

إنقاذ حياة 4 مرضى في
السعودية والإمارات بعد
التبرع بأعضاء متوفى دماغياً



عصام كاريكا:
عندما أحضر لأغنية أسعى
لتوفير كل عناصر النجاح



كيف تحمي نفسك من
الإصابة بكورونا مرتين؟

دراسة : نصف سكان نيودلهي

أصيبوا بفيروس كورونا

خلصت دراسة إلى أن أكثر من نصف سكان العاصمة الهندية نيودلهي أصيبوا بفيروس كورونا، وأصبحت لديهم أجسام مضادة. وقال وزير الصحة في نيودلهي ساتيندرا جاين للصحفيين إنه تم جمع عينات 28 ألف مواطن من أجل الدراسة الخامسة بشأن الأمصال في العاصمة الهندية، في الفترة من 15 حتى 23 يناير (كانون الثاني) الماضي. وأضاف جاين أن البيانات أظهرت أن 20 مليون نسمة، تتجه نحو مناعة القطيع، حينما تصبح أغلبية السكان لديهم مناعة من المرض، مما يؤدي إلى بقاء انتشاره، محذرا من أن يتخطى المواطنين عن حذرهم، وتابع "هذه خامس دراسة من نوعها تتم في دلهي، وجرى اكتشاف أجسام مضادة لدى 56.13% من السكان". وأضاف "الدراسة الأخيرة خلصت إلى أن 25% إلى 26% لديهم أجسام مضادة، مما يعني أن دلهي تتجه نحو مناعة القطيع. حالات الإصابة تتراجع إلى أقل من 200 يوميا، ولكني أطلب المواطنين بعدم التخلي عن الحذر، التزاما بارتداء الكمامات"، وسجلت دلهي رسميا 635 ألفا و 257 حالة إصابة بالفيروس، نحو أكثر من 3% من تعداد سكانها، ويشير الفرق إلى وجود أعداد كبيرة من الصابين بالفيروس لا تظهر عليهم أي أعراض، بحسب ما قاله المسؤولون.

فشل تجربة صاروخ

جديد من سبيس إكس

تحطم نموذج أولي لصاروخ "ستارشيب" الفضائي العملاق الذي تطوره شركة "سبيس إكس" الأمريكية لدى هبوطه أمس الأول الثلاثاء خلال رحلة تجريبية أُلغيت من ساحل تكساس، بحسب ما أظهرت مشاهد بثتها الشركة المتخصصة بطيران الفضاء. وكان صاروخ النموذج الأولي نفسه لقي المصير نفسه في كانون الأول/ديسمبر. ويومها نجحت المركبة الفضائية في الإقلاع قبل أن تهبط وتتحطم وسط كرة نهب ضخمة، وقال خبير في "سبيس إكس" في معرض تعليقه على سير عملية الإطلاق التي بثت الشركة قائمها مباشرة على الهواء مرة جديدة حصلنا على رحلة ممتازة. وأضاف "علينا فقط العمل قليلا على الهبوط".

دراسة: المتعافون من كوفيد

لديهم حماية 6 أشهر

خلصت دراسة بريطانية كبرى أمس الأربعاء إلى أن جميع المتعافين من فيروس كورونا المستجد تبقى لديهم مستويات عالية من الأجسام المضادة لمدة ستة أشهر على الأقل تحميهم على الأرجح من الإصابة مرة أخرى. وقال العلماء إن الدراسة، التي تقيس مستويات الإصابة السابقة بكوفيد-19 وسط السكان في جميع أنحاء بريطانيا وكذلك المدة التي استمرت فيها الأجسام المضادة لدى المصابين، تقدم بعض الطمأنينة بأن الإصابة مرة ثانية سريعا ستكون نادرة. وقالت نومي آين، الأستاذة وكبيرة العلماء في البنك الحيوي في المملكة المتحدة، حيث أجريت الدراسة "تحتفظ الغالبية العظمى بالأجسام المضادة التي يمكن رصدها لمدة ستة أشهر على الأقل بعد الإصابة بفيروس كورونا". وأظهرت النتائج أن من بين المشاركين الذين ثبتت إصابتهم بكوفيد-19 في السابق، احتفظ 99% في المئة بالأجسام المضادة لمدة ثلاثة أشهر. وبعد ستة أشهر كاملة من المتابعة خلال الدراسة، ظلت الأجسام المضادة لدى 88% في المئة. وقالت آين "برغم أننا لا نستطيع التأكد من علاقة ذلك بالمناعة، إلا أن النتائج تشير إلى أنه يمكن حماية الأشخاص من العدوى مرة ثانية لمدة ستة أشهر على الأقل بعد الإصابة". وقالت إن النتائج تتفق أيضا مع نتائج دراسات أخرى في المملكة المتحدة وأيسلندا خلصت إلى أن الأجسام المضادة لفيروس كورونا تبقى على الأرجح عدة أشهر في المتعافين.

كيف تعالج الحيوانات الأليفة الاكتئاب والتوتر فينا . . ؟



يبدو أن الحيوانات الأليفة لديها الكثير لتعطيها للبشر؛ إذ لا يقتصر الأمر فقط على الرفقة الحسنة. ولكن هل تخيلت يوما أن لبعض الحيوانات القدرة على المساعدة في علاج الاكتئاب والتوتر.. كيف؟ هل تخيلت أن تزور الكلاب في مهمة علاجية الأطفال الذين يعانون من صعوبات في التعلم أو يتم اصطحابها لقضاء بعض الوقت مع كبار السن في دور الرعاية؟ هذا ما يحدث بالفعل في طريقة علاجية حديثة تساهم الحيوانات الأليفة فيها. وفي حوار أجرته DW مع الأخصائية النفسية والباحثة بجامعة إيرفورت للعلوم التطبيقية IBUH، أندريا بيتس، ألفت بيتس الضوء على كيفية الاستعانة بالحيوانات في البرامج التي تستهدف علاج كبار السن وتدريب الأطفال.

وترى بيتس، والتي عملت لأكثر من عشرين عاما في مجال التفاعل بين البشر والحيوانات، أن ما يشعر به الأطفال من انفتاح وفضول وألفة نحو الحيوانات يساهم في نجاح هذا النوع من البرامج.

ويعتبر كبار السن المجموعة الثانية الأكثر تأثرا ببرامج التدخل بمساعدة الحيوانات، إذ يتم الاستعانة بهم لتحسين الحالة المزاجية لكبار السن وتوجيه انتباههم للحيوانات بدلا من التفكير في مشاكل السن والمرض. وذكرت الأخصائية النفسية أنه خلال السنوات الأخيرة تم إجراء دراسات متعددة حول التأثير الإيجابي الذي تحققه الاستعانة بالحيوانات في العلاج أو التعلم. فعلى سبيل المثال، أظهرت عدة دراسات أن التدخل العلاجي بمساعدة الحيوانات "يمكنه خفض معدلات الاكتئاب والتوتر وتحسين الحالة المزاجية ورفع مشاعر الثقة والتعاطف". كما لذلك النوع من البرامج العلاجية القدرة على خفض معدلات ضغط الدم والكوليسترول المرتبط بالضغط العصبي، في الوقت الذي تعمل فيه على رفع معدلات هرمون الأوكسيتوكين الذي يساهم في الشعور بالهدوء.

وترى بيتس أن امتلاك حيوان أليف أو حتى مجرد زيارته باستمرار من شأنه إحداث تأثير إيجابي والتقليل من معدلات الضغط والتوتر بشكل عام، ولكن ليس بفعالية الاستعانة نفسها بحيوانات في إطار برامج علاجية أو تعليمية تحت إشراف متخصص.

وأظهرت عدة دراسات بالفعل أن الأشخاص الذين يربون حيوانات أليفة عادة ما يكون لديهم "قدرة أكبر على النوم ومعدلات حيوية أفضل وفرص نجاة أعلى من السكتات القلبية". وتنبه الباحثة الألمانية لضرورة الاستعانة بأنواع محددة، وبناء على ذلك، تم إعطاء كل فأر درجات مختلفة بناء على سلوكه. وبمساعدة برامج الكمبيوتر الخاصة التي قامت مع البشر. ويجب تطويع تلك الحيوانات وتربيتها بقرب البشر منذ الصغر لتجنب إصابة الحيوان بالقلق أو الضغط لدى اقتراب الإنسان منه.

وتنصح بيتس بتجنب تربية الأفاعي وغيرها من الزواحف بسبب خطر إصابة الإنسان بالسالمونيلا، كما تحذر من الاختلاط بالحيوانات في حالة الحساسية منها أو غيرها من المشاكل الصحية التي يجب أن تؤخذ في الاعتبار. وإن كان الشخص يشعر بالخوف، فربما يتعين حينها على المعالج النفسي الاستعانة بطريقة أخرى للعلاج دون الاستعانة بالحيوانات.

دراسة سلوك الفئران لعلاج البشر من الاكتئاب! طور العلماء طريقة جديدة لقياس الاختلافات في شخصيات الحيوانات، لكن مهلا.. ما دخل البشر بالأمر؟ الحقيقة أن فهم سمات الشخصية هو المفتاح للوصول إلى مزيد من العلاجات الفردية في الطب النفسي. بغرض التجربة، قام فريق بحثي متخصص في علم الأعصاب من معهد "ألون شين" بوضع فأر وسط مجموعة من الفئران وتركت له حرية التجول. ومن خلال فحص سلوك وتفاعل تلك القوارض على مدار بضعة أيام، تمكن العلماء من تحديد ما يصل إلى 60 سلوكا مختلفا. ومن الأمثلة على هذه السلوكيات الرغبة

التباين في مدة نوم البشر يعود إلى جيناتهم

عادة ما يوصف الأشخاص الذين ينامون لوقت طويل بالكسالى، لكن دراسة حديثة تقول إن الأمر له علاقة بجينات معينة مسؤولة عن التباين في مدة النوم بين البشر. وراجح خبراء من جامعة أكسفورد وهولندا والولايات المتحدة 36 دراسة سابقة حول مدة وجودة النوم، بما في ذلك دراسة 400 مجموعة من التوائم البالغين لمعرفة ما إذا كانت الاتجاهات وراثية، ووجدوا أن 46% من التباين في مدة نومنا يمكن إرجاعه إلى حمضنا النووي. كما أظهرت النتائج التي نشرت في دورية Sleep Medicine Reviews أن 44% من الاختلاف في نوعية النوم يرجع إلى العوامل الوراثية. ويرجع الاختلاف المتبقي في مدة النوم إلى نمط الحياة والعوامل البيئية مثل الإجهاد أو التلوث الضوئي، بحسب صحيفة ديلي ميل البريطانية. وقالت البروفيسور أليس جريجوري، مؤلفة كتاب Nodding Off "لا ينبغي أن يعتقد الناس أن النوم السيء هو بسبب جيناتنا فقط ولا يمكن فعل أي شيء حيالها، ولكن هناك الكثير من الأشياء التي يمكن أن تساعد، مثل الحصول على روتين نوم ثابت، وتجنب الكافيين والتعرض للضوء أثناء النهار".

كيف يؤثر لون جدران المنزل على مزاجك؟

مع بقاء الكثيرين لوقت طويل في المنزل خلال أزمة كورونا، تبرز الحاجة إلى بعض الوسائل والحيل لتحسين الحالة المزاجية وتجنب المشاكل والأمراض النفسية. وما يجدهه الكثيرون أن لون الجدران في المنزل يمكن أن يلعب دورا كبيرا في تعزيز الصحة العقلية والنفسية وحتى زيادة الإنتاجية في العمل.

واكتشفت دراسة استقصائية شملت 4325 شخصا أجرتها شركة Stelrad البريطانية المختصة بإنتاج أجهزة التكييف المركزي أن الألوان المحايدة مثل الأبيض والرمادي والكريما هي الألوان الشائعة في بريطانيا وخاصة للمكاتب المنزلية. ووفقا للمسح، كان ما يقرب من ثلث (31%) جميع المكاتب المنزلية مطلية باللون الأبيض، وحوالي الربع (23%) مطلية بالرمادي. ومن السهل معرفة السبب، حيث أن من السهل تنسيق الألوان المحايدة مع الأثاث، ويمكن أن تساعد في جعل مساحتك تبدو أكبر. ولكن في حين أن ألوان الجدران هذه قد تبدو عملية وحتى مهدنة، فقد أتضح أنها قد لا تكون الخيار الأفضل.

ويوضح لي تشامبرز، أخصائي علم النفس والرفاهية، أن الغرف ذات الجدران العادية يمكن أن تثير مشاعر الحزن والاكتئاب، وخاصة لدى النساء، ومع ذلك، فالأمر ليس بهذه البساطة فالدكتور يجدون صعوبة في العمل وزيادة الإنتاجية في المساحات البرتقالية والأرجوانية لأن هذه الألوان تخفف الحالة المزاجية لديهم.

التغذية المناسبة سلاحك لمواجهة حرقة المعدة

قالت الجمعية الألمانية لطب الجهاز الهضمي إنه يمكن مواجهة حرقة المعدة من خلال التغذية المناسبة، أي تناول الأغذية، التي تخفف من المتاعب من ناحية وتجنب الأغذية التي تتفاقم المتاعب من ناحية أخرى.

وأوضحت الجمعية أنه يمكن تخفيف متاعب حرقة المعدة من خلال تناول الحليب ومشروبات الزبادي، حيث إنها تمتاز بتأثير معادل لحمض المعدة. وفي الوقت ذاته ينبغي تجنب المشروبات المحتوية على الكافيين مثل القهوة والشاي، والمشروبات المحتوية على حمض الكربونيك، والمشروبات الحلاة بالسكر نظراً لأن هذه المشروبات تعزز إفراز حمض المعدة. ومن المهم أيضا تجنب الأطعمة الدسمة والأطعمة الحريفة والوجبات الثقيلة، خاصة قبل الذهاب إلى الفراش. وأشارت الجمعية إلى أنه من الطبيعي أن يعاني المرء من حرقة المعدة بعدد مرات في الشهرين أو أسبوعيا، أما في حال الإصابة بها بعدد أكبر من ذلك أو إذا كانت المتاعب شديدة، فينبغي حينئذ استشارة الطبيب على وجه السرعة، نظراً لأن إهمال العلاج يرفع خطر الإصابة بسرطان المريء. جدير بالذكر أن حرقة المعدة تعني الشعور بحرقان خلف عظمة القص، علماً بأن السبب في ذلك يرجع إلى صعود حمض المعدة إلى المريء.

جافة أو رطبة . . نصائح ذهبية لعلاج الحكة

أوصت خبيرة التجميل الألمانية بريجيت هوير الرجل بحلقة اللدقن في الصباح وعلى معدة فارغة، مملئة ذلك بأن البشرة تكون في الصباح أكثر مرونة من بقية أوقات اليوم. كما أن هضم وجبة الإفطار يؤدي إلى ارتفاع معدل ضربات القلب، ومن ثم زيادة معدل سريان الدم، ما يرفع خطر إصابة البشرة بجروح أثناء الحلاقة.

وأضافت هوير أن الحلاقة الجافة بواسطة ماكينة الحلاقة الكهربائية تعد الطريقة الأنسب للبشرة الحساسة، نظراً لأنها لا تتسبب في تهيج البشرة. ويُرَاعَى عدم الاستحمام قبل الحلاقة الجافة، نظراً لأن بخار الماء قد يتسبب في تهيج البشرة والشعر.

الحلاقة الكهربائية حلاقة الشعر جيداً. أما الحلاقة الرطبة، فتعد الطريقة الأنسب للبشرة المبلتة بالشوالب بفضل تأثيرها التقشيري حيث إنها تعمل على إزالة القشور الميتة، التي تتسبب في انسداد المسام وتمهد الطريق لظهور الشوالب.

ملايين إيفانكا وكوشنر . . بيان يظهر تراجعاً في الثروة

أعلنت إيفانكا ترامب وزوجها جاري كوشنر، عن تحقيق دخل يصل إلى 120 مليون دولار لعام 2020، وذلك في نماذج الإفصاح المالي النهائية الخاصة بهما كمستشارين للبيت الأبيض، وهو ما يمثل انخفاضاً بنسبة 20% في المئة عما أبلغوا عنه قبل عام. وقال الزوجان اللذان تنازل كلاهما عن رواتب الحكومة، إنهما كانا يحصلان على دخل لا يقل عن 23.8 مليون دولار وما يصل إلى 120 مليون دولار خلال عام 2020 وأول 20 يوماً من عام 2021، بحسب وكالة بلومبيرغ، وذلك بالمقارنة مع مبلغ يصل إلى 156 مليون دولار للفترة نفسها قبل عام. ويشكل عام، تشير الإفصاحات إلى أن إيفانكا ترامب وكوشنر، على الرغم من أنها لا يزالان ترين للغاية، قد تعرضا لخسارة اقتصادية خلال فترات حكمهما المشيرة للاقتصاد في إدارة والدها. وفي عام 2017، بعد وقت قصير من انضمامهما إلى موظفي البيت الأبيض، أبلغا عن دخل يصل إلى 195 مليون دولار، لكن هذا الكشف الأولي غطى فترة زمنية أطول من تلك التي أعلنت عنها لاحقاً.





