأبوبين وأسر الشهداء والأمهات الحاضنات، وذلك انسجاماً مع المبادرات التي تنظمها المؤسسة لرعاية الأطفال الأيتام وتمشياً مع حرص قيادة الدولة على تعزيز القيم الوطنية والإنسانية الأصيلة والراخسة في مجتمع الإمارات والقائمة على مكارم الأخلاق والبر والتسامح.

وتندرج المبادرة ضمن الخطة السنوية لمؤسسة الأوقاف وشؤون القصر، التي تنظم للعام الحادي عشر على التوالي رحلات لأداء مناسك العمرة، بإشراف قسم الرعاية والتأهيل في المؤسسة، وتحت شعار "براً بوالدي"، من أجل تعزيز مشاعر الوفاء والبر لدى الأطفال تجاه أمهاتهم والأمهات الحاضنات، وتكريس مفهوم رد الجميل لهن على تضحيتن وراعاتن لهم. واستعداداً للرحلة نظمت المؤسسة محاضرة حول فضل الوالدين وأهمية بزهما وطاعتن واحترام تضحيتن لهما ما لهما من فضل كبير في تربية الأطفال وتنشئتهم على الأخلاق الحميدة.

وتواصلت الرحلة على مدى 8 أيام وشملت كلاً من مكة المكرمة والمدينة المنورة، حيث زار المعتمرون المسجد الحرام والمسجد النبوي الشريف وصلوا فيهما، وشملت الرحلة كذلك التعرف على عدد من المعالم والمواقع التي شهدت أحداثاً تاريخية هامة. وحول أهمية المبادرات من هذا النوع، قال سعادة خالد آل ثاني، نائب الأمين العام لمؤسسة الأوقاف وشؤون القصر بدبي: "المبادرات التي تطورنا المؤسسة تهدف دائماً إلى تمكين القصر والأيتام، ليس على المستوى المعرفي وحسب بل على المستوى التربوي أيضاً، لما فيه توسيع مداركهم وإثراء معارفهم وتجربتهم الإنسانية وتطوير مهارات الاتصال مع محيطهم ومجتمعهم وتعزيز منظومة القيم الأخلاقية والاجتماعية الإيجابية لديهم، وتنمية حس العرفان والتقدير والتفاعل مع جهود الآخرين تجاههم". وأكد آل ثاني أن مجموعة القيم التي تغرسها مثل هذه الرحلات في نفوس القصر والأيتام والأطفال، والتجارب والخبرات العملية التي تنميها لديهم تمكنهم من تطوير شخصية إيجابية ومتوازنة تحافظ على المثل العليا والأخلاق والهوية وتفتح في الوقت نفسه على العالم وتكون قدوة في العرفان والوفاء.

وتعرف الأطفال المشاركون في الرحلة من مشرعي الحملة على كيفية أداء الشعائر الدينية والتي بدأت مع وصولهم إلى مكة المكرمة. كما شملت الرحلة محطات تاريخية هامة في وادي منى، وغار حراء، وغار ثور، ومزدلفة، وجبل النور، وجبل عرفة، تحكي كل منها قصصاً في الصبر والإحسان والعطاء وطلب العلم. وبعد انتهاء الشعائر الدينية في مكة المكرمة، توجه الوفد إلى المدينة المنورة، حيث تعرفوا عن قرب على محطات في حياة الرسول -صلى الله عليه وسلم-، وتوقفوا في عدد من المناطق التي تشرف بوجودها مثل: منطقة المزارات، وجبل الرماة، وجبل أحد، ومقبرة البقيع، ومسجد قباء، ومسجد القبلتين، ومسجد -عليه الصلاة والسلام-. وكما جرت العادة في كل عام، تحلل الرحلة مسابقات ثقافية وترفيهية خاصة بالأطفال القصر، إضافة إلى القصص التربوية، وسيرة الرسول الكريم -صلى الله عليه وسلم- ومحطات هجرته.

•• أبوظبي - الفجر

إشادة إعلامية بالملتقى ملتقى السامالية الربيعي يواصل فعالياته

من أصول حضارة وجذور دولة الإمارات المرتبطة فيها كبنية زراعية حول شجرة النخيل، وأهميتها في الحياة. ومن جانب آخر قدمت المراكز النسائية التابعة لنادي تراث الإمارات داخل المراكز وخارجها عدة فعاليات تراثية وثقافية وتوعوية ضمن الملتقى، حيث قدم مركز أبوظبي النسائي داخل المركز ورش الحرف التقليدية (كالسدو، والغزل، وسف الخوص، والنول، والسدو والتلي، والتطريز)، وتعرفت الطالبات على مسميات الأقمشة التراثية، بالإضافة إلى ورشة الديكوباج "تزيين الداخن" وتزيين الفخار، وكيفية إعداد القهوة العربية، ومارسن الطالبات اللعب الشعبية واستمتعن بها.

والخبير والمدرّب التراثي حثبوري كداس الرميثي شرحاً مفصلاً حول رحلات الفوص التقليدية، وكل ما يلزمها من أدوات، إلى جانب تنفيذ عملية فلق المحار واستخراج اللؤلؤ منه، وطرق صناعة شبك الصيد وأدوات الفوص، إضافة إلى ما تعرضه السفينة من أدوات متنوعة يستخدمها أهل البحر في طرق صيدهم التقليدية، والبحارة في رحلاتهم. ونظم مركز العين الشبابي زيارة لنادي العين للرماية قدموا من خلالها طريقة استخدام البندقية والرماية من قبل مدربين متخصصين في الرماية، وبعد الشرح تم التطبيق العملي لهذه الورشة. وزار الطلاب أيضاً واحة العين للتعرف على ما تحتويه هذه المعالم القديمة

ضمن فعاليات ملتقى السامالية الربيعي، والذي ينظمه نادي تراث الإمارات وتستمر فعالياته حتى التاسع من شهر يناير المقبل، قام عدد من الإعلاميين بزيارة جزيرة السامالية واطلعوا على الأنشطة والفعاليات التي تقام داخلها ويتفقدية هذا الحدث المميز وأبدوا إعجابهم بهذا الملتقى الذي يعتبر من أهم المهرجانات التي تغرس حب التراث في نفوس الطلاب وتعليمهم كيفية المحافظة على الهوية الوطنية والسنة الإماراتية. هذا وقد واصل مركز أبوظبي والسمحة والوثبة الشبابي فعاليات الأسبوع الثاني للملتقى التي تقام فعالياته في الجزيرة، حيث قام الطلبة بركوب الإبل والخيل، والاستمتاع بالجو الجميل خاصة في هذه الفترة من العام والتي تتزامن مع العطلة المدرسية، ثم قاموا بجولة في مشى القمر وشاهدوا الطيور والصفور والتقطوا الصور التذكارية. وقاموا أيضاً بجولة مميزة في السفينة التراثية وتعلّموا كيفية اللباس الخاص بهذه الجولة لسلامة الطلبة وراحتهم. وبعد الانتهاء قدم لهم

منوعات الطفح الجلدي

23



كيف يمكن حماية رضيعك من جفاف البشرة؟

بشرة وجه الطفل معرضة للأضرار خصوصاً في الأشهر الأولى من حياته. كيف يمكن وقايتها؟ ماذا يجب أن نتجنب؟ وفي أي الحالات ينصح

الطبية.
4. عندما يكون الطفح الجلدي على جلد الطفل مصحوباً بالحُمى، أو عندما يكون الطفل غير مبالٍ.
5. عندما يصبح لون جلد الطفل مانحاً إلى الاصفرار.
6. عندما يتضايق الطفل من التهيج.
للجلد دور أساسي في الجهاز المناعي للطفل، والحفاظ على بشرة الطفل وحمايتها أمر أساسي لصحته ولشعوره بالراحة. يمكن أن يساعد استخدام المستحضرات في إعادة الزيوت الحيوية للبشرة للحفاظ على مرونتها وعملها بشكل سليم.

الحديث يدور عن فطريات يجب معالجتها بالمستحضرات المضادة للفطريات.
2. عندما يكون لدى الطفل طفح منتفخ، خاصة حول الأنف والتم؛ قد يعاني الطفل من القوباء - مرض معدٍ شائع.
3. عندما يكون جلد الطفل أحمر اللون، يتقشر مع طفح بسيط؛ تظهر عادة الأكزيما الحادة كرد فعل تحسسي مسبب من البيئة أو الغذاء. يجب محاولة عزل العامل المسبب للحساسية. يمكن تخفيف الحكة بالكريمات

في المواسم الانتقالية وفي الشتاء في منطقتنا، عندما يكون الطقس جافاً وينتج شحنات كهربائية، يميل الأطفال الرضع إلى المعاناة من الاحمرار في الوجه. قد تؤدي الرياح القوية إلى تفاقم الحالة وكذلك المخاط وسيلان الأنف والمخاط وأمراض الحمى وغيرها. تلوث الجلد الجاف قد يؤدي إلى ظهور تشققات وتقشرات، ويمكن أن يسبب الإحساس بالحرقنة والألم.

التهاب الجلد المني (جفاف فروة الرأس، الحاجبين والجفنين)، طفح الحر (من التعرق) والأكزيما الخفيفة، تعد جميعها كأضرار جلدية خفيفة، معظمها لا تضايق الطفل ولا تحتاج إلى تدخل طبي. استخدام كريم وجه خفيف في منطقة الوجه، ومستحلب للجسم بعد الاستحمام، قد يخفف من الأعراض. الجفاف والطفح الجلدي والحكة في مناطق مختلفة من الجسم، مثل الخدين وفي منطقة المنتصف، قد تشير إلى وجود مرض التهاب الجلد التأتبي. استخدام الأدوية الخاصة قد يخفف على الطفل ويقلل من الأعراض. ينصح باستشارة الطبيب.

