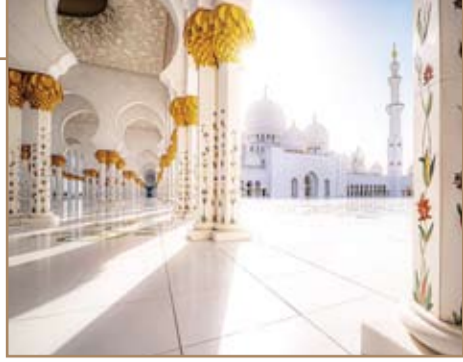


مركز جامع الشيخ زايد الكبير يحتفي بيوم المرأة الإماراتية



زينة مكي: دوري في شتي يا بيروت) جريء جداً



أربعة تغييرات بسيطة في نمط الحياة يمكنها المساعدة في داء مرض الزهايمر

دلنا تضاعف احتمال دخول المستشفى

كشفت دراسة بريطانية أمس السبت أن احتمال دخول المصابين بالمتحورة دلنا إلى المستشفى أكبر بمرتين من إمكانية حدوث ذلك لدى المصابين بالمتحورة ألفا. وأكدت أن بريسانيس المؤلفة المشاركة في الدراسة "يظهر بحثنا أنه لو لم يكن لدينا لقاحات، فإن الوباء بسبب المتحورة دلنا سيعرض ضغطاً على النظام الصحي أكبر مما لو كان ناتجاً عن المتحورة ألفا". ومن المعروف أن المتحورة دلنا التي رصدت للمرة الأولى في الهند، أكثر قابلية للانتقال بحوالي ما بين 40 في المئة إلى 60 في المئة من المتحورة ألفا التي ظهرت في المملكة المتحدة نهاية العام 2020.

لكن ما زال هناك القليل من المعلومات حول شدتها، رغم أن البيانات الأولية في اسكتلندا وسنغافورة تشير إلى ارتفاع احتمال الاستشفاء والإصابة بأشكال حادة من كوفيد مع هذه المتحورة.

الهند تلحق 10 ملايين في يوم واحد

لحقت الهند عشرة ملايين شخص ضد كوفيد-19. في يوم واحد، وهو عدد قياسي، كما أعلنت أمس السبت سلطات هذا البلد الآسيوي العملاق الذي يعالج مواجهة موجة جديدة من الوباء.

وأشاد رئيس الوزراء ناريندرا مودي بـ "إنجاز الشهود" الذي حققته الجمعة الهند التي ثاني أكبر دولة في العالم في عدد السكان الذي يبلغ 1.3 مليار نسمة، وكتب على تويتر "أقدم تهاني لمن تلقوا اللقاح ولن ساهموا في إنجاح حملة التحصين هذه".

وتأمل الحكومة الهندية التي



الفضل الحلو.. ثمرة عالمية محبوبة فما هي فوائدها؟

هذا النظام في تقليل الالتهابات المزمنة بالجسم.

ما هو النظام الغذائي المضاد للالتهابات؟

إنه ليس مجرد حمية غذائية لمدة معينة وإنما هو أقرب إلى نمط حياة إرشادي، حسبما تقول الطبيبة ماري ريكير من جامعة أريزونا. ويركز النظام الغذائي المضاد للالتهابات على الأطعمة المتكاملة غير المصنعة، ويسمح بتناول العديد من الأطعمة الغنية بالعناصر الغذائية مثل سمك السلمون والتوت والمكسرات. الأطعمة التي ينصح بتناولها

الأسماك الدهنية: مثل السلمون والسردين والماكريل، فأحماض أوميغا 3 الدهنية في هذه الأطعمة تحتوي على خصائص مضادة للالتهابات وهي ضرورية لموازنة أوميغا 6، والتي يمكن أن تسبب الالتهاب.

زيت الزيتون البكر: يحتوي زيت الزيتون البكر على مركب خاص يسمى الأوليوكوتانال الذي له تأثيرات مضادة للالتهابات مشابهة لمادة الإيبوبروفين. وكذلك كرنب بروكسل والبروكلي والفضل الحلو والفاكهة مثل الكيوي والبرتقال.

المكسرات: فقد وجد الباحثون أن العناصر الغذائية الموجودة في المكسرات، مثل أحماض أوميغا 3 الدهنية ومضادات الأكسدة والمغنيسيوم، يمكن أن تساعد في تقليل الالتهاب، بحسب ما أفاد موقع "بيزنس إنسايدر".

التوت: وخاصة التوت الأزرق والتوت البري والتوت الأسود والتوت الأحمر والفراولة. فقد وجدت دراسة نشرت في المجلة الدولية للعلوم الجزيئية أن التوت يحتوي على مركبات تقي من الالتهابات وأمراض القلب وتساعد في تقليل مخاطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان.

فوائد الفلفل الحلو

يحتوي الفلفل على كميات كبيرة من الكالسيوم والكالسيوم والزنك والمغنيسيوم. وهو مليء بالفيتامينات الضرورية، كفيتامين "ي" وفيتامين "بي" وفيتامين "سي". كما يحتوي الفلفل الأحمر على كميات أكبر من فيتامين "سي" من الأنواع الأخرى من الفلفل، وتصل نسبة فيتامين "سي" في 100 غرام من الفلفل الأحمر إلى 400 ملليغرام وهو بذلك أكثر مادة غذائية في الطبيعة غنية بفيتامين "سي"، ما يجعله مادة غذائية مثالية للقضاء على السموم، وترطيب الالتهابات ببعض الأمراض الفتاكة مثل بعض أنواع السرطان ومرض الزهايمر. وغالبًا ما يتم علاج الالتهابات المزمنة بالستيرويدات أو الأدوية المضادة للالتهابات مثل الإيبوبروفين أو المكملات الغذائية.

خطورة الالتهابات المزمنة

تقول الطبيبة ماري ريكير من جامعة أريزونا إن "الالتهابات ليست دائماً أمراً سيئاً فحسباً، يستخدم الالتهاب كإشارة على التعالٍ، ويمكن ملاحظة ذلك مثلاً عندما يحدث احمرار وتورم للوجح الملتهب. ومع ذلك إذا كان الالتهاب مزمنًا، فقد يؤدي إلى أمراض خطيرة مثل السرطان وأمراض القلب والسكري والربو. وهذا هو الوقت الذي يكون فيه اتباع نظام غذائي مضاد للالتهابات أمراً ذا أهمية حيث من المفترض أن يساهم

غيرنظامك الغذائي لتقليل المخاطر

تسبب الالتهابات المزمنة أمراضاً خطيرة كالسرطان والسكري والزهايمر. وهناك ما يعرف بالنظام الغذائي المضاد للالتهابات، أظهرت دراسات مختلفة أنه يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب والسرطان. فما هو هذا النظام الغذائي؟ توصي العلم بشكل أكثر وضوحاً إلى مدى خطورة الالتهابات على الجسم، وترتبط الالتهابات ببعض الأمراض الفتاكة مثل بعض أنواع السرطان ومرض الزهايمر. وغالبًا ما يتم علاج الالتهابات المزمنة بالستيرويدات أو الأدوية المضادة للالتهابات مثل الإيبوبروفين أو المكملات الغذائية.

استخدامات الفلفل في الطب

السكان الأصليون الأمريكي هم أول من عرف فوائد الفلفل في الطب. ويحتوي على مركبات الفلافونويد والإصابات وتوقف الالتهابات، ويستخدم الفلفل الحلو أيضاً في الطب الحديث في علاج آلام الرأس وللوقاية من أمراض القلب. ونصح موقع "فيت فور فون" الألماني الإكثار بتناول الفلفل طازجاً للاستفادة من فوائدها



الأسبرين يمكن استخدامه لعلاج سرطان الثدي

يعتقد الباحثون أن إعطاء الأسبرين للمريضات اللواتي يعانين من شكل عدواني من سرطان الثدي يمكن أن يعزز فرص بقائهن على قيد الحياة.

ويأمل الباحثون أن ينقذ مسكن الألم الرخيص والمتوفر على نطاق واسع العديد من الأرواح، عندما يقترن بالعلاج القياسي لسرطان الثدي، وهي أول دراسة سريرية تختبر ما إذا كان الأسبرين يمكن أن يجعل الأورام أكثر حساسية لأدوية العلاج المناعي في سرطان الثدي السلبلي الثلاثي.

ووجدت مراجعة سابقة لـ 118 دراسة تغطي 18 نوعاً مختلفاً من السرطان، أن المرضى الذين يتناولون الأسبرين لأسباب صحية أخرى كانوا أكثر أملاً بنسبة 20 في المائة للبقاء على قيد الحياة. ووجدت التجارب المعملية أيضاً أن الجمع بين العلاج المناعي والأسبرين يساعد على التحكم في نمو الورم في الفئران بشكل أكثر نجاحاً من العلاج المناعي وحده، وستقوم الدكتور أن آرسترونج من مؤسسة Christie NHS Foundation في مانشستر بتجربة عقار أفيووماب للعلاج المناعي مع الأسبرين وبدونه، قبل أن يخضع المرضى للجراحة والعلاج الكيميائي.

إحصاء أول لـ 211 إيفوانا زهرية في غالاباغوس

أجرت بعثة علمية في غالاباغوس في الإكوادور أول إحصاء لحيوانات الإيفوانا الزهرية التي يقتصر انتشارها على محيط 25 متراً مربعاً من الأرخبيل ولم يتطرق العلماء إلى حالتها سوى في 2009، وفق ما أعلن متنزّه غالاباغوس الوطني (جي ان بي).

وشارك نحو ثلاثين عالماً وعصراً من حرس المتنزّه في هذه المهمة التي أجريت في آب/أغسطس واستمرت حوالي عشرة أيام في محيط بركان وولف، في شمال جزيرة إيزابيل (كبرى جزر الأرزخيل). وسمحت هذه العملية بـ تقدير عدد هذه الحيوانات بـ 211 إيفوانا زهرية، بحسب ما جاء في بيان المتنزّه. ويقتصر انتشار الإيفوانا الزهرية على محيط 25 كيلومتراً مربعاً ما يجعلها في وضع هش وهي تعدّ معرضة للخطر بشدة بمقتضى تصنيف الاتحاد الدولي للطبيعة، على ما قال واشنطنون تايبا المسؤول في منظمة "غالاباغوس كونسرفنسي" الأميركية التي نظمت هذه المهمة مع متنزّه غالاباغوس الوطني.

دواء شهير لمحاربة إصابات كورونا الشديدة

توصلت دراسة جديدة إلى أن عقاراً يخفض نسبة الكوليسترول قد يساعد في محاربة إصابات كورونا الشديدة. وحسب ما ذكرت وكالة "يونايتد برس إنترناشيونال"، فإن باحثين في الجامعة العبرية في القدس لاحظوا أن "كوفيد-19" يسبب تراكمًا كبيرًا للكوليسترول، مما يؤدي إلى التهاب الخلايا. ووجد الباحثون، خلال تجاربهم المعملية، أن عقار "فينوفيبرات" الخافض للكوليسترول، والذي يتم تسويقه باسم TriCor، قلل بشكل فعال من الأضرار التي لحقت بخلايا الرئة وأوقف انتشار فيروس كورونا. وأوضحت "يونايتد برس إنترناشيونال" أن الدراسة استهدفت 15 مريضاً فقط، مما يعني أنها ما تزال في الحاجة إلى توسيع نطاق التجارب لتأكيد النتائج. وقال آلان ريتشاردسون، المتخصص في علم العقاقير في جامعة كيبي في ستافوردشاير بإنجلترا، إن النتائج تظهر أن "الفيوفيبيرات يمكن أن يقلل من فرصة دخول المريض إلى المستشفى، ويمكن أن يقلل كذلك المدة الزمنية التي يقضيها في المستشفى، ويقلل من حاجته للأوكسجين، وقد يقلل أيضاً من خطر الموت". وتابع: "أنا متفائل بحذر، على اعتبار أن الدراسة استهدفت عدداً صغيراً جداً من المرضى، لذلك أنا حذر".