برعاية مسلم بن حم

مجلس بن حم الذكي يعلن عن إطلاق جائزة بن حم للابتكار بهدف ترسيخ مفهوم الابتكار كثقافة مجتمعية

•• العين - الفجر

برعاية الشيخ مسلم بن سالم بن حم العامري عضو المجلس الاستشاري لامارة أبوظبي أطلق مجلس بن حم الذكي جائزة "بن حم للابتكار" وذلك بهدف دعم المبتكرين والمبدعين وترسيخ ثقافة الابتكار في المجتمع وذلك تزامناً مع انطلاق شهر الإمارات للابتكار الذي يعد حدثاً وطنياً رئيسياً على أجندة حكومة دولة الإمارات، ينظم بالشراكة مع كافة الجهات الحكومية الاتحادية والمحلية، ومؤسسات القطاع الخاص ومختلف الفعاليات المجتمعية

وحملت الجائزة في دورتها الأولى شعار "عام الخمسين.. نحو مجتمع مبتكر"، وتقوم الجائزة على تكريم أفضل المشاريع والخطط الطموحة التي تم مشاركتها عبر موقع وتطبيق مجلس بن حم الذكي التي تهدف إلى تسهيل حياة الإنسان واستدامة الموارد وخلق فرص عمل واستثمار جديدة تفتح آفاقاً أكبر للقائمين في الدولة

وقامت إدارة مجلس "بن حم الذكي" باعتماد الجائزة فعالية سنوية يتزامن طرحها مع انطلاق شهر الإمارات للابتكار الذي يصادف فبراير من كل عام وسيتم في الأعوام القادمة إطلاق وتفصيل شروط الجائزة في وقت مبكر للإعطاء الفرصة للجميع بالاشتراك

وبهذه المناسبة قال الشيخ مسلم بن حم العامري رئيس مجلس إدارة مجلس بن حم الذكي: تمكنت فعاليات شهر الإمارات للابتكار من تعزيز مكانة الدولة كأحد أهم المراكز الإقليمية والعالمية للابتكار وساعدت في بناء القدرات الشبابية ونشر ثقافة الابتكار في المجتمع المحلي وتحفيز الجهات الحكومية والقطاع الخاص والأفراد على تبني هذا النوع من الممارسات وإطلاق وتنفيذ مبادرات وأفكار نوعية ومتفردة على مستوى الدولة، وهي الأهداف التي حددها القيادة الرشيدة سابقاً

وتابع: ويعد شهر الإمارات للابتكار مبادرة وطنية تهدف إلى إلهام المبتكرين ومساعدتهم على تطوير حلول غير مسبوقة تسهم في تمكين المجتمع ودعم مسيرة العمل الحكومي، بما يسهم في تعزيز مكانة الإمارات مركزاً عالمياً للابتكار

وأكد الدكتور يحيى بن سالم العامري مدير موقع مجلس بن حم الذكي: يشكل الابتكار عنصراً أساسياً في بناء اقتصاد معرفي، وتتيح فعاليات شهر الإمارات للابتكار جهود الدولة في تعزيز نشر ثقافة الابتكار وتحولها إلى أسلوب حياة

مضيفاً: إن فعاليات شهر الإمارات للابتكار تشكل مساراً متجدداً يدعم الأفاق الإبداعية لجميع فئات المجتمع، بما يترجم رؤية صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله، وأخيه صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله، وتوجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة الرامية إلى خلق مجتمع متسلح بالعلم والعرف، وقادر على التصدي

لتحديات المستقبل وتهدف سياسات الابتكار في دولة الإمارات إلى تحقيق تعزيز القدرات التنافسية العالمية للدولة، وتحول مفهوم الابتكار إلى عمل وثقافة مؤسسية فعالة ودائمة في حكومة دولة الإمارات.

مؤتمر الطاقة يناقش تقنيات الطاقة الخضراء وأنظمة الطاقة الصفرية المستدامة

زكي نسيبة: الإمارات تعمل على خلق بيئة داعمة لتعزيز الانتقال إلى اقتصاد تنافسي قائم على المعرفة والابتكار

سهيل المزروعى: استراتيجيتي الطاقة والأمن المائي مؤشر على قوة ونضوج قطاعي الطاقة والمياه

•• العين - الفجر

أكد معالي زكي أنور نسيبة، وزير دولة، الرئيس الأعلى لجامعة الإمارات العربية المتحدة، أن دولة الإمارات تتلزم بالانتقال إلى استخدام الطاقات النظيفة، وتضع استراتيجية الطاقة 2050 هدفاً بنسبة 50% لاستخدام الطاقة النظيفة، جنباً إلى جنب مع خفض 70% في الانبعاثات الكربونية، وتبذل جهوداً حثيئة لخلق بيئة داعمة من خلال الشراكات والاستثمارات الاستراتيجية.

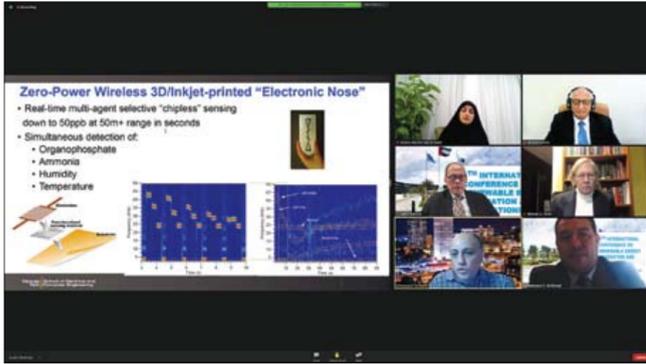
جاء ذلك خلال كلمته الافتتاحية التي ألقاها في المؤتمر الدولي السادس في علوم الطاقة المتجددة واستخداماتها، الذي تنظمه كلية الهندسة في جامعة الإمارات "عن بعد"، حيث أشار فيها إلى أن دولة الإمارات أطلقت استراتيجيتها الوطنية للابتكار عام 2014 ضمن الأجندة الوطنية 2021 التي وضعت المتطلبات اللازمة لتعزيز الانتقال إلى اقتصاد تنافسي ومتنوع قائم على المعرفة والابتكار. وأضاف معالي أنه ورغم الظروف الاستثنائية جراء جائحة كوفيد 19، التي حالت دون الحضور الشخصي للمؤتمر، إلا أن للاجتماع افتراضياً نتيجة إيجابية من خلال تقليل الانبعاثات الكربونية، تماشياً مع القيم والأهداف التي تسعى إلى تحقيقها، حيث تمثل النمسة الرقمية التي تستخدمها إحدى التطورات التكنولوجية التي كان لهذا الوباء دور في تسريع تطورها، وقال "إن هذا يجد ذاته يوضح أهمية الابتكار والتجارب العلمية في تعزيز قضية الاستدامة". وأشار الرئيس الأعلى للجامعة إلى أن جامعة الإمارات تسعى لأن تكون مركزاً للابتكار والبحوث التطبيقية ذات الصلة باحتياجات المجتمع والاقتصاد. باعتبارها "جامعة المستقبل"، حيث تولي البحث العلمي والابتكار في الصناعة أهمية خاصة وتعمل مع شركائها الاستراتيجيين لمعالجة التحديات الحقيقية التي تواجه العالم وتسهم في تطوير المعرفة وتعزيز العلاقات بين الأكاديميين والممارسين ورواد الأعمال، وقال "إن



تنوع الحضور في المؤتمر، من مختلف التخصصات والمجالات العلمية التخصصية يعكس الحاجة إلى أنواع جديدة من التواصل. ويمكن للشبكات الجديدة أن تقدم إلى المجتمع فهماً متكاملاً للمبادرات المختلفة، وتسمح بتبادل الآراء والقيم المتنوعة العالمية، مما سيسهم في بناء الأساس والزخم للتغيير المنهجي الضروري لتحقيق الانتقال والتحول المستدامين في الإنتاج العالمي واستخدام الطاقة. وهذا يتطلب منا بناء تفاهم بين الثقافات وخلق نسج اجتماعي قوي، وإن مثل هذه القضايا كانت وما زالت من المحاور الأساسية في حياتي الفكرية والمهنية. ومن جهته أكد معالي سهيل المزروعى وزير الطاقة والبنية التحتية، أن دولة الإمارات العربية المتحدة تعد من الدول الرائدة عالمياً في تنوع مصادر الطاقة، وتطوير قطاع الطاقة النظيفة، من خلال ابتكار طرق وأساليب حديثة لتعزيز كفاءة القطاع، وإيجاد حلول متنوعة إلى جانب الطاقة التقليدية بما يدعم التنمية المستدامة، والاقتصاد الوطني، وعبور الدولة لخمسين عاماً مقبلة من الإنجازات، وصولاً لثوية الإمارات 2071، والتي تستهدف من خلالها تكريس



ريادتها عالمياً. ولتفت معاليه إلى أن دولة الإمارات سباقة في استشراف مستقبل الطاقة المستدامة والمياه، حيث حققت الدولة إنجازاً نوعياً بصياغة أول استراتيجية موحدة للطاقة في الدولة متضمنة الإنتاج والاستهلاك، وأول استراتيجية للأمن المائي لدولة الإمارات، والثلاث تعان مؤشراً على قوة ونضوج قطاعي الطاقة والمياه في الإمارات. وتعد الطاقة النظيفة ركيزة أساسية من ركائز الاستدامة، لذلك حرصت الدولة على إطلاق أول استراتيجية موحدة للطاقة وهي الاستراتيجية الوطنية للطاقة 2050، والتي تستهدف حصول الجميع على طاقة آمنة ومستدامة وبأسعار تنافسية، وأن الدولة تسعى من خلال هذه الاستراتيجية إلى تحسين سلوك الاستهلاك، ورفع كفاءة الاستهلاك الفردي والمؤسسي بنسبة 40% بحلول العام 2050، كما تستهدف تنوع مزيج طاقة المستقبل بحيث يكون الاعتماد على الطاقة النووية بما نسبته 6% و12% للفحم النظيف، إلى جانب 38% من الغاز، و44% من الطاقة المتجددة بحلول عام 2050، ورفع مساهمة الطاقة النظيفة في إجمالي مزيج الطاقة المنتجة في الدولة إلى 50%، وتحقيق وفر يعادل 700 مليار



ثانية عملية من نوعها للتبرع بالأعضاء في مستشفى توام

إنقاذ حياة 4 مرضى في السعودية والإمارات بعد التبرع بأعضاء متوفى دماغياً

•• أبوظبي - الفجر

أعلنت شركة أبوظبي للخدمات الصحية "صحة" - أكبر شبكة رعاية صحية في دولة الإمارات، عن نجاح مستشفى توام التابع لها، بإجراء ثانية عملية من نوعها للتبرع بالأعضاء في مدينة العين بالتعاون مع المركز السعودي لزراعة الأعضاء، حيث تم استئصال القلب والكبد والكليتين لمرضى متوفى دماغياً، عن عمر 50 عاماً، بعد تأكيد وفاته الدماغية وفقاً للمعايير المعمدة لدى وزارة الصحة ووقاية المجتمع في دولة الإمارات، والوادة في قرار الوزارة رقم 550 لسنة 2017 في شأن معايير تشخيص الوفاة، وتم التبرع بالأعضاء بعد موافقة ذوي المتوفى الذين أبدوا تفضيلاً كبيراً للأعضاء البشرية لعملية التبرع بالأعضاء.

استغرقت عملية التبرع نحو 4 ساعات، حيث كان المريض قد أدخل إلى مستشفى توام في شهر يناير 2021 إثر إصابته بجلطة دماغية حادة نجم عنها إصابة بليغة في الدماغ وبالتالي وفاته دماغياً. وقد تم نقل الأعضاء التي تم التبرع بها وفقاً للمعايير والجوروكولات الطبية العالمية المعتمدة إلى المملكة العربية السعودية الشقيقة وإرسال بعضها الآخر إلى مراكز طبية داخل دولة الإمارات حيث تمت زراعتها في أربعة مرضى مختلفين وفقاً لاحتياجات كل مريض، وشارك في عملية استئصال الأعضاء طبيب استشاري من الطاقم الطبي السعودي بالإضافة إلى طبيبين استشاريين من داخل الدولة إلى جانب عدد من الفنيين والمرضى.

أسهمت عملية التبرع الثانية من نوعها على مستوى



مدينة العين في إنقاذ حياة المرضى الأربعة، وضعت حداً لمآنتهم من أمراض مستعصية منعته من ممارسة حياتهم الطبيعية، الأمر الذي يؤكد أن تبرع شخص واحد قد يسهم في إنقاذ العديد من المرضى. وقالت الدكتورة هالة أبو زيد رئيس وحدة العناية المركزة ورئيس وحدة الأعضاء في مستشفى توام: تمت عملية التبرع بالأعضاء في غرفة عمليات مستشفى توام، تحت إشراف استشاري التخدير والطاغم الطبي المرافق، واشتملت العملية على ثلاث مراحل أجريت الواحدة تلو الأخرى. وبدأت المرحلة الأولى باستئصال الأعضاء من جسد المتبرع، بدأً بالقلب، ثم الكبد ثم الكليتين. وأضافت الدكتورة أبو زيد: "أجريت العملية باتباع

بالبطائرة إلى المرضى الذين كانوا يعانون من أمراض مزمنة لزراعة الأعضاء في أجسادهم. ويعتبر مستشفى توام أحد أكبر مستشفيات شركة أبوظبي للخدمات الصحية "صحة" وهو مجهز بكافة المعدات والأدوات الطبية اللازمة لإجراء عمليات جراحية كبرى، مثل زراعة الأعضاء، والتي تشمل على إجراءات معقدة تتطلب جهوداً متخصصة وتدريباً مشتركاً، وتباع بروتوكولات طبية محددة، فضلاً عن تضافر جهود الفرق الطبية، والدعم التقني من الأطقم غير الطبية. وتم اعتبار المرضى الذين تلقوا الأعضاء، من أنسب الحالات المتطابقة مع المتبرع. ومن الجدير بالذكر أن البرنامج الوطني لزراعة الأعضاء يقوم بدراسة ومتابعة جميع الحالات المشابهة للموت الدماغي بهدف تجميع كل المعلومات الطبية والاجتماعية عن المريض المتوفى، وتقييم الحالة السريرية ووظائف أعضائه وصلاحيته للتبرع. وانسجاماً مع قوانين الدولة المعتمدة بهذا الشأن، يتم التواصل فيما بعد مع أهل المتوفى لإطلاعهم على حقوقهم، وعرض خيار التبرع بأعضاء المتوفى لإنقاذ حياة مرضى آخرين يعانون من فشل أعضائهم. يعتبر مستشفى توام مستشفى رائداً في مجال الرعاية الصحية المتخصصة بسعة تبلغ 503 سريراً، ويقع في مدينة العين، ويعد أحد أكبر وأهم المستشفيات المرجعية المتخصصة في دولة الإمارات العربية المتحدة، وهو جزء من المنظومة الصحية التي تملكها وتديرها شركة أبوظبي للخدمات الصحية (صحة) المسؤولة عن كافة الأنشطة العلاجية في جميع المستشفيات والعيادات الحكومية في إمارة أبوظبي.

ورشة لشرطة أبوظبي توصي بمسارات للدراجات الهوائية ومنع استخدامها بالأماكن غير المهيأة



النقل المتكامل للمجلس التنفيذي وتعديل التعريفات القانونية نظراً لتطور الدراجات بمختلف أنواعها والاستمرار بالحملات الإعلامية التوعوية خصوصاً بمحتوى الإستخدام الآمن للدراجات بمختلف أنواعها وتصميم محتوى مناسب وفق الجمهور المستهدف وتنفيذ الخطة الإعلامية مع تقييم الأثر وإجراء التحسين.

وأضاف: كما أكدت الورشة على أهمية التنسيق والتعاون بين شرطة أبوظبي (مديرية المرور، الإعلام الأمني، ونادي أبوظبي للدراجات الهوائية) لتوعية مستخدمي الدراجات الهوائية ودعم جهود التوعية المسبقة للسائقين عبر وكالات السفر والسياحة وتوفير ميزانية مشتركة بين الجهات المعنية لتصميم محتوى توعوي متميز لمستخدمي الدراجات بكافة أنواعها. ودعا المشاركون إلى أهمية صناعة المحتوى الإعلامي (تقديم رسالة واضحة ومباشرة للجمهور) بالتعاون مع بيوت الخبرة المتخصصة من خلال استطلاعات رأي الجمهور بشأن توقيت العرض، الفئات المستهدفة، مناطق تركيز المخاطر، وحجم النجاح الذي حققته هذه الرسائل وتغيير شكل الصورة الإعلامية التوعوية إلى إيقاع سريع (مسج 60 ثانية أو أقل).

وشارك في الورشة مجلس أبوظبي الرياضي، و دائرة الثقافة والسياحة، و مركز النقل المتكامل، و نادي أبوظبي للدراجات الهوائية بلدية مدينة أبوظبي، و مجلس أبوظبي للجودة والمطابقة، و دائرة القضاء بأبوظبي. ومؤسسة أبوظبي للإعلام

وحدث على تحسين تصميم طرق المناطق المركزية في مدينة أبوظبي ومدينة العين لتكون داعمة لاستخدام الدراجات الهوائية والكهربائية والسكوترات في التنقل واستحداث أدلة إرشادية للاستخدام الآمن لكل أنواع الدراجات، وإصدار تصاريح استخدام طريق سريع لجموعة من الدراجات مع تحديد المسار، الوقت والتاريخ، المدة، سرعة الشارع، وتوفير مرافقة (مركبات السلامة المجهزة) و تدقيق السلامة المرورية على مسارات الدراجات الهوائية لتأكد من عدم إمكانية استخدامها من قبل السيارات والدراجات النارية من خلال إضافة موانع (التصميم الآمن) ، ونشر ثقافة احترام الدراجات وتوفير مسافة الأمان بين السيارات والدراجات من خلال الشواخص المرورية.

وأكد العميد أحمد عبدالله المشوي نائب مدير قطاع العمليات المركزية خلال افتتاحه الورشة عن بعد أن انتشار استخدام الدراجات بمختلف أنواعها للترفيه أو الرياضة والتنقل أصبح مصدر قلق لما قد تمثله من خطورة على سلامة مستخدميها. في الأماكن غير المخصصة في ظل عدم وعي البعض بثقافة الالتزام بقوانين وأنظمة المرور كما أنها رياضة مهمة بالإضافة إلى دعم هذا النوع من وسائل التنقل والترفيه لدوره في دعم وجلب السياحة وتوفير خيارات نقل متعددة وكريهة مهمة.

ولفت إلى أن المشاركين في الورشة أكدوا أهمية إعداد دليل إرشادي لتصنيف الدراجات الهوائية والكهربائية والسكوترات واعتماد اللاتحة التنظيمية لاستخدام الدراجات الهوائية والكهربائية المرفوعة من مركز

أوصت ورشة دراسة ظاهرة استخدام الدراجات الهوائية والكهربائية والسكوترات وتداعياتها القانونية وتأثيرها على السلامة المرورية والتي نظمها مديرية المرور والدوريات بشرطة أبوظبي بمشاركة 22 متحدثاً من 9 جهات حكومية بإعداد خطة شاملة بتجهيز مسارات مخصصة للدراجات الهوائية لربط المناطق السياحية في المدن الرئيسية بإمارة أبوظبي.

وطالبت بمنع استخدام الدراجات بمختلف أنواعها في الأماكن غير المجهزة والمهيئة لاستخدامها من خلال الشواخص المرورية وتعزيز إجراءات الضبط المروري ودعم استخدام الدراجات بمختلف أنواعها لتعزيز كفاءة النقل العام (رحلات الليل الأول والأخير) لتكامل وسائل النقل وتوفير خيارات نقل متعددة.

ودعت التوصيات إلى استحداث واعتماد معايير الإستخدام الآمن (التجهيزات، الخوذة) المسافة الآمنة بين السيارات والدراجات واشترط توفر تأمين لدى المشغلين للدراجات الهوائية والكهربائية والسكوترات لتغطية تكاليف الحوادث المرورية.

كما أوصت بربط المناطق السياحية بمسارات مخصصة للدراجات الهوائية من جزيرة ياس مروراً بالسدديتات وكورنيش أبوظبي وجزيرة الحدريبات إلى نادي ضباط القوات المسلحة وغيرها من المناطق السياحية في مدينة أبوظبي ومدينة العين، وتوفير ميزانية مشتركة بين الجهات المعنية لتطوير البنية التحتية الخاصة باستخدام الدراجات بمختلف أنواعها.