بالتوجه إلى الطبيب؟
يعاني الكثير من الأطفال من التهابات الجلدية مثل البثور، الجفاف، الاحمرار، التقشرات، الطفح وغيرها، وقد تظهر على الجسد والوجه. بشرة الأطفال الرقيقة والحساسة تتأثر بعمليات هرمونية، الطقس، التلامس مع إفرازات حامضية (مثل البول والبراز)، التلامس مع إنزيمات اللعب، الحساسيات وغيرها.
بشرة وجه الطفل معرضة للتضرر أكثر وتوجد بعض الأمور التي يجب معرفتها. البثور والميليا (جروح بيضاء صغيرة تنتج عن الغدد الدهنية المسدودة)، تقشر الجلد،



كيف يمكن تجنب الأضرار الجلدية وماذا يجب أن تفعل للتخفيف من الطفح؟

1. عندما تكون الأجواء جافة في الخارج مع الرياح، احموا أطفالكم من خلال وضعهم في العربات المغطية أو سلال الحمل، حيث يكون وجه الطفل نحو حامله.
2. تجنبوا استخدام مناديل تحتوي على مواد كيميائية قد تهيج الجلد. يفضل تنظيف الوجه والأرداف بالماء.
3. قللوا من عدد المرات التي يستحم فيها الطفل، واستخدموا زيت الأطفال المهدئ، وينصح بأن يحتوي زيت الأطفال على زيوت مثل زيت جوز الهند، زيت اللوز، وغيرها. وضع الطفل بوتيرة عالية في حوض الاستحمام يزيل طبقة حماية البشرة الطبيعية. بعد خروج الطفل من حوض الاستحمام، جففوه بلطف وادلكوا بشرته بمستحلب ناعم لتزويده بشرته بالرطوبة ولحمايتها.
4. يشير العديد من الآباء إلى ظهور بثور على خدي الطفل بعد القيام بنزهة في الهواء الطلق. تحدث البثور بسبب تعرض الطفل لحبيبات أو لجزيئات الغبار. لا يملك الطفل بعد طبقة واقية كافية لبشرته، وتعرضه ينعكس بردات فعل تحسسية. ينصح بوضع كريم مرطب على وجه الطفل قبل الخروج، لتشكيل طبقة عازلة بين بشرته الناعمة والرقيقة والعوامل البيئية الخارجية.
5. أيضاً في فصل الشتاء، أشعة الشمس خطيرة على بشرة الطفل. تجنبوا تعريضه المباشر لأشعة الشمس، وضوا قبة على رأسه.
6. في الصباح والمساء، قوموا بوضع كريم خفيف للوجه على وجه الطفل. اختاروا كريم للوجه يتركب من زيوت عالية الجودة وودودة للطفل. عندما تشعرين بجفاف بشرة الطفل أو عندما يكون الطقس جافاً، يمكن استخدام الكريم بوتيرة أعلى.
7. إن عانى الطفل من النزول أو سيلان لعابه، فينصح بزيادة وتيرة وضع كريم الوجه.
8. قوموا بغسل الأقمشة القريبة من وجه الطفل بوتيرة عالية، استخدموا مواد تنظيف خفيفة.

متى ينصح بالتوجه إلى الطبيب؟

1. عندما تغطي لسان الطفل طبقة بيضاء، محتمل ان



3 أساليب خاطئة تدفع طفلك إلى عدم الاستماع لك

هل تعانين من مشكلة عدم استماع طفلك لك؟ ربما تطبّقين العقوبات عليه بسبب ذلك، بينما السبب الحقيقي يكمن في أسلوب تعاملك معه!

أولاً يجب أن تعلمي أن تأثيرك على طفلك كبيراً، وهذا التأثير يشمل قدرة الطفل على الاستماع إليك، فقد تكون المشكلة لديك أنت، خاصة إذا كنتِ تعتمدين أحد أساليب التعامل الخاطئة التالية..



بالارتفاع، أو وصلت إلى درجة الصراخ، أو كانت تنقل لطفلك مشاعر غضب، فتأكد أن طفلك لن يستمع إلى حديثك، فهو مشغول بمشاعر القلق والإحباط التي نقلها إليه غضبك، لهذا فهو لا يستطيع التركيز في حديثك، ويشعر أنه لا جدوى من تنفيذ أوامر لأنك غاضبة بالفعل، لهذا حتى إن كان أسلوب حديثك بصيغة الأمر، يجب أن تراقبي نبرة صوتك، وأن تختاري أسلوباً لطيفاً ونبرة صوت هادئة.

3- لا تضعين عقوبات واضحة
الأطفال يميلون إلى اختبار العقوبات التي يضعها الآباء، بمعنى أن طفلك سيحاول عصيان أوامر فقط لاختبار جدية العقوبات التي تضعينها، إذا وقعت في فخ تقديم الأعداء لطفلك، وسامحته بعد تكرار الخطأ، فتأكد أن طفلك لن يستمع لكلامك، فهو يعلم أن عقوباتك وهمية، وأنه لن يحصل على عقاب مقابل عدم الاستماع لكلامك.

لهذا يجب أن تحددي عقوبات مناسبة، وأن تكون هذه العقوبات واضحة، وعليك الالتزام بتطبيقها مهما توصل إليك طفلك.

أسنانه لأن رسالتك إليه وصلت بطريقة مباشرة ومقصودة ومفهومة، لا بد من غسل الأسنان الآن، الأمر ليس اختيارياً.

2- نبرة صوتك غاضبة
عندما تتحدثين إلى طفلك، راقبي نبرة صوتك، إذا بدأت نبرة صوتك

1- تطرحين طلبك بطريقة خاطئة
عندما تحاولين طلب شيء من طفلك، عليك أولاً تحديد نوع هذا الطلب، هل هو أمر إجباري لا يقبل النقاش، مثل تنظيف أسنانه بالفرشاة قبل النوم؟ أم أمر اختياري؟
إذا كان إجبارياً، فلا تطرحيه على طفلك بطريقة اختيارية، مثل: هل أسنالك بحاجة إلى التنظيف؟ ولكن اطرحي عليه الأمر بطريقة مباشرة، مثل: يجب أن تذهب لتفصيل أسنالك، في هذه الحالة سيذهب الطفل لتفصيل

2- تطرحين طلبك بطريقة خاطئة
عندما تحاولين طلب شيء من طفلك، عليك أولاً تحديد نوع هذا الطلب، هل هو أمر إجباري لا يقبل النقاش، مثل تنظيف أسنانه بالفرشاة قبل النوم؟ أم أمر اختياري؟
إذا كان إجبارياً، فلا تطرحيه على طفلك بطريقة اختيارية، مثل: هل أسنالك بحاجة إلى التنظيف؟ ولكن اطرحي عليه الأمر بطريقة مباشرة، مثل: يجب أن تذهب لتفصيل أسنالك، في هذه الحالة سيذهب الطفل لتفصيل



وزارة المالية تعقد الاجتماع الثالث لمجلس تنسيق السياسات المالية الحكومية

وناقش الأعضاء خلال الاجتماع مجموعة من المواضيع الرئيسية، وفي مقدمتها مقترح الانضمام للمعيار الخاص بنشر البيانات (SDDS) لصندوق النقد الدولي، والذي يعتبر من أفضل الممارسات الدولية في مجال نشر البيانات المالية والاقتصادية للدول، واستعراض كل من البيانات المالية الخاصة بدولة الإمارات لعام 2018 - 2019، وسجل المخاطر المالية على المستوى الوطني، إلى جانب مناقشة مشروع إعداد وثيقة الأهداف والقواعد المالية في دولة الإمارات، وأهم التطورات المالية والنقدية في الدولة. تجدر الإشارة إلى أن تشكيل مجلس تنسيق السياسات المالية الحكومية قد تم بقرار من مجلس الوزراء وتتكون عضويته من وكيل وزارة المالية وممثلين عن حكومات الإمارات وعضو من مصرف الإمارات المركزي، ويعقد المجلس ثلاثة اجتماعات دورية سنوياً كما يتم إعادة تشكيله دورياً كل ثلاث سنوات.



العلاقة، في إعداد وتوحيد الرؤية والسياسات المالية والنقدية على مستوى الدولة، ومواءمتها مع أفضل الممارسات العالمية على صعيد العمل المالي الحكومي، ولارتقاء بالنظم المالية وتعزيز تنافسية دولة الإمارات.

وأكد سعادة يونس حاجي الخوري أهمية الدور الذي تقوم به اجتماعات مجلس تنسيق السياسات المالية الحكومية ومساهماته أعضاءه من كافة الدوائر المالية في حكومات الإمارات والجهات الحكومية ذات

عجمان، وسعادة يوسف علي محمد اليوشي مدير عام دائرة المالية بالوكالة لحكومة إمارة رأس الخيمة، وسعادة يوسف عبد الله العوضي نائب مدير الدائرة المالية لحكومة إمارة

•• دبي-الفجر:

عقدت وزارة المالية صباح أمس في مقرها في دبي، الاجتماع الثالث لمجلس تنسيق السياسات المالية الحكومية لعام 2019، برئاسة سعادة يونس حاجي الخوري، وكيل وزارة المالية ورئيس مجلس تنسيق السياسات المالية الحكومية وحضر الاجتماع أعضاء مجلس تنسيق السياسات المالية الحكومية من حكومات الإمارات، والممثلون عن الدوائر المالية في الدولة، وهم سعادة صلاح الوساوي المدير التنفيذي لقطاع تمويل المباني التجارية في دائرة المالية لحكومة إمارة أبوظبي، وسعادة عارف عبد الرحمن أهلي المدير التنفيذي لقطاع الموازنة والتخطيط في دائرة المالية لحكومة إمارة دبي، وسعادة وليد إبراهيم الصايغ مدير عام دائرة المالية المركزية لحكومة إمارة الشارقة، وسعادة مروان آل علي مدير عام دائرة المالية لحكومة إمارة

الفجر



جمارك دبي تبحث تعزيز التبادل التجاري مع بنين

•• دبي-وام:

بحث سعادة أحمد محبوب مصباح المدير العام لجمارك دبي مع سعادة أدامو آيا ياجنان قنصل عام جمهورية بنين لدى الدولة سبل تعزيز التعاون المشترك بين الطرفين دعماً لنمو التبادل التجاري بين الإمارات وبنين. وأكد مصباح حرص الدائرة على دعم تطوير العلاقات الاقتصادية والتجارية بين البلدين من خلال تقديم أفضل الخدمات والتسهيلات التجارية والجمركية للتجار والمستثمرين من بنين لتمكينهم من تحقيق أقصى استفادة ممكنة من اختيارهم دبي مقصداً وممرًا لتجاريتهم محلياً وإقليمياً وعالمياً.