# منوعات الفكر



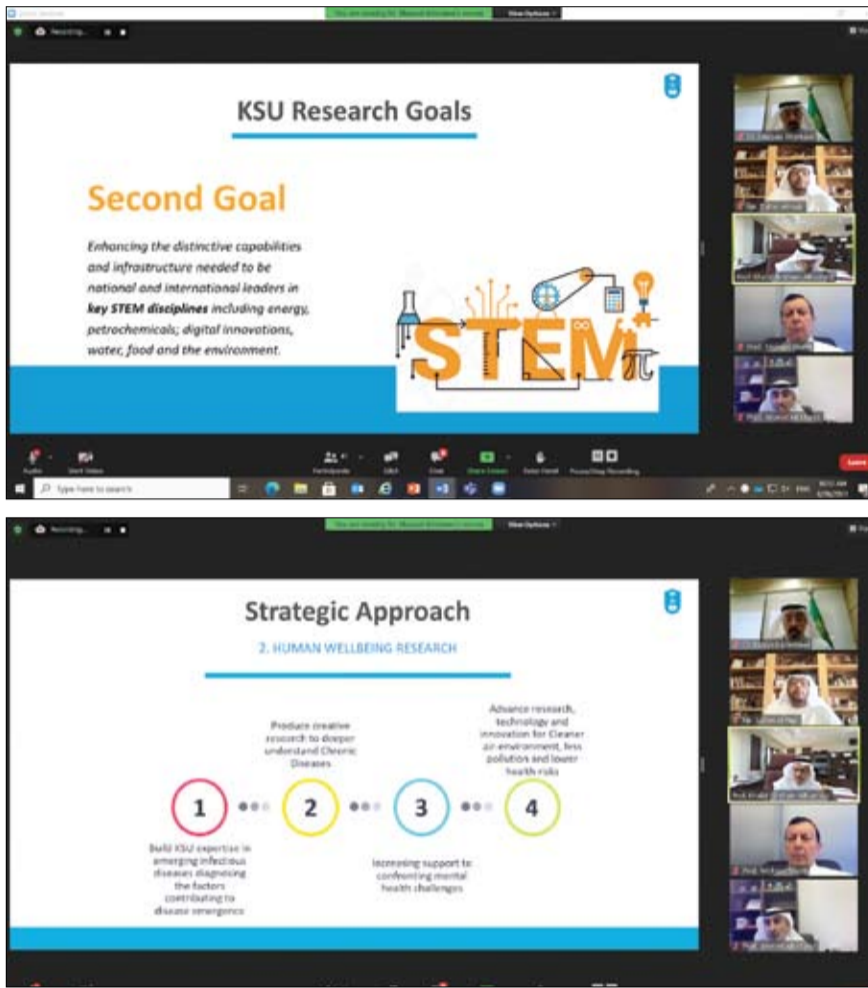
## ضمن توأمة التعاون بين المؤسستين

# جامعة الإمارات وجامعة الملك سعود تنظمان ورشة تعريفية عن التوجهات البحثية الاستراتيجية

والذي بدوره سيساهم في تكوين فرق بحثية بين الجامعتين لإجراء البحوث العلمية ذات الاهتمامات المشتركة. وقد أوضح الدكتور أحمد علي مراد بأن التعاون البحثي أحد أهداف استراتيجية الجامعة في تعزيز المخرجات البحثية والتي تساهم في دعم التصنيف العالمي للجامعة من خلال زيادة الاقتباسات للمنشورات البحثية والتي تصل إلى شريحة كبرى من الباحثين. وأكد النائب المشارك للبحث العلمي بأن الجامعة قد حددت أولويات رئيسية للبحث العلمي منها الصحة وعلوم الفضاء، المياه والطاقة، التنقل، التعليم، التكنولوجيا والتي تتواءم مع الاستراتيجيات الوطنية في الابتكار. وقد دعمت الجامعة بيئة البحث العلمي بالمكاتب من خلال إنشاء عدد من المراكز البحثية التي تدعم هذه التوجهات البحثية.

وقد استعرض الدكتور خالد بن إبراهيم الحميري وكيل الجامعة للدراسات العليا والبحث العلمي في جامعة الملك سعود حيث تضع الجامعة البحث العلمي كأولوية هامة في التعليم العالي من خلال الجهود اللاحقة التي تبذلها الجامعة لتطوير البحث العلمي في مختلف المجالات العلمية. وقد أنشأت جامعة الملك سعود أربع معاهد بحثية رئيسية هي معهد التصنيع المتقدم، معهد الملك عبد الله لتقنية النانو، معهد الأمير سلطان لأبحاث البيئة والمياه والصحراء ومعهد ريادة الأعمال.

كما أن هناك عددا من المعاهد التخصصية بجامعة الملك سعود كمراكز التميز البحثي وكراسي الوقف البحثية مثل مركز تكنولوجيا الطاقة المستدامة، مركز أبحاث سابك للبوليمرات، مركز الدراسات المتقدمة في الذكاء الاصطناعي بالإضافة إلى معاهد أخرى في التخصصات البحثية. أن مخرجات هذه الطريقة المركزة من البحث عبارة عن حزمة من البرامج والمشاريع والأفكار الابتكارية والبنية التحتية التي تتبناها الجامعة وتتطورها وتتابع عن قرب لتأكيد النجاح وتحقيق التميز البحثي.



وقد بدأت الورشة بكلمة ترحيبية من النائب المشارك للبحث العلمي بجامعة الإمارات الأستاذ الدكتور أحمد علي مراد حيث رحب بالمشاركين من أعضاء هيئة التدريس من الجامعتين مؤكدا على أهمية هذه الورشة التي ستساهم في تعريب المجتمع العلمي في الجامعتين بالتوجهات والأولويات البحثية

هذه الاتفاقية من أن يكون هناك تعاون في المجالات ذات الاهتمام المشترك، وتم طرح عدد من المبادرات البحثية المشتركة بين الجانبين بمشاركة أعضاء هيئة التدريس والباحثين ومناقشة المجالات التي تمكنهما من إقامة مشاريع بحثية مشتركة. وتبادل الزيارات العلمية لمناقشة شروط ونتائج تلك المشاريع البحثية.

## • العين - الفجر

نظمت جامعة الإمارات العربية المتحدة وجامعة الملك سعود بالملكة العربية السعودية ورشة تعريفية بعنوان: "التوجهات البحثية الاستراتيجية لجامعة الإمارات وجامعة الملك سعود"، وتأتي هذه الورشة ضمن توأمة التعاون ما بين المؤسستين أحد الأنشطة المنبثقة من مجلس التنسيق السعودي-الإماراتي. وقد أوضح الأستاذ الدكتور محمد حسن علي نائب مدير الجامعة للشؤون الأكاديمية بالإجابة بأن جامعة الإمارات تنظر إلى التعاون مع جامعة الملك سعود بأنه تعاون إستراتيجي وهام يساهم في تحقيق الرؤى المشتركة ويعزز من قدرات المؤسستين التعليمية والبحثية والذي بدوره ينعكس على المخرجات التعليمية والأكاديمية، وأتينا نسعى في زيادة أواصر هذا التعاون من خلال مبادرات وأنشطة مختلفة تؤدي إلى دعم التطلعات الاستراتيجية لكل المؤسستين. كما وأن هذا فريق عمل من الجامعتين يقوم بالمرامجة الدورية لنتائج هذا التعاون. وأشار نائب مدير الجامعة للشؤون الأكاديمية بأن هناك مبادرات مستقبلية يتم مراجعتها من قبل فرق العمل متصلة بالبحث العلمي والأنشطة الأكاديمية والتعليمية والتي تساهم في مشاريع بحثية وبرامج أكاديمية وتعزز من التبادل الطلابي والباحثين.

كما أوضح سعادة الدكتور خالد بن إبراهيم الحميري وكيل جامعة الملك سعود للدراسات العليا والبحث العلمي بأن الجامعة تسعى لتعزيز البحث العلمي على الصعيد الدولي على وجه العموم والخليجي على وجه الخصوص في جميع المجالات البحثية الواردة في الخطة الاستراتيجية للجامعة ورؤية المملكة 2030، كما تهدف الجامعة إلى زيادة تطوير التحالفات الدولية الاستراتيجية التي تحقق منافع متبادلة ومستدامة، وكجزء من هذه الرؤية، قامت جامعة الملك سعود بتوقيع مذكرة تفاهم للتعاون الأكاديمي مع جامعة الإمارات العربية، وقد مكنت



## شركة «صحة» تفتتح مركز صحة لخدمات كوفيد-19 من المركبة في العاصمة بالعين

### • أبوظبي - الفجر

أعلنت شركة أبوظبي لخدمات الصحة "صحة" عن افتتاح مركز جديد لخدمات كوفيد-19 من المركبة في منطقة العاصمة بالعين. ويتكون المركز الجديد من 4 مسارات، مقسمة إلى مسار للتطعيم و3 مسارات لإجراء مسحة الأنف وفحص اللبزر بطاقة استيعابية تصل إلى 100 تطعيم و800 مسحة أنف وفحص ليزر يوميا. ويستقبل المركز المراجعين من السبت إلى الخميس من 8 صباحاً حتى 8 مساءً والجمعة من 10 صباحاً حتى 8 مساءً. وبذلك يصل عدد مراكز صحة لخدمات كوفيد-19 من المركبة التي تديرها صحة في مدينة العين إلى 4 مراكز تشمل الهيلي وعشارج والصاروخ بالإضافة إلى المركز الجديد في العاصمة ويصل إجمالي المراكز إلى 25 مركزاً في أنحاء دولة الإمارات. ويمكن للراغبين في إجراء الفحص أو أخذ التطعيم حجز موعد عن طريق التطبيق الذكي لشركة «صحة».



## يقام هذا العام تحت شعار المرأة طموح وإشراقه للخمسين

# مركز جامع الشيخ زايد الكبير يحتفي بيوم المرأة الإماراتية

### • أبوظبي - الفجر

يحتفي مركز جامع الشيخ زايد الكبير بـ "يوم المرأة الإماراتية" والذي يقام هذا العام تحت شعار "المرأة طموح وإشراقه للخمسين"، وذلك تماشياً مع إعلان صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله، عام 2021 "عام الخمسين" في الدولة. وقد دأب المركز الاحتفال بهذه المناسبة المهمة التي تصادف يوم 28 أغسطس، تكريماً لجهود المرأة ودورها في مختلف أنشطة ومبادرات المركز، حيث أثبتت ريادتها وقدرتها على تحمل المسؤولية، وشكلت جهودها عنصراً فعالاً ورياسياً في دعم أهداف المركز واستراتيجيته الرامية إلى مواصلة دوره الدني والثقافي والحضاري، من خلال انتاج رؤية القيادة الرشيدة في تحقيق الانفتاح الفكري والتعايش واحترام الآخر، ونقل الصورة الحضارية لدولة الإمارات وإيصال رسالتها الرامية لتعزيز التسامح والتعايش ومد جسور التقارب الثقافي والحضاري بين مختلف ثقافات العالم.

وقالت أمل بامطرف، مدير إدارة التواصل الحضاري في مركز جامع الشيخ زايد الكبير: "إن المركز أولى اهتماماً كبيراً بالمرأة، انطلاقاً من إيمانه بقدرتها على العمل والعطاء، فهي تمثل نموذجاً للتميز وتحمل المسؤولية لمواصلة تحقيق رسالة وتطلعات المركز في مختلف المجالات والمساهمة في تحقيق التنمية الشاملة، ونحن في مركز جامع الشيخ زايد الكبير نعد هذه المناسبة فرصة لتأكيد التزامنا بدعم ابنة الإمارات وإبراز دورها في مسيرة التنمية المستدامة الشاملة للدولة".