منوعات العقل

23

أصبح واضحا أن الإصابة الأولى بعدوى فيروس كورونا المستجد المسبب لمرض كوفيد-19، لا تمنع التعرض للعدوى مرة ثانية، فكيف نحمي أنفسنا من ذلك؟
يصاب المزيد من الناس بكوفيد-19 مرتين، مما يشير إلى أن المناعة تتضاءل بسرعة لدى البعض. وتشير حالات عودة العدوى بكورونا إلى أن المناعة ضد كوفيد-19 قد تكون هشة وتتلاشى بسرعة نسبية، وفقا لما كتب جوب دي فريزي في موقع الرابطة الأميركية لتقدم العلوم.



في المرة الثانية يضرب الرتتين بشكل أقوى

كيف تحمي نفسك من الإصابة بكورونا مرتين؟

ويمكن أن تصبح حالات إعادة العدوى بكورونا أكثر شيوعا خلال الشهرين المقبلين، إذ بدأت حالات الإصابة المبكرة بكورونا في فقدان مناعتها. وأظهر فريق بقيادة عالمة الفيروسات ليا فان دير هوك في المركز الطبي بجامعة أمستردام مؤخرا، أن إعادة العدوى بالفيروسات التاجية الأربعة التي تسبب نزلات البرد، تحدث بعد 12 شهرا في المتوسط. وتعتقد فان دير هوك أن كوفيد-19 - قد يتبع هذا النمط

”أعتقد أنه من الأفضل أن نستعد لموجة من العدوى مرة أخرى خلال الأشهر المقبلة، هذه أخبار سيئة لأولئك الذين ما زالوا يؤمنون بمناعة القطيع من خلال العدوى الطبيعية“.

كيف تحمي نفسك من العدوى الثانية؟

1- ارتد كمامة في الأماكن العامة، وفقا للمراكز الأميركية للتحكم في الأمراض والوقاية منها.
2- ابق على بعد 6 أقدام (حوالي مترين) على الأقل من



على إزالة الفيروس من الجسم.

حماية مناعية
ولدى الأشخاص المصابين بمرض كوفيد-19 - بشكل خفيف، قد تتضاءل الحماية المناعية التي يمكن أن تمنع حدوث عدوى ثانية في غضون بضعة أشهر.

وقد يكون التنوع في الاستجابة المناعية من العدوى الطبيعية بسبب الاختلافات في كمية الفيروس التي تعرض لها الشخص، وفقا لما كتبت أبورفا ماندافيلي في صحيفة نيويورك تايمز



إضافة ثمار الحمضيات إلى مشروبك الساخن يطيل العمر

الليمون . . خصائص قوية مضادة للجراثيم ومضادة للفيروسات وتقوية المناعة

يمكن تحقيق العيش لفترة أطول عن طريق إضافة ثمار الحمضيات إلى مشروبك الساخن المفضل ليس فقط لمحاربة نزلات البرد، ولكن أيضا لتعزيز طول العمر. واعتقد قدماء المصريين أن تناول الليمون وشرب عصيره كان لهما حماية فعالة ضد مجموعة متنوعة من السموم.

ستتمكن من جني جميع الفوائد. ويقال إن شاي الليمون غني بفيتامين C الذي يمكن أن يعمل كمضاد للأكسدة ويحمي الخلايا من التلف. وهذا الفيتامين يمكن أن يساعد الجسم على محاربة نزلات البرد، وتقليل مخاطر الإصابة بالسرطان، وإطالة العمر.

جرعة عالية جدا من المواد الكيميائية - أكثر بكثير مما يمكن أن يحصل عليه المرء عن طريق تناول الليمون أو البرتقال.
وفي الوقت الحالي، يعتمد الكثيرون على العلاجات الطبيعية لتعزيز مناعة أجسامهم، ولكن بمجرد إضافة شريحة من الليمون إلى مشروبك الساخن المفضل،



الليمون في قتل الخلايا السرطانية. ومع ذلك، قد لا يكون لها التأثير نفسه على جسم الإنسان. وتشمل الفوائد الصحية الأخرى، دعم صحة القلب والتحكم في الوزن ومنع حصوات الكلى والحماية من فقر الدم، وتحسين صحة الجهاز الهضمي. ويحتوي الليمون على كمية عالية من فيتامين C والالياف القابلة للذوبان والبروتين النباتية، ما يمنحه العديد من الفوائد الصحية ويساعد على زيادة متوسط العمر المتوقع.

وفي دراسة أجريت مع المعاهد الوطنية للصحة في المكتبة الوطنية الأمريكية للطب، تم التحقيق في الوقاية الكيميائية من السرطان عن طريق لب الحمضيات والعصائر. واكتشفت الدراسة أن هذه المركبات حالت دون نمو الأورام الخبيثة في السنة وورثتي وقولون والقوارض. ومع ذلك، تجدر الإشارة إلى أن فريق البحث استخدم

مضادات الأكسدة في الشاي بنحو 80%. ومن المعروف أن شرب الماء الساخن والعسل وعصير الليمون يخفضان الحمى. وأشار الخبراء إلى أنه يجب تكرارها كل ساعتين لضمان بقاء الحالة مستقرة. وفي الدراسات التي أجريت على أنابيب الاختبار، تسببت العديد من مركبات

وأثبتت الأبحاث الحديثة أن هذا صحيح، حيث تبين أن الليمون له خصائص قوية مضادة للجراثيم ومضادة للفيروسات وتقوية المناعة. كما يُعرف عصير الليمون بأنه يعمل بمثابة منظم مساعد. ويحتوي الليمون على العديد من المواد أبرزها حامض الستريك والكالسيوم والمغنيسيوم وفيتامين C والبيوفلافونويد والبكتين والليمونين، التي تعزز المناعة وتحارب العدوى وتزيد من طول العمر.

وكشف خبراء الصحة أن إضافة شريحة من الليمون إلى الشاي له العديد من الفوائد الصحية.

ووجدت إحدى الدراسات أن الحمضيات تزيد من قدرة الجسم على امتصاص



حمدان بن زايد : الإمارات تحرص منذ قيامها على تنويع مصادر الطاقة وتعزيز كفاءة الاستهلاك عبر تبني مصادر جديدة ونظيفة



المناخي كجزء من خطط التعلية من تصاعبات فيروس كورونا كما دعا إليها تقرير برنامج الأمم المتحدة للبيئة وذلك بهدف تقريب العالم من تحقيق هدف اتفاق باريس المتمثل في كبح ارتفاع درجة الحرارة لكبلا يتعدى درجتين مئويتين. وأشار سموه إلى النتائج الإيجابية التي تحققت في البيئة في إمارة أبوظبي لافتاً إلى انخفاض إنتاج الطاقة في إمارة أبوظبي بمعدل 5 بالمائة خلال العام 2020 مقارنة بما كان متوقفاً في الظروف العادية كما لوحظ أن استهلاك المياه قد ارتفع بنسبة 2 - 5 المائة وهو ما قد يكون مرتبطاً بزيادة ممارسات الفسيل والتنظيف الذي أصبح مفهومًا عالمياً ووسيلة مثلى للوقاية والحد من انتشار فيروس كورونا المستجد .. أما فيما يخص قطاع النقل فقد انخفضت حركة المركبات على الطرق بمعدل يتراوح بين 25 بالمائة و63 بالمائة خلال فترات الإغلاق المختلفة. وقال سمو الشيخ حمدان بن زايد آل نهيان إن كل ذلك أدى إلى انخفاض في انبعاثات غازات الدفيئة في الإمارة بنحو 4 - 12 بالمائة خلال العام 2020 مما كان متوقفاً في الظروف الطبيعية .. مؤكداً أن هذه النتائج الإيجابية تمنحنا المزيد من الأمل وتؤكد على أننا قادرون على أن نعمل معا نحو خلق مستقبل مستدام للبيئة. وأضاف سموه : ربما شهدنا تغيراً واضحاً في البيئة بسبب وباء "كورونا" وقد سجلت جميع دول العالم نفس الأخبار السارة حول جودة الهواء والتعاض الطبيعية وازدهار التنوع البيولوجي لكن الحياة ستعود حتماً إلى طبيعتها في معظم الأماكن بعد انتهاء هذا الوباء وسيعود النشاط البشري والنقل والأعمال التجارية والصناعية إلى إيقاعها المعتاد وهذا يعني أن التلوث سوف يرتفع من جديد ولذلك علينا أن نأخذ كل هذا في الاعتبار عند وضع سيناريوهات للتعلية الأخرى للمرحلة القادمة. وقال سموه إن الجائحة علمتنا أن هناك علاقة مباشرة بين النشاط البشري وتأثيره السلبي على البيئة وهذا لا يمكن إنكاره لأنه مدعوم ببيانات علمية واليوم لدينا وعي أكثر من أي وقت مضى بأن لدينا دوراً محورياً لنهيه لإنقاذ كوكبنا حتى نتمكن من نفس الوقت من إنقاذ حياتنا ولم يعد هناك مفر من ذلك بعد الآن وأنه سيتمين علينا أن نتحرك كأفراد في مجتمع واحد وتقليل بصمتنا الإمارة.

منوعات العقار

أكشاك إجراءات السفر بدون لمس لركاب طيران الإمارات

دبي - وام:

طورت طيران الإمارات خدمة الإنجاز الذاتي لإجراءات السفر وتسليم الحظائب التي كانت أطلقتها في سبتمبر العام الماضي في مطار دبي الدولي لتصبح بدون لمس. وستتمكن المسافرين من التحكم بالأجهزة الذاتية لتسليم الحظائب وعددها 32 وأكشاك إجراءات السفر الذاتية وعددها 16 باستخدام أجهزةتهم الشخصية المحمولة من دون الحاجة إلى لمس الشاشات ما يوفر تجربة آمنة ومريحة لهم في المطار. وتتيح الأكشاك للعملاء إنهاء إجراءات السفر واستخراج بطاقات الصعود إلى الطائرة واختيار مقاعدهم وتسليم الحظائب. وأضيفت خدمات جديدة تتيح للمسافرين دفع أثمان المشتريات الإضافية مثل رسوم الأمتعة الزائدة مباشرة من خلال الأكشاك. وتعزز الأكشاك الواقعة في منطقة إجراءات سفر ركاب الدرجة السياحية في المبنى 3 بالقرب من الكاونترات التي يديرها موظفو طيران الإمارات ما يساهم في تقليل وقت انتظار العملاء خلال فترات الذروة وتحسين تجربتهم في مطار دبي.

وتتوفر الخدمة حالياً للمسافرين إلى جميع وجهات الناقله باستثناء الولايات المتحدة الأميركية وكندا والصين والهند وهونغ كونغ بسبب المتطلبات الإضافية لهذه الدول.

وسيتم تركيب مزيد من الأكشاك الذاتية في منطقة إجراءات السفر لركاب الدرجتين الأولى ورجال الأعمال.

ولم تدخر طيران الإمارات أي جهد لتوفير رحلة ذكية بدون تلامس لعملائها ويمكن للمسافرين أيضاً استخدام المسار البيومتري المتكامل للنتقل السلس عبر المطار.

كما يمكن لركاب طيران الإمارات باستخدام أحدث التقنيات البيومترية القائمة على التعرف على الوجه إنهاء إجراءات السفر واستكمال إجراءات الجوازات والدخول إلى صالة طيران الإمارات والصعود إلى الطائرات. وتتواصل الخدمات الذكية بدون لمس على الطائرات مع قوائم الطعام الرقمية المتوفرة على تطبيق طيران الإمارات.

وتستخدم طيران الإمارات التكنولوجيا الذكية لضمان رحلة آمنة لعملائها كما تواصل الاستثمار في المنتجات والخدمات لتوفر تجارب سفر لا مثيل لها إن على الأرض أم في الأجواء.



فلاي دبي تستأنف رحلاتها إلى سيريلانكا

دبي- وام:

تستأنف فلاي دبي رحلاتها إلى العاصمة السيريلانكية كولومبو بواقع رحلتين في الأسبوع اعتباراً من 17 فبراير الجاري مع بدء السلطات في سريلانكا في تخفيف القيود على السفر الدولي. وستقوم الناقله بتشغيل رحلاتها من مبنى المسافرين رقم 2 بمطار دبي الدولي DXB ومطار كولومبو الدولي CMB مع توفر الرحلات الآن للحجز على موقع flydubai.com. وستوسع فلاي دبي مع استئناف الرحلات إلى كولومبو شبكتها إلى أكثر من 70 وجهة وتعمل الناقله على زيادة عملياتها بشكل مضطرد.

وتم إعادة تصميم تجربة المسافرين مع فلاي دبي لتمكين السفر في بيئة آمنة نقل من اتصال الطاقم والمسافرين وتوفر للركاب الثقة للسفر في كل خطوة من رحلتهم. وفرت فلاي دبي مسافريها تأميناً شاملاً على السفر متعدد المخاطر يشمل التغطية ضد كوفيد-19. منح الركاب راحة البال عند السفر. وفي دولة.

وعقدت فلاي دبي أيضاً شراكة مع استرو و أن سي للرعاية الصحية لتوفير اختبار PCR للركاب بأسعار خاصة.

941 مليون درهم تصرفات عقارات دبي أسس

دبي- وام:

بلغت التصرفات العقارية في دائرة الأراضي والأملاك بدبي أسس أكثر من 941 مليون درهم حيث شهدت الدائرة تسجيل 182 مبيعة بقيمة 300.75 مليون درهم منها 15 مبيعة للأراضي بقيمة 28.25 مليون درهم و 167 مبيعة للشقق والفلل بقيمة 272.49 مليون درهم.

وجاءت أهم مبيعات الأراضي بقيمة 9 ملايين درهم في منطقة حدائق الشيخ محمد بن راشد تليها مبيعة بقيمة 6 ملايين درهم في منطقة الورقاء الرابعة. وتصدرت منطقة البفرة 2 المناطق من حيث عدد المبيعات إذ سجلت 10 مبيعات بقيمة 8 ملايين درهم وتلتها منطقة حدائق الشيخ محمد بن راشد بتسجيلها مبيعتين بقيمة 15 مليون درهم وثالثة في البفرة 3 بتسجيلها مبيعة بقيمة 800 الف درهم. وفيما يتعلق بأهم مبيعات الشقق والفلل جاءت مبيعة بقيمة 25 مليون درهم بمنطقة معيصم الأول كاهم المبيعات لتلتها مبيعة بقيمة 16 مليون درهم في منطقة البدع وأخيراً مبيعة بقيمة 15 مليون درهم في منطقة البرشاء جنوب الرابعة.

وتصدرت منطقة الحيبة الخامسة المناطق من حيث عدد مبيعات الشقق والفلل إذ سجلت 26 مبيعة بقيمة 12 مليون درهم وتلتها منطقة الخليج التجاري بتسجيلها 16 مبيعة بقيمة 17 مليون درهم وثالثة في الثانية الخامسة بتسجيلها 14 مبيعة بقيمة 10 ملايين درهم.

من مصادر التلوث للتصدي لتغير المناخ وصون الموارد الطبيعية وحماية التنوع البيولوجي. وأشار سموه إلى أن التعاليع الاقتصادي من آثار وتداعيات جائحة "كورونا" أصبح يأخذ حيزاً كبيراً من اهتمام الحكومات وصناع القرار حول العالم حيث بدأت المنظمات الدولية المعنية بالبيئة والمناخ تدعو إلى ضرورة أخذ الاعتبارات البيئية واعتبارات الاستدامة في الحسبان عند وضع أي خطط للتعلية الاقتصادي من الجائحة مؤكداً ضرورة أن تتحول هذه الخطط إلى أدوات معالجة جذور المشكلة لا أن تكون مجرد حلول مؤقتة لمعالجة آثار وتداعيات الجائحة فقط. وأضاف سموه أن وكالة الطاقة الدولية أشارت إلى انخفاض انبعاثات غاز ثاني أكسيد الكربون في العالم بمعدل 8 بالمائة في العام 2020 بسبب جائحة كورونا وهذه النسبة تعادل نسبة التخفيض السنوية المطلوبة خلال العقد الحالي من أجل الحد من الاحتباس الحراري الذي يؤدي إلى أقل من 1.5 درجة مئوية حيث تقدر الدراسات أن هذا الانخفاض المؤقت لن يمنع سوى حوالي 0.01 درجة مئوية من الاحتباس الحراري.

وقال سمو الشيخ حمدان بن زايد آل نهيان إن المنظمة العالمية للأرصاد الجوية تتوقع أن يكون للتغير في أنماط الاستهلاك واستخدام الموارد نتيجة جائحة كورونا تأثير ضئيل جداً على تغير المناخ .. كما يرى الخبراء أنه بدون التغيير الجذري لاستخدام الموارد ووضع التزامات بخفض الانبعاثات من قبل الدول فسيكون انخفاض الانبعاثات الناتج عن الجائحة مؤقتاً ولن يكون له تأثير يذكر على تركيزات غازات الدفيئة التي تراكمت في الغلاف الجوي على مدى عدة عقود.

وأشار سموه إلى ما أظهرته القياسات التي يقوم بها مرصد مارونا لونا بهوازي عن عدم وجود تغير يذكر في مستويات ثاني أكسيد الكربون الشهري في الغلاف الجوي "414 جزء في المليون في شهر ديسمبر 2020 مقارنة بـ 412 جزء في المليون في شهر ديسمبر 2019" وفي حال طال أمد الأزمة الحالية فإن التغير الحالي المؤقت في أنماط الاستهلاك واستخدام الموارد يمكن أن يتحول إلى تغير مستدام وطويل الأمد مما قد يؤدي إلى دافع عام للعمل الجماعي والإدارة الفاعلة لمخاطر تغير المناخ. وأكد سموه الحاجة إلى استثمارات عاجلة في مجال العمل

يقدم تحليلات دقيقة وشاملة لتوجهات الاستثمار وتقييم الأداء في الإمارة

إطلاق مؤشر الشارقة للاستثمار بهدف توفير إحصاءات حول الاستثمارات المحلية والأجنبية

الشارقة- الفجر:

أعلن مكتب الشارقة للاستثمار الأجنبي المباشر (استثمر في الشارقة)، التابع لهيئة الشارقة للاستثمار والتطوير (شروق)، عن إطلاق مؤشر الشارقة للاستثمار، بهدف رصد المشهد الاستثماري في إمارة الشارقة، وتوفير بيانات وإحصاءات حول الاستثمارات المحلية والأجنبية المباشرة إلى جانب تقديم تحليل دقيق للتدفقات الاستثمارية، وذلك من خلال موقع إلكتروني خاص بالمؤشر. وطور مكتب (استثمر في الشارقة)، المؤشر بالتعاون مع شركة "وينفك" العالمية للاستشارات والتكنولوجيا المتخصصة في تطوير قواعد البيانات وصناعة نظم إدارة الصفوفات الإلكترونية حيث يستخدم المؤشر نظام تحديد المواقع "جي بي إس" على الخريطة لتوفير بيانات شاملة حول الموقع المحدد فيما يتعلق بالشركات التي تستثمر في الإمارة.