ولفت إلى أن قيمة تجارة دبي الخارجية مع بنين خلال النصف الأول من العام الجاري بلغت 1.12 مليار درهم توزعت على الواردات بقيمة 756 مليون درهم والصادرات بقيمة 49 مليون درهم وإعادة التصدير 311 مليون درهم حيث تنوع البضائع المتبادلة في التجارة بين الطرفين ويتصدرها الذهب والزيوت البترولية والسيارات والتبغ والعلطور والمكسرات.

وأوضح أن استضافة دبي لمعرض إكسبو 2020 تمثل فرصة جديّة لتطوير العلاقات التجارية والاقتصادية مع الدول الأفريقية حيث ستتيح مشاركة التجار والشركات الأفريقية في المعرض الفرصة للتعرف على الإمكانيات والقدرة الكبيرة التي تقدمها دبي لدعم حركة التجارة الإقليمية والعالمية وما توفره الإمارة من فرص متميزة للوصول إلى الأسواق العالمية وتعزيز مع إطلاق مشروع خط دبي للحريير. من جانبه أعرب سعادة أدامو آيا ياجنان عن تقديره الكبير لجهود جمارك دبي ودورها الحيوي في تطوير التجارة بين الإمارات وبنين من خلال الارتقاء بمستوى الخدمات والتسهيلات التجارية والجمركية التي تقدمها الدائرة للتجار والمستثمرين من بنين، مشيراً إلى ضرورة التقدم في التعاون والتنسيق بين الطرفين لمواكبة التطور المستمر في العلاقات الاقتصادية والتجارية بين البلدين الصديقين.

طرق الشارقة تنجز تقاطع رقم 8 بتكلفة 67 مليون درهم

•• الشارقة-وام:

أعلن سعادة المهندس يوسف صالح السويجي رئيس هيئة الطرق والمواصلات في الشارقة، عن إنجاز مشروع تقاطع رقم 8 على طريق الشارقة-الذيد، وافتتاحه رسمياً أمام حركة المرور، بتكلفة إجمالية 67 مليون درهم.

وأكد أن الهيئة ماضية في تعزيز البنية التحتية وتنفيذ عدد من المشاريع الكبرى تماشياً مع الأجندة الوطنية لرؤية الإمارات 2021 وترسيخاً لمبادئ استراتيجية جودة الحياة 2031. وتضمن المشروع الطرق في الهيئة الهندسة هاطمة من جانبها قامت مدير إدارة مشاريع الطرق في الهيئة الهندسة هاطمة الكتيبي إن الهيئة أنجزت عدداً من المشاريع الحيوية هذا العام، وعلى رأسها إحلال الجسر الثامن المفرد المكون من حارة للسير لكل اتجاه والمقاطع مع طريق الذيد، وإنشاء جسر جديد مزدوج مكون من حارتين للسير لكل اتجاه بعرض 7.3 متر في كل اتجاه، ويتصل هذا الجسر عند طرفه بدورين مع عدد 4 طرق كمخارج حرة بطول إجمالي يبلغ 2.6 متر. وأضاف، أن الجسر سيعمل على نقل الحركة بين مناطق الصحة الصناعية ومنطقة جوائز الجائزة لطريق الذيد بصورة مثلى، لا سيما حركة الشاحنات القادمة من شارع الإمارات والتوجه إلى الصحة، والتي يتم نقلها بصورة مباشرة عبر طريق حلقي أنشئ لربط الجسر الجديد بطريق الذيد، وقد تضمن المشروع أعمال الخدمات المساندة، مشيرة إلى أن الجسر يسمح أيضاً بأعمال التوسعة المستقبلية لطريق الذيد، كما سيعمل على زيادة السعة الاستيعابية للطريق وبالتالي يسهم في تسهيل الحركة المرورية وتقليل الازدحامات.

وفد غرفة الفجيرة يطالع على أفضل الممارسات الموجهة لسيدات الأعمال في غرفة عجمان

•• عجمان - الفجر:

اطلع وفد من غرفة تجارة وصناعة الفجيرة على أفضل الممارسات والمبادرات الموجهة لسيدات الأعمال الأعمال المنتسبات لمجلس سيدات أعمال عجمان في غرفة تجارة وصناعة عجمان. واستقبل الوفد بمقر غرفة عجمان الدكتورة أمينة خليفة آل علي عضو مجلس إدارة غرفة عجمان، رئيس مجلس سيدات أعمال عجمان، وترأس الوفد سعادة عائشة محمد الجاسم عضو مجلس إدارة غرفة الفجيرة وسعادة سلطان جميع الهنداسي مدير عام غرفة الفجيرة، وحضر اللقاء محمد علي الجناحي. المدير التنفيذي لقطاع الترويج والاستثمار في غرفة عجمان وخالد الشامسي مدير إدارة الموارد البشرية والمالية في غرفة عجمان وعبير عبد الفرج مدير مكتب مجلس سيدات أعمال عجمان. وفي بداية اللقاء رحبت الدكتورة



عام 2005 تحت مظلة غرفة تجارة وصناعة عجمان ليشجع الاستثمارات الاقتصادية للمرأة ودعم مبادراتها من خلال العمل داخل الدولة وخارجها وتنفيذ البرامج والمشاريع الموجهة وتنمية اقتصادها وفق المعايير العلمية والعملية.

توفير منصة تسويقية مستدامة لرواد ورائدات الأعمال، إلى جانب استعراض أهم الشراكات التي يمتددها المجلس مع القطاع الخاص.

نبذة عن تأسيس المجلس
تأسس مجلس سيدات أعمال عجمان

المنتجات المحلية بأسلوب عصري، ومبادرة "أناقة" وهو عبارة عن مشغل خياطة، كما أكدت أن المجلس حريص على تنفيذ سلسلة من الدورات والورش التدريبية العملية والنظرية لعضواته. وتناول اللقاء أهمية مبنى غرفة عجمان الجديد "ريادة"، ودوره في

أمينة خليفة بالحضور، وقدمت نبذة حول إنشاء مجلس سيدات أعمال عجمان ومراحل تطوره وأهم المبادرات والفعاليات والمعارض التي ينفذها المجلس والتي تستهدف عضواته والحاصلات على رخصة بدايات وسيدات الأعمال بشكل عام. وثمنت توجيهات القيادة الرشيدة في توفير الدعم اللازم لضمان استدامة مشاريع سيدات الأعمال وتطورها، موضحة أن منتجات سيدات الأعمال تتسم بالجودة والتنوع وياتت تساهم بشكل رئيسي في الناتج المحلي، كما أشادت بالتعاون الكبير من جانب الجهات الحكومية في الإمارة لإنجاح مشاريع ومبادرات المجلس.

واستعرضت للحضور نبذة حول رخصة ومبادرة "سيارتي" و"رفوف" و"ريوفي" إلى جانب التعريف بأهم المبادرات التي سينفذها المجلس خلال العام 2020 ومنها مبادرة "توصلك" وهي عبارة عن سيارة متنقلة "تراك" ومبادرة "ضباقة" والذي يقدم

«راكر» تنفذ مشاريع تطويرية صديقة للبيئة في رأس الخيمة

•• رأس الخيمة - الفجر:

تحكف هيئة مناطق رأس الخيمة الاقتصادية «راكر» على تنفيذ مشاريع تطويرية مع ضمان الامتثال الكامل لبارجيل- لوائح المباني الخضراء في رأس الخيمة- لتكون أول جهة حكومية تلتزم بشكل تام وعلمي بتطبيق المعايير التي يحددها بارجيل على كافة مشاريعها وذلك قبل أن تدخل هذه اللوائح حيز التنفيذ الإلزامي في 2020. حيث تمثل هذه الخطوة دعم راكر لتحقيق أهداف استراتيجية رأس الخيمة لكفاءة الطاقة والطاقة المتجددة 2040.

تعمل راكر حالياً على بناء مستودعات ومساحات عمال في منطقة الحمرا الصناعية بطريقة تتوافق ولوائح بارجيل والتي تهدف إلى رفع كفاءة المباني من خلال خفض استهلاك الطاقة والمياه. حيث تم تزويد هذه المنشآت بأنظمة للطاقة الشمسية تمكن عملاء راكر من الاعتماد عليها كمصدر للطاقة اللازمة لتشغيل معداتهم ومكاناتهم عوضاً عن استهلاك الكهرباء. إضافة إلى ذلك تم تزويد المنشآت بأنظمة عزل للحرارة الخارجية والتي تعمل على تقليل امتصاص الحرارة خلال ساعات النهار وبالتالي استهلاك معدل أقل من الطاقة لتبريد وتهوية المنشأة وتهيئة الظروف المناسبة للعاملين فيها. وفي ضوء ذلك، صرح رامي جلا، الرئيس التنفيذي لمجموعة



الخيمة نقدر الجهود المتميزة التي تبذلها راكر في مجال كفاءة استخدام الطاقة، وترحب باعتمادها لبارجيل، بلدية رأس الخيمة بارجيل، لوائح المباني الخضراء في إمارة رأس الخيمة، والتي تطبق معايير الاستدامة على المباني الجديدة في الإمارة. حيث أن هذه الخطوة لن تعود بالنفع على عملاء المجموعة وحسب وإنما ستساعدنا على تحقيق هدفنا المتمثل في رفع وعي مجتمع الأعمال حول أهمية كفاءة استخدام الطاقة والفوائد العائدة منها على البيئة والأجيال القادمة. وفي هذا الصدد، فإننا في راكر نعمل على عقد دورات تدريبية وتوعوية لعملائنا المعنيين وذلك لتعريفهم على

لوائح ومتطلبات بارجيل والتي ستدخل حيز التنفيذ الإلزامي في عام 2020،. فحي مطلع هذا العام، أصدرت دائرة بلدية رأس الخيمة بارجيل، لوائح المباني الخضراء في إمارة رأس الخيمة، والتي تطبق معايير الاستدامة على المباني الجديدة في الإمارة. حيث أن هذه الخطوة لن تعود بالنفع على عملاء المجموعة وحسب وإنما ستساعدنا على تحقيق هدفنا المتمثل في رفع وعي مجتمع الأعمال حول أهمية كفاءة استخدام الطاقة والفوائد العائدة منها على البيئة والأجيال القادمة. وفي هذا الصدد، فإننا في راكر نعمل على عقد دورات تدريبية وتوعوية لعملائنا المعنيين وذلك لتعريفهم على

اقتصادية دبي؛ سياسة الصناعات تعكس حرص القيادة للتحويل إلى الاقتصاد المبكر

•• دبي - وام:

أكد سعادة سامي القمزي مدير عام اقتصادية دبي أن اعتماد مجلس الوزراء برئاسة صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي رعاه الله سياسة الإمارات للصناعات المتقدمة يعكس حرص القيادة ومواصلة مساعيها الرامية للتحويل إلى اقتصاد مبني على الابتكار والمعرفة وتوسيع مكانة الدولة على قائمة الدول المصنعة. وقال القمزي في تصريح له أمس أن هذه السياسة ستسهم في تعزيز النتائج القوية التي حققها الاقتصاد الوطني في شتى القطاعات، لافتاً إلى أنه عندما نأخذ إمارة دبي نموذجاً نجد أن الناتج المحلي الإجمالي للإمارة قد حقق نمواً قدره 2.1% للعام الجاري 2019، بينما سيرتفع إلى 3.2% بالإنابة في العام 2020 و2021 على التوالي مدفوعاً بنمو قطاع التصنيع الذي نما بنسبة 1 بالمائة هذا العام ويتوقع أن يرتفع قرابة 3 أضعاف في 2020 لتسجل 3.1 بالإنابة وستصل نسبة نموه إلى 3.3 بالإنابة في العام الذي يليه. وأوضح القمزي أن هذه السياسة تتوافق مع العديد من الاستراتيجيات الصناعية في الدولة بما في ذلك "استراتيجية دبي الصناعية 2030" التي تهدف إلى جعل الإمارة منصة عالمية للصناعات القائمة على المعرفة والابتكار والاستدامة، مشيراً إلى أن هذه الجهود مجتمعة ستؤدي إلى نمو صناعاتنا وتكاملها مع القطاعات الأخرى وتعزيز الجاذبية الاستثمارية للدولة.

«جولة سياحية في الشارقة» ترصد جماليات الإمارة بعدسات المصورين

•• الشارقة-الفجر:

الشارقة، شغفًا لدى العديد من المصورين المحترفين والهواة من داخل الدولة وخارجها، ولتلبية هذا الشغف، تقدم حافظات «جولة

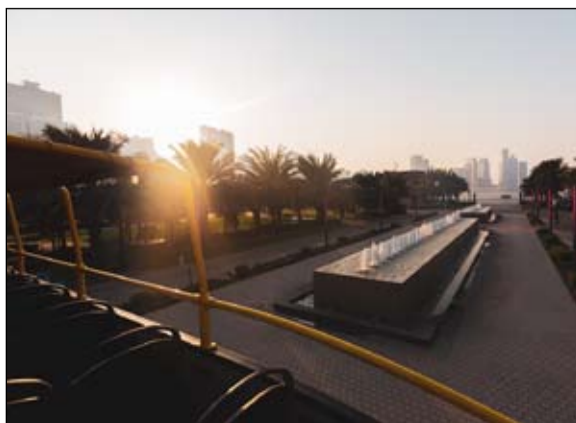
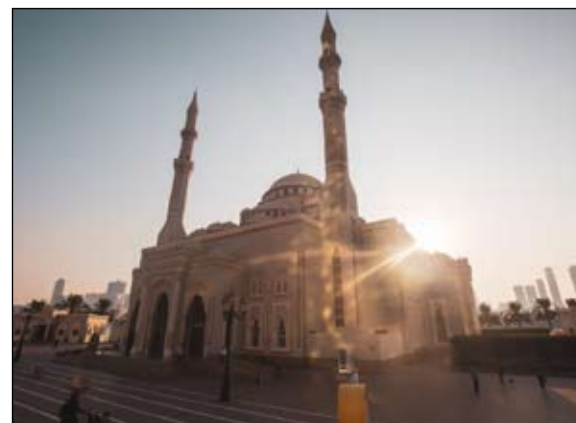
لطالما شكّل تصوير المناطق السياحية والترفيهية في إمارة

بالإشارة لحساب «جولة سياحية في الشارقة» على تطبيق استغرام من خلال استخدام هاشتاغ: citysightseeingshj@.

والتحميل المباشر في الحافلات، التي تتيح للمصورين مشاركة لقطاتهم بشكل فوري على وسائل التواصل الاجتماعي، ومشاركتها

الإمارة، وتأخذهم في رحلة شيقة بين وجهاتها ضمن مسارين مختلفين. وتوفر جولة سياحية في الشارقة خدمة السواي فاي

سياحية في الشارقة» فرصة ثمينة لعشاق التصوير لاقتناص عشرات اللقطات والحصول على صور متفردة تلخص جماليات



«العليا لحماية المستهلك» تبحث مبادرة «سلة المستهلك اليومية على أرفف منافذ البيع»

•• أبو ظبي-أم:

بحثت اللجنة العليا لحماية المستهلك مقترحاً بشأن مبادرة «سلة المستهلك» للسلع الغذائية الأساسية، والتي تهدف إلى تحديد عدد من المواد والسلع الأساسية التي يتعامل معها المستهلك بشكل يومي والسعي إلى وضع حد لزيادة تكاليف بيعها على أرفف منافذ البيع والجمعيات التعاونية.

وقال معالي سلطان بن سعيد المنصوري وزير الاقتصاد إن ضبط الأسواق والحيلولة دون أية زيادات غير مبررة لأسعار السلع الاستهلاكية يشكل أولوية على أجندة عمل اللجنة العليا لحماية المستهلك، مشيراً إلى أن اللجنة تعمل بالتعاون والشراكة مع الجهات المعنية على المستوى الاتحادي والمحلي وأيضاً مع القطاع الخاص لتبني مبادرات من شأنها حماية مصلحة المستهلك وأيضاً ضمان نزاهة التعاملات التجارية بالأسواق بما يعود بالنفع على جميع الأطراف المعنية.

وأكد المنصوري حرص اللجنة خلال اجتماعاتها على تناول كافة القضايا التي تشغل اهتمامات المستهلكين وتواكب المتغيرات التكنولوجية التي تطرأ على الأنشطة والمعاملات التجارية بالأسواق.

جاء ذلك خلال انعقاد الاجتماع الرابع للجنة العليا لحماية المستهلك لعام 2019، والذي عقد برئاسة معالي سلطان بن سعيد المنصوري وزير الاقتصاد - رئيس اللجنة، وبحضور سعادة المهندس محمد أحمد بن عبدالعزیز الشحي وكيل الوزارة للشؤون الاقتصادية، وسعادة حميد بن بطي المهيري الوكيل المساعد لقطاع الشؤون التجارية، والدكتور هاشم النعيمي مدير إدارة المنافسة وحماية



المستهلك بالوزارة، ونخبة من ممثلي الجهات الحكومية الاتحادية والمحلية من أعضاء اللجنة.

وشمل المقترح الخاص بسلة المستهلك اليومية 11 مجموعة أساسية من أهم المواد والسلع التي تستخدم بشكل يومي، وذلك لمناقشة سبل إعطاء تقصيلات لهذه السلع في منافذ البيع والجمعيات التعاونية لتحقيق مزيد من الاستقرار والتوازن في سوق السلع الاستهلاكية وتعزيز الأثر الإيجابي على المستهلكين.

وتتضمن مجموعات سلة الأغذية المقترحة، الخبز والحبوب ومنتجاتها، واللحوم والأسماك والمأكولات البحرية، والخبز والخبز والخبز، والزيوت والدهون، والفواكه، والخضروات، والسكر والحبوب والحبوب، والشاي والبن والكاكاو، والمياه المعدنية والغازية والعصائر.

وأوصت اللجنة العليا في هذا الصدد بالبدء في فتح حوار في هذا الصدد مع منافذ البيع الكبرى لتطبيقه تدريجياً

ووضمان عدم رفع الأسعار للسلع المختارة من قبل الموردين.

وإلى جانب ذلك، استعرضت اللجنة ضمن جدول أعمالها، إجراءات جديدة لتطوير عمليات الاستدعاء واسترداد السلع، والتي تتم عند ثبوت عدم مطابقة السلع للمواصفات القياسية المعتمدة، وتشمل الإجراءات الجديدة، إضافة خدمات إلكترونية لتتبع الاسترداد بعد الإعلان عنه والتأكد من إنجازها وتوثيقه، مع تطوير آليات إضافية لإعلام المستهلكين بحملات الاستدعاء، وأيضاً وضع آلية لاستقبال شكاوى المستهلكين في حال وجود عيب في السلع المباعة وذلك بالتعاون مع الجهات المختصة في الدولة خاصة هيئة المواصفات والمقاييس.

وأكد معالي المنصوري أهمية حملات الاستدعاء والتي تخدم جهود الدولة في حماية الصحة والسلامة العامة، والحد من عمليات الغش التجاري، ووضمان تعزيز جودة وتنافسية السلع بأسواق الدولة.

كما ناقشت اللجنة بنداً بخصوص أهمية وضع سياسة للشروط المنصوص عليها في بعض العقود التي تتم فيما بين التاجر والمستهلك، وذلك في ضوء تضمين بعض العقود لشروط محكمة بحق المستهلكين مع إلزامهم بالتوقيع عليها للحصول على الخدمة المطلوبة، ومن أبرزها العقود التي تتم لتنظيم حفلات الزفاف، والتي تشمل أحياناً على شروط للدفع المسبق للمبالغ المالية وعدم استرداد أية دفعات أو مبالغ مدفوعة سابقاً في حال حدوث أي اختلاف في العقد.

وأوصت اللجنة بتشكيل فريق من أعضائها لوضع معايير عامة لكثير من الجوانب التجارية، وتطوير التجارة التاجر والمستهلك لإبرام العقود دون مراجعة الجهات المختصة.

وتناولت اللجنة أيضاً الإجراءات المطلوبة للتنسيق مع كافة دوائر التنمية الاقتصادية وغيرها من الجهات المعنية لتنفيذ قرار مجلس الوزراء رقم 61 لسنة 2019 بشأن النظام الإماراتي

لمتطلبات منشأة إصلاح ومراكز خدمة المركبات، حيث كانت اللجنة العليا قد ناقشت أهمية إعداد مواصفة قياسية عن الورش في دولة الإمارات ووضع معايير لتصنيف كافة ورش الإصلاح ومراكز الخدمة للمركبات بحسب نظام الـ 5 نجوم.

وتم استصدار هذا القرار من مجلس الوزراء الموقر حول تنظيم هذه الورش إلا أنه من أثر إيجابي على المستهلكين بالدولة.