وأشارت إلى أن ابنة الإمارات ظلت حاضرة في مختلف الأنشطة والمبادرات التي أطلقها المركز وأثبتت ريادتها وقدرتها على تحمل المسؤولية، من خلال ما تبذره من جهود في تنفيذ مشاريع المركز وتحقيق أهدافه، والأعمال والمهام الموكلة إليها في مختلف الميادين، وشكلت جهودها كذلك عنصراً فعالاً ورياسياً في دعم رؤية المركز وأهدافه، حيث تمثل المرأة الوجه الحضاري للدولة من خلال ما تتولاه من مهام مختلفة وعلى رأسها الجولات الثقافية التعريفية لمرتلادى الجامع من مختلف الثقافات والجنسيات حول العالم، إذ تعمل من خلال دورها كأخصائية جولات ثقافية على توظيف إمكاناتها لإبراز الإرث الثقافي الخالد لدولة الإمارات، طيب الله الوالد المؤسس الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان - طيب الله ثراه - الأمر الذي يعكس الصورة الشرفية للدولة ونهجها المعتدل، وتقديم الصورة المثلى للمرأة الإماراتية التي أصبحت ركناً مؤثراً وفاعلاً في تعزيز ونشر قيم الدين الإسلامي الحنيف والمفاهيم السامية التي نشأت عليها دولة الإمارات منذ تأسيسها.

يذكر أن مركز جامع الشيخ زايد الكبير التابع لوزارة شؤون الرئاسة يحظى برعاية ومتابعة من سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان، نائب رئيس مجلس الوزراء وزير شؤون الرئاسة، وتأسس المركز ليكون نواة للحركة الثقافية التي تتمحور حول القيم الثقافية والوطنية التي يمثلها الجامع والمفاهيم التي رسخها المغفور له - بإذن الله تعالى - الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان والمتصلة في الوجدان والوعي والتي تشكل امتداداً للهوية الوطنية المستكملة من تعاليم ديننا الحنيف.

## شما آل نهيان تتسلم بطاقة عضوية الأمم المتحدة من العاصمة السويسرية جنيف



في إضافة جديدة لأبرز إنجازات الشيخة د. شما بنت محمد بن خالد آل نهيان والتي جاءت موكبة للاحتفال بيوم المرأة الإماراتية 28 أغسطس زارت الشيخة شما مقر الأمم المتحدة بالعاصمة السويسرية جنيف يوم الجمعة 27 أغسطس 2021 حيث تسلمت "بطاقة عضويتها" في الأمم المتحدة هذا وقد كان في استقبال الشيخة شما وفد من مقر الأمم المتحدة الذي احتفى بزيارتها لمقر وعبروا عن تقديرهم لمسيرة عطائنها الممتدة مثنيين على كونها نموذجا للمرأة الإماراتية التي تعبر بصورة واضحة وقوية عما وصلت له المرأة الإماراتية من رقي وتطور وتنشيط ومواكبة للعصر الحديث في الوقت ذاته عبرت الشيخة شما عن تقديرها وعميق امتنانها على ترحيب واستقبال المسؤولين لها. وقد تحدثت الشيخة د. شما عن الدور الكبير الذي تقوم به الأمم المتحدة وخاصة في المجال الإنساني والثقافي من خلال المؤسسات والهيئات التابعة لها والعناية بالشؤون الإنسانية والثقافية وخاصة منظمة اليونسكو التي تقدم جهودا كبيرة في المجال الثقافي والحفاظ على التراث الإنساني. والجدير بالذكر أن الشيخة شما كانت قد حصلت على عضوية اتحاد المبدعين العرب العضو الاستشاري بالجلسة الاقتصادية والاجتماعي بالأمم المتحدة، وتسلمت عضوية الاتحاد في شهر يوليو 2021 تقديراً لمسيرتها الحافلة بإنجازات خلال أعوام كثيرة قضتها في خدمة المجتمع والثقافة ودعم العلم وأهله، وكونها نموذجا يحتذى به للمرأة الإماراتية المبدعة التي لها رؤية مميزة للتكثيف وإفادة المجتمع وتشكيل وجدانه من خلال العمل المستمر عبر مؤسسات الشيخ محمد بن خالد آل نهيان الثقافية والتعليمية.

وقد عبر رئيس الاتحاد د. أحمد نور عن بالغ سعادته بانضمام الشيخة د. شما بنت محمد بن خالد آل نهيان عضوا في اتحاد والمربي المتسارع.

## عبر الاتصال المرئي لأصحاب الأعدار الطبية

# الدراسة حضورية في كلية فاطمة للعلوم الصحية وبوليتكنك وثانويات التكنولوجيا التطبيقية بنسبة 80%

## الدكتور أحمد العور: منظومة «أبوظبي التقني» تطبيقية تقوم على المختبرات وورش التدريب العملي

التطبيقية تصريحه قائلًا أن "أبوظبي التقني" والمؤسسات الجامعية والثانوية التابعة له، يعملون وفق إستراتيجية متقدمة ليكون الأداء التعليمي خلال العام الدراسي الجديد؛ متوافقاً تماماً مع معايير تنمية القدرات المتخصصة للمعلمين والإداريين والطبية، وغيرها من المعايير اللازمة لتطوير العملية التعليمية والإدارية في قطاع التعليم التقني والمهني، والارتقاء بمستوى الأداء والخدمات والممارسات والبرامج من خلال نشر مفاهيم التميز لدى كافة عناصر العملية التعليمية.



الدكتور أحمد عبدالمنان العور



المرجوة من العملية التعليمية برمتها، مشيراً إلى أن إستراتيجية "أبوظبي التقني" والتكنولوجيا التطبيقية" متقدمة وتتضمن برامج متخصصة تستهدف رفع كفاءة وفعالية عناصر العملية التعليمية والإدارية، إضافة إلى صياغة وتنفيذ شراكات إستراتيجية مع

## • أبوظبي - الفجر

أعلن سعادة الدكتور أحمد عبدالمنان العور مدير عام معهد التكنولوجيا التطبيقية التابع لمركز أبوظبي للتعليم والتدريب التقني والمهني، أن الدراسة حضورية بنسبة 80% في كلية فاطمة للعلوم الصحية، وبوليتكنك أبوظبي، وثانويات التكنولوجيا التطبيقية، وسط إجراءات احترازية كاملة خلال مرحلة كوفيد 19، بما يضمن السلامة الصحية التامة للجميع، فيما تكون الدراسة عبر تقنيات الاتصال المرئي بنسبة 20% لأصحاب الأعدار الطبية مثل المرضى والمصابين بكورونا والمعتزلين طبياً وغيرها من الحالات التي تثبت بشهادة طبية، مشيراً إلى اعتماد نظام التعليم الهجين حيث يتم تبادل حضور المجموعات الطلابية بشكل أسبوعي لضمان تحقيق التباعد الاجتماعي والتوافق مع كافة الاحترازاات الوقائية.

والظفرة، وعجمان.

# منوعات الخبز 23

عادة ما يسبق النوبة القلبية مرض الشريان التاجي، وهو أكثر أنواع أمراض القلب شيوعاً، حيث تصبح الشرايين التي تمد القلب بالدم مسدودة باللويحات. ومع وصول كمية أقل من الدم إلى عضلة القلب، يصبح العضو ناقصاً في العناصر الغذائية ويغدو ضعيفاً.



الأرز والخبز والمعكرونة

## ثلاث وجبات أساسية يمكن أن تؤدي إلى أمراض القلب



وفيتامينات B والألياف. ويمتلك الجنين "العديد من فيتامينات B وبعض البروتينات والمعادن والدهون الصحية". وفي الوقت نفسه، تحتوي السويداء على "الكربوهيدرات النشوية والبروتينات والفيتامينات والمعادن". وأكد مجلس الحبوب الكاملة في أولدويوز أن "الطحين الأبيض والأرز الأبيض محبوب مكررة". حيث تمت إزالة النخالة والجنين لكل منهما، ولا يتبقى سوى السويداء. وأضاف المجلس أن "تكرير الحبوب يزيل نحو ربع البروتين الموجود في الحبوب ومن تصف إلى ثلثي العناصر الغذائية أو أكثر". ومع ذلك، عندما أصبحت معظم الحبوب حول العالم حبوباً مكررة، حدثت مشكلات غذائية واسعة النطاق حول العالم. ومنذ ذلك الحين، تطلب العديد من الحكومات الآن "تخصيب" الحبوب المكررة، حيث أن "التخصيب يضيف أقل من ستة من العناصر الغذائية المفقودة" وفقاً لمجلس الحبوب الكاملة في أولدويوز. وأكد باحثون في جامعة Simon Fraser بكندا، أن "عدداً كبيراً من الحبوب المكررة يرتبط بزيادة مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية الرئيسية".

وإذا لم يصل الأكسجين إلى القلب للحظات، فسيحدث ألم في الصدر (يُعرف بالذبحة الصدرية). وأي تجويع طويل للأكسجين سيحول إلى نوبة قلبية يمكن أن تكون قاتلة. ووفقاً لـ WebMD، يمكن أن تساهم ثلاث وجبات رئيسية في مشكلة اللويحات، وهي الأرز والخبز والمعكرونة المصنوعة من الدقيق الأبيض، كونها تفتقد الألياف والفيتامينات والمعادن الصحية. وصرح موقع WebMD: بأن "الحبوب المكررة تتحول بسرعة إلى سكر، والذي يخزنه جسمك على شكل دهون. واتباع نظام غذائي غني بالحبوب المكررة يمكن أن يسبب دهون البطن، والتي ترتبطها الدراسات بأمراض القلب". وللمساعدة في مكافحة هذا الخطر، ينصح الناس بشدة بالبحث عن مصطلح "حبوب كاملة 100%" عند شراء مثل هذه المنتجات. والفرق بين الحبوب المكررة والحبوب الكاملة أوضح مجلس الحبوب الكاملة في أولدويوز أن "جميع الحبوب تبدأ حياتها كحبوب كاملة". وتتكون الحبوب الكاملة (أي بذرة النبات) من ثلاثة أجزاء صالحة للأكل:



وشملت الدراسة، الحبوب المكررة الخبز والمعكرونة والسوداء المصنوعة من الدقيق الأبيض.

النخالة  
الجنين  
السويداء  
وتحتفظ الحبوب الكاملة بجميع الأجزاء الثلاثة من البذور، النخالة والجنين والسويداء، بينما تفتقد الحبوب المكررة جزءاً أو أكثر من البذور. وتحتوي النخالة على "مضادات الأكسدة الهامة

### التمارين الرياضية تعزز دفاعات الدماغ

## أربعة تغييرات بسيطة في نمط الحياة يمكنها المساعدة في درء مرض ألزهايمر

داخل جهاز المناعة في الدماغ، بدلاً من التورم). وهناك اقتراحات بأن النظام الغذائي يقلل من علامات هذا الالتهاب. وبالإضافة إلى الأكل الصحي، أظهرت التمارين الرياضية بعض الأمل في تعزيز دفاعات الدماغ. وعلى الرغم من أن آليات الحماية ليست مفهومة تماماً، إلا أن قلة النشاط البدني المنتظم يمكن أن تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب، وزيادة الوزن أو السمنة، ومرض السكري من النوع الثاني، وكلها مرتبطة بزيادة خطر الإصابة بالخرف. وتقول هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية: "كبار السن الذين لا يمارسون الرياضة هم أيضاً أكثر عرضة لمشاكل الذاكرة أو التفكير (المعروفة باسم القدرة المعرفية)".