ويتضمن المؤشر أبواباً مختلفة لتوفير المعلومات الأنيبة الدقيقة حول نوع الاستثمارات وطبيعتها فيما إذا كانت أجنبية أو محلية أو إعادة استثمار أو عمليات دمج واستحواذ أو أشكال جديدة من الاستثمار، بالإضافة إلى مستوى التكنولوجيا المستخدم، إن كان منخفضاً أو متوسطاً أو مرتفعاً، فضلاً عن مصدر الاستثمار، وأخيراً القطاع الذي يتم الاستثمار فيه مثل البناء والتجزئة والتمويل



والزراعة والتعليم، وغيرها، حيث يتم تحديده يومياً لضمان تقديم قاعدة بيانات شاملة وموثوقة للاستثمارات في الشارقة. وأكد محمد جمعة المشرخ، المدير التنفيذي لمكتب الشارقة للاستثمار الأجنبي المباشر (استثمر في الشارقة) أن مؤشر الاستثمار في الشارقة يمثل مصدراً ثرياً بالمعلومات المتعلقة بقطاعات الاستثمار والأسواق والاستثمارات المحلية والأجنبية، مشيراً إلى أن هذه المعلومات تؤدي دوراً محورياً في توفير

بتكلفة مليار درهم . . الإمارات للألنيوم تطلق توربين الغاز من سيمنس H-Class في محطة الطاقة الجديدة بجبل علي

دبي- وام:

أعلنت شركة الإمارات العالمية للألنيوم، بالتعاون مع شركة مبادلة وديوبال القابضة، أمس عن نجاحها بتحقيق إنجاز كبير تمثل في إطلاق توربين الغاز من سيمنس للطاقة فئة H-Class، في محطة الطاقة الجديدة بتكلفة مليار درهم والتي يجري العمل على تطويرها في موقع الشركة في جبل علي، وتستخدم التوربينات الغازية من شركة سيمنس للطاقة، فئة H-Class إلى تقنيات رائدة في توليد الطاقة بكفاءة حيث تشكل هذه التوربينات قلب المحطة، الطاقة الجديدة. وخلال الأشهر المقبلة، سيتم الانتهاء من المرافق الأخرى للمحطة ودمجها لتحقيق قدرة توليد تتجاوز 600 ميغاوات من الطاقة الكهربائية، ومن المتوقع أن تساهم محطة الطاقة الجديدة في الحد من انبعاثات الغازات المسببة للاحتباس الحراري الناجمة عن عمليات توليد الطاقة وصهر الألنيوم التي تقوم بها شركة الإمارات العالمية للألنيوم في جبل علي بحوالي 10%، أي ما يعادل

الطاقة الجديد في شركة الإمارات العالمية للألنيوم، وتعتمد شركة الإمارات العالمية للألنيوم شراء الطاقة التي ستنتجها المحطة لمدة 25 عاماً من تاريخ التعاقد. ومن شأن استخدام التوربينات الغازية، طراز H-Class المساهمة في تعزيز كفاءة توليد الطاقة في شركة الإمارات العالمية للألنيوم بشكل أكبر، بالإضافة إلى الحفاظ على الموارد الطبيعية وحفض التكاليف والانبعاثات البيئية المرتبطة بإنتاج الألنيوم. ويتماشى تركيب توربينات الغاز، فئة H-Class، مع استراتيجية الإمارات للطاقة 2050، الرامية إلى تقليل البصمة الكربونية للدولة الناتجة عن توليد الطاقة بنسبة 70% وزيادة كفاءة الطاقة بنسبة 40%. ومن المتوقع أن تساهم محطة الطاقة الجديدة في الحد من انبعاثات الغازات المسببة للاحتباس الحراري الناجمة عن عمليات توليد الطاقة وصهر الألنيوم التي تقوم بها شركة الإمارات العالمية للألنيوم في جبل علي بحوالي 10%، أي ما يعادل

محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة لتعزيز مسيرة التنمية المستدامة في دولة الإمارات. ويساهم هذا المشروع، الذي يتضمن تقنيات رائدة في توليد الطاقة بكفاءة واعتمادية عالية، في تحقيق أهداف رؤية الإمارات 2021 ومئوية الإمارات 2071، التي ترسم الطريق نحو مستقبل أكثر إشراقاً لأجيالنا القادمة وتعزز مكانة الدولة لتكون أفضل دولة في العالم، وتتطلع إلى استكمال هذا المشروع بنجاح والمساهمة في ازدهار وطننا على مدى العقود القادمة. . ومن جانبه، قال عبد الناصر بن كلبان، الرئيس التنفيذي لشركة الإمارات العالمية



268 شركة جديدة في مركز دبي للسلع المتعددة خلال يناير

•• أبوظبي- وام

بلغ عدد الشركات الجديدة المسجلة في مركز دبي للسلع المتعددة، 268 شركة خلال شهر يناير من العام 2021 وذلك وفقاً لما تظهره أحدث الأرقام التي يوثقها السجل الوطني الاقتصادي. وتعد هذه المرة الثانية التي يسجل فيها المركز رقماً قياسياً في عدد الشركات التي نجح باستطاعتها للعمل، وذلك بعد الرقم القياسي الذي سجله خلال العام 2020 حيث قفز عدد الشركات الجديدة إلى 2025 شركة. وتأتي الإنجازات القياسية التي حققها المركز بهذا الخصوص رغم الظروف التي فرضتها جائحة كورونا والتي انعكست بأثارها السلبية على قطاع الأعمال في جميع دول العالم. وكان المركز أطلق منذ مارس الماضي حزمة من المحفزات للشركات سواء القائمة أو الجديدة وهو ما شكل فرصة لا تعوض لهذه الشركات التي تحمل جنسيات أكثر من 150 دولة حول العالم. ولعب المركز، الذي تم تأسيسه قبل عدة سنوات دوراً مهماً في تعزيز دور إمارة دبي كمركز رائد لتداول السلع الدولية والمنطقة الحرة الأسرع نمواً في العالم.

ويتولى المركز تنظيم وتعزيز وتسهيل التجارة عبر مجموعة من السلع تشمل الذهب والماس والمعادن الثمينة بالإضافة إلى الشاي والقهوة والمواد الغذائية والمواد الصناعية الأخرى. وتعتمد الميزات التي يتفرد بها المركز الذي يضم مزجياً فريداً يشمل منطقة حرة للأعمال التجارية وأحدث العقارات التجارية والسكنية وأفضل السلع والخدمات المالية، والسكنية وأفضل السلع الممتازة والخدمات المالية، الأمر الذي جعله وجهة مفضلة للمستثمرين من جميع دول العالم. يذكر أن مركز دبي للسلع المتعددة أطلق في وقت سابق حملة ترويجية افتراضية تحت عنوان "وجد من أجل التجارة" عبر الإنترنت، شملت مجموعة من الجلسات الافتراضية في الأسواق الرئيسية حول العالم، لاطلاع مجتمع الأعمال في هذه الأسواق على المنظومة التشريعية الجاذبة التي توفرها دبي والمزايا التي يمنحها مركز دبي للسلع للمستثمرين.

يوم البيئة الوطني .. 272 مبادرة في أبوظبي لدعم التعالي الأخضر

•• أبوظبي- وام

تحتفل دولة الإمارات اليوم "الخميس" بـ "يوم البيئة الوطني" الرابع والعشرين والذي يهدف إلى نشر التوعية البيئية بين أفراد المجتمع وإشراكهم في إيجاد الحلول المناسبة للمشاكل البيئية ومن أجل حماية وصون الموارد الطبيعية بما يحفظ للبيئة الطبيعية توازنها ويضمن للأجيال القادمة حقوقها. وحفقت الدولة خلال السنوات الماضية نقلة نوعية في مجال حماية البيئة والحفاظ على مواردها وذلك بفضل الدعم الكبير من القيادة الرشيدة للدولة والتي تسعى إلى تحقيق الاستدامة البيئية في إطار تشريعي وتنظيمي وذلك إدراكاً بأهمية البيئة والحفاظ عليها. وتحظى حماية البيئة والعمل من أجلها باهتمام كبير في الإمارات حيث ساهم الإدراك المبكر للواء المؤسس المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان "طيب الله ثراه" لأهمية المحافظة على الموارد البيئية وضمان استمرارية للأجيال القادمة الذي استلهمه من حياة الأجداد والآباء وممارساتهم اليومية أساساً مفهوم التنمية المستدامة.. وقد قال مقولته "نأخذ من بيتنا قدر حاجتنا، ونترك فيها ما تجد فيه الأجيال القادمة مصدراً للخير ونبتعا للمعطاء..".

وتعمل الإمارات على ضمان استمرارية التنمية المستدامة وتوسعي إلى حماية البيئة وتحقيق التوازن بين التنمية الاقتصادية والاجتماعية، كما تسعى الأجنحة الوطنية لرؤية الإمارات 2021 إلى تحقيق بيئة مستدامة من حيث جودة الهواء والمحافظة على الموارد المائية وزيادة الاعتماد على الطاقة النظيفة وتطبيق التنمية الخضراء. وقالت سعادة شيخة سالم الظاهري الأمين العام لهيئة البيئة في أبوظبي بمناسبة يوم البيئة الوطني الـ 24 والذي يصادف الرابع من فبراير من كل عام - في تصريح لوكالة أنباء الإمارات "وام" .. يأتي يوم البيئة الوطني الرابع والعشرين هذا العام ليركز على قضية هامة لنا جميعاً وهي "التعالي الأخضر" من التداييع الاقتصادية التي خلفها انتشار فيروس كورونا وفي الوقت نفسه الحد من المخاطر البيئية وضمان تحقيق التنمية المستدامة دون أن يؤدي ذلك إلى تدهور البيئة وهو ما يتماشى مع أولوياتنا في هيئة البيئة.. وأضاف.. "نحن وبتوجيهات من قيادتنا الرشيدة نسعى خلال السنوات الخمس القادمة لتنفيذ استراتيجيتنا الأساسية التي تدعم جهود الدولة "للتعالي الأخضر" والتي تشمل 272 مبادرة استراتيجية وتضمن تحسن حالة البيئة من خلال أهداف محددة ومؤشرات أداء رئيسية ..".

فلاي دبي تطلق رحلاتها إلى مينسك

•• دبي - وام

أطلقت فلاي دبي أمس رحلاتها إلى مينسك عاصمة بيلاروسيا بثلاث رحلات أسبوعياً بين مطار دبي الدولي DXB ومطار مينسك الوطني MSQ اعتباراً من 20 فبراير الجاري وستكون فلاي دبي أول شركة من دبي توفر رحلات مباشرة على هذا الخط. وقال غيث الغيث الرئيس التنفيذي لشركة فلاي دبي أن مينسك تعتبر وجهة جديدة تنضم إلى شبكتنا وتعكس التزامنا بفتح الأسواق غير المخدومة. نحن الآن نشغل رحلات إلى 72 وجهة منها أكثر من 40 محطة لم تكن ترتبط في السابق برحلات جوية مباشرة مع دبي أو لم تكن مخدومة من قبل شركات الطيران الوطنية من دبي. وستكون الرحلات على الوجهة الجديدة ضمن رحلات الرمز المشترك مع طيران الإمارات مما يوفر للمسافرين رحلات ربط أكثر سلاسة عبر دبي إلى 155 وجهة بين كل من شبكة طيران الإمارات وشبكة فلاي دبي بما في ذلك أستراليا والصين والمحيط الهندي واليابان وجنوب آسيا والولايات المتحدة. ويتوجب على المسافرين التأكد من مواكبة اللوائح الصادرة عن موقع مركز السفر التابع لـ IATA Travel Centre طوال رحلتهم واتباع الإرشادات الصادرة عن السلطات.



مجلس إدارة غرفة عجمان يتفقد الحي التراثي والمشاريع التجارية في سوق الحصن

عبدالله المويجي: الحي التراثي يوفر فرصاً استثمارية ويدعم نمو المشاريع



•• عجمان - الفجر:

تضمن نمو الأعمال وإستدامتها. وأشار المدير التنفيذي لقطاع تطوير البنية التحتية في بلدية عجمان، إلى حرص وتوجيهات الشيخ راشد بن حميد التوجيهي رئيس دائرة البلدية والتخطيط لتوفير كافة الخدمات للزوار والمستثمرين وضمان التطوير المستمر للمنطقة وربطها بعدد من المناطق التراثية والحيوية. وتضمن نمو الأعمال وإستدامتها. وأشار المدير التنفيذي لقطاع تطوير البنية التحتية في بلدية عجمان، إلى حرص وتوجيهات الشيخ راشد بن حميد التوجيهي رئيس دائرة البلدية والتخطيط لتوفير كافة الخدمات للزوار والمستثمرين وضمان التطوير المستمر للمنطقة وربطها بعدد من المناطق التراثية والحيوية.

وبيئة داعمة لنمو المشاريع الصغيرة والمتوسطة. وجاء ذلك خلال زيارة مجلس إدارة غرفة عجمان لمشروع الحي التراثي في عجمان، بحضور سالم بن أحمد النعيمي نائب رئيس مجلس الإدارة وأعضاء مجلس إدارة غرفة عجمان وموظفي الغرفة، حيث استقبل الوفد الدكتور محمد بن عمير المدير التنفيذي لقطاع تطوير البنية التحتية في دائرة البلدية والتخطيط في عجمان. وقام سعادة عبدالله المويجي وأعضاء مجلس الإدارة بجولة تفقدية لكافة أرجاء الحي التراثي وزيارة عدداً

هيئة النقل تعقد اجتماعاً مع شركات الامتياز

•• عجمان - الفجر:

تتبع كافة مركبات الأجرة التابعة للهيئة وعرض جميع الرحلات النشطة والمغنية ومعرفة عدد الكيلومترات، ورؤية حركة الدخول والخروج من الأنظمة، فضلاً عن إيقاف نظام العدادات والسائقين عن بعد دون الحاجة إلى استدعاء السائقين والركبات، كما يمكن الحصول على المقصودات بسهولة من خلال تحديد المنطقه باستخدام خرائط متطورة أكدت السيدة ساره الحوسني المدير التنفيذي لقطاع العمليات بالإشارة بأن الهيئة تسعى دائماً إلى تبني أحدث الأنظمة والاستراتيجيات التي تساهم في تطوير منظومة التحول الرقمي وصولاً الي تطوير كافة وسائل النقل التابعة لها حيث ستتقبل الهيئة جميع تكاليف منظومة العداد الذكي لكافة مركبات الاجرة التابعة لها وذلك لرفع مستوى جودة الخدمات المقدمة للجمهور.



ضمن مذكرة تفاهم لتعزيز التعاون المشترك

دائرة المالية المركزية بالشارقة تقدم بوابة دفع الكتروني لهيئة الشارقة للاستثمار والتطوير (شروق)

•• الشارقة- الفجر:

مع توجيهات صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، حيث حرص الدائرة المالية على تقديم كل الدعم للشركاء من الدوائر والمؤسسات الأخرى في إمارة الشارقة من خلال المساندة في تطوير البرامج والنظم المالية المشتركة لدفع مسيرة التعاون والتكامل بما يسهم في تحقيق التنمية الاقتصادية المستدامة. وأضاف سعادة وليد الصايغ "إن المذكرة تستمد أهميتها من أنها تعمل على توسيع آفاق التعاون في كافة المجالات من خلال دعم ورعاية البرامج والأنظمة والأنشطة والفعاليات التي تدعم التطوير المالي وتطور قدرات العاملين ومشاركتهم في التحول الرقمي وتأهيلهم لتسهيل وتبسيط إجراءات العمل لديهم بالاستفادة من التقنيات الحديثة والتدريب التفاعلي المعتمد على الذكاء الصناعي، مواكبة النهضة الحضارية والحصرية التي تعيشها إمارة الشارقة. **التطوير الشامل** ومن جهته قال سعادة مروان بن جاسم السركال، الرئيس التنفيذي لهيئة الشارقة للاستثمار والتطوير (شروق): "إن الخدمات المالية السلسة والفعالة تعد من أهم عوامل نمو العمل والاستثمارات في القطاعات الاقتصادية المختلفة، ومن هذا المنطلق ستعزز مذكرة التفاهم من جاذبية أسواق الإمارة وقطاعاتها وستسهم في

والأنظمة المالية، بالإضافة إلى التعاون في تنظيم المؤتمرات والندوات والمبادرات العلمية والمالية وورش العمل لتحسين فرص التدريب التقني وتطوير آلياته بما يكفل تطوير القدرات وتنمية مهارات التواصل والتفاعل مع المجتمع في مجال الاستثمار المالي. **المساندة في تطوير البرامج والنظم المالية المشتركة** وقال سعادة وليد الصايغ مدير عام دائرة المالية المركزية بالشارقة: "تأتي مذكرة التفاهم في إطار تطوير آفاق التعاون بين دائرة المالية المركزية بالشارقة وهيئة الشارقة للاستثمار والتطوير لدعم منظومة العمل المالي وتعزيز آليات التعاون بما يتسق



مدير عام دائرة المالية المركزية وسعادة مروان بن جاسم السركال، الرئيس التنفيذي لهيئة الشارقة للاستثمار والتطوير (شروق)، في مقر الدائرة بحضور السيدة هدى الياسي مدير إدارة النظام المالي والسيد حسن باشا مدير مكتب دعم القرار بالإضافة إلى عدد من كبار الموظفين من كلا الطرفين.

منوعات العقار

29



وفد تجاري ياباني يبحث مع مناطق رأس الخيمة الاقتصادية الفرص الاستثمارية المتاحة

رأس الخيمة-وام:

استعرض وفد من منظمة التجارة الخارجية اليابانية مع مناطق رأس الخيمة الاقتصادية "راكر" الحلول المختلفة التي تقدمها "راكر" لدعم الشركات اليابانية في توسيع مجال صادراتها في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا.

جاء ذلك خلال زيارة الوفد برئاسة ساماسي أندو العضو المنتدب لدى منظمة التجارة الخارجية اليابانية "جيترو" لدى دبي للمنطقة حيث التقى برامي جلال الرئيس التنفيذي لمجموعة "راكر" وفريق تطوير الأعمال التابع للهيئة.

ويعمل في "راكر" حالياً ما يقارب من 50 شركة يابانية تتخذ منها مركزاً لازدهار أعمالها كما تضم هذه الشركات بعض أبرز العلامات التجارية اليابانية مثل تاكينكا الشرق الأوسط المصنعة لأنظمة الطلاء المعدني المطورة ونهون ميش كوغيو يو إيه إي المنتجة للشبكات المعدنية وتسوكيجي كويو العاملة في مجال تصنيع المحامل الصناعية والخاصة بالمركات.