إلى جانب ذلك، استعرضت اللجنة المستجدات الخاصة بتنفيذ توصيات الاجتماعات السابقة بشأن تطبيق استخدام اللغة العربية في المنافذ والمحلات التجارية، وتطوير التجارة الإلكترونية في منافذ البيع الرئيسية وتشجيع القطاع التجاري لتفعيل أكثر التعامل مع التجارة الإلكترونية، كما تم اطلاع أعضاء اللجنة على مؤشر منظمة الأغذية والزراعة لأسعار الغذاء «فاو»، ومؤشر التضخم، وتقرير الاسترداد.

خلال استقبال القنصل العام الهندي لتعزيز دور القطاعات الصناعية والتجارية في البلدين

غرفة الشارقة تستعرض مع الهند المزايا الاستثمارية الجاذبة للإمارة

•• الشارقة-الفرج:

استعرضت غرفة تجارة وصناعة الشارقة مع جمهورية الهند، العلاقات الاقتصادية المشتركة وسبل تعزيز دور القطاعات الصناعية والتجارية والهيئات المتخصصة في ظل التعاون المشرم والبناء بين البلدين الصديقين، فضلاً عن تبادل الآراء وجهات النظر حول كيفية الاستفادة من الخبرات المتوفرة لدى كل جانب، بما يسهم في إقامة مشاريع استثمارية مشتركة.

جاء ذلك خلال اللقاء الذي انعقد مؤخرًا في مقر الغرفة، بين سعادة عبد الله سلطان العويس رئيس مجلس إدارة غرفة تجارة وصناعة الشارقة، وسعادة شري فيبول القنصل العام الهندي في دبي، بحضور سعادة محمد أحمد أمين العوضي مدير عام غرفة الشارقة، وهدية محمد المرزوقي تنفيذي مجالس الأعمال واللجان المشتركة بالفرقة، حيث بحث اللقاء عدد من المواضيع ذات العلاقة بتطوير وتقوية العلاقات الاقتصادية بين الإمارات والهند عامة ومع الشارقة على وجه الخصوص، والإطلاع على مجالات وفرص التعاون التجاري والاستثماري بين البلدين.

•• مصالح مشتركة

وأكد سعادة عبد الله سلطان العويس، أن العلاقات بين الإمارات وجمهورية الهند الصديقية، هي علاقات تاريخية قائمة على أسس راسخة من الاحترام المتبادل، والمصالح المشتركة في العديد من المجالات الاجتماعية والثقافية، ولاسيما الاقتصادية، حيث تعد الإمارات من أكبر الشركاء التجاريين للهند في منطقة



الشرق الأوسط، فيما تعد الهند الشريك التجاري الأول للإمارات، مشيراً إلى أن غرفة الشارقة تترك هذه الامتيازات التي تجمع بين البلدين الصديقين، الأمر الذي كُشف من فرص تبادل الزيارات والبيئات التجارية وتنظيم لقاءات أعمال متخصصة ساهمت في دفع عجلة التعاون الاقتصادي ومجالات الشراكة فيما بينهما إلى آفاق أرحب وأوسع.

وأشار العويس، إلى حرص غرفة الشارقة على ترسيخ العلاقات بين الشارقة والهند ودفعها نحو الأمام من خلال السعي المشترك إلى بناء مزيد من التواصل والتعاون وتنفيذ مشاريع استثمارية مشتركة بين مجتمعي الأعمال تخدم مصالح البلدين الصديقين وتقودها إلى مزيد من النمو والازدهار، معرباً عن

أمله بأن يثمر هذا اللقاء في بناء أسس للتعاون المستقبلي الجاد بين الجهتين الاقتصادية، وكذلك وضع خطة عمل لتبادل الزيارات بين الوفود التجارية، والمشاركة في الأحداث والمعارض العامة والمتخصصة التي تقام سواء في الشارقة أو في الجمهورية الهندية بما يسهم في تسليط الضوء على الفرص الاستثمارية المتاحة لزيادة معدلات التبادل التجاري وصولاً إلى شراكة تجارية مثالية على مختلف الصعد.

•• مواصلة للمساعي الجيئة

من جهته أشن سعادة شري فيبول، على حسن ومثالة العلاقات القائمة بين الهند والإمارات موعماً ومع إمارة الشارقة على وجه الخصوص، مؤكداً أن هذا اللقاء

في إطار برنامجها «قادة مستقبل الاستدامة»

«مصدر» تعلن عن الفريق الفائز بمسابقة «ايكوثون بس»

•• أبو ظبي-الفرج:

أعلنت شركة أبو ظبي لطاقة المستقبل «مصدر»، إحدى الشركات التابعة الرائدة في مجال الطاقة المتجددة، أمس عن فوز فريق «ذا إمبروفرز» بمسابقة «ايكوثون بس» التي تقام في إطار برنامجها «قادة مستقبل الاستدامة»، المدرج تحت منصة «شباب من أجل الاستدامة».

وقد أقيمت هذه المسابقة بالتعاون مع هيئة الهلال الأحمر الإماراتي، وتنافس الفرق المشاركة فيها لتطوير حلول ذات

كفاءة في استهلاك الطاقة للاستفادة منها في الخيم الإماراتي الأردني للاجئين «مرجيب الفهود» بالأردن. وقد فاز فريق «ذا إمبروفرز»، الذي يضم كل من بلال فليبي هاني وإكرام دوبا ويحيى خان، بالمسابقة عن مشروعه لتطوير نظام تدوير هواء مبتكر يعتمد على الطاقة الشمسية، بهدف تعزيز دوران الهواء ضمن كباثن الإقامة للحد من الاعتماد على أجهزة تكييف الهواء. وساعدة الفرق في جهودها البحثية، قام اثنين من أعضاء برنامج «قادة مستقبل الاستدامة» مؤخرًا



بزيارة ميدانية للمخيم بالأردن، حيث أتاحت لهما فرصة إجراء دراسة جدوى لحلول مستدامة تسهم في تحسين الظروف المعيشية لأكثر من أربعة آلاف لاجئ سوري يعيشون في المخيم.

وعلى هامش المناسبة، توجهت الدكتورة لمياء نواف فواز، المدير التنفيذي لإدارة الهوية المؤسسية والمبادرات الاستراتيجية في «مصدر»، بالتهنئة إلى كافة الفرق المشاركة في مسابقة «ايكوثون بس»، وأعربت عن إعجابها بالحلول المستدامة المقترحة لمخيم اللاجئين الإماراتي

الأردني، مؤكدة أن هذه الجهود تأتي في إطار تعزيز هدف «مصدر» الاستراتيجي المتمثل في إعداد وتمكين الشباب ليكونوا قادة الغد في مجال الاستدامة. وشهدت المسابقة مشاركة ثلاثة فرق من برنامج «قادة مستقبل الاستدامة»، ضمت طلبة من جامعات محلية ودولية. وقد قدمت هذه الفرق الحلول التي طورتها لتعزيز كفاءة استهلاك الطاقة في مخيم اللاجئين إلى لجنة تحكيم شملت هيئة الهلال الأحمر الإماراتي، ووحدة دعم الابتكار التكنولوجي، ووزارة الطاقة والصناعة وشركة ستراتيجيس، ومصدر.

وقد أشاد أعضاء لجنة التحكيم بجودة العروض التي قدمتها الفرق المشاركة، وخصوصاً الحل المستدام المقدم من فريق «ذا إمبروفرز» الذي من شأنه المساهمة في الحد من استخدام أجهزة تكييف الهواء ضمن الخيم. ويعد برنامج «قادة مستقبل الاستدامة» جزءاً من منصة «شباب من أجل الاستدامة» التي أطلقتها شركة «مصدر» بهدف المساهمة في تنفيذ وتمكين وإشراك الشباب، وركز البرنامج الممتد على مدار العام على منح الطلبة والمهنيين الشباب من الإمارات وخارجها، والذين تتراوح أعمارهم بين 20 و25 عاماً، إمكانية التواصل مع المسؤولين في القطاعين العام والخاص ورواد التكنولوجيا، وذلك لتعزيز إلمامهم بفضايا

الاستدامة، واكتساب مهارات مهنية، وإتاحة المجال أمامهم للحصول على فرص مهنية مميزة. تجدر الإشارة إلى أن شركة «مصدر» كانت قد أطلقت كل من برنامج سفراء الاستدامة، وهو مبادرة تستهدف طلبة المدارس الثانوية، وبرنامج «قادة مستقبل الاستدامة» الذي يهدف إلى دعم تحقيق أهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة من خلال تمكين وإشراك الشباب في الجهود الرامية إلى تسريع وتيرة التنمية المستدامة.

وسيمت تنظيم مركزاً تقاعلياً خاصاً بمبادرة «شباب من أجل الاستدامة» على مدار انعقاد القمة العالمية لطاقة المستقبل التي تقام في الفترة 13-16 يناير 2020، وسوف يستقطب نحو ثلاثة آلاف طالب، وسوف يضم مركز شباب من أجل الاستدامة كل من ملتقى «تبادل الابتكارات» بمجال المناخ (كليكس) الذي يمثل منصة فريدة تجمع بين الشباب ورواد الأعمال والمبتكرين والجهات الاستثمارية بهدف صياغة شراكات مؤثرة تسهم في الحد من تداعيات تغير المناخ من خلال تعزيز المعرفة والابتكار والتمويل. وتمثل القمة العالمية لطاقة المستقبل الفعالية الرئيسية على أجندة أسبوع أبو ظبي للاستدامة، الذي يعد أحد أكبر التجمعات العالمية المعنية بالاستدامة وتستضيف «مصدر» في الفترة 18-11 يناير 2020.

العقود

27



المصرف المركزي يتوقع 2% نسبة نمو الناتج المحلي الحقيقي خلال الربع الأخير من 2019

•• أبو ظبي-أم:

توقع مصرف الإمارات المركزي نمو الناتج المحلي الإجمالي الحقيقي بنسبة 2% خلال الربع الأخير من العام 2019 وهي نسبة أعلى من تلك المسجلة في الربع الثاني من العام ذاته البالغة 1.7% الأمر الذي يعد مؤشراً على التحسن الكبير الذي يشهده الاقتصاد الوطني بمختلف قطاعاته رغم حالة التباطؤ التي تسبب على الاقتصاديات العالمية.