انخفاض الذاكرة والتفكير. ما الذي يضر هذا الارتباط الإيجابي؟ توضح جمعية ألزهايمر: "قد تساعد المستويات العالية من تناول مضادات الأكسدة من تناول كميات كبيرة من الفواكه والخضروات في الحماية من بعض الأضرار التي تلحق بخلايا الدماغ المرتبطة بمرض ألزهايمر، فضلاً عن زيادة مستويات البروتينات في الدماغ التي تحمي خلايا الدماغ من هذا الضرر". ووفقاً للهيئة الصحية، يرتبط الالتهاب في الدماغ بمرض ألزهايمر (على الرغم من أننا نعتي في هذا السياق التغييرات الكيميائية

التدخين، والحفاظ على صحة القلب، ونشاط الدماغ، والحفاظ على العلاقات الاجتماعية كطرق محتملة لمنع تطور الخرف. قائلة: "يمكن لهذه التغييرات الصغيرة أن تحدث فرقاً كبيراً حقاً". وأسفر البحث في تأثير تدخلات نمط الحياة الصحي على تطور الخرف عن نتائج مشجعة. وتشير الدلائل إلى أن اتباع نظام غذائي غني بالفواكه والخضروات والحبوب وقليل من اللحوم الحمراء والسكر يمكن أن يساعد في تقليل مخاطر الإصابة بالخرف. وإذا بدأت هذه المكونات مألوفة، فمن المحتمل أنها تندرج تحت نظام غذائي متوسطي. والنظام الغذائي المتوسطي غني بالفواكه والخضروات والبقوليات والحبوب، مع استهلاك معتدل للأسماك الزيتية ومنتجات الألبان، وانخفاض في اللحوم والسكر والدهون المشبعة. وتأتي معظم الدهون في هذا النوع من النظام الغذائي من زيت الزيتون، ويتم تناول الكحول باعتدال مع الوجبات. ويوفر النظام الغذائي على طراز البحر الأبيض المتوسط فوائد وافرة للقلب، وتشير الأبحاث إلى أن ما هو مفيد للقلب مفيد للدماغ. وقد يرتبط الالتزام بالنظام الغذائي بشكل أكثر صرامة بمعدلات أبطأ من

من المقرر أن يرتفع الخرف بلا هوادة خلال العقود القادمة حيث يستمر الناس في العالم الغني في العيش لفترة أطول. ويصف الخرف مجموعة من الأعراض المرتبطة بتدهور الدماغ، وهي فقدان الذاكرة والارتباك، وبمجرد الإصابة بالخرف، فإنه لا يمكن إيقافه، ما يشكل ضغطاً على الأسرة ونظام الرعاية الصحية على حد سواء. ومع ذلك، وفقاً للدكتورة كير دورانت، الزميلة السباقية المتخصصة في الخرف في دايسون، هناك تغييرات بسيطة في نمط الحياة يعتقد أنها يمكن أن تمنع خطر الإصابة بتدهور الدماغ. وأشارت الدكتورة دورانت إلى الإقلاع عن











دولة الإمارات العربية المتحدة  
وزارة الاقتصاد - إدارة العلامات التجارية

يعن قسم العلامات التجارية عن تقدم الوكيل/ راويز أند كومباني انترناشيونال (أوفرسيز) ليمتد (فرع دبي) بطلب لتسجيل العلامة التجارية التالية:

**ECHO**

المودعة تحت رقم: ٣٢١٧٣١ بتاريخ: ٢٠٢٠ م ٢٠٢٠ م  
باسم : كوايت فويس ال إل سي  
وعنوانها : ١٢٤٠ الفايرن واي، تشايلد هيل، نورث كارولاينا ٢٧٥١٧، الولايات المتحدة الأمريكية.

وذلك لتمييز البضائع / الخدمات / المنتجات التالية:  
الأجهزة والعدد العلمية والبحرية والخاصة بمسح الأراضي والأجهزة والعدد الفوتوغرافية والسينماتوغرافية والبصرية والأجهزة والعدد الخاصة بعملات الوزن والقياس وإعطاء الإشارات والفحص والتفتيش والإنفاذ وأجهزة ودوات التعليم، أجهزة ودوات لوصول أو فتح أو تحويل أو تجميع أو تنظيم أو التحكم بالطاقة الكهربائية، أجهزة لتسجيل أو نقل أو استنساخ الصوت أو الصور، الوسائط المسجلة والقابلة للتحويل، برامج الحاسوب ووسائل التسجيل والتخزين الفارعة الرقمية أو التناظرية، الماكينات العاملة على قطع النقود المعدنية، الآلات الرصادة للنقود والآلات الحاسبة، الحواسيب والأجهزة الطرفية للحاسوب، بدلات الغوص وأقنعة الغوص، وعدادات الأذن للغواصين وملابس الألف للغواصين والسباحين والقفازات للغواصين ومعدات التنفس للسباحة تحت الماء، معدات إطفاء الحرائق، صمامات الضوضاء التناظرية، وحدات صمامات الإضاءة الثنائية الباعثة للضوء ( ل ايه دي)، مفاتيح الإضاءة، خافقات الإضاءة الكهربائية، مفاتيح التحكم بصمامات الإضاءة الثنائية الباعثة للضوء ( ل ايه دي) وبمضايح تفريغ عالي الشدة لضوئية ( ايتش أي دي)، لوحات التحكم بالأضواء، معدات التحكم بالأضواء، برامج الحاسوب للاستخدام بالتحكم بأنظمة الإضاءة.

وصف العلامة: العلامة هي كلمة ECHO مكتوبة بالأحرف اللاتينية. تاريخ الأولوية: ٢ سبتمبر ٢٠١٩ رقم الطلب: ٧٨٥٩٩ البلد: جامايكا

الاشتراطات: لا يوجد  
فعل من لديه اعتراض على ذلك، التقدم به مكتوباً لقسم العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد والتجارة أو إرساله بالبريد المسجل للقسم المشار إليه وذلك خلال ثلاثين يوماً من تاريخ هذا الإعلان.

ادارة العلامات التجارية

دولة الإمارات العربية المتحدة  
وزارة الاقتصاد - إدارة العلامات التجارية

يعن قسم العلامات التجارية عن تقدم الوكيل/ راويز أند كومباني انترناشيونال (أوفرسيز) ليمتد (فرع دبي) بطلب لتسجيل العلامة التجارية التالية:

**CHEFMAN**

المودعة تحت رقم: ٣٥٦٢٢٧ بتاريخ: ٢٠٢١/٧/٢٦  
باسم : آر جاي برانز ال إل سي  
وعنوانها : ٢٠٠ بيرفورمانس درايف، مواء، نيو جيرسي ٠٧٤٩٥، الولايات المتحدة الأمريكية.

وذلك لتمييز البضائع / الخدمات / المنتجات التالية:  
شواية ضغط كهربائية لعمل الباتيني وصناعة شطائر كهربائية وجهاز تحضير طعام كهربائي علوي متعدد الأغراض للطبخ والخبز والشواء (طهي الطعام بدرجة حرارة خازقة لفترة قصيرة) والتحميص وتحميص الخبز والسيرينج (طهي الطعام على درجة حرارة عالية ليشكل قشرة بنية) والتحميص والشواء وشواء الطعام والصناعة الكهربائية للوالب اللججكي وصناعة الوافل الكهربائى و المعالي الكهربائية والغلايات الكهربائية و غلايات الزجاج الكهربائى و المتضمنة مصفاة الشاي والات صنع القهوة الكهربائىة و الأفران الكهربائىة والطبقة و الأفران الكهربائىة الثلاثية الطبقة و المتضمنة خادم بوفي و صناعة كهربائية للبييض و وعاء الماء الساخن الكهربائى و صينية تسخين كهربائية وحامل ثلاثى القوائم مع صينية تسخين كهربائية و آلة تحضير الفشار الكهربائىة ومقلاة هوائية و اوعية طبخ سوخى أو الطبخ تحت التفريغ و آلة تجفيف الطعام الكهربائىة و موقد الحث الكهربائى الدقيق و صينية كهربائىة زجاجية لتسخين الطعام وصاح الخبز الكهربائىة و الفران التحميص الكهربائىة ومحمص الخبز الكهربائىة و الأفران الحرارية ومقلاة كهربائية عميقة وصناعة كريب كهربائية وطباخ ارز كهربائى و البرادات الكهربائىة، قنور ضغط كهربائىة

وصف العلامة: هي عبارة CHEFMAN مكتوبة بالأحرف اللاتينية. تاريخ الأولوية: لا يوجد  
الاشتراطات: لا يوجد  
فعل من لديه اعتراض على ذلك، التقدم به مكتوباً لقسم العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد والتجارة أو إرساله بالبريد المسجل للقسم المشار إليه وذلك خلال ثلاثين يوماً من تاريخ هذا الإعلان.

ادارة العلامات التجارية

دولة الإمارات العربية المتحدة  
وزارة الاقتصاد - إدارة العلامات التجارية

يعن قسم العلامات التجارية عن تقدم الوكيل/ راويز أند كومباني انترناشيونال (أوفرسيز) ليمتد (فرع دبي) بطلب لتسجيل العلامة التجارية التالية:

**DUBUY**  
By DP WORLD

المودعة تحت رقم: ٣٥٤٨٣٣ بتاريخ: ٢٠٢١/٧/٤  
باسم : مواني دبي العالمية م م ح  
وعنوانها : طابق ٥، مبنى ١٧، منطقة جبل علي الحرة، ص.ب. ١٧٠٠٠، دبي، الإمارات العربية المتحدة

وذلك لتمييز البضائع / الخدمات / المنتجات التالية:  
الخدمات المالية، الخدمات الضمان على الخط مباشرة (الإنترنت) فيما يتعلّق بتبادل السلع والخدمات، إمتلاك السندات (الأوراق المالية) والأموال وأصول أخرى في الضمان، خدمات الدفع عبر المحفظة الإلكترونية، خدمات معالجة الدفع، خدمات الدفع للتجارة الإلكترونية والتخليص الجمركي، خدمات وكالات التخليص الجمركي، إصدار نقاط الولاء للملاء، إصدار بطاقات خصم ولاء العملاء

وصف العلامة: العلامة هي سلسلة من علامتين، الأولى هي كلمة DUBUY بأحرف لاتينية كبيرة منضدة بطريقة مميزة باللون الأسود وأسفلها عبارة DUBUY By DP WORLD بأحرف لاتينية باللون الرمادي حيث تظهر عبارة DP WORLD بأحرف كبيرة وعلى اليسار شكل يتكون من مثلث متداخل مع شبه منحرف مع تداخل باللون الأسود و أسفله خط منضد باللون الأسود والعلامة الثانية هي ذات العلامة باللون الأزرق الفاتح والبرتقالي والأسود مقدمة في نفس الطللك كعلامة متسلسلة وفقاً للمادة ٩ من قانون العلامات التجارية ١٩٩٢/٣٧ المعدل بقانون رقم ٢٠٠٢/٨ كونها متمثلة في عناصرها الجوهرية.

تاريخ الأولوية: لا يوجد  
الاشتراطات: لا يوجد  
فعل من لديه اعتراض على ذلك، التقدم به مكتوباً لقسم العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد والتجارة أو إرساله بالبريد المسجل للقسم المشار إليه وذلك خلال ثلاثين يوماً من تاريخ هذا الإعلان.

ادارة العلامات التجارية

دولة الإمارات العربية المتحدة  
وزارة الاقتصاد - إدارة العلامات التجارية

يعن قسم العلامات التجارية عن تقدم الوكيل/ راويز أند كومباني انترناشيونال (أوفرسيز) ليمتد (فرع دبي) بطلب لتسجيل العلامة التجارية التالية:

**DUBUY**  
By DP WORLD

المودعة تحت رقم: ٣٥٤٨٣٣ بتاريخ: ٢٠٢١/٧/٤  
باسم : مواني دبي العالمية م م ح  
وعنوانها : طابق ٥، مبنى ١٧، منطقة جبل علي الحرة، ص.ب. ١٧٠٠٠، دبي، الإمارات العربية المتحدة

وذلك لتمييز البضائع / الخدمات / المنتجات التالية:  
برامج الحاسوب المسجلة، برامج الحاسوب المسجلة للتحقق من متلك متداخل مع شبه منحرف مع تداخل باللون الأسود و أسفله خط منضد باللون الأسود والعلامة الثانية هي ذات العلامة باللون الأزرق الفاتح والبرتقالي والأسود مقدمة في نفس الطللك كعلامة متسلسلة وفقاً للمادة ٩ من قانون العلامات التجارية ١٩٩٢/٣٧ المعدل بقانون رقم ٢٠٠٢/٨ كونها متمثلة في عناصرها الجوهرية.

تاريخ الأولوية: لا يوجد  
الاشتراطات: لا يوجد  
فعل من لديه اعتراض على ذلك، التقدم به مكتوباً لقسم العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد والتجارة أو إرساله بالبريد المسجل للقسم المشار إليه وذلك خلال ثلاثين يوماً من تاريخ هذا الإعلان.