وعبر جلال عن سعادته باستقبال أعضاء "جيترو" وتعريفهم على مجتمع أعمال إمارة رأس الخيمة و "راكر" الذي يضم مختلف فئات الشركات اليابانية سواء الصغيرة والمتوسطة أو الصناعية حيث يعد اللقاء فرصة لتبادل الأفكار التي من شأنها تعزيز العلاقات الثنائية بين دولة الإمارات العربية المتحدة واليابان بالشكل الذي يزيد من دعم المستثمرين اليابانيين في مزاومتهم لأعمالهم في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا. ومن جانبه أشاد أندو بزيارته لراكر ولفائه والرئيس التنفيذي للمجموعة من أجل تبادل الأفكار حول الفرص الاستثمارية المتوفرة في إمارة رأس الخيمة كونها بيئة داعمة للأعمال ومزودة ببنية تحتية تسمح لها بجذب الشركات الصناعية.

جمارك دبي تبحث مع سفارة اندونيسيا بالدولة التعاون المشترك لدعم التجارة بين البلدين

دبي-وام:

بحثت جمارك دبي وسفارة اندونيسيا لدى الدولة سبل تطوير التعاون المشترك لدعم تطور العلاقات الاقتصادية والتجارية بين البلدين وذلك انطلاقاً من حرص الدولة على تعزيز التعاون والتنسيق مع الهيئات الدبلوماسية للدول الصديقة من أجل العمل على تعزيز التبادل التجاري مع هذه الدول.

جاء ذلك خلال استقبال سعادة أحمد محبوب مصبح المدير العام لجمارك دبي سعادة حسين جيس سفير الجمهورية الاندونيسية لدى الدولة حيث اوضح أحمد محبوب مصبح أن جمارك دبي تحرص على تطوير التعاون والتنسيق مع سفارة جمهورية اندونيسيا في دولة الإمارات لتعزيز النمو في التجارة المتبادلة مشيراً إلى ان قيمة تجارة دبي مع اندونيسيا في العام 2020 بلغت نحو 5.4 مليار درهم توزعت إلى الواردات بقيمة 4.42 مليار درهم والصادرات بقيمة 600 مليون درهم وإعادة التصدير بقيمة 380 مليون درهم وشملت العديد من البضائع في مقدمتها المجوهرات والهواتف والاقمشة واللمنيوم.

وأضاف أن جمارك دبي تتطلع في جهودها لتطوير العلاقات التجارية والجمركية مع جمهورية اندونيسيا من توجيهاً صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي "رعاه الله" بالعمل على تعزيز النمو في تجارة دبي مع الدول الآسيوية حيث تُعد اندونيسيا من الأسواق التجارية المتطورة في آسيا ولذلك تحرص الدائرة على تقديم أفضل الخدمات والتسهيلات الجمركية للتجارة الاندونيسية التي تسعى لتعزيز قدرتها على الوصول إلى الأسواق الأوروبية والأفريقية عبر الاستفادة من تطور البنية التحتية في دبي وتفوق الموانئ والمطارات والمناطق الحرة في الامارة بمستوى الخدمات المقدمة للتجار والمستثمرين. وأوضح أن اللقاءات التي تعقدتها الدائرة مع الهيئات الدبلوماسية الأجنبية تهدف الى تمكين التجار والشركات من الدول التي تمثلها هذه الهيئات من تحطي العقبات الناجمة عن جائحة كوفيد 19 لتطوير عملياتهم التجارية عبر دبي للحد من تأثير الازمة الاقتصادية الراهنة على التبادل التجاري الاقليمي والدولي حيث تعمل جمارك دبي على دعم الجهود العالمية الهادفة إلى الخروج من الازمة بالتعاون مع الهيئات والإدارات الجمركية في مختلف دول العالم.



وفقاً لتقرير أصدرته أراضي دبي

سوق دبي العقاري يسجل تصرفات تجاوزت قيمتها 175 مليار درهم للعام 2020 عقارات دبي تحافظ على جاذبيتها في أوساط المستثمرين المحليين والعرب والعالميين



تطبيق دبي ريسيت الذكي ساعد في الحفاظ على زخم السوق وإبقاء قنوات التواصل مفتوحة مع كافة الأطراف، تصدر الهند قائمة الاستثمارات الأجنبية، ثم الصينيون والبريطانيون والباكستانيون والفرنسيون على التوالي، إذ استقطب سوق دبي العقاري 19.757 مستثمراً أجنبياً، أجروا 24.666 استثماراً، زادت قيمتها الإجمالية على 35.6 مليار درهم، وحافظ أداء النساء على وتيرته، وواصلن خلال العام الماضي معدلات الإقبال التاريخية للاستثمار في العقارات، إذ كشفت إحصاءات الدائرة عن قيام 10.300 امرأة بضع أكثر من 15 مليار درهم في 11.723 استثماراً.

وبمقارنة أداء كل المستثمرين حسب جنسياتهم، نجد أن الهنود كانوا الأكثر إقبالاً على عقارات دبي، وحلوا في المرتبة الأولى بتصديرتهم القائمة، تلاهم مواطنو الإمارات. وكانت المراتب الثماني على قائمة المشترية الأوائل لكل من: الصين، السعودية، بريطانيا، باكستان، فرنسا، روسيا، الأردن ومصر. وجاءت مرسى دبي في المرتبة الأولى على قائمة أعلى 10 مناطق من حيث عدد التصرفات، تلاها: البرشاء جنوب الرابعة، وفي العاشرة سيج الدحل.

سلطان بن مجرن: تسجيل 51,414 تصرفاً للعام الماضي أثبت نجاح الحزم التحفيزية الحكومية في الحفاظ على جاذبية السوق



دبي-وام:

73.2 مليار درهم. وقال سعادة سلطان بطي بن مجرن، مدير عام دائرة الأراضي والأملاك في دبي: "تؤكد البيانات السابقة متانة البيئة الاستثمارية للإمارة، وتكيفها مع مختلف الظروف، في ظل توجيهاً القيادة الرشيدة الرامية إلى تعزيز قدرات القطاع العقاري في دبي. ويأتي المنصرم متناغماً من منطلق نهجنا الشفاف في إطلاع كافة الأطراف المعنية في السوق، وفي مقدمتهم المستثمرون من كافة الفئات، لمساعدتهم على تطوير خططهم الاستثمارية، والاستفادة من الأجواء الاستثمارية المواتية في الإمارة. نعتقد يقيناً أن تسجيل 51,414 تصرفاً خلال العام الماضي يكشف عن نجاح الحزم التحفيزية الحكومية التي عززت جاذبية السوق العقاري، ووفرت الكثير من الفرص السانحة للمستثمرين من جهة، وللمطورين الذين حرصوا على مواصلة عمليات الإنشاء وتسليم المشاريع في الأوقات المحددة من جهة أخرى". وأضاف ابن مجرن "لناشك أننا والعالم واجهنا بعض التحديات خلال العام الماضي، لكننا تمكنا من مواجهتها بتوجيهات القيادة الرشيدة التي ركزت أولاً على سلامة المجتمع والحفاظ على صحة الأفراد. ومن هنا المنطلق، برز دور تطبيق "دبي ريسيت" الذكي بالإضافة إلى موقع الدائرة الإلكتروني، حيث ساعدت في الحفاظ على زخم السوق من خلال إبقاء قنوات

أظهر سوق دبي العقاري مستوى عالياً من المرونة والجاذبية في أوساط المستثمرين المحليين والعالميين على مدار العام 2020، تمثل بتسجيل 51.414 تصرفاً عقارياً بقيمة تجاوزت 175 مليار درهم، وذلك بحسب تقرير التصرفات الكلية للعام الماضي الصادر عن دائرة الأراضي والأملاك بدبي، محققاً بذلك نتائج إيجابية بالرغم من التضييق العالمي لجائحة كوفيد-19، وما رافقها من إجراءات وتشديد احترازية، أقت بظلالها بشكل مباشر على مختلف القطاعات، وطال تأثيرها المؤسسات الحكومية والخاصة والأفراد على حد سواء، بما في ذلك إيقاف مختلف الأنشطة التجارية، وتعليق حركة الطيران لأشهر طويلة. وكشف التقرير عن أداء متممياً لمختلف الأنشطة، إذ بلغت قيمة المبيعات العقارية حوالي 72.5 مليار درهم، بواقع 35.423 تصرفاً، في حين سجلت الهجونات العقارية 12.958 تصرفاً بقيمة إجمالية تجاوزت 87.7 ملياراً، في الوقت الذي سجلت فيه الهبات 3.033 تصرفاً، بأكثر من 15 ملياراً.

وفيما يتعلق بالاستثمارات الجديدة خلال العام ذاته، فقد أشار التقرير إلى أن إمارة دبي استقطبت 31.648 مستثمراً جديداً أبرموا 41.571 استثماراً، بقيمة إجمالية تجاوزت

انضمام الهند وجنوب أفريقيا واندونيسيا إلى مبادرة الجواز اللوجستي العالمي

دبي-وام:

أعلنت مبادرة "الجواز اللوجستي العالمي". وهي مبادرة لخطط أعمال كبرى تأسست بغرض زيادة فرص التبادل التجاري بين الأسواق الناشئة. انضمام الهند واندونيسيا وجنوب أفريقيا كأعضاء فيها. وانضمت الدول الثلاث إلى نادي الدول الأعضاء والذي يشمل أيضاً كولومبيا والسنگال وكازاخستان والبرازيل وأوروغواي ودولة الإمارات العربية المتحدة وذلك بهدف تبادل الخبرات لتيسير حركة التدفق التجاري حول العالم. وتخلق مبادرة "الجواز اللوجستي العالمي" فرصاً للشركات في أفريقيا وآسيا وأمريكا الوسطى وأمريكا الجنوبية من أجل تحسين مسارات التجارة الحالية وتطوير طرق جديدة من خلال أول برنامج لولاء في العالم في مجال تقديم الخدمات اللوجستية لخصي البضائع والتجار. وتتغلب المبادرة على الحواجز التجارية غير الجمركية من خلال التتبع السريع لحركة البضائع وخفض التكاليف الإدارية وتقديم معلومات الشحن فضلاً عن تسهيل الحركة بين الموانئ والمطارات. وقال مايك باسكاران المدير التنفيذي لمبادرة "الجواز اللوجستي العالمي" إن مبادرة "الجواز اللوجستي العالمي" تعمل على تعزيز مرونة سلاسل التوريد العالمية وإزالة العوائق التي تمنع الاقتصادات النامية من التجارة بحرية كما ترغب وهو أمر تزداد أهميته في الوقت الحالي مقارنة بأي وقت مضى وذلك يرجع إلى أن الحكومات حول العالم تسعى إلى التعالي من التأتريات الاقتصادية التي خلفتها جائحة كوفيد-19. مؤكداً أن إعلان اليوم يبرهن على أن الحكومات والشركات تفكر بشكل مختلف بخصوص نقل البضائع والخدمات حول العالم. معرباً عن سعادته بانضمام الهند واندونيسيا وجنوب أفريقيا كأعضاء في المبادرة.



68.8 مليار درهم
تجارة الإمارات من
السيارات خلال 9 أشهر

أبوظبي - وام:

وصلت قيمة تجارة دولة الإمارات من السيارات والعربات والجرارات نحو 68.8 مليار درهم خلال الأشهر التسعة الأولى من العام 2020 وذلك بحسب البيانات الصادرة عن المركز الاتحادي للتنافسية والإحصاء. وبالإضافة إلى كون سوق السيارات المحلي يعد من أنشط الأسواق في المنطقة فإن دولة الإمارات تصنف مركزاً إقليمياً لإعادة تصدير هذا النوع من السلع حيث يتم من خلالها إعادة تصدير جميع دول المنطقة من السيارات والجرارات. وتظهر الأرقام أن تجارة إعادة التصدير من السيارات والجرارات بلغت نحو 25.6 مليار درهم خلال الفترة من يناير وحتى نهاية شهر سبتمبر من العام الماضي فيما وصلت قيمة الصادرات 1.26

«أبوظبي للتنمية» يوقع ثلاث مذكرات تفاهم مع حكومة تركمانستان لتعزيز التعاون التنموي والاقتصادي

أبوظبي-وام:

وقع صندوق أبوظبي للتنمية امس ثلاث مذكرات تفاهم مع حكومة تركمانستان بهدف تعزيز العلاقات الاقتصادية والتنموية، وفتح آفاق واسعة وفعالة للتعاون الاستثماري بين الجانبين، خاصة في القطاعات الحيوية والتي تحقق التنمية المستدامة في كلا البلدين.

وضمنت مذكرة التفاهم الأولى إنشاء شركة استثمارية برأسمال مستهدف يصل إلى 370 مليون درهم ما يعادل "100 مليون دولار أمريكي" يساهم صندوق أبوظبي والتنمية وحكومة تركمانستان في المرحلة الأولى بما قيمته 58.7 مليون درهم، ما يعادل "16 مليون دولار أمريكي" تدفع مناصفة بين الجانبين، وذلك لغايات الاستثمار في مختلف القطاعات الحيوية كالطاقة والزراعة والسياحة والصناعة وغيرها من القطاعات الحيوية التي تعمل على دفع النمو الاقتصادي المستدام، حيث تعرض



الإمارات العربية المتحدة، وسعادة أحمد الحي الهاملي سفير دولة الإمارات لدى تركمانستان، وعدد من المسؤولين في كلا الجانبين. وبهذه المناسبة، قال سعادة محمد سيف السويدي: "تأتي مذكرات التفاهم التي تم التوقيع عليها اليوم في إطار حرص صندوق أبوظبي للتنمية على توسيع شراكاته الاستثمارية والاقتصادية مع حكومة تركمانستان"، مشيراً إلى أن الاتفاقيات تشكل نقلة نوعية في تاريخ العلاقات التنموية والاستثمارية بين الجانبين وتعزز من النمو الاقتصادي لكلا البلدين. وأضاف: "أن العلاقات الاستثمارية بين الصندوق وحكومة تركمانستان تعود لعقدين ماضيين، حيث يعمل الصندوق مع حكومة تركمانستان كشريك فعال لتحقيق أهداف التنمية المستدامة"، لافتاً إلى أن مذكرات التفاهم ستساهم في تحقيق الأولويات التنموية لكلا الجانبين وستعمل كذلك على اقتناص الفرص الاستثمارية الجديدة لرفع مستوى جودة حياة السكان.

تعزيز التنمية الاقتصادية ودعم القطاع الصناعي في تركمانستان. أما مذكرة التفاهم الثالثة، فتهدف إلى دراسة إمكانية المساهمة في تمويل عدد من المشاريع التنموية لتعزيز التعاون بين صندوق أبوظبي للتنمية، وحكومة تركمانستان خاصة في مجالات مشاريع البنية التحتية في قطاعات مختلفة، منها الطاقة المتجددة والنقل الجوي.

حكومة تركمانستان الرض الاستثمارية والمشاريع التنموية التي ترغب بتمويلها على الصندوق لدراستها واليت فيها. وتتضمن مذكرة التفاهم الثانية على دراسة إمكانية الاستثمار في مشروع مجمع للصناعات الكيماوية في تركمانستان لإنتاج أسيتات البولي فينيل بقيمة 642.7 مليون درهم، ما يعادل "175 مليون دولار أمريكي" حيث يهدف المشروع إلى

محاكم دبي
محكمة التنفيذ

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
في التنفيذ رقم ٨٢٦٨/٢٠٢٠/٢٠٧ تنفيذ تجاري
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢٠/٦٧٥ تجاري جزئي ،
بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (٨٨٢٥٨,١٣ درهم) ، شاملاً للرسوم والصاريف
طالب الإعلان : مصرف ابوظبي الإسلامي - صفته بالقضية : طالب التنفيذ
المطلوب اعلانه : ١- محمد كمال محمد خليل - صفته بالقضية : منفذ ضده
بالقضية : مجهول محل الإقامة
موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع
المبلغ المنفذ به وقدره (٨٨٢٥٨,١٣) الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان
الحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور
خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة التنفيذ

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٧٠٤/٢٠١٩/٢٠٧ تنفيذ تجاري
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٧/٤٧٧ تجاري جزئي ،
بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (١٨٢٢٩٩ درهم) ، شاملاً للرسوم والصاريف
طالب الإعلان : بنك ابوظبي التجاري - فرع - صفته بالقضية : طالب التنفيذ
المطلوب اعلانه : ١- فاطمة علي احمد المسلمي زوجة مانع احمد محمد - صفته
بالقضية : مجهول محل الإقامة
موضوع الإعلان : نلتكم بأنه تم حجز على اموالكم الخاصة وهي عبارة عن قطعة
ارض ٦٦٢٢ بمنطقة مصفوت الواقعة في إمارة عجمان وقطعة ارض ٦٢٢٥ بمنطقة
مصفوت ٣ وذلك وفاء للمبلغ المطلب به وقدره (١٨٢٢٩٩) درهم ولعلم بما جاء به
ونفذ مفعوله قانونا.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة التنفيذ

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٧٨/٢٠١٩/٢٠٧ تنفيذ عمالي
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٧/٧٠٩ عمالي جزئي بسداد
المبلغ المنفذ به وقدره (٥١٧٥٤ درهم) لصالح العامل ، بالإضافة الى مبلغ وقدره (١٠٥٦ درهم)
رسوم تنفيذ الحكم ومبلغ (٢٧٨٨ درهم) رسوم الدعوى الابتدائية لصالح المحكمة.
طالب الإعلان : شرف موسى محمد موسى شرف صفته بالقضية : طالب التنفيذ
المطلوب اعلانه : ١- الصرح للمقاولات - ش د م م - صفته بالقضية : منفذ ضده
مجهول محل الإقامة
موضوع الإعلان : نلتكم بأنه تم حجز على اموالكم الخاصة وهي عبارة عن السيارات الكائنة
بشبكة حجز المركبات بديره والمرقفة بمحضر الحجز وفاء للمبلغ المطلب في التنفيذ اعلاه وذلك
للعلم بما جاء به ونفذ مفعوله قانونا
على قرار المحكمة الصادر بتاريخ ٢٠٢١/١/٢٨.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة التنفيذ