ويُعد هذا المؤشر الإيجابي من المتوقع.. وفقاً للمصرف.. ارتفاع نسبة نمو الناتج المحلي الحقيقي الكلي إلى 2.3% خلال العام 2019 بدعم من النمو في القطاعين غير النفطي والنفطي على حد سواء.

كما يدعم هذا التحسن في مؤشرات النمو.. التوقعات بارتفاع الانفاق العام والخاص على مستوى دولة الإمارات بشكل عام بالإضافة إلى زيادة حجم الاستثمارات قبل بدء معرض اكسبو2020 والتعاي على بعض الاقتصاديات الكبرى.

وكان النمو الحقيقي المتدرج في الإمارات بحسب المصرف المركزي شهد زيادة بنسبة 1.3% على أساس سنوي في الربع الثالث من 2019 فيما وصلت نسبة النمو 2.4% خلال الربع الثاني من العام ذاته.

ويضع المصرف المركزي توقعاته لإجمالي الناتج المحلي غير النفطي باستخدام نموذج خاص ومحدد، حيث يتم تفسير النمو على أساس سنوي في إجمالي الناتج المحلي غير النفطي الربعي بالنمو المتأخر على أساس سنوي في إنفاق المالية العامة، والائتمان الربعي، وأسعار مبيعات العقارات في الإمارات، ومؤشر مديري المشتريات والتوظيف، ويقدر نمو إجمالي الناتج المحلي النفطي على أساس إنتاج الهيدروكربونات وبالأخذ بعين الاعتبار الأنشطة الأخرى التي تضفي قيمة في هذا القطاع.

يشار إلى أن مساهمة إجمالي الناتج المحلي غير النفطي تصل إلى 70% من إجمالي الناتج المحلي بحسب إحصائيات المصرف المركزي والهيئة الاتحادية للتنافسية والاحصاء.

9.3 مليار درهم تصرفات عقارات دبي امس

•• دبي-أم:

حققت التصرفات العقارية في دائرة الأراضي والأملاك في دبي امس أكثر من 9.3 مليار درهم حيث شهدت الدائرة تسجيل 141 مبيعة بقيمة 300 مليون درهم منها 20 مبيعة للأراضي بقيمة 100 مليون درهم و 121 مبيعة للشقق والفلل بقيمة 200 مليون درهم.

وجاءت أهم مبيعات الأراضي بقيمة 35 مليون درهم في منطقة البرشاء جنوب الرابعة لتليها مبيعة بقيمة 35 مليون درهم في منطقة البرشاء جنوب الخامسة لتليها مبيعة بقيمة 7 ملايين درهم في منطقة أم سقيم الأولى.

وتصدرت منطقة جبل علي الأولى المناطق من حيث عدد المبيعات إذ سجلت 3 مبيعات بقيمة 9 ملايين درهم وتلتها منطقة الثانية الخامسة بتسجيلها مبيعات بقيمة 5 ملايين درهم وثالثة في الحبيبة السادسة بتسجيلها مبيعات بقيمة 3 ملايين درهم.

وفيما يتعلق بأهم مبيعات الشقق والفلل جاءت مبيعة بقيمة 12 مليون درهم بمنطقة الجدايف كأهم المبيعات لتليها مبيعة بقيمة 10 ملايين درهم في منطقة برج خليفة وأخيراً مبيعة بقيمة 4 ملايين درهم في منطقة برج خليفة.

وتصدرت منطقة برج خليفة المناطق من حيث عدد مبيعات الشقق والفلل إذ سجلت 20 مبيعة بقيمة 55 مليون درهم وتلتها منطقة مرسى دبي بتسجيلها 17 مبيعة بقيمة 38 مليون درهم وثالثة في الوصل بتسجيلها 11 مبيعة بقيمة 11 مليون درهم.

وسجلت الرهون قيمة قدرها 9 مليارات درهم منها 16 رهن أراض بقيمة 300 مليون درهم و 226 رهن فلل وشقق بقيمة 8.7 مليار درهم و كان أهمها بمنطقة مرسى دبي بقيمة 8.6 مليار درهم وأخرى في منطقة الورقاء الأولى بقيمة 147 مليون درهم.





منوعات الفكر

30

نهيان بن زايد يشهد الأمسية الأولى من برنامج شاعر المليون



سبة من تصويت جمهور مسرح شاطئ الراحة وبلغت 33 في المائة. وتأهل بقرار أعضاء لجنة التحكيم كل من محمد راشد العويلى بنسبة 47 من 50 ومبارك بالعود العامري بنسبة 46 من 50 بينما جاءت النسبة لبقية الشعراء الذين سيخضون لتصويت الجمهور من خلال موقع وتطبيق شاعر المليون طوال أسبوع كامل.

وتم الإعلان عن الشعراء المشاركين في الأمسية الثانية التي ستقام يوم الاثنين المقبل وهم حمد المخلفي الحربي وصالح محمد العنزي وعبد الرحمن القحطاني من السعودية وصالح الرشيدى من السودان ومزيد بن جدعان الواسمي من الكويت وناصر بن خميس الغيلاني من سلطنة عمان.

الشيباني من السعودية. وكان مبارك بالعود العامري من الإمارات خامس شعراء الأمسية الأولى حاضراً بقوة ومتألقاً في قصيدته التي تعبر عن تفرغ الشاعر في حب الأوطان وتخليده بطولات جنود الإمارات والبواسل وشهداء الوطن الأبرار تلاه سادس شعراء الأمسية محمد راشد العويلى من العراق بقصيدة مؤثرة في حب العراق والعروبة.

وفي ختام الأمسية .. تم الإعلان عن نتائج تصويت جمهور مسرح شاطئ الراحة وقرار لجنة التحكيم حيث حصلت العنود فراج المطيري 11 في المائة و خالد الماجد السبيعي 13 في المائة وعبد الله الجعوري 4 في المائة وعناد الشيباني 11 في المائة ومبارك بالعود العامري 28 في المائة ونال محمد راشد العويلى أعلى

المطيري من السعودية وخالد الماجد السبيعي من الكويت وعبدالله الجعوري من الأردن وعناد الشيباني من السعودية ومبارك بالعود العامري من الإمارات ومحمد راشد العويلى من العراق.

وكانت المحطة الأولى مع العنود فراج المطيري من السعودية وقصيدتها التي نالت استحسان اللجنة مع الإضاءة بقوتها وجماليتها تلاها الشاعر خالد الماجد السبيعي من الكويت والذي رأى أعضاء اللجنة في قصيدته أسلوباً فلسفياً يعكس موقف الشاعر في الإصرار على الوصول وتحقيق الطموح ولو متأخراً.

وكان عبدالله الجعوري من الأردن ثالث متسابق الأمسية حيث أضافت لجنة التحكيم بالمستوى الشعري الرفيع لنصه تلاه عناد

حلقا يشارك في كل منها أيضا ستة شعراء ليتأهل في نهايتها 12 شاعراً. وتتضمن المرحلة الثالثة أمسيتين يتأهل في نهايتها 6 شعراء والمرحلة الرابعة والخامسة تشهد الأمسيات النصف نهائية والنهائية حيث يمنح البرنامج جوائز ومكافآت قيمة للشعراء الستة الفائزين بالمراتب الأولى تصل إلى 15 مليون درهم.

ويحصل الفائز بالمرکز الأول على لقب شاعر المليون إضافة إلى بيرق الشعر و5 ملايين درهم بينما يحصل الفائز بالمرکز الثاني على 4 ملايين درهم والثالث على 3 ملايين درهم والرابع على مليوني درهم والخامس على مليون درهم والسادس على 600 ألف درهم. وشارك في الأمسية الأولى الشعراء العنود فراج

يمثل أضخم مسابقة في الشعر النبطي وتنظمه لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية بأبوظبي - لوحات فنية من الفلكلور الإماراتي قدمتها فرقة جمعية أبوظبي للفنون الشعبية وصممها الفنان فايز السعيد.

عقب ذلك .. تم عرض فيلم تسجيلي تناول دور المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان - طيب الله ثراه - في تأسيس الدولة وترسيخ قيم التسامح والتعايش وقبول الآخر. وجرى استعراض آلية توزيع أمسيات البرنامج الذي يشارك فيه 48 شاعراً على مرأهله الخمس وتتضمن المرحلة الأولى ثمان أمسيات يشارك في كل منها ستة شعراء يتأهل منهم ثلاثة شعراء بقرار اللجنة وتصويت الجمهور وصولاً إلى المرحلة الثانية والتي تتضمن أربع

شهد سمو الشيخ نهيان بن زايد آل نهيان رئيس مجلس أمناء مؤسسة زايد بن سلطان آل نهيان للأعمال الخيرية والإنسانية الأمسية الأولى المباشرة من برنامج شاعر المليون في موسمه التاسع والتي أقيمت مساء أمس الأول على مسرح شاطئ الراحة في أبوظبي.

حضر الأمسية الشيخ محمد بن سلطان بن حمدان آل نهيان ومعالى اللواء فارس خلف المزروعى القائد العام لشرطة أبوظبي رئيس لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية - أبوظبي وعيسى المزروعى نائب رئيس لجنة إدارة المهرجانات وسعادة الدكتور على بن تميم رئيس مجلس إدارة هيئة أبوظبي للغة العربية. وشهدت الحلقة الأولى من البرنامج - الذي



”مشكاة الحروف“ في ندوة الثقافة والعلوم



وعن الأعمال الفنية المشاركة أشار الفنان خليفة الشبيبي إلى لوحته ابتهاجات وهي مناجاة حروفياتها عبارة عن مهممات يبتهل بها الداعي مناجاة لربه وغلب على لوحته اللون الأزرق ليعكس الحالة الإنسانية والروحانية واتساع الأفق عن المناجاة ومزج بين درجات اللون الأزرق حتى يوضح حالة التباين والانسجام التي يكون فيها الداعي.

وأضاف عمران البلوشي - خطاط إماراتي - أنه شارك بـ 3 أعمال : إعلان بالخط الكوفي الصحفي أحدهما محاكاة للمصاحف المكتوبة في القرنين الثالث والرابع هجري، والآخر تجديد للخط الكوفي الصحفي وإخراجه بحلة جديدة، بالإضافة لعمل بخط الثلث وهو الحديث الشريف ” ما كان الرفق في شيء إلا زانه“ وهو مزيج من اللونين الأسود والأصفر.