ادارة العلامات التجارية

دولة الإمارات العربية المتحدة  
وزارة الاقتصاد - إدارة العلامات التجارية

نموذج إعلان النشر  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / الملك :  
ستيل وأيت برانلي أي بي ذ.م.م  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية :  
STELLA & CHEWYS  
صورة العلامة:  
المودعة بالرقم: 354398 بتاريخ: 2021/06/28  
بيانات الأولوية:

باسم : ستيل اند تشوي ال ال سي  
الموطن : 111 ويست أركويو باركواي، أوك كريك، ويسكونسن 53145، الولايات المتحدة الأمريكية  
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالفة: 31  
المراد الغذائية والمشروبات الجيوالفة، طعام الجيوالفات الآيبية واعدية جيوالمت الآيبية المحففة، طعام الكلاب، طعام القطط، سكوكيت الكلاب، مراد غذائية الجيوالفات الصالحة للمضغ والأكل، الحبوب لاستهلاك الجيوال، الوجبات الجيوالفات، الفضلات للجيوالفات

وصف العلامة: عبارة "STELLA & CHEWYS" مكتوبة بأحرف لاتينية عادية  
الاشتراطات:  
فعل من لديه اعتراض على ذلك أن يتقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال 30يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

ادارة العلامات التجارية

دولة الإمارات العربية المتحدة  
وزارة الاقتصاد - إدارة العلامات التجارية

نموذج إعلان النشر  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / الملك :  
ستيل وأيت برانلي أي بي ذ.م.م  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية :  
STELLA & CHEWYS ONLY THE GOOD STUFF  
صورة العلامة:  
المودعة بالرقم: 354401 بتاريخ: 2021/06/28  
بيانات الأولوية:

باسم : ستيل اند تشوي ال ال سي  
الموطن : 111 ويست أركويو باركواي، أوك كريك، ويسكونسن 53145، الولايات المتحدة الأمريكية  
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالفة: 31  
المراد الغذائية والمشروبات الجيوالفات، طعام الجيوالفات الآيبية وأغذية الجيوالفات الآيبية المحففة، طعام الكلاب، طعام القطط، سكوكيت الكلاب، مراد غذائية الجيوالفات الصالحة للمضغ والأكل، الحبوب لاستهلاك الجيوال، الوجبات الجيوالفات، الفضلات للجيوالفات

وصف العلامة: عبارة "STELLA & CHEWYS" مكتوبة بأحرف لاتينية مميزة وتحتها عبارة "ONLY THE GOOD STUFF" مكتوبة بأحرف لاتينية عادية  
مكتوبة بأحرف لاتينية مميزة، وبطها رسم مميز لفتين على جويها مثل خطي  
الاشتراطات:  
فعل من لديه اعتراض على ذلك أن يتقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال 30يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

ادارة العلامات التجارية

دولة الإمارات العربية المتحدة  
وزارة الاقتصاد - إدارة العلامات التجارية

نموذج إعلان النشر  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / الملك :  
ستيل وأيت برانلي أي بي ذ.م.م  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية :  
NEUTRAL FUELS  
صورة العلامة:  
المودعة بالرقم: 357773 بتاريخ: 2021/08/19  
بيانات الأولوية:

باسم : نيوترال فويلز لإدارة الفتايف - شركة الشخص الواحد ذ م م  
الموطن : مدينة ابوظبي الصناعية - 4١ مبنى  
الهاتف : 971501147111 ايبيد : mohamed.adam@onpro.ae  
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالفة: 40  
معاجلة الألووية:  
وصف العلامة: عبارة عن كلمت باللغة الإنجليزية Neutral Fuels بحروف لاتينية  
الاشتراطات:  
فعل من لديه اعتراض على ذلك أن يتقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال 30يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة  
وزارة الاقتصاد - إدارة العلامات التجارية

نموذج إعلان النشر  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / الملك :  
ستيل وأيت برانلي أي بي ذ.م.م  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية :  
AUTO TUNE  
صورة العلامة:  
المودعة بالرقم: 354290 بتاريخ: 2021/06/27  
بيانات الأولوية:

باسم : مايكروسوفت كوروبورش  
الموطن : وان مايكروسوفت واي، ريموند، واشنطن 98052 - 6399، الولايات المتحدة الأمريكية  
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالفة: 39  
تخزين الملفات والمستندات والبيانات الإلكترونية

وصف العلامة: رسم ميزر لربعة مربعات متطابقة تشكل مجموعة مربعاً واحداً كبيراً باللون الأزرق  
الاشتراطات:  
فعل من لديه اعتراض على ذلك أن يتقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال 30يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

ادارة العلامات التجارية

دولة الإمارات العربية المتحدة  
وزارة الاقتصاد - إدارة العلامات التجارية

نموذج إعلان النشر  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / الملك :  
ستيل وأيت برانلي أي بي ذ.م.م  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية :  
NOBILIS VANTRIVA  
صورة العلامة:  
المودعة بالرقم: 354383 بتاريخ: 2021/06/28  
بيانات الأولوية:

باسم : أنتارس أوديو تكنولوجيز، ال ال سي  
الموطن : 231 تكنولوجي سيرك، سكوتس فلي، كاليفورنيا 95066، الولايات المتحدة الأمريكية  
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالفة: 38  
النقل الإلكتروني للمعلومات الخاصة بالمحتويات السمعية والسمعية المرئية، بث المعلومات الخاصة بالمحتويات السمعية والسمعية المرئية عبر شبكات المعلومات الحاسوبية التعليمية

وصف العلامة: الكلمت "AUTO" و "TUNE" مكتوبة بأحرف لاتينية عادية يفصل بينهما خط وصل  
الاشتراطات:  
فعل من لديه اعتراض على ذلك أن يتقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال 30يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

ادارة العلامات التجارية

دولة الإمارات العربية المتحدة  
وزارة الاقتصاد - إدارة العلامات التجارية

نموذج إعلان النشر  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / الملك :  
ستيل وأيت برانلي أي بي ذ.م.م  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية :  
AUTO TUNE  
صورة العلامة:  
المودعة بالرقم: 354342 بتاريخ: 2021/06/28  
بيانات الأولوية:

باسم : أنتارس أوديو تكنولوجيز، ال ال سي  
الموطن : 231 تكنولوجي سيرك، سكوتس فلي، كاليفورنيا 95066، الولايات المتحدة الأمريكية  
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالفة: 5  
الألوية والمستحضرات الصيدلانية لغايات بيطرية

وصف العلامة: الكلمت "AUTO" و "TUNE" مكتوبة بأحرف لاتينية عادية يفصل بينهما خط وصل  
الاشتراطات:  
فعل من لديه اعتراض على ذلك أن يتقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال 30يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان





## «ذهبية الإمارات» للصحفي بسام عبد السميع



حصل الزميل الكاتب الصحفي بسام عبد السميع على الإقامة الذهبية في الإمارات لفئة الكتاب والمبدعين لمدة 10 سنوات، وكتب في صفحته على موقع فيسبوك : الإمارات أرض الفرص والأحلام .. الإقامة الذهبية .. شكراً دبي . وقال الكاتب الصحفي بسام عبد السميع : حكمة قادة وأصالة شعب صنعت من الإمارات وطناً استثنائياً للفرص والأحلام، فسكنه الأمل والطموح بإنجازات بلا حدود ليتحقق الإبداع والابتكار على أرض الإمارات أرض العطاء والخير، ومصدر إلهام مختلف النجاحات. وأضاف: استطاعت الإمارات في سنوات قليلة احتضان الأفكار والمشاريع الإبداعية العملاقة لتصبح موطن الفرص لكل المبدعين حول العالم. وقال عبد السميع: أفتخر أنني سكنت أرضها وعرفت

# منوعات الفجر

30

بدأ بفكرة طموحة ليصبح المنصة العالمية الأبرز في الاتصال

## الدولي للاتصال الحكومي . . متغيرات 10 أعوام كيف تحولت إلى نقاش عالمي؟ يستضيف في دورته المقبلة صنّاع قرار وخبراء لمناقشة آليات التكيف مع التحولات العالمية الحادة



عبر إشراك علماء اجتماع وخبراء السلوك ومختصي جمع البيانات وتحليلها، إلى جانب إشراك الأفراد في مبادرات تغيير السلوك ليتحولوا بذلك مسؤولياتهم في تنمية المظاهر الحضارية في مجتمعاتهم.

### تحول نوعي في مفاهيم الاتصال

ويهدف توسيع حجم المشاركين والتأكيد على أن الاتصال عملية متكاملة ومتداخلة يجب أن تعمل على محاور متعددة من أجل إنجاح رسالة واحدة، يعلن علاي أن المنتدى تبني في الدورة التاسعة التي عقدت في 2020، مبدأ المحاور المتنوعة بدلاً من الشعلة الواحد، مشيراً إلى أن المحاور هي: «ترسيخ ثقافة المتفاعل في الحكومة»، و«التكنولوجيا كمنهج للمجتمعات»، و«الاتصال عبر الثقافة»، و«الرفاه الفردي والمجتمعي».

وتابع: «هذه الدورة التي سبقت بقليل انتشار جائحة كورونا، خرجت بدرس كبير، فعام 2020 لم يكن بالنسبة للمكتب الإعلامي لحكومة الشارقة مجرد عام من الإغلاق وانقطاع الفعاليات، بل كان بمثابة تحول نوعي في مفاهيم وثقافة الاتصال الحكومي، إذ فعمتنا الأزمة للتكيف في ابتكار آليات جديدة للتواصل وإدارة الأزمات، ووضعنا أمام أسئلة محورية حول كيفية تعاطي فرق الاتصال الحكومي مع تحديات المستقبل».

### تطلعات المستقبل

ونتيجة للمتغيرات التي شهدتها العالم خلال العام

إلى أن المنتدى جمع بين منظمات المجتمعات المحلية ومنظمات المجتمع الدولي وممثلين عن الشباب والمرأة، يؤكد أن الارتقاء بالمجتمع هو فعل جماعي مشترك، وأن دور الاتصال الحكومي هو صناعة ثقافة الارتقاء لدى جميع الفئات وتوجيهها لتصبح ممارسات يومية تسهم وتوسع في تحقيق الطموحات المشتركة.

### الوعي التنموي

ولأن الإمارات كانت من أوائل الدول التي وقعت على الأهداف الإنمائية للألفية الثانية منذ إطلاقها في العام 2000، ومن الدول المساهمة بشكل كبير في إعادة صياغة أهدافها ومسارها وإعادة إطلاقها تحت مسمى أهداف التنمية المستدامة للعام 2030، فقد جاءت الدورة السادسة من المنتدى في 2017 تحت شعار «مشاركة مجتمعية.. تنمية مستدامة»، لترتجم رؤية الدولة في هذا السياق وتسهم في تحقيق السعاسي الدولية نحو تحقيق الأهداف التنموية، بحسب طارق علاي.

### تطور الدور والوظيفة

ويقول علاي حول استمرار التطور في وظيفة ودور المنتدى الدولي للاتصال الحكومي: «كان لا بد للمنتدى أن يقف بمهنية عالية أمام التطورات الرقمية في مجال الاتصال وأن يبحث سبل الاستفادة منها وتوظيفها لخدمة رسائله وغاياته، فجاءت دورته السابعة في عام 2018 تحت شعار «الألفية الرقمية.. إلى أين؟»، لتجمع خبراء تقنيات التواصل ومختصي الاتصال على منصة واحدة، بما يتيح لهم رصد المراج العام للمجتمعات وكيفية تعاطيه مع المعلومات من مصادرهما المختلفة، الأمر الذي يسهم في تحسين قدراتهم على إدارة حملاتهم بفعالية ودقة ومراعاة المؤثرات الأخرى التي تفرزها منصات التواصل المتعددة.

### إشراك الأفراد بمبادرات تغيير السلوك

ويذكر مدير المكتب الإعلامي لحكومة الشارقة أن الدورة الثامنة من المنتدى في عام 2019 تناولت ما يعرف بالاتصال السلوكي، حيث اختار المنتدى شعار «تغيير سلوك.. تطوير إنسان» ليؤكد أن ممارسات الأفراد تحدها الثقافة وليس الجينات الوراثية وأنها قابلة للتطوير بالاتصال المنهجي والموجه والمبني على دراسات سلوكية واجتماعية ونفسية، موضحاً أن هذه الدورة ركزت على أهمية تنوع التخصصات في فرق الاتصال الحكومي

فجاءت استجابة لأهم تحديات الخطاب الرسمي التنموي وهو توحيد الرسائل الأساسية الموجهة للجمهور والتي تعبر عن رؤية تنمية يتشارك فيها المجتمع والمؤسسات بالإيمان والعمل والإبداع، وفقاً لعلاي، الذي أكد أن هذه الدورة رسخت مكانة المنتدى كمساحة إقليمية وعالمية موثوقة، ملتزمة بمصالح المجتمعات وداعمة لتطلعاتها، إلى جانب أنها كانت نقطة تحول كبيرة في مسيرته من حيث حجم المشاركة الدولية والاهتمام من قبل المؤسسات المحلية والإقليمية.