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ١٤٤٠٢/٢٠٢٠/١٢ عمالي جزئي
موضوع الدعوى : يطلب المدعي من عدالة المحكمة تسجيل الدعوى واعلان المدعي عليها
بصورة من لاحتها والحكم بالزامها بان تؤدي للمدعي مبلغ اجرائي (٢٨٠٧٣) درهم ، والزامها
بالرسوم والصاريف.
طالب الإعلان : اميره عبدالقادر عبدالجواد - صفته بالقضية : مدعي
المطلوب اعلانه : ١- ميديتل فون - ش د م م - صفته بالقضية : مدعي عليه
مجهول محل الإقامة
موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى وموضوعها يطلب المدعي من عدالة المحكمة تسجيل
الدعوى واعلان المدعي عليها بصورة من لاحتها والحكم بالزامها بان تؤدي للمدعي مبلغ
اجرائي (٢٨٠٧٣) درهم ، والزامها بالرسوم والصاريف. وحددت لها جلسة يوم الأحد الموافق
٢٠٢١/٢/١٤ الساعة ١١:٠٠ صباحاً في قاعة التقاضي عن بعد لذا فانت ملتزم بالحضور أو من
يمثلك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات و مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة
أيام على الأقل ، علماً ان الدعوى جددت من التعلب.
رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة الابتدائية

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان أمر أداء بالنشر
٥٥٠/٢٠٢١ أمر أداء
تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المدعي عليها / ١- جوهرة النيل نقل المواد العامة بالمشاحنات التفتية - ش د م
٢/ محمد مصطفي مصطفى حويش - مجهول محل الإقامة
بما ان المدعي / عامر عثمان - ويمثله / سرحان حسن محمد حسن المعيني
طلب استصدار أمر أداء فقد قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ ٢٠٢١/١/٣١ أولاً : إلزام المدعي
عليهما بالتزامان بان يؤديا للمدعية مبلغ وقدره ١٨٢٥٠٠ درهم "مائة وثلاثة وثمانون ألف
وخمسة مائة درهم إماراتي" والفائدة القانونية بواقع ٤% سنوياً من تاريخ الاختيار بالتكليف بالوفاء
الحاصل في ٢٠٢١/١/٦ وحتى السداد التام ، وحثي السداد التام ، والزامهما بالرسوم والصاريف ومبلغ خمسمائة
من طليات ، وتوهم المحكمة ان طلب شمول الأمر بالنفاذ الملجل لا يمرر له لذا فنت برفضه . ولكم
الحق في استئناف الأمر خلال ١٥ يوم من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان.
رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان أمر أداء بالنشر
٦٦٤/٢٠٢١ أمر أداء
تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المدعي عليه / ١- عامر محمد سهيل علي حسن مجهول محل الإقامة
بما ان المدعي / دار الترمويل - ش م ع
ويمثله / وشيخة محمد سيف علي الحزري
طلب استصدار أمر أداء فقد قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ ٢٠٢١/١/٣١ إلزام
المدعي عليه بان يؤديا للمدعي مبلغ وقدره ٧٢,٨٥٤,٠٧٢ درهم (واحد وثلاثون ألفاً
وثمان مائة وخمسة وخمسون درهماً وثمان وتسعون فلساً) مع الفائدة القانونية ٨% من
تاريخ الاستحقاق الحاصل في ٢٠٢٠/٨/٢٦ وحتى السداد التام وبالرسوم والصاريف ومبلغ
الف درهم مقابل تعاقب الحمامة . ولكم الحق في استئناف الأمر خلال ١٥ يوم من اليوم
التالي لنشر هذا الاعلان.
رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان أمر أداء بالنشر
٥٦٦٦/٢٠٢٠ أمر أداء
تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المدعي عليه / ١- جريج هيكتور سيدجويك - مجهول محل الإقامة
بما ان المدعي / ساديكو للدكور - ش د م م
ويمثله / أمل عمير السبيعي
طلب استصدار أمر أداء فقد قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ ٢٠٢١/١/٢٠ إلزام
المدعي عليها بالتزامان بان يؤديا للمدعية مبلغ ١٠٥٠٨٨,٠٠٠ درهم (مائة وخمسة الف
وثمان وثمانون درهم وخمسة وستون فلساً) والفائدة القانونية بواقع ٥% سنوياً من تاريخ
استحقاق كل شيك وحتى تمام السداد والزامها بالرسوم والصاريف ومبلغ خمسمائة
درهم مقابل تعاقب الحمامة ورفضت النفاذ الملجل . ولكم الحق في استئناف الأمر خلال
١٥ يوم من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان.
رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
في الاستئناف رقم ٢٠٠/٢٠٢١/٧٨ استئناف مدني
موضوع الاستئناف : استئناف الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢٠/٢١٩١ مدني
جزئي والرسوم والصاريف والاعتاب.
طالب الإعلان : احمد بن سعيدي - صفته بالقضية : مستأنف
المطلوب اعلانه : ١- احمد خليل محمد عبدالله - صفته بالقضية : مستأنف ضده.
مجهول محل الإقامة
موضوع الإعلان : قد استأنف القرار /الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠٢٠/٢١٩١ مدني
جزئي. وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق ٢٠٢١/٢/٢٥ الساعة ١٠:٠٠ صباحاً
بقاعة التقاضي عن بعد وعليه يقضي حضوركم او من يملككم قانونياً وفي حال
تخلفكم ستجري محاكمكم غيابياً
رئيس القسم

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
في الدعوى رقم SHCAPCIVIS2019/0002218 مدني
بالنشر وعلى لوحة اعلانات المحكمة
المتأفف ضده : حسين جعفر الزعوني - عنوانه : دبي الهباب بالقرب من مركز شرطة
الهباب مسكن الميرال الرقم التلكني 5063409749
ليكن معلوماً لديك أن المتأفف : هدى سالم الشاعر قد استأنف الحكم الصادر بتاريخ
٢٠١٩/١٠/٣١ في الدعوى الابتدائية رقم SHCAPCIVIS2019/0002218
محكمة الاستئناف المدنية - مدني. فيقتضي حضورك أو حضور من يملك امام محكمة
الشارقة بدار القضاء يوم الثلاثاء الموافق 2021/2/16 الساعة 9.30 صباحاً وتقديم
ما لديك من بيانات وفي حالة عدم حضورك أو حضور من يملك قانوناً فسنتظر المحكمة
الدعوى في غيابك.
مدير مكتب الخدمات القضائية
طارق كلندر

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بيع عقار بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١٨٦ بيع عقار مرهون
موضوع التنفيذ : عقد ابوظبي التجاري - ش د م م
خزونه إمارة ابوظبي - المركز الرئيسي - العنوان الرئيسي - دائرة معالجة الديون والخامش
المنفذ ضده : اسئلةك صناعة للإنتاج والتعبئة - ش د م م
عنوانه الإمارة دبي - صومر - مجمع دبي للإنتاج التانيه - صندوق ملك مجمع دبي للإنتاج - قطعة رقم 597 - 275 -
فاندرقم 043386131 - فاني رقم 043384641 - هاتف متحرك 0552408888 - ص ب 10921 دبي
انه في يوم الأربعاء الموافق 2021/2/10 الساعة 5:00 مساءً وبغ الأيام الثلاثاء التالية ان القضاء الحال سيجري بيع
العقار الوضعة واصفاه اتمام لدى الجهة التي انيط بها شركة الامارات لمقرات وعلى موقعها الإلكتروني WWW.
emiratesaucion.ae وعلى راضي اراضي اديع تأمين لا يقل عن 20% من الثمن الاساسي قبل حلول الأريادة ونقل
من لديه اعتراض على البيع المتضمن بخاصة معرواً بما يبرره من مستندات قبل الجلسة المحددة للبيع وفي اعادة البينة بالذات
301 من قانون الاجراءات المدنية وعلى من يتقدم بطول اديع تأمين الثمن والصاريف خلال عشر ايام التالية لجلسة البيع
وقل شخص غير ممنوع من التزويد ان يزيه على الثمن خلال العشرة ايام التالية لرسوم ايراد شرط الا يقل هذه التزيدة عن
عشر اثنى عشر ايام من ايام اديع كامل الثمن العروض والصرافات خزينة المحكمة عليها على بيان اوصاف المشتات : نوع العقار
: حق منفعة على ارض وما عليها من بناء يتشتمل بتاريخ 2036/5/27 - المساحة : 275 - المخططة : مجمع دبي للاستثمار
التاني - المساحة : 7529.30 متر مربع - الفتراب : 8000000 درهم - ملاحظة : يدفع ابيع فوراً.
رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بيع عقار بالنشر للمنفذ ضده
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١٨٦ بيع عقار مرهون
موضوع التنفيذ : عقد ابوظبي التجاري - ش د م م
خزونه إمارة ابوظبي - المركز الرئيسي - العنوان الرئيسي - دائرة معالجة الديون والخامش
المنفذ ضده : اسئلةك صناعة للإنتاج والتعبئة - ش د م م
عنوانه الإمارة دبي - صومر - مجمع دبي للإنتاج التانيه - صندوق ملك مجمع دبي للإنتاج - قطعة رقم 597 - 275 -
فاندرقم 043386131 - فاني رقم 043384641 - هاتف متحرك 0552408888 - ص ب 10921 دبي
انه في يوم الأربعاء الموافق 2021/2/10 الساعة 5:00 مساءً وبغ الأيام الثلاثاء التالية ان القضاء الحال سيجري بيع
العقار الوضعة واصفاه اتمام لدى الجهة التي انيط بها شركة الامارات لمقرات وعلى موقعها الإلكتروني WWW.
emiratesaucion.ae وعلى راضي اراضي اديع تأمين لا يقل عن 20% من الثمن الاساسي قبل حلول الأريادة ونقل
من لديه اعتراض على البيع المتضمن بخاصة معرواً بما يبرره من مستندات قبل الجلسة المحددة للبيع وفي اعادة البينة بالذات
301 من قانون الاجراءات المدنية وعلى من يتقدم بطول اديع تأمين الثمن والصاريف خلال عشر ايام التالية لجلسة البيع
وقل شخص غير ممنوع من التزويد ان يزيه على الثمن خلال العشرة ايام التالية لرسوم ايراد شرط الا يقل هذه التزيدة عن
عشر اثنى عشر ايام من ايام اديع كامل الثمن العروض والصرافات خزينة المحكمة عليها على بيان اوصاف المشتات : نوع العقار
: حق منفعة على ارض وما عليها من بناء يتشتمل بتاريخ 2036/5/27 - المساحة : 275 - المخططة : مجمع دبي للاستثمار
التاني - المساحة : 7529.30 متر مربع - الفتراب : 8000000 درهم - ملاحظة : يدفع ابيع فوراً.
رئيس القسم

الشؤون الفنية والتعاون الدولي
ادارة الكاتب العدل والتصديقات
الكاتب العدل - خورفكان

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان
تقدم الي انا الكاتب العدل بادرة الكاتب العدل والتصديقات - خورفكان : السيد/
عبدالله راشد عبدالله قسوم التقي : الجنسية : الامارات وطلب التصديق على
محرر يتضمن (تشانل) في حصة البالغة ١٠٠% في الاسم التجاري صيدلية
اللاوييه ، نشاط الصمدية صيدلية ، والمرخص من دائرة التنمية الاقتصادية في
خورفكان رخصة تجارية رقم ٥٦٨٨٦١ الصادرة بتاريخ ٢٠١٩/١/٢٠ في دائرة التنمية
الاقتصادية بخورفكان. الى السيد/ عائشة عبدالله محمد بن راشد التقي :
الجنسية : الامارات. ليكن معلوماً للجمع بان الكاتب العدل في مدينة خورفكان
سيقوم بالتصديق على توقيعات ذوي الشأن في المحرر المذكور بعد اقتضاء اسبوعين
من تاريخ نشر هذا الاعلان.
مكتب الكاتب العدل خورفكان
عبيد الرولي

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٤٢٨٢/٢٠٢٠/٦٠٢٠ أمر أداء
موضوع الدعوى : المطالبة باصدار الأمر بالزام المطلوب ضدها الأمر رقم ٤٢٨٢/٢٠٢٠/٦٠٢٠ مائلتان
واربعة وثمانون ألف وخمسة مائة وخمسة وثمانون درهم وقماتية وعشرون فلس والفائدة القانونية ١٢% من تاريخ
الاستحقاق حتى تمام السداد. المطلوب ضدها بالرسوم والصاريف ومقابل تعاقب الحمامة شمول الحكم
طالب الإعلان : ميست للثقافت : صفته بالقضية : مدعي
المطلوب اعلانه : ١- شركة تقنية الأبراج للمقاولات - ش د م م - صفته بالقضية : مدعي عليه
مجهول محل الإقامة
موضوع الإعلان : طلب استصدار أمر أداء فقد قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ ٢٠٢١/١/١٩ أولاً : بإفلاذ
العقد التجاري بمرم بين الطرفين . ثانياً ، بالزام المدعي عليها ان تؤدي للمدعية مبلغ (٢٨٥٨٨,٢٨١) مائلتان واربعة
وثمانون ألف وخمسة مائة وخمسة وثمانون درهم وقماتية وعشرون فلس والفائدة القانونية ١٢% سنوياً من تاريخ
الاستحقاق في ٢٠٢٠/٨/٣١ حتى تمام السداد والرسوم والصاريف وخمسمائة درهم مقابل تعاقب الحمامة
ورفضت طلب الفسخ . ولكم الحق في استئناف الأمر خلال ١٥ يوم من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان.
رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٥٧٠٢/٢٠٢٠/٦٠ أمر أداء
موضوع الدعوى : طلب إصدار أمر أداء بمبلغ وقدره (٢,٠٠٠,٠٠٠ درهم) فقط
ملفونى درهم والفائدة القانونية بواقع ٩% من تاريخ الإستحقاق
طالب الإعلان : مندر أكرم جمع جمعه - صفته بالقضية : مدعي
المطلوب اعلانه : ١- محمد عبدالله احمد الطغر - صفته بالقضية : مدعي عليه
موضوع الإعلان : قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/٢٢ إلزام المدعي
عليه بان يؤديا للمدعين مبلغ وقدره ٢,٠٠٠,٠٠٠ درهم (ملفونى درهم) والفائدة
القانونية بواقع ٩% من تاريخ الاستحقاق الحاصل في ٢٠١٩/٩/٢٧ وحتى السداد التام
بالرسوم والصاريف وعلى الف درهم مقابل تعاقب الحمامة . ولكم الحق في استئناف
الأمر خلال ١٥ يوم من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان.
رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ١١٤/٢٠٢١/٦٠ أمر أداء
موضوع الدعوى : المطالبة باصدار الأمر بالزام المدعي بسداد مبلغ ٢٠٨٥٢٥٠,٠ درهم
والرسوم والصاريف
طالب الإعلان : بوبويسو - ش د م م - صفته بالقضية : مدعي
المطلوب اعلانه : ١- كمال حسني حسن خوجة - صفته بالقضية : مدعي عليه
مجهول محل الإقامة
موضوع الاعلان : طلب استصدار أمر أداء فقد قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ ٢٠٢١/١/١١ إلزام
المدعي عليها بالتزامان بان يؤديا للمدعية بلغ وقدره ٢,٠٨٥,٢٥٠,٠ درهم (مليونان وخمسة وثمانون
الفاً ومائتان وخمسة وخمسون درهماً وتسعون فلساً) والفائدة القانونية بواقع ٩% من تاريخ الاستحقاق
الحاصل في ٢٠٢٠/٣/١١ وحتى السداد التام وبالرسوم والصاريف ومبلغ الف درهم مقابل تعاقب الحمامة
ورفضت ما عدا ذلك من طلبات ، وتوهم المحكمة ان طلب شمول الأمر بالنفاذ الملجل لا يمرر له لذا فنت
برفضه . ولكم الحق في استئناف الأمر خلال ١٥ يوم من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان.
رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٦٧٦/٢٠٢٠/٧٢ تظلم تجاري
موضوع الدعوى : إلغاء أمر الحجز التفتي الصادر في ملف الحجز التفتي التجاري رقم ٢٠١٩ لسنة ٢٠١٩ والفاء
وإبطال كافة إجراءات الحجز التي تمت بموجبيه وذلك بموجب دفع مبلغ ٥٢٤ في وادي الصفا
(٢) - الجزائي بالجمع الرئيسي - GT٢١ ومطابقة النقطه ٢٠١٤ رقم مريح والقضاء باستحقاق المدعية ،
تلكه العقار الحجز عليه
طالب الإعلان : ١- شركة ابواب العقارية للخدمات (ش د م م) - صفته بالقضية : متظلم
ويمثله / مريم مرزاق البوشي - صفته بالقضية : وكيل
المطلوب اعلانه : ٢- براهيم بوزرا بهافور لال بوزرا - صفته بالقضية : متظلم ضده
موضوع الإعلان : قد أقام عليك التظلم المذكورة اعلاه وموضوعه إلغاء أمر الحجز التفتي الصادر في ملف الحجز
التفتي التجاري رقم ٢٠١٩ لسنة ٢٠١٩ والفاء وإبطال كافة إجراءات الحجز التي تمت بموجبيه وذلك بموجب
الدفع المجهول (قطعة الأرض رقم ٥٢٤ في وادي الصفا) (٢) - الجزائي بالجمع الرئيسي - الودعه رقم GT٢١ ومساحة
القطعة ٢٠١٩ قدم مريح) والقضاء واستحقاق المدعية ، تلكه العقار الحجز عليه . وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق
٢٠٢١/٢/٢٧ الساعة ٨:٣٠ صباحاً بقاعة التقاضي عن بعد لذا فانت ملتزم بالحضور أو من يملكك قانونياً وعليك بتقديم
ما لديك من مذكرات و مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل ، وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون
بمشايه حضورى .
رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة التنفيذ

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
٥٩٨٨/٢٠٢٠/٢٠٧ تنفيذ تجاري
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المنفذ ضدهما/ ١- شتل للديعياة والإعلان ش د م م - ميسم إسماعيل
مجهولي محل الإقامة
بما ان الطالب التنفيذ/ عزان سالم بن بريك ويمثله / ياسين ابوبكر سالم الحامد
قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به وقدره
(٨٢,١٤٠,٥) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر
الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من
تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة التنفيذ

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
٢٧٢٨/٢٠٢٠/٢٠٧ تنفيذ تجاري
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المنفذ ضده/ ١- دبيليكس للخدمات الفنية - ش د م م - مجهول محل الإقامة
بما ان الطالب التنفيذ/ ساحل الفشت لمقاولات التكبسية والارضيات - ش د م م
قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به
وقدره (١١٤٠٢) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة
ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥
يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة التنفيذ

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
٥٦٨٤/٢٠٢٠/٢٠٧
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المنفذ ضده/ ١- شركة العطار للمقاولات - ش د م م - مجهول محل الإقامة
بما ان الطالب التنفيذ/ دوار الخالدية للمقاولات الفنية
قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ
به وقدره (١٣٩٤٧) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان
الحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار
المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة التنفيذ