وقد عبر الحضور عن إعجابهم بالأعمال الفنية والتي تميزت بتنوع الخطوط وروعيتها.

الكلمة والخط وروعتها، وأكد اهتمام الندوة بتبني المواضيع من خلال إقامة المعارض وعقد الندوات والمحاضرات التي تثقل الإبداع.

وأكد خالد الجلاف أن المعرض لأعضاء جمعية الإمارات لفن الخط والزخرفة بالتعاون مع ندوة الثقافة والعلوم ودعم معالي محمد المر لحرصهم على إبراز قدرات أعضاء الجمعية من الخطاطين والمدرسين، وخطاطي برنامج كتاتيب من المواطنين والوافدين والمبدعين العرب، من خلال دعمهم للحركة الفنية بإقامة المعارض والمسابقات واقتناء الأعمال والدفع لتحقيق مزيد من التطور والإبداع.

وأضاف الجلاف أن معرض ”مشكاة الحروف“ هو إضاءة ونور للحرف العربي، وأن ما حققته الإمارات في مجال فن الخط والزخرفة يمثل نقلة نوعية وتطور مشهود في هذا المجال، حتى أن الخطاط الإماراتي أصبح مشاركاً ومتواجداً في كثير من المعارض العربية والعالمية، وله حضور مشهود في أروقة الفن والإبداع.

•• دبي - د.محمود علياء

افتتح معالي محمد المر رئيس مجلس أمناء مكتبة محمد بن راشد معرض الخط ”مشكاة الحروف“ والذي نظمته ندوة الثقافة والعلوم بالتعاون مع جمعية الإمارات لفن الخط والزخرفة، وحضر الافتتاح بلال البدور رئيس مجلس الإدارة وخالد الجلاف رئيس جمعية الإمارات لفن الخط العربي، ونائب رئيس تحرير مجلة حروف عربية، وأعضاء مجلس إدارة الندوة وأعضاء جمعية الخط والزخرفة ونخبة من الحضور.

وأشاد معالي محمد المر بتميز اللوحات وتنوع الخطوط والزخرفة، وحضور الخطاط الإماراتي ورشاقته قلمه وريشته وحدائه الأفكار المعروضة.

وأشار بلال البدور إلى أن هذا المعرض يأتي ضمن احتفاء الندوة باللغة العربية والتي يعتبر الخط العربي مبدأها ومنتهىها، فالحرف أصل



منوعات

النساء

31



نبيلي كريم تبدأ تحضيرات (النصابين)

بدأت النجمة نبيلي كريم تحضيرات مسلسلها الرمضاني المقبل، (النصابين) للمنتج جمال العدل، وبدأ الأخير عقد جلسات العمل مع المؤلف عمرو الدالي، استعدادا لانطلاق التصوير بعد معاينة الديكورات وترشيح الأبطال الذين يشاركون في بطولة العمل إلى جانب أسر ياسين. مسلسل (النصابين) كان من المفترض تقديمه في رمضان الماضي، إلا أن ضيق الوقت حال دون تنفيذها، حيث صور فريق العمل 4 أيام فقط قبل أن يتوقف، من بطولة نبيلي كريم، أسر ياسين، محمد عادل، وآخرون، وتأليف أحمد وائل وعمرو الدالي، وإخراج أحمد مدحت. وأعلن المنتج العدل عودة استكمال تصويره الأيام الماضية، بعدما تم الإعلان عن التعاقد مع المتحدة للخدمات الإعلامية.



هند صبري: دفاعي عن حقوق المرأة رد فعل طبيعي لما تتعرض له من ظلم

قالت النجمة السينمائية التونسية هند صبري إنها أصبحت أكثر التزاما بقضية المرأة، موضحة في تصريحات إعلامية، أثناء مهرجان مراكش الدولي للفيلم، أن لديها رغبة أكبر في التطرق إلى قضايا ملتزمة.



(جريدة) • لماذا دعمت حملة (#أنا_أضاح) (أنا أيضا) على غرار (مي تو) لفضح التحرش ضد النساء في تونس؟
- حان الوقت للتحرر الألسن، وقد تحررت في تونس، لكنها ما زالت أقل تحرا في مصر، ومما يجعل ذلك صعبا أن فضح مسألة التحرش ضد النساء غالبا ما يكون من طرف امرأة منفردة، وغالبا ما يتسبب في تهجمات عنيفة عليها، تجعلها تفضل الصمت، وننسى الجلاذ ونهاجم الضحية بادعاء (أنها المخجلة)، وهذا أمر مؤلم جدا بالنسبة للضحايا.
• لماذا توقفت عن تصوير مشاهد تعتبر

الرجال لأجل الرجال. منذ 25 سنة، وأشعر اليوم وأنا في سن الأربعين بأن لدي رغبة أكبر في التطرق إلى قضايا ملتزمة، وأفتخر بأنني امرأة وبأنني تونسية، نظرا لرصيد النساء التونسيات في الدفاع عن الحرية وحقوق المرأة. • تؤيد دور (نورة)، وهي امرأة متزوجة تقيم علاقة مع شخص آخر في فيلم (نورة ريف)، للمخرجة هند بوجمعة. لماذا قبلت بتأدية هذا الدور؟
- تشيرني الأفلام التي لا تصدر أحكاما على الشخصيات النسائية، حتى لو كانت تعيش أوضاعا تعتبر صادمة في مجتمعات أبوية، وعادة ما تكون المرأة في السينما العربية (خطيئة فلان) أو (زوجه) أو (ضحيته)، وقليل ما يتاح لي المجال لأعبر عما تفكر فيه النساء بالبلدان المغاربية والعربية عموما.

• هل تعتبرين نفسك ممثلة مدافعة عن قضايا المرأة؟
- أدافع عن قضايا المرأة أكثر فأكثر دون أن أكون مناضلة بالضرورة، فالدفاع عن حقوق المرأة رد فعل طبيعي إزاء الظلم الذي تعانيه النساء كل يوم في العالم العربي، وفي سائر أنحاء العالم. وأنا أمارس مهنة التمثيل

• هل خطر مهنتي عليك؟
- بالنظر إلى أنني أحظى بشهرة من خلال الأعمال التي أشارك فيها بالقاهرة، من الوارد أن يشكل هذا الدور خطرا على مشاريعي المستقبلية، فقد ترى فئة كبيرة من المجتمع أن شخصية نورة هي شخصية امرأة فاسقة لا تستحق أن تجسد في فيلم سينمائي.
• ما رؤيتك كممثلة؟
- أرى أن العالم العربي يحتاج إلى الحقيقة في كل الميادين، والتعبير عن الحقيقة قد يكون من خلال السينما وعبر الشخصيات التي نجسدها، والآن نحن نحاكم بعضنا البعض طوال الوقت، دون تفهم أو تسامح وهذا يعبر عن خوف من الآخر، خوف يؤدي إلى العنف، إنها حلقة مفرغة وأجد أن العالم عموما يعاني طغيان الذكورية بشكل كبير سواء في المشرق أو المغرب، كأنه عالم يصنعه



محمد رياض يعود للدراما الصعيدية

يعود النجم محمد رياض إلى الدراما الصعيدية من خلال مسلسل (رحيل وزهرة)، بعد غياب نحو 21 سنة منذ أن قدم شخصية فارس العزرايبي في مسلسل (الضوء الشارد)، مع الفنان الراحل ممدوح عبدالعليم وسميحة أيوب ويوسف شعبان ومنى زكي ورائيا فريد شوقي. وقال رياض إنه يراهن على مسلسل (رحيل وزهرة) بقوة، والذي يقدمه بشكل مختلف وشخصية صعيدية جديدة عليه عما قدمه من 21 عاما، ويعتبرها خطوة مهمة في مشواره الفني، مضيفا أنه انتهى من تصوير عدد من المشاهد التي سمعته بعدد من أبطال العمل بمنطقة دهشور، ومن المقرر طرح العمل خارج السباق الرمضاني. (رحيل زهرة)، عمل صعيدى من 45 حلقة، يمزج بين الخيال والأسطورة، من إخراج حسني صالح، وبطولة النجوم محمد رياض ومحمود عبدالمغني وحسان مطاوع وممنة فضالي، وآخرين.

أحمد صلاح حسني يبدأ تصوير (ختم النمر)

انطلق مؤخرا تصوير أول مشاهد مسلسل "ختم النمر" الذي يلعب بطولته النجم أحمد صلاح حسني، من إنتاج "سينرجي"، حيث تجمع المشاهد الأولى بين حسني وعفاف شعيب وإسلام جمال في الديكور الأول للعمل، وذلك بمدينة 6 أكتوبر. وتجري حاليا شركة "سينرجي" إبرام باقي التعاقدات، بعدما تعاقدت مع كل من الفنانة عفاف شعيب، وجميل برسوم، وإسلام جمال، وميرهان حسين، ومجموعة من الشباب، ومن المقرر أن يعرض المسلسل في يناير المقبل وقيل السباق الدرامي في رمضان المقبل. مسلسل "ختم النمر" يعد البطولة الأولى لأحمد صلاح حسني في الدراما التلفزيونية، بعدما قدم العديد من الأعمال الناجحة الفترة الماضية، آخرها مسلسل "حكايتي" مع الفنانة ياسمين صبري العام الماضي، ويشارك في بطولة "ختم النمر" عفاف شعيب، وإسلام جمال، وجميل برسوم، وميرهان حسين، وهو من تأليف محمد عبدالمعطي، وإخراج أحمد سمير فرج، وإنتاج "سينرجي".



الفكر

الثوم يعزز صحة الأمعاء ويساعدك على العيش لفترة أطول



على إبطاء آثار بعض الأمراض، وقد يخفف من خطر الموت المبكر وبالتالي فإنه يساعد على العيش أطول قدر ممكن. ويساعد الثوم أيضاً على تعزيز المناعة تماماً مثل المضادات الحيوية، كونه يحفز الدفاعات الصحية على إطلاق مواد كيميائية تنشط الجهاز المناعي للتعامل مع الغزاة الأجانب في الجسم والقضاء عليهم.

مشروبات الزبادي التي تحتوي على البكتيريا الجيدة على السكان الأوروبيين. وأجريت الدراسة من قبل الباحثين في جامعة أمستردام، وقال البروفيسور إريك كلاسن، إن النظام الغذائي الذي يحتوي على نسبة عالية من الخضار ومنخفض السكر هو الأفضل لبكتيريا الأمعاء الجيدة.