### أدوار مختلفة.. رؤية واحدة

وحول الدورة الثالثة من المنتدى، يقول علاي: «جاءت الدورة الثالثة في 2014 والتي رفعت شعار (أدوار مختلفة.. رؤية واحدة) لتستمر في الدوريتين السابقتين حيث تناولت أهمية التنوع في منصات وآليات ورسائل الاتصال الحكومي مع التزامها برؤية موحدة، فالجمهور ليس كياناً واحداً، بل عدة كيانات موزعة على فئات متفاوتة في اهتماماتها ومستويات تعليمها وأنماط تفكيرها وطبيعتها أعمالها، ما يستوجب فهم كل فئة واختيار المنصة والآلية السليمة التي تجعلها أكثر استجابة لفرق وإدارات الاتصال الحكومي».

### تعزيز التخصصات

وفي دورته الرابعة في عام 2015 التي نُظمت تحت شعار «خطوات محددة.. نتائج أفضل»، انتقل المنتدى من ترسيخ المفهوم إلى المزيد من التخصص في طرح التفاصيل المتعلقة بقواعد ومهارات الاتصال الحكومي، حيث يشير علاي إلى أن هذه الدورة ركزت على ورش العمل المهنية والعلمية، وعلى مشاركة المختصين والخبراء وأصحاب التجارب في لقاءات مباشرة جمعهم مع الجمهور، بالإضافة إلى أنها استثمرت في دراسات الحالة والنماذج الحية مستندة بذلك إلى تجارب عالمية في مجال الاتصال الحكومي».

### صناعة ثقافة الارتقاء بالمجتمعات

وينوه علاي إلى أن الدورة الخامسة في عام 2016 من المنتدى التي عُقدت تحت شعار «نحو مجتمعات ترتقي» وتزامنت مع المزيد من التعالي الاقتصادي والاجتماعي الذي شهدته العالم جراء الأزمة المالية، أكدت أهمية دور الاتصال الحكومي في توظيف المنجزات الاقتصادية في التنمية الاجتماعية، والارتقاء بجودة حياة الناس، مشيراً

خلال الاتصال الحكومي. اليوم ونحن نتحضر لاستقبال الدورة العاشرة من المنتدى، يكشف علاي أن الدورة الجديدة ستشكل استثماراً نوعياً في توصيات ومخرجات دوراته السابقة، وستجمع مسؤولين وصناع قرار وخبراء من كل العالم لمشاركوا جمهور المنتدى خلاصة تجاربهم والآلية التي يمكن أن تتكيف بواسطتها ثقافة الاتصال الحكومي مع المتغيرات الدولية الحادة.

### الانطلاقة الأولى

وخلال سرده لمسيرة انطلاق المنتدى، يلتفت علاي إلى أن دورته الأولى التي عُقدت تحت شعار «دور الاتصال الحكومي في إدارة عملية التطوير» تزامنت مع عدة عوامل داخلية وخارجية، مشيراً إلى أن العالم كان يسعى نحو التعالي من الأزمة المالية التي حدثت في 2008، والنطقة العربية شهدت مرحلة جديدة تتمثل بالعلاقة المرتبطة بين المؤسسات الرسمية والجمهور، بينما كانت دولة الإمارات تؤسس لمرحلة جديدة من تعزيز العمل الحكومي وتطوير علاقة المؤسسات بالجمهور وإشراك مكونات المجتمع في عملية البناء فكان المنتدى شريكاً لتطلعات المجتمعات نحو تحقيق طموحاتها بالتنمية عبر تجاوز المرحلة السائدة واستخلاص الدروس التي تجعل من فرق الاتصال الحكومي شريكة في التطوير.

### الاستجابة للتحديات التنموية

أما الدورة الثانية من المنتدى في عام 2013 التي حملت شعار «تواصل فعال.. خطاب موحد»،



## النوستالجيا تؤكد التفوق الفوتوغرافي للعدسة الإماراتية والسعودية

# جائزة حمدان بن محمد للتصوير تنشر الصور الفائزة بمسابقة الحنين إلى الماضي

عام 2019، وقصتها أن هذا الرجل هو عسكري سابق ويحافظ على المبادئ المتوحدة له تكريماً لمشاركته العسكرية ويفتخر بها. هذا فوزي الأول مع جائزة حمدان بن محمد الدولية للتصوير، عندما تم إعلامي بالفوز كنت سعيداً جداً ولم أصدق الخبر في البداية، أطمح إلى الصعود على مسرح أوبرا دبي فائزاً بالجائزة الكبرى، لقد منحني الفوز دفعة معنوية قوية للمضي قدماً في مسيرة التصوير.

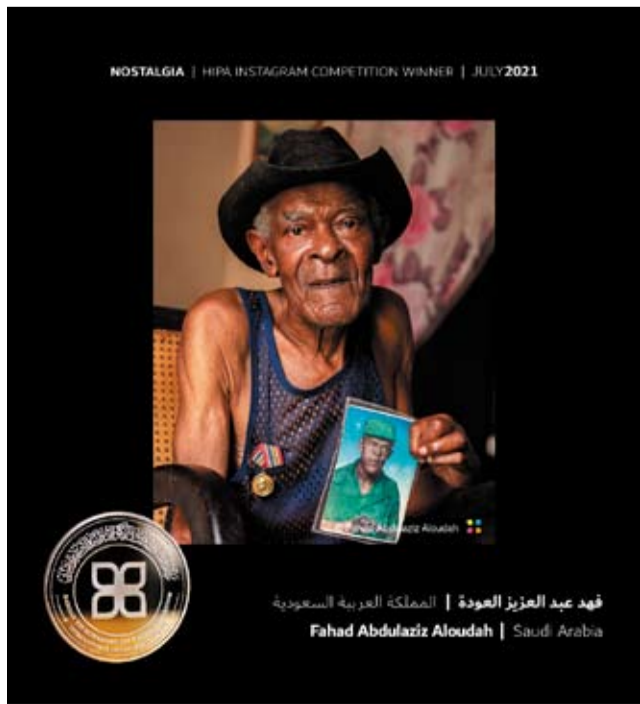
المصور الهندي «جانيش براساد» قال عن صورته الفائزة: التقطت الصورة في بورت ستيفنز (نيو ساوث ويلز) في أستراليا، في مارس 2016، لقد شعرت بالاتصال مع صحراء دبي من خلال المشهد في الصورة وأثار ذلك حنيني لها بالفعل. لقد فزت في بعض المسابقات على المستوى الدولي، لكن الفوز في «هيبا» يُمثل لحظة خاصة في حياتي سأعتز بها لفترة طويلة. لقد شعرت أنني على قمة العالم عندما رأيت إعلان فوزي على استغرام. التصوير هو شغفي وأستمع بكل لحظة في النقاط جمال الأماكن والطبيعة والشوارع، والفوز في المسابقة منحني دفعة كبيرة لاكتشاف المزيد في عالم التصوير.

المصور الإيراني «أحمد صالح» قال عن صورته الفائزة: التقطت الصورة عام 2013 في ميانداشتر- أصفهان بإيران، خلال عملي على فيلم وثائقي اجتماعي عن حياة سكان تلك المنطقة. الشخصية الموجودة في الصورة هي امرأة عجوز تعيش بمفردها في منزل ريفي، وقد توفيت عام 2017. أنا أشارك في جميع مسابقات «هيبا» تقريباً ووصلت عدة مرات للمرحلة النهائية، لذا كان خبر الفوز سعيماً جداً ومختلفاً بالنسبة لي، فالنجاح بعد الجهد والعمل الجاد جميل وفخر لصاحبه. لقد حققت هدفي الأول، أما الثاني فهو الفوز بالجائزة الكبرى لـ «هيبا» وسأعمل على تحقيقه بكل جهدي.

عقب خاص يوئد شعوراً محمداً ويحلو لأصحابه التعبير عنه بالعديد من الأساليب الفنية الإبداعية، وبالطبع الصور هنا تلعب دور «آلة الزمن» بنجاح متكامل من خلال جمعنا بالواقف والتفاصيل التي نشعر بالحنين لها. مبروك للفائزين المستحقين للتكريم بأعمالهم المبهرة، خاصة أولئك المواطنين على المشاركة منهم، لهم منّا كل التقدير، وفي هذا أبلغ درس في المباشرة وأسرار الفوز. المصور الإماراتي «أحمد عبيد النقيب» يقول عن صورته الفائزة: التقطت الصورة في مساي - الفجيرة (الحصن

والإيراني «أحمد صالح». وسيحصل الفائزون الأربعة على الميدالية التذكيرية الخاصة بالجائزة وستنشر صورهم وأسمائهم على الحساب الرسمي للجائزة على استغرام HIPAae، وقد شهدت مسابقة شهر يوليو استخدام الـ #Nostalgia\_HIPAContest. وفي تصريحه عن الحدث، قال سعادة الأمين العام للجائزة، علي خليفة بن ثالث، الحنين لتفاصيل خاصة من الماضي هو عنوان عريض تقاطع معه الفنانون في كل الأجيال وأغلب مجالات الفنون إن لم يكن جميعها. هذا الحنين له

أعلنت الأمانة العامة لجائزة حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم الدولية للتصوير الضوئي، عن الفائزين بمسابقة استغرام لشهر يوليو 2021، والتي كان موضوعها «الحنين إلى الماضي». المسابقة شهدت تفعلاً خليجياً مستحقاً، من خلال فوز المصورين الإماراتي «أحمد عبيد النقيب» والسعودي «فهد عبدالعزيز العودة»، بجانب قائمة فائزين ضمت أيضاً المصور الهندي «جانيش براساد».



فهد عبد العزيز العودة | المملكة العربية السعودية  
Fahad Abdulaziz Aloudah | Saudi Arabia



أحمد صالح | إيران  
Ahmad Salehi | Iran



أحمد عبيد النقيب | الإمارات العربية المتحدة  
Ahmed Obaid Alnqabi | UAE

## منوعات

# الفكر

31

بدأت بالادوار الخفيفة ثم انتقلت إلى الثقيل جداً

## زينة مكي: دوري في (شتي يا بيروت) جريء جداً

مع عرض مسلسل (صالون زهرة) في ١٩ أغسطس الجاري، تواصل الممثلة اللبنانية زينة مكي تصوير دورها في مسلسل (شتي يا بيروت)، الذي يشارك فيه عابد فهد وممثل أو ممثلة، لم تكشف عن اسميهما، ولكنه سيكون مفاجأة المسلسل. مكي أكدت أنها تفرح بالعمل مع نادين نجيم، لافتة إلى أنه يوجد بينهما صدق في العلاقة قل نظيره في الوسط الفني، موضحة أنه كان هناك ارتجال إلى حد ما في مسلسل (صالون زهرة) ساعدت عليه الكيمياء بين الممثلين المشاركين فيه. وتحدثت مكي أيضاً عن طلاقها، وقالت إنه حصل نتيجة عدم تفاهم، مع أنه سبقته قصة حب صاعقة وسريعة، انتهت بالزواج ولكنه لم يدم طويلاً.

يعرفني أنه لا يوجد لدي أصدقاء في الوسط الفني، وبالرغم من أنني لا ألتقي بنادين كثيراً، ولكننا على تواصل دائم، وعندما ألتقيها ولو بعد مرور عام كامل على آخر لقاء بيننا، أشعر وكأنني التقيتها بالأمن.

علاقتنا بدأت قبل 4 أعوام مع مسلسل (طريق)، وهي مستمرة حتى اليوم.