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
٢١٧/٢٠٢١/٢٠٧ تنفيذ تجاري
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المنفذ ضدهم/ ١- عبيدالحيد عبدالرزاق محمد علي بدري ٢- زكية محمد رفيع بن كاظم ،
٣- فهد عبدالعزيز محمد سعيد محمد ، ٤- اناها محمد عبيدالحيد عبدالرزاق بدري ، ٥- راشد محمد
عبيدالحيد عبدالرزاق بدري ، ٦- سعيد محمد عبيدالحيد عبدالرزاق بدري - مجهولي محل الإقامة
بما ان الطالب التنفيذ/ دار الترمويل - ش م ع م ويمثله / شيخة محمد سيف علي الحزري
قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٨٨٢٥٠,٣٦)
درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك
في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة التنفيذ

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
٤١٠/٢٠٢١/٢٠٧ تنفيذ تجاري
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المنفذ ضده/ ١- شركة سيدكو للمقاولات العامة - ش د م م - فرع دبي - مجهول
محل الإقامة ، بما ان الطالب التنفيذ/ شركة ايه ايه ايز للتكنولوجيا - ش د م م
ويمثله / أحمد علي سعيد الحصيني
قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به وقدره
(١٣٩٤٥,٠٠) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر
الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا
الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
تفاصيل الإعلان بالنشر
١٧٩٣/٢٠١٩
إلى محكوم عليه - ١- راجستان نيوز للخدمات الفنية ش د م م - مجهول محل الإقامة
بما ان محكوم به/سند المرعب للمهندسة العامة للإلكترونيات وزيئة السيارات ش د م م -
ويمثله / ويمنه / أحمد خالد عطفي الميرال الحميري
نلتكم بان المحكمة حكمت بجلستها بتاريخ 2020.10.28 في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/
سند المرعب لتجارة العامة والإلكترونيات وزيئة السيارات ش د م م. بنسخ عقد البيع المبرم بين المدعية
والمدعي عليها الأوى والخروج في 2019 و إلزام المدعي عليها الأوى بان ترد للمدعية مبلغ مليون
وسبعين ألف درهم والفائدة القانونية بواقع 9% من تاريخ سيرورة هذا الحكم هائليا وحتى تمام السداد
ويرد اصل الشيك رقم 5003003 المسحوب على مصرف ابوظبي الإسلامي بمبلغ مليون درهم والخروج في
2019/10/31 و التزامها بالصرافات ومبلغ الف درهم مقابل تعاقب الحمامة . حكما بمباينة الحضوري
قابل للاستئناف خلال ثلاثين يوما ابتداء من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان. صدر باسم صاحب السمو
الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلقت علنا
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٨/٢٠٢١/٢٠ تجاري كلي
موضوع الدعوى : المطالبة بالزام المدعي عليها بالتزامان والتكليف بمبلغ وقدره (28383365)
درهم والرسوم والصاريف والتعاقب بحقكم في حالة عدم اتمام التحويل وحتى
السداد التام ورسوم الحكم بالنفاذ الملجل بلا كائنة.
طالب الإعلان : رسالة توريد فاينانس فاند - صفته بالقضية : مدعي
المطلوب اعلانه : ١- هاردين البرجي & كوموديتيز - ش د م م - صفتهما بالقضية : مدعي عليهما
مجهولي محل الإقامة
موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليها بالتزامان
والتكليف بمبلغ وقدره (28383365 درهم) والرسوم والصاريف والتعاقب بالحكم بالنفاذ الملجل بلا كائنة . وحددت
لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق 2021/2/9 الساعة 9.30 صباحاً في قاعة التقاضي عن بعد
لذا فانت ملتزم بالحضور أو من يملكك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات و مستندات
للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.
رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة التنفيذ

العدد ١٣١٥٦ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٤
اعلان بالنشر
٤١٠/٢٠٢١/٢٠٧ تنفيذ تجاري
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المنفذ ضده/ ١- شركة سيدكو للمقاولات العامة - ش د م م - فرع دبي - مجهول
محل الإقامة ، بما ان الطالب التنفيذ/ شركة ايه ايه ايز للتكنولوجيا - ش د م م
ويمثله / أحمد علي سعيد الحصيني
قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به وقدره
(١٣٩٤٥,٠٠) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر
الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا
الاعلان.
رئيس الشعبة



أمير الشعراء في أولى حلقاته المباشرة يبث الأمل من العاصمة أبوظبي

•• أوبريت الأمل من أبوظبي
شمس الأمل
•• 4 شعراء من 4 دول عربية يتنافسون
في أولى أمسيات أمير الشعراء
•• الشاعر المغربي عمر الراجي
أول المتأهلين للمرحلة الثانية



التيه أوثانا
وفدنا إلى الدنيا بأول دعوة لقلوبنا أن يبتكرن
لسانا
أسما أسطوريا جميلا، والقصيدة تمضي على
هذا السنن الأسطوري، ولكن لجنة التحكيم
لديها أسس وقواعد دقيقة لتقييم الشعراء
وقصائدهم، متمنين للشاعرة التوفيق
واستمرارها لأن الشعر العراقي ضل أساسي في
الحركة الشعرية العربية حتى اليوم.
أما المسابق الرابع والأخير فكان عمر الراجي
من المغرب، الذي قدم قصيدة مميزة حملت
عنوان (أمنية للشمع)، وقد دخل المسرح يردد
"ثم يكن ربيعا ذلك الوعد ... كان الماء يقرأ
حكاية جده النهر"، ثم بدأ قصيدته التي جاء
في مقدمتها:
فضول من الأوهام أطوي ماءها
وألقي متاديل الخريف وراءها
أرى في عيون الليل حزنا مكتفا
وشرفة ضوء تستبج عراها
وقد لقي النص ملاحظات على سوداوية النص
في الأبيات الأولى، فيما أشادت بوجوده لوجان
وصوصفته بأنه دقيق ومعبر، ويحمل لوجان
الشاعر المغربي عمر الراجي أول المتأهلين
للمرحلة الثانية
قبل ختام الحلقة أعلنت لجنة التحكيم قرارها
بتأهل الشاعر المغربي عمر الراجي بحصوله
على 46 %، ليكون بذلك أول المتأهلين إلى
المرحلة الثانية من البرنامج، فيما ينتظر
الشعراء الثلاث (زينب جبار من العراق، السيد
أحمد العلوي من البحرين،
الواثق يونس من السودان) تصويت الجمهور
من خلال التطبيق الإلكتروني لأمير
الشعراء والواقع الخاص بالبرنامج (www.princeofpoets.ae)، حيث سيتم
الإعلان عن نتائج التصويت مطلع الحلقة
القادمة.
شعراء الحلقة القادمة
تنطلق الحلقة القادمة من برنامج أمير
الشعراء يوم الثلاثاء القادم في تمام الساعة
العاشرة مساءً بمشاركة 4 شعراء هم (هناء
فرقور من لبنان، عبد الله علي الشامي من
الإمارات، محمد عرب صالح من مصر، محمد
المامي ولد محمد حامد من موريتانيا).

أحد المشاهدين للبرنامج، حيث كانت تجربة
مختلفة جدا عن ما اعتاد عليه بأن يكون في
وسط البرنامج.
يتنافس الشعراء ضمن أربع مراحل رئيسية
لا بد من اجتيازها للوصول إلى لقب الإمارة،
وتتمتد المرحلة الأولى على مدار خمس حلقات،
حيث يتنافس في كل حلقة أربع شعراء، ويتأهل
منهم ثلاثة إلى المرحلة التالية (شاعر واحد
منهم فقط يتأهل عن طريق درجات اللجنة
البالغة 50 درجة، بينما يصوت المشاهدون بـ
50 درجة لاختيار شاعرين من بقية الشعراء)،
وفي نهاية هذه المرحلة يتأهل 15 شاعرا.
وفي المرحلة الثانية والتي تتضمن ثلاث حلقات
(50 درجة) وآخر بقرار لجنة التحكيم (50
درجة)، وفي هذه المرحلة يتأهل 6 شعراء.
المرحلة الثالثة (قبل النهائية) يتنافس فيها
الشعراء الستة المتأهلين من المرحلة الثانية،
ويتم خلالها منح درجات من لجنة التحكيم
(30 درجة) وفي الحلقة النهائية (30 درجة)،
وينتقل الجميع إلى تصويت المشاهدين في
الأسبوع الأخير لاختيار شاعرهم المفضل ب
40 درجة.
المرحلة الرابعة (النهائية) يتنافس فيها الشعراء
إلى المرحلة النهائية، وفي نهاية الحلقة يتم
جمع درجات اللجنة (60 درجة) مع تصويت
المشاهدين (40 درجة)، وتحديد الشعراء من
السادس إلى الأول.
ويحصل الفائز بلقب "أمير الشعراء" على
بردة الشعر وخاتم الإمارة إلى جانب جائزة
نقدية قيمتها مليون درهم، فيما يحصل
صاحب المركز الثاني على 500 ألف درهم، أما
صاحب المركز الثالث فيحصل على 300 ألف
درهم، وصاحب المركز الرابع يحصل على جائزة
بقيمة 200 ألف درهم، و100 ألف درهم
للفائز بالمركز الخامس، و50 ألف درهم للفائز
بالمركز السادس.

أمل من يرجو السلام وساماً،
وقبل البدء في مشوار المناهضة تم الترحيب
بأعضاء لجنة التحكيم (الدكتور علي بن
تميم، الدكتور صلاح فضل، الدكتور عبدالمك
مرتاض)، وأعضاء اللجنة الاستشارية
للبرنامج (الدكتور محمد حجو، والأستاذ رعد
بندر، والدكتور أحمد خريس)، والذين كانت
لهم مساهمات في نجاح مسيرة البرنامج من
خلال رؤيتهم النقدية المؤثرة، ودورهم البارز في
الارتقاء بالكلمة والفكر والمعاني.
وقال الدكتور علي بن تميم، إن الأمل يتشع
بحضوره الزاهي مع تجدد الشعر في الموسم
التاسع من برنامج أمير الشعراء، وأن الأمل
يكبر في نفوسنا باننا قادرين على التصدي لهد
الرحال الكبير الشيخ زايد والذي يؤكد فيها
أن الأمل مفتوح، وأنه في الإمارات يصنع الأمل
ونقبل على الحياة بقلوب باسمه وقلوب واثقة،
ومن الأمل يصنع مسبار ترتقب بفخر دخوله
خلال أيام من مدار الكوكب الأحمر.
وأكد بن تميم أن الأمل قادم مستهدداً بكلمات
صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان
"ولا تشلون" موحياً تحية إكبار وإجلال إلى
القيادة الحكيمة والتي خط الدفاع الأول الذي
اثبت على هذه الأرض ما يستحق الأمل ما
يستحق الحياة، كما وجه تحية للشعر والإبداع
في الإمارات ومن الإمارات ومن عاصمتها
أبوظبي التي تظل حاضرة للإبداع وحاضرة
للمبدعين، مرحباً بالشعراء في أبوظبي رمز
التسامح والتعايش والأخوة الإنسانية والشعرية
العالية الرفيعة.
وأكد الدكتور صلاح فضل أن إصرار أبوظبي
على أن تظل منارة من الفن والشعر والجمال،
كان أحد أسباب انطلاق الموسم التاسع من
البرنامج، وقد استمرت أبوظبي في رفع راية
الشعر عالية وجددت بالأمل والحب والرغبة
مقاومة أي شيء قد يعترض هذه المسيرة.
وأشار الدكتور صلاح أن الموسم الماضي أثبتت
أن المرأة الشاعرة لا تقل إبداعاً ولا قوة ولا
ابتكاراً للأخيلة ولا عرامة في الحضور الفني
من الرجل، مشيراً إلى أنه لن يضاغج على
الإطلاق أن تتقدم الصوفى إحدى الشاعرات.
وأعرب الدكتور عبد الملك مرتاض عن أسفه
عميق لعد استطاعته حضور الفايبلات الأولى
والحلقات التسجيلية، واصفاً تجربته وهو

•• أبوظبي-الفجر:
حيث كانت المدينة السبابة لتطبيق أعلى معايير
السلامة والاستقرار من خلال منظومة أمنية
وفق تقنيات الذكاء الاصطناعي والعمل على
خطة بعيدة المدى لاستشراف المستقبل.
وأشار التقرير إلى أن أبوظبي الأمينة تسقى
أرواح أفرادها طمأنينة بحجم السماء طمأنينة
استمدت فصولها من كلمات صاحب السمو
الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، ولي عهد
أبوظبي، وعلى الهواء مباشرة من مسرح
شاطئ الراحة عبر قناتي بيوتنا والإمارات.
وتم بث الحلقة دون جمهور نظراً للالتزام
بتطبيق كافة الإجراءات الاحترازية والوقائية،
وحرصاً على سلامة الجمهور والعاملين، وقد
دعا البرنامج المشاهدين إلى متابعته من البيوت
ليكونوا سائرين آمنين ومتحدين مع كل الجهود
في التصدي لجائحة كورونا المستجد، متكاتفين
يبدأ بيد وصولاً للتعايش.
أوبريت الأمل
بدأت انطلاقاً البرنامج من مسرح الشعر الأول
"شاطئ الراحة" بأوبريت "الأمل"، والذي
جسد صوت الأمل في مواجهة اليأس، والذي
تم تصويره مسبقاً تطبيقاً لكافة الإجراءات
الاحترازية، حيث ضم الأوبريت لوحات
غنائية من كلمات الشاعرة الإماراتية "شبخة
الطيري"، الفائزة بالمركز الثاني في مسابقة
"أمير الشعراء" في موسمها الثامن، وقد جاء في
مقدمة القصيدة:
ضوء نما بين العيون تسامي
فتوضأت لغة الكلام سلاماً
ضوء يخلط على ملامح عمرنا
أملاً يزيح عن الحياة لثاماً،
كما ضم الأوبريت مقاطع شعرية لعدد من
الشعراء العرب (أبو العلاء المعري، أبو الطيب
المتنبي، ابن الرومي)، وقد تم تأديتها بصوت
الإعلامي جهاد الأطرش.
أبوظبي شمس الأمل
عرض البرنامج تقرير مسجل عن عاصمة
الخير والمحبة والرجاء بعنوان "أبوظبي شمس
الأمل" التي تحني الصعاب أمام قوة عزيمتها،
وتشرق الدروب بفضل نور حكمتها.
وأشار التقرير تفوق أبوظبي على أكثر من
373 مدينة لتتصدر على رأس قائمة أكثر مدن
العالم أمان للعام الخامس على التوالي، كوجهة
مفضلة للعيش والعمل والاستثمار والسياحة،



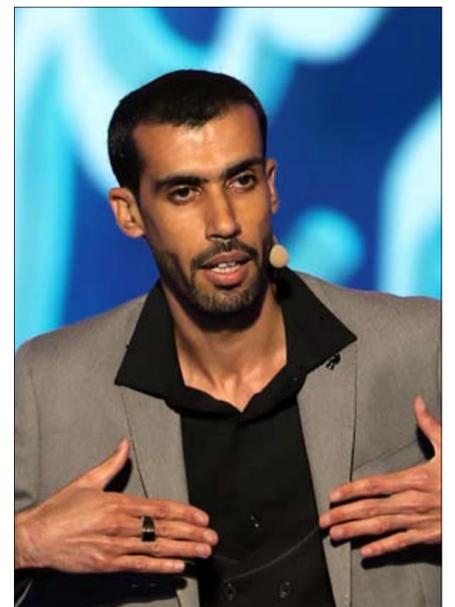
احمد العلوي - البحرين



زينب جبار - العراق



الواثق يونس - السودان



عمر الراجي - المغرب

منوعات

الفكر

35



هو واحد من أهم نجوم الغناء والموسيقي في مصر، استطاع أن يخلق لنفسه شكل ولون موسيقى خاص به دون أن ينافس فيه أحد، هو المطرب والملحن عصام كارিকা، الذي حقق نجاحاً كبيراً في الأيام الماضية بأغنية "حياتي ارتاحت"، في هذا الحوار يكشف عصام كارিকা عن كواليس الكليب، وغيرها الكثير من التفاصيل...

أغنيتي القادمة ستكون مفاجأة للجمهور

عصام كارিকা: عندما أحضر لأغنية أسعى لتوفير كل عناصر النجاح

شرط أساسي للنجاح فهناك عدد من الأغاني الناجحة طرحت عن طريق الأديو "صوت" وحققت نجاحاً كبيراً، ولكن العمل الجيد هو الذي يستمر ويصل للجمهور بسهولة.

- الا تتخوف من المنافسة أن تطرح أغنيته في الوقت الحالي؟
- المنافسة لا تشغلني، لكنني والحمد لله لي اسماً في سوق وني جمهور ينتظرنني، كما أن الأغنية المهمة نادرة الوجود هي التي تثبت وجودها.
- ممكن تشارك في أغنية مع مطرب مهرجانات؟
- لم أشارك أي شخص من مؤيدي المهرجانات في ديو، ولكن من الممكن أن أقدم غنوة بلوني على طريقة المهرجانات ولكن الا تحتوي على كلمات بذينة مثل "خمور وحشيش أو غيرها"، كي لا تخدش حياء من يسمعونها، قائلًا (معمل مهرجان محترم خفيف الظل يدخل البيوت).
- دخلت مجال التمثيل لماذا لم تستمر؟
- لم أجد نفسي في التمثيل، ولم أشعر براحة، فقررت التركيز في الغناء والأكثر التلحين، فأنا أجد نفسي في التلحين.
- لماذا توقفت عن تقديم أعمال غنائية لفترة؟
- ابتعدت عن الغناء في الفترة الأخيرة، وذلك لأن المجال الموسيقي حالياً أصبح يسوده أغاني المهرجانات، فلم أجد نفسي في أجواء هذه الأغاني، فقررت أن ابتعد عن الفن حتى يعود مجدداً لطبيعتي.
- وما الجديد الذي يحضر له عصام كارিকা؟
- احضر حالياً لأغنية جديدة ستكون مفاجأة للجمهور حيث تميل للون موسيقى المقسموم ومزيج بين المزيكا ورتم المهرجانات، وهذه سيكون مهرجان كارিকা.

إنه انتشرت فيديوهات بتصوير الجمهور للأغنية على تيك توك وغيرها من مواقع التواصل الاجتماعي، ويرجع ذلك لأنها كانت فكرة غير تقليدية على جمهور "كارিকা".