تشير دراسة جديدة إلى أن تناول الثوم يمكن أن يكون مفتاحاً لتعزيز صحة الأمعاء والعيش حياة مديدة، بفضل احتوائه على كميات هائلة من الألياف الطبيعية التي تعزز "البكتيريا الجيدة". وهذه الميزة تساعد على مواجهة البكتيريا الضارة في الأمعاء، والتي من المعروف أنها تسهم في الكثير من الأمراض مثل السرطان والخرف والسمنة وبعض الأمراض العقلية.

قرأت لك

الكوي



فاكهة غنية جداً بفيتامين C حيث تحتوي الثمرة الواحدة على نسبة عالية منه تتراوح ما بين 200 إلى 300 ملغم لكل مائة غرام أي حوالي وزن ثمرتين متوسطتي الحجم.

فوائدها:

- تؤمن وحدات حرارية قليلة للجسم، فالثمرة الواحدة تعطي الجسم حوالي 20 سعرة حرارية نظراً إلى أنها تحتوي على نسبة عالية من الألياف.
- مفيدة جداً للنظم الغذائية الخاصة بعمليات انقاص الوزن لأنها تساعد على الشعور بالشبع والامتلاء.
- ينصح بتناول الكوي للمساعدة على مقاومة التهابات الأنسجة والتخلص من حالات الرشح الشديد.
- تساعد في عمليات الهضم وفي تطهير وتخفيض معدل الكوليسترول في الدم.

سؤال جواب

- متى توفي أبو بكر الصديق؟
- عام 13 للهجرة
- كم كان عدد المسلمين في معركة اليرموك؟
- 13 ألف مقاتل
- متى توفيت أم المؤمنين عائشة؟
- عام 57 للهجرة
- من هو قائد معركة ذات السلاسل؟
- عمرو بن العاص
- من هو مؤسس الدولة الأموية؟
- معاوية بن أبي سفيان
- من هو الذي طعن علي بن أبي طالب؟
- عبد الرحمن بن ملجم



امرأة تلتقط صورة فوتوغرافية خلال حضورها احتفالات أعياد الميلاد في بانكوك. (رويترز)

6 أعشاب تتحكم في ارتفاع ضغط الدم والسكري

بعد مرض السكري وارتفاع ضغط الدم من أكثر الأمراض شيوعاً، يمكن أن تؤدي كلتا الحالتين، إن لم تتم معالجتهما على الفور، إلى مشكلات صحية كبيرة أخرى مثل السكتة الدماغية وضعف البصر والنوبة القلبية وتلف الكلى وفشل القلب الاحتقاني والخرف الوعائي وأمراض الأوعية الدموية الطرفية وغيرها، في هذا التقرير نتعرف على مجموعة من الأعشاب التي تتحكم في ارتفاع ضغط الدم والسكري، وفقاً لموقع تايمز أوف إنديا.

- الريحان :

يساعد في خفض ضغط الدم، حيث يحتوي على الأوجينول الكيماوي الذي يحارب المواد التي تشد الأوعية الدموية وبالتالي يساعد في تقليل ضغط الدم.

- الثوم :

مع بداية فصل الشتاء، يزداد استهلاك الثوم تلقائياً، لا تعطي هذه العشبة نكهة طعامك فحسب، بل لها أيضاً العديد من الفوائد الصحية، لديه القدرة على خفض ضغط الدم عن طريق زيادة أكسيد النيتريك في الجسم. ويساعد الثوم الأوعية على الاسترخاء والتمدد، مما يقلل من ضغط الدم ويسمح للدم بالتدفق بحرية.

- القرفة :

تعتبر القرفة من التوابل شائعة الاستخدام، حيث إنها مفيدة للغاية في خفض ضغط الدم، ووجدت دراسة أجريت على الفوارض أن مستخلص القرفة يخفض من ظهوره الفاجح وارتفاع ضغط الدم لفترة طويلة.

- الكركم :

يحتوي الكركم على مركب يعرف باسم الكركمين، والذي أظهر أنه يتحكم في مستويات السكر في الدم ويمنع ظهور مرض السكري، في دراسة استمرت 9 أشهر، على 240 مشاركاً ممن لديهم مرض ما قبل السكري على تناول كبسولات الكركمين يومياً.

- الحلبة :

الحلبة مفيدة لمرض السكري وقد ثبت ذلك من خلال كل من الدراسات الحيوانية والبشرية. في دراسة أجريت على 25 شخصاً مصابون بداء السكري من النوع الثاني، ووجدت أن بذور الحلبة لها تأثير رائع في التحكم في مستويات السكر في الدم. ووجدت دراسة أخرى أجريت في عام 2015 ، ونشرت في المجلة الدولية لأبحاث الفيتامينات والتغذية، أن تناول 10 جرامات من بذور الحلبة المنقوعة في الماء يمكن أن يساعد في السيطرة على داء السكري من النوع الثاني.

- الزنجبيل:

الزنجبيل يساعد على تحسين الهضم وخفض مستويات السكر في الدم. مستخلص الزنجبيل، كما أن له تأثير مضاد لمرض السكر، يمكن أن تساعد في خفض الكوليسترول الكلي في الدم، الدهون الثلاثية وزيادة مستويات الكوليسترول الجيد (HDL)، غالباً ما يسبب مرض السكري الارتجاع الحمضي، ويساعد الزنجبيل على تلطيف الجهاز الهضمي بأكمله.

هل تعلم؟

- هل تعلم لماذا يقول لك طبيب العيون إذا كان نظرك قوياً إن نظرك 6 على 6 بالذات ولماذا لا يقول إن نظرك 10 على عشرة أو 100 على 100، والسبب في ذلك أن العين الصحيحة هي التي ترى بوضوح الأرقام والإشارات المستعملة لخصص قوة العين من على بعد ستة أمتار فالرقم 6 في البسط يمثل قوة العين فيمتلا 4 على 6 يعني أن ما يراه الصحيح من بعد 6 أمتار تراه أنت على بعد 4 أمتار وهكذا.
- ماهايا جزيرة صغيرة تقع بالقرب من زنجبار في شرق إفريقيا يبلغ عدد سكانها (6) الآ ف نسمة غرب ما في هذه الجزيرة الهادئة هو عدم وجود رجال شرطة ، ولا حتى سجن صغير.
- دموع التماسيح التي يضرب بها المثل هي في الحقيقة ليست دموعاً، حيث أن عيون التماسيح ليس بها غدد دمعية كالأسماك، وأن ما نراه على عيونها ونظننه دموعاً ما قلب الريبان في راسه.
- (الصندوق الأسود) والذي كثيراً ما نسمع عن بدء البحث عنه عقب الإعلان عن وقوع كارثة جوية لإحدى الطائرات لمعرفة أسباب الحادث، هذا الصندوق الأسود ليس أسود اللون كما يظن البعض، ولكن لونه برتقالي حتى يسهل العثور عليه وسط حطام الطائرة أو في أعماق المحيطات، والسبب في تسميته بالصندوق الأسود يرجع لارتباطه دائماً بالكوارث والمصائب الجوية.

قصة المرأة الطيبة

كانت المرأة تجلس في دارها وقد انحنت ظهرها من كثرة العمل الشاق الذي تقوم به كل يوم لأطعام صغارها وهم كانت تتمنى ان يكون فيهم من يستطيع مساعدتها لكن للأسف ثلاثتهم صغار.. مر عليها رجل غليظ القلب وقال لها بغضب: ما زلت تصرين على ان تحتفظي بهذا البيت.. بيعه لي وكلي بثمنه.

وقال له: وما فائدة الطعام بدون بيت بأوينا وسقف يحميها الله.. مالك بيتي تركني لحالي.

فقال: حسناً، لن نحملك احد مني ولن تجدي عملاً منذ الغد في أي بيت، وفكري جيداً في ان تتركي القرية قبل ان تموتى وصغارك من الجوع.

جاء الغد والجميع في خوف من فتح ابوابهم لأم مسعد لتعمل وترتقز، فعادت إلى بيتها الصغير تبكي، وعند الظهيرة كان الناس في ذهاب وإياب ينظرون إلى بيتها في حزن، فهم يخافون مساعدتها فيغضب عليهم عمدتهم، ووقفوا يتهايمسون حين جاءت حدة كبيرة تحمل بين محالها ديك كبير يرفرف بشدة حيث أفتت به فوق بيت ام مسعد، فالتقطت ام مسعد الديك وقالت: رزقاً من الله.

وتعالى الهمس وسط الدهشة الكبيرة حين قال الناس: الحدة أفتت بالديك لأم مسعد، هذا شئ فوق الوصف، انها امرأة في حراسة الله يا لها من بركة.

غضب العمدة لما حدث وقال: صدفة وحدثت.

يوم اخر مر ولم تجد عملاً لتعود حزينة.. ولم يمر وقت حتى مرت سيارة يقرب بيتها وانفلت المقود من السائق وادى ذلك إلى تساقط بعض الأقفاص من السيارة، فوقف صغار ام مسعد يساعدون السائق في ترتيب سياراته مرة أخرى، فمضحك بعض من الخضر والفاكهة جزاء مساعدتهم، فشكرته ام مسعد وقالت: حمدله رزقاً من الله. وكثر الحديث مرة اخرى انها امرأة يحميها الله. جاء اليوم الثالث ولم تجد عملاً فخرجت إلى الطريق العام حيث المحطة الكبيرة ربما تعمل في حمل الأمتعة من وإلى القطار ولم تجد من يناديها فهي امرأة ، واثنا خروجها من المحطة حزينة ادبها تجد حقيبة صغيرة حشرت بين الكراسي، ومدت يدها لتذهب بالحقيبة إلى كشك الشرطة وتسلمها، فوجدت امرأة اثيقة تبكي حقيبتها الضائعة، ولم تمض لحظات حتى كانت ام مسعد تقبض مبلغ كبير من المال مكافأة لها، بعد ذلك اليوم خاف العمدة من الاقتراب منها فقد كان الناس يقولون انها امرأة كلها بركة ومن يؤذيها ستصيبه العنات فتركها وحالها، اما مال المكافأة فقد اشترت به ما يتبعه لرواد المحطة الكبيرة وهي الان لا تحتاج للعمل في خدمة سكان القرية.