- وهل هذا الأمر له علاقة بالثقة بالنفس؟
- طبعاً، بالإضافة إلى صدق غريب لأنه غير موجود في الوسط. أحب نادين كإنسانة، وليس لأنها نادين نجيم، وهي تدركني بشيقتي الكبرى، وهي تحبني أيضاً.
- الشعور متبادل بيننا، لكنني لا أعرف كيف ولماذا.
- اللافتة في تجربة نادين نجيم أنها تنجح مع أي ممثل يشاركها أعمالها؟
- هذا صحيح.
- نادين تشغل على نفسها، حتى لو شعرنا بأنها غير منسجمة مع ممثل ما، فإنها تبذل جهدها كي يتحقق العكس (وبتمشي الحال) دائماً.
- ماذا لفتك في مسلسل (شتي يا بيروت).
- هل نصه مثلاً أم أبطاله، خصوصاً أنك أشرت إلى أن وجود نادين نجيم في (صالون زهرة) كان السبب الرئيسي في مشاركتك فيه؟
- لا شك في أن ما شجعتني على المشاركة في مسلسل (صالون زهرة) هو وجود نادين نجيم فيه، كذلك النص، عدا عن أنه من إنتاج شركة الصباح التي اعتدت على العمل معها.
- أما بالنسبة إلى (شتي يا بيروت)، فكنت أعرف أن عابد فهد يشارك فيه، ولم أكن أعرف أسماء باقي الشخصيات المشاركة، وهناك اسم سيكون مفاجأة في العمل ولن يتم الإعلان عنه قبل عرض العمل، وهو فنان لن أحدد إذا كان رجلاً أو أنثى، ومحبوب جداً من الناس.
- وأكثر ما لفتني في هذا العمل هو نصه، فطريقة الكتابة فيه حقيقية، كما أن المواضيع المطروحة جديدة، عدا عن أن دوري فيه جريء جداً.
- بأي معنى دورك جريء، لأن الجراءة لها أكثر من معنى وتفسير؟
- هو دور جريء على المستويات كافة.
- أقدم شخصية (نور)، والسأ زغيب دور شقيقتي، ولكننا شخصيتان متناقضتان تماماً عن بعضهما، وتعتبرنا المشاكل، وتواجهها كل واحدة منا على طريقته.
- بالرغم من نجاح الفنان في أعماله وأدواره، لكن تبقى أخباره الخاصة محط اهتمام الناس أكثر.
- وكثيرون يتساءلون عن سبب طلاقك الذي كان مفاجئاً أكثر من زواجك، ماذا حصل تحديداً وتَسبَّب بهذا الطلاق السريع؟
- أعرف أن هناك أناساً يشعرون بأنهم معنيون بالموضوع.
- وإذا قلتُ لا أريد أن أتحدث عن طلاق أو أنها كانت ضحكة وطويئتها، قد يقولون ولكنك تحدثت عن زواجك وأنتم الفنانون تتحدثون عن الزواج ولكنكم تتكلمون حول الانفصال.
- وقد سمعتُ الكثير من التعليقات المشابهة.
- أعرف أنني تحدثت عن حياتي الشخصية علناً وعن زواجي، ولكنني لا أحيّد الكلام عن انفصالي.
- ولكن البعض يمكن أن يستنتج أن الطلاق السريع يقف وراءه سبب كبير جداً أو خداع، خصوصاً أن الزواج سبقته قصة حب كبيرة؟
- وربما يكون السبب عدم تفاهم كبير جداً.
- ولكن سبقتُ الزواج قصة حب وكنتمنا تعرفنا بعضكم البعض وكنتمنا متفاهمين وإلا لما أقدمتما على قرار مصيري هو الزواج؟
- هذا صحيح.
- ولكن فترة التعارف كانت قصيرة.
- وهذا يعني أن حكماً كان صاعقاً وكبيراً؟
- طبعاً وإلا لما تَزَوَّجنا.
- وكان قرار الطلاق بسبب عدم التفاهم؟
- هو نوع من عدم التفاهم الذي يؤدي إلى الطلاق.

تحبينها لأنها تشبهك أكثر من الأعمال الكوميديّة؟  
- لا شك أنه توجد علاقة، ولكنني أجمع بين الشخصيتين. كي (أفش خفتي).

أشارك في أعمال كوميديّة، وتمكّنتُ من تجاوز نفسي، وأترك الجذ للأعمال الدسمة.

أحب التمثيل بطبعي، عندما استلمت نص (شتي يا بيروت) وصلنتني 13 حلقة وقرأتها دفعة واحدة من دون توقف، لأنه أعجبني كثيراً.

- هل تحبين التمثيل مع نادين نجيم؟
- نعم.

السبب الأول الذي جعلني أوافق على مسلسل (صالون زهرة)، هو أنني كنت أرغب في أن تشارك في عمل واحد، لأنها ممثلة مريحة وبارعة ويوجد الكثير من العنوية في أدائها.

أتسلّى وأفرح بالعمل معها.

- حتى على المستوى الشخصي تبادون منسجمين وغالباً ما تتبادلان الإطراء عبر (السوشيال ميديا)؟
- نحن نحب بعضنا.
- لا شك أنها مسألة نادرة في الوسط الفني؟
- بل هي نادرة جداً.

انتهيت من تصوير (صالون زهرة) وياشرت فوراً تصوير مسلسل (شتي يا بيروت)، فهل أنت مع فكرة الانتهاء من تصوير عمل والباشرة بتصوير آخر، خصوصاً أنه يُعرف عنك حرصك على التحضير للشخصية قبل البدء بتصويرها؟

- بدأت بالتحضير لمسلسل (شتي يا بيروت) قبل نحو عام، وما ساعدني في هذا الموضوع أن دوري كوميدي وخفيف وليس عميقاً ولا يحتاج إلى بحث، وكان المطلوب العمل على تركيب الشخصية فقط.

ولأنني منذ فترة طويلة تسلّمتُ نصف حلقات (شتي يا بيروت)، كان لديّ متسع من الوقت للتحضير لهذا العمل خلال تصوير (صالون زهرة).

- بما أن (صالون زهرة) عمل كوميدي، فهل كان يحق لكم الارتجال خلال التصوير؟
- نعم، نحن ارتجلنا ولكن إلى حد ما، وقد ساعد وجود الكيمياء بين الممثلين في هذا الموضوع.
- من ناحية بيني وبين (بنات الصالون)، ومن ناحية أخرى بيني وبين حسين مقلد الذي يلعب دور خطيبي في المسلسل.
- الجو العام و(مود) المسلسل كانا يدفعاننا بشكل تلقائي إلى اللجوء لبعض الإضافات.
- كنا نساعد بعضنا البعض ونتلقّف الحوارات بعفوية وتلقائية وبإسجام كلي.
- هل تترين أن الفنان يجب أن يمرّر بين (الأعمال الثقيلة) التي يلعبها أفعالاً خفيفة كي يظل مرتاحاً بين عمل وآخر؟
- بدأت بالخفيف ثم انتقلت إلى الثقيل جداً.
- وأنت تفضلين النوع الثاني؟
- هذا صحيح. ولكن هناك ثلثة بالأعمال الخفيفة اكتشفتها ولم أكن أعرفها سابقاً، إذ نسبياً أكون مرتاحة ولا أستخدم طاقتي كلها وأشعر وكأنني أتسلّى وأنا أعب دوري.
- الكوميديا جميلة، ولكننا دقيقة جداً، إلا أنني أميل إلى الأعمال الخفيفة، لأنني أحب المرحلة التي يتم خلالها التحضير للشخصية، وأتربّب ماذا يمكن أن أعطي في موقع التصوير.
- هل تشعرين بأنك تمثّلين فعلاً عند أداء الأدوار الصعبة، ولكنك (تلعين) في الأدوار الكوميديّة؟
- اللعب موجود في كلا النوعين من الأعمال، ولكن في كل واحد منهما بطريقة مختلفة.
- إلا أن الراحة النفسية تكون في الأدوار الخفيفة.
- لأنني لا أحمل عبء ومسؤولية مشهد دسم، وعادة أشعر بألم في البطن قبل تمثيل المشاهد الخفيفة، لأنني أشعر بمسؤولية أن أكون حقيقية فيها.
- هل توجد علاقة بين ميّلك للأدوار الصعبة والمركبة وبين شخصيتك وهل



## خالد سرحان: عادل إمام بمثابة الأب الروحي لي

كشف الفنان خالد سرحان تفاصيل علاقته بالزعيم عادل إمام، وكواليس سنوات العمل الطويلة التي جمعتها به في العديد من الأعمال الفنية، سواء في المسرح أو السينما والتلفزيون.

وأوضح سرحان خلال حوار مع الإعلامية أميرة عدلي في برنامج lite show، عبر قناة "الحياة"، أن عادل إمام بمثابة أب روحي له ولكل أبناء جيله من النجوم، قائلاً: "هو بالنسبة لي أب روحي ليا ولناس كثير، مفيش نجم معداش على محطه الزعيم عشان يبقى نجم، والحمد لله علاقتي بيه جيدة وجميلة جداً".

وتابع: "أنا اشتغلت معاه حوالي 7 سنين في المسرح، روحنا فيها سوريا والعراق وأمريكا وبلاد كثير، تقريبا هو الممثل الوحيد في مصر اللي كان بيشتغل 6 أيام مسرح، إحنا ساعات كنا بفتح في رمضان، وأنا مكنتش فاهم ليه لأن رمضان مش موسم مسرح، ومع ذلك تلاقي جمهور كثير موجود كل يوم.. الأستاذ عادل قمة فنية وظاهرة لا يشبهها أحد أبداً".

وعن موقفه من الجزء الثاني من فيلم "حريم كريم"، أوضح أنه لا توجد أي تفاصيل واضحة للمشروع حتى الآن، ولا جديد فيما يتعلق بإمكانية تنفيذه من عدمه، مضيفاً: "دلوقتشان تقدر تلم نفس المجموعة اللي كانت في الفيلم وتجمعهم ثاني صعب، خلاص كل واحد بقى نجم في حنته".

الفيلم يضم طافش وبدر وفاخر

## خالد سليم سعيد ب (أزمة قلبية)

انطلق أخيراً تصوير الفيلم السينمائي المصري الجديد (أزمة قلبية)، حيث كانت البداية في منطقة مصر القديمة، بالقرب من وسط القاهرة، قبل أن ينتقل الفريق إلى مدينة الشيخ زايد في ما بعد إلى أطراف القاهرة، لاستكمال التصوير. وأعرب الفنان خالد سليم، أحد أبطال العمل لـ(الراي)، عن سعادته (بالعودة إلى السينما من جديد، وبالعودة للفريق)، إضافة إلى سعادته بالعمل للمرة الأولى مع الفنانة السورية نسرين طافش، لافتاً إلى أن العمل يسير في أجواء طيبة، ومتفانياً (يكون الفيلم فوياً، لأن قصته جميلة). من جهتها، كشفت مصادر في الشركة المنتجة لـ(الراي) عن اكتمال فريق العمل باتضمام النجمتين سوسن بدر وهالة فاخر). ويضم (أزمة قلبية) في بطولته أيضاً كلا من محمد عز وتوني ماهر، علماً أنه من تأليف الكاتب محمد حسين الماظة، وإخراج مرقس عادل، وإنتاج الريماس للإنتاج الفني والسينمائي، وقررت الشركة طرحه في موسم العام الجديد.



# الفكر

## الموز فاكهة عالية القدرات

بالسرعات الحرارية لارتفاع منسوب السكر فيه ويصلح كوجبة غذائية، وإن كان لا ينصح به الصابون بدء السكري. أما الموز الناضج بقشرة منقطة ببقع سوداء فيتضمن كمية مرتفعة نسبياً من مادة "تي أن أف" المضادة للسرطان. فيما إذا كان مفرطاً في النضج إلى حد سواد قشرته فقدترته أعلى في كبح تكاثر خلايا الأورام السرطانية. ويصح الخبير الفنلندي ريبغو لاتيكائين على ضرورة التعود على تناول الموز والفاواكه بشكل عام يومياً، والتي ذكر منها الكيوي والبرتقال واليوسفي والجريب فروت والتوت والمشمش الأسود وثيق البحر، لغناها بالفيتامينات المتنوعة الضرورية ومزاياها العالية الفائدة للتوازن الصحي لجسم الإنسان.