- ما الوقت الذي استغرقته في الكليب ولماذا اخترت أسوان للتصوير؟
- استغرقت يومين تصوير، واختيار أسوان لتصوير الكليب لأنني اعتبرها رمز للراحة والأمان والحالة النفسية الجيدة فكل مكان هناك تماشي مع كلمات الغنوة ومودها فكل إنسان يكون في راحة عندما يتواجد وسط أهله وناسه، بالإضافة إلى إنها بلدي.
- أتم تشعر بالخوف من التجربة الجديدة؟
- لم أشعر بخوف من تجربتي لون غنائي جديد علي، فالمطرب من الضروري أن يقدم جميع الألوان ويجدد في إختيارته، حتى لا يكرر نفسه، وفي كليب "حياتي ارتاحت"، حرصت على الخروج خارج الصندوق والشكل المعتاد عليه وأخوض تجربة جديدة.
- لمن تقول عندما خرجت من حياتيك "حياتي ارتاحت"؟
- أقولها لعام 2020 "حياتي ارتاحت".
- براك الفيديو كليب يساهم في نجاح الأغنية واستمرارها؟
- بالطبع الفيديو كليب يساعد في نجاح الأغنية، ولكنه ليس

• في البداية حدثنا عن تفاصيل أغنية "حياتي ارتاحت"؟

- أغنية "حياتي ارتاحت"، من ألحاني وكلمات مصطفى محمد وتوزيع موسيقي جيزو، والكلب من إخراج رودينا حاطوم، ومن إنتاج شركة لايف ستايلز ستوديويز، وعندما عرضها علي الشاعر مصطفى أعجبت بها، فهي تجربة جديدة من حيث اللحن والكلمات وهي لون غنائي مختلف.

- ومساذا عن ردود الأفعال والتعليقات التي وصلت لك؟
- التعليقات كانت إيجابية، وأنا سعيد جداً بذلك وأتوقع أن تصل الأغنية إلى 15 مليون مشاهدة.
- هل توقعت النجاح الكبير الذي حققه كليب "حياتي ارتاحت"؟
- في الحقيقة عندما أحضر لأغنية أسعى لتوفير كل عناصر النجاح، وقد أكون موفقاً وقد لا يحالفني الحظ، ولكن بمجرد طرح كليب "حياتي ارتاحت" تفاعل الجمهور معها بسرعة وحققت نسبة مشاهد عالية والفضل لله، كما



نيللي كريم تشوق جمهورها لعمل جديد مع «المدفعجية»

طيران". وأضافت: أما الحديث عن جزء ثالث من فيلم الفيل الأزرق وهو كان في كلام بس لحد دلوقتي معتقدش نعمله او ممكن.. بس دلوقتي مفيش كلام عليه عشان كلنا مشغولين وبنصور فمفتكرش دلوقتي فيه حاجة".

وأوضحت الفنانة نيللي كريم، "مصير فيلم الفارس الذي كان يشاركها البطولة فيه كريم عبد العزيز والمخرج محمد سامي قائلة: حسب معرفتي ان هذا المشروع توقف منذ سنتين وحاليا أقوم بتصوير فيلم "العمل صفر" مع المخرج محمد سامي بطولة أكرم حسني".

انضمت النجمة نيللي كريم لقائمة النجمات اللواتي احترفن تقديم البرامج، وانتهت بالفعل من تصوير الموسم الأول من برنامج جديد بعنوان "هيتايا" استعانت فيه بفرقة المدفعجية التي تعاونت معها في موسم رمضان الماضي بأغنية "مليونير" شارة مسلسلها الأخير "ب 100 وش".

يحمل البرنامج اسم "هيتايا" الذي يُعد التعريب المشتق من الكلمة الإنجليزية "Hits"، وتم الاستقرار على هذا الاسم باعتباره مصطلحاً دارجاً في الوسط الفني، ويطلق على الأعمال أو البرامج التي تلقى استحساناً لدى الجمهور والنقاد معاً، كما يتماشى عدد حلقات البرنامج التي تأتي عبر 4 حلقات للموسم الواحد مع طبيعة جمهور تلك النصات، فيما سيثير نيللي والسكري الجدل كونها اختاراً أن لا تزيد مدة الحلقة الواحدة على 5 دقائق في ظاهرة فريدة من نوعها في تاريخ البرامج الغنائية.

يعتمد البرنامج الذي تم الانتهاء من تصويره الأيام الماضية، على استضافة نجمين فقط طوال الموسم الواحد، لتظهر نيللي طوال الموسم الأول مع فريق "المدفعجية"، يتبعهم عدد من نجوم الغناء والفن على الساحة في مواسمه المقبلة.

يذكر أن نيللي كريم ردت مؤخراً على ثلاث شائعات تخص مصير أعمالها المقبلة، وبخاصة الجزء الثاني من "ب 100 وش" والجزء الثالث من فيلم "الفيل الأزرق" وفيلم "الفارس"، وحقبة الغناء مسلسلها في موسم رمضان 2021 كما تحدثت عن الأعمال الفنية التي نالت اهتمامها مؤخراً، وكشفت عن أكثر شيء يريعبها.

نيللي كريم أكدت أن الحديث عن جزء ثانٍ من مسلسل 100 وش غير صحيح، وقالت: سيكون هناك عمل سينمائي وليس مسلسل ولدي عمل درامي جديد أقوم بالتحضير إليه للعرض في رمضان المقبل وليس كما أطلق عليه البعض اسم "وضع



ريهام عبد الغفور: خضعت للعلاج النفسي بعد معاناة مع الأرق

بعد جرعة التصريحات الكوميديية مع الدمية الشهيرة أبله فاهيتا، عادت النجمة المصرية ريهام عبد الغفور للتصريحات الجسدية، واعترفت بتعرضها لضغوط نفسية تسببت لها في معاناة مع الأرق وخضعت للعلاج على يد طبيب نفسي، كما أوضحت حقيقة اجتراف زوجها عزف الطيلة، مؤكدة أن الأسرة كلها "تهوي" العزف على الآلات الموسيقية، وقالت إنها حرصت على قضاء حياتها ببساطة مثل أي سيدة مصرية.

وأضافت ريهام خلال لقائها باحد البرامج ان جائحة فيروس كورونا التي اجتاحت البلاد، كانت درسا كبيرا من رينا، عن الامتنان ليعرف الشخص قيمة النعم في حياته، مشيرة إلى أنها كانت تجتمع مع عائلتها أكثر وقت ممكن، وهذا لم يحدث في وقت ما قبل كورونا.

وكشفت العديد من الأسرار عن حياتها الشخصية قائلة: إنها مثل أي سيدة مصرية يبدأ يومها بالاستيقاظ مبكراً لأوصل أولادي على مدرستهم واحضر لهم وجبة الفطار، ثم أبدأ في ممارسة الرياضة اليومية وهذا يحدث أحيانا على حسب الحالة المزاجية، ووصفت الفنانة ريهام عبد الغفور، حياتها بأنها أبسط ما تكون وتحاول قضاء أكثر وقت مع عائلتها.

وصرحت ريهام أنها تتعرض للضغط النفسي في بعض الأحيان بسبب الأعباء الموجودة في حياتها، كما تعاني من أزمة ثقة في النفس قوية، مشيرة إلى أنها توجهت لأحد الأطباء النفسيين، لعاناتها من الأرق، وتجلس أكثر من 5 ساعات، في محاولة منها للإسترخاء.

وتحدثت عن سر النجاح الذي حققه آخر مسلسل لها حكاية "ربع فيراط" وصرحت ريهام بأن مضمون العمل نال إعجابها بشكل لافت بسبب السيناريو والإحساس الموجود في الشخصية التي أشرت في العديد من السيدات، مشيرة إلى أنها أحببت التغيير بعد شخصية "فريدة" في مسلسل "زي الشمس".

ورداً عن سؤال العربي عن ردود أفعال الجمهور حول شخصية "منى" أكدت ريهام أنها أضافت العديد من تجاربها الخاصة بهذه الشخصية، وقالت إنه بالفعل يمكن لكل شخص أن يضيف من تجاربه الشخصية إلى الدور الذي يقدمه ليصبح أكثر موضوعية، مما جعل العربي يوصفها بأنها مجرمة تمثيل وأدوارها القوية تثبت ذلك.



الفكر

العلماء يكشفون خطورة «القاتل الصامت»



تطور مرض السكري عندهم، واضطراب المزاج والكآبة والصداع وضعف الانتصاب و الذاكرة والتركيز. وانقطاع التنفس، هو توقف حركات الجهاز التنفسي، ويمكن ملاحظته أيضا عند افتقار الدم لثاني أكسيد الكربون كما يحصل في حالة التهوية الميكانيكية المضطربة للرئتين. وانقطاع التنفس أثناء النوم هو شكل منفصل يتميز بتوقف تهوية الرئتين خلال النوم لمدة تزيد عن 10 ثوان وعادة تستمر 30-20 ثانية وفي الحالات الشديدة تصل إلى 3-2 دقائق، وهذا يعادل 60% من إجمالي فترة النوم الليلي. وعندما تكون هذه الحالة دورية (10-15) مرة في

اكتشف علماء المعهد الأسترالي لدراسات القلب، أن انقطاع التنفس (البهر) أثناء النوم له تأثير سلبي على القلب والأوعية الدموية. وتشير Express استنادا إلى بيانات المعهد الأسترالي، إلى أن حالة انقطاع التنفس التي يطلق عليها "القاتل الصامت"، ترفع مستوى الأدرينالين، الذي بدوره يرفع مستوى ضغط الدم، وبالتالي يزيد من خطورة الإصابة بالنوبات القلبية ومرض نقص تروية القلب والرجفان الأذيني وقصور القلب والجلطة الدماغية. كما أن الأشخاص المصابين بانقطاع التنفس المعتدل أو الشديد أثناء النوم يزداد خطر

4 أشياء يُمنع فعلها بعد الأكل مباشرة

نظرا لضيق الوقت، وحرصا على عدم التأخر عن العمل؛ نشرب عادة كوبا من الشاي على الإفطار ونستحم بسرعة؛ ولكن يجب إعادة النظر في مثل هذه العادات، كما أن هناك عادات أخرى قد تؤدي إلى مشاكل صحية، مثل حرقة المعدة والتعب.

وفي هذا التقرير، تطرق موقع "خينال" الإسباني إلى 4 أشياء يجب عدم فعلها بعد تناول الطعام:

1 - الاستحمام

ذكر الموقع أن درجة حرارة جسم الإنسان ترتفع بشكل طفيف أثناء الاستحمام، لذلك يحتاج الجسم إلى ضخ المزيد من الدم إلى الجلد؛ مما يؤدي إلى إبطاء عملية الهضم. لذلك، من الأفضل الاستحمام بعد 30 دقيقة من تناول الطعام.

2 - شرب الشاي

إن كثيرا من الأشخاص معتادون على شرب كوب من الشاي في وقت الغداء، ولكن الأبحاث تظهر أن هذا المشروب غير الضار يمنع امتصاص الحديد، ذلك العنصر الدقيق المهم للصحة، وهو أمر مهم بالنسبة للأشخاص المصابين بفقر الدم.

لذلك، ينصح الخبراء الأشخاص الذين يعانون من نقص الحديد والأطفال والحوامل بشرب الشاي بعد مرور ساعة على الأقل من تناول الطعام.

3 - النوم

أثبتت بعض الدراسات أن الاعتقاد الشائع بأن النوم بعد الأكل يمكن أن يزيد الوزن لا أساس له من الصحة. ومع ذلك، لا يمكننا إنكار الضرر الناتج عن هذه العادة؛ فالنوم على البطن بعد تناول الطعام يمكن أن يجعل الشخص يشعر بالانزعاج، مثل حرقة المعدة.

ويجمع المختصون على أن من المستحسن الخلود إلى النوم بعد ساعتين على الأقل من تناول الطعام.

4 - ممارسة الرياضة

لا ينصح الخبراء بممارسة الرياضة مباشرة بعد تناول الطعام؛ بغض النظر عن مدى جاذبية هذه الفكرة بالنسبة لكثير من الأشخاص. ويمكن أن يتسبب التمرين ببطن ممتلئة في حدوث مضايقات، مثل الفواق والغثيان، بالإضافة إلى عواقب أكثر خطورة مثل الإصابات والتشنجات.

اعلان

وفي حال كنت لا تستطيع الاستغناء عن ممارسة الرياضة بعد الأكل، فيمكن أن تقتصر على ممارسة المشي على مهل، في حين لا يمكنك أن تمارس بقية أنواع التمارين إلا بعد مرور ساعتين على الأقل من تناول الطعام.



ديسم الباندا يلعب بزخارف احتفالية غرب الصين قبل السنة القمرية الجديدة للثور التي تصادف في 12 فبراير. ا ف ب

قرأت لك

بذور الشيا



غنية بالألياف وأحماض أوميغا 3 الدهنية والكربوهيدرات ومضادات الأكسدة والكالسيوم. في حين أن الكربوهيدرات والألياف والكالسيوم لا تساعد أو تعرقل الذاكرة، فإن مضادات الأكسدة وأوميغا 3 بالتأكد تزيد من قوة الدماغ. من المعروف أن مضادات الأكسدة تزيد من تدفق الدم إلى المخ مما يحسن الذاكرة. الأحماض الدهنية أوميغا 3 تبقى عقلك خالياً من البلاك وتساعد خلايا الدماغ على التواصل مع بعضها البعض.

سؤال وجواب

• متى كان اول حاسوب الكتروني؟

اول حاسوب الكتروني يعمل بالكهرباء كان في امريكا عام 1946 وهو من الحواسيب القديمة التي تعمل بالصمامات المفرغه ويستهلك قدراً كبيراً من الطاقة كما انه يشغل حيزاً كبيراً

• هل علم حساب المثلثات علم حديث؟

لا .. اثبت العلماء ان علم حساب المثلثات علم قديم وأول من استخدمه هم الفراعنة القدماء وساعدهم ذلك في بناء الاهرامات الشهيرة وقد طور العرب المسلمون ذلك العلم ووضعوا اسسه الحديثة لجعله علماً مستقلاً بذاته ومن اوائل المؤسسين لعلم حساب المثلثات ابو عبدالله البتاني ونصر الدين الطوسي

• من صاحب اول صفر في الحساب؟

صاحب اول صفر في الحساب هو العالم المسلم محمد بن موسى الخوارزمي وهو اول من ادخل الصفر في الحساب وكان اكتشافه هذا في علم الحساب نقلة كبيرة وعظيمة في دراسة الأرقام وتغييراً جذرياً لمفهوم الرقم

هل تعلم؟

- هل تعلم أن المخ يحتاج إلى سدس كمية الدم التي يضخها القلب و خمس الأوكسجين الذي يدخل الجسم... رغم أن المخ لا يزن أكثر من واحد على خمسين من الجسم كله.
- هل تعلم أنه يوجد في جسم الإنسان نحو 32 بليون خلية .
- هل تعلم أن في جسم الإنسان أكثر من مليوني غدة عرقية تفرز كمية من العرق تتراوح ما بين نصف لتر إلى لتر ونصف كل 24 ساعة بلا توقف صيفاً و شتاءً مع المجهود و الحركة ومع ارتفاع درجة الحرارة.
- هل تعلم أن الأظافر إذا أزيلت جراحياً أو فقدت لأي سبب فإنها تأخذ مائة يوم لكي تعود كما كانت مرة أخرى.
- هل تعلم أن احتباس البول في الجسم يؤدي إلى ارتفاع نسبة البولينا و حدوث حالة تسمم تسمى (التسمم البوليني).
- هل تعلم أن عدد ساعات النوم تتراوح عند الإنسان البالغ ما بين 7 : 8 ساعات يومياً أي أننا نقضي أكثر من ثلث العمر في النوم فالإنسان الذي عاش ستين عام .. نام منها حوالي عشرين عام.

قصة سباق الخيول

جاء موعد السابقة الكبيرة.. جاء موعد سباق الخيول واخذ كل من كل منفي المدينة يستعدون فهذه السابقة مميزة فان للجميع حق الاشتراك فيها كما جوائزها ضخمة وسيشتهر من يفوز وربما خرج للسباقات العالمية.. نظر هنري الي حصانه وهويقول لو كان لدي حصان اشترك به في تلك السابقة ما تاخرت ولكن هذا الحصان لايعرف سوي الاكل وجر العربات العربات واللعب.. فردت عليه اخته بكلمة بسيطة وقالت لكنه عندما يلعب فهو يجري بسرعة.. هنري لماذا لا نحاول ان نمرنه امامنا شهران يمكن ان نفعل فيهما شيئاً لنحاول انه يجنبا. هيا طفلان كل منهما فيه نشاط وحيوية وامل.. اخذ حصانها المحبوب الي وسط المزرعة واخذ في تقليد مدربين الخيول وربما احسا بانهما سيفلحان.. كانا احيانا يقضوان عليه لكنه لم يكن يتدبرم خرجا به خارج المزرعة ليجري حولها.. كل مرة يتحسن فيها فيمنحانه مكافاة قطعة كبيرة من السكاكر. احس الحصان بذلك وحتى يحنانه على السرعة جاء بحصان اخر يخص ماري لتسابق به هنري فتحركات الفيرة في قلب الحصان واستطاع ان يسبق ماري ومع الايام اصبحا الحصانان ماهران بحق خاصة بعد ان قام والد هنري بتجربتهما واندش لتلك النتيجة الرائعة.

اليوم ضمن الاسماء المدونة للمتسابقين يوجد هنري وحصانه المرقط وماري وحصانها الاسود وكان الاب والام يتاضاحكان حين قال الاب اعتقد ان هنري من الممكن ان يفوز بمركز متقدم فحصانه يحس بالفيرة الشديدة من حصان ماري ومن الممكن ان يبذل مجهود مضاعف في حلبة لتسابق به هنري فتحركات الفيرة في قلب الحصان واستطاع ان يسبق ماري، ومع الايام اصبح الحصانان ماهران بحق خاصة بعد ان قام والد هنري بتجربتهما واندش لتلك النتيجة الرائعة.

اليوم ضمن الاسماء المدونة للمتسابقين يوجد هنري وحصانه المرقط وماري وحصانها الاسود وكان بمركز متقدم فحصانه المرقط وماري ومن الممكن ان يبذل مجهود مضاعف في حلبة السباق حين يراه بجوار كانت فكرة جيدة بحق.. مع طلاقات البداية بالمركز الثاني في جولاتها والان هناك عشر خيول ستتسابق في المرحلة الاخيرة والجميع متفائل فانها خيول مدربة قديمة في هذه السباقات وليس من المعقول ان تفوز عليها خيول تجري لاوول مرة.. انطلق الجميع على امل واحد فقط المركز الاول او الثاني او الثالث. انطلق كل شئ مع طلاقات البداية امال كثيرة وامنيات ومستقبل مجهول.. ومر الوقت سريعاً حين صقق الجميع في ذلول نفوز هنري والذي يعيش تلك فقد فاز بالمركز الثالث والان الصحف جميعها تتحدث عن عائلة الخيول، عائلة جمعت ثلاث جوائز غيرت مجري حياتها اهم الان يمتلكون خيول عديدة واسطبلات كثيرة ويدخلون سباقات لا حصر لها فقد حدوا منذ البداية ما ياملون فيه حتي وصلوا لاما ن.

مساحة للتلوين