أعلن ريبغو لاتيكائين الخبير الفنلندي في مجال التغذية أن الموز هو "الفاكهة الرائدة بلا منازع" لمزاياه الغذائية متعددة ومتنوعة الفيتامينات، ويعد الفاكهة الأكثر استهلاكاً عالمياً. فالموز، فضلاً عن غناه بالعناصر الغذائية/الصحية كالبوتاسيوم، بنسبة 487 ملغ لكل موزة وهو مفيد في خفض ضغط الدم، والمغنيزيوم، والفيتامينات "ب" و"ج" ، يتوفر على فوائد أخرى متغيرة وفقاً لتغير لون قشرته الموابك لكل مرحلة من مراحل نضجه حيث أن لكل لون مزايا غذائية خاصة به. وأوضح ريبغو لاتيكائين أن الموز أخضر اللون مفيد في إنقاص الوزن لانخفاض مستوى السكر فيه، بالإضافة إلى توفره على المواد المضادة للأكسدة المعززة لصحة الجهاز الهضمي. في المقابل، الموز الأصفر غني



## مواد غذائية لا ينصح بتناولها مع الطماطم

أعلنت الدكتورة الروسية أنا دينيسوفا، أخصائية أمراض الجهاز الهضمي، أن هناك مجموعة من المواد الغذائية لا ينصح بتناولها مع الطماطم. وتقول في حديث لوكالة نوفوستي الروسية للأخبار، "الطماطم مدرجة في قائمة المواد الغذائية المحرمة على المرضى الذين يعانون من الارتجاع المعدي المريئي. لأنه عند تناولهم الطماطم، تحدث عندهم الحرقلة والتجشؤ. ويظهر عندهم الشعور بطعم مر أو حامض في الفم، لأن محتوى المعدة يرتفع إلى المريء. وكل هذا ينتج عند تناول كمية من الطماطم الطازجة أو المطهية أو على شكل معجون الطماطم وبالطبع عن تناول البيترزا بالطماطم". ووفقاً للأخصائية، تدرج في قائمة المواد المسببة للحرقلة بالإضافة إلى الطماطم والمعجون: القهوة والحمضيات والشوكولاتة والمعجنات وخاصة الساخنة والبطاطس والبيترزا، وعند تناول هذه المواد أو جزء منها مع بعض يزيد من حرقلة المعدة.

## هل من الضروري تناول الطعام حتى عند فقدان الشهية؟

كشف الدكتور سيرغي أوبلوجكو، أخصائي الأمراض النفسية والتغذية الروسي، أي المواد الغذائية الملائمة للنظام الغذائي الصحي، وهل يجب إجبار النفس على تناول الطعام حتى في حال غياب الشهية؟ يشير الخبير، في حديث لراديو "سيوتنيك"، إلى أنه في موسم الحر، يجب الإكثار من تناول الفواكه الطازجة الغنية بالفيتامينات. ولكن لا ينبغي أن تحل محل وجبات الطعام المعتادة.

ويقول، "أنا أقترح الإكثار من تناول الفواكه في موسم الحر، ولكن ليس على معدة فارغة، بل كحلوى. 100-200 غرام من الفواكه بعد تناول وجبة الطعام". ووفقاً له، لتحمل حرارة الصيف يمكن إضافة الأطعمة الحامضة إلى النظام الغذائي اليومي، لأنها تساعد على تخفيض درجة حرارة الجسم. ويقول، "من الأفضل في الطقس الحار تناول مواد غذائية حامضة، مثل الملفوف والخضروات المخمرة، لأن المأكولات الحامضة تخفض بشكل انعكاسي درجة حرارة الجسم".

وبالإضافة إلى ذلك، من الضروري إضافة مواد غذائية إلى النظام الغذائي اليومي، تساعد على الاحتفاظ بتوازن العناصر الدقيقة في الجسم. لأن هذا مهم خاصة في الطقس الحار، لأن الجسم يفقد في عملية التعرق الكثير من المواد المفيدة. ويقول، "هذه المواد هي الطماطم والمأكولات البحرية، التي تحتوي على نسبة عالية مما يسمى بالأملاح المخفية ذات الأصل الطبيعي، الضرورية جداً في الطقس الحار. والمأكولات البحرية غنية بالمعادن، علاوة على أنها ذات سرعات حرارية منخفضة". ويضيف موضحاً، هل يجب إجبار النفس على تناول الطعام عند غياب الشهية في الطقس الحار. ويقول، "لا داعي للإفراط في تناول الطعام، ولكن ينصح بتناول وجبات خفيفة في الطقس الحار. فمثلاً عندما تتناول 200 غرام من الطعام وتشرب 150 غراماً من السوائل، تجري في الجسم سلسلة من التفاعلات المرتبطة بعملية الهضم، وتساعد على تنظيم السلوك الغذائي، ما يسمح بتجنب الإفراط بتناول الطعام في وجبة العشاء".



طائر اللقلق الأبيض يقفان على أشجار المتغروف على الساحل الشمالي لجاكرتا، إندونيسيا. رويترز

## قرأت لك

### الأناناس

أوضح الموقع الطبي الأمريكي "Health"، المختص بفوائد الأغذية والعلاجات الطبيعية، أن الأناناس من الأغذية القوية التي لا غنى عنها للجسم، حيث إنه يحتوي على إنزيم البروميلين وفيتامين C، وكلاهما يعملان على إزالة السموم وفي عملية الشفاء من الجسم.



وأشار الخبراء إلى أن الأناناس يقلل الالتهاب لأنه يحتوي على البروميلين، وهو الإنزيم الذي له تأثير مضاد للالتهابات، ويساعد على التخلص من السموم من الجسم عن طريق وقف الالتهاب الذي يصيب كل الأنسجة والأعضاء في الجسم. ولفنوا إلى أنه يمكن إدخال الأناناس في الروتين اليومي كعلاج لإصابات المفاصل عن طريق الحد من الالتهاب والألم، وأضاف الباحثون، إنه يساعد على فقدان الوزن، حيث إنه يحتوي على الألياف، والتي تعمل على ببطء عملية الهضم وتطيل الشعور بالامتلاء.

## سؤال وجواب

- ماهي أول دولة في العالم استخدمت طابع البريد ؟  
-في بريطانيا في عهد الملكة فكتوريا
- من أول من صنع الكعك ؟  
-م القدماء المصريين
- من أول من استعمل الساعة اليدوية ؟  
-م الجنود البريطانيين .
- من بنتى حدائق بابل المعلقة ؟  
- هو الملك الأشوري نبوخذ نصر الثاني
- من أول من عرف السيرك ؟  
-م الرومان في روما والسيرك كلمة لاتينية تعني الدائرة
- من أول من أطلق كلمة برلمان على المجالس الوطنية ومجالس الأمة ؟  
- هم الفرنسيين وأصلها بارل وتعني كلام

## هل تعلم؟

- هل تعلم أن الكنغر يعتبر أحد أغرب وأقدم أجناس الحيوانات الموجودة على الأرض اليوم. وهو يتواجد بكثرة في أستراليا، ويشتهر بجراجه الموجود على بطنه الذي يحمل فيه صغيره بعد الولادة. يقف الكنغر المكتمل النمو بطول حوالي مترين. ولديه أرجل أمامية قصيرة ذات مخالب صغيرة، ورجلان خلفيتان طويلتان جدا وهما اللتان تمكنان الكنغر من القفز لمسافات طويلة تصل أحيانا إلى 6 أمتار.
- هل تعلم أن الكلب يهز ذنبه عندما يكون سعيدا. وإن التمساح تنزل له دموع ولكن ليس عند الخوف أو الألم، إنما عندما يكون يأكل شيئا أكبر من اسعاف فتحة فمه، وأن القط يقوس ظهره عند الخوف.
- هل تعلم أن هناك ثلاث مجموعات من الحيوانات البرمائية هي الضفادع البحرية والضفادع التي تعيش غالبا على اليابسة ولا ذيل لها. والسمندرية، والحيوانات الحجرية.
- هناك أكثر من 1040 جنسا من الحيوانات البرمائية، ورغم أنها تعيش على اليابسة فهي تعود إلى الماء لموسم العاشرة، حيث تضع البيوض هناك.
- هل تعلم أن من بين الحيوانات الثديية يعتقد أن الفيل يعيش أطول حياة قد تصل إلى 150 أو 200 سنة، والحصان يعيش أحيانا فوق 50 عاماً. ومن بين الطيور فإن النسور تعيش أيضاً أكثر من 100 سنة. أما بطل الحياة الطويلة فهي السحفاة، فهناك سحفاة مشهورة جدا تدعى سحفاة مونتيسوس عاشت بكل تأكيد 152 سنة ومنهم من يعيش أكثر من 200 سنة.

## قصة شروقا

عندما حان موعد شروق الشمس ومع اول خيوطها الذهبية اطلت المولودة بوجهها الصغير الرائع ... وصرخت القابلة مبروك انها بنت رائعة الجمال ومشرق وجاءت للدنيا باتسامه جميلة فهلل الاب الذي ينتظر هذه اللحظة منذ سنوات طويلة وقال انها شروق .. سأسميتها شروق.

مرت سنوات كثيرة تكبر فيها شروق وتكبر حتى صارت عروس فأنته شعرها بمثل خيوط الشمس الذهبية ووجهها اجمل ما تراه في البلدة الامنة حتى جاء يوم تنظره كل ام حين يتقدم منها من يقول زوجيني ابنتك ولكن هنا فالامر مختلف فقد كان ابن الوزير هو من جاء ولكنه يريداه في بيته جاربه وليست زوجة وعندما قال الاب كلمته ابنتني ليست جاربه صرخ هذا الشاب وهدد بالقتل والخراب لمن يعصي له كلمة لكن الكلمة هنا كانت كلمة شروق تلك الذكيه الجميلة الفاتنه والمآكره، نعم مآكره فهي تعرف ان اباهما لن يستطيع محاربه ابن الوزير وقد عرف عنه الغضب السريع وسفك الدماء، حسنا ابها الشاب اتركني بضعة ايام وتعالى لتأخذني، ذهب وكان في قمة سعادته فستكون عنده جاربه اجمل من كل جوارى الملك بل الدنيا بأسرها.

مساء ارتدت شروق احلى ما عندها، تجملت وهي الجميله، تزيتت وهي زينه فتبات المدينه وتسلمت ببهوه إلى القصر، نعم طلبت مقابله الملك وعندما سمع رئيس الحرس بمطلبها ضحك، وقال مندهشا الملك نفسه تريدين مقابله فتانت وستندم ان لم تبلغه ذلك، اؤكد لك انك ستندم ان لم تبلغه، وصل الكلام إلى الملك وكان يجلس مع عاملته للعشاء الملكة وابنتها وابنها .. اميرا وسيم تمناه كل فتاه، انحت شروق بتحيه رقيقه وبعصوت هادئه قالت جئت استجير بولايه الملك ان استطاع ان يجيرني فانتقض الملك، وقال وان لم اجيرك انا فمن يستطيع غيري هاتي ما عندك .. حكيت ما حدث وازافت انها لن تكون جاربه لاحد وان ارادها زوجة فهي ايضا لن تقبل به فان يده ملونه بالدماء ومن لا يخاف الملك لا يتورع عن عمل اي شيء، فكيف تأمن على نفسها زوجة له .. صوت جميل وكلام يدخل القلوب خاصة ان كان قلب مثل قلب الامير الوسيم وقلب الملكة الام التي اصعبت بشجاعه تلك الفتاة التي تصلح بكلماتها وهدونها وجمالها ان تكون زوجة امير، وسبقدر الشعب كثيرا ان تكون زوجة الملك القادم فتاه من وطنهم تكسب ودهم وتضع الملكة بين يديها ويد زوجها ... حسنا كل شيء يسير كما ارادت شروق ارسل الملك في طلب والد شروق ليطلب ابنته زوجة للامير واعلنت الافراح وارتسمت السعادة على كل وجه ما عدا وجه ابن الوزير، فكيف له ان يتحدى الملك وعندما اعلن غضبه بطريقته عند بيت شروق وجد الحرس في انتظاره، حضرت كل المدينه عرس الامير والاميره ولكن الوزير وابنه لم يحضرا ذلك العرس فليس من المتبع ان يخرج السجناء من سجونهم ليحضروا الاعراس والحفلات.

